



보육교사의 소진 예방 프로그램에 대한 요구 분석

주예지 · 이희영*

효원어린이집(교사) · *부경대학교(교수)

Preschool Teachers' Needs Analysis for Burnout Prevention program

Ye-Ji JOO · Hee-Yeong LEE*

Hyowon Child Care Center(teacher) · *Pukyong National University(professor)

Abstract

It was well documented that preschool teachers have experienced very high psychological burnout. For this reason, a number of studies have investigated and found variables related to burnout. However, little study has been conducted to develop program which is designed to prevent burnout. The purpose of this research was to investigate preschool teachers' needs for burnout prevention program. Another purpose of the research was to investigate whether or not the needs for burnout prevention program are different depending upon the degree of burnout. Three hundred preschool teachers participated in this study and completed Maslach Burnout Inventory and Needs Inventory for Burnout Prevention Program. Collected data were analyzed using t-test. The analyses revealed that needs for burnout prevention program were different depending upon the degree of burnout. Finally, the implication of these findings on program development were discussed.

Key words : Burnout, Preschool teachers, Burnout prevention program

I. 서론

최근 보육통계에 의하면, 보육시설을 이용하는 영유아의 수가 꾸준히 증가하고 있음을 알 수 있다. 2000년 보육시설 이용 아동은 686,000명이었으나, 2010년에는 1,279,910명으로 증가하였고, 가장 최근인 2017년에는 1,450,243명으로 증가하였다. 유아교육기관 이용의 확대 배경으로는 기혼 여성들의 사회경제적 활동 증가와 가족형태의 변화 및 국가의 보육비 지원 등을 들 수 있다. 가족의 고유 기능이었던 보육은 오늘날 교육이나 치유 등의 다양한 기능까지도 포함하여 영유아 보육 및 교육시설로 옮겨지게 되었다. 따라서 지

금의 유아교육기관은 단순 돌봄의 차원을 넘어서는 질 높은 서비스의 제공을 요구받고 있다.

영·유아에게 질 좋은 서비스를 제공하는 데 있어 가장 중요한 역할을 하는 것은 보육교사이다. Bronfenbrenner(1979)의 생태학적 관점에서는 보육교사를 장시간 영유아와 중요한 영향을 주고받는 환경으로 이해한다. 또한 많은 연구자들(Lee, 2000; Lee, 2001; Choi, 2001)이 영유아의 발달 및 유아교육 서비스의 질에 보육교사가 가장 큰 영향력을 발휘함을 강조한다. 보육교사의 중요성이 강조됨에 따라, 보육교사의 전문성을 높이는 노력을 기울여왔다. 1996년부터 승급 시 보수교육을 의무화하였고, 2009년부터는 표준보수교육과

† Corresponding author : 051-629-5495, hylee@pknu.ac.kr

정이 개발되어 관련되고 있다. 뿐만 아니라 2014년 3월부터는 보육교사 자격의 취득 기준을 강화하였다.

이와 같이 보육교사의 전문성과 자질은 꾸준히 강조되어 새로운 근무환경과 사회 제도를 뒤따르게 하였다. 이러한 변화 때문에 보육교사는 영유아가 기관에 맡겨진 긴 시간동안 보호와 양육 그리고 교육의 서비스와 건강·영양 및 안전을 제공하며, 영유아의 심신 보호와 건전한 교육을 책임져야 할 의무(영유아보육법 제1조)를 수행함과 동시에 사회에서 요구하는 새로운 변화에 적응해야 하는 부담감을 안게 되었다.

2013년 보육교사 인권상황 실태조사에 따르면 대부분의 보육교사들이 법정 근로시간 이상의 근무, 대체교사의 부재, 업무량 과다, 열악한 근무환경, 보수 불만족 등의 부당한 대우를 받는 것으로 나타났고, 2015년 전국 보육 실태조사에서 밝힌 바로는 하루 일과에 지쳐 신체적으로 힘들다는 보육교사의 응답이 59.8%, 업무피로는 56.4%, 직무 스트레스는 49.4%에 달하였다(Ministry of Health and Welfare, Korea Institute of Child Care and Education, 2016). 이러한 자료는 보육교사의 신체적·정신적 건강에 적신호가 왔음을 보여준다. 이처럼 보육교사가 신체적, 정신적으로 많은 어려움을 겪고 있음에도 불구하고, 그동안 유아교육현장에서 이와 관련하여 적극적인 대응을 하고 있다는 증거를 발견하기 어렵다. National Human Rights Commission of Korea(2013)에 의하면, 대부분의 교사들은 이러한 상황에서 그냥 참고 지내는 것으로 보인다.

장시간에 걸쳐 교사의 직무 스트레스를 통제하지 못하면 소진을 야기할 수 있다(Yong and Yue, 2007). 소진 개념은 과도한 근무 시간, 과도한 업무량, 과도한 일 강도에 의해 야기되는 정신적 및 신체적 고갈을 기술하기 위해 Freudenberger(1974)에 의해 처음 제안되었다. 소진은 직무스트레스와 관련된 신체적, 정서적 상호작용으로 인해 정서적 고갈과 비인간화, 개인적 성취감 결여

의 증상을 나타내는 것으로(Maslach and Jackson, 1981), 사람들의 심리적, 사회적, 신체적인 문제를 도와주는 인간 봉사직 직업인과 교사, 의사, 사회복지사, 상담원 등의 대인서비스 관련 전문직 종사자들에게서 자주 발생하는 만성적 반응이다(Leiter and Malsch, 1999).

