

보육교사의 정서 중심 대처행동이 심리적 소진에 미치는 영향: 성인애착불안의 조절효과를 중심으로

The Moderating Effect of Adult Attachment Anxiety on the Relationship between Emotion-Centered Coping and Psychological Burnout in Childcare Center Teachers

민하영*

대구가톨릭대학교 아동학과 교수

Min, Hayoung*

Department of Child Studies, Daegu Catholic University

Abstract

This study investigated the moderating effect of childcare center teachers' adult attachment anxiety on the relationship between emotion-centered coping and their psychological burnout. Subjects were 252 teachers working for childcare centers in A Province. Questionnaires, which required self-reporting by teachers, were used to investigate adult attachment anxiety, emotion-centered coping, and psychological burnout. Collected data were analyzed by Multiple Regression and Hayes' PROCESS Macro Model 1 using SPSS Win 21.0. Results are as follows. First, main effects of teachers' emotion-centered coping and adult attachment anxiety on teachers' psychological burnout were observed. Teachers' emotion-centered coping and adult attachment anxiety were positively associated with teachers' psychological burnout. Second, interaction effects of teachers' emotion-centered coping and adult attachment anxiety on teachers' psychological burnout were observed. To manage their psychological burnout, it is necessary to provide more educational programs that can use effective coping strategies for childcare teachers in group with a high adult attachment anxiety.

Keywords: Emotion-centered coping, Adult attachment anxiety, Psychological burnout, Childcare center teacher

I. 서론

정서적 고갈(emotional exhaustion)로 인해 피로감과 에너지, 관심, 흥미가 상실되고, 비인간화(depersonalization) 현상에 의해 직무에 대한 기대감과 이상이 감소할 뿐 아니라 직장 및 주변 사람에 대한 냉소적 반응과 함께 개인적 성취감 저하(lack of personal accomplishment)로 업

무력 저하 및 업무에 대한 무관심 등이 일어나는 심리적 소진(Maslach & Jackson, 1981)은 과도한 스트레스에 대한 만성적 반응의 결과(Mikolajczak et al., 2007)로 직무에 대한 열정이나 헌신, 직무 동기를 감소시키는 대표적 요인이다(Maslach & Leiter, 2016).

심리적 소진이 갖는 부정적 영향 때문에 보육 현장에서도 보육교사의 심리적 소진 예방 및 해결에 도움이 될

본 논문은 2021년도 대구가톨릭대학교 교내 연구비 지원을 받아 작성된 것으로 2021년도 한국생활과학회 하계 학술대회에서 포스터 발표한 것을 확장한 것임.

* Corresponding author: Min, Hayoung
Tel: +82-53-850-3541, Fax: +82-53-850-3520
E-mail: hymin@cu.ac.kr

© 2021, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

변인 탐색에 노력을 기울여 왔다. 그 가운데 직무환경 변인은 심리적 소진을 설명하는 대표적 변인(문영경, 장혜주, 2019; 유미나, 신나리, 2013; 전유화, 김지현, 2020)으로 평가되고 있다. 그러나 여기서 생각할 점은 같은 직무환경에서 근무하는 보육교사 간에도 심리적 소진 정도가 다르다는 점이다. 이는 직무환경과 같은 환경적 변인 외에 직무환경을 이해하고 해석하며 대처하는 개인적 요소가 보육교사의 심리적 소진을 설명하는 변인으로 고려되어야 함을 시사하는 것이다.

심리적 소진이 직무 스트레스로 인한 결과로 평가되고 있다는 점(Finney et al., 2013; Maslach, 2003)과 연결하여 직무 스트레스에 대한 개인적 처리와 대처는 심리적 소진에 영향을 미치는 의미있는 변인으로 간주된다(Hastings & Brown, 2002). 이것은 보육교사의 대처행동이 심리적 소진을 설명하는 개인적 변인으로 고려될 수 있음을 함의한다. 스트레스 사건 자체의 특성보다 그에 따라 느끼는 개인의 주관적 평가가 스트레스로 인한 고통에 영향을 미친다는 점(Linely & Joseph, 2004)은 직무환경 자체보다 직무환경에서 경험하는 스트레스에 대한 보육교사 자신의 인식과 지각이 중요함을 의미한다. 그러나 중요한 것은 스트레스 인식과 지각보다 스트레스에 대한 대처행동이 개인의 적응을 설명하는 힘이 크다는 점이다(Lazarus, 1980). 이는 보육교사의 심리적 소진에서 직무 상황에서 유발되는 스트레스보다 직무 스트레스에 대한 대처행동이 더 중요한 요소로 간주되어야 함을 의미한다.

스트레스를 성공적으로 관리하거나 스트레스를 감소시키는 활동으로 정의되는 대처행동은 스트레스를 주는 사건을 변화시키거나 수정 관리하는 것을 목적으로 하는 문제 중심의 유형과 스트레스로 인해 발생한 정서와 반응을 다루어 사회적 기능을 해치지 않으려는데 목적을 둔 정서 중심의 유형으로 구분된다(Lazarus & Folkman, 1984). 일반적으로 문제 중심의 대처행동은 적응력 있는 대처행동으로 평가(Davey et al., 2003)된다. 이에 반해 스트레스 사건이 가져다주는 감정을 조절하려고 노력하며 스트레스로부터 유발된 감정 상태를 조절하는데 초점을 둔 정서 중심의 대처행동은 적응력 낮은 대처행동으로 평가된다(Caver et al., 1989). 불안, 초조와 같은 정서적 고통을 감소시키는데 노력하는 정서 중심의 대처행동이 지속될 경우 스트레스 유발 문제는 여전히 해결되지 않은 채 남아 스트레스를 누적화하기 때문이다. 실질적으로 초등학교 교사를 대상으로 한 연구(박민철, 김민

정, 2018), 특수 교사를 대상으로 한 연구(Hastings & Brown, 2002), 상담사를 대상으로 한 연구(Thornton, 1992)에서 정서 중심의 대처행동은 높은 심리적 소진을 설명하는 유의한 변인으로 보고되고 있다. 이는 보육교사의 심리적 소진 예방을 위해 정서 중심의 대처행동에 보다 많은 주의와 관심이 제공되어야 함을 시사하는 것이다.

