Journal of Convergence for Information Technology
Vol. 9. No. 9, pp. 258-268, 2019
e-ISSN 2586-4440
DOI : https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2019.9.9.258

피부관리사의 스트레스가 피로도와 우울증에 미치는 영향

신미자
동명대학교 뷰티케어학과 강사

The Effects of Job Stress on Fatigue and Depression in Aesthetician

Mi-Ja Shin
Lecturer, Department of Beauty Care, Dongmyong University

요 약 본 연구의 목적은 피부관리사들의 직무스트레스와 사회·심리적스트레스가 피로도와 우울증에 미치는 요인을 알아보기 위하여 부산광역시 133명의 피부관리사를 대상으로 실시하였다. 분석은 빈도분석, t-Test, ANOVA, 회귀분석을 하였다. 본 연구의 결과 첫째, 피부관리사들의 직무스트레스는 평균 2.57점으로 나타났고, 연령, 최종학력, 직위 일평균 근무시간, 피부관리실 유형이 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 둘째, 피부관리사들의 사회·심리적 스트레스는 평균 2.45점으로 나타났고, 연령, 결혼상태, 근무연수, 직위가 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 셋째, 피부관리사들의 피로도와 우울증의 차이는 피로도는 평균 4.16점으로 나타났고, 우울증은 평균 1.54점으로 나타났다. 넷째, 사회·심리적스트레스 요인은 우울증에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 피부관리사들의 피로도와 우울증을 줄이기 위한 근로자의 정규직화, 합법적 근무 시간의 조정 및 타 업종과의 유사한 급여 시스템 구축이 필요하다.

주제어 : 피부관리사, 직무스트레스, 사회·심리적스트레스, 피로도, 우울도

Abstract The purpose of this study was to investigate the effects of stress factors on fatigue and depression of aesthetician. The subjects of this study were 133 Aesthetician in Busan Metropolitan City. Analysis was done by frequency analysis, t-test, one-way ANOVA and regression analysis. The results of this study are as follows. First, the aesthetician showed an average 2.57 of job stress. Second, the aesthetician showed an average 2.45 of socio-psychological stress. Third, the aesthetician showed an average fatigue(4.16) and depression(1.54). Therefore, in order to reduce the duties and socio-psychological stress of the aesthetician, fatigue and depression are reduced through regularization of the employees, adjustment of legal working hours, and establishment of similar paying system. Finally, it is necessary to lower the turnover rate of the aesthetician and increase the job satisfaction.

Key Words : Aesthetician, Job Stress, Socio-psychological Stress, Fatigue, Depression

1. 서론

우리나라의 급속한 경제성장은 소득과 생활수준이 향상되었고 이로인한 질적 수준의 향상 즉 건강하고 인간다운 삶에 대한 욕구가 증가되었다. 특히 여성들의 경제활동의 증가와 경제적 안정은 소비시장에서 높은 구매력을 지닌 소비집단으로 등장하였고, 신체적·정신적 스트레스 해소를 위해 피부미용에 투자하고자 하는 욕구도 강하게 나타났다[1,2].

피부미용은 개인의 외모에서 부족한 부분을 보완하여 스스로의 만족감과 행복감을 제공한다. 또한 자아의식을 강화시켜 삶에 자신감과 참여 의식을 높여준다[3]. 따라서 미용은 인간다운 삶에 대한 불가결한 요소이며 부여되는 매우 중요한 가치로, 피부미용업의 대중화와 좋은 시장성은 큰

*Corresponding Author : Mi-Ja Shin(smj3495@naver.com)
Received August 5, 2019
Revised August 30, 2019
Accepted September 20, 2019
Published September 28, 2019

성장성을 보이고 있다. 특히 성형외과나 피부과 등에서 부설 스킨케어 클리닉 개설 등 높은 경쟁을 보이고 있다. 이는 미용 산업의 발전과 더불어 전문 인력 양성 및 활동 범위의 다양화 및 세분화로 나타나기 시작했다[4].

과거의 단순 노동에서 벗어나 수(手)관리, 다양한 제품 및 기기 활용 등 체계적이고 전문적인 기초지식을 바탕으로 소비자에게 피부나 체형관리를 함으로써 만족감을 극대화 시키고 있다. 반면 피부관리사들은 단순 반복 작업과 함께 올바르지 못한 자세, 과도한 노동시간, 저임금, 열악한 복리후생과 더불어 타 직업군에 비해 높은 정신적·신체적 스트레스를 받고 있는 실정이다[4,5].

스트레스 요인으로는 고객과의 갈등, 열악한 작업 환경, 저임금, 다단계의 프로그램, 과중된 관리량, 동료와의 갈등, 부당 대우 등을 들 수 있다. 이러한 스트레스 요인이 만성적으로 축적되고 지속되면 건강상 장해요인이 되어 개인이나 피부관리 직무 및 동료들에게 부정적 영향을 미치게 된다[6,7]. 특히 우울증은 우리나라 국민 25% 정도는 적어도 한 번 이상의 우울증을 경험하고 있어 우울과 스트레스에 대해 적극적인 관심과 치료의 필요성이 대두할만큼 현대 사회에서는 중요한 사회적 문제로 지적되고 있다[8,9].

Son[10]의 연구에 따르면 서비스 산업의 발달, 피부미용에 대한 사회적 인식의 변화로 피부미용업은 날로 발전하고 커지고 있다. 전문직으로써 피부미용업의 급속한 발전은 여러 문제점을 안고 있으며, 취약한 관리실의 관리 여건 등으로 다른 직종에 비해 건강상 문제점을 많이 가지고 있다고 하였다[6,10].