소진은 개인과 조직에 부정적인 영향을 미친다(Yong and Yue, 2007). 소진이 개인에 미치는 영향은 교사의 일상적인 습관의 혼란, 일에 대한 열정과 창의성 감소, 집중력 저하, 자존감 감소, 교실에서의 자기통제 상실, 과도하지 않은 스트레스에의 과잉반응을 포함한다. 소진이 조직에 미치는 영향은 서비스 질 저하, 사기 저하, 일과 삶에 대한 흥미 상실, 학생이나 행정에 대한 무관심, 비능률을 포함한다. 소진에 의해 야기되는 학교 관련 가장 큰 문제는 학생에 대한 바람직하지 않은 영향이다. 이것은 어린 영유아를 상대하는 보육교사의 경우 특히 중요하다. 교사의 영향력은 초등학교생이나 중·고등학교생에게 비교할 수 없을 만큼 지대하기 때문이다.

연구(Kang 2015; Cha, 2013; Hong, 2016)에 따르면, 소진된 교사는 영·유아에게 일관성 없이 부정적인 감성을 내세워 강압적이거나 방임적인 훈육태도를 취하고 비논리적인 설명을 자주 사용하는 것으로 나타났다. 이처럼 보육교사는 소진할 경우 영·유아에게 적절한 지원을 제공하기 어렵고 상호작용의 질을 저하시킬 수 있다. 때문에 보육교사의 신체적·정신적 소진을 사전에 예방하거나 또는 이를 극복할 수 있도록 돕는 것은 보육교사 개인의 심리적 안녕감을 찾을 수 있게 할 뿐만 아니라 양질의 유아교육 서비스를 제공하고, 나아가 영유아의 바람직한 발달을 위해 반드시 필요하다.

초기 소진 관련 연구는 소진을 일으키는 개인 요인을 찾는 것에서 출발하였다. 이후에는 환경적 요인으로 옮겨졌고 최근에는 개인적 요인과 환경적 요인의 상호작용에 중점을 두고 관계나 영향 위주로 연구가 진행되고 있다. 또한 개인마

다 소진의 정도를 다르게 만드는 원인인 소진 보호요인에 중점을 둔 연구가 활발하게 이루어지고 있다(Kim, 2018). 선행연구는 소진을 완화시키는 보호요인으로 성격강점, 회복탄력성(Hwang and Chea, 2017), 교사효능감(Kwon, 2017), 공감능력, 자기효능감, 긍정정서, 내적 귀인성향, 스트레스 대처방식, 심리적 안녕감, 임파워먼트, 자아존중감, 자아탄력성, 친화적 성격특성, 경력몰입, 교사민감성, 교직선택 동기, 내면적 감정노동, 여가만족, 역할수행, 전문성 인식, 직무만족도, 근무환경, 사회적지지, 업무보상, 원장리더십, 인간관계, 전문성 지원환경, 조직건강성, 조직문화, 조직헌신(Kim, 2018)을 도출하였고 아울러 소진 예방을 위한 국가적, 조직적인 지원과 관련 프로그램의 개발이 필요함을 제안하였다. 하지만 실질적으로 시행될 수 있는 개입적 대안들을 선행연구에서 찾아보기 힘들며 소진위험을 통제할 지원체계를 구성하는 것이 쉽지 않은 게 현실이다.

Wendy et al.(2010)은 소진 예방을 위해 시도된 개입적 프로그램들을 개별적 차원의 접근, 조직적 차원의 접근 그리고 개별적 차원과 조직적 차원을 결합한 통합적 차원의 접근으로 분류하여 제시하였다. 연구에 따르면, 개별적 차원은 주로 인지 행동 훈련, 상담, 의사소통 훈련, 명상이나 음악 감상, 웃음치료, 긴장 이완훈련 등의 방법으로 진행되었고 전체 소진 예방 프로그램의 68%를 차지할 정도로 가장 많이 시도되었다. 이것은 아마도 개별적 차원 접근의 경우 소진을 야기하는 환경적 요인을 통제해야 하는 어려움 없이 개인 심리적 요인의 변화를 도모하는 교육과 훈련만으로 효율적인 소진 완화를 기대할 수 있다는 장점이 있기 때문일 것이다.

국내 또한 소진 예방 프로그램의 방법으로 개인 심리적인 요인의 변화를 시도한 개별적 접근이 주를 이루고 있다. Lee et al.(2017)은 보육직무 스트레스 관리를 목적으로 소그룹 상담 프로그램을 개발하고 실시하여 보육교사의 직무스트레스와 스트레스 대처능력, 분노통제력 증진에 대한

효과를 입증하였다. Kim(2015)은 성격강점이 소진 보호요인으로 작용한다는 연구결과를 바탕으로 개인의 성격강점을 활용한 행복감 증진 및 스트레스 완화를 위한 프로그램을 개발하여 긍정정서 증진과 직무에 대한 가치 및 동기를 얻도록 하였다. On(2016)는 긍정심리학을 기초로 유아교사의 감정노동과 직무 스트레스 대처 능력 증진에 목적을 둔 프로그램을 개발하여 소진 예방에 효과를 얻을 수 있었다.

