

## 맞벌이교사들의 가족스트레스, 대처전략 및 가족건강성

최 정 혜\*

경상대학교 가정교육과 교수, 경상대학교 교육연구원 책임연구원\*

---

## Family Stresses, Coping Strategy and Family Strengths in Dual-Income Teachers

Choi, Jeong-Hye\*

*Dept. of Home Economics Education, the principal researcher of Education Research, Gyeongsang National University\**

### Abstract

The purpose of this study was to investigate the family stresses and its managing strategy to cope with the stresses, and family strengths in dual-income teachers. The subjects of this study were 289 dual-income teachers in the Gyeongnam Area, Korea.

The major findings obtained from this study are summarized as follows:

- 1) The degree of family stresses in dual-income teachers was 2.90 on a scale of 0-5.0. The most stressful aspect for the dual-income teachers came from the role of housework.
- 2) The degree of coping strategy in dual-income teachers was 3.48, on a scale of 0-5.0. Among the strategies, the 'cognitive restructuring' shows the first.
- 3) The degree of family strengths of dual-income teachers was 3.88 on a scale 0-5.0. The significant variables were economic level, self-esteem, job satisfaction, and marital satisfaction in dual-income teachers.
- 4) The most effective variable of family strengths in dual-income teachers was coping strategy.

주제어(Key Words) : 맞벌이교사(dual-income teachers), 가족스트레스(family stresses), 대처전략(coping strategy), 가족건강성(family strengths)

---

## I. 서 론

현대사회의 특징 중의 하나는 여성의 경제활동 참가율의 증가이고 그중에서도 기혼여성의 취업증가라 할 수 있는데, 이로 인해 급증하고 있는 것이 맞벌이가족이다. 맞벌이가족은 이제 우리나라에서 보편화된 양상(김혜신, 김경신, 2003; 박주희, 2005)으로 기혼여성의 취업률은 1990년의 43.5%에서 2004년 50.3%로 증폭되어 전체 여성취업자 중 78%가 기혼여성인 것으로 나타났다(통계청, 2004). 이러한 현상은 앞으로 맞벌이부부의 지속적인 증가뿐만 아니라 맞벌이가족의 문제가 사회적으로 해결되어야 할 중요사안임을 시사한다.

그런데 맞벌이가족은 직업과 가족생활을 양립해야 한다는 면에서 몇 가지 해결해야 할 과제를 가지고 있다. 먼저 맞벌이아내는 '직장인' 인 동시에 여전히 '주부' 역할을 겸해야하므로 취업주부로서 역할갈등, 시간갈등 등을 경험하게 되고, 이러한 상황은 가족생활에도 영향을 준다(채로, 이기영, 2004). 이로 인해 취업주부는 비취업주부보다 가정생활 만족도가 더 낮다는 보고도 있다(전영자, 1997; 채로외 1인, 2004). 다음으로 맞벌이남편의 경우를 보면 최근 들어 남편의 전통적 역할인 '부양자'역할의 중요성이 상대적으로 감소하고, 부모로서의 '양육자'역할과 남편으로서의 '배우자'역할이 점점 더 중요하게 부각되고 있다(김소영, 옥선화, 2000). 그러나 맞벌이남편의 아버지 역할 수행정도가 실제로는 매우 낮게 나타나(김태현, 김양호, 2003; 홍성례, 유영주, 2001; Barnett, Marshall, Peck, 1992; O'Neal & Greenberger, 1994) 직장과 병행한 가족역할수행의 어려움을 시사한다. 또 맞벌이에 관한 최근연구(최정혜, 2005b)에서 맞벌이남편과 아내의 가족스트레스가 높은 것으로 보고되어, 맞벌이부부의 일과 가족생활의 양립에 따른 어려움을 엿볼 수 있고, 맞벌이부부의 이러한 어려움은 바로 가족생활 스트레스로 연결될 수 있으므로, 맞벌이부부의 삶의 질 향상을 위해 가족스트레스 규명은 중요한 연구 과제라 하겠다. 또한 맞벌이부부의 가족스트레스는 부부가 어떠한 대처전략을 갖느냐에 따라 달라질 수 있으므로(전영자, 1997; 최규련, 1994; 최정혜, 2004), 맞벌이부부가 사용하는 가족스트레스 대처전략을 알아보는 것은 맞벌이부부의 가족스트레스를 경감시켜주는 차원에서 의의 있는 연구가 될 것이다.

한편 맞벌이부부의 가족건강성을 알아보는 것은 최근 급격한 이혼 증가에 따른 가족의 불안정성이 커지고 있는 사회적 현상과 관련하여 볼 때 건강가족을 파악한다는 면에서 중요한 연구 과제라 생각된다. 건강하지 못한 역기능적인 가족에서 자란 구성원은 가정폭력, 만성불안과 스트레스, 그릇된 가족의식이나 가치관의 전수로 인해 바람직한 사회인으로 육성되지 못하므로, 그들을 건강한 가족으로 전환하려면 많은 사회적 노력과 비용이 들게 된다. 이러한 측면에서 볼 때 가족건강성을 연구하는 것은 가족구성원인 개개인의 삶의 질 향상이라는 면에서 의의가 있으며 특히 맞벌이부부의 경우 직장생활에 많은 시간을 빼앗겨 가정생활을 소홀히 할 수도 있기 때문에 가족건강성을 파악할 필요가 있다 하겠다.

그런데 맞벌이직업 중에서 교사라는 직업은 여성들이 많이 진출해 있어 중학교까지는 여교사비율이 남교사보다 많고(통계청, 2003), 또 학생들에게 삶의 모범을 보이면서 미래의 가족구성원을 교육한다는 입장에서 매우 중요한 위치에 있는데도 불구하고 교사를 대상으로 한 가족스트레스나 대처전략, 그리고 가족건강성을 연계한 연구는 거의 찾아볼 수 없다. 따라서 본 연구는 직장 가족생활의 양립으로 어려움이 많은 맞벌이부부 중에서도 교사를 중심으로 가족스트레스와 대처전략, 그리고 가족건강성이 어떠한지 규명해보고자 한다. 본 연구는 맞벌이교사의 건강한 가족생활을 모색하는데 유용한 기초자료를 제공할 수 있으리라 기대한다.

