

스트레스에 대한 적응과정이나 방법등으로 이루어졌다.

최근에 와서 인간생활에 대한 환경의 역할이 강조되면서 스트레스에 대한 연구도 인간과 환경의 상호작용의 관점에서 이루어지게 되었다. 이에 따라 가족학 분야에서도 가족의 문제를 사회현상을 파악하는 내용으로 이해하고자 한 입장에서, 가족의 특성이나 이와 관련된 여러 변수들과 가족스트레스와의 관계를 밝히려는 연구가 이루어지고 있다.

인간은 가족이라는 공동체속에서 생활하면서 가족원끼리 서로 영향을 주고 받으며 성장·발달하고 있고, 가정은 사회와 상호작용하고 있으므로 가족원이 느끼는 스트레스는 가정생활과 사회현상을 살펴 볼 수 있는 내용의 하나라고 볼 수 있다. 여기서 가족스트레스란 가정이라는 場에서 가족생활 변화에 의해 야기되는 긴장이나 위험이며 가족원에 의해 인지되는 곤란정도 및 정서반응이라고 규정할 수 있다(정민자 1983, p7).

가족스트레스를 야기시키는 가족생활사건은 생활의 변화와 이에 대한 적응이 요구되는 가정내의 긍정적 부정적인 모든 사건을 말한다. 그러나 생활사건을 경험할 수 있는 배경이나 상황 등이 모든 가족에게 보편적으로 동일하게 존재하고, 작용한다 하더라도, 각 가족마다 이로 인해 느끼는 스트레스의 정도와 적응의 내용에는 차이가 있을 수 있다. 따라서 가족스트레스를 연구한 학자들은 가족자원의 양에 주목하면서 생활사건과 가족자원은 가족스트레스의 수준과 적응내용에 영향을 미친다는 이론을 전개·발전시켜 나갔다.

우리나라에서 가족스트레스에 대한 연구는 최근 3~4년전부터 사회학이나 가정학분야에서 시작되었으나, 가족스트레스를 이해하기에는 아직 질적·양적으로 미흡한 실정이다. 가족스트레스를 오늘날 우리의 가정생활을 파악하기 위한 하나의 척도로 본다면 가족스트레스에 대한 올바른 인식과 이해는 더욱 요구되고 있고, 이에 따라 가족스트레스 연구도 확대·발전시켜 나가야 할 필요성이 있다.

한편, 현재 우리나라에서 대학진학에 대한 교육풍토와 이로 인한 과도한 입시경쟁 등의 교육실태는 수험생 자신뿐만 아니라 수험생의 부모들에게도 직

접·간접적으로 불안과 긴장을 일으키게 하고 있다. 특히 수험생의 어머니는 전통적인 자녀양육의 입장에서 수험생자녀와 관계된 생활사건으로 인한 스트레스를 경험하게 된다. 가족생활주기중 이 자녀교육기 단계에서 갖는 수험생자녀에 대한 역할과업수행의 문제와 예견할 수 있는 생활사건등은 우리 가족이나 사회가 갖고 있는 특징적인 스트레스 요인중의 하나이다. 따라서 이같은 스트레스에 대해 그 요인을 분석하고 내용을 파악하는 일은 우리 사회의 가족스트레스의 일면을 이해하게 되는 일이다. 그러므로 본 연구에서는 이러한 배경하에 가족스트레스에 대한 전반적인 이해를 돕고, 앞으로 가정학이나 가족사회학 분야에서 전개해 나갈 가족스트레스의 연구에 부분적으로나마 도움을 줄 수 있는 기초자료를 제공하고자 하는데에 연구의 목적을 두었다.

II. 이론적 배경

1. 가족스트레스에 대한 제(諸)이론

스트레스의 연구가 여러 학문분야에서 이루어지면서 가족의 위기나 긴장을 다루는 가족병리학이나 가족사회학에서도 스트레스의 개념을 사용하게 되었다.

Hill(1958)은 스트레스원(源)을 가족체계에 변화를 일으키는 중요한 생활사건과 동일하게 보고 스트레스원에 의해 발생된 긴장에 대한 가족의 반응상태를 가족스트레스라 규정했다. 즉 가족이 가족원간의 상호의존적인 작용을 하는 복합적인 조직이라는 점에서 하나의 체제로 간주되었을 때, 문제가 되는 스트레스원과 과정, 상황, 반응상태등을 개개인의 문제로 본 것이 아니라 가족원들의 상호작용과 가족구조 안에서의 관점으로 가족이라는 장(場)에서 스트레스를 파악한 것이다.

따라서 가족스트레스 연구는 기본적으로 가족의 스트레스 상황과 정도, 가족이 어떤 자원으로 어떻게 대처하고 행동하는가 하는 과정등을 분석하여 가족의 어려움을 해결하고자 한 것이다.

가족스트레스에 대한 연구는 Hill이 가족위기 또는

- A(스트레스 요인이 되는 사건, 혹은 거기에 수반되는 곤란성)
 → B(가족의 적응능력, 응집성, 과거에 위기를 극복한 경험)
 → C(사건에 대한 가족의 지각과 판단)
 → X(가족 스트레스 혹은 위기 상황)

그림 1. Hill의 ABCX 모델.

스트레스 상황발생의 인과모델로 위기상황을 구조적으로 파악하는 ABCX모델을 제시하면서 가족스트레스 이론형성에 직접적 기초를 이루었다. McCubbin(1980)은, 이 모델에 의하면, 생활사건과 이에 관련된 변화량은 가족체계내의 위기에 영향을 미치며 변화에 대한 가족의 판단, 가족 적응력과 관련되는 스트레스에 대한 가족의 응집력, 내적인 조직 또한 가족스트레스에 영향을 미친다고 하였다.

한편 Burr(1973)는 Hill의 ABCX모델을 수정하여 새로운 첨가요소인 취약성과 재생력의 개념을 도입함으로써 이후 가족스트레스의 연구와 이론의 설립에 자극을 주었다(McCubbin, Cauble, Comeau and Patterson 1980, p127~131). Burr의 모델을 보면 스트레스를 주는 사건은 가족의 위기와 관계되고, 가족의 취약성(가족자원의 감소, 결핍, 장애 등)은 가족에 있어서 위기의 양에 영향을 미친다. 또한 변화의 심각성에 대해 내리는 가족의 정의는 위기에 대한 가족의 취약성에 영향을 미치며 재생력은 스

트레스 사건으로부터 초래된 위기로부터 회복하기 위한 가족체계의 다양한 능력을 말해준다(김양희 1987, p8).

McCubbin과 Cauble, Patterson(1982)은 Hill의 연구를 계승해서 Double ABCX모델을 설정하였다. 이 모델에서는 가족의 스트레스에 대한 적응의 면을 중시하였고, 위기예방과 적응의 일부로서 자원과, 위기를 조절하는 수단으로서의 대처의 중요성을 강조하였다. 따라서 자원과 대처는 어떤 가족이 더 위기에 적응할 수 있는가를 예견하는데 중요한 변수로 작용한다고 하였다(McCubbin & Patterson 1983, p 16).

또한 이 이론은 Hill의 ABC 요인을 전위기 요인으로 하고 ABC 상호관계에 의해 생긴 위기에 대해서 가족이 적응 또는 부적응해 가는 과정을 후위기단계로 하여, 후자의 대처적응과정에도 전위기의 ABC와 비슷한 세요인이 작용한다고 하였다(McCubbin, Cauble and Patterson 1982, p46).