Shin[11]의 연구에 따르면 피부관리사들은 고정된 자세에서 근골격계 질환의 통증을 유발하는 허리와 목을 이용한 한쪽 방향으로 구부리는 자세, 손이나 손가락, 손목에 힘을 주거나 꺾는 자세 등은 직무의 능률을 저하시키게 된다[6,11].

이렇듯 피부관리사들의 과중 업무량과 열악한 작업 환경으로 받는 스트레스는 작업을 수행하는데 있어서 생산성과 효율성을 저하시킬 뿐 아니라 피부관리사의 건강에도 부정적 영향을 미친다고 할 수 있다[12].

그러나 그 동안 직무만족도에 대한 연구는 다양한 직업군을 대상으로 많이 이루어졌지만 피부관리사에 대한 직무만족도는 부족하였고, 피부관리사의 스트레스가 피로도와 우울증에 미치는 연구 역시 매우 미흡한 실정이다.

따라서 본 연구에서는 피부관리사의 직무 스트레스와 사회·심리적 스트레스 요인을 파악하고 피부관리사의 피로도와 우울증에 미치는 영향을 알아봄으로써 피부관리사들의 신체적·정신적 건강 개선 방안 마련을 위한 기초자료를 제공하고자 실시하였다.

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구는 부산광역시 피부관리실에 종사하고 있는 피부관리사를 대상으로 설문조사를 실시하였다. 피로도와 우울증 분석에 필요한 연구대상자 수는 G*power 3.1 프로그램을 이용하여 검정력 0.80, effect size 0.5, 유의수준 0.5로 산출한 결과 102명으로 산출되었지만 설문과정에서 10% 정도의 탈락률을 고려하여 150부의 설문지를 배부하였다. 설문지는 2019년 5월 13일부터 5월 25일까지 자기기입식 설문조사를 실시하였다. 이 중 응답이 불성실한 설문지 17부를 제외하고 총 133부가 최종분석에서 사용되었다.

2.2 측정변수

2.2.1 대상자의 일반적 특성 및 생활습관 특성

일반적 특성을 알아보기 위하여 연령, 성별, 결혼여부, 최종학력, 근무연수, 직위, 일평균 근무시간, 피부관리실 형태, 월 평균 수입에 관한 9문항으로 구성하였고, 생활습관을 알아보기 위하여 흡연여부, 음주여부, 규칙적 운동여부에 관한 3문항으로 구성하였다.

2.2.2 직무 스트레스

직무스트레스는 한국산업안정보건연구원에서 개발한 한국형 직무스트레스 측정도구를 사용하여 사용하였다. 총 43문항으로 구성되어 있으며 Likert 4점 척도로 구성한 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '매우 그렇다' 4점으로, 점수가 높을수록 직무스트레스 요인이 높다.

2.2.3 사회·심리적 스트레스

사회·심리적 스트레스 모형은 PWI-SP (Psychosocial Well-being Index Short Form)모형을 근거로 개발한 Jang[13]의 설문지를 사용하였다. 총 18문항으로 구성되어 있으며 Likert 4점 척도로 구성한 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '매우 그렇다' 4점으로, 점수가 높을수록 사회·심리적 스트레스 요인이 높다.

2.2.4 피로도

피로도 측정도구는 Jang[13]이 개발한 다차원 피로도 측정(Multidimensional Fatigue Scale: MFS)를 사용하였다. 총 19문항으로 구성되어 있으며 Likert 7점 척도로 점수가 높을수록 피로도가 높다.

2.2.5 우울증

우울증을 알아보기 위하여 벡의 우울척도(Beck Depression Inventory: BDI)를 사용하여, 총 21문항으로 구성되어 있으며 Likert 4점 척도로 구성한 각 문항은 '우울하지 않다' 1점, 우울 정도에 따라 2점부터 4점으로 점수가 높을수록 우울증 요인이 높다.

2.3 신뢰도 분석

본 연구에 사용된 변수들의 신뢰도 평가를 위해 chrombach`s α계수를 이용한 내적일관성법을 사용하여 검증하였다. 직무스트레스의 chrombach`s α값은 .537, 사회·심리적스트레스의 chrombach`s α값은 .462, 피로도의 chrombach`s α값은 .948, 우울증의 chrombach`s α값은 .911로 나타나, 사회·심리적스트레스는 낮은 신뢰도를 보였고, 직무스트레스, 피로도, 우울증은 높은 신뢰도를 보였다.

2.4 분석방법

자료분석은 SPSS 24.0을 이용하여 인구사회학적 특성은 빈도분석을 하였고, 일반적 특성과 생활습관에 따른 직무 스트레스와 사회·심리적 스트레스, 피로도와 우울증 차이를 알아보기 위하여 독립표본 t-Test와 일원배치 분산분석을 하였고. 피부관리사의 스트레스가 피로도와 우울증에 미치는 영향 요인을 분석하기 위하여 회귀분석을 실시하였다. 모든 검정은 p=.05를 유의수준으로 하였다.

