

# 중학생이 인지한 가족스트레스 정도와 대응정도

정 현 숙 (동우전문대학 간호과)

## 목 차

I. 서론	1. 대상자의 일반적 특징
1. 연구의 필요성	2. 대상자의 스트레스 인식 정도와 대응정도
2. 연구의 목적	3. 대상자의 일반적 특성과 스트레스 인식정도와 대응 행위정도
3. 용어의 정의	4. 대상자의 스트레스 인식정도 와 대응행위정도와의 관계
II. 이론적 배경	V. 결론 및 제언
1. 가족스트레스	1. 결론
2. 대응	2. 제언
III. 연구방법	참고문헌
1. 연구대상	영문초록
2. 자료수집기간 및 방법	
3. 연구도구	
4. 자료분석방법	
IV. 연구결과 및 고찰	

## I. 서 론

### 1. 연구의 필요성

인간은 환경의 요구에 대처할 수 없다고 느낄때, 신체적 혹은 심리적인 손상으로 위협당할때 긴장과 불편을 느끼기 시작한다. 이때 인간은 스트레스를 경험하고 있는 것이다. 이 용어는 인간들이 대처하거나 견딜 수 있는 능력밖에 있는 갈등이나 위협을 느끼는 상황에 대한 정서적 생리적 반응이다<sup>1)2)</sup>.

이처럼 Stress에 대한 개인의 반응과 마찬가지로 가족반응도 Stressor 종류와 곤경을 처리할 수 있는 능력, 가족의 특징, 가족들의 정서적, 신체적 건강

에 따라 다를 수 있다. 가족 Distress는 Stress가 불쾌함으로 인지될때 경험하는 것이다. 예를들면, 가족의 질병, 가족의 논쟁, 가장의 해고 등이다. Eutress는 즐거움으로 인지하는 사건을 경험하는 것으로 사건이나 위협이 Stress적이든 아니든 결정 요소는 가족이 어떻게 인지 하느냐이다. 예를들면, 가족이 모이는 것은 어떤 사람은 유쾌한 일일 수 있으나 다른 사람은 불유쾌할 수 있다<sup>6)</sup>.

Stress가 Eutress이든, Distress이든 가족 구성원은 스트레스없이 살거나 성장한다는 것은 불가능하다.

McCubbin & Patterson (1983)은 가족스트레스는 가족체계내에 변화를 야기하는 가족 단위의 생

활사건 또는 충격이라 정의하였으며, 생활사건이란 인간의 일상생활에서 누구에게나 자연스럽게 일어날 수 있는 것으로서 긴장을 초래하는 자극이나 상황인 스트레스 요인과 동일하게 보면서 생활사건의 경험과 생활상의 변화가 개인에게 영향을 미친다고 주장하였고 실제로 개인의 정신, 신체에 생활사건이 영향을 미친다고 제시하였다<sup>6)</sup>.

Hill (1958)은 스트레스원을 가족체계에 변화를 일으키는 중요한 생활사건과 동일하게 보고 스트레스원에 의해 발생한 긴장에 대한 가족의 반응상태를 가족스트레스라고 정의하였다. 즉, 가족이 가족 구성원간에 상호 의존적인 작용을 하는 복합적인 조직이라는 점에서 하나의 체제로 간주되었을때 문제가 되는 스트레스원과 과정, 상황, 반응상태등을 개개인의 문제로 본것이 아니라 가족 구성원들의 상호작용과 가족구조 안에서의 관점으로 가족이라는 장에서 스트레스를 파악한 것이다<sup>5)</sup>.

또한 Boss는 가족스트레스란 가족의 안정된 상태에서 혼란을 일으키는 압력이며 개인과 가족이 시간이 흐름에 따라 발달과 변화를 해나가는 과정에서 불가피하게 경험하게 되는 가족 체계내의 긴장과 압력이라 하였다. 그러나 스트레스 그 자체가 긍정적 부정적 의미를 가지지 않기 때문에 스트레스를 회피하기 보다는 이것에 직면한 가족이 어떻게 인지하고 반응하느냐가 더 중요하다고 하였다<sup>1)</sup>.