보육교사의 심리적 소진을 설명하는 개인적 요소 가운데 성인애착을 고려할 수 있다. 성인애착은 심리적 소진을 설명하는 요인(Pines, 2004; Vanheule, & Declercq, 2009)일 뿐 아니라 정서조절을 포함한 대처행동(이귀선, 정남운, 2003; Howard & Medway, 2004; Schmidt et al., 2002)에도 영향을 미치기 때문이다. 성인애착(adult attachment)은 생애 초기 주양육자인 부모와의 애착관계가 내적작동모델(internal working model)을 토대로 성인기에도 계속된다는 Bowlby의 애착이론에서 발전된 개념이다. Bowlby(1980)는 생애 초기 영아와 주양육자 간의 정서적 유대 관계를 애착으로 명명하면서, 영아는 낯선 환경으로부터 자신을 보호하기 위한 방안으로 생득적 기제인 애착을 토대로 주양육자와 정서적 유대감을 형성한다고 보았다. 이 과정에서 영아는 주양육자의 반응을 토대로 자신에 대한 가치감과 함께 타인에 대한 기대감을 형성하면서 자기 및 타인에 대한 인지적 표상의 내적작동모델을 구축한다. 내적작동모델은 성인기 대인관계 형성과 유지에 영향을 미칠 만큼 매우 안정적이다(Brennan et al., 1998; Fraley et al., 2000; Main et al., 1985).

성인애착의 안정성을 강조한 Brennan 등(1998)은 기존의 성인애착 관련 자료를 토대로 성인애착의 차원을 타인으로부터 거절당하거나 버림받는 것에 대한 두려움을 반영하는 성인애착불안(adult attachment anxiety)과 타인과 가까워지거나 의존하는 것에 대한 불편함을 반영하는 성인애착회피(adult attachment avoidance)로 구분하면서 이들 차원이 개인의 인지적 반응에 영향을 미친다고 보았다(임지준, 권석만, 2014). 성인애착불안과 성인애착회피가 낮다는 것은 안전 애착(secure attachment)을 형성하고 있음을 반영하지만 성인애착불안이 높은 것은 사건을 과잉지각하거나 사건에 압도되는 불안전 애착(insecure attachment) 성향을, 성인애착회피가 높은 것은 사건의 중요성을 부정하거나 축소하는 불안전 애착(insecure attachment) 성향을 반영한다(임지준, 권석만, 2014).

심리적 소진과 관련된 성인애착 유형 중 성인애착불안은 대인 관계 업무를 담당하는 콜센터 종사자(조완행 외, 2014), 상담사(박현주, 김봉환, 2010; 오애경, 최한나, 2020; 조은별, 김정민, 2019), 중등교사(손연홍, 서은희, 2019), 보육교사(김삼옥, 2019)의 심리적 소진에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 성인애착 중 성인애착불안이 심리적 소진과 강한 관련성을 나타내는 것은 심리적 거리 두기에 초점을 두는 성인애착회피와 달리 성인애착불안은 발생한 사안에 쉽게 압도당하는 성향이 크기 때문이다.

성인애착불안이 높은 사람들은 자신이 타인으로부터 사랑과 보살핌을 받을 가치가 없다고 생각하거나 타인을 평가할 때 신뢰할 수 없다거나 자신을 도울 수 있는 존재가 아니라고 생각하는 경향이 크다(Hazan & Shaver, 1987). 뿐만 아니라 지나치게 자신의 고통에 집착하거나 타인으로부터 지지나 도움을 받을 수 있는지에 대해 과도하게 염려하거나 타인의 거부에 매우 민감하다(김미선, 2016; Fraley et al., 2000; Mikulincer & Shaver, 2007; Mikulincer et al., 2003). 이러한 특성 때문에 성인애착불안이 높은 사람은 스트레스 상황에서 과도한 불안감을 느끼기 쉬우며, 생애 초기 주양육자와의 관계에서 형성된 내적작동모델의 인지적 표상을 토대로 스트레스를 해결하는데 필요한 인지적 자원이 없거나 부족하다고 평가할 수 있다. 따라서 성인애착불안이 높은 대학생 또는 근로자에게서 더 높은 심리적 소진이 나타나는 것(Pines, 2004; Vanheule & Declercq, 2009)은 직면한 스트레스 상황을 보다 위협적으로 인식하는 내적작동모델과 연결시켜 설명할 수 있다. 내적작동모델에 기초한 성인애착불안의 인지적 반응을 고려해 볼 때 영유아, 부모, 동료 교사, 원장 등 대인관계를 주축으로 한 보육업무에서, 보육교사의 성인애착불안은 자신과 타인에 대한 인지적 표상을 토대로 심리적 소진에 정적 영향을 미친다고 볼 수 있다.

