

도시지역 고등학생들의 사회심리적 스트레스 수준과 그의 관련요인

신은숙¹, 조영채^{2*}

¹충부대학교 보건행정학과, ²충남대학교 의학전문대학원 예방의학교실 및 의학연구소

Psychosocial Stress and Related Factors among High School Students in a City

Eun-Sook Shin¹ and Young-Chae Cho^{2*}

¹Department of Health Administration, Joongbu University

²Department of Preventive Medicine and Public Health, Chungnam National University School of
Medicine and Research Institute for Medical Sciences

요 약 본 연구는 도시지역 고등학생들의 사회심리적 스트레스 수준을 파악하고 그에 관련된 요인을 규명하고자 대전광역시시의 남·여 고등학생 514명을 대상으로 2011년 4월 1일부터 5월 31일까지의 기간 동안에 표준화된 자기기입식 설문지를 사용하여 설문조사하였다. 연구결과, 조사대상 학생들의 사회심리적 스트레스 수준은 건강군이 6.4%, 잠재적 스트레스 군이 72.4%, 고위험스트레스 군이 21.2%로 나타났다. 일반적 특성별 고위험스트레스 군의 분포는 교우관계가 좋지 않다는 군에서, 학교생활에 만족하지 못한다는 군에서, 형제자매가 없다는 군에서, 가정생활에 만족하지 못한다는 군에서 유의하게 높았다. 로지스틱 회귀분석 결과 고위험스트레스 군에 속할 교차비는 교우관계가 좋다는 군보다 좋지 않다는 군에서, 학교생활에 만족한다는 군보다 만족하지 못한다는 군에서, 형제자매가 있다는 군보다 없다는 군에서, 가정생활에 만족한다는 군보다 만족하지 못한다는 군에서 유의하게 증가하였다. 단계별 다중회귀분석 결과 사회심리적 스트레스 수준에 영향을 미치는 요인으로는 학교생활만족도, 교우관계, 형제자매유무 및 가정생활만족도가 유의한 변수로 선정되었다.

Abstract The purpose of this study was to identify the degree of psychosocial stress and its related factors. The self-administered questionnaires were delivered to 514 high school students of both sexes in Daejeon city during the period from April 1 to May 31, 2011. As a results, the degree of psychosocial stress of study subjects was 6.4% in healthy group, 72.4% in latent stress group, 21.2% in high risk stress group. The high risk stress group was significantly high in the group of worse relation with friend, lower satisfaction with the school life, none of siblings and lower satisfaction with the home life. The odds ratio of the high risk stress group significantly increased in the worse relation with friend, lower satisfaction with the school life, none of siblings and lower satisfaction with the home life than their respective counterparts. Multiple regression analysis showed that the major variables of influence on psychosocial stress included satisfaction of school life, friendship with the school fellow, number of siblings and satisfaction of home life.

Key Words : Psychosocial stress, High school students

1. 서론

인간의 성장발달 단계로 보아 청소년기인 고등학생의

시기는 신체적 성장, 왕성한 호르몬분비로 인한 성적 변화, 인지능력의 발달 등 생리적으로 커다란 변화의 시기이다. 또한 정신적으로는 자아의식이 생기면서 독자적인

*교신저자 : 조영채(choyc@cnu.ac.kr)

접수일 11년 12월 02일

수정일 12년 01월 12일

게재확정일 12년 02월 10일

사고와 태도를 가지려는 노력을 하게 되지만, 그에 비해 정신적 작용의 조화가 결여되어 성격의 붕괴와 상실감 및 갈등을 경험하는 경우가 많다[1]. 뿐만 아니라 대부분의 학생들이 과다한 학습수행으로 인하여 피로감, 고민, 불안 및 심신의 부조화 등을 겪게 되며, 일부 학생들은 학교생활에의 부적응현상도 나타나게 되므로 학생들의 신체적 및 정신적 건강을 보호하고 증진시키기 위한 노력이 필요하게 된다[2].

