

중년여교사의 직무스트레스 경험에 관한 현상학적 연구

정 은 미

천 성 문[†]

경성대학교

본 연구에서는 중년여교사들이 학교 현장에서 어떤 직무스트레스 경험을 하는지, 그 경험의 의미와 구조는 무엇인지를 알아보고자 하였다. 이를 위해 B광역시 중·고등학교에서 20년 이상 근무한 중년여교사 6명을 대상으로 총 2회에 걸친 인터뷰를 실시하였다. 인터뷰 자료는 현상학적 연구방법 중 Giorgi의 방법을 사용하여 분석과 해석의 과정을 거쳤으며, 그 결과 의미단위 854개를 도출하고, 다시 하위구성요소 24개로 묶은 뒤 최종 구성요소를 9개의 범주로 나누었다. 분석 결과, 중년여교사들의 직무스트레스는 수업과 생활지도, 동료교사와 관리자, 업무, 교육체제로부터 유발되고, 경직되고 위축된 태도나 책임감과 실천의지로 인해 심화 또는 감소되며, 스트레스 경험이 걸림돌이 되어 주저앉기도 하지만 궁극적으로는 성숙한 삶의 밑거름이 되어 도약하는 변화를 보였는데, 이것을 직무스트레스 유발요인, 조절요인, 경험의 결과라는 관계의 맥락 속에서의 하나의 현상으로 파악할 수 있었다. 연구 결과를 토대로 중년여교사의 직무스트레스 경험을 ‘주저앉게 만드는 아픔 뒤의 성숙한 삶으로의 나아감’으로 그 본질적 의미를 규명하였고, 이에 대한 학문적·실천적 함의를 논하였으며, 연구의 의의와 제한점 및 제언을 제시하였다.

주요어 : 중년여교사, 직무스트레스, 직무스트레스 경험, 현상학적 연구

[†] 교신저자(Corresponding Author) : 천성문, 경성대학교 교육학과, 부산광역시 남구 대연동 110-1번지
Tel: 051-663-4328, E-mail: smcheon@ks.ac.kr

급속하게 변화하는 사회에서 살고 있는 현대인들은 물질적 풍요와 각종 기술적 편의를 제공받고 있으나 정신적으로는 발전하는 사회 현상으로 인하여 불안과 스트레스를 경험하고 있다. 스트레스는 사람들의 정신건강을 해치는 유형, 무형의 원인을 제공하고, 이것을 어떻게 해결하느냐에 따라 개인의 신체적, 심리적 안정이 좌우되며, 심지어는 사회적 안정에도 영향을 미친다(Lazarus & Folkman, 1984). 따라서 최근에는 직장, 가정, 학교에서 어떻게 하면 스트레스를 잘 극복하고 이에 대응할 수 있을지가 매우 중요한 관심사로 대두되고 있다.

특히 학교 현장은 교사들이 스트레스를 경험할 수 있는 많은 환경적 요인을 내포하고 있다. 교사는 교육현장에서 학습지도를 위한 수업, 학생들의 발달을 돕는 생활지도는 물론 다양한 문제행동에 적극적으로 개입하는 등 대부분의 경우 학생들에게 일방적인 배려와 보살핌을 제공해야 한다(김정휘, 김태욱, 2006). 그 결과 교사는 과도한 업무를 감당하고 학생들과의 가치갈등 상황에서 정서적 상처를 주고받는 고통스런 과정을 감내해야 할 뿐 아니라 급격하게 변화하는 지식정보사회에서 뛰어난 전문성을 확보해야 한다는 압력에도 시달린다. 또한 행정가, 동료교사, 학부모 등 서로의 이해관계가 엇갈리는 다양한 집단과 끊임없이 상호작용해야 하는 위치에 있다(이정선, 2000). 더욱이 최근 우리 교육 현장에서는 교사들을 스트레스 상황에 더욱 취약하게 만드는 요인들이 더 늘어나고 있다. 대학진학 경쟁이 심해지면서 학교는 입시 준비에 치우치고 교사의 능력이나 자질은 학생들의 대학 진학률이나 시험 성적 등으로 평가되는 경향을 보이며, 점점 더 개인화 되어가는 학생들 그

리고 학부모들과의 관계에서의 마찰, 사교육의 활성화로 인해 본래의 자리를 잃어가는 공교육의 위기, 정보화에 따른 과도한 업무부담, 사표(師表)로서의 교사에 대한 사회적 기대, 다수의 학생과의 접촉 등은 교사의 스트레스를 심화시키고 있다(김영재, 1999).

교사의 직무스트레스는 교사 개인으로 볼 때, 두통, 요통, 위장병, 고혈압, 당뇨병 등의 생리적 증후를 유발하고(Golembiewski & Munzenrider, 1988), 정신적으로도 부적응과 무력감에 젖게 할 때가 많으며(김철진, 1990), 이러한 과중하고도 다양한 직무스트레스가 장기적으로 지속되면서 교사들은 탈진 상태에 이르러 동기나 의욕이 약화되고 사기가 저하된다(김혜경, 2011). 조직 수준에서 볼 때도, 교사의 직무스트레스는 학교 교육의 책무성과 효율성을 떨어뜨리고, 교사의 근무의욕을 저하시킴으로써 이직, 결근 등의 행동적 증후를 야기하기도 하며(김병섭, 1994; Lazarus, R. S., & Folkman, S., 1984), 교사가 교육발전에 기여할 수 있는 기회를 박탈하여 교육력의 약화를 초래한다. 따라서 교사들의 스트레스를 예방하거나 경감시키기 위해 그들의 직무스트레스 경험을 구체적으로 살펴볼 필요가 있다.

특히 교사들 중 교직에 입문한 지 20년 이상 된 중년기 여교사는 학교조직의 구성원으로서의 역할을 수행하는 동시에 가족 및 사회 구성원의 일원으로서 중요한 역할을 담당하고 있다. 그 결과 자신이 소속된 조직체의 다양한 구성원들로부터 기대되는 역할행동 또는 욕구성향 간의 차이로 인하여 정서적인 갈등을 겪게 되거나, 역할의 과다 및 과중한 상황에 처하게 된다(한수명, 2002). 그 중에서도 학교로부터 중년여교사는 부장교사로서 교장의 명령과 지시를 받아 학교 조직을 관리하는 역

함을 요구받거나, 일반교사들의 리더로서 전문적 소양과 확고한 교육관, 종합적이고 통합된 시각을 가지고 학교 조직을 들여다보고 학교의 변화와 발전에 있어서 능동성과 자율성 및 책무성이 강조되는 역할을 수행해야 한다(김경면, 2005). 이렇게 학교 현장에서 중년여교사는 양적·질적인 면에서 중추적인 역할을 담당하고 있으며, 그밖에도 가정, 학교, 사회생활에서 오는 다중 역할에 대한 갈등으로 말미암아 많은 신체적, 심리적 어려움을 호소하고 있다(이경희, 2003).

그런데, 학교 및 우리 사회에서는 지금까지 중년여교사들이 호소하는 어려움을 단순히 중년기 여성들이 일반적으로 경험하는 갱년기 증상이나 가정적 문제에서 비롯된 스트레스 문제로 간주해 왔다. 하지만, 교직의 특성상 44세에서 59세의 나이는 교사에게 인생 전반에 걸친 성인 발달의 의미뿐만 아니라, 교직 사회화의 단계 간 이동 과정에서 전환기에 해당하는 시기로서(Webb & Sikes, 1989) 교직의 특수성 측면에서 매우 의미 있는 시기이다(류위자, 2012). 게다가 여성교원의 비율이 해마다 꾸준히 상승하여 중학교는 66.8%, 고등학교는 46.2%로서 남교사와 비슷해지고 있으며, 그 중에서도 40~50대 중년여교사가 중학교는 56.6%, 고등학교는 59.45%(한국교육개발원, 2011)로 과반수이상을 차지하고 있다. 이처럼 우리 교육계 전반에 점차 영향력이 커지고 있는 중년여교사들의 직무스트레스에 대해 주목하고 심층적으로 탐색해 보는 연구는 중요한 의미를 갖는다고 본다.

이에 본 연구는 생애발달 및 교사의 전문성 발달 단계상 전환기에 처해 있고, 학교현장에서 점차 비중이 높아지고 있는 중년여교사의 직무스트레스 경험을 질적 연구 방법 중 현상

학적 방법으로 연구하고자 한다. 이러한 연구가 필요한 이유는 크게 네 가지로 정리해 볼 수 있다.

첫째, 교사의 직무는 국가의 장래를 책임질 학생들을 교육하는 것이기 때문에 이들의 스트레스로 인한 부적응 현상의 파급효과는 크다. 교육적 활동을 통해 국가의 유지, 발전에 중추적인 역할을 담당하고 있는 교사가 겪는 직무스트레스는 결국 학교 교육의 책무성, 효율성을 떨어뜨리고 교사의 근무의욕을 저하시키며, 아울러 교사가 교육발전에 기여할 수 있는 기회를 제한하여 교육력의 약화를 초래한다(김정하, 2000; 박영호, 김정인, 2000; 탁진국, 신필순, 1999).

둘째, 지금까지 교사의 직무스트레스에 대한 연구의 대부분은 전체 교사(김혜나, 2011; 임지운, 2011; 주혜란, 2007)를 대상으로 하거나 유치원(김경이, 2011; 김기영, 2007; 오유나, 2011), 초등(김정미, 2008; 옥성수, 2012; 홍순희, 2012), 중등(서종문, 2007; 이준희, 2012; 최상찬, 2001), 고등(김기봉, 2004; 김용배, 2004; 이성은, 2004) 등의 학교급별 교사들의 스트레스 수준 분석이나 관련변인과의 상관관계를 분석하는 방식으로 연구가 이뤄졌다. 이러한 연구방법은 연구 대상의 범위가 광범위하여 스트레스의 원인과 개인적·환경적 영향요인에 따른 변화 과정에 대해 구체적인 결과물이 추출되기엔 무리가 있었다. 따라서 교사집단을 일반화하여 진행했던 선행연구의 이론을 특정 대상에 한정시켜 적용해봄으로써 포괄적인 연구대상에 대한 연구 결과에서는 찾아낼 수 없었던 교사의 직무스트레스의 특성을 밝혀내어 이론적 연구와 실제 문제해결을 위한 더욱 구체적인 자료를 찾아낼 필요가 있다.

셋째, 학교 현장에서 양적·질적으로 중추

적인 역할을 담당하고 있는 중년여교사는 중년기적 특성에 의해 많은 신체적·심리적 어려움을 겪고 있으며(이경희, 2003; 조윤주, 2008), 급격히 변화하는 학교현장과 학생들의 문화는 이들을 더욱 당혹스럽게 만듦으로써 중년기의 위기를 한층 가속화시키고 있다. 그런데도 교사의 직무스트레스에 대한 선행연구들은 다수 있으나 중년여교사를 대상으로 한 직무스트레스 연구는 찾아보기 어렵다. 따라서 중년여교사의 직무스트레스 경험을 그들의 목소리를 통해 있는 그대로, 깊이 있게 만나고 그 본질적 의미를 규명하는 연구는 중년여교사의 개인적 삶의 질의 향상뿐만 아니라 조직 사회의 건강성 회복을 위해서도 우선적으로도 요청되는 일이다. 그러므로 생애전환기를 맞이하는 중년여교사의 직무스트레스 경험에 대한 심층적 이해를 위해 현상학적 연구방법을 적용하여 다룰 필요가 있다.

넷째, 최근 학교폭력 등이 심각한 사회문제로 대두되면서 교사들의 직무스트레스에 관한 관심과 요구가 증대되고는 있으나 아직까지 대부분의 연구들이 직무스트레스와 관련하여 조사 또는 실험을 통해 진행되어 왔다. 2013년 1월 5일 기준 한국학술정보원에 등재된 교사 직무스트레스 관련 연구 218건 중 질적 연구는 초등학교 교사의 학부모 관계 스트레스(김기남, 2011), 공립 유치원 방과후 과정 강사의 직무 수행 상의 어려움(변세진, 2013), 일반계 고등학교 담임교사의 교직활동(강재홍, 2007), 특수교사들의 직무경험(이상은, 2008), 초등학교 검임보직교사의 직무스트레스(김수은, 2010)에 관한 연구들로 총 5편뿐이다. 따라서 교사 직무스트레스를 개인적·사회적 특성 등과 관련지어 맥락적·통합적으로 살펴볼 수 있는 자료를 찾기는 어렵다.