본 연구의 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

<연구문제 1> 맞벌이 교사의 가족스트레스는 어떠한가?

<연구문제 2> 맞벌이 교사의 가족스트레스에 대한 대처전략은 어떠한가?

<연구문제 3> 맞벌이 교사의 가족건강성 정도는 어떠한가, 관련변인에 따라 어떤 차이가 있는가?

<연구문제 4> 맞벌이 교사의 가족건강성에 가장 영향을 미치는 변인은 무엇인가?

## II. 선행연구 고찰

### 1. 맞벌이교사의 가족스트레스

본 연구에서 맞벌이교사의 가족스트레스는 스트레스를

유발하는 스트레스 원으로 보고 하위영역을 부부역할 스트레스, 가사 관련역할 스트레스, 부모역할 스트레스, 성인자녀역할 스트레스의 네 영역으로 나누어 총체적인 가족스트레스와 함께 살펴보고자 한다. 또한 맞벌이교사들의 가족스트레스에 관한 연구가 거의 없으므로 여기서는 일반 맞벌이부부의 가족스트레스에 관한 선행연구들을 통해 맞벌이교사의 가족스트레스를 추측해 보고자 한다.

맞벌이가족은 사회적 통념상 일반가족에 비해 많은 어려움이 있다고 인식되고 있으며, 그 중에서 가장 큰 어려움으로 자녀양육문제가 지적되고 있다(김경신, 권오남, 1996; 김양호, 김태현, 1998; 김혜신, 김경신, 2003; 채로, 이기영, 2004). 자녀가 있는 취업주부의 경우 배우자, 직업인, 부모라는 여러 역할을 동시에 수행하게 되며 이로 인한 역할갈등은 필연적이라 보고 있으며, 실제로 취업여성들은 직장생활과 병행해야 하는 가정 내의 역할 때문에 더 심각한 갈등을 겪고 있는 것으로 나타났다(전영자, 1997; 김혜신의 1인, 2003; Beutell & Greenhaus, 1983; McCubbin & Patterson, 1983). 또 취업주부는 자신의 직업과 가족을 다 같이 중요하게 생각하므로 역할긴장과 직업스트레스가 가중되며, 이런 경향은 맞벌이남편 역시 같은 어려움을 가지고 있는 것으로 보고되고 있다(김태현, 김양호, 2003; 서혜영, 이숙현, 1999). 전영자(1997)의 연구에서도 취업주부는 부모역할, 직업역할, 부부역할 순으로 갈등을 겪고 있는 것으로 나타나 맞벌이부부의 가족관련 스트레스가 크다는 것을 알 수 있으며, 맞벌이남편 역시 자녀양육과 가사영역에서 높은 역할갈등을 느끼는 것으로 나타나(김경신, 김오남, 1996; 서혜영, 이숙현, 1999; 최정혜, 2005) 맞벌이부부의 가족스트레스를 시사하고 있다. 따라서 맞벌이 교사의 가족스트레스도 이와 비슷한 상황이 아닐까 생각된다.

## 2. 맞벌이교사의 가족스트레스 대처전략

대처란 '개인에게 부담이 되거나 자신이 소유한 자원을 넘어서는다고 평가되는 특정한 외적·내적 요구를 관리하려는 인지적·행동적 노력'이다(Lazarus & Folkman, 1984: 141). 대처행동은 스트레스 상황에 반응하는 개인의 다양한 행동목록들로 구성된 척도에 의해 측정될 수 있는데, 내적 전략과 외적 전략으로 나눌 수 있다. 내적 전략에는 스트레

스 사건을 극복할 수 있는 도전으로 정의하는 재구조화 전략과 시간이 지나면 자연히 해결될 어떤 것으로 정의하는 수동적 평가 전략이 있다. 외적 전략에는 확대가족원, 친구, 이웃으로부터의 사회적 지지체계 획득 전략, 정신적 지원 찾기 전략, 그리고 지역사회 자원을 발견 및 다른 사람들로 부터 도움을 얻기 위해 가족원을 동원하는 전략 등이 포함된다(Olson & Defrain, 2003).

맞벌이교사의 가족스트레스 대처전략에 대한 선행연구는 거의 전무한 실정이므로 일반 맞벌이부부의 가족스트레스 대처방법을 연관시켜 살펴보고자 한다. 최규련(1994)은 맞벌이부부의 갈등 대처방안에 대해 외부 도움 요청, 신앙에 의지, 이성적 대처, 감정표출, 행동표출, 회피의 6개영역으로 분류하여 연구한 결과 '이성적 대처방안'을 가장 많이 사용하고 있다고 보고하였다. 전영자(1997)는 전문직 취업주부의 스트레스 대처방안에 대해, 역할감소, 도구적 지원, 정서적 지원, 인지 재구조화, 가족체계 재구조화, 역할 간 상 황수정 등의 6가지로 연구한 결과 '인지재구조화' 대처방안을 가장 많이 사용하고 있다고 밝혔으며, 조은숙(1997), 최정혜(2004)의 연구에서도 비슷한 경향임을 보고하였다. 그 외 스트레스 대처방안에서 남편은 주로 이성적이거나 행동 표출 유형을 취하고, 부인은 방어적 갈등 대처 유형을 사용하는 것으로 보고되었다(최규련, 1994; 최혜경·노치영, 1994). 맞벌이부부가 스트레스를 줄이기 위해 흔히 사용하는 대처행동은 타협이며, 학력, 직업, 소득 등 사회적 지위가 낮은 사람일수록 사회관계 망의 심리적 자원이 부족하여 문제 상황에 적극적인 행동을 하기 어렵다고 한다(최혜경·노치영, 1994).