청소년기에 흔히 나타나는 정신건강문제는 우울, 불안 장애, 정신증적 장애, 행동장애, 청소년 비행과 반사회적 인격, 신경성 식욕부진증, 약물남용과 중독, 주체성 장애, 성인정신질환의 발병초기 증후 등을 들 수 있다[3,4]. 또한 흥미가 없어지고, 식욕감퇴와 체중감소 혹은 증가, 불면 혹은 수면과다 등 기본적인 신체기능에 변화가 있으며, 쉽게 피로해지고, 사고력이나 주의집중력의 감퇴 등과 함께 스스로가 무가치하게 느껴지고, 심한 죄책감을 호소하며, 죽음과 자살에 대한 생각을 하기도 한다[5].

특히 스트레스의 경우, 고등학생들은 대학입시라는 명제아래 과중한 학업에 시달리고 있어 심한 스트레스를 받게 되며, 이로 인해 두통, 피로, 현기증, 식욕부진, 시력장애, 기억력 장애, 불면증과 같은 정신적, 생리적 신체증상과 불안 및 우울, 절망감 등의 정서장애를 나타내게 된다. 심한 경우에는 의욕상실, 식욕부진, 극도의 무력감을 일으켜 학교를 조기에 포기하게 되거나 정신적 혼돈상태를 일으켜 정신병적 증세를 일으키기도 한다[6].

국내의 청소년 정신건강과 관련된 연구를 보면, 청소년의 20%정도가 기능상의 심각한 손상을 입은 정신장애를 경험하며, 60%정도는 불안이나 우울장애를 간헐적으로 겪고 있다고 보고하고 있다[7]. 또한 강박증과 적대감, 대인 예민증 등 심리적인 경향이 높게 나타난 것으로 보고하고 있어 학생들의 우울증, 강박신경증 등 정신적 건강문제가 나타나고 있음을 시사하고 있다[8-10].

이 같은 문제가 있음에도 불구하고 우리나라는 청소년의 정신적 건강도와 이에 관련된 사회심리적 요인에 관한 연구는 매우 미흡한 실정에 있다. 이에 본 연구에서는 고등학생들의 사회심리적 스트레스 수준을 파악하고 그에 관련된 요인을 규명하고자 하였다.

2. 연구 대상 및 방법

2.1 연구 대상

본 연구는 대전광역시 5개 구(區)에서 남·여 고등학교 각 3개교씩 6개교를 임의로 선정하였으며, 각 학교

마다 1, 2, 3학년별로 균등하게 배분하여 각 100명씩 전체 600명을 조사대상으로 하였다. 설문조사 결과 응답내용이 미비하거나 불확실한 설문 응답자 86명을 제외한 514명의 자료를 분석대상으로 하였다.

2.2 연구 방법

조사는 2011년 4월 1일부터 5월 31일까지의 기간 동안에 표준화된 자기기입식 설문지(self-administered questionnaire)를 사용하여 설문조사하였다. 설문조사는 사전에 훈련받은 조사원들이 조사대상 각 학교를 방문하여 학생들에게 본 연구의 취지 및 조사내용에 대해 설명하고 연구 참여의 동의서를 얻은 후, 아침자율학습시간에 설문지를 배포하고 작성토록 하여 회수하였다. 구체적인 조사내용으로 일반적 특성은 성별, 연령, 학년, 출생순위, 형제자매 유무, 학교성적, 교우관계, 학교생활에 대한 만족도 및 동거하고 있는 가족구성원을 조사하였다. 사회심리적 스트레스의 측정은 Goldberg[11]의 일반건강측정표(General Health Questionnaire; GHQ)를 기초로 하여 우리나라의 현실적 상황에 맞게 재구성한 사회심리적 건강 측정도구(Psychosocial Well-being Index; PWI)의 45문항을 이용하였다[12]. PWI의 측정척도는 Likert의 4점 척도를 이용하여 긍정적인 질문에 대한 응답은 각 항목에서 “항상 그렇다” 0점, “자주 그렇다” 1점, “이따금 그렇다” 2점 및 “전혀 그렇지 않다” 3점의 점수를 부여하였다. 또한 부정적인 질문에 대한 응답은 각 항목에서 “항상 그렇다” 3점, “자주 그렇다” 2점, “이따금 그렇다” 1점, “전혀 그렇지 않다” 0점의 점수를 부여한 후 이를 합산하여 PWI를 산정하였으며, 이때 총점이 22점 이하인 군을 건강군, 23점에서 62점까지를 잠재적 스트레스군, 63점 이상을 고위험 스트레스군으로 구분하였다. 본 연구에서의 설문지 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's α 값은 0.927이었다.