이러한 문제의식을 전제로 하여 본 연구는 중년여교사의 직무스트레스 경험에 대해 현상학적 연구방법을 적용하여 참여자들이 주관적으로 경험한 내용을 살펴보고, 그 과정을 구조화하며, 경험의 본질적 의미가 무엇인지 탐구해 보고자 한다. 현상학적 연구는 직무스트레스에 대한 체험을 이야기로 만나고 그 내용 속에서 내면적 상처와 그로 인한 변화를 탐색함으로써 중년여교사의 경험에 대해 보다 깊이 이해하려는 연구자의 의도에 적합한 방법이라고 본다. 이에 현상학적 연구방법 중에서 개인의 경험에서 심리학적 의미에 초점을 두는 Giorgi의 기술현상학에 의한 연구설계 및 자료분석 과정에 따라서 중년여교사의 직무스트레스 경험에 대해 연구하고자 한다. 이러한 연구를 통해 학교교육현장의 중추적 역할자인 교사들 자신에 대한 이해를 돕고 그들의 정신적·육체적 건강을 지원하기 위한 체계적이고 전문적인 치유 프로그램을 개발하는 데 기초자료를 제공하고자 한다. 이 연구의 결과는 교사들의 심리적 고통에 대한 사회적 이해도를 높임으로써 그들에 대한 사회적 지지 분위기를 조성하고, 지원방안을 마련하기 위한 기초자료를 제공하며, 교사 집단 내에서의 자기변화 및 성장을 위한 실천적 소모임 활동을 전개하는 데 지침서가 될 수 있을 것으로 기대된다.

본 연구의 구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 중년여교사들의 직무스트레스 경험의 본질은 무엇인가?

둘째, 중년여교사들의 직무스트레스 경험의 구조는 무엇인가?

방 법

연구 참여자

연구 참여자 선정에 있어서 현상에 대해 보다 많은 통찰력을 제공할 수 있는 ‘좋은 참여자’를 찾아야 한다는 점에 주목하여 Patton (1990)이 제시한 비확률 표본을 이용하였다. 즉, 현상의 특정 측면을 상세하게 탐색하기 위해 극단적인 사례를 선정하였으며, 주제에 대하여 가장 많은 정보를 제공해 줄 사람을 선정하기 위해 비판적 사례 추출 방법을 활용하였다. 본 연구에 적용된 좋은 참여자의 구체적 준거는 다음과 같았다. 첫째, 연구 참여자는 40~55세 연령대로서 조사 시점 현재 교사로 근무 중이며 중고등 학교 근무 경력이 20년 이상인 여자 교사를 연구 참여자로 선정하였다. 둘째, 교사의 직무스트레스는 두통, 요통, 위장병, 고혈압, 당뇨병 등의 생리적 증

후를 유발하며(Golembiewski & Munzenrider, 1988), 다양한 부정적 경험으로 중년여교사는 삶의 질이 낮아지고 심한 우울을 경험하게 된다(박정희, 유영주, 2000)는 선행연구를 근거로 하여 직무스트레스 경험 현상을 충분히 드러낼 수 있도록 하기 위해 연구 참여자를 교직 생활 중에 직무상 충돌 및 갈등 경험을 두드러지게 겪었으며 그로 인해 신체적 질병을 경험해 본 적이 있다고 호소하는 교사로 한정하였다. 셋째, 본 연구에 대한 오리엔테이션과 연구 참여 동의 과정에서 연구의 목적을 이해하고 연구가 자신의 성장에 도움이 된다는 기대와 믿음을 가지고 있음이 확인된 교사들을 참여자로 선정하였다. 이러한 참여자의 적극적인 참여 동기는 자기개방에 촉진적 요인이 됨으로써 본 연구의 진행과 성과에 관건이 되기 때문이다. 넷째, 본 연구는 사회에 대한 개방성이 낮은 교직문화의 특성(박영숙, 2003)을 고려하여, 청소년의 건강한 문화생활의 지

표 1. 연구 참여자의 인적 특성

참여자 번호 (나이)	교직경력	현재근무학교 (담당업무 및 교과)	결혼여부 (결혼연령)	가족사항	병력
참여자 1 (47)	20년(중2, 고18, 담임13)	일반계고 (비담임, 생활기록부, 국어)	미혼	1인 가족	기관지염, 허리디스크
참여자 2 (45)	22년(중17, 고5, 담임16)	일반계고 (비담임, 평가, 국어)	미혼	1인 가족	위염, 임파선염 목디스크
참여자 3 (43)	20년 (고20, 담임10)	일반계고 (담임, 문예, 국어)	기혼 (7)	남편 아들1	관절염, 허리디스크
참여자 4 (54)	23년(중2, 고21, 담임15)	일반계고 (담임, 평가, 영어)	기혼 (21)	시모 남편 딸2	만성 피로, 근육통
참여자 5 (48)	23년(중18, 고5, 담임14)	일반계고 (담임, 학생동아리, 영어)	기혼 (22)	남편 아들1	지방간, 녹내장, 만성편두통
참여자 6 (47)	20년 (중20, 담임16)	중학교 (담임, 학예미화, 도덕)	미혼	1인 가족	당뇨, 고혈압, 지방간

원·육성에 관심과 뜻을 같이 하는 교사들로 구성된 소모임의 구성원들 중 참여 의사를 밝힌 교사들을 대상으로 하였다.

본 연구 참여자의 인구학적 특성을 정리하면 표 1과 같다.

자료 수집

현상학적 연구의 자료는 주로 면담을 통해 얻어진다. 본 연구에서 실시한 면담 준비 및 실행 과정은 다음과 같다. 연구자는 교사의 정신건강과 관련한 연구 논문을 계획하고 연구 대상자를 찾던 중 2012년 1월에 앞서 소개한 교사 소모임으로부터 집단독서치료의 진행을 의뢰받았다. 당시 이 소모임의 구성원은 남교사 2명, 여교사 8명으로 총 10명이었는데, 내면아이치유를 목표로 설정하면서 여교사 8명이 집단에 참여하게 되었으며, 1회기 당 4시간씩 월 2회 집단독서치료를 실시하였다. 집단독서치료는 연구자가 본 연구 이전에 실행한 일종의 ‘예비연구’로서, 그 내용과 방식은 심리치유서의 읽기, 글쓰기, 말하기, 나누기를 통해 자신의 상처를 자각하고 수용하고 통찰하는 과정을 밟아나가는 것이었다. 이 시간을 통해 연구자는 자기개방성이 상대적으로 낮은(박영숙, 2003) 교사들의 상처에 심층적으로 접근할 수 있었고, 대상자들 스스로는 지금까지 외면하거나 억압하고 있었던 자신의 상처를 탐색하고 직면함으로써 있는 그대로의 자신을 이해하고 받아들일 수 있는 시간을 가질 수 있었다. 이후 교사들은 자신의 상처가 진정한 소통과 교류에 걸림돌이 되어왔다는 것을 깨달으면서 상처 탐색에 대해 훨씬 자발성을 갖게 되었으며, 연구자 및 다른 집단원들간의 상호 신뢰감도 깊어졌다. 이러한 5개

월간의 총 10회에 걸친 집단독서치료의 경험 이후, 집단 참여자 8명 중 6명이 교사 직무스트레스 경험에 대한 현상학적 연구에 참여하겠다고 승낙하였다. 연구 참여자들은 연구에 관심을 보였으며, 자신이 연구 참여자가 된다는 것에 대해 긍정적이었으며 적극적으로 인터뷰에 응하였다.

본 연구의 인터뷰에 사용한 인터뷰 질문지 작성 과정은 다음과 같다. 먼저 교사 직무스트레스에 관한 선행연구(김정인, 2000; 김정휘, 1991; 김정휘, 김태욱, 2006; 박상기, 2005; 박영호, 이준효, 2005; 한경진, 2008), 여교사의 삶을 통해 교사 문화의 특성을 파악한 질적 연구(박미옥, 2003; 한수명, 2002)와 승진, 주요 생애사건 등을 통해 중년기 교사들의 삶과 전문성을 파악하고자 한 질적 연구 논문(정광주, 2009)을 고찰하고 통상 개방형 심층인터뷰는 ‘자신의 생애, 주제와 관련된 경험, 경험에 대한 의미’라는 3번의 연속적 구조로 이루어진다(Seidman, 1998)는 심층면담의 지침에 의거하여, ‘교사로서의 생애, 스트레스 경험, 경험의 의미’를 묻는 중년여교사의 직무스트레스 경험에 관한 예비 문항을 선정하여 대학원생 2인에게 시험 인터뷰를 했다. 이들의 반응과 현상학적 연구 논문을 쓴 석사 2인과 박사 2인의 조언을 토대로 중복되는 질문을 삭제하고 참여자들이 이해하기 쉬운 용어들로 수정하여 반구조화된 개방형 질문지를 작성하였다. 작성된 질문지는 질적 연구자를 위한 워크숍을 정기적으로 진행하는 연구 단체의 현상학적 연구와 지도 경험이 있는 박사 학위 소지자 2인의 감수를 받아 질문 순서를 조정하여 최종 질문지(표 2)로 확정되었다.

면담은 2012년 7월부터 9월까지 참여자별로 2회 이루어졌고, 1회당 평균 2시간 이상 소요

표 2. 질문지

1. 중년기 이후 교사 생활에서 어떤 스트레스를 경험하였습니까?
2. 스트레스 상황에 대해 어떻게 반응하였습니까?
3. 똑같은 스트레스 상황이지만 더 심각하게 반응한 경험이 있다면 그 이유가 무엇입니까?
4. 똑같은 스트레스 상황이지만 덜 심각하게 반응한 경험이 있다면 그 이유가 무엇입니까?
5. 스트레스 상황을 극복하기 위해 지금까지 어떻게 대처해 왔습니까?
6. 직무스트레스 경험은 당신의 삶에 구체적으로 어떤 영향을 미쳤습니까?
7. 당신에게 직무 스트레스 경험은 어떤 의미를 갖습니까?
8. 중년이란 당신의 교사로서의 삶에서 어떤 의미를 가지는 시기입니까?
9. 앞으로의 당신의 교사 생활에 대해 어떻게 예상하고 있습니까?
10. 이외에 직무스트레스와 관련하여 더 말하고 싶은 것이 있다면 이야기해 주십시오.

되었으며, 면담 내용은 모두 참여자 동의하에 녹취하였다. 면담 진행은 연구자가 만든 반구조화된 질문지를 중심으로 이루어졌다. 1, 2차 인터뷰 종료 후 연구 참여자에게 녹취록의 검토를 요청하여, 진술한 내용과 다른 점은 없는지 확인하게 하고 잘못 기술된 부분은 수정하였으며, 미흡하거나 의문 사항은 추가 질문을 통해 확인하고 보완하였다. 추가 질문 시 참여자들이 개인적 시간을 내기가 쉽지 않아 전화와 전자우편을 사용하는 인터뷰 방식으로 진행하였다. 또한 자료의 다원화를 위해 연구 참여자의 인적 특성, 인터뷰 시에 관찰한 언어적·비언어적 표현과 행동에 관한 인상과 느낌을 기록한 현장노트와 연구 진행과정, 연구자의 애로사항이나 유의점, 분석에 필요한 자료를 정리한 연구일지를 작성하여 활용하였다. 현장노트는 녹취록에 담긴 진술에만 의존함으로써 생길 수 있는 참여자 경험에 대한 표층적 이해를 막고 참여자의 진술을 보다 심층적, 맥락적으로 이해하는 데 도움이 되었으며, 연구일지는 분석과정에서 참여자의 경험의 의미를 해석하는 데 유용했을 뿐만 아니라 구성요소의 명명과 분류에도 유용한

아이디어를 제공하였다.