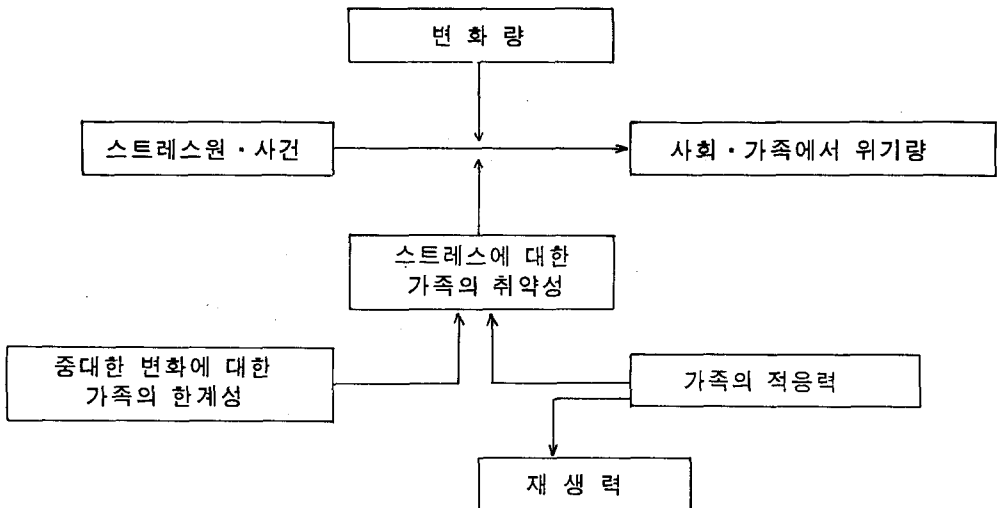


그림 2. Burr의 가족스트레스 모델.

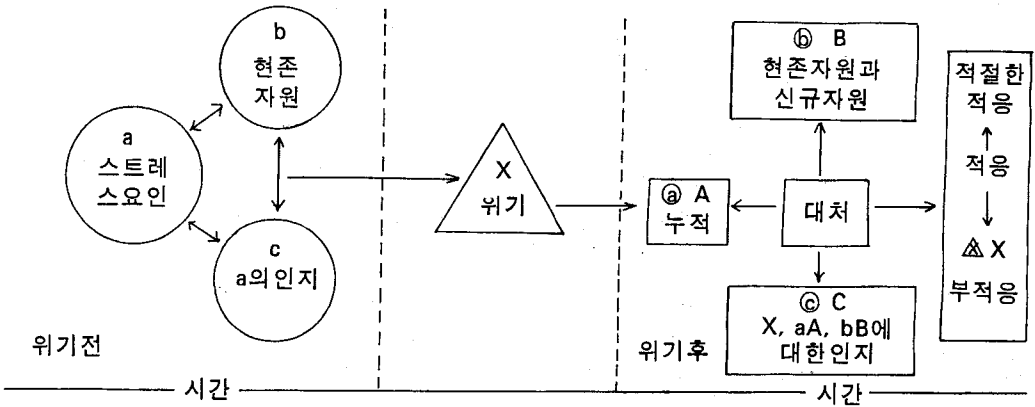


그림 3. McCubbin의 Double ABCX 가족스트레스 모델.

가족 사회학자들은 같은 사건에 직면하는 가족이 그 상황에 적응하려는 능력에서 왜 차이가 나는지 이해하기 위하여 주로 비규범적이나 상황적 스트레스요인에 관심을 갖고 연구하면서 가족스트레스 이론을 형성시켜 왔고 이러한 관심과 노력은 가족원간 상호관련성의 의미에서 가족을 이해하는데도 도움을 주게 되어 가족스트레스 이론을 형성하기에 이르렀다.

2. 가족스트레스원(源)

인간과 환경사이의 관계에서 스트레스원이라는 것은 개인이나 가족의 내외적인 환경 및 사회심리적인 환경으로부터 발생한다. 생활환경에서 일어나고 있는 모든 일들은 어느 정도 개인이나 가족에게 스트레스를 느끼게 하므로 생활환경에서 일어나는 생활사건 자체를 스트레스원으로 간주한 연구들이 1960년대 이후부터 활발히 진행되어 왔다(선일선 1981, p3).

생활사건이란 바람직한 것이든 바람직 하지 않은 것이든간에 적응을 요구하는 생활의 변화를 의미하며, 생활사건의 변화가 생기게 되면 여러가지 신체적 증상과 정서상태의 변화가 초래되고 실제로 심한 생활의 변화는 적응을 어렵게 만들어 스트레스를 낳게 한다.

이와 같이 스트레스 생활사건의 개념은 일상생활의 한 부분으로 변화의 원인이 되며 적응이 요구되는

평범한 사건임을 알 수 있으므로 가족스트레스원이란 가족스트레스를 일으키는 즉 환경적 요구와 이러한 요구에 접하는 가족원의 능력사이에서 느껴지는 불균형상태의 요인으로 보고있다. 그러므로 가족스트레스원이란 가족이 해결하기 어려운 문제나 변화, 조건 등을 말하는 것이다.

McCubbin과 그의 동료들(1980)은 가족스트레스를 측정하기 위하여 가족스트레스원으로 느껴지는 일상생활사건을 비통례적사건(Non-normative Events)과 통례적사건(Normative Events)으로 나누기도 하였다.

비통례적 사건이란 예기치 못했던 사건으로서 전쟁, 가족원 상실, 전근가족, 맞벌이 부부가족, 가족내 폭력, 아동학대 및 방임, 실직 및 경제적 곤란, 만성 장애아의 가족에 대한 연구등이 비통례적 사건과 관계되어 이루어졌다.

통례적 사건은 비통례적 사건과 달리 그 사건이 대부분 누구에게나 일어난다는 보편성과 가족생활 주기중 어떤 계획된 지점에서 언제 변화가 일어날 것이라고 예측되는 기대성 및 고질적이 아닌 단기성의 특징을 가지고 있다. 이러한 통례적 사건으로는 청소년기 자녀의 독립, 직업은퇴, 배우자와의 사별 노후의 시설입소 등이 있고, 연구내용으로는 가족 생활주기의 내용에서 비롯되는 사건들에 대해 체계적인 관심을 부여한 연구, 스트레스원으로서 이들의 변천을 조사한 연구등이 있다. 일반적으로 통례적

사건에 관한 연구는 최근에 경험한 대상을 이용하여 그 사건 또는 변화의 중요성과 관련된 역할변화와 적응의 정도에 관하여 행해졌다.

3. 가족자원

자원이란 가족체계의 목표나 요구를 달성하는 수단이 되고 모든 문제해결에 필요한 잠재력을 가진 요인이다(Deacon and Firebaugh 1988, p52).

가족스트레스 연구자들은 스트레스상황에 가족이 어떻게 대처하는가에 대해 연구하면서 가족자원의 중요성을 주시했다. 가족자원이란 가족구성원, 가족요소, 지역사회심리·사회 상호간의 어떤 특성으로 가족내 긴장을 감소시키고 갈등을 조절하며 스트레스 상황하에서 적응에 요구되는 역할을 한다(Skinner 1983, p9).

그러나 같은 자원이라 하더라도 가족원들이 어떻게 인지하고 평가하느냐에 따라 질적으로 다른 자원의 자원을 구성하게 된다. 이들 자원은 심리적 사회적 인간관계 및 물질적인 여러 특성등을 갖고 있는데, 여기에는 개인적 자원, 가족체계로서 갖는 자원, 사회적 관계를 통하여 갖는 지지등이 있다(정민자 1983, p27). McCubbin과 그의 동료들(1983)은 가족 개개인의 심리적 상태, 주관적 인지를 중요시하여 개인의 내적 동기 정서상태 인식을 통하여 가족자원을 설명하였고 사회 심리학적인 가족자원을 개인적 자원, 가족체계의 내적 자원, 사회적 지지로 구성하였다.