2.3 자료처리 및 통계분석

수집된 자료는 SPSSWIN(ver 17.0) 프로그램을 사용하여 통계처리 하였으며, 조사대상 학생들의 일반적 특성에 따른 사회심리적 스트레스 수준의 차이는 Chi-square test로 검정하였고, 사회심리적 스트레스 수준에 대한 관련변수들의 비교위험도를 알아보기 위하여 로지스틱회귀분석에 의해 교차비(Odds Ratio)와 95% 신뢰구간(95% confidence interval)을 구하였다. 또한 단변량 분석에서 유의하였던 독립변수들이 사회심리적 스트레스 수준에 미치는 영향력을 파악하기 위하여 단계별 다중 회귀분석

(stepwise multiple regression)을 실시하였다. 모든 통계량의 유의수준은 $p < 0.05$ 로 하였다.

3. 연구결과

3.1. 일반적 특성별 사회심리적 스트레스 수준 조사대상 학생들의 일반적 특성별 사회심리적 스트레

스 수준은 표 1과 같다. 전체 조사대상 학생 514명의 사회심리적 스트레스 수준은 건강군이 33명으로 6.4%, 잠재적 스트레스 군이 372명으로 72.4%, 고위험스트레스 군이 109명으로 21.2%로 나타났다. 교우관계별로 보면 교우관계가 좋다는 군에서 건강군과 잠재적스트레스군이 높은 반면 교우관계가 좋지 않다는 군에서 고위험스트레스군이 유의하게 높았으며($p=0.004$), 학교생활만족도별로는 만족한다는 군에서 건강군과 잠재적스트레스군이

[표 1] 일반적 특성별 사회심리적 스트레스 수준의 분포
[Table 1] Distribution of psychosocial stress by general characteristics

Variable	N(%)	Psychosocial Well-bing Index(PWI) [†]			p-value
		Under 22	23~62	63 & over	
Sex					0.341
Male	276(53.7)	16(5.8)	195(70.7)	65(23.6)	
Female	238(46.3)	17(7.1)	177(74.4)	44(18.5)	
Grade					0.120
1st	155(30.1)	11(7.1)	106(68.4)	38(24.5)	
2nd	190(37.0)	16(8.4)	132(69.5)	42(22.1)	
3rd	169(32.9)	6(3.6)	134(79.3)	29(17.2)	
Academic achievement					0.181
High	71(13.8)	4(5.6)	55(77.5)	12(16.9)	
Middle	344(66.9)	21(6.1)	255(74.1)	68(19.8)	
Low	99(19.3)	8(8.1)	62(62.6)	29(29.3)	
Friendship with the school fellow					0.004
Good	474(92.2)	33(7.0)	348(73.4)	93(19.6)	
Poor	40(7.8)	0(0.0)	24(60.0)	16(40.0)	
Satisfaction of school life					0.000
Satisfied	413(80.4)	30(7.3)	321(77.7)	62(15.0)	
Dissatisfied	101(19.6)	3(3.0)	51(50.5)	47(46.5)	
Number of siblings					0.001
None	262(51.0)	22(8.4)	201(76.7)	39(14.9)	
One and more	252(49.0)	11(4.4)	171(67.9)	70(27.8)	
Birth order					0.249
First	367(71.4)	25(6.8)	271(73.8)	71(19.3)	
Second and more	147(28.6)	8(5.4)	101(68.7)	38(25.9)	
Parental status					0.626
Two parents at home	465(90.5)	29(6.2)	335(72.0)	101(21.7)	
Single parent/none	49(9.5)	4(8.2)	37(75.5)	8(16.3)	
Type of living arrangement					0.294
With family	506(98.4)	32(6.3)	365(72.1)	109(21.5)	
Others	8(1.6)	1(12.5)	7(87.5)	0(0.0)	
Perceived family income					0.149
High	93(18.1)	5(5.4)	66(71.0)	22(23.7)	
Middle	363(70.6)	20(5.5)	265(73.0)	78(21.5)	
Low	58(11.3)	8(13.8)	41(70.7)	9(15.5)	
Satisfaction of family life					0.000
Satisfied	459(89.3)	30(6.5)	344(74.9)	85(18.5)	
Dissatisfied	55(10.7)	3(5.5)	28(50.9)	24(43.6)	
Total	514(100.0)	33(6.4)	372(72.4)	109(21.2)	