그런데 여기서 고려할 점은 530명의 벨기에의 안전요원을 대상으로 한 연구(Vanheule & Declercq, 2009)에서 성인애착유형이 직무과정에서 경험하는 심각한 디스트레스가 심리적 소진에 미치는 영향을 조절한 것처럼 대처행동이 심리적 소진에 미치는 강도에 영향을 미칠 수 있다는 점이다. 스트레스에 대한 대처과정에서 자원에 대한 인지적 2차 평가(secondary appraisal)가 중요하다는 점(Lazarus & Folkman, 1984)을 고려해 볼 때, 내적작동모델을 근간으로 자신과 타인에 대한 인지적 표상

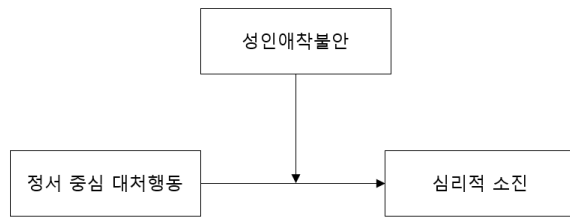
을 의미하는 성인애착은 정서 중심의 대처행동 과정에서 요구되는 자원 평가의 인지적 요소로 기능하면서 심리적 소진에 영향을 미칠 수 있다.

성인애착불안 정도가 높아 불안전 애착(insecure attachment)의 내적작동모델을 발달시킨 보육교사는 스트레스 사건이 가져다주는 부정적 감정을 조절하고 정서적 고통을 감소시키려 노력하는 정서 중심 대처행동 과정에서 활용할 수 있는 인지적 자원이 없거나 부족하다고 평가하기 쉽다. 따라서 스트레스 상황에서 압도당하거나 강한 불안감을 느낌으로써 상대적으로 높은 심리적 소진을 경험하게 된다. 이에 반해 성인애착불안 정도가 낮은 보육교사는 안전 애착(secure attachment)의 내적작동모델을 토대로 정서 중심 대처 과정에서 요구되는 인지적 자원을 손쉽게 활용할 수 있다고 생각하므로 스트레스로 인한 심리적 소진이 상대적으로 높지 않을 수 있다. 이러한 가능성은 직무과정에서 경험하는 심각한 디스트레스가 심리적 소진에 미치는 영향을 성인애착유형이 조절하고 있다는 연구(Vanheule & Declercq, 2009) 및 메타 분석을 통해 성인애착불안의 조절 효과가 성인애착안정 또는 성인애착회피의 애착유형에 비해 강력하다는 연구(Levy et al., 2018) 등에서 지지되고 있다. 성인애착불안이 갖는 조절 기능을 고려해 볼 때 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심의 대처행동 영향은 성인애착불안 정도에 따라 증가 또는 감소될 것으로 보인다. 이에 이 연구에서는 다음과 같은 연구문제 및 연구모형 설정을 통해 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동의 영향이 보육교사의 성인애착불안 정도에 따라 차이가 있는지 살펴보고자 한다. 이러한 연구결과는 보육교사의 심리적 소진 예방을 위한 교육 및 관리 시 보육교사의 개인적 특성을 고려한 차별적 접근의 필요성과 방안 강구를 위한 정보와 자료로 활용될 수 있을 것이다.

연구문제 1. 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동의 영향은 성인애착불안에 의해 조절되는가?

연구문제 1-1. 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동과 성인애착불안의 주효과는 유의미한가?

연구문제 1-2. 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동과 성인애착불안의 상호작용효과는 유의미한가?



[그림 1] 연구모형

II. 연구방법

1. 연구대상

A 지역에 위치한 보육교사 양성원에서 승급 교육 또는 보수 교육을 받는 교사 중 자발적 참여 의사를 토대로 조사에 응한 252명의 보육교사를 대상으로 질문지 조사를 실시하였다. <표 1>에 나타난 바와 같이 조사대상자의 연령은 25세 미만 16명(6.3%), 25세에서 35세 미만 68명(27.0%), 35세에서 45세 미만은 121명(48.0%), 405세 이상은 47명(18.7%)이었다. 보육경력 5년 미만인 자는 120(47.7%), 5-10년 미만인 자는 114명(45.2%), 10년 이상인 자는 15명(6.07%)이었다. 학력은 고등학교 졸업자가 36명(14.3%), 2-3년제 대학졸업자가 140명(55.6%), 4년제 대학 이상은 76명(30.20%)이었다.

[표 1] 연구대상자의 일반적 특성 (N = 252)

변인	변인 구분	빈도(%)
연령	25세 미만	16(6.3)
	25-35세 미만	68(27.0)
	35-45세 미만	121(48.0)
	45세 이상	47(18.7)
경력	5년 미만	120(47.7)
	5-10년 미만	114(45.2)
	10년 이상	15(6.07)
최종학력	고졸	36(14.3)
	2-3년제	140(55.6)
	4년제 이상	76(30.2)

2. 연구도구

질문지법을 이용한 이 연구는 다음과 같은 척도를 사용하였다.

1) 보육교사의 정서 중심 대처행동

보육교사의 대처행동을 측정하기 위해 Lazarus와 Folkman(1984)의 정서 중심 대처행동을 토대로 김의영 외(2016)가 근로자를 대상으로 타당화 검사를 실시한 대처행동을 본 연구에 맞게 수정 보완 사용하였다. ‘원에서 문제가 발생하면 술자리를 통해서 생각이나 기분을 다른 곳으로 전환시키려 애쓴다.’, ‘원에서 문제가 발생하면 어쩔 수 없는 일이라고 생각하면서 그 문제를 그대로 받아들이는다.’ 등 6문항으로 이루어진 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘그렇지 않은 편이다(2점)’, ‘보통이다(3점)’, ‘그런 편이다(4점)’, ‘정말 그렇다(5점)’의 5점 Likert로 측정하였다. 이 중 ‘원에서 문제가 발생하면 술자리를 통해서 생각이나 기분을 다른 곳으로 전환시키려 애쓴다.’의 문항 제거 시 문항 간 내적 합치도에 의한 신뢰도 Cronbach's α 가 .79에서 .81로 상승하였다. 이에 이 문항을 제거한 5문항으로 보육교사의 정서 중심의 대처행동을 측정하였다. 응답 가능 범위는 5점에서 25점으로, 점수가 높을수록 정서 중심의 대처행동을 많이 사용할 것을 의미한다.