## 3. 맞벌이교사의 가족건강성과 관련변인

최근 가족을 건강가족적 관점으로 접근하고 있는데 이는 가족의 긍정적인 측면과 가족의 장점을 강화하고 가족관계를 향상시키는 방법에 대한 관점이다(유영주, 2004). DeFrian(2003)은 건강가족을 가족 간의 상호작용의 질이 가족 개개인의 심리적 안녕에 기여하는 가족이라 하였으며, 유계숙(2004)은 가족관계에 대한 성원들의 만족도가 높고, 서로의 욕구를 충족시켜주는 가족이라 보았다. 유영주(2004)는 가족원 개개인의 발달을 도모하고, 가족원 간의 상호작용이

원만하여 집단으로서의 가족체계를 잘 유지하고 있는 가족으로 정의하고 있다. 이상의 개념을 근거로 본 연구에서 사용된 맞벌이교사의 가족건강성이란 “맞벌이교사 개개인의 발달을 도모하고, 가족원 간의 상호작용이 원만하여 집단으로서의 가족체계를 잘 유지하고 있는 것”을 의미한다.

현재까지 맞벌이교사를 대상으로 한 가족건강성 연구는 거의 이루어지고 있지 않으므로 일반적인 가족건강성 연구고찰을 통해 관련변인을 살펴보고자 한다.

건강한 가족은 경제적인 어려움에도 잘 견뎌내며(유영주, 2001; Brigman, Schons, & Stinnett, 1986), 종교가 가족건강성에 영향을 준다고 한다(어은주, 유영주, 1997; Stinnett & Sauer, 1979). 홍성례와 유영주(2001)는 남편이 지각한 가족의 건강성이 높다고 하였으며, 어은주와 유영주(1997)는 도시주부의 가족건강성이 높고, 가족건강성의 유의한 변인으로 결혼만족도, 가족의 정신적 건강, 남편의 직업, 부인의 직업, 결혼지속년수 등을 보고하였다. 자이존증감은 몇몇 선행연구에서 가족건강성과 정적 관련이 높은 것으로 보고된 바 있어(어은주, 유영주, 1997; 유영주, 2001; 최정혜,

2004) 맞벌이교사의 가족건강성에도 관련변인이 될 것으로 예측된다. 직업만족도 역시 생활만족에 중요한 변인으로 작용하고 있어 직업 활동에 만족하는 사람이 가정생활도 만족하는 정도가 높고, 직업 활동에 불만을 느끼고 있는 사람은 가정생활 역시 불만족 비율이 높은 편으로 나타났다(김경신, 김오남, 1996; 홍성례, 유영주, 2001; Galambos & Sibereisen, 1989).

이상의 선행연구 고찰을 통하여 맞벌이교사의 가족건강성의 관련변인으로 맞벌이교사의 연령, 교육수준, 종교, 자녀수, 가정의 월수입 정도, 결혼지속년수, 자이존증감, 직업만족도 등을 살펴보고자 한다.

### III. 연구방법

#### 1. 조사대상 및 표집방법

본 연구의 조사대상은 경남지역의 맞벌이부부로서 부부 중 어느 한쪽이 교사이다. 예비조사는 2005년 7월 4일부터

〈표 1〉 조사대상자의 일반적 특성

(N=289)

구 분	N(%)	구 분	N(%)
성별	남교사	교육 수준	전문대 졸업
	여교사		대학 졸업
연령	35세 미만	말이 연령	7세이하
	35-40세 미만		초등생
	40세-45세 미만		중학생
	45세-50세 미만		고등학생
	50세 이상		대학생 이상
종교 유무	없음	가족 형태	확대가족
	있음		핵가족
자녀수	1명	월수입 정도	300만원 미만
	2명		300-400만원 미만
	3명 이상		400-500만원 미만
			500만원 이상
가사일 도움유무	없다	확대가족 유형	남편부모와 동거
	있다		아내부모와 동거
돕는 사람	고용인	결혼 지속 년수	5년 미만
	남편부모		5년-10년 미만
	아내부모		10년-15년 미만
			15년-20년 미만
			20년 이상

7월 15일까지 맞벌이교사 30명을 대상으로 실시하였으며, 그 결과를 분석한 후 수정된 질문지로 본 조사는 2005년 8월 1일부터 8월 25일까지 실시하였다. 설문지는 경남지역 J시의 9개 어린이집 원생의 부모를 대상으로 유의표집 하였고, 총 600명에게 배포하여, 회수된 질문지 중에서 맞벌이 부부이면서 부부 중 어느 한쪽이 교사인 298명을 최종분석 대상으로 하였다.

조사대상자의 사회인구학적인 특성을 보면 <표 1>에 나타난 바와 같다. 여교사가 남교사보다 많았으며, 연령은 40세-45세 사이가 가장 많고 종교가 있는 교사가 과반수이상으로 나타났다.

자녀수는 2명이 대부분이며, 가사일의 도움을 받는 경우가 전체의 약 30%정도이고, 가사조력자는 고용인이 가장 많다. 교육수준은 높은 편으로 대학원 졸업 이상이 전체의 1/4이상이며, 전문대 졸업이 조금 있는 것은 유치원 교사가 포함된 결과로 생각된다. 가족형태는 대부분 핵가족형태이며, 월수입정도는 400만원이상-500만원미만이 가장 많이 나타나 경제 상태는 여유가 있는 것으로 보인다. 확대가족 형태(17%) 중에서는 남편부모와 동거하는 비율이 훨씬 더 높게 나타났으며, 결혼지속년수는 10년-15년 미만이 가장 많은 것으로 나타났다.

## 2. 조사도구

본 연구의 조사도구는 구조화된 질문지로서 조사대상자의 사회인구학적인 배경을 알아보는 일반문항과 맞벌이교사의 가족스트레스 척도, 가족스트레스 대처전략 척도, 가족건강성 척도, 결혼만족도 척도, 자아존중감 척도, 직업만족도 척도 등으로 구성되어 있고, 척도의 내용 및 신뢰도는 다음과 같다.