[†] : Under 22 : Healthy , 23~62 : Latent stress group, 63 & over : High risk stress group

높은 반면 만족하지 못한다는 군에서 고위험스트레스군이 유의하게 높았다($p=0.000$). 형제자매 유무별로는 형제자매가 있다는 군에서 건강군과 잠재적스트레스군이 높은 반면 형제자매가 없다는 군에서 고위험스트레스군이 유의하게 높았으며($p=0.001$), 가정생활만족도별로는 만족한다는 군에서 건강군과 잠재적스트레스군이 높은 반면 만족하지 못한다는 군에서 고위험스트레스군이 유의하게 높았다($p=0.000$). 그 밖에 성별, 학년별, 학교성적별, 출생순위, 부모생존여부, 주거생활 및 가정의 경제상태별로는 유의한 차이를 보이지 않았다.

3.2 사회심리적 스트레스와 관련변수들의 관련성

조사대상 학생들의 사회심리적 스트레스에 관련된 요인을 파악하기 위하여 사회심리적 스트레스 수준을 「정상군」과 「고위험 스트레스군」으로 구분하여 이분형 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 이 때 다른 변수를 통제하지 않은 단변량 모델과 단변량 분석에서 유의하였던 변수인 교우관계, 학교생활만족도, 형제자매 유무, 가정생활만족도를 통제변수로 투입한 다변량 모델에 의해 사회심리적 스트레스 수준에 대한 관련변수들의 교차비와 95% 신뢰구간을 구하였다[표 2]. 그 결과 다른 변수를 통제하지 않은 단변량 모델에서는 교우관계가 좋다는 군보다 좋지 않다는 군에서 고위험스트레스 군에 속할 교차비가 2.7배($ORs=2.731$, 95% $CI=1.395\sim5.348$) 증가하였으며, 학교생활에 만족한다는 군보다 만족하지 못한다는 군에서 4.9배($ORs=4.927$, 95% $CI=3.064\sim7.925$) 증가하

였다. 또한 형제자매가 있다는 군보다 없다는 군에서 2.2배($ORs=2.199$, 95% $CI=1.419\sim3.407$) 증가하였으며, 가정생활에 만족한다는 군보다 만족하지 못한다는 군에서 3.4배($ORs=3.406$, 95% $CI=1.902\sim6.100$) 증가하였다. 다른 변수를 통제한 다변량 모델에서는 교우관계가 좋다는 군보다 좋지 않다는 군에서 고위험스트레스 군에 속할 교차비가 2.3배($ORs=2.256$, 95% $CI=1.091\sim4.666$) 증가하였으며, 학교생활에 만족한다는 군보다 만족하지 못한다는 군에서 4.2배($ORs=4.202$, 95% $CI=2.557\sim6.904$) 증가하였다. 또한 형제자매가 있다는 군보다 없다는 군에서 2.2배($ORs=2.241$, 95% $CI=1.403\sim3.580$) 증가하였으며, 가정생활에 만족한다는 군보다 만족하지 못한다는 군에서 3.4배($ORs=2.472$, 95% $CI=1.311\sim4.660$) 증가하였다.