자료분석

본 연구는 Giorgi의 기술현상학적 분석 방법에 따라 자료 분석을 실시하였다. Giorgi의 연구 방법은 단계마다 구체적으로 설명되어 개념화되어 있으며, 구조를 다루는 과정이 단계별 맥락에 따라 체계적으로 조직되어 있고, 분석의 과정에서 ‘전체적 인식’, ‘의미단위 구분’, ‘의미단위의 학문적 용어로의 변형’, ‘구조로 통합’하는 4단계를 필수적으로 밟게 되어 있다(신경림 외, 2004).

본 연구의 자료분석은 다음과 같이 진행되었다. 먼저 면담 당일 녹음 내용을 반복하여 들으면서 궁금한 내용이나 중요한 의미들을 메모하였다. 이어서 연구 참여자의 진술 내용을 통합적·직관적으로 파악하기 위해 녹취록을 현상학적 환원의 태도로 통독하고, 다시 정독하는 방식으로 반복하여 읽어나갔다. 진술 내용이나 기술이 애매한 부분은 다시 인터뷰 녹음자료를 듣거나 참여자에게 직접 질문하여 내용을 명료화 하였다. 두 번째로 녹취

록을 읽으며 참여자들이 경험한 현상 자체에 주의를 기울이며 의미단위를 구분해 가는 작업을 수행하였다. 연구 참여자의 경험의 의미가 잘 드러나는 부분에 밑줄을 긋고 직무스트레스 경험의 의미 간에 전이(transition)가 일어나거나 명백하게 상이한 기술 내용이 있는 부분을 자료 중간 중간에 사선(/)을 그으며 구분하였다. 이 과정에서 연구자는 축어록을 반복하여 읽으면서 의미단위들이 다르게 도출될 수 있는지 재점검하였으며, 그 결과 6명의 연구 참여자에게서 854개의 의미단위가 이 단계에서 도출되었다. 세 번째로 의미단위로 구분된 연구 참여자들의 진술을 자유로운 연상을 통해 심리학적인 용어나 중년여교사의 일상세계에서 상식적으로 충분히 공감할 수 있는 단어로 전환하였다. 이 단계에서는 854개의 의미단위 중에서 중복되거나 구조에서 벗어나는 단위들을 제외한 415개의 의미단위가 분석에 사용되었으며, 이를 다시 연구 참여자간의 공통의 의미단위로 재통합하면서 114개의 의미로 요약되었다. 네 번째로 전환된 의미단위를 기초로 하여 구성요소들을 도출해내고 여러 구성요소들 간의 상관관계를 분석하여 경험의 구조로 통합하였다. 그 결과 중년여교사의 직무스트레스 경험은 9개의 구성요소와 24개의 하위구성요소들로 이루어진 구조로 통합되었다.

이러한 자료의 분석 과정에서 연구자는 현상학적 환원의 자세로 매번 원 자료로 돌아가서 전체적인 감을 잡고 의미단위 도출과정을 검증·보완하는 과정을 반복하였다. 연구자는 본 연구를 계획하여 준비하던 시점부터 다양한 종류의 질적연구 방법 관련 워크샵에 참여하여 현상학적 연구자로서의 전문성을 개발하고 전문가의 자문을 계속 구하면서 연구에 임

하였다. 애매한 진술 내용에 대한 해석이 필요할 때는 연구 참여자에게 전화로 내용을 확인하면서 의미를 도출하고, 구성요소 간의 관계를 확인하면서 분석의 작업을 공유하였다. 또한 매 분석의 단계에서 상기한 워크샵에 함께 참가하여 학습한 학과 동료와 분석의 타당성을 공동 검토하였으며, 단계별 분석 결과에 대해서는 현상학적 연구방법으로 학위 논문을 쓴 석사 2인과 박사 2인의 자문을 받고, 지도교수의 조언을 받았으며 이를 반영하여 매번 이전 단계로 돌아가 재분석 작업을 실시하는 현상학적 환원과정을 밟음으로써 분석의 타당성을 확보하고자 노력하였다.

결 과

Giorgi의 기술 현상학적 분석 절차에 따라 도출된 중년여교사의 직무스트레스 경험의 본질적 의미는 9개의 구성요소와 24개의 하위구성요소로 이루어져 있다(표 3). 이를 각 하위구성요소별로 대표적인 사례를 들어 기술하면 다음과 같다.

중년여교사의 직무스트레스 경험

구성요소 1. 학생의 교과 및 생활지도

연구 참여자들은 학생들과의 관계에서 유발되는 스트레스 경험으로 ‘학생들과의 수업에서 침체되고 불안함’, ‘생활지도 시 아이들과의 사이에 벽이 느껴짐’에 대해 진술하였으며, 그 자세한 내용을 기술하면 다음과 같다.

학생들과의 수업에서 침체되고 불안함

연구 참여자들은 교과 지도 시 과중한 학습

표 3. 중년여교사의 직무스트레스 경험의 구성요소

구성요소		하위구성요소
I. 직무스트레스 경험의 유발요인	1. 학생의 교과 및 생활지도	1) 학생들과의 수업에서 침체되고 불안함 2) 생활지도 시 아이들과의 사이에 벽이 느껴짐
	2. 동료 및 관리자와의 관계	1) 인격적으로, 지도자로서 자질이 부족한 관리자 2) 무책임, 무능력, 무소신의 함께 하기 싫은 동료 교사
	3. 과중하고 행정적인 업무	1) 처리하기에 너무 많은 일거리 2) 교사 본연의 임무가 아닌 행정적인 업무
	4. 입시위주 교육과정체제	1) 학력증진만을 추구하는 입시위주 교육과정 체제 2) 학생과 교사의 인간적 삶에 대한 배려가 없는 체제
	5. 관료주의적 조직운영체제	1) 무사안일주의를 조장하는 교원인사관리 체제 2) 비민주적이고 비효율적인 운영 체제
II. 직무스트레스 경험의 조절요인	강화요인	6. 경직된 태도와 체력저하 1) 현실과 타협하지 않는 태도 2) 민감하게 즉각적으로 대응하고 자책함 3) 중년기의 체력 감퇴와 자신감 저하
	약화요인	7. 책임감과 실천의지 1) 학생 중심의 가치관 2) 문제 상황에 굴하지 않는 적극적인 자세 3) 경력교사로서의 역할 수행에 대한 책임감 4) 삶의 다양한 경험을 통해 얻은 교훈
III. 직무스트레스 경험의 결과	부정적 결과	8. 결핍감이 되어 주저앉음 1) 신체적으로 마모되고 소진됨 2) 정서적으로 삭막하고 피폐해짐 3) 조기 퇴직에 대해 갈등함
	긍정적 결과	9. 밑거름이 되어 나아감 1) 유연하게 대처하게 됨 2) 신중하게 행동하게 됨 3) 한계를 인정하고 수용하게 됨 4) 성장하는 삶을 위해 노력하게 됨

량과 학습 시간에 지친 아이들을 수업에 참여시키는 게 쉽지 않다고 하였다. 특히 점점 체력이 떨어져서 지친 아이들의 기운을 끌어올려주지 못하는 자신에 대해서 무력감을 느낀

다고 호소하였다.

“점점 수업에 동력이 떨어져요. 신체적으로도 그렇지만 타성에 젖어 많이 연구해서

가르치려는 의욕이 떨어져요. 9교시까지 하니까, 지친 아이들 앞에서 수업하는 게 이제 자신이 없어요.” <연구참여자 1>

“에너제틱하게 해야지 흥이 나 수업을 잘 하는데, 내 목소리와 몸이 다운되면 수업이 재미가 없어요. 그러면 애들이 100% 영향 받아요. 그게 좀 버겁고 힘들죠.” <연구참여자 3>

생활지도 시 아이들과의 사이에 벽이 느껴짐

연구 참여자들은 아이들의 생활지도 시 신세대들의 자기중심적이고 자유분방함으로 인해 난감해지며, 젊은 시절과는 달리 자신에게 일정한 거리를 두는 아이들을 볼 때 섭섭해진다 보고 하였다.

“애들이 워낙 자기 기분과 성향에 맞춰주길 원하는 세대들인데 서른네 명의 기분과 상태를 맞춰주기란 불가능하고, 그런 게 교육인가 의구심이 들어요. 느닷없이 자기 기분대로 행동해놓고, 이해받길 원하는 아이들을 보고 욱해서 화내는 나에게 다시 짜증나고, 그런 내가 싫어요.” <연구참여자 3>

“아이들이 나를 바라보는 데 한계가 있죠. 30대 때 우리 반 아이들은 거의 언니 수준으로 자기 문제를 털어놓고 같이 고민했어요. 요즘도 소통이 전혀 안 되지는 않지만 그 내용이나 방식에 일정 정도 한계를 가진다는 생각은 들어요. 아이들이 거리두기를 아무래도 하지요. 좀 섭섭하죠.” <연구참여자 4>

구성요소 2. 동료 및 관리자와의 관계

연구 참여자들은 학교 현장의 동료, 부장급 이상의 교사, 관리자인 교장, 교감과의 관계에서 유발되는 스트레스 경험으로 ‘인격적으로, 지도자로서 자질이 부족한 관리자’, ‘무책임, 무능력, 무소신의 함께 하기 싫은 동료 교사’에 대해 진술하였으며, 그 자세한 내용을 기술하면 다음과 같다.

인격적으로, 지도자로서 자질이 부족한 상급자 및 관리자

연구 참여자들은 체제순응적이고 지시일변도의 전근대적 사고방식을 가진 상급자나 관리자에 대해 불신감과 거부감이 크다고 보고 하였다.

“일단 학교에서 부장급이 되면 다 체제순응적이 돼요. 그럴 때 속에서 불이 나지요. 왜 저렇게 할까? 저리고 싶을까, 진짜 저걸 옳다고 생각할까? 그런 의문이 들 때가 있어요.” <연구참여자 2>

“서로 의견이 다른데 교장이 자기 얘기만 계속하면 대화를 포기하고 교장의 로봇처럼 하죠. 교장이라는 위치는 교사들의 얘기를 듣고 종합해 내는 컨트롤 타워로서, 조정자의 역할을 해야 되는데, ‘내 말만 들어라 나만 따라오라’. 우리의 프라이드가 있는데 그거를 모르는 거죠.” <연구참여자 4>

무책임, 무능력, 무소신의 함께 하기 싫은 동료 교사

연구 참여자들은 불성실한 동료교사들에 대해 답답하고 짜증스러우며, 교사로서의 자격

을 갖추지 못한 동료들과는 함께 하고 싶지 않다고 호소하였다.

“일도 못하고 학급 애들도 파악 못하면서 월급은 받아가는 저런 사람은 나가야 된다는 생각 심하게 해요. 애들한테 무심하고 폭력적이고 무능력하고 열심히 하지 않는 교사가 그도 교사, 나도 교사라는 게 너무 싫어요.” <연구참여자 2>

“늘 ‘나는 책임 없다.’ ‘내가 이것까지 해야 되나’ 뭐 이런 식으로 애들한테도 학부형한테도.(중략) 그거는 교사가 해야 될 행동이 아니잖아요. 그런데 정말 이상한 사고를 가지고 있어.” <연구참여자 6>

구성요소 3. 과중하고 행정적인 업무

연구 참여자들은 처리해야 할 업무로 인해 유발되는 스트레스 경험으로 ‘처리하기에 너무 많은 일거리’, ‘교사의 본연의 임무가 아닌 행정적인 업무’에 대해 진술하였으며, 그 자세한 내용을 기술하면 다음과 같다.

처리하기에 너무 많은 일거리

연구 참여자들은 교과지도, 생활지도, 담임 업무, 진학지도 등 다양한 일거리들로 인해 집중력이 떨어져 어느 일도 제대로 해냈다는 느낌을 가질 수가 없다고 하였다. 특히 설 틈 없이 움직여야 하는 상황 속에서 정서적으로 무덤덤해지고 수업에도 열중할 수 없는 자신을 발견하게 된다고 호소하였다.