가족원의 개인적 자원은 잠재적이고 유용성이 있는 것으로 가정관리능력, 자립능력, 여러가지 인지능력, 재정, 스트레스의 인지와 문제해결 기능을 할 수 있는 교육, 건강, 심리적 자원(개인성격)등이 있다고 하였다(McCubbin Wilson & Patterson 1979). Pearlin & Schooler(1978)는 경제적 문제나 작업상 스트레스등 긴장에 직면했을 때 심리적 자원이 가장 유효하게 작용한다는 것을 발견하였다. 또한 개인적 자원중 인지의 중요성도 최근 연구에서 많이 다루어지고 있는데 가족의 스트레스원에 대한 인지는 가족이 그로부터 벗어나서 적응하는데 중요한 구성요소가 된다.

가족체계 자원은 가족조직의 내부자원을 말하는

것으로, 가족의 적응력 통합성 일치정도등의 가족 행동특성 및 가족원들간의 의사결정, 문제해결력, 개방된 의사소통등이 있다. 가족이 일상생활에서 일관성과 통일성 있는 상호관계를 이루어 나가면 가족원은 가족에 대한 애착과 소속감을 느껴 정서적 안정을 얻게된다. 즉 가족체계 자원이 풍부하면 바람직한 가족관계와 가족환경을 형성하게 되므로 가족 갈등이나 가족스트레스를 적게 느끼게 될 것이다.

또한 사회적 지지 자원은 사회적 교제를 통한 지지로서 친구관계 이웃, 지역사회, 사회기관의 보조 등에서 받는 자원을 말한다. 개인이나 가족이 스트레스원을 경험할 때 친구, 이웃, 친척, 직장동료들은 문제해결자원, 대응자원으로 활용되어 의지할 수 있는 중요한 자원이 될 수 있다. Cobb(1979)은 사회적 지지는 위기에 대처하고 변화에 적응하도록 도와주는 역할을 한다고 하였으며, Kaplan(1979)은 적절한 사회적 지지는 스트레스 상황에 노출된 개인의 심리적 상태로 부터 개인을 보호하는 중재 역할을 한다고 하였다.

한편, 가족의 경제적 자원은 물질적 차원에서 가족의 외부환경을 풍부하게 하고 가족의 요구를 용이하게 해결해 줄 수 있다는 점에서 가족자원의 하나로 볼 수 있다. McCubbin과 그의 동료들(1982)은 가족자원을 가족자부심과 커뮤니케이션, 가족건강과 성취성, 친척과의 교류, 경제적 중요감의 4가지로 구성하기도 하였다.

이로써 가족자원을 많이 소유하고 있는 가족은 스트레스를 받아도 상황에 잘 적응할 것임을 예측할 수 있다.

4. 대처와 적응방법

대처란 스트레스에 적응하는 전략이라고 말할 수 있으며 가족대처란 가족내 스트레스를 제거하고 상황에 대한 장애를 처리해서 긴장을 해결할 수 있는 가족이 소유하는 자원의 차원으로 볼 수 있다(Skinner 1983, p11). 또한 가족적응을 용이하게끔 사회적 심리적 물질적 자원을 획득하거나 개발하는 등 가족원의 행동적 반응을 가르키기도 한다(McCubbin의 1980, p135).

가족이 스트레스에 대해 어떻게 대처하는가에 대

한 이해는 생활을 변화시키는 스트레스원의 심각성이나 빈도를 이해하는 것 만큼 중요하다. Skinner (1983)에 의하면 대처는 첫째, 스트레스에 대한 가족의 취약성을 감소시키고 둘째 가족을 보호하는 가족체계 자원들(응집력, 적응력, 조직력등)을 강화·유지시키며, 세째, 위험한 사건과 이에 따른 고난들을 감소하거나 제거시키고, 네째, 사회적 환경을 변화시키기 위한 행동을 적극적으로 행함으로써 환경에 영향을 준다고 한다.

대처와 적응이라는 개념은 인간의 요구나 문제를 잘 처리해 나갈 수 있게 하는 면에서 유사하게 사용되고 있으나 대처는 적응을 촉진하게끔 하는 위기에 대한 예방적인 의미, 자원의 의미로 볼 수 있고, 적응은 초래된 변화나 위기를 조절하는 사후개념으로 볼 수 있다.

스트레스에 처하는 상황이 많아질 수록 이를 효율적으로 처리하는 적응행동과 방법의 중요성은 더욱 그 인식이 높아지고 있다. 적응행동이란 특정 상황아래서 스트레스를 해결하기 위한 구체적인 행동이며, 적응방법은 문제해결에 있어서 어떤 유형을 선호하고 택하는가 하는 것이다.

스트레스원에 대한 대처나 적응은 자극에 대해 나타내는 반응의 개념으로 이해되어 적응행동 방법에 대한 연구로 이어졌다. 스트레스를 주는 여러가지 생활사건들에 대해 효율적인 방법으로 적응한다면 그 개인은 정서적 안정과 문제해결 능력을 얻을 수 있고 불완전하고 부적절한 방법으로 적응한다면 심리적 기능에 장애가 나타나기 쉽다. Holmes와 Rahe (1967)는 스트레스 강화에 따라 반응이 변화된다고 했으며 생활변화에 적응할 때 부적절한 적응방법은 질병이 나타날 가능성이 높다고 하였다.

Lazarus & Launier(1978)에 의하면 적응행동은 문제해결 접근방법과 감정조절방법으로 분류할 수 있는데, 전자는 문제 또는 스트레스 상황 자체를 다루려고 하는 것이고, 후자는 감정을 상황에 맞추어 조절하려고 하는 것이라 하였다. 또한 Bell(1977)은 스트레스에 직면한 개인은 정신평형과 안정을 유지하기 위해 적응방법을 사용한다고 하면서, 적응방법을 두범주로 나누어 스트레스에 대처하는데 건설적이고 현실적인 방법으로 장기기간동안 효과적으로

스트레스를 해소하는 것을 장기적응방법이라 하였고, 일시적으로 스트레스를 감소시키는 비현실적이고 파괴적인 방법을 단기적응방법이라 하였다.

가족적응은 가족이 스트레스 상황에 어떻게 대처하여 가족의 생활양상과 환경과의 균형을 유지시킬 수 있도록 하는가를 말한다. 스트레스에 의해 야기되는 변화는 바람직한 가족적응이라는 과정을 통하여 가족원의 성장·발달과 가족체계의 균형이 이루어 질 수 있도록 조정되어야 한다. 따라서 스트레스 상황에 대해서는 문제를 건설적으로 해결하는 적응방법을 택하는 것이 바람직하다고 하겠다.

III. 연구방법 및 절차

1. 연구모형의 구성 및 연구문제와 설정

가족의 생활사건의 변화량을 스트레스의 양으로 측정할 일련의 연구에서는 일상생활사건의 내용을 몇개의 하위척도로 묶어 구성하기도 했으나, 본 연구모형에서는 연구대상과 내용의 특성상 하나의 하위 변인인 자녀와의 긴장도만을 택하여 구성하였다. 즉 대입수험생 자녀의 어머니가 경험하는 생활사건중에서 수험생자녀와 관계되어 일어날 수 있는 생활사건의 경험수와 그 심각도를 스트레스 변인으로 한정하여 구성하였다.

가족자원 변인은 가족이 일상생활중 스트레스를 느끼고 이에 적응하는 과정에 영향을 미치는 요인으로서, 그 내용은 개인 심리적 자원, 가족체계 자원, 사회적 지지자원, 경제적 자원으로 구성하였다.

한편 개인이 스트레스에 대해 적응하는 방법은 그가 느끼는 스트레스의 정도와 가족자원의 양에 따라 차이가 있을 것으로 사료되어 그 방법을 단기 적응방법과 장기적응방법으로 나누어 살펴보았다.