3. 연구결과

3.1 연구대상자의 일반적 특성과 생활습관

연구대상자의 일반적 특성과 생활습관 결과는 Table 1과 같다. 연령은 '20-29세'가 41.4%로 가장 많았고, '40-49세', '30-39세' 순이었다. 성별은 남자가 1.5%, 여자가 98.5% 이었고, 결혼상태는 미혼이 61.7%, 기혼이 38.3% 이었다. 최종학력은 '전문대학 졸업'이 54.9%로 가장 많았고, '대학교 졸업', ' 고등학교 졸업' 순이었다. 근무년수는 '10-19년'이 33.1%로 가장 많았고, '3-5년'. '1-2년' 순이었다. 직위는 '사원'이 45.9%로 가장 많았고, '실장', '원장' 순이었다. 일평균 근무시간은 '10시간'이 57.9%로 가장 많았고, '8시간 이하', '12시간 이상' 순이었다. 피부관리실 유형은 '개인 샵'이 42.9%로 가장 많았고, '기업 직영', '프랜차이즈' 순이었다. 월평균 수입은 '200만원 미만'이 43.6%로 가장 많았고, '200만원 이상~300만원 미만', '300만원 이상~400만원 미만' 순이었다. 흡연은 비흡연이 80.5%, 흡연이 19.5% 이었고, 음주는 '주 1-2회'가 34.6%로 가장 많았고, '월 1회', '금주''주 3-5회' 순이었다. 운동은 비운동이 85.0%, 규칙적 운동이 15.0% 이었다.

3.2 일반적 특성과 생활습관에 따른 직무 스트레스의 차이

연구대상자의 일반적 특성과 생활습관에 따른 직무 스트레스의 차이 평균은 2.57점이었고 결과는 Table 2와 같다.

일반적 특성에서는 연령(p=.037), 최종학력(p=.050), 직위(p=.050), 일평균 근무시간(p=.017), 피부관리실 유형(p=.002)가 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

연령은 '20-29세'가 2.60점으로 가장 높았고, 연령이 높아질수록 직무스트레 평균 점수는 낮았다. 최종학력은 '대학원 이상'이 2.62점으로 가장 높았고, 학력이 낮을수록 직무스트레스 점수는 낮았다. 직위는 '원장'이 2.59점으로 가장 높았고, 직위가 낮을수록 직무스트레스 점수는 낮았다. 일평균 근무시간은 '12시간 이상'이 2.59점으로 가장 높았고 근무시간이 짧을수록 직무 스트레스 점수는 낮았다. 피부관리실 유형은 '프랜차이즈'가 2.62점으로 가장 높았고, '개인샵', '기업 직영', '병원 부설' 순이었다.

생활습관은 흡연은 '비흡연'이 2.57점, 음주는 '금주'가 2.60점, 운동은 규칙적 운동을 하는 사람이 2.59점으로 가장 높았지만 통계적으로 유의하지는 않았다.

3.3 일반적 특성과 생활습관에 따른 사회·심리적 스트레스의 차이

연구대상자의 일반적 특성과 생활습관에 따른 사회·심리적 스트레의 차이 평균은 2.45점이었고, 결과는 Table 3과 같다.

일반적 특성에서는 연령(p=.005), 결혼상태(p=.026), 근무연수(p=.005), 직위(p=.038)가 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

연령은 '20-29세'가 2.51점으로 가장 높았고, '30-39세', '40-49세', '50-59세' 순이었다. 연령이 높을수록 사회·정신적 스트레스 평균 점수는 높게 나타났다. 결혼상태는 '미혼', '기혼' 순으로 나타났다. 근무연수는 '6-9년'이 가장 높았고,

'3-5년', '1-2년' 순이었다. 직위는 '사원'이 2.50점으로 가장 높았고, '실장', '원장' 순이었다.

생활습관은 흡연은 '비흡연'이 2.47점, 음주는 '1일 1회'가 2.55점, 운동은 '규칙적 운동'이 2.49점으로 가장 높았지만 통계적으로 유의하지 않았다.

3.4 일반적 특성과 생활습관에 따른 피로도의 차이

연구대상자의 일반적 특성과 생활습관에 따른 피로도의 차이 평균은 4.16점이었고, 결과는 Table 4와 같다.

일반적 특성에서는 결혼상태(p=.032), 최종학력(p=.000), 근무연수(p=.026), 월 평균 수입(p=.023)이 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

결혼상태는 '기혼', '미혼' 순으로 기혼이 미혼보다 피로도가 높은 것으로 나타났다. 최종학력은 '고등학교 졸업'이 5.06점으로 가장 높았고, '대학교 졸업', '전문대학교 졸업' 순으로 학력이 낮을수록 피로도가 높은 것으로 나타났다. 근무연수는 '10-19년'이 4.45점으로 가장 높았고, '20년 이상', '6-9년' 순으로 나타나 근무연수는 낮을수록 피로도는 낮은 것으로 나타났다. 월 평균수입은 '400만원 이상'이 4.79점으로 가장 높게 나타났고, '300-400만원 미만', '200-300만원 미만' 순으로 나타나 월 평균수입이 높을수록 피로도가 높은 것으로 나타났다.