다시말하면 스트레스를 일으키는 생활사건을 경험한 가족모두가 위기에 직면한 것은 아니며, 이에 가족 구성원들이 어떻게 반응하고 행동하느냐에 따라 적응정도가 달라지게 된다. 또한 생활사건을 경험할 수 있는 배경이나 상황등이 모든 가족에게 보편적으로 동일하게 존재하고 작용한다하더라도 각 가족마다 이로 인해 느끼는 정도와 적응의 내용에는 차이가 있을 수 있다. 따라서 같은 스트레스를 일으키는 사건들에 직면하였을때 어떤 가족들은 가족위기 기간을 성장의 기회로 삼아 그전보다 훨씬 성숙 성장하는 반면에 어떤 가족들은 위기에 취약성이 증가하고 악화될 수 있다<sup>1)</sup>.

본인은 가족 구성원중에서 여러가지 변화를 경험하고, 개체발달 과정에서 정신적으로나 육체적으로 성숙해가고 있고 외부환경에 민감한 반응을 보이는

시기인 사춘기인 중학생에 관심을 가졌다. 이들이 가지는 일반적 특성등 여러 변인에 따라 가족스트레스에 대한 인식수준이나 반응정도는 달라질 수 있으므로 중학생이 인지하는 가족스트레스 즉 생활사건정도를 파악하고 그들 자신이 경험하는 생활변화를 조절하기 위해 그리고 사춘기에게 간접적으로 영향을 주는 그들 가족의 다른 구성원에 의해 경험된 변화를 관리하기 위해 사용되는 사춘기의 대응행위 정도를 살펴봄으로 사춘기인 중학생들에 대한 이해를 돕고 부분적으로나마 가족스트레스 연구에 도움이 되고자 한다.

## 2. 연구의 목적

본 연구자는 여러가지 변화를 겪는 사춘기에 있는 남·여 중학생들이 인지한 가족스트레스 생활사건 정도와 이들을 조절하기 위한 대응행위 정도를 알아보기 위함이다.

구체적인 목적은 :

- (1) 대상자의 인구사회학적 특성을 알아본다.
- (2) 대상자의 인구사회학적 특성에 따른 가족 stress생활사건의 인식정도를 알아본다.
- (3) 대상자의 인구사회학적 특성에 따른 대응행위 정도를 알아본다.
- (4) 대상자들의 가족스트레스생활사건의 인식정도와 대응행위간의 관계를 알아본다.

## 3. 용어정의

### 1) 가족스트레스 생활사건 인식정도

Boss가 정의한 가족스트레스로서 가족이 안정된 상태에서 혼란을 일으키는 압력이며 개인과 가족이 시간이 흐름에 따라 발달과 변화를 해나가는 과정에서 불가피하게 경험하게 되는 가족체계내의 긴장과 압력이다. 그러나 이것에 직면한 가족 구성원중 사춘기가 어떻게 인지하고 반응하느냐를 말한다<sup>1)</sup>.

### 2) 대응

사춘기 자신이 경험하는 생활변화를 조절하기 위해 그리고 사춘기에게 간접적으로 영향을 주는 그들의 가족의 다른 구성원에 의해 경험된 변화를 관리하기 위해 사용되는 사춘기 대응행동 정도를 말한다<sup>12)</sup>.

## II. 이론적 배경

### 1. 가족스트레스

Stress는 여러 학자에 의하여 다양하게 정의되어 왔다. 가족스트레스의 개념은 임상과 연구문헌에서 자주 이용되었지만 명백한 정의없이 자주 이용되어 왔고 아직까지도 이해하기 어렵다고 Bomar(1989)는 말하고 있다.

많은 연구에서 가장 일반적으로 Hill에 의해 정의된 Stressor는 가족 체계에서 많은 변화발생 혹은 생활사건이다. Hill은 또한 Stress는 사건 자체로 본 것이 아니라 오히려 Stressor에 대하여 괴로워하는 가족반응의 기능으로 개념화 했으며 조절되지 않은 Stressor에 의해 발생하는 긴장의 잔재로 간주한다<sup>10)</sup>.

Bommar(1989)는 가족stress 정의를 다음(생리적, 심리적, 사회적)이론을 포함한다고 하였다.