“일들이 막 생겨요. 특히 학년 초에는 상담 일이 너무 많아 몹시 힘들었어요. 반 애들이 힘들어서 나를 필요로 하니까 청소

시간 같은 자투리 시간이라도 짬을 내서 하죠. 학교에 오면 눈코 뜰 새 없이 뭔가를 해야 되는 그런 시간들을 보내죠.” <연구참여자 3>

“지금처럼 고3담임이 머리 김 나도록 원서 쓰고 있다가 종 땀 치면 다시 들어가 수업하고, 나와서 쉬는 시간에 또 아이 앉혀놓고 지도하고. 이렇게 되니까 학교에 있기가 싫어지는 거죠. 정말 혼자 교재 읽을 시간도 없으니 이것 때문에 그만두고 싶어요.” <연구참여자 4>

교사의 본연의 임무가 아닌 행정적 업무

연구 참여자들은 예전에 비해 가중된 행정적인 업무에 대해 불만이 높았다. 그 결과 수업에서 얻는 보람에도 불구하고 가르치는 일에 전념할 수 없는 자신의 처지에 대해 자괴감을 느끼게 된다고 호소하였다.

“애들한테서 얻는 기쁨도 굉장히 크거든요. 수업만큼은 재미있어요. 그런데, 교실에서 나와서 교무실에 와서 행정적인 업무를 딱 하는 순간에는 내가 보잘 것 없고 쓸모없는 일로 소모하고 있다는 생각이 들어요. 가치 없게 여겨왔던 일들을 요즘 더 크게 부각되는 것 같아요.” <연구참여자 2>

“요즘은 원하는 교구를 담당 교사가 직접 알아보고 품의서를 내도록 되어 있어요. 그럼 행정실은 뭘 하나하는 거죠. 교사의 행정업무가 점점 더 많아지는 것 같아요. 행정보조원을 뒤편 교사 가르치는 일에 좀 전념할 수 있도록 해주면 좋겠어

요.” <연구참여자 4>

구성요소 4. 입시위주 교육과정 체제

연구 참여자들은 입시위주 교육과정체제로 인해 유발되는 스트레스 경험으로 ‘학력증진만을 목표로 하는 입시위주 교육 체제’, ‘학생과 교사의 인간적 삶에 대한 배려가 없는 체제’에 대해 진술하였으며, 그 자세한 내용을 기술하면 다음과 같다.

학력증진만을 목표로 하는 입시위주 교육 체제

연구 참여자들은 입시위주 교육체제를 가장 큰 문제로 보고, 이러한 교육 체제 하에서 자신이 지식을 대량 살포하고 있는 기분이며 때로는 아이들과 함께 평가의 대상으로 내몰리는 기분이라고 호소하였다.

“모래 산에 물 붓기라고 할까? 대다수 애들이 보충수업을 할 수 없이 신청하고 야자를 하고. 이렇게 학습의 양과 시간 투자는 많은데 그 수업이 아이들 모두에게 다 필요한지도 모르겠고 끝없이 대량 살포하는 기분. 보람이 없어요.” <연구참여자 5>

“학교, 교사, 교장 등 온갖 평가에 다 적용시키고. 성적 떨어졌다고 애들을 몰아붙이는 거죠. 제일 큰 문제는 대학 입시와 연결되어 있는 경쟁구도예요.” <연구참여자 6>

학생과 교사의 인간적 삶에 대한 배려가 없는 체제

연구 참여자들은 학생과 교사가 성취의 도

구로서만 존재한다는 느낌이 든다고 하였다. 그들은 교육현장에서 인간다운 삶을 누릴 수 있는 자유와 권리를 보장받지 못하고 있다고 호소하였다.

“학생도 교사도 인간으로 대접받지 못하고 성취를 위해서만 의미 있는 존재로 취급받는 거 같아요. 체력증진같은 복지 시설이 하나도 없어요. 병가 낸 교사들이 많아 이번 학기에만 기간제 교사가 일고여덟 정도로 스트레스 상황이 큰 공간인데 이걸 릴렉스하게 하는 인간적 배려가 없어요.” <연구참여자 3>

“문제는 시간. 네 시 반에 퇴근하면 그나마 약간의 시간을 집안일과 아이에게 투자를 할 수 있는데 이제는 아이한테 줄 시간도 없이 쫓기게 되니 분노가 계속 쌓여 눈덩이처럼 커져요.” <연구참여자 5>

구성요소 5. 관료주의적 조직운영 체제

연구 참여자들은 관료주의적 조직운영체제로 인해 유발되는 스트레스 경험으로 ‘무사안일주의를 조장하는 교원인사관리 체제’, ‘비민주적이고 비효율적인 조직운영체제’에 대해 진술하였으며, 그 자세한 내용을 기술하면 다음과 같다.

무사안일주의를 조장하는 교원인사관리 체제

연구 참여자들은 변화 없이 매년 반복되는 현실이 교사들을 정체되게 한다고 보고, 타성에 젖어 무사안일만을 추구하는 교사들을 제대로 관리할 합리적인 교원관리체제가 반드시 마련되어야 한다고 토로하였다.

“출산휴가나 육아휴직, 간병휴직 등의 특수한 상황에 처해 있는 사람은 학교를 잠깐 떠나있을 수 있지만 그렇지 못한 교사는 평생을 똑같은 리듬을 타고 가야 하니까 건강한 생명체를 이야기할 수 없는 시스템이에요.” <연구참여자 1>

“교원평가할 때, 교사 상호간에 평가에서 정말 점수 안주고 싶어요. 엉망인 걸 내가 알기에. 무능하거나 열심히 하지 않는 교사들에게 자극을 줄 수 있는 게 필요하긴 해요. 제대로 하라고 위에서 관리를 좀 했으면 좋겠어요. 그런 게 화가 나요.” <연구참여자 2>

비민주적 · 비효율적인 조직운영 체제

연구 참여자들은 민주적인 의견수렴의 절차를 밟지 않는 상명하달식의 관료주의 행정체제가 교사들이 수동적인 삶의 태도를 갖게 하는 데 일조를 하고 있다고 보고하였다.

“중차대한 일을 하면서 몇 명만 모여서 하느냐는 거죠. 우리가 이런 거를 한번 해 보려고 한다 너희 생각은 어땠노? 이런 걸 물어보라는 거죠. 시스템적으로 제일 화가 나는 게 그런 거죠. 우리를 생각 없는 로봇으로 만들잖아요.” <연구참여자 4>

“아이들이 선택해야 될 문제에 선택권을 안준다든지, 지도하기 편하게 아이들 머리를 획일적으로 하고 휴대폰을 강제로 수거한다든지. 그런 정말 조잡한 것에 화나죠.” <연구참여자 5>

구성요소 6. 경직된 태도와 체력저하

연구 참여자들은 자신의 경직된 태도와 체력저하가 스트레스 상황에 대한 반응을 더 강화시키는 데 영향을 미친다고 보았으며, 그 요소들로 ‘현실과 타협하지 않는 태도’, ‘민감하게 즉각적으로 대응하고 자책함’, ‘중년기의 체력감퇴와 자신감 저하’에 대해 진술하였다. 자세한 내용을 기술하면 다음과 같다.

현실과 타협하지 않는 태도

연구 참여자들은 사회정의, 교육적 가치관에서 벗어나는 타인들의 삶의 방식에 대해 비판적이고 비수용적인 태도를 갖고 있으며, 이러한 현실과 타협하지 않으려는 태도로 인해 스트레스에 더 심하게 반응하게 된다고 보고하였다.

“사회가 정의로워야 나도 좀 편안해질 수 있다는 생각을 많이 해요. 사회적 관심이 많은 중년여교사로서 가치관의 입장에서 문제 상황이 좀 더 크게 받아들여져요. 내가 할 수 있는 선에서 틀을 바꿔야겠다는 생각을 하니까 외부적인 스트레스 상황에 대해 더 강하게 받아들이죠.” <연구참여자 1>

“상식적이지 않은 것들과 교육적이지 않은 것들에 대해 용납이 안돼요. 그게 마지노선 같아요. 적어도 학교나 교사가 나서서 할 일이 아닌 것을 중용할 때. 옳은 일에 침묵하는 건 아니라고 생각하니까 자꾸 벌떡벌떡 일어나게 되요. 그러니 스트레스 심해지죠.” <연구참여자 3>

민감하게 즉각적으로 대응하고 자책함

연구 참여자들은 부닥친 문제 상황에 즉각적이고 직설적으로 대응함으로써 스트레스 상황을 악화시키는 경험들을 하였다. 또한 문제 상황에 개입함으로써 동료들에게 상처를 준 자신을 자책함으로써 스트레스를 더 받게 되었다고 보고하였다.

“순간 저거 아니다 싶어서 말했을 때, 그 사람의 불쾌한 표정을 보면 내가 상처를 주었구나, 그렇게까지 날 세워 말할 필요가 없었는데 하고 자책하죠. 그게 또 스트레스가 되죠. 이래도 스트레스 저래도 스트레스. 많이 받아요, 신경 안 써도 되는 것도 스트레스 받는 것 같아요.” <연구참여자 2>

“스트레스 상황에 제가 반응한 게 오히려 또 다른 스트레스를 주는 거 같아요. 보통의 스트레스인데 그에 대한 반응이 너무 지나치다든지 화가 나서 해서는 안 되는 말까지 하고는 후회하고. 그런 후회를 그때그때마다 계속해요.” <연구참여자 5>

중년기의 체력 감퇴와 자신감 저하

연구 참여자들은 패기 넘쳤던 젊은 시절과는 달리 체력적으로 약해진 자신이 과연 끝까지 부끄럽지 않은 교사로서 교직생활을 해낼 수 있을지 자신이 없고 매사에 위축감을 느낀다고 하였다.

“40대 후반부터 신체적 노화를 절감해요. 신체 작용, 소화기능도 예전 같지 않고 숙면도 잘 못 취하고. 그게 학교생활에도 영향을 미쳐요. 사소한 일에도 위축되고

무력감이 커져요.” <연구참여자 1>

“제 수업이 활동적이고 힘이 넘치는 편이에요. 교실을 막 돌아다니며 아이컨택하면서 하는데, 이제는 그렇게 한 시간 하고 나면 한 시간을 꼭 쉬어야 해요. 벌써 내년이 두려워요, 올해는 용케 강사를 구해서 보충수업을 안했는데 내년되면 빠지지 못할 텐데 그걸 해낼 수 있을지 걱정이죠.” <연구참여자 2>

구성요소 7. 책임감과 실천 의지

연구 참여자들은 자신의 책임감과 실천의지가 스트레스 상황에 대한 반응을 약화시키는 데 영향을 미친다고 보았으며, 그 요소들로 ‘학생 중심의 가치관’, ‘문제 상황에 굴하지 않는 적극적인 자세’, ‘경력교사로서의 역할 수행에 대한 책임감’, ‘삶의 다양한 경험을 통해 얻은 교훈’에 대해 진술하였다. 자세한 내용을 기술하면 다음과 같다.

학생 중심의 가치관

연구 참여자들은 학생중심의 가치관이 삶의 고비마다 교사로서의 길을 흔들리지 않고 걸어가게 해주었으며, 스트레스 상황에서 일어 서게 만들어 주었다고 보고하였다.

“교사는 아이들에게 지식과 인생관의 씨앗을 심어 주는 사람이라고 봐요. 교사는 끊임없이 씨앗을 심고, 그걸 나름대로 받아들이 꽃을 피워내는 건 아이들의 몫이죠. 아이들이 예쁜 꽃을 피우도록 내가 몸가짐과 태도를 더 잘해야 된다고 생각하죠. 그런 생각이 힘들 때 덜 흔들리게 하죠.” <연구참여자 4>

“저는 애들이 학교 와서 행복했으면 좋겠어요. 자습시간에 할 게 없는 아이들을 위해 보드게임 같은 놀이기구도 갖다 놓고, 우리 반 애가 관리하는 만화책도 많이 있고, 애들이랑 같이 봉사활동도 다니고 애들이 좋아해요. 희망은 애들한테 있으니까.” <연구참여자 6>

문제 상황에 굴하지 않는 적극적인 자세

연구 참여자들은 입시 위주의 교육 현실과 신세대 학생들과의 세대 차이 등의 현실적 어려움에 굴하지 않고 문제 상황의 해결을 위해 적극적으로 나섬으로써 스트레스 상황을 또 다른 즐거움으로 받아들이게 된다고 보고하였다.