따라서 변인들간의 관계를 파악하기 위하여 본 연구에서는 연구대상자의 인구사회학적 변인에 따라 스트레스정도, 가족자원, 적응방법에 차이가 있을 것인가, 가족자원은 연구대상자의 스트레스정도와 어떤 관계가 있는가, 연구대상자의 스트레스정도에 따라 그 적응방법의 사용정도간에는 차이가 있을 것인가, 연구대상자의 가족자원정도에 따라 스트레

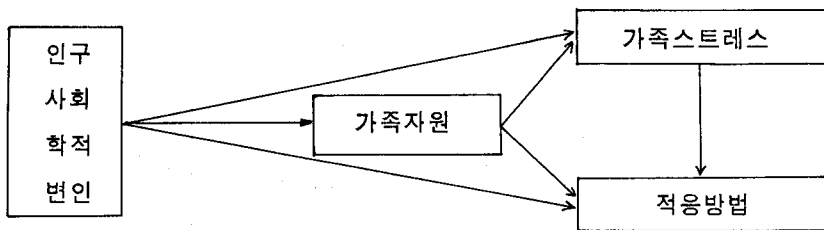


그림 4. 가족스트레스 정도, 가족자원, 적응방법에 대한 본 연구모형.

스에 대한 적응방법의 사용간에는 차이가 있을 것 인가를 살펴 보고자 한다.

2. 척도의 구성

가족스트레스를 측정하기 위한 도구는 일상생활 사건을 경험한 수와 경험한 사건의 심각성에 대한 주관적인지도를 합하여 구성한 것이다. McCubbin, Willson & Patterson(1979)의 FILE(Family Inventory of Life Events and Changes)중 연구대상자의 특성에 따라 부모자녀간 긴장에 해당되는 문항만을 골라 11개로 한정하여 수정, 작성하였다.

가족자원을 측정하기 위한 도구로는 McCubbin, Comeau & Harkins(1983)에 의하여 만들어진 FIRM(The Family Inventory of Resources for Management)을 수정·보완하여 사용하였다. 이 FIRM을 기초로 본 연구에서는 가족자원을 개인심리적 자원, 가족체계 자원, 사회적 지지 자원, 경제적 자원의 하위척도로 구성하였다. 스트레스에 대한 적응방법을 측정하기 위하여 Bell(1977)의 18-item Questionnaire를 사용하였다. 이 척도는 개인이 스트레스에 직면했을 때 이를 감소 또는 제거하기 위하여 시도하는 적응방법을 단기적응방법과 장기적응방법의 두 범주로 나누어 구성한 것이다.

3. 자료의 수집 및 분석방법

조사대상자는 우리나라 서울 시내에 거주하는 인문계 고등학교 3학년 대입수험생 자녀의 어머니로 하였고, 조사는 1988년 8월 22일부터 8월 27일 사이에 실시되었으며 표본추출은 거주지역간 소득정도를 고려하여 남녀 3학교씩 임의로 표본을 정하였다. 배부된 질문지는 한 학급당 60부씩 총 360부(60부×6

학급)이었으나 308부(85.56%)가 회수되었으며, 부실 기재 질문지를 제외하고 292부(81.11%)가 분석을 위해 사용되었다.

분석방법으로는 빈도와 백분율, F검증, t검증, Pearson의 적률상관계수의 방법을 사용하였으며 통계 처리는 SPSS프로그램을 이용하여 실시하였다.

4. 연구대상자의 일반적 특성

본 연구대상자의 일반적 특성은 다음과 같다(표 1).

IV. 연구결과 및 해석

1. 가족대상자의 인구사회학적 변인과 가족스트레스정도, 가족자원, 적응방법과의 관계

연구대상자의 일반적 특성인 인구사회학적 변인과 가족스트레스 정도 가족자원 장·단기 적응방법과의 관계를 변량분석한 결과는 다음 표 2와 같다.

위의 결과를 통하여 인구사회학적 변인과 가족스트레스와의 관계를 살펴보면 전체 스트레스의 정도는 자녀의 학급성적순위 변인만에서 유의한 평균차를 보였다. 학업과 대인관계 스트레스에서 집단간 유의한 평균의 차를 보인 변인은 역시 학급성적순위였고 건강에 대한 스트레스에서 집단간 유의한 평균차를 보인 변인은 수험생자녀의 성별이었다.

일반적 특성과 개인의 스트레스 수준과의 관계를 파악한 선행연구를 살펴보면 김윤주(1977), 최태진(1981), 김정옥(1988)은 연령에 따라 스트레스 수준에 차이가 난다고 하였으나, 김영규(1980), 장병옥(1985)은 유의한 차이가 없다고 하였다. 교육수준

표 1. 조사대상자의 일반적 사항

변 인	구 분	백분율(빈도)	변 인	구 분	백분율(빈도)
연 령	45세 이하	50.0(146)	가 구 월평균 소 득	30만원 미만	4.5(13)
	46~50세	34.2(100)		31~60만원	37.0(108)
	51~55세	13.4(39)		61~90만원	28.8(84)
	56~60세	2.1(6)		91~120만원	15.4(45)
	61세이상	0.3(1)		121만원 이상	14.4(42)
	계	100(292)		계	100(292)
자녀수	1인	2.4(7)	수험생 자 녀 형 제 순 위	첫째	45.9(134)
	2인	26.0(76)		둘째	25.7(75)
	3인	43.2(126)		세째	17.1(50)
	4인	21.2(62)		네째	9.2(27)
	5인이상	7.2(21)		다섯째이상	2.1(6)
	계	100(292)		계	100(292)
가 족 형 태	핵가족	87.0(254)	수험생 자 녀 학 급 성 적 순 위	1~10등	29.8(87)
	확대가족	13.0(38)		11~20등	24.3(71)
	계	100(292)		21~30등	17.8(52)
교 육 수 준	중졸이하	30.1(88)		31~40등	13.4(39)
	고 졸	43.5(127)		41~50등	8.6(25)
	전문대졸이상	26.4(77)		51등 이하	6.2(18)
	계	100(292)	계	100(292)	
취 업 유 무	있다	26.0(76)	가구주 직 업	기업주,고위관리	2.7(8)
	없다	74.0(216)		전문직,관리직	33.9(99)
	계	100(292)		사무직,기술직	20.2(59)
수험생 자 녀 성 별	딸 아들 계	53.4(156) 46.6(136) 100(292)		자영상공업...등	32.9(96)
				피고용기능공	6.2(18)
				단순노무자	2.4(7)
				무 직	1.7(5)
				계	100(292)

과는 장병욱(1985)은 집단간 스트레스 수준에 차이가 난다고 하였으나, 김윤주(1977), 정민자(1988), 송금순(1984), Jalowiec & Power(1981)는 차이가 없다고 보고하였고, 장병욱(1985)은 자녀수와 스트레스 수준과는 차이가 난다고 하였으나 김정옥·이광주(1988)는 차이가 있다고 하였다. 또한 장병욱(1985), Uhlenhuth(1974)는 사회경제적 지위나 소득수준과 스트레스 수준과는 무관하다고 하였으나, 정민자(1983), 김영규(1980), 김정옥·이광주(19

88), Bernard(1976), Dohrenwend(1973)는 이 두 변인간에 역의 관계가 있다고 하였다. 이상의 선행 연구결과의 일부를 통해 본 연구결과가 지지되고 있다.