(1) 생리적 stress : Cannon과 Selye의 연구는 신체가 인지하는 Stress의 생리적 영향을 불유쾌한 상태가 원인이든 결과이든 어떤 요구에 대한 신체의 불특정 반응이다 라고 했다. Stress 상태를 일으키는 원인을 Stressor라고 부르고 부정적 또는 위협한 자극을 Distress라 부르고 신체에 급성 또는 인지하는 위협을 초래할 수 있다. 반면에 유쾌한 또는 좋은 자극인 결혼, 출산은 Eutress 자극을 초래한다. 그러나 Eutress 자극은 적은 손상을 초래한다. Selye(1976)은 또한 Stress가 불가피한 것이라고 주장했으나 Stressor를 제거하고 Stressor 반응을 억제하고 신체의 반응을 최소화 할 수 있다고 하였다<sup>6)</sup>.

(2) 심리적 stress : Lazarus(1966)는 심리적 Stress를 연구하여 인지와 인식과 정도 Stressor라고 서술하였다. 또한 Stress의 극복방법은 그들이 내적 통제위, 외적통제위 혹은 환경의 인지 정도에 따라 스트레스에 대한 개인의 극복상황이 다르다. (3) 사회적 stress : 업무와 관련되거나 학교에서의 좌절, 또는 사회내에서 상호작용등과 같은 자신의 사회환경내에서 실제적 또는 인지적 위협으로 인한 결과를 말한다.

McCubbin & Patterson(1983)은 가족stress를

가족체제내에 변화를 야기하는 가족단위의 생활사건 또는 충격이라고 정의 하였으며, 또한 실제적 혹은 인지된 요구와 능력간에 가족내 불균형상태가 일어난 것으로 적응행동을 요구한다고 하였다<sup>6)</sup>.

Boss(1987)는 가족의 일정한 상태에 혼란이 나타난 것으로 불화를 야기시키고 가족체제에 압박을 가하는 것이라고 가족스트레스를 정의했다.

Hill에 의하면 Stress는 사건자체로 본 것이 아니라 오히려 Stressor에 대하여 괴로워하는 가족반응의 기능으로 개념화했으며 조절되지 않은 Stressor에 의해 발생하는 긴장의 잔재로 간주했다. 또한 Hill은 Stressor는 가족 체계에서 많은 변화발생 혹은 생활사건으로 정의했다<sup>10)</sup>.

가족스트레스를 유발하는 생활사건을 규범적 사건과 비규범적 사건으로 구분될 수 있다<sup>10)</sup>. (1) 규범적 사건 : 사건이 대부분 누구에게나 일어난다는 보편성과 가족생활주기중 어떤 계획된 시점에서 언제 변화가 일어날 것이라고 예측 가능하다는 점 및 단기성의 특징을 가지고 있다. 이런 규범적 사건으로는 임신, 출산, 자녀의 돌보기, 은퇴등이 있으며, 일반적으로 규범적 사건에 관한 연구는 최근에 경험한 대상을 통하여 그 사건 또는 변화의 중요성, 이로인한 역할변화, 적응의 정도에 관하여 실시되었다. (2) 비규범적 사건 : 갑작스런 자연재해나 갑작스런 실직이나 가족원의 사망등과 같이 전혀 예기치 못했던 사건으로 이와 관계된 연구로는 전쟁과 전시이별, 포로가족의 갈등에 관한연구, 실직 및 경제적 곤란, 만성장애아의 가족에 대한 연구등이 있다.

McCubbin에 의해 1981년에 개발된 FILE(Family Inventory of Life Events & change)은 71개 문항으로 가족이 경험하는 규범적 그리고 비규범적 생활사건을 반영하고 있다. FILE은 가족의 생활사건과 변화에 대한 것이다. 그후 McCubbin과 Patterson은 A-FILE을 개발하였다<sup>11)</sup>.

가족스트레스 연구는 아동 그리고 젊은이에게 확대되었다. 이것은 가족의 생활사건과 변화에 대한 사춘기의 견해를 얻기위해 개발되었다. 가족은 보통 동시에 여러 Stressor를 경험하게 되고 A-FILE은 가족 Pile-up의 결과로서 사춘기의 약점의 지표

를 제공하고 있다. 즉 사춘기의 Stress를 사정하기 위해 이용될 수 있는 A-FILE은 그들 가족에게 발생하는 생활사건과 변화의 Pile-up의 결과로서 경험될 수 있다.