3.3 사회심리적 스트레스에 영향을 미치는 요인

조사대상 학생들의 사회심리적 스트레스에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위하여 단변량 분석에서 유의하였던 교우관계, 학교생활만족도, 형제자매 유무, 가정생활만족도를 독립변수로, 사회심리적 스트레스 수준을 종속변수로 하여 단계별 다중회귀분석을 실시하였다[표 3]. 그 결과 사회심리적 스트레스 수준에 영향을 미치는 요인으로는 학교생활만족도, 교우관계, 형제자매유무 및 가정생활만족도가 유의한 변수로 선정되었다. 즉, 학교생활에 만족하지 못하는 군, 교우관계가 좋지 않은 군, 형제자매가 없는군, 가정생활에 만족하지 못한다는 군에서 사회심리적 스트레스 수준이 유의하게 높았으며, 투입된 변수들의 설명력은 43.6%이었다.

[표 2] 사회심리적 스트레스 수준에 대한 관련변수들의 로지스틱회귀분석 결과
 [Table 2] Logistic regression analysis of psychosocial stress[†] with related variables

Variable	Crude		Adjusted [*]	
	ORs	(95% CI)	ORs	(95% CI)
Friendship with the school fellow				
Good	1.000		1.000	
Poor	2.731	(1.395-5.348)	2.256	(1.091-4.666)
Satisfaction of school life				
Satisfied	1.000		1.000	
Dissatisfied	4.927	(3.064-7.925)	4.202	(2.557-6.904)
Number of siblings				
None	1.000		1.000	
One and more	2.199	(1.419-3.407)	2.241	(1.403-3.580)
Satisfaction of family life				
Satisfied	1.000		1.000	
Dissatisfied	3.406	(1.902-6.100)	2.472	(1.311-4.660)

[†] : Psychosocial stress was dicotomized normal group vs high risk stress group

^{*} : Adjusted for Friendship with the school fellow, satisfaction of school life, number of siblings, satisfaction of family life

[표 3] 사회심리적 스트레스에 영향을 미치는 요인에 대한 단계별 다중회귀분석 결과

[Table 3] Results of stepwise multiple regression analysis of factors affecting to the psychosocial stress

Variables	B	SE	Beta	t	p	R ²
Satisfaction of school life(satisfied/dissatisfied)	12.296	1.149	0.255	6.223	0.000	0.316
Friendship with the school fellow(good/poor)	12.597	1.976	0.176	4.390	0.000	0.367
Number of siblings(one and more/none)	6.451	2.870	0.168	4.211	0.000	0.404
Satisfaction of family life(satisfied/dissatisfied)	10.430	1.532	0.168	4.121	0.000	0.436
Constant	19.171	2.531		35.164	0.000	

4. 고찰

일상생활에서 체험하는 생활스트레스(life-stress)는 여러 가지가 있으며 그것에 대해 사람이 나타내는 심리적 반응도 다양하다. 예를 들면 우울증상이나 불안반응 등의 정서적 반응, 안정의 부족, 실수의 증가, 사고력 저하나 절망감 등의 인지적 및 행동적 반응, 두통이나 어깨 결림 등의 신체적 반응 등 다양한 것으로 알려져 있다[13]. 이 같은 일상의 스트레스를 측정하는 도구의 하나인 GHQ척도는 신경증 증상, 불안, 사회적 기능부전 등을 반영하는 것으로 불안, 긴장 및 우울을 수반하는 신경증 증상의 판별에 우수하다고 지적되고 있다[14]. 본 연구에서 사용한 PWI는 GHQ를 기초로 하여 우리나라의 현실적 상황에 맞게 재구성한 측정도구이며 본 연구에서의 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's α 값 또한 0.927로 높게 나타나 측정도구의 신뢰도에서는 문제가 없을 것으로 생각된다.