“내가 지쳐서 아무것도 안하면서 다시 관계가 회복되고 내가 원하는 방향으로 이루어지길 바라는 것은 욕심이지요. 예전처럼은 못해도 할 만큼은 해야 되겠다 싶어 다시 학생활동 기획하고 결재를 맡고, 그러면서 아이러니한 게 계속 귀찮다고 하면서도 하는 게 또 즐거워져요.” <연구참여자 1>

“문제풀이 위주 주입식 교육에 그치지 않도록 최선을 다해요. 국어교과니까 좋은 시가 나올 때는 암송도 시키고, 지문과 관련해 각자의 인생계획도 짜보게 하고, 너희의 12년 학창시절에 뭐라도 하나 남기고 가자고 설득하고, 수업 말고 진짜 공부하자고 얘기하면 아이들도 진지하게 들어요.” <연구참여자 2>

경력교사로서의 역할 수행에 대한 책임감

연구 참여자들은 자신이 학교사회에서 중간

또는 뒷세대로서 비중 있는 역할을 담당하고 문제 해결에 주도적인 역할을 수행해야 할 입장이라고 보고하였다. 이러한 역할수행에 대한 책임의식이 스트레스 상황을 극복하는 힘이 된다고 볼 수 있다.

“교사로서 중년기라는 게 책임감을 빼놓을 수 없지요. 학교에서 좀 더 비중 있는 역할을 해줘야지요. 피곤하고 힘들더라도 후배교사나 아이들이 어려워하는 부분이 있으면 앞장서야하고, 수업에만 의미를 두지 않고 어떤 소명감이 깊게 자리 잡아야 한다고 생각해요.” <연구참여자 1>

“이제 내가 딱 중간이나 아니면 그 뒷세대가 된 거죠. 부당한 일에 대해 옛날에는 어른들이 어떻게 처리하는가를 보면 됐는데 지금은 학교에서 일어나는 선택이나 판단, 평가의 과정에서 내가 본이 되는, 주도적인 역할을 해야 되는 세대가 된 거지요.” <연구참여자 3>

삶의 다양한 경험들을 통해 얻은 교훈

연구 참여자들은 혈육의 죽음, 제자의 죽음, 결혼, 출산과 자녀양육 등 삶의 다양한 경험들을 통해 조망이 확대됨으로써 스트레스 상황에 훨씬 더 여유롭게 대처할 수 있게 되었다고 보고하였다.

“결혼하면서 더 큰 스트레스를 경험했고 그렇게 사는 사람도 있구나 하는 놀라운 발견을 했고. 그러면서 그렇게 사는 게 힘들니까 문제들이 닥쳐도 그전처럼 막 심각하게 느껴지지 않는다는 거죠. 경험해보니까 결국은 해결될 거고.” <연구참

여자 3>

“언니가 암에 걸렸다는 사실을 알면서 부터 좀 달라졌죠. 그 뒤부터는 불교에 대해서 공부 했고 나름대로 자신을 닦으려고 노력을 많이 했죠. 그 결과, 학교 아이들의 다름을 충분히 인정하고 존중해 줄 수 있게 됐고, 동료 교사들도 배려할 수 있게 됐죠. 인제는 욕심을 내려놓을 줄 알아요.”

<연구참여자 4>

구성요소 8. 걸림돌이 되어 주저앓음

연구 참여자들의 스트레스 경험의 부정적인 결과로서의 경험의 특성은 <걸림돌이 되어 주저앓음>으로 나타났다. 그 요소들로 ‘신체적으로 마모되고 소진됨’, ‘정서적으로 삭막하고 피폐해짐’, ‘조기 퇴직에 대해 갈등함’에 대해 진술하였으며, 자세한 내용을 기술하면 다음과 같다.

신체적으로 마모되고 소진됨

연구 참여자들은 20년 이상의 교직 생활에서 비롯되는 누적된 피로감과 나이에서 오는 체력적 고갈로 인해 건강한 교직 생활을 더 이상은 할 수 없을 것 같은 위축감과 좌절감을 느끼게 된다고 보고하였다.

“최근 들어 신체적으로 위기감을 느껴요. 결혼 후 첫 애를 낳고 그때부터 학교 생활과 육아를 병행하면서 관절염, 허리디스크 등 점차 기력이 소진되어가는 느낌이 들었어요. 요새는 16년 정도 남았는데 내가 10년을 더 버틸 수 있을까 하는 생각이 들어요.” <연구참여자 3>

“나이도 있지만 ○○중학교 때 스트레스 받아서 지방간과 혈압 올라가면서 급격히 피곤해졌지요. 어쨌든 신경 많이 쓰니까 신체가 반응하는 거고, 내가 방과 후에 쉬지 않고 여러 과외 활동을 병행하니까 만성피로감에 젖어 살게 되고. 이러다 계속 하겠나 걱정이 되기도 해요.” <연구참여자 6>

정서적으로 삭막하고 피폐해짐

연구 참여자들은 스트레스 경험을 통해 화가 많아졌고 적도 많아졌으며, 정서적으로 삭막해지고 대인관계에서도 소원해진 경우가 많다고 보고하였다.

“선생을 안했으면 이런 스트레스를 몰랐을 것이고, 지금 이 모습은 아니겠죠. 내 인생에서 학교생활이 8할이니까 인생을 다 바꾼 거죠. 때로는 용감해졌지만 화가 많아졌고, 사고가 올발라졌지만 생각이 다른 사람들과는 어울리지 못하며 살아왔죠.” <연구참여자 2>

“나에게 부정적인 사람들에게는 업무적인 이야기는 다 해도 더 이상 개별적인 접촉은 안 해요. 좀 피팍해졌죠. 뭐 어떤 상황이든지 내가 싫으면 싫다고 말하니까 그 사람이 받아들이든지 안 받아들이든지 그건 그 사람 마음이고 아니다 싫으면 말하죠.” <연구참여자 6>

조기 퇴직에 대해 갈등함

연구 참여자들은 스트레스 상황의 개선의 기미가 보이지 않는 현재의 교육적 여건 하에서 교직 생활을 계속할 자신이 없으며, 특

히 개인적인 시간과 여유를 찾기 위해서 명퇴를 하고 싶다고 보고하였다.

“틀이 안 고쳐지는 이상은 뭐가 바뀔 수 없다는 생각을 하기 때문에 명퇴를 자꾸 생각하게 되죠. 심하게 좌절하게 되면서 동력이 많이 떨어지고, 나이가 들수록 더 큰 중압감으로 오고, 무기력으로 갈 수도 있죠. 체제적 문제들이 제 기운을 자꾸 꺾어버려요.” <연구참여자 1>

“나태하고 무기력한 나를 깨워주는 자극 정도의 스트레스면 좋은데, 지금은 넘어서 수도 없고, 넘으려고 노력하기도 싫어 돌아서 나가고 싶은 벽인 것 같아요. 명퇴를 해서 내 돈으로 내 시간을 사고 싶어요. 그 시간에 버는 것에 비해 잃는 게 더 많아요. 내 아이와의 저녁 식사를 잃어요.” <연구참여자 5>

구성요소 9. 밑거름이 되어 나아감

연구 참여자들의 스트레스 경험의 긍정적인 결과로서의 경험의 특성은 <밑거름이 되어 나아감>으로 나타났다. 그 요소들로 ‘유연하게 대처하게 됨’, ‘신중하게 행동하게 됨’, ‘한계를 인정하고 수용하게 됨’, ‘성장하는 삶을 위해 노력하게 됨’에 대해 진술하였으며, 자세한 내용을 기술하면 다음과 같다.

유연하게 대처하게 됨

연구 참여자들은 열정적이고 단단하기만 했던 젊은 시절에 심한 스트레스를 경험하게 되었고, 이를 통해 융통성 있게 문제에 대처하는 유연함과 성숙함을 갖추게 되었다고 보고하였다.

“사람을 대하는 방식에서 변화가 있죠. 초기보다는 지금이 훨씬 부드러워졌고. 예전에는 말을 안 섞었을 사람과도 지금은 말을 하고, 딱 직선적으로 활 쏘듯 하던 것도 지금은 은근 슬쩍 농쳐서 받고 돌려줄 줄도 알고. 좀 사교적이 되었어요.” <연구참여자 4>

“불과 강철 같은 그런 단단함이 부드러워지고 유연해졌죠. 그렇게 살다가는 내가 죽으니까. ‘안 될 수도 있다. 내가 할 수 있는 데까지만 하자.’ 이제는 사람들이 원하지 않으면 안 해요.” <연구참여자 6>

신중하게 행동하게 됨

연구 참여자들은 스트레스 경험을 통해 문제 상황에 대해 적절한 거리를 두고 신중하게 판단하여 스스로의 행동을 점검하고 자제하게 되었다고 보고하였다.

“이제는 학교와 나를 좀 분리하기 시작했고, 교사라는 것을 자각해서 학생과 막 뒹구는 것이 아니라 내가 교사로서 입장을 견지한다는 것. 뒤섞이지 않는다는 거. 객관적으로 된다는 거. 내 삶과 학생들의 삶을 분리시키고. 사이에는 완충지대를 두고 있죠.” <연구참여자 3>

“학교에서 불의의 사고가 일어난 후, 어떤 일이든 일어날 수 있다는 걸 깨달았어요. 생각을 잘 해야겠더라고요. 그 때 그 때 편한 대로만 생각하고 행동하지 말자고 결심했어요. 내 중심으로 생각하지 말고, 객관적으로 생각하고 판단을 하려고 노력하게 됐어요.” <연구참여자 5>

한계를 인정하고 수용하게 됨

연구 참여자들은 스트레스 경험을 통해 학교나 학생들의 일이라면 물불을 가리지 않고 뛰어들었던 젊은 시절과는 달리 이제는 자신의 한계를 분명히 인식하고 수용하면서 심리적으로 훨씬 편안하고 자유로워졌다고 보고하였다.

“전에는 나의 조금의 빈틈도 용납이 안 됐어요. 실수를 저지른 자신과 상황을 받아들이기가 엄청 불편했어요, 지금은 실수는 할 수 있는 거고, 나라고 실수를 안 할 수는 없다는 생각을 해요. 완벽을 추구하는 점에서 옛날에 비해 많이 느슨해졌어요.” <연구참여자 1>

“옛날에는 교사로서의 높은 잣대에 나를 맞추려고 했고 내가 부족하다는 생각을 안했어요. 난 애들한테 최대한 잘해주려고 하는 사람이라고 생각했는데 이제는 내가 틀릴 수 있다는 것을 인정하니까요. 물론 그때도 그런 생각은 했겠지만 그때보다 훨씬 편안하게 생각하죠.” <연구참여자 6>

성장하는 삶을 위해 노력하게 됨

연구 참여자들은 스트레스 경험을 통해 스스로 마음을 닦고 건강을 관리하며 자신의 역할을 충실히 해낼 수 있는 교사이자 한 인간으로서의 성숙한 삶을 위해 노력을 기울이게 되었다고 보고하였다.

“과연 내가 바로 가고 있는지 생각해 보는 반성의 시간을 매일 가지려고 노력해요, 그게 중년의 나이에 변화라면 변화죠. 그런 생각들이 자신을 괴롭히는 것이 아니

고 자신을 채워주면서 그 다음의 생활에 바탕이 되죠.” <연구참여자 1>

“내가 살려면 나를 보살피고, 공부를 해야 하잖아요. 그래서 상담공부 시작했고 음악명상 하러 다녔죠. 그 때 좀 힘들기는 했어도 좀 더 나를 성숙시켜주고 어쨌든 오늘의 나로 만들어줬죠.” <연구참여자 6>

중년여교사의 직무스트레스 경험의 의미

연구 참여자들의 진술에 존재하는 본질적인 의미를 기초로 9개의 구성요소와 24개의 하위 구성요소를 일반적인 진술로 통합하여 현상학적 글쓰기로 기술하면 다음과 같다.