생활습관은 흡연은 '흡연'이 4.65점, 음주는 '1일 1회'가 5.86점, 운동은 '비운동'이 4.20점으로 높게 나타났고, 흡연(p=.022), 음주(p=.010)가 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

Table 1. Subjects' General Characteristics and Life Habit

Division	variable		N	%
General Characteristics	Age	20-29	55	41.4
		30-39	29	21.8
		40-49	36	27.1
		50-59	13	9.8
	Gender	male	2	1.5
		female	131	98.5
	Marital status	single	82	61.7
		married	51	38.3
	Education level	high school	23	17.3
		college	73	54.9
		university	24	18.0
		graduate school	13	9.8
	years of service	1-2	29	21.8
		3-5	34	25.6
		6-9	16	12.0
		10-19	44	33.1
		20〈	10	7.5
	post position	director	30	22.6
		head	33	24.8
		employee	61	45.9
		etc.	9	6.8
	Average of working hours per day	≦8	49	36.8
		10	77	57.9
		12〈	7	5.3
	Asthetic Type	franchise	31	23.3
		private shop	57	42.9
		corporate	35	26.3
		hospital department	10	7.5
	Average Income per Month (10 thousand won)	〈200	58	43.6
		200 〈 300	50	37.6
		300 〈 400	17	12.8
		400〈	8	6.0
Life Habit	Smoking	no	107	80.5
		yes	26	19.5
	Drinking	no	22	16.5
		1/month	37	27.8
		1-2/week	46	34.6
		3-5/week	22	16.5
		1/day	6	4.5
	Refular Excercise	no	113	85.0
		yes	20	15.0
Total			133	100.0

Table 2. Differences in Job Stress by General Characteristics and Life Habit

Division	Variable		N	M±SD	t/F (p)
General Characteristics	Age	20-29	55	2.60±.151	4.461 (.037)
		30-39	29	2.57±.135	
		40-49	36	2.53±.115	
		50-59	13	2.54±.206	
	Gender	male	2	2.56±.197	.010 (.921)
		female	131	2.57±.145	
	Marital status	single	82	2.58±.134	1.124 (.291)
		married	51	2.55±.162	
	Education level	high school	23	2.52±.192	3.784 (.050)
		college	73	2.57±.113	
		university	24	2.58±.187	
		graduate school	13	2.62±.116	
	years of service	1-2	29	2.54±.139	.269 (.605)
		3-5	34	2.60±.124	
		6-9	16	2.60±.174	
		10-19	44	2.56±.119	
		20〈	10	2.50±.249	
	post position	director	30	2.59±.169	3.863 (.050)
		head	33	2.59±.139	
		employee	61	2.55±.138	
		etc.	9	2.47±.102	
	Average of working hours per day	≦8	49	2.53±.120	5.859 (.017)
		10	77	2.59±.134	
		12〈	7	2.59±.316	
	Asthetic Type	franchise	31	2.62±.156	10.192 (.002)
		private shop	57	2.57±.148	
		corporate	35	2.53±.123	
		hospital department	10	2.49±.117	
	Average Income per Month (10 thousand won)	〈200	58	2.56±.126	.034 (.853)
		200 〈 300	50	2.57±.143	
		300 〈 400	17	2.58±.146	
		400〈	8	2.56±.276	
Life Habit	Smoking	no	107	2.57±.135	.780 (.379)
		yes	26	2.54±.184	
	Drinking	no	22	2.60±.167	1.904 (.170)
		1/month	37	2.58±.110	
		1-2/week	46	2.54±.133	
		3-5/week	22	2.57±.203	
		1/day	6	2.51±.066	
	Refular Excercise	no	113	2.56±.149	.676 (.412)
		yes	20	2.59±.134	
Total			133	2.57±.145	

Table 3. Differences in Socio-psychological Stress by General Characteristics and Life Habit

Division	Variable		N	M±SD	t/F (p)
General Characteristics	Age	20-29	55	2.51±.220	8.359 (.005)
		30-39	29	2.44±.115	
		40-49	36	2.43±.195	
		50-59	13	2.32±.316	
	Gender	male	2	2.53±.118	.260 (.611)
		female	131	2.45±.214	
	Marital status	single	82	2.48±.200	5.066 (.026)
		married	51	2.40±.222	
	Education level	high school	23	2.36±.273	2.162 (.144)
		college	73	2.47±.160	
		university	24	2.51±.281	
		graduate school	13	2.43±.173	

	years of service	1-2	29	2.49±.225	8.202 (.005)
		3-5	34	2.51±.185	
		6-9	16	2.52±.163	
		10-19	44	2.36±.208	
		20〈	10	2.42±.248	
	post position	director	30	2.40±.157	4.411 (.038)
		head	33	2.41±.272	
		employee	61	2.50±.197	
		etc.	9	2.46±.177	
	Average of working hours per day	≦8	49	2.48±.201	2.273 (.134)
		10	77	2.44±.197	
		12〈	7	2.37±.399	
	Asthetic Type	franchise	31	2.39±.267	2.281 (.133)
		private shop	57	2.47±.201	
		corporate	35	2.49±.171	
		hospital department	10	2.45±.196	
	Average Income per Month (10 thousand won)	〈200	58	2.47±.214	.993 (.321)
		200 〈 300	50	2.44±.223	
		300 〈 400	17	2.44±.183	
		400〈	8	2.41±.207	
Life Habit	Smoking	no	107	2.47±.190	2.658 (.105)
		yes	26	2.39±.269	
	Drinking	no	22	2.43±.287	.016 (.900)
		1/month	37	2.46±.142	
		1-2/week	46	2.47±.180	
		3-5/week	22	2.39±.287	
		1/day	6	2.55±.150	
	Refular Excercise	no	113	2.45±.218	.726 (.396)
		yes	20	2.49±.174	
Total			133	2.45±.212	