인구사회학적 변인과 가족자원과의 관계를 살펴 보면, 전체 가족자원의 정도에 집단간 유의한 평균 차이를 보인 변인은 연구대상자의 교육수준, 가구 소득, 직업유무, 자녀성적순위, 가구주직업이었다. 교육수준이 높은 집단일수록, 가구의 소득이 높은

표 2. 연구대상자의 인구사회학적 변인과 가족스트레스정도, 가족자원, 적응방법과의 변량분석 (F 또는 t값)

인구 사회학적변인	가 족 스 트 레 스			가 족 자 원				적 응 방 법			
	학 업	대인관계	진 강	전 체	개인심리적	가족체계	사회적지지	경제적	전 체	단 기	장 기
연 령	1.1969	0.6772	0.8527	1.4766	0.2715	0.2872	1.7956	2.0187	0.5413	0.6938	0.5344
자 녀 수	0.7185	0.3099	0.6431	0.7991	1.9074	0.9632	0.7837	1.7948	1.9292	1.0331	3.4725***
교 육 수 준	0.6967	0.7358	1.5229	0.8755	1.3331	2.7409*	1.6340	5.7008***	4.8408***	0.4713	3.9103***
가 구 소 득	1.2145	0.5197	1.6949	1.0505	1.6741	2.8091*	0.3830	13.4687***	6.4199***	0.7460	3.5591**
가 족 형 태	1.53	0.96	-0.63	0.93	1.01	0.26	1.16	0.45	1.00	-1.82	-0.18
취 업 여 부	-0.01	0.72	0.28	0.42	-1.78	-2.04	-1.88	-0.90	-2.73**	1.06	-0.63
자 녀 형 제 순 위	0.7754	0.7650	0.5048	0.7191	2.1173*	0.6480	1.5629	1.4588	1.7589	0.5173	1.2199
자 녀 성 별	-0.87	-0.48	3.90***	0.99	0.74	-0.09	0.10	1.52	0.76	1.17	0.52
자 녀 성 적 순 위	13.1413***	3.6155**	0.9138	6.2964***	3.6414**	6.0216***	0.7862	0.5340	4.1534**	2.0747	0.2216
가 구 주 직 업	0.9566	1.5800	0.6279	0.9506	3.2633**	2.2021*	1.4488	7.1325***	4.6235***	1.9419	3.3304**

*P<.05 **P<.01 ***P<.001

집단일수록, 직업이 없는 주부가, 성적순위에서는 상위집단일수록, 가구주의 직업은 상위로 갈수록 가족자원의 평균값이 높았다. 가족자원의 하위척도에 따라서 유의한 평균차이를 보인 변인은 개인심리적 자원에서 자녀형제순위, 성적순위, 가구주직업이었고, 가족체계 자원은 교육수준, 가구소득, 자녀 성적순위였으며 경제적 자원은 교육수준, 가구소득, 가구주직업변인이었다. 사회적 지지 자원에는 한 변인도 유의하게 나타나지 않았다.

정민자(1983)는 교육정도와 가족수입은 사회심리적 가족자원의 양에 높은 정적상관을 보이며 특히 가족 자부심과 커뮤니케이션, 경제적 풍요감의 하위가족자원에서 위 두 변인은 유의하게 상관되고 있다고 하였다.

본 연구결과에 의해서도 교육수준과 가구소득 변인은 가족의 사회경제적 지위를 나타내 줄 수 있는 가구주직업과 함께 가족체계 자원과 경제적 자원의 양을 설명할 수 있는 주요 공통변인이었으며, 전체 가족자원의 양에 있어서도 집단간 유의한 평균차이를 보여준다. 이로써 교육수준이 높을수록, 가구소득과 사회경제적 지위가 높을수록, 그 개인이나 가족은 가족자원을 많이 소유하고 있다고 할 수 있다.

단기적응방법과의 관계에서는 인구사회학적 변인 중 어느 한 변인도 유의한 집단간 평균차를 보이지 않았으나, 장기적응방법에 있어서는 자녀수, 교육수준, 가구소득, 가구주직업 변인에 따라 유의한 차를 보였다.

인구사회학적 변인과 스트레스 적응방법과의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면 장병욱(1985)은 교육수준이 높을수록, 자녀수가 적을수록, 종교가 있는 집단이, 사회경제적 지위가 높은 집단일 수록 적응방법을 사용하는 범위가 넓다고 하였고 연령이나 결혼생활 지속연수와는 유의한 차이가 없다고 하였다. 또한 김정옥·이광주(1988)는 적응방법에 유의한 영향을 미치는 변인으로 주부의 연령, 결혼생활 지속연수, 교육수준, 자녀수, 종교, 사회경제적 지위를 들었다. Bell(1977)은 장기적응방법은 연령에 있어서 집단간 차이가 나지 않았고 단기적응방법에서는 연령에 따라 집단간 유의한 차이가 없다고 보고 하였다. 한편, 적응방법상의 차이에 관한 연구에서,

표 3. 가족자원과 가족스트레스와의 상관관계

가족스트레스 가족자원	학업	대인관계	건강	전체
개인심리적 자원	-.0844	-.1594**	-.0346***	-.1268***
가족체계 자원	-.2642***	-.3908***	-.0095	-.3075***
사회적 지지 자원	-.0078	.0142	.1818***	.0806
경제적 자원	.0573	.0730	.1350*	.1190*
전체	-.1523**	-.2310***	.0939	-.1368**

*P<.05 **P<.01 ***P<.001

최영희(1982), 장병욱(1985), Pearlin과 Schooler (1978)는 효율적인 적응방법과 높은 교육수준과는 유의한 관련성을 갖는다고 하였고, 김영규(1980)는 성별연령별로는 장·단기적응방법상에 차이가 없고 사회계층별로는 장·단기적응방법에서 모두 상류계층일수록 이용정도가 높았다고 하였다.

이를 본 연구결과와 비교 고찰해 볼때 자녀수가 적을수록, 교육수준이 높을수록, 가구소득이 높을수록, 가구주직업에 따라 적응방법의 사용범위가 넓고 효율적인 장기적응방법을 많이 사용한다는 것은 위변인의 내용이 개인이 효과적으로 스트레스에 적응하는데 유용한 대안을 인식하기 쉽고 충고받을 수 있는 전문가나 친구를 가질 가능성을 설명해 주는 변인이기 때문이라고 볼 수 있다.

2. 가족자원과 스트레스 정도와의 상관관계

연구대상자의 가족자원과 그들이 수험생 자녀로부터 느끼는 스트레스 정도와의 상관관계를 살펴보면 표 3과 같다.

가족자원중 개인심리적 자원이 많을수록 스트레스를 적게 느끼고 있으며, 그중 대인관계에 관한 스트레스는 $p=.01$ 수준에서 유의하게 나타났다. 가족체계 자원은 이 자원이 많을수록 스트레스를 적게 느끼고 있었는데 이는 $p=.001$ 수준에서 유의하게 나타났다. 가족체계 자원은 학업, 대인관계 스트레스와 $p=.001$ 수준에서 유의하게 역의 상관관계를 보이고 있으나 건강 스트레스와는 유의하게 나타나지 않았다.

한편 사회적 지지자원이 많을수록 건강에 관한 스트레스를 많이 느끼고 있었고 경제적 자원이 많

을수록 전체 스트레스 그 중 특히 건강에 관한 스트레스와 정의 상관관계를 보이고 있다.

전체적으로 볼때 가족자원이 많을수록 스트레스를 적게 느끼고 있으며 개인심리적 자원과 가족체계자원이 많을수록 스트레스를 적게 느끼며 전체자원의 양은 건강스트레스를 제외하고 학업스트레스, 대인관계 스트레스, 전체스트레스 정도와 부적 상관관계를 보였다.