연구 참여자들은 학생들과의 수업과 생활지도 장면에서 자신의 능력의 한계를 느끼며 스트레스를 받는다. 체력적으로 약해지면서 활기찬 수업 진행이 어렵고, 생활지도 시에도 아이들과의 소통의 한계로 인해 위축되고 무력감을 느낀다. 또한 참여자들은 동료교사나 관리자와의 가치관이나 행동방식의 차이로 인해 갈등을 겪는다. 특히 관리자나 상급자들을 체제 순응적이고 독단적이라 인식하면서 적개심과 분노를 느끼고 더 이상의 인간적 소통을 포기하게 된다. 그리고 참여자들은 자신의 업무가 과중한데다 그 대부분이 학생지도라는 교사 본연의 임무에 충실할 수 없게 만드는 무의미한 일로 생각되어 버겁고 짜증스러우며 자괴감마저 느껴지곤 한다. 특히 참여자들에게 현재의 입시 위주 교육과정 운영체제는 ‘인간으로서의 삶을 포기하고 기계의 부속품으로 살아가라는 요구’로 받아들여지는 가장 심각한 스트레스 상황으로 느껴진다. 자신의

존재를 지식 주입의 성공을 위한 도구로 느끼면서 자괴감에 빠지고, 아이들의 행복하지 못한 학교생활을 보며 죄책감을 느낀다. 또한 참여자들은 현재의 조직운영체제가 합리적인 인사관리제도를 갖추지 못함으로써 대다수의 교사들을 자기 계발과 발전에 나태해지거나 무관심해지게 만들며, 그 결과 교직 사회 전반에 무사안일주의가 팽배하는 현상이 나타난다고 생각한다. 참여자들은 이러한 교육과정이나 조직운영체제가 바뀌지 않는 한 학교 사회의 어떤 문제도 달라지지 않을 것이라는 비관적인 느낌을 갖게 된다.

연구 참여자들의 사회와 교육에 대한 이상적인 가치는 현실과 타협하지 않는 엄격한 틀로 작용하여 비상식적이거나 비교육적인 일에 대해 즉각적이고 직설적으로 대응하게 하고, 이러한 민감한 반응은 동료들에 대한 자책감으로 이어짐으로써 스트레스를 더 악화시키는 경험을 하게 된다. 또한 스트레스 상황은 중년기의 체력감퇴 현상에 맞물려 스트레스를 더욱 강화·누적시켜 만성적 피로감은 물론이고 만성두통, 신경성 위염, 우울증, 목과 허리의 디스크, 고혈압 등의 질병의 요인으로 작용한다. 하지만 다른 한편으로 참여자들의 바람직한 교사로서의 가치는 삶에 대한 책임감과 실천의식으로 자리 잡아 문제 상황에 굴하지 않고 적극적으로 대처하는 삶의 자세를 갖게 한다. 경력교사로서의 역할수행에 대한 책임감과 삶의 다양한 경험 또한 인간과 인생에 대한 조망을 확대시켜줌으로써 스트레스 상황에 훨씬 여유롭게 대처할 수 있게 된다.

연구 참여자들에게 스트레스 경험은 그들이 가고자 하는 길을 막는 ‘커다란 걸림돌’이 되어 그들을 주저앉게 만들기도 한다. 교직에

열정을 쏟으며 살아온 이들은 어느 순간 신체적으로 쇠약해지고, 정서적으로 피폐해졌으며, 학교생활 전반에서 위축되고 무기력해져가는 자신을 발견하고는 더 이상 교사로서의 역할을 해낼 수 있을지 불안하고 걱정되어 조기퇴직에 대해 고민하게 된다. 그러나 참여자들은 스트레스 경험을 통해 사고, 대인관계, 행동 방식 등에서 많이 유연해지고 신중해졌으며 자신과 타인에 대해 수용성이 높아진 자신을 발견하게 된다. 그리고 현재의 자신이 삶의 전환기에 서있음을 자각하고, 그 자리에 멈춰 버리거나 회피하지 않고 한 걸음 더 나아가는, 원숙하고 건강한 삶을 살아가기 위해 자신의 노력이 필요함을 절실히 느낀다. 참여자들은 쇠약하고 피폐해진 심신을 보살피기 위해 마음공부를 하고, 교사로서의 전문성 향상을 위해 독서와 수업연구에 노력을 기울이게 되며, 자신이 먼저 민주적 절차를 존중하고 실천하는 교사가 되기 위해 힘쓰게 된다.

위에서 서술한 결과를 종합해 보면, 중년여 교사들에게 직무스트레스는 ‘교직생활의 걸림돌이 되어 주저앉음’을 경험하게 하지만, 궁극적으로는 위기의식을 갖게 함으로써 변화의 필요성을 자각하여 ‘성숙한 삶으로 나아가기 위한 노력을 기울이게 하는 밑거름’으로 작용한다고 볼 수 있겠다. 따라서 중년여교사의 직무스트레스 경험을 관통하는 본질은 ‘주저앉게 만드는 아픔 뒤의 성숙한 삶으로의 나아감’이라고 해석할 수 있다.

중년여교사의 직무스트레스 경험의 구조

중년여교사의 직무스트레스 경험의 구조는 경험의 구성요소들 간의 관계를 의미하므로 ‘스트레스 유발 요인’, ‘스트레스 조절 요인’,

‘스트레스 경험의 결과’라는 관계의 맥락 속에서 도출된 경험의 구조를 그림으로 나타내면 다음과 같다.<그림 1. 참조> 그림에서 직무스트레스 유발요인이 조절요인의 영향을 받아 경험의 부정적 결과들이 나타나며, 이러한 부정적 결과는 다시 긍정적 결과를 낳는 요인으로 작용한다. 그리고 이러한 경험으로 인한 변화는 다시 직무스트레스 유발요인과 조절요인에 영향을 미치는 순환적 관계를 이루기 때문에 유발요인, 조절요인, 경험의 결과들의 상호관련성을 화살표로 표시하였다. 또한 스트레스 조절요인에 해당되는 경험의 의미들은 그림의 왼편에 있는 스트레스 강화 요인은 부정적 요인이므로 →로, 오른편에 스트레스 약화 요인은 긍정적 강화이므로 ←로 표현하였다.

논 의

중년여교사의 직무스트레스 경험과 의미를 참여자의 관점에서 살펴 본 이상의 연구 결과를 바탕으로 본 연구의 함의와 시사점을 논의 하던 다음과 같다.

첫째, 연구 참여자들은 학생들과의 관계에서 느끼는 스트레스 원인의 대부분을 약해진 체력, 식은 열정, 학생들과는 다른 자신의 사고방식 등 젊은 시절과는 다른 자신의 신체적·정신적 변화에 두고 있으며, 이로 인해 과거에 비해 상당히 위축되어 있다고 보고하였다. 이러한 연구 결과는 교사들의 재직경력이 높을수록 경력이 낮은 교사들보다 학교현장에서 학생들의 지도 활동에 대한 자신의 신념, 동기, 능력이 떨어진다는 선행연구 결과

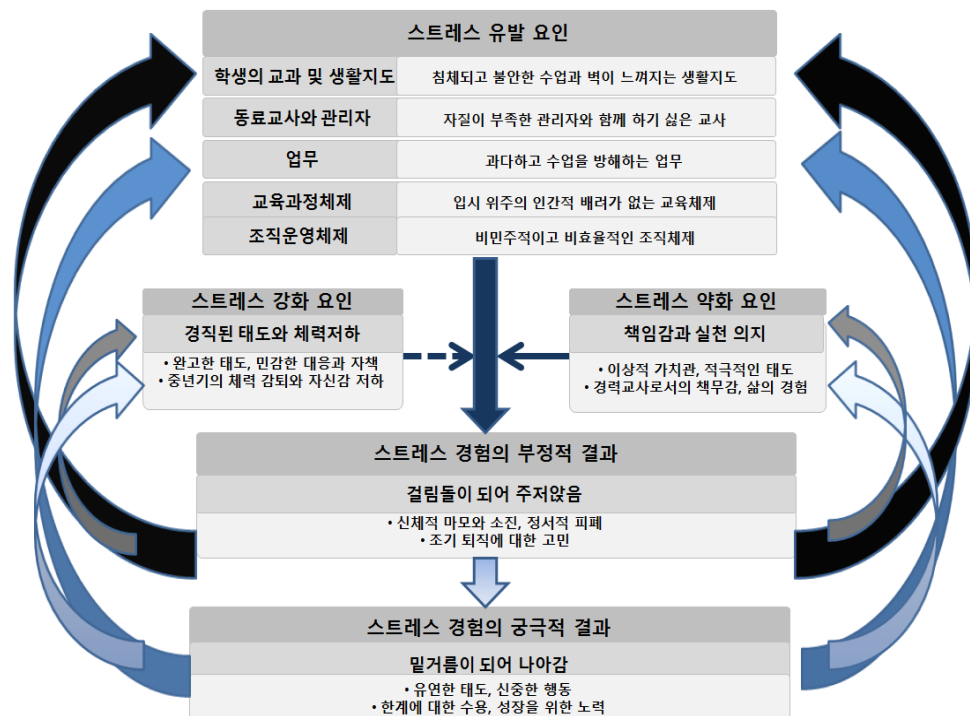


그림 1. 유발요인-조절요인-결과 간의 관계로 표현한 중년여교사의 직무스트레스 경험의 구조

(정천복, 2005)와 맥락적으로 상통한다. 반면에 연구 참여자들은 학생, 교사, 관리자와의 관계 장면이나 업무 관련 스트레스 상황의 근원이 입시위주의 교육이나 불합리한 조직운영 등의 교육 체제에 있으며, 특히 입시위주의 교육과정 체제가 인간다운 삶을 허용하지 않는다고 보고하였다. 이러한 연구 결과는 학력 위주의 경쟁 속에서 생활하고 있는 고등학생은 학교 선생님과 친구들과의 관계에서 인격적 동반자이기 이전에 관리자 혹은 경쟁자의 관계에 놓이게 되므로 입시위주 교육을 학교 해체의 원인이라고 본 선행 연구(정용진, 2010)와 같은 맥락으로 이해할 수 있다. 또한 최근의 교원 단체 산하 학부모 연합회에서 학교교육에 대해 실시한 설문조사 결과, 학부모의 59.3%, 학생의 49.7%, 교원의 38.6%가 교육으로 고통스럽다고 답했으며, 학부모와 학생, 교원 모두 교육이 고통이 되지 않기 위해 가장 필요한 정책으로 ‘학력 위주의 교육풍토를 인성 중심 교육으로 전환하는 것’이라고 답했다(연합뉴스, 2013)는 보도를 통해 이러한 입시위주 교육체제의 문제의 심각성을 확인할 수 있다. 따라서, 중년여교사의 직무스트레스 유발요인을 그들의 삶을 구성하는 환경체계의 요소로 인식하여 그 관계적 맥락을 살펴볼 수 있으며, ‘나(중년여교사)’와의 인간적 유대감이 깊고 직접 개입의 가능성이 높을수록 이로 인한 스트레스 강도가 약화된다고 할 수 있다. 즉, ‘나-학생-동료 및 관리자-업무-교육과정 및 조직운영 체제’ 순으로 환경체제가 구성되어 있으며, ‘나’에게 가까울수록 그 대상에 대한 이해도와 수용도가 높으므로 스트레스가 약하다고 볼 수 있다. 따라서 ‘나(중년여교사)’에게서 가장 가까이에 존재하는 ‘학생’은 스트레스 수준이 가장 약한 유발요인이고, 반대로 ‘나(중년여교

사)’에게서 가장 멀리 존재하는 ‘교육과정 및 조직 운영 체제’는 스트레스 수준이 가장 강한 유발요인이라고 해석할 수 있겠다.