2) 성인애착불안

본 연구에서는 보육교사의 성인애착불안을 측정하기 위해 김미선(2016)의 초기부모애착척도(EPAS) 중 불안/양가척도를 사용하였다. 불안/양가애착은 어린 시절 불안정한 부모와의 관계에서 애정과 관심에 대한 지나친 욕구와 버려짐이나 거절의 두려움을 나타내는 것(김미선, 2016)으로 Brnann et al.(1998)이 제안한 성인애착불안 차원을 반영하는 것이다. ‘어머니가 나를 싫어할까봐 걱정하곤 했다.’, ‘어머니에게 버림받을까봐 또는 거부당할까 불안했다.’ 등의 8문항으로 이루어진 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘그렇지 않다(2점)’, ‘약간 그렇지 않다(3점)’, ‘보통이다(4점)’, ‘약간 그렇다(5점)’, ‘그렇다(6점)’, ‘매우 그렇다(7점)’의 7점 Likert 척도로 측정하였다. 응답 가능 범위는 8점에서 56점으로, 점수가 높을수록 성인애착불안이 높은 것을 의미한다. 이 척도의 문항 간 내적 합치도에 의한 신뢰도는 .89로 나타났다.

3) 심리적 소진

보육교사의 직무소진을 측정하기 위해 Schaufeli et al.(1996)의 직무소진 척도(Maslach Burnout Inventory-General Survey: MBI-GS)를 일반직 종사자를 대상으

로 타당화된 신강현(2003)의 척도를 사용하였다. 정서적 탈진, 무력감, 비인격화의 하위 영역으로 이루어진 심리적 소진은 ‘아침에 일어나서 출근할 때 생각만 하면 피곤함을 느낀다.’, ‘내가 맡은 일을 하는데 있어 소극적이다.’ 등의 15문항으로 이루어진 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘그렇지 않다(2점)’, ‘약간 그렇지 않다(3점)’, ‘보통이다(4점)’, ‘약간 그렇다(5점)’, ‘그렇다(6점)’, ‘매우 그렇다(7점)’의 7점 Likert 척도로 측정하였다. 응답 가능 범위는 15점에서 105점으로, 점수가 높을수록 직무 소진이 높은 것을 의미한다. 이 척도의 문항 간 내적 합치도에 의한 신뢰도는 각각 .86, .86, .89로 나타났으며, 전체 Cronbach's α 는 .86으로 나타났다.

3. 연구절차

A 지역 내 어린이집에 재직 중이면서, 보수교육이나 승급교육을 위해 2019년 9월부터 10주간 대학 내 교육원을 찾은 어린이집 교사들에게 구두 안내로 질문지 조사를 부탁했으며 이에 자발적으로 응한 260명의 교사들에게 질문지를 배부하였다. 연구 보조자가 교사들에게 응답 요령을 설명한 후 질문지에 응답하도록 하였다. 질문지는 보수교육이나 승급교육이 시작되는 시간에 배부한 후, 수업 종료 후 회수하였다. 회수된 질문지 가운데 응답 자료의 편중성향이 강하게 나타난 것과 다수의 결측값이 있는 8부는 제외하였다.

4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS Win 21.0프로그램의 중회귀분석, Hayes(2013)의 PROCESS Macro 3.5를 활용해 분석하였다. PROCESS Macro는 미국 오하이오 주립대학교 심리학 교수인 Andrew Hayes에 의해 개발된 프로그램으로 기존의 회귀분석을 활용하여 조절효과의 상호작용을 간편하게 검증할 수 있는 분석방법이다(이현웅, 2014).

III. 연구결과

연구문제를 분석하기 전 관련 변인에 관한 평균(표준편차)을 살펴보았다. <표 2>에 나타난 바와 같이 보육교사의 정서 중심 대처행동, 성인애착불안, 심리적 소진의 문항평균(표준편차)은 각각 2.37(.70), 2.26(.97), 3.07(.83)로 나타났다. 7점 리커트 척도를 고려할 때, 보육교사의 성인애착불안(M(SD)=2.26(.97))과 심리적 소진(M(SD)=3.07(.83))은 낮다고 볼 수 있다.

보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동의 영향을 성인애착불안이 조절하는가를 살펴보기 위해 중회귀분석을 통해 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동과 성인애착불안의 주효과 및 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동과 성인애착불안의 상호작용효과를 살펴보았다.

정서 중심 대처행동(A)과 성인애착불안(B)의 상호작용항(A×B)의 경우 각각의 점수에서 평균값을 뺀 센터링 값을 곱하여 사용하였다. 보육교사의 정서 중심 대처행동(A)과 성인애착불안(B) 그리고 두 변인의 상호작용항(A×B)을 독립변인으로, 심리적 소진을 종속변인으로 한 중회귀분석 전에 독립변수 간 공선성 및 오차항 간 자기상관을 살펴보았다. 공차는 .90에서 .98, VIF(분산팽창지수)는 1.02에서 1.11의 값을 나타내 독립변인 간 공선성의 위험성은 없는 것으로 나타났다. 한편 Durbin-Watson 값은 2.10으로 2에 가까운 값을 나타내고 있어 오차항 간에 자기상관이 없는 것으로 나타났다. 이는 중회귀분석을 위한 기본 조건이 충족되고 있음을 의미하는 것이다.