Table 4. Differences in Fatigue by General Characteristics and Life Habits

Division	Variable		N	M±SD	t/F (p)
General Characteristics	Age	20-29	55	3.89±1.13	3.301 (.072)
		30-39	29	4.71±1.04	
		40-49	36	3.86±1.26	
		50-59	13	4.97±1.15	
	Gender	male	2	4.47±.297	.129 (.720)
		female	131	4.16±1.23	
	Marital status	single	82	3.99±1.15	4.674 (.032)
		married	51	4.45±1.28	
	Education level	high school	23	5.06±.980	18.693 (.000)
		college	73	4.06±1.07	
		university	24	4.16±1.36	
		graduate school	13	3.15±1.21	
	years of service	1-2	29	3.83±1.25	5.079 (.026)
		3-5	34	3.99±.906	
		6-9	16	4.23±1.23	
		10-19	44	4.45±1.16	
		20〈	10	4.36±2.01	
	post position	director	30	4.43±1.32	2.167 (.143)
		head	33	4.21±1.26	
		employee	61	4.03±1.09	
		etc.	9	4.04±1.60	
	Average of working hours per day	≦8	49	4.05±1.25	1.387 (.241)
		10	77	4.19±1.15	
		12〈	7	4.68±1.70	
	Asthetic Type	franchise	31	4.27±1.27	2.868 (.093)
		private shop	57	4.20±1.25	
		corporate	35	4.34±1.09	
		hospital department	10	3.01±.736	

	Average Income per Month (10 thousand won)	〈200	58	3.91±1.18	5.286 (.023)
		200 〈 300	50	4.29±1.11	
		300 〈 400	17	4.37±1.41	
		400〈	8	4.79±1.57	
Life Habit	Smoking	no	107	4.05±1.22	5.351 (.022)
		yes	26	4.65±1.11	
	Drinking	no	22	4.08±1.42	6.846 (.010)
		1/month	37	3.98±.969	
		1-2/week	46	3.97±1.24	
		3-5/week	22	4.49±1.04	
		1/day	6	5.86±.988	
	Refular Excercise	no	113	4.20±1.25	.651 (.421)
		yes	20	3.96±1.05	
Total			133	4.16±1.22	

Table 5. Differences in Depression by General Characteristics and Life Habits

Division	Variable		N	M±SD	t/F (p)
General Characteristics	Age	20-29	55	1.51±.408	.317 (.574)
		30-39	29	1.63±.405	
		40-49	36	1.47±.399	
		50-59	13	1.68±.478	
	Gender	male	2	1.52±.067	.004 (.949)
		female	131	1.54±.417	
	Marital status	single	82	1.55±.423	.093 (.761)
		married	51	1.53±.404	
	Education level	high school	23	1.77±.431	4.228 (.007)
		college	73	1.52±.375	
		university	24	1.36±.311	
		graduate school	13	1.61±.590	
	years of service	1-2	29	1.47±.490	1.408 (.235)
		3-5	34	1.55±.330	
		6-9	16	1.54±.334	
		10-19	44	1.52±.400	
		20〈	10	1.82±.561	
	post position	director	30	1.57±.441	1.638 (.184)
		head	33	1.66±.385	
		employee	61	1.47±.396	
		etc.	9	1.50±.502	
	Average of working hours per day	≦8	49	1.46±.400	3.138 (.049)
		10	77	1.58±.429	
		12〈	7	1.67±.278	
	Asthetic Type	franchise	31	1.61±.430	2.689 (.049)
		private shop	57	1.54±.440	
		corporate	35	1.42±.307	
		hospital department	10	1.80±.437	
	Average Income per Month (10 thousand won)	〈200	58	1.52±.417	.528 (.664)
		200 〈 300	50	1.55±.390	
		300 〈 400	17	1.65±.476	
		400〈	8	1.47±.447	
Life Habit	Smoking	no	107	1.51±.408	3.123 (.080)
		yes	26	1.67±.422	
	Drinking	no	22	1.49±.323	3.282 (.013)
		1/month	37	1.42±.323	
		1-2/week	46	1.66±.508	
		3-5/week	22	1.46±.330	
		1/day	6	1.91±.376	
	Refular Excercise	no	113	1.57±.421	4.335 (.039)
		yes	20	1.37±.328	
Total			133	1.54±.414	

3.5 일반적 특성과 생활습관에 따른 우울증의 차이

연구대상자의 일반적 특성과 생활습관에 따른 우울증의 차이 평균은 1.54점이었고, 결과는 Table 5와 같다.

일반적 특성에서는 최종학력(p=.007), 일평균 근무시간(p=.049), 피부관리실 유형(p=.049)가 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

최종학력은 '고등학교 졸업'이 1.77점으로 가장 높았고, '대학원 이상', '전문대학 졸업' 순으로 나타났다. 일평균 근무시간은 '12시간 이상'이 1.67점으로 가장 높았고, '10시간', '8시간 이하' 순이었다. 피부관리실 유형은 '병원 부설'이 1.80점으로 가장 높게 나타났고, '프랜차이즈', '개인샵' 순이었다.

생활습관은 흡연은 '흡연'이 1.67점, 음주는 '1일 1회'가 1.91점, 운동은 '비운동'이 1.57점이 가장 높았고, 음주(p=.013), 운동(p=.039)이 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

3.6 피부관리사의 직무 스트레스, 사회·심리적 스트레스와 피로도, 우울증 간의 상관관계

각 변수 간의 상관관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시한 결과는 Table 6과 같다.

직무 스트레스와 사회·심리적스트레스에서 사회심리적 스트레스(r=.209)가 우울증 간에 양(+)의 상관관계가 있는 것으로 나타났다(p=.016).