가족스트레스 척도는 최정혜(2004)의 척도를 이용하여 부부역할, 가사관련, 부모역할, 성인자녀역할 스트레스 등 4개영역, 총 18문항으로 구성되었다. 각 문항은 5점 Likert 척도로서 가족스트레스를 느끼는 정도에 따라 '전혀 그렇지 않다'에 1점에서 '정말 그렇다' 5점까지이며, 점수가 높을수록 가족스트레스를 많이 느끼는 것으로 해석하였다. 신뢰도 계수는 Cronbach'  $\alpha$ =.91이다. 가족스트레스 대처전략 척도는 요인분석을 거친 최정혜(2004)의 척도를 사용하여 5영

역으로 총 16문항이다. 5점 Likert 척도를 사용하여, 가족스트레스 대처전략 사용정도를 '전혀 그렇지 않다'의 1점에서 '정말 그렇다' 5점까지이며, 점수가 높을수록 대처전략을 많이 사용하는 것으로 해석하였다. 신뢰도 계수는 Cronbach'  $\alpha$ =.82이다. 가족건강성 척도는 어은주·유영주(1995)의 척도를 수정한 최정혜(2004)의 척도를 사용하였다. 즉 가족원간의 유대, 문제해결능력, 대화기술, 가족원간의 가치체계공유 등의 4개 영역, 총 20문항으로 각 문항은 5점 Likert 척도를 사용하여 '결코 그렇지 않다'에 1점에서 '항상 그렇다' 5점까지, 점수가 높을수록 가족건강성이 높은 것으로 해석하였다. 신뢰도 계수는 Cronbach'  $\alpha$ =.94이다.

결혼만족도 척도는 슈(Schumm)등의 KMSS척도를 사용하였다. 결혼만족에 대해 '매우 불만족'에서 '매우 만족'까지 7점 척도로서, 점수가 높을수록 결혼만족도가 높은 것으로 해석하였다. 신뢰도 Cronbach'  $\alpha$ =.95이다. 자아존중감 척도는 Rogenberg의 척도를 수정한 최정혜의 척도(2004)를 사용하였다. 총 4문항으로서, 척도는 '전혀 그렇지 않다'에 1점에서 '정말 그렇다'에 5점을 주는 리커트 5점 척도로서 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것으로 해석하였다. 신뢰도 계수는 Cronbach'  $\alpha$ =.78이다. 직업만족도 척도는 본 연구자가 직접 만든 것으로, 직업에 대한 주관적인 만족도를 묻는 3문항으로 구성되었으며, 5점 Likert척도로서 점수가 높을수록 직업만족도가 높은 것으로 해석하였다. 본 척도의 신뢰도 계수는 Cronbach'  $\alpha$ =.86이다.

## 3. 분석방법

자료 분석은 SPSS WIN 12.0 Program을 이용하여, 빈도와 백분율, 신뢰도 분석, 평균, 독립표본 t검정, 일원변량 분석, Schffe test, 상관관계 분석, 회귀분석 등을 사용하였다.

그리고 연구문제 규명을 위해 결혼만족도와 자아존중감, 직업만족도를 낮은 집단과 높은 집단으로 나누었는데 그 기준은 평균값으로 하였다. 즉 결혼만족도 평균값 5.2168, 자아존중감 평균값 3.703, 직업만족도 평균값 3.9389점을 기준으로 평균값보다 점수가 낮으면 낮은 집단, 평균값보다 점수가 높으면 높은 집단으로 구분하여 처리하였다.

#### IV. 연구결과 및 해석

##### 1. 맞벌이교사들의 가족스트레스 정도

맞벌이교사들의 가족스트레스 정도를 살펴보면 다음의 <표 2>에 나타난 바와 같이, 맞벌이교사들의 가족스트레스 정도는 5점 만점에 평균 2.90으로 나타났다. 이는 중간점인 2.5점보다 높게 나타나 맞벌이 교사의 가족스트레스가 다소 있는 것으로 볼 수 있으며, 본 결과는 맞벌이부부의 가족관련 스트레스가 크다는 선행연구들(김경신, 김오남, 1996; 김태현, 김양호, 2003, 서혜영, 이숙현, 1999; 최정혜, 2005)을 지지하는 경향이다.

맞벌이교사들의 가족스트레스를 영역별로 살펴보면 '가사관련 스트레스'가 5점 만점에 3.06으로 가장 높고, 그 다음으로 '부모역할 스트레스' 3.05, '자녀역할 스트레스' 2.81, '부부역할 스트레스' 2.66 등으로 나타났다. 즉 맞벌이교사는 가족스트레스 중에서 '가사관련 스트레스'를 가장 크게 느끼고 있으며 근소한 차이로 '부모역할 스트레스'를 가지고 있는 것으로 나타났다. 일반 맞벌이부부의 가장 큰 가족스트레스가 자녀양육과 관련된 것으로 나타난데 비해(김경신의 1인, 1996; 김태현의 1인, 2003; 최정혜, 2004, 2005b) 본 연구에서는 '가사관련 스트레스'가 첫 번째 순위로 나타나고 그 다음으로 '부모역할 스트레스'가 나타났는데 이는 교사가 교재연구 등의 시간을 더 요하는 직업이기 때문에 가정생활을 병행하는 과정에서 상대적으로 '가사관련 스트레스'를 더 많이 느끼는 것이 아닌가 생각된다.

<표 2> 맞벌이교사들의 가족스트레스 정도

(N=289)

구분	M	SD
전체 스트레스	2.90	.67
부부역할 스트레스	2.66	.73
가사관련 스트레스	3.06	.87
부모역할 스트레스	3.05	.80
자녀역할 스트레스	2.81	.74

세 번째 순위로 나타난 '자녀역할 스트레스'는 맞벌이교사가 성인자녀 입장에서 노부모에 대한 자녀역할에 대해 스

트레스를 가지는 것으로, 맞벌이라는 상황 때문에 부모에게 효를 실행할 여건이 부족하기 때문에 느끼는 스트레스이다. '부부역할 스트레스'는 가장 낮게 나타났는데 이는 우리나라 가족이 여전히 부부중심보다는 자녀중심에 비중을 더 두기 때문에 나타난 결과로 해석할 수 있거나 또는 교사는 사회경제적 지위가 높아 맞벌이라는 어려운 상황 속에서도 부부역할을 서로 잘 수행해 나가기 때문에 상대적으로 낮게 나타난 것으로도 해석된다.