이러한 해석을 통해서 볼 때 연구 참여자들의 진술에서 도출된 중년여교사의 직무스트레스는 ‘나(중년여교사)’와 환경체계 요소들 간의 관계를 긴밀히 하고 조직에 직접 참여하는 기회를 높임으로써 많은 부분 해소될 수 있을 것으로 유추된다. 선행 연구 결과에 의하면, 교사들이 학교장의 인간지향적 지도성을 높게 지각할수록 직무스트레스를 받지 않고 관료지향성 지도성을 높게 지각할수록 직무스트레스를 많이 받으며(장수진, 2004), 중등학교 교사가 관리자로 인해 지각하는 갈등 중 그 정도가 가장 높은 것이 일방적 지시 또는 전달로 끝나는 교무회의이다(백화, 2006). 교장이 교사들에게 보다 인간적인 면모를 많이 보여주고 지시, 명령, 통제와 같은 관료적 병리현상은 과감히 줄여나감으로써 바람직한 학교 조직 풍토를 조성할 수 있다(박미자, 2002).

둘째, 연구 참여자들의 진술을 통해 경직된 태도, 민감한 반응과 자책, 체력감퇴와 자신감 저하, 적극적 대처 태도, 역할수행의 책임감, 삶의 교훈이라는 개인으로서의 성격적·행동적·경험적 특성과 교사로서의 삶의 방식의 특성의 영향을 받는 것으로 나타났다. 즉, 경직된 태도, 민감한 반응과 자책, 체력감퇴와 자신감 저하는 직무스트레스를 강화시키고, 적극적 대처 태도, 중년기의 역할수행의 책임감, 삶의 교훈이 직무스트레스를 약화시키는 직무스트레스 조절요인으로 작용하고 있다. 특히, 교사의 가치관이 중심축이 되어 이러한 특성이 긍정적이거나 부정적인 방향으로 발현되는 데 핵심적 영향력을 발휘하는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 연구 참여자들

은 학창시절이나 초임 시절에 정의사회, 모범인으로서의 교사와 같은 순수하고 절대적인 이상을 추구하는 교직관을 갖게 되었으며, 이러한 이상적인 가치관은 자신에 대한 높은 기준을 설정하여 쉽게 기대치를 충족시키지 못하게 하고 현실과의 타협을 어렵게 함으로써 스트레스를 더 심하게 받게 된다고 보고하였다. 이러한 연구 결과는 공감적, 인간적, 헌신적, 이상적인 것을 지향하는 경향이 강한 성격적 특성을 가진 사람은 탈진 현상에 빠지는 경향이 있다(류현미, 2003)는 연구 결과와 같은 맥락에서 이해할 수 있다. 다른 한편으로, 연구 참여자들은 문제 상황에 직면했을 때 전문인으로서, 학생들에게 본이 되어야 할 사람으로서 합리적인 해결책을 적극적으로 찾으려 한다고 보고하였다. 이러한 진술은 참여자들의 이상적 가치관이 현실과의 괴리로 인해 심리적 압박감을 주기도 하지만 뚜렷한 교육적 소신으로 자리 잡아 문제해결의 의지와 충실성을 더 높일 수 있음을 보여준다고 해석할 수 있다. 연구 참여자들이 청소년 지원을 위한 실천적 모임의 구성원으로서 시민정신과 교육적 소신이 남다르다는 점은 가치관이 스트레스 반응에 핵심적인 영향력을 발휘한다는 연구 결과를 나오게 하는 데 중요한 요인으로 작용하였을 것으로 짐작된다.

또한 연구 참여자들은 이제 자신이 중견교사로서 학생뿐만 아니라 젊은 교사들의 본이 되어야 하고 학교라는 조직체의 건강성에도 책임을 져야 한다는 의식을 갖게 되었으며, 이러한 책임감이 스트레스 상황을 극복하는 힘이 된다고 보고하였다. 선행연구에 의하면, 적당한 스트레스가 오히려 순기능적 작용을 하여 직무에 더욱 몰입하게 할 뿐만 아니라, 조직의 효율성을 도모하는 데 적잖은 동기부

여가 될 수 있으며(정명숙, 2008), 자기효능감이 중년여성으로 하여금 새로운 삶의 의미를 발견하게 함으로써 삶의 만족을 높이는 중요한 요인이 된다(김선경, 2011). 따라서 이들의 책임의식을 높일 수 있는 적절한 역할부여의 방안을 모색해 볼 필요가 있겠다. 그리고 연구 참여자들은 젊은 날과는 달리 학부모의 항의나 사회의 비난과 같은 외부의 자극에 대해 스트레스를 별로 받지 않는다고 보고하였다. 이러한 진술은 이들이 다양한 삶의 경험을 통해 얻은 교훈이 스트레스를 약화시키는 요인으로 작용하였다고 해석할 수 있다. 즉, 중년 여성은 안정감이 있고, 성격의 융통성이 높으며(유선자, 2009), 중년기 여교사들이 결혼, 출산, 질병, 죽음, 해직 등의 사건을 통해 삶의 가치를 재발견하게 되고 교사와 교육의 본질적 의미에 대한 반성을 심화시켰다(정광주, 2009)는 선행 연구와 관련지어 볼 때 이들이 학부모의 항의나 사회의 비난과 같은 인간적 이해가 가능한 외부의 자극에 대해서는 탄력적으로 대처하는 힘을 갖추게 되었다고 볼 수 있겠다.

셋째, 연구 참여자들의 진술을 통해 참여자들의 직무스트레스 경험이 신체적·정신적 소진과 중도퇴직에 대한 갈등이라는 부정적 결과를 경험한다는 것을 알 수 있었다. 구체적으로 살펴보면, 연구 참여자들은 20년 이상의 교직 생활에서의 스트레스 경험으로 피로감이 누적되고 체력적으로 쇠약해져 예전만큼의 열정과 에너지를 발휘하지 못하는 데 대해 무력감과 우울감을 느낀다고 호소하였다. 교사는 청소년기의 변화무쌍함과 욕구 발산의 충동을 감당하고 적절히 조절해줄 수 있는 생활지도자로서, 또한 학습 지도자로서 상당한 에너지가 필요하다. 좋은 교사는 열정이 있어야 하

고, 열정은 교사 자신을 항상 새롭게 하는 노력으로 나타나며, 일신우일신하게 만드는 에너지다(중부매일, 2008). 이러한 열정적 에너지를 가진 교사가 되기 위해서는 우선 심신이 건강해야 한다. 그러나 현실적으로 교사들은 학교 내에 교사들을 위한 복지시설이 거의 전무한 너무나 열악한 근무 환경에서 일하고 있다(박영숙, 2003). 편히 휴식을 취할 공간도, 시간적 여유가 없는 환경에서 중년의 여교사들이 누적되는 피로감으로 인한 체력적 소진과 심리적 소진을 피하기는 어렵다. 특히, 본 연구의 참여자들은 스트레스성 질환 등 각종 병력을 가진 교사들이므로 스트레스 경험으로 인해 심신의 소진이 더 두드러지게 나타나고, 그로 인한 조기 퇴직에 대한 고민도 더 심각하게 대두되었을 수도 있다.

또한, 연구 참여자들은 지친 심신으로 인한 자신감 저하가 입시위주 교육과정체제 및 관료주의적 조직체제라는 시스템의 문제 앞에서 더 커져서 ‘그만큼 했는데도 달라지는 게 없는데, 내가 더 이상 무얼 하겠는가?’하는 좌절감과 무력감을 느끼게 하며, 그 결과 ‘내가 떠나는 수밖에 없겠구나’하는 퇴직에 대한 고민을 하게 만든다고 토로하였다. 이러한 연구 결과는 교원들의 중요한 명예퇴직 사유 중 하나가 부적합한 교육정책과 교원으로서의 자존감·자부심의 하락, 사기 저하, 만족도 저하, 회의감과 같은 정체성의 위기의식이며(김성기, 황준성, 2012), 역할갈등과 역할 모호성이 직무만족도와 이직성향에 영향을 미친다(이호재, 2003)는 선행연구와 관련지어 이해할 수 있다. 즉, 참여자들은 자신들이 처한 교육현장의 여건이 고려되지 않고 의견이 반영되지 않는 관주도의 교육정책 수립과 집행으로 인해 교사로서의 정체성의 위기의식을 느끼며, 이러한

배경요인들이 중년기의 체력적 한계에서 비롯되는 무력감을 심화시켜 퇴직을 고민하게 된다고 할 수 있겠다.

끝으로, 연구 참여자들의 진술을 통해 참여자들의 직무스트레스 경험은 유연한 대처 능력과 한계에 대한 수용 및 성숙한 삶을 위한 노력이라는 긍정적 결과를 낳음으로써 참여자들의 삶에 새로운 도약의 계기로 작용하고 있음을 확인할 수 있었다. 즉, 연구 참여자들에게 직무스트레스는 ‘교직생활의 걸림돌이 되어 주저앉음’을 경험하게 하지만, 궁극적으로는 위기의식을 갖게 함으로써 변화의 필요성을 자각하여 ‘성숙한 삶으로 나아가기 위한 노력을 기울이게 하는 밑거름’으로 작용한다’는 것을 발견할 수 있었다. 구체적으로 연구 참여자들은 삶의 다양한 성공과 실패의 경험을 통해 반성과 통찰의 시간을 가짐으로써 유연성과 자신의 한계를 수용하는 태도를 갖추게 되었고, 이제는 젊은이의 열정과 패기 대신 차분하게 자신을 성찰하고 관리하며 삶의 고단함을 통해 터득한 지혜와 교육현장에서 쌓은 지식을 토대로 제2의 교직생활을 위한 힘찬 발돋움을 할 것이며, 이를 위해 상담, 종교 활동과 같은 마음공부와 전문성을 신장시킬 수 있는 독서와 같은 실천적 노력을 기울일 것이라고 진술하였다. 참여자들의 이러한 변화를 발달적 위기 단계(Jung, 1975), 제2의 사춘기(Leshan, 1973), 통합된 생애구조가 다시 구축되는 시기(O’connor, 1985)인 중년기는 위기감 극복과정을 통해 진정한 자신을 구축하는 전환점(홍미혜, 1999)이라는 선행연구와 관련지어 이해해 볼 수 있다. 즉, 중년여교사인 연구 참여자들은 교사발달단계 상(이난숙, 1992)으로 성숙단계(교직경력 11~20년)에서 원숙전문단계나 퇴보단계(교직경력 20년이상)의 기로에

서있지만, 전 생애적 관점에서 볼 때 이들이 처한 전환적 위기 단계에서의 스트레스 경험은 위기에 대한 자각을 통해 자기실현을 향해 나아가기 위한 실천적 노력을 기울이게 하는 계기가 된다고 해석해 볼 수 있겠다. 따라서 이들이 중도퇴직을 선택하든 교직사회의 중견교사로서의 책임을 다하고자 노력하든 그들의 선택을 존중하고 그들이 선택한 자리에서 자부심과 용기를 가지고 최선을 다할 수 있도록 격려하고 지지할 필요가 있다고 판단된다.

이상의 연구 결과와 논의를 토대로 본 연구의 의의를 제시하면 다음과 같다. 첫째, 교사의 직무스트레스에 대한 국내 연구의 대다수가 실증적인 연구에 기반을 둔 실험 연구와 조사 연구방법으로 수행된 상황에서 중년여교사를 대상으로 직무스트레스에 대한 체험을 있는 그대로 드러내려는 시도를 하였다. 둘째, 중년여교사의 직무스트레스 경험의 내용들을 단편적으로 기술하지 않고 원인, 조절변수, 결과라는 맥락 속에서 살펴보았다는 데 의의를 가진다. 셋째, 중년여교사들의 경험의 고백을 통해 교사간의 이해를 증진시키고 소통을 도모할 수 있는 실마리를 제시했다는 데 의의를 가진다. 넷째, 직무스트레스 경험에 대한 맥락적 이해를 통해 중년여교사의 건강한 삶을 위한 지원 방안을 모색해 볼 수 있는 자료를 제공하였다는 데 의의를 가진다.