3.7 피부관리사의 직무 스트레스, 사회·심리적 스트레스가 피로도와 우울증에 미치는 영향

피부관리사의 직무 스트레스와 사회·심리적 스트레스가 피로도와 우울증에 미치는 영향을 알아본 결과는 Table 7과 같다.

직무 스트레스와 사회·심리적 스트레스가 피로도와 우울증에 미치는 영향을 파악하기 위하여 직무 스트레스와 사회·심리적 스트레를 독립변수로 하고 피로도와 우울증을 종속변수로 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 모든 독립변수들의 공차는 .989∽.992, VIF는 1.009∽1.011로 나타나 다중공선성은 없는 것으로 확인되었다. 회귀모형의 설명력은 피로도는 0.6%, 우울증은 3%이었다. 독립변수로서 사회·심리적스트레스는 우울증에 통계적으로 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Table 5. Differences in Depression by General Characteristics and Life Habits

Division	Variable		N	M±SD	t/F (p)
General Characteristics	Age	20-29	55	1.51±.408	.317 (.574)
		30-39	29	1.63±.405	
		40-49	36	1.47±.399	
		50-59	13	1.68±.478	
	Gender	male	2	1.52±.067	.004 (.949)
		female	131	1.54±.417	
	Marital status	single	82	1.55±.423	.093 (.761)
		married	51	1.53±.404	
	Education level	high school	23	1.77±.431	4.228 (.007)
		college	73	1.52±.375	
		university	24	1.36±.311	
		graduate school	13	1.61±.590	
	years of service	1-2	29	1.47±.490	1.408 (.235)
		3-5	34	1.55±.330	
		6-9	16	1.54±.334	
		10-19	44	1.52±.400	
		20〈	10	1.82±.561	
	post position	director	30	1.57±.441	1.638 (.184)
		head	33	1.66±.385	
		employee	61	1.47±.396	
		etc.	9	1.50±.502	
	Average of working hours per day	≦8	49	1.46±.400	3.138 (.049)
		10	77	1.58±.429	
		12〈	7	1.67±.278	

	Asthetic Type	franchise	31	1.61±.430	2.689 (.049)
		private shop	57	1.54±.440	
		corporate	35	1.42±.307	
		hospital department	10	1.80±.437	
	Average Income per Month (10 thousand won)	〈200	58	1.52±.417	.528 (.664)
		200 〈 300	50	1.55±.390	
		300 〈 400	17	1.65±.476	
		400〈	8	1.47±.447	
Life Habit	Smoking	no	107	1.51±.408	3.123 (.080)
		yes	26	1.67±.422	
	Drinking	no	22	1.49±.323	3.282 (.013)
		1/month	37	1.42±.323	
		1-2/week	46	1.66±.508	
		3-5/week	22	1.46±.330	
		1/day	6	1.91±.376	
	Refular Excercise	no	113	1.57±.421	4.335 (.039)
		yes	20	1.37±.328	
Total			133	1.54±.414	

Table 6. Correlations between Job Stress, Socio-psychological Stress and Fatigue, Depression in Aesthetician

	Fatigue	Depression	Job Stress	Socio-psychological Stress
Fatigue	1			
Depression	.110(.209)	1		
Job Stress	.098(.262)	.038(.667)	1	
Socio-psychological Stress	.063(.469)	.209(.016)	.125(.151)	1

Table 7. The Effects of Job Stress and Social and Psychological Stress on Fatigue and Depression

Varitable		B	SE	β	t(p)	tolerance	VIF	R^2	Adjusted R^2	F
Fatigue	Job Stress	.323	.300	.097	1.079(.283)	.989	1.011	.021	.006	1.350
	Socio-psychological Stress	.280	.208	.121	1.346(.181)	.989	1.011			
Depression	Job Stress	.206	.190	.096	1.085(.280)	.992	1.009	.045	.030	2.899
	Socio-psychological Stress	.271	.133	.181	2.042(.043)	.992	1.008			

4. 고찰 및 결론

본 연구는 부산광역시 피부관리실에 종사하고 있는 피부관리사 133명을 대상으로 피부관리사의 직무 스트레스와 사회·심리적 스트레스 요인을 파악하고 피부관리사의 피로도와 우울증에 미치는 영향을 알아봄으로써 피부관리사들의 신체적·정신적 건강 개선방안 마련을 위한 기초자료를 제공하고자 실시되었으며, 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 피부관리사들의 일반적 특성은 연령 '20-29세', 성별은 여자, 결혼 상태는 미혼, 최종 학력은 전문대졸, 근무연수는 '10-19년', 직위는 사원, 일평균 근무시간은 10시간, 피부관리실 형태는 개인 샵, 월평균 수입은 '200만원 미만'이 많았다. 피부관리사들이 여자가 많은 것은 주요 고객층이 여성으로 고객들의 편안한 관리를 위한 것으로 사료된다. 또한 최종 학력이 전문대졸이 많은 것은 피부관리사가 과거 단순 노동에서 현재는 전문적인 지식과 기술 향상을 요하고 있을 뿐 아니라 피부미용에 대한 직업 인식의 변화로 전문 미용인이 급속도로 증가하고 있다는 Lee[14]의 보고서와 일치하여, 본 연구결과를 지지하였다.