이상에서 살펴본 바와 같이, 보육교사의 소진 예방을 위한 개입적 시도가 점차 이루어지고 있으나 현재 소진을 완화하도록 돕는 여러 개인 심리적 보호요인들을 충분히 활용하지 못하고 있으며 프로그램 또한 미비한 상황이다. 예를 들어, 앞서 언급한 것처럼 선행연구들은 성격강점, 회복탄력성, 교사효능감, 공감능력, 자기효능감, 긍정정서, 내적 귀인성향, 스트레스 대처방식, 심리적 안녕감, 임파워먼트, 자아존중감, 자아탄력성, 친화적 성격특성 나아가 사회적지지, 업무보상, 조직건강성, 조직문화에 이르기까지 다양한 요인들을 보호요인으로 제시하고 있으나, 스트레스 대처능력, 분노통제, 긍정정서 증진 등과 같이 제한된 변인에만 초점을 둔 소진 예방의 개입적 시도가 이루어지고 있다. 따라서 향후 보육교사들을 위한 소진 예방 내지는 대처 관련 프로그램은 보다 다양한 주제로 개발되어야 할 필요가 있을 것이다. 제한된 서너 가지의 프로그램이 다양한 소진 관련 요인을 모두 포함할 수는 없기 때문이다. 이에 더하여 심리적 지원 및 소진 예방 서비스를 제공하는데 있어 수요자인 보육교사의 요구를 고려하지 못했다는 한계 또한 갖고 있다. 보육교사는 다양한 연수 및 교육 프로그램을 의무적으로 이수해야하고, 전문성과 자질을 위한 직무연수, 자격연수, 보수교육, 승급교육 등을 정기적으로 받아야 하므로 소진 예방을 위한 다양한 프로그램이 개발된다 하더라도 프로그램에 참여하기는 현실적으로 매우 어렵다.

이러한 현실을 고려할 때, 소진 예방 관련 프

로그램 개발 시 보육교사의 요구를 반영하는 과정은 반드시 필요하다. 이를 위해 본 연구에서는 선행연구를 통해 밝혀진 소진 예방 및 처치 관련 변인들을 근거로 다양한 프로그램의 주제를 탐색하였고, 이러한 주제에 입각하여 소진 예방 프로그램의 각 주제에 대한 보육교사의 요구 정도를 조사하였다. 또한 본 연구에서는 이런 요구가 소진 정도에 따라 차이가 있는지도 살펴보았다. 본 연구의 결과는 향후 보육교사를 위한 소진 예방 프로그램 개발 시 유용한 정보를 제공해 줄 것으로 기대된다.

II. 연구 방법

1. 연구대상

본 연구를 위하여 부산광역시 소재 어린이집에서 담임을 맡고 있는 보육교사 320명으로부터 자료를 수집하였다. 설문에 참여한 보육교사에게 소진 예방 프로그램 주제에 대한 요구분석의 필요성과 목적을 설명하였고 직접 배부와 회수의 과정을 거쳤다. 설문지 중 불성실하거나 누락된 응답이 포함된 20부를 제외한 300부를 최종 분석에 사용되었다. 연구 대상자의 인구학적 배경은 <Table 1>과 같다.

2. 측정도구

가. 소진

보육교사의 심리적 소진을 측정하기 위하여 Maslach and Jackson(1981)의 Maslach Burnout Inventory(MBI)를 Kim(1992)이 변안한 것을 사용하였다. 이 척도는 정서적 고갈(9문항), 비인간화(5문항), 개인적 성취감 결여(8문항)의 3가지 하위 영역으로 구성되어 있으며 총 문항수는 22개이다. 각 항목은 전혀 아니다(1점)에서 ‘항상 그렇다(5점)’의 Likert식 척도로 되어 있으며, 점수가 높을수록 심리적 소진 정도가 높음을 의미한다. 본 연구의 참여자를 대상으로 하여 산출한 척도

<Table 1> Demographic characteristics of preschool teachers

		N	%
type of daycare center	public/national	35	11.7
	corporate	76	25.3
	home	51	17.0
	company	28	9.3
	private	110	36.7
final degree of education	high school	10	3.3
	2 year college	147	49.0
	4 year college	114	38.0
	master	29	9.7
caring children	infant	194	64.7
	early children	97	35.3
marital status	unmarried	157	52.3
	married	143	47.7

의 신뢰도 계수(Cronbach α)는 소진 전체 .899, 정서적 고갈 .885, 비인간화 .822, 개인적 성취감 결여 .823으로 나타났다.

나. 소진 예방 프로그램 요구

보육교사가 요구하는 소진 예방 프로그램의 주제를 파악하기 위해 소진 예방 프로그램 주제로 구성된 조사지를 제작하였다. 이 설문지의 주제는 Kim(2018)이 통합적으로 분석하여 제시한 보육교사의 소진 관련 변인에 근거하여 선정하였다. 원래 소진 관련 변인은 환경적 요인과 개인 심리적 요인으로 구성되어 있지만 환경적 요인은 프로그램을 통해 통제하거나 개인의 노력으로 변화시키기 어려우므로 교육과 훈련을 통해 변화 가능한 개인 심리적 요인만을 소진 예방 프로그램의 주제로 선정하였다. 주제로 선정된 소진 관련 개인 심리적 요인은 총 11개이다. 이 중 10개는 보호요인 10개를 증진시키는 주제이고, 나머지 하나는 위험요인을 대처할 수 있는 주제이다. 설문대상자들에게 소진 예방 프로그램의 주제에 대한 항목별 요구를 5점 척도(1: 전혀 필요 없다

2: 별로 필요 없다 3: 보통이다 4: 필요하다 5: 꼭 필요하다)로 제시하여 소진 예방 프로그램의 주제에 대한 요구 정도를 파악하고 항목 간 비교할 수 있도록 하였다. 본 연구에서 사용한 보육교사 소진 예방 프로그램의 주제와 그에 따른 내용은 <Table 2>와 같다.