## 2. 대응

어린이에서 초기 성인기로의 중요한 전환시기에 있는 사춘기는 그들 가족에 연결되고 종속되어 머무르려고 애쓰는 반면에 독립에 대한 그들의 욕구를 행하려고 시도한다. 그들의 가족과 연결된 존재와 분리된 존재간에 이런 끌어당김은 사춘기 대응행위의 기초가 된다. 그들이 자신이 경험하는 생활변화를 조절하기 위하여 그리고 사춘기에게 간접적으로 영향을 주는 그들의 가족의 다른 구성원에 의해 경험된 변화를 관리하기 위해 대응행위가 이루어진다<sup>10)</sup>.

70년대 중반이후부터 대응개념은 스트레스와 관련된 모델의 구성요소가 되어왔다. Moonat와 Lazarus(1977)은 대응은 해로운 상황, 일상적이고 자율적인 반응이 쉽게 이용될 수 없을때의 위협이나 도전을 조절하려는 노력과 연관된다<sup>10)</sup>.

Pearlin & Schooler, Lazarus는 스트레스에 대한 대처반응은 스트레스원으로 부터 받은 피해를 최소화하기 위해 개인이 행하는 노력이다(이광옥, 재인용)라고 했다.

효과적인 대응을 위하여 사람들은 Lazarus(1977)가 구별한 두가지 유형(직접적인 대응행위, 완화)의 대응을 조합하여 사용한다<sup>10)</sup>.

대응의 첫번째 유형인 직접적인 대응행위는 스트레스원을 조절하고 변화시키려는 시도이다. 가족은 정면으로 상황을 충족시키거나 또는 스트레스적인 환경으로부터 벗어나려는 결정을 하기도 한다. 스트레스 조절은 독서로 문제에 대한 더 많은 정보를 학습하고 전문가에게 의뢰하고 문제에 대한 이해를 증진시키려고 노력하거나 직접적인 문제해결을 하는 것을 포함한다. 대응의 두번째 유형인 완화는 직접적인 대응행위가 매우 위험할 때 사용한다. Lazarus(1977)는 자아방어기전의 사용, 선택적인 주의 집중의 사용, 약물, 술, 이완요법, 운동, 투약과 같은 예를 제시하면서 이러한 많은 관리기술들

은 스트레스에 대한 감정적인 반응, 내장근의 반응, 운동반응을 감소시켜 주므로 완화적이라고 하였다.

또한 Bomar(1987)는 가족이 Stress를 조정하는데 3가지 전략을(회피, 제거, 동화)사용한다고 하였다. 회피는 Stressor의 존재를 거부하거나 무시하는 것이고 제거는 인식을 변화시키거나 Stressor와 관련된 모든 요구에 자유스러워지려는 노력을 하는 것이다. 회피나 제거의 반응은 가족 구성원에게 변화를 만들어 인식처를 만들려는 시도이다. 동화는 가족체계내로 요구되는 변화를 통합하는 방법이다. 이렇게 가족은 스트레스적인 환경에서 계속 살지만 요구보다는 힘과 그들의 유용한 기술에 초점을 두거나 기대를 변화시킴으로서 불안수준을 감소시킨다. 한편, 가족 구성원의 욕구가 채워지지 않은채 남겨짐에 따라 가족기능을 방해하는 역기능적인 대응이 있다. 역기능적인 대응은 스트레스를 조절하거나 감소시키지 못하며 바람직하지 못한 결과나 위협을 가져온다. 역기능적인 대응은 가족이 변화에 대한 욕구를 인정하지 않고 내·외적스트레스에 반응할 때 발달한다고 하였다. 이런 대응은 가족체계에 직접손상을 가져온다.

가족은 System이기 때문에 대응행위는 동시에 가족생활의 여러 영역의 관리를 포함한다. : (1)의 사소통과 가족조직을 위한 내적조건을 만족스럽게 유지, (2)독립심과 자존감을 조장, (3)응집과 통합에 대한 가족유대의 유지, (4)지역사회와의 상호작용에서 사회적인 지지의 유지와 발달, (5)가족단위에서의 변화의 양과 Stressor의 충격을 조절하는 어떤 노력의 유지이다. 이렇게 대응은 조직화와 통합을 용이하게 하고 개인의 성장과 발달을 촉진하는 가족체제에 있어서 균형을 성취하는 과정이다<sup>10)</sup>.