생활습관 특성은 비흡연자, 주 1-2회 정도 음주, 비운동자가 많았다. 피부관리사는 고객 맞춤 서비스를 제공하기 위하여 그들이 업무 종료 후 이용할 수 있도록 늦은 시간까지 직무를 수행해야 하는 특성으로 피부관리사들의 개인 여가를 위한 시간 활용이 어렵고, 또한 대부분 그들의 신체를

사용하여 업무를 수행함으로써 피로도가 높아져 규칙적 운동 등은 어려운 것으로 사료된다. 따라서 기업복지제도를 피부관리실에도 도입하고 활성화 시킴으로써 피부관리사들의 근무 시간이나 급여 수준 등 근무 환경 개선이 될 수 있도록 해야한다.

둘째, 피부관리사들의 일반적 특성과 생활습관에 따른 직무스트레스는 평균 2.57점으로 나타났고, 연령, 최종학력, 직위, 일평균 근무시간, 피부관리실 유형에 따라 직무스트레스가 나타났다. 직무스트레스는 연령이 낮을수록 스트레스 평균 점수가 높아지는 것은 사회 초년생일수록 직무 숙련도가 낮고, 고객 응대 등의 직무 수행의 어려움에서 스트레스가 높은 것으로 사료된다. 직위가 높을수록 직무스트레가 높게 나타난 것은 Kim[15]의 연구 결과 피부미용사의 직무스트레 연구에서 직위가 높을수록 업무부담이 높았다고 한 연구와 일치하였다. 직위가 높을수록 피부관리 외 전체 수익, 고객관리 등 업무외에 책임지고 관리해야 하는 영역이 증가됨에 따른 것으로 사료된다. 일평균 근무시간이 높을수록 직무 스트레스가 높게 나타났고 이는 피부관리업무의 특성상 타 직종과 달리 근무 시간이 길고 늦은 시간까지 근무해야 하는 것에 따른 직원들의 휴식시간이나 일상적인 생활의 어려움에 따른 것으로 사료된다. 또한 피부관리실 유형에서는 프랜차이즈가 피부관리사의 자발적 프로그램 진행보다는 본사에서 진행되는 프로그램 절차에 따른 실행에 의한 것으로 직무 스트레스가 다른 관리실 유형보다 스트레스가 높은 것으로 사료된다. 결국 피부관리사들의 직무 스트레스가 높게 되면 고객에게 그 영향을 미치게 되게 피부관리에 대한 만족도와 효율성이 떨어지게 되는[16] 악순환적 반복을 막기 위해서라도 피부관리사들의 직무스트레스 관리는 무엇보다 중요하다. 따라서 피부관리실의 운영형태와 관계없이 피부관리사들의 직무 만족도를 높여 스트레스를 줄일 수 있는 효율적 운영을 위한 시스템 도입이나 정기적인 교육이 필요하다.

셋째, 피부관리사들의 일반적 특성과 생활습관에 따른 사회·심리적 스트레스는 평균 2.45점으로 나타났고,연령, 결혼상태, 근무연수, 직위에 따른 사회·심리적 스트레스가 나타났다.

결혼 상태에서 미혼의 경우 결혼이나 출산이 필요하기 때문에 기혼자에 비해 경제 생활의 불안정과 미래에 대한 불안 요소가 높은 것으로 사료된다. 직위는 사원이 실장, 원장보다 사회·심리적 스트레스가 높았다. 이는 조직 내 고용상태(계약직이나 아르바이트 등)나 업무의 계속성이나 미래성이 높은 경력자들보다는 더 크게 작용한 것으로 사료된다. 따라서 고용형태의 안정화와 승진 등의 인사관리가 법적으로 보장되어진 제도적 장치가 필요하다.

넷째, 피부관리사들의 일반적 특성과 생활습관에 따른 피로도와 우울증의 차이는 다음과 같다.

피로도는 평균 4.16점으로 나타났고, 결혼상태, 최종학력, 근무연수, 월 평균 수입, 흡연, 음주에 따라 피로도가 차이가 나는 것으로 나타났다.

우울증은 평균 1.54점으로 나타났고, 최종학력, 일평균 근무시간, 피부관리실 유형, 음주, 운동이 우울도에 차이가 나는 것으로 나타났다.

결혼 상태는 기혼이 피로도와 우울증이 높게 나타난것은 Jang[17]의 연구 결과 결혼유무에 따른 스트레스 요인에서 미혼보다 기혼이 더 많은 스트레스를 받은 것으로 나타났고, 자녀수가 많을수록 피로도가 더 높게 나타나 본 연구 결과를 지지하였다.

현재 뷰티전문고등학교의 증가, 전문대학의 뷰티학과 개설 등 피부미용인의 고학력화가 증가될 뿐 아니라 피부미용의 발전도 계속되고 있는 만큼 학력이 낮을수록 제한적인 피부미용기술로 피로도와 우울증이 높은 것으로 사료된다. 또한 근무연수가 길수록 직무처리 능력 및 높은 숙련도에 따른 피로도가 낮은 반면 근무 연수가 짧을수록 직무 숙련도, 기술, 노력 등에 어려움이 많아 피로도와 우울증이 높은 것으로 사료된다. 월평균 수입 역시 수입이 많아질수록 관리 고객, 운영 프로그램의 다양화, 자기관리와 업무분장 등에 따른 피로도가 높아지는 것으로 사료된다. 일평균 근무시간이 짧을수록 우울증이 높은 것으로 나타나 Kim et al.[12]의 연구 결과 직업에 대한 불안정 등은 결국 피로도를 높은 것으로 나타나 본 연구 결과를 지지하였다.

따라서 피로도와 우울증을 줄이기 위하여 새롭게 보급되는 피부관리 기술 등을 주기적으로 교육해 주는 프로그램 개설과 효율적으로 운영되고 있는지에 대한 사후 관리 프로그램 개발이 필요하다.