다. 자료 분석

본 연구에서 수집한 자료는 SPSS(Ver. 21.0) 프로그램을 사용하여 통계적 분석을 수행하였다. 통계 분석에 앞서 연구대상자인 보육교사의 인구 사회학적 특성을 알아보기 위해 빈도와 백분율을 산출하였고, 측정도구의 신뢰도 검증에 위해 신뢰도 계수(Cronbach α)를 산출하였다. 다음으로

연구 문제를 살펴보기 위해 전체 보육교사를 대상으로 11개 소진 예방 프로그램 주제에 따른 평균 및 표준편차를 산출하였다. 연구 문제에 따른 분석을 위해서는 첫째, 연구에 참여한 보육교사들의 소진 예방 프로그램의 주제에 대한 전체적인 요구 수준을 알아보기 위하여 11개 프로그램 별 응답 유무 간 빈도와 백분율 그리고 기술통계량(평균, 표준편차)을 산출하였다. 둘째, 소진 예방 프로그램의 주제에 대한 요구가 소진의 정도에 따라 차이가 있는지 살펴보기 위해 전체 집단을 사분위 점수로 나누어 소진 하위집단과 상위 집단으로 구분하였고 두 집단 간 평균차 검증을 수행하였다.

<Table 2> Themes and contents of burnout prevention program for preschool teacher

No	themes	contents
1	improvement of empathy ability	improving the ability to understand and share the feelings of early children, parents and peer teachers.
2	improvement of self-efficacy	strengthening the belief teachers have in their own abilities to meet the challenges ahead of them and complete a task successfully.
3	improvement of self-esteem	increasing the confidence in their own worth
4	attribution training	improving teachers' beliefs in the causes of their own failure and successes
5	improvement of stress management ability	improving the ability to understand and manage stress
6	improving happiness based upon personality strength	improving the sense of happiness by identify and utilizing type of personality strength closely related to happiness
7	improvement of empowerment	encouraging and supporting the ability for teachers to do something
8	improvement of self-resilience	improving the ability to adapt well in the face of adversity
9	improvement of positivity	helping teachers to have positive attitude to interpersonal relation and what they want
10	enhancement of internal control	helping teachers to maintain efficient relations by controlling their life and thought well
11	dealing with emotional labor	helping teachers to flexibly deal with emotional labor they experience inevitably in working places

Ⅲ. 연구 결과

연구문제에 따라 보육교사의 소진 예방 프로그램 주제에 대한 요구를 분석한 결과는 다음과 같다.

1. 보육교사의 소진 예방 프로그램 주제 요구 분석

먼저, 연구에 참여한 보육교사들의 소진 예방 프로그램 주제에 대한 전체적인 요구 수준을 알아보기 위하여 11개 프로그램별 응답 유목 간 빈도와 백분율 그리고 기술통계량(평균, 표준편차)을 산출한 결과는 <Table 3>과 같다.

우선 응답 빈도를 계산해 보면 소진 예방 프

그램 주제로 필요하다고 보는 긍정적인 응답률(4. 필요하다+5.꼭필요하다)이 63.7%~82.7%의 범위를 보여 소진 예방 프로그램 주제들에 대한 요구가 매우 높은 것을 발견할 수 있었다. 상대적으로 긍정적인 반응이 가장 높은 주제는 스트레스 대처 및 관리 능력 증진(82.7%)이었고, 가장 낮은 프로그램의 주제는 귀인훈련(63.7%)이었다. 이는 평균으로 산출하였을 때에도 마찬가지로 스트레스 대처 및 관리 능력 증진(M=4.22)이 가장 높은 평균치를 보였으며 그 다음은 감정노동 대처(M=4.16)로 나타났다. 상대적으로 가장 낮은 평균치를 보인 주제는 귀인훈련(M=3.77)과 자기효능감 향상(M=3.95)이었다.

<Table 3> Needs for burnout prevention program

No	themes	f (%)					M	SD
		1. not need much	2. not need	3. be average	4.need	5. very to need		
1	improvement of empathy ability	3 (1.0)	5 (1.7)	58 (19.3)	152 (50.7)	82 (27.3)	4.02	.79
2	improvement of Self-efficacy	3 (1.0)	9 (3.0)	63 (21.0)	149 (49.7)	76 (25.3)	3.95	.81
3	improvement of self-esteem	3 (1.0)	7 (2.3)	57 (19.0)	136 (45.3)	97 (32.3)	4.06	.84
4	attribution training	3 (1.0)	13 (4.3)	93 (31.0)	132 (44.0)	59 (19.7)	3.77	.85
5	improvement of stress management ability	3 (1.0)	11 (3.7)	38 (12.7)	114 (38.0)	134 (44.7)	4.22	.88
6	promoting sense of happiness based upon personality strength	3 (1.0)	9 (3.0)	65 (21.7)	123 (41.0)	100 (33.3)	4.03	.87
7	improvement of empowerment	2 (0.7)	8 (2.7)	73 (24.3)	134 (44.7)	83 (27.7)	3.96	.83
8	improvement of self-resilience	4 (1.3)	4 (1.3)	76 (25.3)	126 (42.0)	90 (30.0)	3.98	.85
9	improvement of positivity	1 (0.3)	9 (3.0)	62 (20.7)	135 (45.0)	93 (31.0)	4.03	.82
10	enhancement of internal control	2 (0.7)	10 (3.3)	74 (24.7)	126 (42.0)	88 (29.3)	3.96	.86
11	dealing with emotional labor	3 (1.0)	8 (2.7)	52 (17.3)	112 (37.3)	125 (41.7)	4.16	.87