중회귀분석 결과 <표 3>에 나타난 바와 같이 정서 중심 대처행동(B=1.02, $p<.001$)과 성인애착불안(B=.31, $p<.01$)은 보육교사의 심리적 소진에 정적 영향의 주효과를 미치는 것으로 나타났다. 이는 연구문제 1-1이 채택되었음을 의미하는 것이다. 한편 주효과를 나타낸 정서 중심 대처행동($\beta=.29$, $p<.001$)은 성인애착불안($\beta=.17$, $p<.01$)에 비해 심리적 소진을 설명하는데 상대적으로 큰

<표 2> 보육교사의 정서 중심 대처행동, 성인애착불안, 심리적 소진의 기술적 통계치

변인	리커트	최소-최대값	문항평균 M(SD)
정서 중심 대처행동	5점	1-5	2.37(.70)
성인애착불안	7점	1-5.50	2.26(.97)
심리적 소진	7점	1.13-5.40	3.07(.83)

〈표 3〉 보육교사의 심리적 소진에 대한 정서 중심 대처행동과 성인애착불안의 주효과 및 상호작용 효과

변인	심리적 소진			
	B	β	R ²	F(df)
상수	28.99 (2.99)	-	.12	12.16*** (3, 248)
정서 중심 대처행동(A)	1.02 (.22)	.29***		
성인애착불안(B)	.31 (.11)	.17**		
A × B	.09(.03)	.15*		

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

〈표 4〉 보육교사의 성인애착불안 수준에 따른 정서 중심 대처행동의 조건부 효과

성인애착불안 집단구분	Effect	se	t	p	LLCI	ULCI
-6.99 (평균-1SD)	.43	.28	1.55	.12	-.12	.98
.00 (평균)	1.02	.22	4.71	.00	.59	1.44
6.99 (평균+1SD)	1.60	.36	4.49	.00	.90	2.31

*** $p < .001$

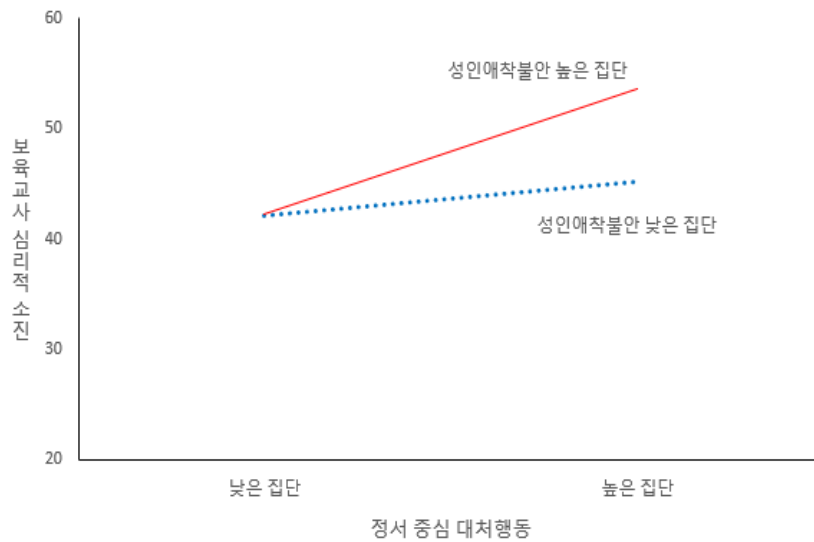
설명력을 갖고 있는 것으로 나타났다.

연구문제 1-2와 관련하여 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동과 성인애착불안의 상호작용 효과는 유의한 것($B=.09$, $p<.05$)으로 나타났다. 이는 보육교사의 심리적 소진에 대한 정서 중심 대처행동의 영향이 성인애착불안에 의해 조절되고 있음을 의미하는 것으로 성인애착불안 정도에 따라 정서 중심대처행동이 심리적 소진에 미치는 효과가 유의하게 다름을 의미하는 것이다.

이에 프로세스 매크로(Process Macro) 분석의 모델을 활용하여 조절변인인 성인애착불안의 특정 값에서 독립변인인 정서 중심 대처행동과 종속변인인 심리적 소진의 값을 살펴보았다. 프로세스 매크로 분석에서의 특정 값 선택방법은 표준편차(SD)에 의한 것과 퍼센타일(%) 방법이 있다(Aiken & West, 1991). 이 연구에서는 표준편차(SD)를 이용하여 성인애착불안의 평균, 평균±1표준편차에 해당하는 값에서 정서 중심 대처행동이 심리적 소진에 미치는 효과의 유의성을 살펴보았다.

〈표 4〉에서 성인애착불안의 3수준(평균-1표준편차, 평균, 평균+1표준편차)에서 정서 중심 대처행동이 심리적 소진에 미치는 효과의 유의성을 살펴보면, 성인애착불안 평균(Effect=1.02, $p<.001$)과 성인애착불안 평균+1표준편차(Effect=1.60, $p<.001$) 수준에서 정서 중심 대처행동이 심리적 소진에 미치는 영향은 95% 신뢰구간에서 하한값과 상한값이 0을 포함하지 않아 유의미한 것으로 나타났다. 이와 같은 사실은 성인애착불안이 평균-1표준편차 수준의 집단보다 성인애착불안 수준이 평균 이상의 집단을 중심으로 정서 중심 대처행동이 소진에 미치는 영향을 모니터링할 필요가 있음을 시사하는 것이다.

한편 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동과 성인애착불안의 상호작용효과를 가시적으로 나타낸 [그림 2]를 보면, 성인애착불안이 낮은 보육교사의 경우 정서 중심 대처행동이 심리적 소진에 미치는 영향에 변화가 거의 없다. 그러나 성인애착불안이 높은 보육교사의 경우 정서 중심 대처행동이 심리적 소진에 미치는 영향에서 변화 폭이 크게 나타남을 알 수 있다.