##### 2. 맞벌이교사들의 가족스트레스에 대한 대처전략

맞벌이교사들의 가족스트레스 대처전략을 살펴본 결과 다음의 <표 3>과 같이 나타났다. 맞벌이교사의 대처전략 사용 정도는 5점 만점에 평균 3.48로 높게 나타나서 맞벌이교사들이 가족스트레스 대처전략을 잘 사용하고 있는 것으로 볼 수 있다. 본 결과는 주말부부를 대상으로 가족스트레스 대처전략을 연구한 최정혜(2004)의 연구결과와 일치하는 경향이다.

맞벌이교사의 가족스트레스 대처전략을 하위영역별로 살펴보면 '인지 재구조화' 전략이 가장 높게(3.86) 나타났으며 다음으로 '역할분담' 전략(3.75)이 나타났다. 즉 맞벌이교사들이 가족스트레스 대처전략으로 가장 많이 사용하는 방법은 '인지 재구조화' 전략으로서 이는 매우 바람직한 것으로 생각된다. 학생을 가르치는 직업을 가진 교사가 스트레스 상황을 감소하기 위해 문제에 대해 인식의 전환을 갖는 것은 매우 적절하다고 생각되기 때문이다. 이는 일반 맞벌이 부부를 대상으로 한 선행연구(전영자, 1977; 최혜경, 노치영, 1994)와 일치하는 경향이다.

<표 3> 맞벌이교사들의 가족스트레스 대처전략

(N=289)

구분	M	SD
전체 대처전략	3.48	.44
인지 재구조화	3.86	.49
취미활동	2.89	.88
역할분담	3.75	.62
관리활동	3.51	.61
정서적 지원	2.81	.90

두 번째 순위로 나타난 ‘역할분담’ 전략은 맞벌이교사가 교재연구라는 특별한 시간을 할애해야 하는 조건을 가졌다는 점을 생각할 때 역할분담을 잘 활용함으로써 시간부족으로 인한 가족스트레스를 감소시키려는 의지가 엿보인다 하겠다. 이는 관련 선행연구(문숙재외1인, 2003; 최정혜, 2004)와 일치하는 경향이다. 그 다음으로 ‘관리활동’, ‘취미활동’, ‘정서적 지원’ 전략 순으로 나타나 맞벌이교사가 가족스트레스 대처전략으로 ‘취미활동’과 ‘정서적 지원’ 전략을 상대적으로 낮게 사용하고 있는 것으로 나타났다.

본 연구에서 맞벌이교사가 ‘정서적 지원’ 전략을 가장 적게 사용하고 있는 것은 의외의 결과였는데 이는 사회경제적 지위가 높은 교사들이 인지적 측면의 전략을 더 선호하는데 기인하기 때문이 아닌가 생각된다.

3. 맞벌이교사들의 가족건강성 및 관련변인

맞벌이교사들의 가족건강성은 <표 4>에 나타난 바와 같이 5점 만점에 평균 3.88점으로 나타나 가족건강성이 높은 것으로 나타났다. 본 결과는 일반 맞벌이부부를 대상으로 같은 측정도구를 사용한 선행연구결과(최정혜, 2005)와 일치하는 경향이나 홍성례와 유영주(2001), 최정혜(2004)의 주말부부의 가족건강성 보다는 조금 더 높게 나타났다.

<표 4> 맞벌이교사들의 가족건강성 (N=289)

구분	M	SD
총체적 가족건강성	3.88	.46
가족원간의 유대	4.01	.48
가족원간의 의사소통	3.87	.52
가족원간의 가치체계 공유	3.70	.56
가족문제해결 수행능력	3.93	.46

맞벌이교사들의 가족건강성을 하위영역별로 살펴보면 ‘가족원간의 유대’가 4.01로 가장 높고, 다음으로 ‘가족문제해결 수행능력’ 3.93, ‘가족원간의 의사소통’ 3.87, ‘가족원간의 가치체계 공유’ 3.70으로 나타났다. 즉 맞벌이교사들의 가족건강성 하위영역은 ‘가족원간의 유대’가 가장 높고 ‘가족원간의 가치체계 공유’가 상대적으로 낮게 나타나 선행연

구(어은주의 1인, 1997; 최정혜, 2004; 홍성례의 1인, 2001)와 일치하는 경향을 보이면서도 본 연구에서 가족건강성 하위영역의 점수가 전체적으로 조금씩 더 높게 나타났다. 특히 ‘가족원간의 유대’가 아주 높게 나타나 맞벌이교사집단에서 가족 간의 결속이 매우 강함을 보여준다.

한편 맞벌이교사들의 가족건강성에 유의한 관련변인들은 <표 5>에 나타난 바와 같이 가정의 월수입정도(p<.05), 자이존중감(p<.001), 직업만족도(p<.001), 결혼만족도(p<.001) 등으로 나타났다. 즉 맞벌이교사들의 가족건강성은 가정의 월수입 정도가 많을 때 높은 것으로 나타났으며 이는 관련 선행연구(정혜영, 오윤자, 2005)와 일치하는 경향이다. 또 맞벌이교사들의 가족건강성은 자이존중감이 높은 집단이 낮은 집단보다 더 높게 나타났으며 이는 자이존중감이 가족건강성에 유의한 변인임을 보고한 선행연구들(어은주의 1인, 1997; 최정혜, 2004)과 일치하는 경향이다.

<표 5> 맞벌이교사들의 관련변인에 따른 가족건강성 (N=289)

변인	N	M	F(t)	Sheffe	
성별	남교사	107	3.94	1.83	
	여교사	182	3.84		
연령	35세미만	55	3.90	1.00	
	35-40세미만	68	3.89		
	40-45세미만	112	3.82		
	45세-50세미만	35	3.93		
	50세이상	19	4.00		
교육 수준	전문대졸업	17	3.86	2.02	
	대학졸업	195	3.84		
	대학원졸업	77	3.97		
종교 유무	없음	132	3.83	-1.49	
	있음	157	3.91		
자녀수	1명	49	3.91	.28	
	2명	213	3.88		
	3명	27	3.82		
가정 월수입 정도	300만원미만	79	3.81	2.98 *	A
	300-400만원미만	79	3.81		
	400-500만원미만	83	3.93		
	500만원이상	48	4.01		
가족 형태	확대가족	49	3.84	-1.65	
	핵가족	240	3.88		
가사일 조력자 유무	없다	205	3.90	1.22	
	있다	84	3.83		