2. 보육교사의 소진 상·하위 집단에 따른 소진 예방 프로그램 주제에 대한 요구 차이

연구 문제에 따라 보육교사의 소진 정도에 따라 요구하는 소진 예방 프로그램의 주제에 차이가 있는지를 알아보았다. 이를 위해 소진 수준 집단을 아래의 <Table 4>와 같이 상, 중, 하의 세 집단으로 구분하였고 집단 간 평균차 검증을 수행하여 이에 대한 결과를 차례로 제시하였다.

<Table 4> Group classification of burnout sub-factors according to a quartile score

	below Q1	Q1~Q4	aboveQ4	Total
	low group	middle group	high group	
emotional exhaustion	73 (24.3)	147 (49.0)	80 (26.7)	300 (100)
depersonalization	89 (29.7)	141 (47.0)	70 (23.3)	300 (100)
lack of personal achievement	76 (25.3)	156 (52.0)	68 (22.7)	300 (100)
total burnout	76 (25.3)	147 (49.0)	77 (25.7)	300 (100)

f (%)

가. 소진 전체에서 상위·하위 집단 간 소진 예방 프로그램 주제에 대한 요구도 차이

<Table 5>는 소진 전체점수에서 상위·하위집단 간 11개 프로그램별로 요구도 평균에서 차이가 있는지를 검증한 결과다. 표에서 알 수 있는 것처럼, 공감능력 향상과 관련된 주제, 자기효능감 향상과 관련된 주제, 성격강점 기반 행복증진과 관련된 주제, 임파워먼트와 관련된 주제를 지닌 프로그램 등 4개의 프로그램 주제에서 요구 수준이 통계적으로 유의미하게 높게 나타났다. 나머지 7개 프로그램에서는 평균 간 차이가 없었다. 다만 그럼에도 상대적으로 평균점수의 크기만을 비교한다면 모든 프로그램에서 하위집단의 점수가 높다는 특징을 보였다.

나. 정서적 고갈에서 상위·하위 집단 간 소진 예방 프로그램 주제에 대한 요구도 차이

<Table 6>은 소진 하위 영역 중 정서적 고갈 영역에서 상위·하위집단 간 11개 프로그램별로 요구도 평균에서 차이가 있는지를 검증한 결과다. 표를 살펴보면, 공감능력 향상과 관련된 주제를 지닌 프로그램에서만 정서적 고갈 하위집단의 요구수준이 통계적으로 유의미하게 높게 나타났고 그 외 나머지 10개 프로그램에서는 평균 간 차이가 없었다.

<Table 5> t-test between high and low burnout group(burnout total)

theme	high group		low group		t
	M	SD	M	SD	
improvement of empathy ability	3.73	.91	4.30	.69	4.39***
improvement of Self-efficacy	3.78	.87	4.13	.88	2.49*
improvement of self-esteem	4.03	.87	4.12	.91	.64
attribution training	3.68	.85	3.95	.89	1.93
improvement of stress management ability	4.23	.94	4.36	.80	.86
promoting sense of happiness based upon personality strength	3.91	.86	4.24	.85	2.37*
improvement of empowerment	3.78	.94	4.09	.82	2.19*
improvement of self-resilience	3.84	.93	4.13	.87	1.97
improvement of positivity	3.94	.86	4.16	.78	1.67
enhancement of internal control	3.91	.86	4.09	.85	1.32
dealing with emotional labor	4.10	.95	4.29	.81	1.29

*p<.05 ***p<.001

<Table 6> t-test between high and low burnout group(emotional exhaustion)

theme	high group		low group		t
	M	SD	M	SD	
improvement of empathy ability	3.90	.94	4.26	.73	2.64**
improvement of self-efficacy	3.93	.87	4.07	.90	1.00
improvement of self-esteem	4.20	.82	4.15	.92	.35
attribution training	3.80	.86	3.92	.86	.84
improvement of stress management	4.40	.89	4.32	.86	.60
improving sense of happiness based on personality strength	4.08	.90	4.22	.85	1.02
improvement of empowerment	3.88	.95	4.03	.78	1.09
improvement of self-resilience	3.98	.91	4.07	.87	.65
improvement of positivity	4.10	.89	4.16	.76	.48
improvement of internal control	4.04	.89	4.05	.81	.13
dealing with emotional labor	4.21	.95	4.29	.82	.52

* $p < .05$ *** $p < .001$

다만 그림에도 불구하고, 상대적으로 평균점수 크기만을 비교한다면 대부분의 프로그램에서 하위집단의 점수가 높다는 특징을 보였다.

다. 비인간화에서 상위·하위 집단 간 소진 예방 프로그램 주제에 대한 요구도 차이

<Table 7>은 소진 하위 영역 중 비인간화 영역에서 상위·하위집단 간 11개 프로그램별로 요구

도 평균에서 차이가 있는지를 검증한 결과다. 표에서 알 수 있는 것처럼, 공감능력 향상과 관련된 주제, 자기효능감 향상과 관련된 주제, 성격강점 기반 행복증진과 관련된 주제, 임파워먼트와 관련된 주제를 지닌 프로그램 등 4개 프로그램에서 비인간화 하위집단의 요구 수준이 통계적으로 유의미하게 높게 나타났다.

