

한 남녀중학교 3학년 학생들의 행태와 가족관계 정도가 정신건강에 미치는 영향

최은희, 남은우*, 윤세영**

/ 연세대학교 보건행정학과, *연세대학교 건강도시연구센터장, **평원중학교 보건교사·원주

목적 : 청소년의 행태와 가족관계가 정신건강에 미치는 영향을 분석하여 중학생의 학교내외 생활지도 및 정신건강을 위한 프로그램 개발에 필요한 기본 정보를 제공하고자 함.

조사방법 : 원주의 한 남녀공학 중학교 3학년을 대상으로 2008년 11월 25일부터 12월 11일까지 설문조사를 실시함. 총 454명의 중학교 3학년 학생 중 377명이 조사에 참여하였음. 척도는 신체증상, 식사장해, 우울감, 대인관계, 무력감, 충동성 등 정신건강에 관한 6척도와 31개 항목으로 구성됨. 통계분석은 독립변수인 행태변수와 가족관계 변수를 교차분석을 시행하였고, 변수간의 평균간 차이검증은 t-test와 ANOVA를 시행하였고, 정신건강 관련요인 규명을 위하여 회귀분석을 실시함.

결과 : 성별에 따라 아침에 상쾌하게 눈이 떠지는지, 취침시각, 공부시간, 핸드폰 유무, 다이어트 경험, 운동 횟수, 취미여부가 통계적으로 유의하였음. 가족구성인원 변수에 따라 가족에게 고민상담, 집안 일 돕기가 통계적으로 유의하였음. 종속변수인 정신건강과 통계적으로 유의한 변수는 가족과 고민상담, 가족과 식사, 아침에 상쾌하게 눈이 떠지는지, 아침식사여부, 공부시간, 운동 횟수였음. 가족과 식사를 하는 학생들이 그렇지 않은 학생들보다, 그리고 12시 이전에 취침하는 학생들이 12시 이후에 취침하는 학생들보다 정신건강이 좋은 것으로 나타남.

토의 및 결론 : 중학생들의 정신건강 지도를 위해서는 행태변수와 가족관계 변수를 고려하는 것이 필요한 것으로 나타났음.