정민자(1983)은 가족자원과 가족스트레스는 의미 있는 부적 상관이 있으며 또한 가족스트레스는 가족자원의 하위자원들과 의미있게 관계되어 각 하위자원의 양이 적으면 가족스트레스는 높게 내재한다고 하였다. McCubbin과 그의 동료(1983)는 가족자원의 레퍼토리가 다양하고 사회 심리적 자원을 많이 소유하고 있는 가족은 스트레스를 받아도 그 상황에 잘 적응할 것이므로 결과적으로 스트레스로 덜 인지할 것이라 하였다.

위의 결과로써 가족자원을 풍부히 소유하고 있는 가족은 같은 생활사건으로 인한 스트레스원에 접했다 하더라도 스트레스로 덜 인지하고 잘 적응하기 때문에 결과적으로 스트레스를 적게 받는 것이라고 볼 수 있다.

3. 스트레스 정도와 적응방법과의 평균차이 검증

스트레스 정도와 스트레스에 대한 적응방법과의 관계를 파악하기 위하여 스트레스 정도가 높은 집단과 낮은 집단으로 나누고 두 집단간 적응방법에 대한 평균차 검증을 한 결과 표 4와 같이 나타났다. 스트레스 정도가 높은 집단은 낮은 집단보다 적응방법을 많이 사용하고 있으며 그 평균차이는 단

표 4. 가족스트레스 정도와 적응방법의 평균차 검증

적용방법	구분	단기적응방법			장기적응방법			T	df				
		N	M	SD	SE	T	df			N	M	SD	SE
가족스트레스	하	79	41.304	7.525	.847	T=-1.80	df=166	79	53.000	7.718	.868	T=-2.33*	df=168
	상	89	43.506	8.208	.870			91	55.823	8.823	.925		
대인관계	하	90	40.800	8.367	.882	T=-2.98*	df=159	90	53.833	7.301	.770	T=-.48	df=160
	상	71	44.634	7.776	.923			71	54.444	9.041	1.066		
건강	하	78	40.923	8.793	.996	T=-2.14*	df=148	78	53.577	7.957	.901	T=-1.35	df=147
	상	72	43.931	8.417	.992			71	55.211	6.738	.800		
전체	하	91	40.286	7.848	.823	T=-3.46***	df=170	90	53.144	7.531	.794	T=-1.91	df=170
	상	81	44.383	7.645	.849			82	55.512	8.738	.965		

*P<.05 **P<.01 ***P<.001

기적응방법 사용에서는 p=.001 수준에서 유의하게 나타났으나 장기적응방법은 유의한 차를 보이지 않았다.

전체적으로 스트레스를 많이 받고 있는 본 연구 대상의 집단은 적게 받고 있는 집단보다 적응방법을 많이 사용하고 있으며, 그 방법은 장기적응방법보다 단기적응방법에서 사용빈도의 차이가 의미있게 나타났으므로 스트레스 정도가 높은 집단일수록 단기적응방법을 많이 사용하고 있다고 볼 수 있다.

박미영(1985)은 스트레스에 대한 장기적응방법의 수가 많을수록 신체 및 정신건강지수가 높게 나타났다고 하였고, 고성희(1978)는 정서적 장애가 있는 집단은 건강한 집단보다 단기적응방법을 많이 사용한다고 보고하였다. 스트레스가 질병발생과 관련이 있음을 고려할 때 위의 결과들은 간접적으로 스트레스 상황하에서는 단기적응방법을 많이 사용하고 있음을 나타낸다. 또한 Bell(1977)도 정서적인 질병을 앓고 있는 사람은 정신건강자보다 비효율적인 적응행동인 단기적응방법을 더 사용하고 있다고 보고하였다.

이상으로 스트레스와 적응방법은 밀접한 관계가 있으며 따라서 생활변화인 스트레스에 적응할 때 부적절한 적응방법의 사용은 질병을 일으킬 가능성이 높다는 사실을 인식시켜 준다. 격변하는 사회속에서 스트레스 상황에 처할때 높은 수준의 적절하고 효율적인 적응방법의 사용이 요구되며, 감정조절 위주의 비효율적인 단기적응방법보다는 문제해결 위주의 효율적인 장기적응방법이 정신건강의 평형유지와 증진에 더욱 뒷받침 되고 있음이 연구결과를 통하여 이해된다.

4. 가족자원과 적응방법과의 평균차이 검증

가족자원이 스트레스에 적응하는 방법과 어떠한 관계가 있는가를 파악하기 위하여 변량분석을 통해 집단간 평균차 검증을 하였다. 그 결과는 표 5와 같다.

표 5에 의하면 가족자원이 중간인 집단에서 단기적응방법의 평균값이 가장 높았으나 유의한 차를 보이지 않는다. 이를 하위차원별로 살펴보면 단기적응방법을 많이 사용하는 집단은 개인심리적 자원, 가족체계 자원, 경제적 자원에서는 모두 이 자원들의

표 5. 가족자원량에 따른 단기적응방법의 변량 분석

적응방법 가족자원	구분	단기			적응			방법		
		N	M	SD	변량	SS	df	MS	F	
개인심리적 자원	下	105	43.228	7.5959	집단간	230.4295	2	115.2148	1.8788	
	中	62	40.822	7.8813	집단내	17109.1627	279	61.3232		
	上	115	42.600	8.0129	합계	17339.5922	281			
	전체	282	42.443	7.8554						
가족체계 자원	下	83	43.542	8.3831	집단간	187.8079	2	193.9039	1.5328	
	中	107	42.421	7.8573	집단내	17153.8600	280	61.2638		
	上	93	41.473	7.2586	합계	17341.6678	282			
	전체	283	42.438	7.8419						
사회적지 지 자원	下	78	41.603	8.5240	집단간	67.3045	2	33.6522	.5408	
	中	121	42.653	7.4316	집단내	17359.7877	279	62.2215		
	上	83	42.747	7.9155	합계	17429.0922	281			
	전체	282	42.390	7.8752						
경제적자 자원	下	84	42.845	8.1144	집단간	92.9790	2	46.4895	.7526	
	中	102	41.637	7.4406	집단내	17357.2604	281	61.7696		
	上	98	42.816	8.0595	합계	17450.2394	283			
	전체	284	42.401	7.8525						
전체	下	92	42.978	7.5593	집단간	220.3665	2	110.1833	1.7852	
	中	92	43.163	8.6001	집단내	17096.3442	277	61.7197		
	上	96	41.208	7.3741	합계	17316.7107	279			
	전체	280	42.432	7.8783						

*P<.05 **P<.01 ***P<.001

표 6. 가족자원량에 따른 장기적응방법의 변량 분석

적응방법 가족자원	구분	장기				응답				방법	
		N	M	SD	변량	SS	df	MS	F		
개인심리적 자원	下	107	51.720	8.3619	집단간	1540.4908	2	770.2454	13.2232***		
	中	60	54.500	7.0962	집단내	16251.5801	279	58.2494			
	上	115	56.991	7.7151	합계	17792.0709	281				
	전체	282	54.461	7.9572	집단간	921.9872	2	460.9936	7.6379***		
가족체계 자원	下	83	52.134	9.2839	집단간	16899.8008	280	60.3564			
	中	107	54.224	7.4204	집단내	17821.7880	282				
	上	94	56.702	6.6249	합계	861.8909	2	430.9455	7.1439***		
	전체	283	54.442	7.9497	집단간	16830.2545	279	60.3235			
사회적지지 자원	下	77	52.351	8.4383	집단간	17692.1454	281				
	中	122	54.123	7.3604	집단내	628.6840	2	314.3420	5.0834**		
	上	83	56.928	7.7014	합계	17376.2843	281	61.8373			
	전체	282	54.465	7.9348	집단간	18004.9683	283				
경제적자원	下	84	52.750	9.0752	집단간	2087.5982	2	1043.7991	18.7855***		
	中	103	54.097	7.0593	집단내	15391.2447	277	55.5641			
	上	97	56.412	7.5398	합계	17478.8429	279				
	전체	284	54.489	7.9763	집단간						
전체	下	92	51.228	8.7444	집단간						
	中	93	54.086	6.5850	집단내						
	上	95	57.884	6.8756	합계						
	전체	280	54.436	7.9151							

양이 적은 집단이었고 사회적 지지자원에서는 이 자원의 값이 높은 집단이었다. 단기적응방법을 적게 사용하고 있는 집단은 개인심리적 자원과 경제적 자원에서는 이 자원의 양이 중간인 집단이었으며, 가족체계 자원에서는 이 자원이 많은 집단, 사회적 지지자원에서는 이 자원이 적은 집단으로 나타났다. 대체적으로 가족자원의 양이 중간인 집단이 적은 집단보다 단기 적응방법을 많이 사용하며, 가족자원이 많은 집단은 적응방법의 값이 가장 낮았으나 각 평균값이 유의한 차를 보이지는 않는다.