<Table 7> t-test between high and low burnout group(depersonalization)

theme	high group		low group		t
	M	SD	M	SD	
improvement of empathy ability	3.71	.92	4.21	.76	3.75***
improvement of self-efficacy	3.67	.86	4.12	.86	3.28***
improvement of self-esteem	4.04	.88	4.10	.91	.41
attribution training	3.60	.86	3.87	.86	1.94
improvement of stress management	4.17	.93	4.36	.88	1.30
improving sense of happiness based on personality strength	3.89	.84	4.18	.85	2.18*
improvement of empowerment	3.81	.94	4.10	.77	2.12*
improvement of self-resilience	3.89	.96	4.10	.87	1.49
improvement of positivity	3.91	.88	4.17	.82	1.89
improvement of internal control	3.89	.88	4.07	.85	1.32
dealing with emotional labor	4.16	.99	4.22	.88	.46

* $p < .05$ *** $p < .001$

나머지 7개 프로그램에서는 평균 간 차이가 없었다. 마찬가지로 상대적으로 평균점수의 크기만을 비교한다면 모든 프로그램에서 하위집단의 점수가 높게 나타났다.

라. 개인적 성취감 결여에서 상위-하위 집단 간 소진 예방 프로그램 주제에 대한 요구도 차이

<Table 8>은 소진 하위 영역 중 개인적 성취감 결여 영역에서 상위-하위집단 간 11개 프로그램 별로 요구도 평균에서 차이가 있는지를 검증한 결과다. 표에서 알 수 있는 것처럼, 공감능력 향상과 관련된 주제부터 감정노동 대처와 관련된 주제의 프로그램에 이르기까지 11개의 모든 프로그램에서 개인적 성취감 결여 하위집단의 요구수준이 통계적으로 유의미하게 높게 나타났다. 요컨대, 이러한 결과는 보육교사들이 소진 예방 프로그램의 주제를 선정함에 있어 무엇보다도 개인적 성취감 결여 여부에 따라 가장 큰 요구의 차이를 나타낸다고 할 수 있다.

본 연구는 보육교사의 소진 관련 요인 중 개인 심리적 변인을 주제로 다룬 11가지 소진 예방 프로그램을 개발한다는 가정 하에 보육교사가 가장 요구하는 소진 예방 프로그램의 주제는 무엇인지, 소진 예방 프로그램 주제에 대한 요구가 소진의 정도에 따라 차이가 있는지를 분석하였다. 이를 통해 각각의 소진 예방 프로그램 주제에 대한 보육교사의 요구 수준을 알아볼 수 있었고 소진 정도에 따른 요구의 차이를 발견할 수 있었다. 이러한 결과를 중심으로 논의를 전개하면 다음과 같다.

소진 예방 프로그램에 대한 요구를 살펴본 결과 11개 프로그램의 주제에 대해 대부분의 보육교사가 긍정적(필요하다, 꼭 필요하다)인 반응을 나타냈다. 전체 프로그램 주제에 대한 요구 점수는 평균 4.01로 필요성을 높게 인식하고 있음을 알 수 있었다. 이러한 결과는 많은 보육교사들이 소진 예방의 필요성을 절감하고 있다는 것을 의미한다. 유아교사는 직무의 특성으로 인해 심리적으로 소진을 많이 경험한다는 것은 일반적으로 받아들여진다.

IV. 논의 및 결론

<Table 8> t-test between high and low burnout group(lack of personal accomplishment)

theme	high group		low group		t
	M	SD	M	SD	
improvement of empathy ability	3.66	.84	4.29	.76	4.70***
improvement of self-efficacy	3.65	.89	4.24	.78	4.23***
improvement of self-esteem	3.78	.93	4.25	.82	3.23**
attribution training	3.51	.80	3.96	.87	3.19**
improvement of stress management	3.96	.97	4.39	.78	3.00**
improvement of sense of happiness based on personality strength	3.76	.95	4.29	.83	3.54**
improvement of empowerment	3.69	.92	4.14	.80	3.15**
improvement of self-resilience	3.75	.92	4.21	.79	3.23**
improvement of positivity	3.82	.86	4.22	.79	2.90**
improvement of internal control	3.71	.90	4.17	.87	3.15**
dealing with emotional labor	3.88	.94	4.36	.81	3.24**

* $p < .05$ *** $p < .001$

하지만 유아교사를 대상으로 한 연구 결과는 우리의 생각과는 달리 유아교사가 심리적 소진을 별로 겪고 있지 않다는 것을 보여준다. 예를 들어, Moon and Oh(2016)의 연구에서는 유아교사가 지각하는 소진 평균 점수가 2.46(5점 만점), Lee(2017)의 연구에서는 2.47에 불과했다. 본 연구에서도 평균 소진 점수는 2.59로 나타나 중앙치를 약간 웃도는 정도였다.