듣는 사람	고용인	32	3.89	
	남편부모	27	3.76	1.17
	아내부모	25	3.77	
결혼 지속 년수	5년미만	20	3.91	
	5-10년미만	54	3.90	
	10-15년미만	112	3.80	1.52
	15-20년미만	60	3.89	
	20년이상	43	3.99	
자아 존중감	낮은 집단	159	3.73	
	높은 집단	130	4.06	-6.58 ***
직업 만족도	낮은 집단	98	3.68	
	높은 집단	191	3.98	5.32 ***
결혼 만족도	낮은 집단	118	3.62	
	높은 집단	171	4.05	-8.81 ***

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

맞벌이교사들의 가족건강성은 직업만족도가 높은 집단이 낮은 집단보다 더 높게 나타나 직업만족도에 따라 가족건강성이 차이가 있음을 보여주었다. 맞벌이교사들의 결혼만족도가 높은 집단이 낮은 집단보다 가족건강성이 더 높게 나타나 결혼만족도 변인 역시 가족건강성에 유의한 관련변인임을 알 수 있다. 본 결과는 최정혜(2004, 2005a)의 연구와도 일치하는 경향이다.

4. 맞벌이교사들의 가족건강성에 대한 변인들의 영향력

맞벌이교사들의 가족건강성에 영향을 미치는 변인들의 상대적인 영향력을 살펴보기 위해서 먼저 독립변인들 간의 상관관계 분석을 실시한 결과는 다음의 <표 6>과 같다. 상관관계 분석을 위해 명목변인은 dummy처리 하였는데, 종교는 없으면 0, 있으면 1로, 가족형태는 확대가족은 0, 핵가족은 1로 dummy변수로 만들었다. 다중공선성의 여부를 확인하기 위해 독립변인들 간의 상관관계를 확인한 결과 .00~.63의 상관을 이루는 것으로 나타나 독립변인들 간의 다중공선성은 존재하지 않는 것으로 나타났다.

맞벌이교사들의 가족건강성과 가장 높은 상관을 나타내는 변인은 가족스트레스 대처전략( $r=.63$ )으로 나타났으며, 다음으로 결혼만족도( $r=.55$ ), 직업만족도( $r=.44$ ), 자아존중감( $r=.38$ ), 가족스트레스( $r=-.29$ ), 가정의 월수입( $r=.16$ ) 등으로 나타났다.

맞벌이교사들의 가족건강성에 대한 변인들의 상대적인 영향력을 알아보기 위해 회귀분석을 실시한 결과는 다음의 <표 7>과 같이 나타났다. 우선 회귀가정을 충족하는지의 여부를 살펴본 결과  $F=92.66(p<.001)$ , Durbin-Watson 계수

<표 6> 관련변인들 간의 상관관계

(N=289)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	1.00													
2	-.17**													
3	-.43**	.10												
4	.16**	.11	-.10											
5	-.02	.42**	.07	.01										
6	-.01	.30**	.19**	.02	.17**									
7	-.02	-.06	-.03	-.06	-.09	.09								
8	.07	.83**	.08	.12*	.45**	.26**	-.05							
9	-.07	-.06	.02**	-.02	-.11	.19**	-.08	-.06						
10	-.06	-.02	.10	.06	-.03	.15**	-.02	.00	.44**					
11	-.17**	-.01	.18**	.15*	-.05	.11	.14*	.01	.12*	.24**				
12	.18**	-.09	-.12*	-.03	.03	-.15*	.07	-.08	-.18**	-.13*	-.27**			
13	-.04	.01	.13*	.07	.02	.24**	.04	.06	.23**	.42**	.35**	-.28**		
14	-.11	.02	.10	.09	-.04	.16**	.03	.06	.38**	.44**	.55**	-.29**	.63**	1.00

1: 성별 2: 연령 3: 교육수준 4: 종교 5: 자녀수 6: 월수입정도 7: 가족형태 8: 결혼지속년수  
9: 자아존중감 10: 직업만족도 11: 결혼만족도 12: 가족스트레스 13: 스트레스 대처전략 14: 가족건강성



1.642로서 본 연구에서 채택한 회귀식이 회귀가정을 충족하는 것으로 나타났다.

맞벌이교사의 가족건강성에 가장 큰 영향을 미치는 변인은 가족스트레스 대처전략으로 나타났으며( $\beta=.410$ ), 그 다음으로 결혼만족도( $\beta=.357$ ), 자아존중감( $\beta=.165$ ), 직업만족도( $\beta=.113$ ) 순으로 나타났다. 즉 맞벌이교사들의 가족스트레스 대처전략 정도가 높을수록, 결혼만족도가 높을수록, 자아존중감이 높을수록, 직업만족도가 높을수록 가족건강성이 높다. 이들 4개의 독립변인에 의해 설명되는 맞벌이교사들의 가족건강성은 56.6%로서 높은 설명력을 갖는 것으로 나타났으며, 이 중 가족스트레스 대처전략 변인이 단독으로 약 40%의 설명력을 보였다. 본 결과는 맞벌이교사들의 가족건강성에 가족스트레스 대처전략이 매우 중요함을 보여주는 것으로서 앞으로 맞벌이교사들의 건강한 가족생활의 향상 방향을 제시한다 하겠다.

〈표 7〉 맞벌이교사의 가족건강성에 대한 변인들의 상대적인 영향력

(N=298)

변인	맞벌이교사의 가족건강성			
	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	Partial R <sup>2</sup>
가족스트레스 대처전략	.426	.410	.397	.397
결혼만족도	.138	.357	.519	.122
자아존중감	.120	.165	.557	.038
직업만족도	.080	.113	.566	.009
회귀상수				5.539
F				92.66***
R <sup>2</sup>				.566
D-W계수				1.642

\*\*\* p<.001

## V. 결론 및 제언

본 연구는 오늘날 사회적 이슈가 되고 있는 맞벌이부부의 문제를 규명하는 연구의 일환으로 맞벌이교사들의 가족스트레스와 대처전략, 가족건강성을 연구하고자 하였으며, 본 연구결과는 맞벌이교사의 삶의 질 향상을 위한 유용한 기초자료를 제공할 수 있을 것으로 기대한다.