본 연구 결과를 통해 중년여교사의 직무스트레스 경험의 의미와 구조를 찾고 이론적, 실천적 함의와 시사점을 논하였지만, 이는 참여자가 처한 맥락을 반영하는 것이므로 확대 적용하는 데는 한계가 있다. 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 현상에 대해 보다 많은 통찰력을 제공

할 수 있는 ‘좋은 참여자’를 찾아야 한다는 점에 주목하여 의도적 표집에 의해 연구 참여자를 선정한 점은 본 연구의 목적 달성을 위해 필요했지만 제한점이 될 수 있다. 특히, 직무스트레스를 충분히 경험한 대상자를 선정하기 위해 스트레스성 질병 등 각종 병력 소유자로 참여자를 한정하고, 참여자의 적극적인 자기개방을 위해 청소년 문화 운동을 하는 소모임 구성원들을 참여자로 선정한 것은 연구 결과로 도출된 직무스트레스 경험의 의미를 일반적인 중년여교사의 경우에 확대 적용하는 데는 제한점이 된다. 따라서 후속연구에서는 질병의 경험 등 두드러지는 스트레스를 호소하는 대상으로 한정짓지 말고 일반적인 교사를 대상으로 하는 연구가 필요하다. 또한 연구 참여자들이 B광역시 중고등학교에서 근무하고 있기 때문에 자율학습, 보충수업 등 교육과정 운영체제에서 비롯되는 스트레스 상황에 대해서 수도권을 비롯한 타 지역의 상황과 다른 점이 많다는 제한점을 가진다. 따라서 후속연구에서는 지역적 특성을 넘어서서 경험의 의미의 전형성을 더 높일 수 있도록 참여자를 지역별로 안배하여 진행하는 연구와 초, 중, 고 등 학교급별로 연구 대상을 세분화하여 비교하는 연구를 수행해 볼 필요가 있다. 이와 같은 본 연구 참여자와는 다른 특성을 지닌 중년여교사를 대상으로 그들의 직무스트레스 경험이 궁극적으로 어떤 결과를 낳는지, 또한 그러한 결과를 낳는데 어떤 조절변인들이 영향을 미치는지 탐색하여 본 연구결과와 비교·논의하는 후속연구는 중년여교사의 직무스트레스의 의미에 대한 보다 심층적인 이해를 도울 수 있을 것이다.

참고문헌

- 강재홍 (2007). 일반계 고등학교 담임교사의 교직활동에 관한 질적 분석. 인제대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김경면 (2005). 공립유치원 특수학급 교사의 직무스트레스와 직무스트레스 대처방안에 관한 연구. 단국대학교 특수교육대학원 석사학위논문.
- 김경이 (2011). 유치원교사의 대인관계 스트레스와 교사가 지각한 원장의 의사소통 유형에 따른 직무 만족도. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 김기남 (2011). 초등학교 교사의 학부모 관계 스트레스에 관한 질적 연구. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김기봉 (2004). 일반계 고등학교 교사의 직무스트레스의 지각과 대처수준에 관한 연구. 인천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김기영 (2007). 유치원교사의 직무스트레스와 인구통계학적 변인 및 학부모와의 의사소통 관계. 성균관대학교, 석사학위논문.
- 김병섭 (1994). 공무원의 복지부동과 직무몰입도: 동기이론과 스트레스 이론을 중심으로. 한국행정학보, 28(4), 1279-1300.
- 김선경 (2011). 초등학교 담임교사가 지각한 학교상담의 어려움에 대한 연구. 상담학연구, 12(5), 1473-1488.
- 김성기, 황준성 (2012). 초·중등 교원의 명예퇴직 사유 분석. 한국교원교육연구, 29(4), 109-127.
- 김수은 (2010). 초등학교 겸임보직교사의 직무스트레스 연구. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김영재 (1999). 교사의 성격유형과 스트레스 수준 및 대처방법. 고려대학교 석사학위논문.
- 김용배 (2004). 고등학교 보직교사의 직무스트레스 지각에 관한 연구. 대진대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김정미 (2008). 초등교사의 에니어그램 성격유형과 직무스트레스 수준 및 대처방식과의 관계. 대구교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김정하 (2000). 중등 체육교사의 개인적 특성이 직무스트레스, 응집성, 조직효과성에 미치는 영향. 한국사회체육학회지, 14(1), 11-21.
- 김정휘 (1991). 교사의 직무 스트레스와 정신. 신체적 증상 또는 설진과의 관계: A형 성격과 사회적 지원의 완충 효과를 중심으로. 중앙대학교 박사학위논문.
- 김정휘, 김태욱 (2006). 교사의 직무 스트레스와 탈진. 서울: 박학사.
- 김철진 (1990). 교사의 건강실태 분석적 연구: 경기도 초등교사를 중심으로. 경기대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김혜경 (2011). 직무환경, 완벽주의, 사회적 지지가 교사의 소진에 미치는 영향: 교사효능감의 매개효과. 안양대학교 박사학위논문.
- 김혜나 (2011). 교사의 직무스트레스 및 정서표현성과 유아의 사회.정서적 행동과의 관계. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 류위자 (2012). 긍정심리 집단상담 프로그램이 중년기 여교사의 우울, 행복 및 감사성향에 미치는 효과. 경성대학교 박사학위논문.
- 류현미 (2003). 성격유형과 사회적 지지에 따른 중·고등학교 교사의 직무스트레스와 탈진. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박미옥 (2003). 중등 여교사들의 삶과 문화에 대한 연구. 한서대학교 교육대학원 석사학위

- 논문.
- 박미자 (2002). 교사가 지각하는 학교조직풍토와 인간관계에 관한 연구. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박상기 (2005). 울산광역시 중등학교 교사의 직무스트레스와 대처방안. 울산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박영숙 (2003). 교직 활성화를 위한 교직문화 변화전략 개발연구. 서울: 한국교육개발원.
- 박영호, 김정인 (2000). 교사의 직무 스트레스와 건강과의 관계에서 사회적 지지와 강인성의 역할. 교육이론과 실천, 10(1), 453-481.
- 변세진 (2013). 공립 유치원 방과후 과정 강사의 직무 수행 상의 어려움. 부산대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 백 화 (2006). 중등학교 교사가 학교생활에서 지각하는 갈등연구. 경남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 서종문 (2007). 중등학교 교사의 정보 활용 능력과 직무스트레스와의 관계. 경북대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신경림, 고명숙, 공병혜, 김경선, 김미영, 김은하, 노승옥, 노영희, 양진향, 조명옥 (2004). 질적 연구 방법론.
- 연합뉴스 (2013. 5. 14). 스승의 날 ‘우울한 학교’...“학생 과반 교육으로 고통”.
- 오유나 (2011). 유아교사의 직무 스트레스와 빗속의 사람 그림 반응특성의 관계. 영남대학교 환경보건대학원 석사학위논문.
- 옥성수 (2012). 초등교사의 직무스트레스 수준 분석. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 유선자 (2009). 중년여성의 자아탄력성에 따른 스트레스와 대처전략에 관한 연구. 아주대학교 석사학위논문.
- 이경희 (2003). 중등기혼여교사의 다중역할 갈등. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이준희 (2012). 중등교사의 스포츠여가 참여에 따른 직무스트레스 및 직무만족도 분석. 인하대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이난숙 (1992). 교사의 직능발달 특성에 관한 연구. 한국교원대학교 박사학위논문.
- 이상은 (2008). 특수학교와 특수학급에 근무하는 특수교사들의 직무경험에 관한 질적 연구. 경기대학교 행정대학원 석사학위논문.
- 이성은 (2004). 직무스트레스와 직무만족의 상관관계 분석: 서울시내 일반계 고등학교 교사들을 중심으로. 동국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이정선 (2000). 성격유형과 직무만족요인과의 관계 연구. 한국외국어대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이준호 (2005). 중등교사 직무스트레스 조사도구 개발. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- 이호재 (2003). 중년위기 스트레스가 직무태도에 미치는 영향. 경희대학교 박사학위논문.
- 임지윤 (2011). 교사의 정서노동과 정서조절이 직무스트레스, 소진 및 교사효능감에 미치는 영향. 성균관대학교 석사학위논문.
- 조윤주 (2008). 중년 여교사의 에너지그림을 통한 자아성찰 경험에 관한 사례 연구. 대구교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 중부매일 (2008. 11. 30). 교사 가늠쇠 원리.
- 정광주 (2009). 중년기 교사의 교직 생활에 대한 생애사 연구: 생애사건, 전문성, 승진을 중심으로. 전남대학교 박사학위논문.
- 정명숙 (2008). 중등교사의 직무스트레스 수준과 대처방식에 관한 연구. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 장수진 (2004). 학교장의 지도성 유형과 교사의 직무 스트레스 관계 연구. 춘천교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정용진 (2010). 입시위주 교육 여건 속에서의 올바른 가톨릭 종교교육. 부산가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 정천복 (2005). 중등교사의 교사효능감에 관한 연구. 관동대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 주혜란 (2007). 교사의 교육신념과 학교조직풍토가 교사의 직무스트레스에 미치는 영향. 부경대학교, 석사학위논문.
- 탁진국, 신필순 (1999). 고등학교 교사의 직무스트레스 원인이 정신건강에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 4(1), 110-122.
- 최상찬 (2001). 중등교사의 직무수행에 따른 스트레스 유형분류와 대처방안 모색. 용인대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 한경진 (2008). 초·중·고 교사의 직무스트레스에 관한 연구. 대진대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 한국교육개발원 (2011). 교육통계 분석자료집. 서울: 한국교육개발원.
- 한수명 (2002). 중년여성으로서의 여교사: 부산 북구지역 초등여교사를 중심으로. 부산교육학연구, 15(1), 203-223.
- 홍미혜 (1999). 생활사건 스트레스와 삶의 의미 수준이 중년기 여성의 위기감에 미치는 영향. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍순희 (2012). 초등교사의 직무스트레스와 정신건강의 관계에서 마음챙김의 조절효과. 인천대학교 석사학위논문.
- Golembiewski, R. T., & Munzenrider, R. F. (1988). *Phases of burnout*. New York: Praeger.
- Jung, C. G. (1975). *The Structure and Dynamics of the Psyche, The Collected works of C. G. Jung, vol. 8*. Princeton Univ. press.
- Leshan, E. (1973). *The Wonderful Crisis of Middle Age*. New York: Waner Paperback Library.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. New York: Springer.
- O'connor, D. J. (1985). *Crisis and growth at a midlife: Change in the structure personal paradigm..* Unpublished Doctoral Dissertation. Case Western University. USA.
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. Newbury Park, CA: Sage.
- Webb, R. B., & Sikes, P. (1989). Teachers' careers. In R. R. Sherman (Ed.), *Schooling and society* (pp. 223-259). New York: Macmillan.
- Seidman, I. (1998). *Interviewing as qualitative research*. New York: Teachers College Press.
- 원 고 접 수 일 : 2013. 09. 30.
수정원고접수일 : 2014. 03. 10.
최종게재결정일 : 2014. 03. 13.

A Phenomenological Study on the Job Stress Experience by Middle-aged Female Teachers

Eun Mi Jung

Seong-Moon Cheon

Department of Education Graduate School Kyungsung University

The purpose of this study was to explore the experiences of middle-aged female teachers by finding out what their job-related stress was and examining on their life. Interviews were conducted three times to six female teachers who were middle-aged and have worked at middle school or high school for more than 20 years. The interview data were analysed and interpreted based on the phenomenological research method introduced by Giorgi. From a thorough investigation on the participants' experiences, 114 meaning units were derived. Based on them 24 sub-constituents and 9 constituents were constructed. The result showed that teaching and student guidance, fellow teachers and administrators, workload and the educational system caused the job stress of middle-aged female teachers. The level of stress increases or decreases according to rigid attitudes, responsibility and will to act. The experiences of stress can be an obstacle to get frustrated. However, the experiences of stress can be ultimately a good stepping stone to change a life. A cause factor of work stress, a control factor and the result of the experiences are considered a phenomenon that is associated in a cyclical system. The essential meaning of the job stress experienced by middle-aged female teachers can be described as growing and becoming mature after the pains and frustrations. Limitations to the current study and recommendations for future research are discussed.

Key words : middle-aged female teacher, job stress, the experience of job stress, phenomenological study