다섯째, 직무 스트레스와 사회·심리적 스트레스가 피로도와 우울증에 미치는 영향 요인은 사회·심리적 스트레스 요인은 우울증에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

Kim et al.[1]는 피부관리사들의 관리실 환경, 근로조건, 대인관계, 복리후생 등 근무환경 개선을 통한 피로도를 감소시켜야 한다는 연구결과와 같이 피부관리사들이 피로도와 스트레스를 감소시킬 수 있는 근무 환경 복지 개선은 물론 음주나 흡연을 통한 스트레스 해소 요인 대신 규칙적인

운동을 통하여 스트레스를 줄이고 건강도 챙길 수 있도록 보장해 주는 것이 필요하다.

따라서 본 연구에 따른 결론은 다음과 같다.

첫째, 피부관리사들이 현대 사회의 높은 경쟁 구도와 고객들의 높은 욕구를 만족시키기 위하여 새로운 프로그램의 개발 및 교육을 통하여 고객 만족도와 신뢰도를 증가시킴으로써 본인의 직무 전문성과 만족성을 높여 직무스트레스를 줄일 수 있도록 한다.

둘째, 피부관리사들의 피로도와 우울증을 감소시키기 위해서는 직원들의 정규직화, 법적 근로시간 조정, 유사 직업과 비슷한 급여 체계 확립 등이 제도적 확립이 필요하다.

본 연구는 기존의 피부관리사의 직무 스트레와 사회·심리적 스트레스가 피로도와 함께 우울증에 미치는 영향 요인까지 분석한 연구라는 점에서 의의가 있지만, 조사지역을 부산지역에 한정하여 본 연구에서 도출한 결과를 일반화하기에는 연구 범위의 한계가 있다. 따라서 전국 피부관리사들을 대상으로 한 후속 연구를 제언한다.

REFERENCES

[1] J. Y. Kim, M. Y. Kim & A. R. Sohn. (2012). Effect on Job Satisfaction of Professional Job Perception, Job Stress, and Social Support among Skin Care Experts. *Korean Public Health Research, 38(2),* 57-66.

[2] M. W. Kim & J. S. Kim. (2012). Regular Articles : Effects of Trust in Aesthetician on Self-Esteem and Happiness among Women. *The Korean Society for Trichologists, 8(4),* 281-288.
DOI : 10.15810/jic.2012.8.4.008

[3] J. S. Kim. (2011). A Study on the Relationship of the State of Skin Care to Self-Esteem and Self-Efficacy in Elderly Women. *Korean journal of Esthetics and Cosmetics Society, 9(4),* 127-140.

[4] J. H. Park. & K. O. Lee. (2012). The Study on the Job Satisfaction and Job related stress of Aestheticians. *Journal of the Korea Soc. Beauty and Art,* 13(2), 175-187.

[5] E. K. Kim. (2005). *Job Satisfaction and It's Relationship to Intention to Quti of Employees in the Cosmetologist and the Skin Beautician.* Master dissertation, Kosin University, Busan.

[6] Y. S. Jang. (2012). Factors Assocuated with Stress in esthetician. *Journal of Health and Beauty, 6(1),* 5-12.

[7] H. T. Won. (1991). Stress and Coping Strategies. *Mental Health Research, 10,* 37-49.

[8] Ministry of Health and Welfare. (2016). *Strengthening all social response to mental health.* Sejong : Ministry of Health and Welfare.

[9] N. H. Jo & E. Y. Na. (2017). Analysis of Domestic Research on Depression and Stress : Focused on the Treatment and Subjects. *Journal of Convergnce for Information Technology, 7(6),* 53-59.
DOI : 10.22156/CS4SMB.2017.7.6.053

[10] H. K. Son. (2003). *Factors Associated with Stress in Hairdressers.* Master dissertation, Kosin University, Busan.

[11] R. M. Sheen. (2003). *The Musculoskeletal Symptoms of Eastheticians in Busan.* Master dissertation. Kosin University, Busan.

[12] M. Y. Kim, H. J. Kim & H. C. Jang. (2018). The Effects of Job Stress on Fatigue in Beauty Salon Employees. *Journal of Korea Society. Beauty Art, 19(3),* 47-64.
DOI : 10.18693/jksba.2018.19.3.47

[13] S. J. Jang. (2000). Standardization of Health Statistics Collection and Measurement. *Journal of Preventive Medicine and Public Health, 17(4),* 144-181.

[15] J. Y. Kim. (2014). The Effects of Job Stress on Emotional labor of Esthetician. *Korean Beauty Society, 20(1),* 51-61.

[16] S. C. Choi, J. S. Lee, S. Y. Sim & J. H. Park. (2017). The Effect of Job Stress and Depression on Job Satisfaction among Workers in Small and Medium Sized Enterprises. *Journal of Convergnce for Information Technology, 7(1),* 1-9.
DOI : 10.22156/CS4SMB.2017.7.1.001

[17] Y. S. Jang. (2012). Factors Assouated with Stress in Asthetician. *The International Society of Health and Beauty, 6(1),* 5-12.

신 미 자(Mi-Ja Shin) [정회원]

· 2003년 2월 : 인제대학교 산업안전보건학과(이학사)
· 2005년 8월 : 인제대학교 보건대학원(보건학석사)
· 2014년 3월 ~ 현재 : 동명대학교 뷰티케어학과 겸임강사

· 관심분야 : 미용, 보건
· E-Mail : smj3495@naver.com