본 연구대상자는 경남지역 J시의 맞벌이교사 289명이며

그 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 맞벌이교사들의 가족스트레스 정도는 5점 만점에 평균 2.90으로 스트레스가 다소 있는 것으로 보인다. 맞벌이교사의 가족스트레스를 하위영역별로 보았을 때 '가사관련 스트레스'가 가장 높고, '부모역할 스트레스'는 근소한 차이로 두 번째로 나타났다. '자녀역할 스트레스'와 '부부역할 스트레스'는 상대적으로 낮게 나타났다.

둘째, 맞벌이교사들의 가족스트레스에 대한 대처전략은 5점 만점에 평균 3.48점으로 높게 나타나 맞벌이교사들이 가족스트레스에 대해 대처전략을 잘 세우고 있는 것으로 보인다. 가족스트레스 대처전략을 하위영역별로 보았을 때 '인지 재구조화' 전략이 가장 높게 나타났으며, 다음으로 '역할 분담', '관리활동', '취미활동', '정서적 지원' 전략 순으로 나타났다.

셋째, 맞벌이교사들의 가족건강성은 5점 만점에 3.88점으로 높게 나타났다. 또한 맞벌이교사들의 가족건강성에 유의한 관련변인은 가정의 월수입정도, 자아존중감, 직업만족도, 결혼만족도 등으로 나타났다. 본 연구결과를 통해 볼 때 맞벌이교사들의 가족건강성에 유의한 관련변인은 사회인구학적 변인보다는 개인변인이 더 의미 있음을 보여주었다.

넷째, 맞벌이교사들의 가족건강성에 가장 영향을 미치는 변인은 가족스트레스 대처전략으로 나타났으며, 이 변인 단독의 설명력이 약 40%로서 매우 영향력 있는 변인으로 나타났다.

이상과 같은 연구결과를 통해 볼 때 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 맞벌이교사들의 가족스트레스 정도는 중간보다는 높게 나타나 교사라는 직업과 가족생활을 영위하는 과정에서 스트레스를 느끼고 있으므로 맞벌이교사들의 가족스트레스를 경감시킬 수 있는 방안이 모색되어야겠다고 생각한다. 특히 교사는 학생들의 귀감이라는 점에서 교사가 가족스트레스 없이 직장생활을 즐겁게 할 때 수업을 받는 학생들도 건강한 가족가치관을 정립할 것으로 생각한다. 또한 맞벌이교사의 가족스트레스 하위영역에서 '가사관련 스트레스'가 가장 높게 나타나 맞벌이 교사가 가족생활과 직장생활을 병행하는데 있어 '가사관련'의 어려움이 있음을 시사하였다. 이는 앞으로 맞벌이교사들의 가족스트레스를 경감하는 주요 방안으로 '가사관련 스트레스'를 어떻게 처리할 것인가 하는

방안 모색이 필요하다 하겠다.

둘째, 맞벌이교사들의 가족스트레스에 대한 대처전략으로 '인지 재구조화'전략을 가장 많이 쓰는 것으로 나타나 교사라는 직분에 알맞다고 생각된다. 다만 '정서적 지원'전략이 상대적으로 가장 낮게 나타난 점에 대해서는 추후 연구를 통해 좀 더 연구해야 할 부분이라고 생각한다.

셋째, 맞벌이교사들의 가족건강성이 높게 나타나서 바람직하게 생각된다. 하지만 교사가 앞으로 가족을 형성할 주체가 되는 학생들을 가르친다는 입장에서 볼 때, 교사들의 가족건강성을 좀 더 향상시킬 필요가 있다고 본다. 가족건강성 하위영역에서 '가족원간의 유대'영역이 상대적으로 높게 나타난 점은 가족건강성 향상을 위해 바람직한 부분으로 생각된다. 아울러 맞벌이교사들의 가족건강성에 가장 영향력을 미치는 변인으로 가족스트레스 대처전략이 나타난 점은 중요한 시사점을 준다. 맞벌이교사에게 있어 가족스트레스 대처전략이 어떠한가에 따라 가족건강성 여부가 좌우된다는 의미이므로 앞으로 가족스트레스 대처전략에 대한 연구도 이루어져야겠다고 생각한다.

마지막으로 본 연구가 가지는 제한점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구 결과는 우리나라 맞벌이교사의 가족스트레스와 대처전략, 가족건강성에 대한 일부 이해자료에 불과하며, 맞벌이 교사를 대상으로 이런 과제를 직접적으로 다룬 자료가 없기 때문에 연구결과를 선행연구와 체계적으로 비교하기에는 무리가 있었다. 둘째, 본 연구에 사용한 척도들이 표준화된 척도가 아니므로 연구결과를 맞벌이교사들의 전형적인 삶으로 일반화하기에는 한계가 있다는 점을 밝혀둔다.

### 참고문헌

김경신, 권오남(1996). 맞벌이 부부의 역할기대 및 역할갈등과 결혼만족도. **한국가정관리학회지**, 14(2), 1-18

김소영, 옥선화(2000). 기혼 남성의 아버지역할과 직업역할 몰입 유형화와 생활만족도. **한국가정관리학회지**, 18(2), 125-137.

김태현, 김양호(2003). 중년남성의 남성역시, 직장생활 및 가족생활과 심리적 복지에 관한 연구. **한국가족관계학회지**, 8(1), 99-120.

김혜신, 김경신(2003). 맞벌이부부의 부모역할갈등과 심리적 복지. **한국가정관리학회지**, 21(4), 117-131.

문숙재·윤소영(2003). 맞벌이 주말부부의 생활시간 분석. **한국가정관리학회지**, 21(2), 213-220.

박주희(2005). 취업주부의 다중역할 수행의 효과. **한국가정관리학회지**, 23(6), 117-131.

서혜영, 이숙현(1999). 남성의 일-아버지 역할 갈등과 부모역할 만족도 및 부모로서 의 유능감. **한국가족관계학회지**, 14(2), 257-280.