유아교사의 심리적 소진 정도에 대한 이러한 조사 결과는 많은 유아교사가 소진 예방 프로그램이 필요하다는 의견을 보인 본 연구결과와 일치하지 않는다. 이러한 차이는 소진 연구에 있어 중요한 의미를 갖는다. 유아교사의 소진에 대한 선행연구는 소진의 정도가 낮게 보고되고 있음에도 불구하고 이러한 점에 대한 언급 없이 유아교사가 소진을 경험하고 있다는 전제 하에 많은 연구를 수행해 왔다. 하지만 관련 통계 자료에만 기초해서 보면 유아교사의 소진에 대한 연구 근거는 매우 미약해 보인다. 통계적으로 소진 점수가 낮게 나오는 이유는 2가지 측면에서 생각해 볼 수 있을 것 같다. 첫째, 소진 정도에 대한 응답을 솔직하게 하지 않았을 수 있다. 이는 특히 학급 수가 많지 않은 어린이집의 교사의 경우 익명을 보장한다 하더라도 혹시나 원장이 내가 표시한 것을 보지나 않을까 하는 마음에서 솔직하게 답을 하지 못했을 수 있다. 둘째, 실제로 소진을 별로 경험하지 않을 수 있다. 일반적으로는 소진을 느낄 충분한 상황임에도 불구하고 이런 환경에 오래 근무하다보니 현 상황에 적응했을 수 있다. 소진 예방 프로그램의 주제 모두에 대해 대부분의 보육교사가 긍정적인 반응을 보였다는 본 연구의 결과는 전자가 보다 설득력이 있음을 보여준다.

소진 예방 프로그램 주제에 따른 요구의 우선순위를 알아본 결과 스트레스 대처 및 관리 능력 증진(M=4.22), 감정노동 대처(M=4.16), 자아존중감 증진(M=4.06), 성격강점 기반 행복증진(M=4.03), 긍정성 증진(M=4.03), 공감능력 향상

(M=4.02), 자아탄력성 증진(M=3.98), 임파워먼트(M=3.96), 내적통제성 증진(M=3.96), 자기효능감 향상(M=3.95), 귀인 훈련(M=3.77) 순으로 나타났고, 요구가 가장 높은 프로그램의 주제는 스트레스 대처 및 관리 능력 증진(82.7%)이었다. 보육교사는 직무상에서 경험하는 소진을 스트레스의 문제로 귀인하는 경향이 있거나 현재 보육교사가 가장 높게 지각한 문제가 스트레스라는 것을 추측해볼 수 있다. 이러한 결과는 보육 교사들은 부정적인 정서를 다루는 프로그램에 특히 관심이 많이 있음을 보여주는 것으로 해석할 수 있을 것이다. 본 연구와 비슷하게 중등 교사를 대상으로 하여 소진 예방 프로그램 영역별 요구 정도를 분석한 Kim(2014)의 연구에서도 정서조절 및 대처가 1위를 차지하였다. 사회복지사를 대상으로 하여 조사한 Lee(2016)의 연구에서도 본 연구와 비슷하게 정서 조절 및 대처 영역이 가장 높은 순위를 보였다. 본 연구의 결과와 선행 연구의 결과를 종합해서 볼 때, 보육교사 소진 문제 해결을 위해 스트레스 관리 및 대처와 관련된 교육이 우선적으로 필요하며 소진 예방 프로그램의 주제로 스트레스 대처 및 관리 기술을 다룬다면 보육교사의 관심과 자발적인 참여 동기를 얻을 수 있을 것이라는 시사점을 제공해 준다.

보육교사의 소진 정도에 따른 소진 예방 프로그램 주제의 요구 정도 차이를 확인한 결과 몇 가지 주목할 만한 사실을 발견할 수 있었다. 첫째, 소진의 세 가지 하위영역에 따른 소진 예방 프로그램 주제에 대한 요구에서 차이를 보였다. 소진의 정서적 고갈 영역의 경우에는 상위집단과 하위집단 간에 공감능력 향상 주제에서만 차이를 보였고, 비인간화 영역의 경우에는 공감능력 향상, 자기효능감 향상, 성격강점 기반 행복증진과 임파워먼트에서만 차이를 보였지만, 개인적 성취감 결여의 경우에는 모든 주제에서 차이를 보였다. 이러한 결과는 소진 예방 프로그램을 개발하고자 할 때 소진의 구성 요소를 고려해야 할 필요가 있다는 시사점을 제공해 준다. 다시 말하면,

소진 정도가 비슷하다고 하더라도 소진의 세부적인 내용은 다를 수 있다는 것이다. 즉, 어떤 교사는 정서적으로 고갈로 인해, 또 어떤 교사는 비인간화로 인해, 또 어떤 교사는 개인적 성취감 결여가 소진의 주요 요인으로 작용할 수 있다. 따라서 소진 예방 프로그램의 효과 또한 소진 양상에 따라 다를 수 있다는 것이다.

둘째, 공감능력 향상 주제의 경우 전체적 요구에서는 상대적으로 중간 정도 순위의 요구를 보였으나 소진 상위집단과 하위집단으로 나누어 비교하였을 때 소진 하위집단이 상위집단에 비해 소진 하위영역 모두에서 공감능력 향상의 주제를 유의미하게 높게 요구하였다. 이는 소진 하위집단에서 영유아 및 학부모의 심리를 민감하게 파악하여 소통하는 능력의 필요성을 높게 인식하는 것으로 보인다. 반면, 소진 상위집단의 경우 일관성 있게 소진 하위영역 모두에서 스트레스 대처 및 관리 능력 증진과 감정노동 대처 주제에 대한 요구도가 높게 나타났다. 이는 소진된 교사일수록 스트레스나 감정노동과 같은 부정적 개념에 초점을 두고 이를 해소하고자 하는 심리가 작용했음을 짐작할 수 있고 소진이 높은 보육교사는 스트레스와 감정노동을 주제로 한 소진 예방 프로그램이 필요하며 이와 같은 프로그램에 참여도가 높을 것으로 기대된다.