[그림 2] 정서 중심 대처행동과 성인애착불안에 따른 보육교사의 심리적 소진

IV. 논의 및 결론

보육교사 252명을 대상으로 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동의 영향을 성인애착불안이 조절하는가를 심리적 소진에 대한 정서 중심 대처행동과 성인애착불안의 주효과 및 상호작용효과 측면에서 분석한 이 연구는 다음과 같은 논의 및 결론을 도출하였다.

첫째, 보육교사의 정서 중심 대처행동과 성인애착불안은 심리적 소진에 대해 각각 주효과를 갖는다. 직무 스트레스 상황에서 정서 중심 대처행동을 많이 사용하는 보육교사일수록 심리적 소진이 높은 것으로 나타났으며, 생애 초기 주 양육자와의 관계에서 불안애착이 높은 보육교사일수록 심리적 소진이 높은 것으로 나타났다. 보육교사의 정서 중심 대처행동이 심리적 소진에 정적 영향의 주효과를 미친다는 연구 결과는 교사를 대상으로 한 연구(박민철, 김민정, 2018; Hastings & Brown, 2002) 및 상담사를 대상으로 한 연구(Thornton, 1992)에서 정서 중심의 대처행동이 소진에 유의한 영향을 미친다고 보고한 결과를 지지하는 것이다. 직무 스트레스 상황에서 스트레스 유발 문제를 직접 해결하기보다 스트레스로부터 유발된 감정 상태를 조절하려는데 초점을 둔 정서 중심의 대처행동은 스트레스 유발의 문제를 유보해 둔다. 이러한 유보가 스트레스 누적에 기초한 심리적 소진에 부정적 영향으로 이어진 것으로 볼 수 있다.

보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동의 부정적 영향은 스트레스 상황을 해결하는데 필요한

내·외적 자원에 대해 교육이 보육교사를 대상으로 한 직무교육에서 실시될 필요가 있음을 시사한다. 정서 중심의 대처행동은 내·외적 자원 부족에 의해 직면한 스트레스 상황을 통제할 수 없다고 판단할 때 나타난다(민하영, 유안진, 1999; Endler et al., 2000; Lazarus & Folkman, 1984). 따라서 직무교육에서 보육교사 스스로 인식하지 못하는 개인 내적 자원 및 환경 외적 자원에 대한 정보 제공은 문제 해결에 활용할 수 있는 자원의 양과 질에 대한 보육교사의 생각을 넓힐 수 있다. 가용 자원에 대한 사고 확장은 스트레스 상황에 대한 통제감 향상과 함께 정서 중심 대처행동 감소의 기반이 될 수 있다.

한편 보육교사의 성인애착불안이 심리적 소진에 주효과를 미친다는 연구 결과는 교사(김상옥, 2019; 손연홍, 서은희, 2019), 및 콜센터 종사자(조완행 외, 2014), 상담사(박현주, 김봉환, 2010; 조은별, 김정민, 2019)를 대상으로 한 연구결과 및 대학생과 일반 직장인을 대상으로 한 연구결과(Pines, 2004; Vanheule & Declercq, 2009)를 지지하는 것이다. 보육교사의 초기 부모애착이 불안애착일 경우 보육교사는 자신이 타인으로부터 사랑과 보살핌을 받을 가치가 없다고 생각하거나 타인을 평가할 때 신뢰할 수 없다거나 자신을 도울 수 있는 존재가 아니라고 생각할 가능성이 크다(Hazan & Shaver, 1987). 이러한 가능성은 원아, 교사, 부모 및 원장 등 대인관계에 기반한 업무 비중이 상대적으로 큰 보육교사에게 직무로 인한 스트레스를 높이는 인지적 기제가 될 수 있다. 인지적 2차 평가과정(secondary appraisal)을 통해 스트레스의

위험 정도를 평가한다는 Lazarus와 Folkman (1984)의 시각을 고려해 볼 때, 성인애착불안의 보육교사는 인적 자원의 부족, 불신의 내적작동모델의 활성화로 인해 스트레스를 보다 위협적으로 평가할 수 있다. 그리고 이로 인해 보다 높은 심리적 소진을 체험하는 것으로 볼 수 있다.

정서 중심 대처행동과 성인애착불안은 심리적 소진에 정적 영향을 미치지만 상대적 영향력에서 성인애착불안보다 정서 중심의 대처행동이 좀 더 크게 나타났다. 이와 같은 사실은 보육교사의 생애 초기 주양육자와의 부정적 애착관계도 심리적 소진의 예방 측면에서 고려되어야 할 부분이지만 정서 중심 대처행동은 심리적 소진 측면에서 보다 경계하고 주의해야 할 요소임을 시사하는 것이다. 직무 스트레스 상황에서 보육교사가 문제 해결을 위해 노력하기보다 자신의 손상된 감정이나 정서를 위로하거나 관리하려는 경향이 있다면 원장은 세심한 주의와 관심을 통해 대처행동의 변화를 모색할 필요가 있다.

둘째, 보육교사의 심리적 소진에 대한 정서 중심 대처행동의 정적 영향은 성인애착불안에 의해 조절되는 것으로 나타났다. 이는 성인애착유형 중 성인애착불안의 조절효과를 메타 분석 측면에서 설명한 연구(Levy et al., 2018) 및 직무에서의 심각한 사건 경험이 심리적 소진에 미치는 영향을 성인애착유형이 조절하고 있음을 보고한 연구(Vanheule & Declercq, 2009) 결과를 지지하는 것이다. 보육교사의 심리적 소진에 미치는 정서 중심 대처행동의 영향력이 보육교사의 성인애착불안 정도에 따라 달라지는 과정에서, 정서 중심 대처행동이 낮은 보육교사의 경우 성인애착불안 정도에 의해 심리적 소진에 차이를 보이지 않았다. 그러나 정서 중심 대처행동이 높은 보육교사의 경우 높은 성인애착불안 집단은 낮은 성인애착불안 집단에 비해 심리적 소진이 유의하게 높게 나타났다. 정서 중심의 대처행동을 많이 사용하는 보육교사는 스트레스를 유발하는 문제를 직접적으로 다루기보다 스트레스에 의해 유발된 불안이나 초조와 같은 부정적 정서의 고통을 위안하거나 감소시키는데 치중한다. 이러한 과정에서 성인애착불안이 높은 보육교사는 상대적으로 더 큰 어려움을 겪을 수 있다. 생애 초기 주양육자와의 관계에서 형성된 불안전 애착(insecure attachment)의 내적작동모델에 의해 사회적 관계망 내 타인으로부터의 도움을 기대하지 않거나 타인의 도움 지원이나 제공에 회의적 태도를 보일 가능성(Brennan et al., 1998)이 크기 때문이다. 따라서 성인애착불안이 높은 보육교사는 정서 중심의 대처행동 과정에서 스트레스로 인한 고통스