어은주, 유영주(1997). 도시가족의 건강성 및 관련변인 연구 -자녀교육기 가족의 주 부를 대상으로-. **한국가정관리학회지**, 15(4), 269-285.

유계숙(2004). 건강가족요소에 관한 연구-가족체계와 건강성을 중심으로-. **한국가족 관계학회지**, 9(2), 25-42.

유영주(2001). **건강가족연구**. 서울: 교문사.

\_\_\_\_\_(2004). 건강가족 확산을 위한 실천적 과제. **한국가족관계학회 추계학술대회**, 3-11.

전영자(1997). 전문직 취업주부의 스트레스와 대처방안, 심리적결과에 관한 연구. **대한가정학회지**, 35(1), 339-355.

정혜영, 오윤자(2005). 기혼 여교사의 가족건강성과 교사효능감에 대한 연구. **한국 가정관리학회지**, 23(6), 25-37.

조은숙(1997). **비전문직 취업모의 역할간장애에 대한 대처행동 정도와 지각된 대처효율 성 및 관련변수**. 서울대학교대학원 박사학위논문.

채로, 이기영(2004). 맞벌이부부의 가사노동시간과 생활만족도에 관한 연구. **한국가정관리학회지**, 22(5), 265-281.

최규련(1994). 가족체계유형과 부부간 갈등 및 대처방안에 관한 연구. **한국가정관리학회지**, 12(2), 140-152.

최정혜(2004). 주말부부의 가족스트레스, 대처전략 및 가족건강성 연구. **한국가정관리학회지**, 22(2), 69-83.

최정혜(2005a). 주말부부의 결혼만족도와 가족건강성. **대한가정학회지**, 43(3), 11-26.

최정혜(2005b). 맞벌이부부의 가족스트레스, 대처전략 및 직업만족도-맞벌이부부 남편과 아내의 비교-. **대한가정학회지**, 43(10), 55-68.

최혜경·노치영(1994). 기혼남녀의 부부간 문제해결 행동유형. **한국가정관리학회지**, 12(2), 262-272.

통계청(2003). 2003 통계로 본 **우리교육**, 교원의 연령별 성별 현

- 황.  
통계청(2004). <http://www.nso.go.kr>
- 홍성례, 유영주(2001). 남편이 지각한 가족의 건강성과 결혼만족도에 관한 연구. *건강가족연구*, 서울: 교문사, 423-461.
- Barnett, R. C. Marshall, Nancy L. and Peck, J. H.(1992). Men's multiple roles and their relationship to men's psychological distress, *Journal of Marriage and the Family*, 54(May), 358-367.
- Barnett, R. C.(1994). Home-to-work spillover revisited: A study of full time employed women in dual-earner couples. *Journal of Marriage and the Family*, 56, 647-656.
- Beutell, N. J. & Greenhaus, J. H.(1983). Integration of home and non-home roles: Women's coping and conflict behavior. *Journal of Applied Psychology*, 6, 43-48.
- Brigman, K. M. L., Schons, J., & Stinnett, N.(1986). Strengthens of families in a society under stress: A study of strong families in Iraq. *Family Perspective*, 20, 61-73.
- Galambos, N. L. & Sibereisen, R. K.(1989). Role strain in West German dual-career households. *Journal of Marriage and the Family*, 51(2), 323-330.
- Lazarus, R. & Folkman, S.(1984). *Stress, appraisal, and coping*. N.Y: Springer.
- McCubbin, H. I. & Patterson, J. M. (1983). *The family stress process: The double ABCX model of adjustment and adaption*. In H. I. McCubbin, M. B. Sussman & J. M. Patterson (eds). *Social stress and the family : Advances and developments in family stress theory and research*. New York: Haworth Press.
- Olson D.H. & DeFrian J.(2003). *Marriage and families: Intimacy, diversity and strengths*, McGraw Hill Co.
- O'Neal, R. & Greenberger, E.(1994). Patterns of commitment to work and parenting: Implications for role strain. *Journal of Marriage and the Family*, 56, 101-118.
- Stinnett, N., & Sauer, K. H.(1979). Relationship characteristics of strong families. *Family Perspectives*, 11, 3-11.

#### <국문요약>

이 연구는 맞벌이교사들의 가족스트레스와 대처전략, 그리고 가족건강성을 규명하고자 하였다. 이 연구의 조사대상은 경남지역의 맞벌이교사 289명이며, 본 연구 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 맞벌이교사들의 가족스트레스 정도는 5점 만점에 평균 2.90으로 나타났다. 맞벌이교사의 가족스트레스를 하위영역별로 보았을 때 '가사관련 스트레스'가 가장 높고 '부모역할 스트레스'는 근소한 차이로 두 번째로 나타났다.
2. 맞벌이교사들의 가족스트레스에 대한 대처전략 사용정도는 5점 만점에 평균 3.48점으로 나타났다. 대처전략을 하위영역별로 보았을 때 '인지 재구조화' 전략을 가장 많이 사용하고 있는 것으로 나타났다.
3. 맞벌이교사들의 가족건강성은 5점 만점에 3.88점으로 가족건강성이 높게 나타났다. 그리고 맞벌이 교사들의 가족건강성에 유의한 관련변인은 가정의 월수입정도, 자아존중감, 직업만족도, 결혼만족도 등으로 나타났다.
4. 맞벌이교사의 가족건강성에 가장 영향을 미치는 변인은 가족스트레스 대처전략으로 이 변인 단독의 설명력이 약 40%로서 매우 영향력 있는 변인으로 나타났다.

결론적으로 맞벌이교사들의 가족스트레스는 조금 있는 편이며, 가족스트레스 대처전략을 적극적으로 사용하고 있는 것으로 나타났다. 또한 맞벌이교사들의 가족건강성은 높게 나타나 맞벌이교사들이 직장과 가정생활을 잘 양립하고 있음을 알 수 있었다. 본 연구에서 맞벌이교사들의 가족건강성을 좌우하는 가장 큰 요인으로는 가족스트레스 대처 전략이 밝혀져 앞으로 가족스트레스 대처전략을 육성할 수 있는 방안을 모색해야 하겠다.