

방송출연보조자 직업건강가이드



방송출연보조자란?

방송출연보조자는 보조연기자, 촬영보조, 녹음보조, 음향보조, 녹화보조, 방송편집보조, 조명보조, 무대기계조정보조 등의 업무를 수행하는 사람들을 총칭

방송출연보조자 유해·위험요인

방송출연보조자는 낮은 임금, 고용불안, 장시간 근로, 열악한 근무환경에 노출되어 있고, 안전보건 관리가 취약하며, 만성 피로와 직무스트레스 등 다양한 유해·위험요인에 노출

✓ 작업환경요인

미세먼지, 고온·저온 환경, 소음, 화학물질 노출

✓ 작업조건요인

장시간근로, 야간근로, 근골격계질환

✓ 건강요인

불규칙한 일정, 직무스트레스 등으로 인한 정신 질환, 피로

✓ 사고요인

교통사고, 넘어짐, 부딪힘 등



현장의 목소리

현장의 소리

- “헬기를 띄우면 바람이 세서 흙먼지가 날려요. 연기자나 촬영 스태프에게는 마스크가 주어지지만, 보조 출연자는 마스크 같은 보호 장비를 제공하는 일이 드물어요. 눈과 코에 먼지가 들어가고 기침이 나오지만 촬영이나 리허설을 진행해야 하니 힘든 점이 있어요.”
- “여름 야외촬영에는 햇빛에 그대로 노출이 되기 때문에 30분만 서 있어도 어지럽고 메스꺼워요. 더위를 해소할 수 있는 물품(lex: 부채)을 스스로 준비하지만, 한 씬(scene)이어도 몇 시간씩 밖에서 대기해야 하는 경우가 많아 힘들죠.”
- “휴식시간에도 마땅히 쉴 곳이 없어서 서 있는 경우가 많아요. 촬영할 때도, 휴식시간에도 서있어야 하니까 다리가 너무 아프죠.”
- “비정규직이기에 계속 일을 할 수 있을까 하는 걱정은 있어요. 현재 보조연기자 이외에 다른 일도 병행하고 있습니다.”
- “때로는 연기자들을 관리하는 사람이나 촬영관계자들이 이름을 부르기 보다는 ‘야, 너’와 같은 호칭으로 부르거나, 적절한 이유 없이 거칠게 말을 할 때가 있어요. 물론 그분들도 바빠서 그렇다는 것을 이해하지만, 속상하기도 하죠.”

방송출연보조자 직업건강가이드

유해·위험요인별 관리방안

작업환경요인 관리방안	분진억제	• 실내환경인 경우 주기적인 환기 • 흙먼지가 많은 촬영지는 물을 뿌려 먼지발생을 억제
	고온·저온 대책	• 실내, 야외촬영 시 간이 휴식공간을 제공 • 고온 시 휴식, 물, 그늘 등 제공 • 저온 시 보온대책 강구
	소음최소화	• 청력보존프로그램 실시 • 귀마개 등 개인용 보호구 지급 · 착용
	화학물질안전	• 물질안전보건자료 비치 및 교육 • 적절한 개인용 보호구 지급 · 착용
작업조건요인 관리방안	스트레칭	• 주기적으로 목, 어깨, 손목, 허리 등의 관절과 근육을 가볍게 늘려 긴장을 완화
	장시간 서 있는 작업	• 작업높이, 작업영역 등을 적정하게 설계 • 편안한 신발 착용
	장시간근로, 야간근무	• 적절한 휴식과 사이잠(nap) 등을 통해 피로누적 예방 • 금연, 절주 등을 통한 건강관리 • 휴게실 등 휴식공간 제공 • 숙면을 위한 관리
	근골격계질환	• 근골격계부담작업 유해요인조사 • 근골격계질환 예방관리 프로그램 운영 • 안전한 중량물 취급방법 교육 등
사고요인 관리방안	교육 등	• 촬영안전, 응급상황에 대한 대처요령 등에 대한 교육 • 유해·위험요인과 대응방안 교육 • 보호 전 장애물 확인 및 정리정돈 • 전기기구 등 정기적인 안전점검 • 위험물 취급 안전점검 및 화재발생 시 대처 교육
건강요인 관리방안	뇌심혈관질환예방 등	• 뇌심혈관질환위험도평가 및 사후관리 • 금연, 절주, 운동, 영양개선 등 생활습관 개선
	건강진단	• 연 1회 일반건강진단 실시

감정노동·직무스트레스 관리방안

개인적 관리방안	자기 관찰	• 원인이 된 스트레스를 알아내기 위하여 문제 상황에 대한 자신의 반응양상을 일일 행동 기록지에 적기
	복식호흡법	• 양손을 아랫배에 대고 천천히 숨을 들이마시고 내쉬 (코나 목으로 호흡하는 것이 아니라 아랫배를 이용)
	근육이완법	• 근육에 주의를 집중시켜 불필요한 긴장을 해소하는 단계적인 훈련 실시
	긍정적으로 생각하기	• 어쩔 수 없이 직무스트레스가 발생하는 상황이라면 즐겁게 받아들이고, 자신이 해야 하는 일을 즐겁게 하도록 긍정적인 생각 갖기
	자신의 감정 털어놓기	• 화가 났을 때 마음에 쌓아 두지 않고, 글을 쓰거나 낙서를 해서 자기감정을 표출
	자기 주장훈련	• 다른 사람을 비난하거나 불쾌하게 만들지 않으면서 자신의 욕구나 생각, 감정 등을 명확히 주장하는 방법을 훈련
조직적 관리방안	직무스트레스 정책마련	• 직무스트레스가 업무의 일부이고 중요한 스트레스 요인이라는 것을 인식하고 근로자의 건강과 안전을 우선시하는 정책을 마련하여 선포
	매뉴얼 및 교육	• 직무스트레스 관리매뉴얼, 걱정서비스 기준 등 근로자 자기보호 매뉴얼을 개발하여 보급 하고 교육
	의사소통 창구 마련	• 고충을 직장내 전달할 수 있는 의사소통 창구를 마련
	역할과 책임 규정	• 방송출연보조 업무에 따른 역할과 책임을 명확히 하고, 종사자가 이해하도록 설명
	근로환경개선	• 적절한 휴식 공간 및 시간을 제공
	건강증진	• 스트레스관리 등 근로자 건강증진을 위한 프로그램을 도입하고 운영

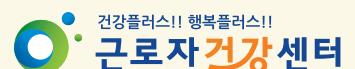
✓ 근로자 건강센터 이용하기

고용노동부와 안전보건공단에서는 근로자 건강(질병)에 대한 모든 상담을 무료로 지원하고 있습니다.

대상 : 50인 미만 소규모 사업장 근로자

전문가 현황 : 작업환경전문, 임상심리사, 운동처방사, 산업간호사, 산업위생기사, 물리치료사 등

Tel. 1577-6497, 1588-6497



* 본 자료는 '방송출연보조자 직업건강가이드'를 요약한 자료로 보다 자세한 사항은 공단홈페이지의 자료를 참조하시기 바랍니다.