런 감정 위로에 어려움을 갖기 쉽고 이로 인해 상대적으로 높은 심리적 소진을 경험한다고 보여진다.

심리적 소진이 직무와 관련된 지속적인 스트레스 축적을 통해 나타난 결과(Maslach & Schaufeli, 1993)라는 점을 토대로 보육교사의 스트레스 대처행동을 기반으로 심리적 소진에 영향을 미치는 변인을 탐색하고 변인 간 상호작용효과를 검증한 이 연구는 개인적 특성을 기반으로 한 보육교사의 심리적 소진의 연구가 미흡한 상황에서 정서 중심의 대처행동이 심리적 소진에 정적 영향을 미치고 있다는 점과 성인애착불안이 이러한 영향을 중재(조절)하고 있음을 확인하였다. 이는 보육교사의 심리적 소진의 원인을 환경 외적 변인 뿐 아니라 개인 내적 측면에서도 조망할 필요가 있음을 시사하는 것이다. 한편 이 연구의 결과는 인사관리의 실무적 측면에서 보육교사의 심리적 소진 예방을 위해 보육교사의 직무 스트레스에 대한 정서 중심의 대처행동을 주의 깊게 모니터링할 필요성을 제안하고 있다. 이와 함께 보육교사의 생애 초기 애착의 질을 고려한 정서 중심 대처행동의 관리 방안이 차별적으로 모색되어야 함을 강조하고 있다. 이는 보육교사의 심리적 소진의 예방과 관리에서 보육교사의 개인적 특성을 고려한 차별적 정보와 자료가 보육행정에서 적용되어야 함을 함의하는 것이다.

보육교사의 심리적 소진은 교사-유아 관계에서 발달에 적합한 상호작용을 제공하기 어렵게 하는 등 보육의 질을 위협하는 위협 요소다. 이러한 점에서 보육교사의 심리적 소진 예방에 도움이 될 정보와 자료를 제공한 이 연구는 보육의 질적 측면에서 의의가 있다고 볼 수 있다. 그러나 이 연구는 정서 중심 대처행동과 성인애착불안 등 개인 내적 차원만을 중심으로 보육교사의 심리적 소진을 살펴봄으로써 환경 외적 변인의 영향력을 통제하지 못한 제한점을 갖고 있다. 따라서 환경 외적 변인의 다양성이 존재하는 보육 현장에 이 연구의 결과를 적용하고 일반화하는데 주의가 요구된다. 이와 같은 제한점을 고려하여 추후 연구에서는 조직구성원의 동기 유발이나 가치관, 태도에 영향을 미치는 것으로 알려진 조직풍토(organizational climate)를 환경적 변인으로 고려해 심리적 소진을 살펴볼 필요가 있다. 공식적, 비공식적 조직의 관행에 대한 공유된 시각을 의미하는 조직풍토는 심리적 소진을 예측하는 환경적 변인(Lee et al., 2013; Vallen, 1993)으로 알려져 있기 때문이다. 어린이집의 조직풍토를 환경적 변인으로, 보육교사의 대처행동 또는 성인애착을 개인적 변인으로 하여 보육교사의 심리적 소

진을 환경적 변인과 개인적 변인을 통합적으로 이해할 수 있는 기회가 추후 연구를 통해 제공되기를 기대해 본다.

주제어: 정서 중심 대처행동, 성인애착불안, 심리적 소진, 보육교사

REFERENCES

김미선(2016). 초기부모애착척도 개발 및 타당화. *상담학 연구*, 17(4), 95-113.

김상욱(2019). 보육교사의 성인애착 및 교사효능감이 직무소진에 미치는 영향. *정서 행동장애연구*, 35(1), 213-230.

김의영, 이종환, 조성진(2016). 시큐리티 요원의 직무스트레스가 대처행동에 미치는 영향-성격5요인의 조절효과. *융합보안논문지*, 16(1), 69-80.

문영경, 장혜주(2019). 보육교사의 대인스트레스가 소진에 미치는 영향: 정서노동전략의 조절효과 검증. *한국영 유아보육학*, 119, 1-26.

민하영, 유안진(1999). 스트레스 상황에 대한 지각된 통제감과 아동의 스트레스 대처행동. *아동학회지*, 20(1), 61-77.

박민철, 김민정(2018). 초등교사의 스트레스 대처방식과 소진의 관계에 대한 학생문제행동 지각의 매개효과. *교육종합연구*, 16(2), 123-150.

박현주, 김봉환(2010). 상담자의 성인애착유형과 자아탄력성 및 심리적 소진과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(1), 33-52.

손연홍, 서은희(2019). 중등교사의 성인 불안정 애착과 심리적 소진의 관계에서 사회적 지지의 조절효과와 대인관계 스트레스의 매개효과. *교원교육*, 35(4), 51-69.