여러 가족연구가들은 대응행위를 다음과 같이 기술하기도 한다<sup>10)</sup>. (1)Pearlin & Schooler, Boss는 대응행위는 취약요인의 존재를 감소시키는 것이라고 했다. 예를들면, 가족 구성원의 정서적 불안정성은 Stressor에 직면하는데에 주의력을 필요로 할 수 있는 취약요인이다. (2)Adams는 해로움과 붕괴로 부터 가족을 보호하는데 필요한 가족자원을 강화 혹은 유지하는것이다라고 했다. 예를 들면,

가족응집, 조직, 적용등이다. (3)Stressor event와 그들의 특정관란을 감소 혹은 제거한다. (4) 사회적 환경을 변화시키기 위하여 무언가 함으로써 환경에 적극적으로 영향을 주는 과정을 포함한다.

Patterson & McCubbin은 대응행위는 대응의 3 가지 일차적 기능으로 표현된다고 하였다(Mc-Cubbin & Thompson, 1987, 227-246pp) (1)상황

을 수정하기 위한 직접적 행위에 의한 대응(요구를 감소, 자원을 증가) (2)인식과 칭찬을 통하여 경험의 의미를 변화시키거나 조절하는 대응 (3)경험한 긴장이나 Stress를 관리하는 대응.

이런 여러 대응의 기능으로 인간은 여러 스트레스 상황에 접근한다고 할 수 있다.

<표 1> 일반적특성과 스트레스 인식정도, 대응행위정도와의 관계

특 성	구 분	N ( % )	스트레스인식정도			대응행위정도		
			M.	Value	Prob.	M.	Value	Prob.
성 별	남학생	126 (43.3)	12.4286	t=-.89	.374	91.7143	t=-1.48	.141
	여학생	165 (56.7)	13.4363			89.5091		
	계	291** (100.0)						
종 교	있 다	187 (64.4)	13.0695	t=.18	.856	91.3209	t=1.64	.102
	없 다	103 (35.6)	12.8447			88.9029		
	계	290** (100.0)						
부모유무	양부모	259 (89.3)	11.7799	F=18.827	.000*	90.4363	F=1.273	.28.3
	다계심	8 (2.7)	24.5000			88.5000		
	아버지만계심	14 (4.8)	18.3571			95.5714		
	어머니만계심	9 (3.1)	30.5556			86.0000		
	기 타	9 (3.1)						
	계	290** (100.0)						
아버지 종 교	있 다	149 (53.7)	12.7450	t=.25	.806	92.3490	t=.2.98	.003*
	없 다	128 (46.3)	12.4609			88.0234		
	계	277** (100.0)						
어머니 종 교	있 다	194 (66.4)	12.7268	t=.18	.860	91.6082	t=2.08	.039*
	없 다	88 (33.6)	12.5000			88.3182		
	계	292 (100.0)						
아버지 연 령	40세미만	70 (25.2)	13.9143	F=1.513	.619	90.2286	F=.292	.994
	41-50세	165 (59.4)	12.1515			90.1758		
	51-60세	36 (13)	12.8333			90.6389		
	61세이상	1 (0.4)	9.0000			88.0000		
	계	278** (100.0)						
어머니 연 령	40세미만	186 (67.9)	12.8978	F=3.329	.822	90.3011	F=1.875	.818
	41-50세	78 (28.5)	12.3974			90.9359		
	51-60세	10 (3.6)	11.2000			88.5000		
	계	274** (100.0)						

\*\* 무응답 \* p<.05

### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 연구대상

본 연구는 사춘기에 있는 신체적으로 건강한 남·여 중학1년생 총 292명을 대상으로 최근 1년동안 그들이 인지한 가족스트레스 생활사건 인식정도와 대응행위정도를 분석하기 위한 연구이다.

#### 2. 자료수집기간 및 방법

자료수집기간은 1993년 8월 23일에서 25일 까지이고, 자료수집 방법은 담임 교사를 통하여 연구의 목적과 질문지 작성방법을 설명하고 질문지를 배부하였다.