연구결과, 조사대상 학생들의 사회심리적 스트레스 수준은 건강군이 6.4%, 잠재적 스트레스 군이 72.4%, 고위험스트레스 군이 21.2%로 나타나 대부분의 학생들이 정도의 차이는 있으나 잠재적 스트레스나 고위험스트레스를 받고 있는 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 고등학생을 대상으로 한 Lee 등[15]의 연구에서도 건강군 3.1%, 잠재적스트레스군 64.7%, 고위험스트레스군 32.2%의 분포를 보였고, Lee와 Cho[16]의 연구에서도 건강군 5.5%, 잠재적 스트레스군 66.6%, 고위험 스트레스군 27.8%의 분포를 보였다고 보고하고 있어 고등학생들이 받고 있는 스트레스 경향이 비슷하다는 것을 알 수 있다. 이러한 스트레스군의 분포는 성인 직장인보다 높게 나타나고 있는데 즉 Kim과 Kim[17]은 남성 사무직 근로자들을 대상으로 한 연구에서 건강군 12.9%, 잠재적 스트레스군 78.6%, 고위험 스트레스군 8.6%의 분포를 보인다고 보고하였으며, 우리나라 직장인을 대상으로 한 연구에서는 건강군 5%, 잠재적 스트레스군 73%, 고위험 스트레스군 22%의

분포를 보인다고 하였다[18]. 따라서 학생들은 일반 직장인들보다 학업과 관련하여 고위험 스트레스에 더 노출되어 있음을 시사한다.

일반적 특성별 고위험스트레스 군의 분포는 교우관계가 좋지 않다는 군에서, 학교생활에 만족하지 못한다는 군에서, 형제자매가 없다는 군에서, 가정생활에 만족하지 못한다는 군에서 유의하게 높았다. 이 같은 결과는 선행 연구에서도 유사한 결과를 보이고 있는데 Lee 등[19]은 학생들의 스트레스는 교우관계, 학교생활만족도 및 가정생활만족도 등이 유의하게 관련되어 있다고 보고하였으며, Song[20]도 스트레스는 학교성적, 교우관계, 학교생활만족도, 가정의 경제사정, 부모관심도, 가정생활 만족도 등이 떨어질 때 높아진다고 하였다. Park[21]의 청소년을 대상으로 한 연구에서 학업문제, 부모와의 갈등, 친구불화, 경제적 곤란의 순으로 스트레스를 받고 있다고 하였고, Kim 등[7]은 고등학생을 대상으로 한 정신건강 실태조사에서 89%가 한 가지 이상의 적응상의 곤란을 갖고 있으며, 공부문제, 부모갈등, 형제갈등, 가정경제문제, 신체적 불편 등을 스트레스 요인으로 지적하고 있다.

로지스틱 회귀분석 결과 고위험스트레스 군에 속할 교차비는 교우관계가 좋다는 군보다 좋지 않다는 군에서, 학교생활에 만족한다는 군보다 만족하지 못한다는 군에서, 형제자매가 있다는 군보다 없다는 군에서, 가정생활에 만족한다는 군보다 만족하지 못한다는 군에서 유의하게 증가하였다. Lee와 Cho[16]도 스트레스에 대한 위험비는 학교성적이 높은 군, 학교생활만족도가 낮은 군, 건강상태가 좋지 않다고 생각하는 군에서 높게 나타났다고 보고하여 본 연구결과를 뒷받침하고 있으며, Kim과 Lim[22]는 가정 분위기가 화목하지 못한 가정의 청소년들이 스트레스를 높게 인지한다고 보고하여 가정생활의 만족도가 스트레스와 관련성이 높음을 시사하고 있다.

