

한국어판

정신건강 전문가 스트레스 척도

Korean version of
Mental Health Professionals Stress Scale



한국어판 정신건강 전문가 스트레스 척도



아래 문항들은 정신건강 서비스 관련 직무에서 경험된다고 알려진 스트레스 유발 요인들입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽으시고 현재 귀하께 해당되는 정도와 일치하는 숫자에 표시해주시기 바랍니다(즉, 귀하가 직장에서 경험하는 스트레스 요인에 해당하는 정도에 표시해주시면 됩니다).

문항	나에게 해당되지 않음		나에게 해당됨	
	0	1	2	3
1. 이용자/환자와 치료를 종결하는 것	0	1	2	3
2. 운영진의 지원/지지 부족	0	1	2	3
3. 타지역 전문가들과의 갈등	0	1	2	3
4. 충분한 인력의 부족	0	1	2	3
5. 이용자/환자의 정서적 요구를 다루는데 있어 충분히 숙련되지 못 했다는 느낌	0	1	2	3
6. 불충분한 가족과의 시간	0	1	2	3
7. 죽음 또는 고통을 다루는 것	0	1	2	3
8. 직속 상사와의 관계	0	1	2	3
9. 다른 전문가들과의 역할 갈등	0	1	2	3
10. 교육과정 및 워크숍 참가를 위한 경제적 지원 부족	0	1	2	3
11. 자신의 능력에 대한 확신의 부족	0	1	2	3
12. 모든 업무를 만족스럽게 완수할 수 있는 시간 부족	0	1	2	3
13. 이용자/환자가 변화가 없거나 변화 속도의 더딤	0	1	2	3
14. 직장 내에서의 의사소통 및 정보의 흐름	0	1	2	3
15. 다학제적 팀의 일원으로서의 업무	0	1	2	3
16. 업무에 필요한 물품이나 장비의 부족	0	1	2	3
17. 어려운 이용자/환자를 다루기에 충분히 숙련되지 않은 느낌	0	1	2	3
18. 일을 집으로 가져가는 것	0	1	2	3

문항	나에게 해당되지 않음		나에게 해당됨	
19. 담당하는 이용자/환자가 너무 많은 것	0	1	2	3
20. 요구사항이 많거나 어려운 이용자/환자	0	1	2	3
21. 운영 및 관리 미숙	0	1	2	3
22. 다른 전문가들의 비판	0	1	2	3
23. 치료적 노력의 효과성에 대한 의구심	0	1	2	3
24. 업무에 영향을 주는 배우자/파트너와의 관계	0	1	2	3
25. 장시간 근무	0	1	2	3
26. 물리적 위협을 가하는 이용자/환자	0	1	2	3
27. 갈등을 해결하는 조직의 방식	0	1	2	3
28. 동료들의 정서적 지지 부족	0	1	2	3
29. 불충분한 여가시간	0	1	2	3
30. 치료적 관계 관리하기	0	1	2	3
31. 조직 구조 및 정책	0	1	2	3
32. 특정 동료들과 같이 일하는 것에 따르는 어려움	0	1	2	3
33. 물리적 근무환경의 열악함	0	1	2	3
34. 친목 또는 사회적 관계를 위한 시간 부족	0	1	2	3

“ 본 척도의 타당화 연구는 보건복지부(정신건강R&D사업)의 지원으로 진행되었습니다 ”

※ 본 척도는 자가검진이나 연구 등에 비상업적으로 이용 가능하며, 별도의 저자 승인 없이 출처 표기 후 무료로 사용할 수 있습니다. 다만 상업적으로 이용하거나, 배포/복제/변형하고자 할 경우 원저자의 승인이 필요합니다.

참고문헌

1 원 척도 논문

Cushway, D., Tyler, P. A., & Nolan, P. (1996). Development of a stress scale for mental health professionals. *British Journal of Clinical Psychology*, 35(2), 279-295.

2 한국어판 타당화 논문

Lee, E. S., Ryu, V., Lee, J. H., Hong, H., Han, H., & Park, S. (2021). Psychometric Properties of the Korean Version of the Mental Health Professionals Stress Scale. *Frontiers in Psychiatry*, 12:685423.

평가도구 소개

1

개발 목적 및 특징

본 평가도구는 정신건강 전문가들이 경험하는 스트레스 요인을 측정하기 위해 개발되었습니다. 원 척도는 영국의 임상심리사 및 정신건강 간호사를 대상으로 개발되었고 총 42문항, 7개의 하위요인으로 이루어져 있습니다. 한국어판 정신건강 전문가 스트레스 척도는 한국의 정신건강 전문가 (임상심리사, 간호사, 사회복지사)를 대상으로 타당화 되었으며, 원 척도에서 8문항이 제외된 34개의 문항, 그리고 6개의 하위요인으로 구성되어 있습니다.

2

채점 방법

점수는 문항들의 평균으로 산출합니다. 총점은 모든 문항, 그리고 하위요인 점수는 각 요인에 속한 문항으로 평균을 계산합니다. 점수가 높을수록 해당 영역에 있어 스트레스가 크다는 것을 의미합니다. 6가지 하위요인 중 일부는 정신건강 전문가의 우울, 불안 증상과 관련이 있는 것으로 밝혀졌습니다.

요인 1	다른 전문가와의 갈등 conflict with other professionals, COP	문항	3, 9, 22
요인 2	조직 구조 및 과정 organizational structure and processes, ORG	문항	2, 8, 14, 15, 21, 24, 27, 28, 31, 32
요인 3	전문가로서의 자기 의심 professional self-doubt, DOUBT	문항	5, 11, 17, 23
요인 4	업무량 workload, WORKL	문항	6, 12, 18, 19, 25, 29, 34
요인 5	이용자/환자 관련 어려움 client-related difficulties, CRD	문항	1, 7, 13, 20, 26, 30
요인 6	자원의 부족 lack of resources, RES	문항	4, 10, 16, 33

3

절단점

다음은 임상적인 수준의 우울, 불안 증상에 대한 정신건강 전문가 스트레스 척도의 절단점입니다. 모든 문항의 평균으로 산출된 총점이 아래 표에 제시된 점수보다 높다면, 우울 혹은 불안 증상과 관련되는 높은 수준의 스트레스를 나타낸다고 볼 수 있습니다.