마지막으로 소진 상위집단과 하위집단의 요구도를 전체적으로 비교한 결과, 소진 상위 집단보다 하위집단에서 소진 예방 프로그램에 대한 요구 점수가 높게 나타났다. 이러한 결과는 소진 예방 프로그램은 말 그대로 예방적 목적으로 개발되기 때문에 이미 상당한 정도로 소진을 경험하고 있는 교사보다는 소진 정도가 낮은 교사를 대상으로 할 경우 관심과 참여 동기가 높아 소진 예방의 효과도 클 것이라는 점을 시사한다. 소진감이 높은 교사의 경우에는 예방 프로그램보다는 처치 프로그램이 보다 효과적일 것으로 추측된다.

본 연구의 결과는 조사 시점과 소진 예방 프

그램 주제 설정에 따라 변화될 수 있다. 즉, 특정 학기나 기관 평가, 사회적 분위기 등에 따라서 보육교사의 소진과 요구하는 소진 예방 프로그램 주제가 달라질 수 있을 것이다. 이런 점 때문에 본 연구 결과를 해석하는 데는 주의가 필요하다. 이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구는 보육교사를 대상으로 한 소진 예방 프로그램 개발의 주제 선정을 위한 방향을 제시하였다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있을 것이다.

References

- Bronfenbrenner, U.(1979). The ecology of human development: experiments by nature and design. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Cha JY(2013). The effects of alexithymia, burnout, and adult attachment on child disciplinary style of childcare teachers. Catholic University.
- Choi HY(2001). The relationships between insant care teachers perception of professionalism and insant care environment. Konkuk University.
- Freudenberger, H. J.(1974). Staff burn-out. Journal of social issues. 30. 159~165.
<https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
- Hoog HR(2016). Effects that burnout feelings of early childhood teachers has on teaching strategy for problem behaviors of young children. Kyonggi University.
- Hwang HI and Chea HK(2017). Influence of early childhood teacher's character strengths on resilience and burnout. Korean journal of early childhood education. 37(4). 33~54.
<https://doi.org/10.18023/kjece.2017.37.4.002>
- Kang SH(2015). The relationship between job stress, burnouts and way of disciplinary of early childhood teachers. Dong-Eui University.
- Kim AN(2018). The mixed methods research on childcare teachers burnout related variables: centering on meta-analysis and in-depth interviews. Dongguk University.
- Kim HJ(2014). Study on needs assessment of burnout prevention program in accordance with middle school teachers' burnout extent. Korea University.

- Kim MJ(2015). Development and application of character strengths-based happiness enhancement program for early childhood teachers. Pusan Nation University.
- Kwon YS(2017). The relationship between burnout and child-teacher's social support, teacher efficacy, and job satisfaction. Chugnam National University.
- Lee HJ(2016). Study on needs assessment of burnout prevention program in accordance with social workers' burnout extent. Kyung hee University.
- Lee JY(2017). The Effects of Child Care Teachers' CCTV Perception on Turnover Intention: The Moderating Effects of Human Relationship. The journal of future early childhood education. 24(2). 31~48.
<https://doi.org/10.22155/jfece.24.2.31.48>
- Lee JY, Lee HR and Chung CH(2017). An exploration of the impact of collective self esteem and organizational climate on burnout of early childhood teachers -focusing on the difference by teaching career. The journal of korea open association for early childhood education. 22(6). 255~278.
<https://doi.org/10.20437/koaece22-6-12>
- Lee KS(2000). Exploring variables influencing the quality of child care. Sungkyunkwan University.
- Lee KS, Park JA and Kim MS(2017). Development and Effectiveness Verification of Counseling Program for Daycare Teachers. The korean journal of counseling and psychotherapy. 29(1). 79~101.
<https://doi.org/10.23844/kjcp.2017.02.29.1.79>
- Lee MK(2001). A meta-analysis on influencing factors of children development. Sookmyung Women's University.
- Leiter, M. P., Maslach, C. (1999). Six areas of worklife: a model of the organizational context of burnout. Journal of health and human services administration. 21(4), 472~489.
<https://www.researchgate.net/publication/12693291>
- Maslach, C., M. E. Jackson(1981). The measurement of experienced burnout. Journal of organizational behavior. 2(2), 99~113.
<https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Ministry of Health and Welfare, Korea Institute of Child Care and Education(2016). National Childcare Survey.
- Moon EY and Oh SJ(2016). The effect of early educator's psychological exhaustion and happiness on children's adapting ability in early education settings. Korean journal of childcare and education. 12(3). 177~195.
<http://dx.doi.org/10.14698/jkce.2016.12.03.177>
- National Human Rights Commission of Korea(2013). Survey on human rights situation of child care teachers.
- On EA(2016). The development and effect of positive psychology-based managing skill improvement program for emotional labors of kindergarten teachers. Wonkwang University.
- Wendy L, A., M. Plaumann, U. Walter(2010). Burnout prevention: a review of intervention programs. Patient education and counseling. 78(2), 184~190.
<https://doi.org/10.1016/j.pec.2009.04.008>
- Yong, Z., Yue, Y(2007). Causes for burnout among secondary and elementary school teachers and preventive strategies. Chinese education and society. 40(5), 78~85.
<https://doi.org/10.2753/ced1061-1932400508>
-
- Received : 11 January, 2019
 - Revised : 08 February, 2019
 - Accepted : 15 February, 2019