단계별 다중회귀분석 결과 사회심리적 스트레스 수준에 영향을 미치는 요인으로는 학교생활만족도, 교우관계,

형제자매유무 및 가정생활만족도가 유의한 변수로 선정되었다. Lee와 Cho[23]도 고등학생을 대상으로 한 연구에서 스트레스에 영향을 미치는 요인으로 학교생활만족도, 가정생활만족도, 교우관계 등을 지적하고 있으며, We[24]는 학교생활만족도와 친구요인이 스트레스에 영향을 주는 요인이며, 가족의 의사소통과 애착 형성이 스트레스의 주요 변수라고 하였다. 한편, 직장인을 대상으로 한 Chang 등[17]은 음주와 자아존중감이 스트레스와 유의한 관련성이 있으며, 자신에 대해 긍정적이고 높은 자존심을 갖는 사람일수록 스트레스를 덜 받는다고 하였다.

다중회귀분석 결과 정신적 건강도와 사회 심리적 요인에 영향을 미치는 주요 변수로는 교우관계, 학교생활만족도 및 가정생활만족도 등이 관련되어 있는 것으로 파악되었다. 따라서 가정생활과 학교생활이 아직 인지적으로나 정서적으로 성숙되지 못한 단계에 있으면서 여러 가지 적응상의 어려움을 겪게 되는 학생들에게는 가정과 학교의 역할이 무엇보다도 중요하다고 생각된다. 특히 가정은 사람이 태어나서 최초로 경험하는 사회 집단으로서 청소년이 받는 스트레스와 신체, 심리, 사회적 적응상의 어려움에 대처할 수 있는 자원으로서 중요하다. 가족의 지지에 따른 가정생활의 만족은 청소년의 정서발달, 사회화, 인격형성에 긍정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 적응행위, 건강실천행위 등에서도 중요한 영향요인으로 알려져 있다[24]. 학교 또한 현재 입시위주의 과도한 학업수행, 친구와의 관계, 교사와의 관계 등에서 오는 스트레스가 가중될 경우 학교생활에의 부적응현상이 나타나게 되고, 피로감, 고민, 불안 및 심신의 부조화 등으로 학생들의 정신적 건강이 피폐되기 쉬운 환경이 되고 있다. 따라서 학생들이 학교생활에 만족할 수 있는 학교환경을 조성하여 학생들의 신체적 및 정신적 건강을 보호하고 증진시키기 위한 노력이 필요하다고 본다.

본 연구는 연구 대상을 대전지역의 일부 학생들로 국한하였기 때문에 이를 우리나라 전체 고등학생에게 일반화시키기에는 다소 무리한 부분이 있을 수 있다. 또한 본 연구는 단면연구이기 때문에 영향요인을 규명하기에 불충분한 점이 있다. 그러나 본 연구결과는 향후 학생들의 스트레스에 관한 변인을 도출하거나 스트레스를 경감시키는 프로그램 개발에 관한 연구 등에 기초자료가 될 수 있을 것으로 기대된다.

Reference

[1] Lee KS, Ha YS, Kom MJ, Noh CH, Yang S, Lee JS, Lim YS. Psychiatric mental health nursing. Seoul,

Hyunmoon, 2000.