#### 3. 연구도구

1) A-FILE (Adolescent-Family Inventory of Life Events & Changes)

중학생이 인지한 가족stress 생활사건을 측정하기 위해 Patterson & McCubbin이 개발한 도구의 6개영역(Transition, Sexuality, 상실, 책임과 긴장 Substance uses, Logal coflict), 총 50개 항목으로 된 것을 본 연구에서는 대상자의 일반적 특성과 중학생의 정서에 맞는 영역에 해당하는 4개의 영역(변동, 상실, 책임과 긴장, 물질이용)을 본 연구자가 번안, 수정한 척도 30개 항목으로 구성된 가족스트레스 생활사건 발생유무와 인식정도를 조사한 것이다.

인식정도는 가족스트레스를 경험한 중학생이 인식한 심각도를 5점척도로 평점(경험하지 않았다: 0점, 경험했으나 전혀 마음이 상하지 않았다=1점, 경험했으나 마음이 약간 상했다=2점, 경험했으나 마음이 매우 상했다=3점, 경험했으며 마음이 대단히 상했다=4점)하였다.

2) A-COPE (Adolescent Coping Orientation for Problem Experiences)

중학생이 경험하는 그리고 가족 구성원에 의해 경험된 생활변화를 관리하기 위해 사용되는 대응행위를 측정하기 위해서 Patterson & McCubbin이 개발한 도구로서, 12개의 대응형태로 구성되어 있

으며 총 54개의 항목으로 이루어졌다.

본 연구자가 이 도구를 번안하여 대상자의 정서에 맞게 수정한 총 33개 항목으로 구성되었다. 이 도구는 각 대응행위마다 0점에서 4점 까지이며, 높은 점수일수록 대응수준이 높다.

#### 4. 자료분석방법

(1) 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율로 산출

(2) 대상자의 일반적 특성과 가족스트레스 생활사건의 인식정도, 그리고 대상자의 일반적 특성과 대응정도는 t-test, ANOVA로 검정

(3) 대상자의 가족스트레스 생활사건의 인식정도와 대응정도는 Pearson Correalation Coefficient를 이용할 것이다.

### Ⅳ. 연구결과 및 고찰

#### 1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 학생자신의 성별과 종교유무, 부모에 관한 질문으로는 부모유무, 부모종교, 부모연령에 대해 조사하였고 실수와 백분율로 구하였다<표 1>.

성별 분포는 남학생이 126명 (43.3%), 여학생이 165명 (56.7%)이었다. 종교유무는 전조사 대상자의 64.4%가 종교를 가지고 있었으며, 35.6%가 종교를 가지고 있지 않았다. 부모유무는 양부모가 다계신 경우가 총 89.3%를 차지하고, 아버지의 종교유무는 53.7%가 종교가 있었으며, 어머니는 66.4%가 종교를 가지고 있었다. 아버지의 연령분포는 40대가 59.4%로 가장 많았으며, 어머니의 연령분포는 30대가 67.9%로 가장 많은 것으로 나타났다.

#### 2. 대상자의 스트레스 인식정도와 대응정도

대상자의 스트레스 인식정도와 대응정도를 살펴본 결과는 <표 2>와 같다. 대상자들의 생활사건은 중학 1년생으로서 경험하는 내용이므로 매우 단순하고 30개 항목중 평균 6.8개를 경험했으나 경험한 내용중에서의 인지정도도 낮게 나타났다. 이 시기

〈표 2〉 대상자의 스트레스 인식정도와 대응정도

	평 균	표준편차	범 위
스트레스인식정도	13.0000	9.8415	0-12
대응행위정도	90.4639	12.2773	0-13

는 사춘기 시기이긴 하나 학업에 대한 주위로 부터의 압력이나 가정생활로 부터오는 심각한 문제가 적은 것으로 생활사건에 대한 인식정도가 낮은 것으로 사려된다. 또한 대응정도는 평균 90.4639로 총 136점에서 본다면 높게 나타났다. 이것은 건강한 사춘기 중학생들은 그들의 생활자체가 스트레스 요인이 있긴 하지만 그들이 사용할 수 있는 대응행위로도 충분히 적응을 할 수 있다고 사려된다.