한편 가족자원의 양에 따른 장기적응방법의 사용 정도를 살펴 본 결과는 표 6와 같다. 가족자원량이 많은 집단일수록 장기적응방법을 많이 사용하고 있음을 알 수 있으며, 이는 유의한 차를 보여 매우 의의있는 결과를 나타냈다. 하위차원별로 보았을 때 장기적응방법을 적게 사용하고 있는 집단은 개인심리적 자원, 가족체계 자원, 사회적 지지 자원, 경제적 자원에서 모두 이 자원들의 양이 모두 적은 집단이었으며, 장기적응방법을 많이 사용하고 있는 집단은 각 하위자원에서 모두 이 자원의 양이 많은 집단이었다. 전체적으로 가족자원의 모든 하위차원에서 각 자원의 양이 많은 집단일수록 장기적응방법을 많이 사용하고 있으며 집단간 평균의 차는 개인심리적 자원 가족체계 사회적 지지의 자원은 $p=.001$ 수준에서, 경제적 자원은 $p=.01$ 수준에서 유의하게 나타났다. 따라서 가족자원의 양이 많은 집단일수록 장기적응방법을 많이 사용하고 있음을 매우 뚜렷이 알 수 있다.

이상과 같이 집단간 가족자원의 양에 따라 단기 적응방법 사용 정도에 있어서 차이는 나타나지 않았으나 장기적응방법의 차이는 매우 유의하게 나타남으로서, 가족자원의 양이 많은 집단일수록 장기적응방법을 많이 사용한다고 볼 수 있는 것이다. 또한 위의 연구결과를 통하여 가족의 대처가 가족내부의 자원을 강화시키는 것이라는 관점을 이해할 수 있고 대처를 가족이 소유한 자원의 차원으로 보았을 때 대처는 가족기능에 있어 균형을 유지하려는 노력으로 여겨진다. 따라서 대처는 동적인 과정인 적응행동으로 표현되며 가족자원이 풍부할 때 이 적응행동은 효율적인 방법으로 나타나는 것이라고 해석된

다.

V. 요약 및 결론

본 연구에서는 대입수험생 자녀의 어머니를 대상으로 이들이 느끼는 수험생 자녀와 관계되어 일어나는 생활사건의 변화와 심각성으로 가족스트레스를 측정하여 그 스트레스 정도와 가족자원, 적응방법과의 관계를 파악하였다.

연구문제별로 연구의 결과를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 연구대상자의 인구사회학적 변인과 스트레스 정도, 가족자원, 적응방법과의 관계를 살펴보면 전체 스트레스 정도에 집단간 유의한 평균차를 보인 변인은 측정된 여러 변인중 자녀의 학급성적순위만이 있었다. 학업이나 대인관계 스트레스에서도 자녀의 학급성적순위만이 집단간 스트레스의 차이를 유의하게 설명해 주고 있다. 즉 학급성적이 중위인 그룹의 자녀 어머니가 상위나 하위 그룹의 어머니보다 이에 대한 스트레스를 많이 받고 있었다. 건강에 대한 스트레스의 정도차이를 설명해 주는 변인은 수험생 자녀의 성별로 딸을 수험생으로 둔 어머니가 그 자녀의 건강에 대하여 더 스트레스를 받고 있음을 알 수 있다.

가족자원과 관련된 인구사회학적 변인을 살펴보면, 전체적인 가족자원의 양에 집단간 유의한 평균차를 보인 변인은 연구대상자의 교육수준, 가구소득, 직업유무, 자녀의 학급성적순위, 가구주 직업이었다. 개인심리적 자원에서는 수험생자녀의 형제순위, 학급성적순위, 가구주 직업변인이, 가족체계 자원은 교육수준, 가구소득, 가구주직업변인이 각각 집단간 그 자원량의 차이를 설명해 주는 변인으로 나타났다. 각 자원의 내용특성상 대체적으로 그 자원의 양을 나타낼 수 있는 변인에서 역시 집단간 유의한 차이를 보이고 있다. 교육수준과 사회경제적 지위가 높은 집단일수록, 주부의 직업이 없고, 자녀의 성적이 상위인 집단일수록 가족자원을 많이 소유하고 있는 것으로 나타났다.

또한 적응방법과의 관계를 살펴보면, 단기적응방법의 사용 정도는 인구사회학적 변인에 따라 차이가 나지 않았으나 장기적응방법의 사용은 자녀수, 교

육수준, 가구소득, 가구주직업 변인에 따라 유의한 차이를 보였다. 즉 자녀수가 적을수록 교육수준과 사회경제적 지위가 높을수록 효율적인 장기적응방법을 많이 사용하고 있었다.

둘째, 가족자원과 스트레스 정도와의 관계에서 가족자원이 많을수록 스트레스를 적게 느끼고 있어 가족자원량과 가족스트레스는 부적의 상관관계가 있다. 또한 가족자원의 하위차원들도 각각 가족스트레스와 유의한 부적 상관관계를 나타냈는데 즉 전체 가족스트레스의 정도는 가족자원중 개인심리적 자원과 가족체계 자원이 많을수록 적게 느끼고 있으며, 전체 자원의 양은 건강스트레스를 제외하고 학업스트레스, 대인관계 스트레스, 전체 스트레스량과 부적의 상관관계를 보였다.

세째, 가족스트레스와 적응방법과의 관계에서 스트레스 정도가 높은 집단은 낮은 집단보다 단기적응방법을 많이 사용하고 있다. 학업에 대한 스트레스가 높은 집단은 낮은 집단보다 장기적응방법을 많이 사용하고 있으나, 대인관계와 건강에 대한 스트레스가 높은 집단은 낮은 집단보다 단기적응방법을 많이 사용하고 있었다.

네째, 가족자원과 적응방법과의 관계에서 가족자원의 양과 단기적응방법 사용정도는 집단간 의미있는 차이를 보이지 않았으나 장기적응방법 사용정도와는 가족자원의 하위차원별로 모두 유의한 차이를 보였다. 즉 개인심리적자원, 가족체계 자원, 사회적 지지 자원, 경제적 자원이 풍부한 집단일수록 장기적응방법을 많이 사용하고 있음이 뚜렷이 나타났다.

이상의 결과를 통하여 가족자원은 스트레스가 많이 발생될 수 있는 복잡한 현대사회에서 스트레스를 완화시키는 기능을 할 수 있는 요인임을 알 수 있다. 한편, 효율적이고 바람직한 적응방법의 사용은 스트레스를 감소시키는데 있어서 스트레스와 상호작용관계에 있으므로 스트레스 상황하에서 효율적인 적응방법의 사용이 더욱 중요시된다. 따라서 가족내의 스트레스요인을 감소·제거시켜 원만한 가정생활을 유지하기 위해서는 가족원 모두의 노력으로 가족내에 풍부한 가족자원을 갖도록 해야 하며 또한 스스로 효율적이고 바람직한 적응방법을 모색하고 채택하여 사용할 수 있도록 하여야겠다.