- [2] Ikeda J, Yoneyama K, Shishioka I. Dietary habits, lifestyle and physical condition of junior high school students. *Japanese J of Public health*, 45(12):1099-1114, 1998.
- [3] Kang SK. A qualitative study of social network intervention for young adults with mental illness. *Mental Health Soc Work*, 13:121-139, 2002.
- [4] Kim EH. A research on self-esteem and mental health of high school student-comparison academic high school with vocational high school. Graduate School of Korea University, Master's Thesis, 2000.
- [5] Kang SH, Moon ES, Cha MY. The structural relationships among life event stress, social support, depression and suicidal ideation: a comparison of boy and girl high school students. *The Korean J of Educational Psychology*, 25(2): 277-293, 2011.
- [6] Kazdin AE. Adolescents mental health; prevention and treatment programs. *American Psychologist*, 48:127-141, 1993.
- [7] Kim KI, Won HT, Kim LY, Kim MJ. A Mental Health Survey among High School Students in Seoul(II). Findings From Mass Survey. *Mental Health*, Hanyang University, p41-50, 1983.
- [8] Oh WS. A study on the correlation between perception of family environment and mental health of boy's high school students. Graduate School of Kyungpook National University, Master's Thesis, 1992.
- [9] Lee JK. A Study on relationship between parental between bring-up manner and mental health of middle school. Graduate School of Education Wosuk University, Master's Thesis, 1996.
- [10] Suh SR, Kim JB. Perceived Family Support and Mental Health of Middle school students. *J of Korean Soc. of School Health*, 15(2):219-232, 2002.
- [11] Goldberg D. Manual of the General Health Questionnaire. Nfer-Nelson, 1978
- [12] Chang SJ. Standardization of collection and measurement of health statistics data. *The Korean Society for Preventive Medicine*. Seoul, p92-143, 2000.
- [13] Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York, Springer, 1984.
- [14] McDowell I, Newell C. Measuring health: A guide to rating scales and questionnaires. Oxford University Press, New York, 2nd edition, 1996
- [15] Lee JY, Song IS, Jeong YJ, Cho YC. A Study on the Stress and Fatigue Symptoms of High School Students according to the Life Styles. *J of Korean Soc. of School*

- Health, 16(1):9-21, 2003.
- [16] Lee HJ, Cho YC. Psychosocial Distress and its Related Factors among High School Students in Daejeon City. J of Korean Soc. of School Health, 20(2):91-102, 2007.
- [17] Kim DH, Kim HD. Stress-related Socio-demographic Factors and Life Style on Male White Collar Workers. J of Korean Society for Health Education and Promotion, 19(2): 45-55, 2002.
- [18] Chang SJ, Koh SB, Kang MG, Cha BS, Park JK, Hyun SJ, Park JH, Kim SA, Kang DM, Chang SS, Lee KJ, Ha EH, Woo JM, Cho JJ, Kim HS, Park JS. Epidemiology of psychosocial distress in Korean employees. Korean J Prev Med, 38(1):25-37, 2005.
- [19] Lee YS, Kim KH, Cho YC. Relationships between mental health and psychosocial factors with single-child high school students in an urban city of Korea. Korean J Prev Med Public Health, 39(5):419-426, 2006.
- [20] Song IS. Influence of life style to the mental and physical health status of middle and high school students. Doctor's thesis, Graduate School of Chungnam National University, 2002.
- [21] Park CW. Life events in School Adolescents with Psychiatric Disorders. J of Korean Neuropsychiatric Association 21(4):587-594, 1982.
- [22] Kim JS, Lim YM. Relationship among Perceived Stress, Coping Behaviors, and Depression of High School Students. J of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing 11(1): 19-32, 2002.
- [23] Wie H. A Study on the Factors Affecting the Stress for Adolescents. J of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing 14(2):129-138, 2005.
- [24] Pratt L. The relationships of socioeconomic status to health. Am J of Pubic Health, 281-291, 1971.

조 영 채(Young-Chae Cho)

[정회원]



- 1980년 2월 : 서울대학교 보건대학원 (보건학석사)
- 1991년 2월 : 충남대학교 대학원 (수의학박사)
- 1990년 2월 ~ 현재 : 충남대학교 의학전문대학원 예방의학교실 교수

<관심분야>

환경 및 산업보건, 건강관리

신 은 숙(Eun-Sook Shin)

[정회원]



- 2004년 2월 : 충남대학교 보건대학원 (보건학석사)
- 2007년 8월 : 충남대학교 대학원 (보건학박사)
- 2010년 3월 ~ 현재 : 중부대학교 보건행정학과 전임강사

<관심분야>

보건행정, 병원관리, 의무기록