### 3. 대상자의 일반적 특성과 스트레스 인식정도와 대응행위정도

〈표 1〉에서 보는 바와 같이 일반적 특성과 대상자의 스트레스 인식정도와와의 관계는 부모유무에서 유의한 차가 나타났다. 이것은 부모님이 이혼, 별거 혹은 사별후에 재혼하신 경우 가장 스트레스를 많이 인식하였으며, 그 다음은 아버지만 계신 경우였다. 아무래도 다정한 손길이 부족하고 잔정을 쏟아주지 못하는 경우, 자녀가 되는 중학1년생은 많은 스트레스를 인식한다고 사려된다. 대응행위정도와와의 관계에서는 아버지의 종교, 어머니의 종교와 유의한 차가 있었다. 부모가 종교가 있는 경우가 없는 경우보다 그 자녀인 사춘기 중학1년생은 대응행위정도가 유의하게 높게 나타났다. 이것을 통해 불매 중학1년생을 지도하거나 상담하는 입장에 있는 경우 종교적인 측면에서 사춘기들을 지지하는 것이 도움이 될것이라도 사려된다.

### 4. 대상자의 스트레스 인식정도와 대응행위정도와와의 관계

〈표 3〉에서 보는 바와같이 대상자의 스트레스 인식정도와 대응행위정도와와의 관계는 유의한 결과로 나타났다. 사춘기인 중학1년생이 경험하는 생활사건이 총 30개에서 평균 6.8개로 많지 않았으며, 그 심각도도 높지 않다는 것을 알 수 있다. 또한 이들

〈표 3〉 스트레스 인식정도와 대응행위정도

	대응행위정도
스트레스 인식정도	.2404 *

\*  $p < .05$

은 그 대응행위도 그들의 주변환경인 가정, 친구, 학교에서 충분히 극복될 수 있는 정도의 스트레스 사건이라는 것을 알 수 있다.

## V. 결론 및 제언

### 1. 결론

본 연구는 여러가지 변화를 겪는 사춘기에 있는 중학생들이 인지한 가족스트레스 생활사건 정도와 이들을 조절하기 위한 대응 행위정도를 알아보기 위하여 시도된 연구이다.

연구대상은 C시에 소재한 남·여 중학생 292명을 대상으로 1993년 8월 23일 부터 28일까지 자료를 수집 하였으며, 연구 도구는 McCubbin & Patterson의 A-FILE와 A-COPE를 기본으로 본 연구자가 대상자의 정서와 연구목적에 맞게 번역, 수정 보완하여 사용하였다. 자료분석 방법은 백분율, t-test, ANOVA, Perarson Correlation Coefficient를 사용하였다.

연구결과는 스트레스 인식정도가 높을수록 스트레스 대응행위 정도가 높게 나타났다( $r = .2404, p = .000$ ). 추가 연구결과로는 스트레스사건중 최다 빈도를 순위별로 보면 "형제자매끼리 자주 싸운다"가 제일 많이 경험하는 사건으로서 전체응답자의 65%가 경험하였다. 그 다음으로는 "성적향상등 학교활동에 대해 가족의 압력이 많다", "가족이 의료비, 의상, 연료비등으로 가족 생활비용이 많이드는 것 같다"로 나타났다. 이 결과는 연령적으로 불매 사춘기에 있는 중학1년으로서 형제간에 사소한 일로도 예민해질 수 있고 3학년처럼 심각하지는 않아도 학생이므로 성적과 관련되어 스트레스를 받고 있다고 사려된다.

또한 대응행위의 총가능 점수는 132점인데, 평균 90.4639로 높게 나타났다. 가장 많이 사용한 대응행위는 "가족이나 친구들에게 불평이나 화를 낸다"였으며, 이것은 가장 가까운 사람에게 부담없이 자신의 문제점이나 긴장상태를 표시하는 것으로 알 수 있다.