신강현(2003). 일반직 종사자를 위한 직무 소진 척도(MBI-GS)에 대한 타당화 연구. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 16(3), 1-17.

오애경, 최한나(2020). 상담자의 성인 애착 불안과 심리적 소진의 관계 : 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과. *상담심리교육복지*, 7(4), 419-433.

유미나, 신나리(2013). 보육교사의 소진과 관련된 직무만족도와 직장 내 사회적지지. *생애학회지*, 3(2), 73-85.

이귀선, 정남운(2003). 성인애착 유형에 따른 정서조절양식과 효과성의 차이. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 15(4), 779-793.

이현웅(2014). 국내외 HRD 연구의 매개효과 분석방법에 대한 고찰. *The Korean Journal of Resource Development Quarterly*, 16(3), 225-249.

임지준, 권석만(2014). 성인애착과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계: 자기가치감 수반성의 조절효과. *한국심리학회지: 건강*, 19(1), 321-351.

전유화, 김지현(2020). 어린이집 영아반 복수담임교사의 심리적 소진에 대한 보육효능감, 동료교사와의 갈등, 근무환경의 영향. *아동교육*, 29(3), 219-236.

조완행, 김병석, 최희철(2014). 콜센터 종사자의 성인애착과 직무소진의 관계에서 자기효능 감의 매개효과. *상담학연구*, 15(4), 1457-1474.

조은별, 김정민(2019). 상담자의 불안정 애착유형과 작업동맹이 소진에 미치는 영향: 사회적 지지의 조절효과. *정서 행동장애연구*, 35(4), 117-143.

Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss. Vol. 3: Loss, sadness and depression*. London: Hogarth Press.

Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (eds.), *Attachment theory and close relationships*(pp. 46 - 76). New York: Guilford Press.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267 - 283.

Davey M., Eaker D. G., & Walters, L. H. (2003). Resilience processes in adolescents: Personality profiles, self-worth, and coping. *Journal of Adolescent Research*, 18(4), 347 - 362.

Endler, N. S., Speer, R. L., Johnson, J. M., & Flett, G. L. (2000). Controllability, coping, efficacy, and distress. *European Journal of Personality*, 14(3), 245 - 264.

Finney, C., Stergiopoulos, E., Hensel, J., Bonato, S., &

- Dewa, C. S. (2013). Organizational stressors associated with job-stress and burnout in correctional officers: A systematic review. *BMC Public Health*, 13, 82.
- Fraley, R. C., Walle, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-365.
- Hastings, R. P. & Brown, T. (2002). Coping strategies and the impact of challenging behaviors on special educators' burnout. *Mental Retardation*, 40(2), 148-156.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511 - 524.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression based approach*. New York, NY: The Guilford Press.
- Howard, M. S. & Medway, F. J. (2004) Adolescents' attachment and coping with stress. *Psychology in the Schools*, 41(3), 391-402.
- Lazarus, R. S. (1980). The stress and coping paradigm. In Eisdorfer, C., Cohen, D., & Kleinman, A.(eds.), *Conceptual models for psychopathology*(pp. 173-209). New York: Spectrum.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Co.
- Lee, E., Esaki, N., Kim, J., Greene, R., Kirkland, K., & Mitchell-Herzfeld, S. (2013). Organizational climate and burnout among home visitors: Testing mediating effects of empowerment. *Children and Youth Services Review*, 35(4), 594 - 602.
- Levy, K. N., Kivity, Y., Johnson, B. N., & Gooch, C. V. (2018) Adult attachment as a predictor and moderator of psychotherapy outcome: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 74(11), 1996-2013.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17(1), 11-21.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1 & 2), 66-104.
- Maslach, C. (2003). Job burnout: New directions in research and intervention. *Current Directions in Psychological Science*, 12(5), 189 - 192.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). *The Maslach burnout inventory*. Palo Alto California: Counseling Psychology Press.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout. In G. Fink(ed.), *Stress: Concepts, cognition, emotion, and behavior*(pp. 351 - 357). Cambridge, MA: Elsevier Academic Press.
- Maslach, C., & Schaufeli, W. B. (1993). Historical and conceptual development of burnout. In W. B. Schaufeli, C. Maslach, & T. Marek(eds.), *Professional burnout: Recent developments in theory and research*(pp. 1-16). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Mikolajczak, M., Menil, C., & Luminet, O. (2007). Explaining the protective effect of trait emotional intelligence regarding occupational stress: Exploration of challenge/threat appraisals and emotional labor processes. *Journal of Research in Personality*, 41(5), 1107-1117.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York, NY: The Guilford Press.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Perge, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27(2), 77-102.
- Pines, A. M. (2004) Adult attachment styles and their relationship to burnout: A preliminary, cross-cultural investigation. *Work & Stress*, 18(1), 66-80.
- Schaufeli, W., Leiter, M., Maslach, C., & Jackson, S. (1996). Maslach burnout inventory-general survey. In Maslach, C., Jackson, S. E. & Leiter, M. P. (eds), *The Maslach burnout inventory: Test*

- manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Schmidt, S., Nachtigall, C., Wuethrich-Martone, O., & Strauss, B. (2002). Attachment and coping with chronic disease. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(3), 763-773.
- Thornton, P. I. (1992). The relation of coping, appraisal, and burnout in mental health workers. *Journal of Psychology*, 126(3), 261-271.
- Vallen, G. K. (1993). Organizational climate and burnout. *Cornell Hotel and Restaurant Administration Quarterly*, 34(1), 54-59.
- Vanheule, S., & Declercq, F. (2009). Burnout, adult attachment and critical incidents: A study of security guards. *Personality and Individual Differences*, 46(3), 374-376.
- Received 11 June 2021;
 1st Revised 12 July 2021;
 Accepted 11 August 2021