아울러 앞으로 학문적으로도 가족스트레스에 대한 연구가 활발히 진행되어 가족내의 스트레스의 양상과 실태등을 파악하고 이로서 현재 우리사회의 가족생활의 모습을 이해하여 바람직한 가정생활의 선도와 가족복지에 기여할 수 있도록 해야 할 것이다.

끝으로, 본 연구에서 갖는 제한점을 극복할 수 있도록 앞으로의 가족스트레스 연구방향에 대해 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구의 대상은 수험생의 어머니로서 이들이 갖는 스트레스에 대해 가족스트레스를 연구했으나, 앞으로는 연구대상을 확대하여 부부가족, 확대가족, 문제가족, 해체가족등 여러 가족을 대상으로 다양하게 접근하여 여러 양상의 가족스트레스를 파악함으로써 가족스트레스에 대한 폭넓은 이해를 돕도록 하여야 하겠다.

둘째, 가족스트레스에 영향을 미치는 인구사회학적 변인과 가족자원에 대한 관계를 더욱 다양하게 분석하고 이에 대한 효율적인 적응방법이 개발되도록 하여야 하겠다.

세째, 가족스트레스를 측정할 수 있는 척도가 우리의 실정에 맞게 개발되므로써 우리 가정생활의 질을 향상시키고 가족복지의 기초자료로서 활용될 수 있도록 하여야 하겠다.

참 고 문 헌

- 1) 고성희 : 정신질환자와 비정신질환자의 스트레스 및 적응방법에 대한 비교 연구. 이화여대 대학원 석사학위 논문 1978
- 2) 김양희 : 가족스트레스의 연구경향. 중앙대 가정대 논집 제4집 pp7-19, 1986
- 3) 김영규 : 연령, 성, 사회계층별 일상생활상의 스트레스와 대응방법의 비교. 경북대 대학원 석사학위 논문 1980
- 4) 김윤주 : 일반인과 정신과 환자의 스트레스에 관한 연구. 서울대 대학원 석사학위 논문 1977
- 5) 김정옥 · 이광주 : 주부의 스트레스 요인과 대응방법에 관한연구. 효성여대 여성문제 연구 pp37-57, 1988
- 6) 김혜래 : 청소년 가출행동에 있어서 스트레스의

- 영향과 사회적 지지의 역할에 관한 연구. 서울대 대학원 석사학위논문 1985
- 7) 박미영 : 스트레스 대처방법이 신체 및 정신건강에 미치는 영향에 관한 연구. 충남대 교육대학원 석사학위논문 1985
 - 8) 배종열 : 가족의 일상사건과 스트레스 및 극복방안. 경북대 대학원 석사학위논문 1986
 - 9) 선일선 : 생활사건 변화와 불안과의 관계. 고려대 대학원 석사학위논문 1981
 - 10) 송금순 : 일부도시생활인의 스트레스정도와 해소에 관한 조사연구. 춘천간호보건전문대 논집 14 : pp35-80, 1984
 - 11) 이민규, 김순화, 금명자공역 : 스트레스-그 원인과 대책-. 서울 : 중앙적성출판사 1985
 - 12) 이영희 : 가족스트레스와 대처. 대구대 사회복지연구 Vol 13 pp27-64, 1985
 - 13) 이평숙 : 생활사건과 관련된 스트레스량 측정에 관한 방법론적 연구. 연세대 대학원 박사학위논문 1984
 - 14) 장병옥 : 도시주부의 스트레스 인지수준 및 적응방법에 관한 연구. 숙명여대 대학원 석사학위논문 1985
 - 15) 정민자 : 부부가족의 가족스트레스와 사회심리적 가족자원에 관한 연구. 서울대 대학원 석사학위논문 1983
 - 16) 최명규 : 갈등면에서의 감정-인지분화가 스트레스에 미치는 영향. 한양대 대학원 석사학위논문 1987
 - 17) 최영희 : 입원환자와 일반인의 스트레스 생활사건과 대처방법에 대한 비교연구. 대한간호학회지 12권 2호 pp91-103, 1982
 - 18) 최태진 · 강병조 : 한국에서의 사회재적응 평가척도에 관한 예비적 연구. 신경정신의학 20권 2호, 1981
 - 19) Bell JM : *Streesful life events and coping methods in mental illness and wellness behaviors. Nursing Research Vol 26, No 2, pp136-141, 1977*
 - 20) Cobb S : *Social support as a moderator of life stress. Psychosomatic Medicine Vol 38, No 5, 1976*
 - 21) Dohrenwend BS : *Life events as stressors : a methodological inquiry. Journal of Health Social Behaviors Vol 14, pp167-175, 1973*
 - 22) Dohrenwend BS, and BP Dohrenwend : *Stressful life events : their nature and effects. New York : John Wiley & Sons 1974*
 - 23) Hartl DE : *Stress management and the nurse. Advanced in Nursing Science Vol 1, No 3, 1980*
 - 24) Hill R : *Generic features of families under stress. Social Casework Vol 49, pp135-150, 1958*
 - 25) Holmes IH and RH Rahe : *The social readjustment rating scale. Journal of Psychosomatic Research Vol 9, pp213-218, 1967*
 - 26) Ivancevch JM and MT Matteson : *Stress & work, Scott, Foreman & Co 1980*
 - 27) Johnson JH and IG Sarason : *Recent developments in research on life stress in Human Stress and Cognition(Eds). V Hamiton and DH Warburton, New York : John Wiley & Sons 1979*
 - 28) Lazarus RS : *Patterns and adjustment and human effectness, New York : McGrowHill Book Co 1984*
 - 29) Lazarus RS and S Folkmans : *Stress appraisal and coping, New York : Springer Publishing Co 1984*
 - 30) McCubbin HI : *Intergrating coping behavior in family stress theory. Journal of Marriage and the Family Vol 41, No 2, pp237-244, 1979*
 - 31) McCubbin HI, L Wilson and J Patterson : *Family inventory of life events and changes(FILE), St Paul, Minnesota : Family social science. The University of Minnosota 1979*
 - 32) McCubbin HI, C Joy, AE Couble, J Comeau, JM Patterson and R Needle : *Family stress and coping : a decade review. Journal of Marriage and the Family Vol 11, pp127-131, 1980*
 - 33) McCubbin H, AE, Cauble and JM Patterson : *Family stress coping and social support Springfield Illinois. Charles C Thomas Publisher 1982*
 - 34) McCubbin HI, J Comeau and J Harkins : *Family inventory of resources for management(FIRM), ST.*

- Paul, Minnesota : Family Social Science. The University of Minnesota 1983
- 35) McCubbin HI, JM Patterson : *The family stress process : the double ABCX model of adjustment and adaptation in Marriage and Family Review : Social stress and the family*(Eds), HI McCubbin, MB Sussman and JM Patterson, New York : The Haworth Press 1983
- 36) Pearlin LI and C Schooler : *The structure of coping. Journal of Health Social Behavior* Vol 19, pp2-21, 1978
- 37) Selye H : *The stress syndrome. American Journal of Nursing* Vol 65, No 3, pp97-99, 1955
- 38) Selye H : *History and present status of the stress concept in Handbook of Stress*(Eds), Goldberger L & Breznitz S, New York : The Free Press 1982
- 39) Skinner DA : *Dual-employed families : coping and adaptation, doctoral dissertation. The University of Minnesota* 1983
- 40) Sunder JC and MF Wilson : *Element of a psychological assessment. American Journal of Nursing* Vol 2, pp235-239, 1977