그 다음으로 도움이된다고 답한 대응행위는 "자신을 향상시키도록 노력한다", "나의 생활에서 좋은 일을 생각하도록 노력한다", 음악이나 라디오를 듣는다", "곤란한 상황에서 좋은 것을 불러고 한다"는 순으로 나타났다. 이것은 다양한 방법은 아니라 하더라도 긍정적이고 건전한 대응행위라고 평가할 수 있겠다. 대응행위중에 가장최소 빈도는 "선생님 혹은 전문상담자와 의논한다"로 나타났다. 이것은 학생들의 자신의 문제를 조언해줄 수 있는 대상으로 선생님 혹은 상담자를 잘 찾지않는다는 것을 알 수 있다. 가장 최다빈도와 비교해볼때 아직까지 중학1년생으로서 성숙한 방법으로 자신의 문제를 사고하고 해결하기 보다는 가까운 가족이나 친구에게서 찾으려고 혹은 일방적인 화로서 자신의 문제를 해결하려는 것을 알 수 있었다.

## 2. 제언

본 연구의 결과를 토대로 다음과 같은 제언을 한다.

- 1) 대상자의 가족스트레스 인식정도가 그들 가족의 스트레스 정도와는 어떠한 차이가 있는가.
- 2) 대상자의 스트레스 대응행위가 그들 가족의 스트레스 대응과는 어떠한 차이가 있는가.
- 3) 질병이 있는 사춘기 아동과 정상 사춘기 아동과의 가족스트레스 인식정도와 대응행위 정도의 차이가 있는가.

## 참고문헌

1. 김선영, 미망인의 가족스트레스의 적용과정에 관한연구, 연세대 석사학위논문, 1990
2. 손정락 외 2인, 제11장 스트레스와 적용 심리학입문, 박영사, 6, 1991
3. 이광옥, 이연숙, 건강한 초기 청소년의 스트레스원과 대처반응, 간호과학, 3 : 38-69, 1991
4. 오가실, 한정석, 스트레스 생활사건 건강문제 대응 사회적지지와 관계, 대한 간호학회지, 20 (3) : 414-429, 1990
5. 전세경, 가족스트레스와 가족자원 및 적용에 관한 연구, 중앙대 석사학위논문, 1988
6. Bomar, H.I., Family Stress, Nurses & Family Health Promotion : Concept, Assessment & Interventions, Williams & Wilking, Baltimore, 103-114, 1989
7. Bomar, H.I., Family Stress Management, Nurses & Family Health Promotion : Concept Assessment & Interventions, Williams & Wilking, Baltimore, 179-196, 1989
8. Boss, P.G., Family Strss in Sussman. M. B., Steimmetz eds., Handbook of Marriage & the Family, Plenum Press, N.Y., 620-724
9. Hill, R., Generic Features of Families Under Stress, Social Casework, 49 : 135-150, 1958
10. McCubbin, H.I., Joy, C.B., Cauble, A. E., Comeau, J.K., Patterson, J.M., Needle, R.H., Family Stress & Coping : A Decade Review, Journal of Marriage & the Family, 125-141, 1980
11. McCubbin, H.I., Patterson, J., A-FILE in McCubbin, H.I., Thompson, A.I., Family Assessment Inventorys for Research & Practice, University of Wisconsin-madeson, 101-112, 1987
12. Patterson, J.M., McCubbin, H.I., A-COPE, in McCubbin, H.I, Thompson, A. I., Family Assessment Inventorys for Research & Practice, Uni. of Wisconsin-madeson, 227-246, 1987



= Abstract =

## Family Stress and Coping in Early-adolescence (Middle School Students)

Chung, Hyun Sook (Dept. of Nursing, Dong-U Junior College)

The purpose of this study was to analyze early adolescent-family stress and family coping according to differences in general characteristics.

This study is also intended to analyze relationship between early adolescent family stress and coping.

The subjects of this study consisted of (292) middle school students of the city of sokcho.

The data were collected between Aug. 23, 1993 to Aug. 28, 1993.

At tools of measurement, McCubbin & Patterson's "A-FILE (Adolescent-Family Inventory of Life Events & changes)" and "A-COPE (Adolescent Coping Orientation for Problem Experiences)" were amended and made use.

For the statistical analysis of data, t-test, ANOVA, Pearson Correlation Coefficient were utilized

The results were summarized as follows :

- 1) General characteristics influencing the level of adolescent-family stress were parents status. (p = .000)
- 2) General characteristics influencing coping were parent's religions. (father : p = .003)  
(mother : p = .039)
- 3) There was a significant difference between the level of adolescent-family stress & coping. (p = .000)