정신신체의학 1(1) : 67-74 (1993) □원 저 5□

고등학교 재학생들의 스트레스와 정신병리*

김학렬** · 이민규*** · 박상학** · 김상훈** · 주경채**

Stress and Psychopathology of Highschool Students*

Hack Ryul Kim, M.D.,** Min Kyou Lee, Ph.D.,*** Sang Hak Park, M.D.,**
Sang Hoon Kim, M.D.,** Gyung Chae Joo, M.D.**

ABSTRACT — *Korean J Psychosomatic Medicine 1(1) : 67-74, 1993*

The authors investigated the relationship among stress, mental health and academic performance of high school students(322 males and 320 females), using stress questionaires and Korean version of SCL-90-R. The problem related to academic achievement was highest stressful. The percent of disturbed subjects was 30.68%. Interpersonal sensitivity(12.4%) in the male and depression(15.6%) in the female were prevalent mental health problems. The scores of the stress questionaire positively correlated with the SCL-90-R scores. It suggests that stress is highly related to mental health problem. However, there was no significant correlation between the academic records and SCL-90-R scores. The results were discussed with respect to adjustment problems of the high school students, and implications for prevention and educational program were suggested.

KEY WORDS : Stress · Psychopathology · Academic performance.

서 론

현재 우리나라는 정치, 산업, 경제 및 문화적인 변화가 급격하게 일어나고 있다. 이와 관련하여 여러가지 사회적인 문제가 제기되고 있으며, 국가의 장래를 짊어져야 할 청소년들의 문제가 매우 심각한 위기에 처해있고, 마약, 범죄, 가출, 비행, 자살 등 수없이 많은 문제들이 청소년 세대와 깊은 관련이 있는 것으로 밝혀지고 있다. 청소년기는 소년기의 종결과 성인기 사이의 과도기로서 신체적 및 심리적 변화를 가장 심하게 겪는 시기라고 할 수 있다. 특히 청소년들의 대부분을 차지하고 있는 고등학교 학생들은 치열한 대학입시의 경쟁과 진로 문제뿐 아니라 가치관의 부재등으로 심각한 정신건강상의 위협을 받고 있는 상태이다. 이들은 이러한 스트레스를 이겨내지 못하면 여러가지 범죄나 비행에 가담하거나 자살을 시도하고 신경증이나 정신증등

*이 논문은 1991년도 조선대학교 학술연구비에 의하여 지원되었음.
**조선대학교 의과대학 정신과학교실
Department of Psychiatry, College of Medicine, Chosun University, Kwangju, Korea
***아주대학교 사회과학대학 심리학과
Department of Psychology, College of Social Science, Ajou University, SooWonl, Korea

심리적인 장애를 드러내기도 한다.

최근의 청소년 백서(청소년 대책위원회 1985)에 의하면 청소년 범죄가 급격하게 증가하고 있으며 그 범죄의 질도 흉폭해지고 있음을 경고하고 있다. 이러한 현상은 우리나라뿐 아니라 세계적인 추세이기는 하지만 어쨌든 청소년의 자살, 범죄, 및 기타 성장을 방해하는 약물중독 등 청소년의 적응장애가 급격히 증가하고 있는 실정이다. 최근들어 청소년 적응문제에 관한 각계의 관심이 높아지고 조사연구도 활발하게 진행되고 있는 것은 매우 바람직한 일이라고 할 수 있다. 김광일 등(1983)이 서울 시내 고등학교 재학생들을 대상으로 한 조사연구결과에 의하면 조사대상학생의 약 90%이상이 적어도 한 가지 이상의 적응곤란을 호소하고 있으며 약 30%가 신경증, 우울증, 성격장애 등 심리적 문제를 가지고 있는 것으로 나타났다.

이러한 청소년 적응문제에 관심을 둔 연구들이 국내외에서 활발하게 진행되고 있다(김영환 1978 ; 김상덕 1975 ; 민병근 등 1978 ; 행동과학연구소 1977 ; Kazdin 1987 ; Offer 등 1970 ; Otto 1976 ; Weiner 1982). 그러나 이런 연구들이 청소년의 생활실태, 의식구조, 비행, 적응장애 등, 개인적 요인이나 환경요인을 각기 별도로 다루는 실태조사에 국한된 것이어서 적응문제를 종합적으로 이해하고 대책을 세우는 데는 미흡한 편이다.

최근의 연구는 심리적 장애뿐 아니라 신체적인 질환까지도 그 원인 중 상당부분을 스트레스에서 찾으려는 일련의 시도들이 있었으며(Holmes and Lahe 1961 ; Dorenwent and Dorenwent 1971), 이러한 입장이 경험적인 연구결과로 입증되고 있는 추세이다. 따라서 적응문제의 원인이나 관련변인을 보다 체계적으로 규명하기 위해서는 청소년들이 적응과정에서 어떠한 스트레스를 경험하고 있고 이러한 스트레스가 심리적인 부적응 행동과 어떻게 관련되는지를 확인할 필요가 있다.

본 연구에서는 청소년 특히 신체적 및 심리적 변화를 심하게 경험하고 갈등이 심할 것으로 보이는 고등학교 재학생들의 스트레스와 정신건강과의 관계를 규명하고 청소년들의 정신질환 예방 및 치료대책과 건전한 인성교육 정책 수립의 기초자료를 제공하는 데 그 목적이 있다.

연구방법

1. 대 상

본 연구 대상자들은 광주직할시 고등학교 2학년에 재학중인 남녀 학생 642명이었다. 이중에서 남학생은 322명이었으며 여학생이 320명이었다.

2. 평가도구

1) 스트레스 설문

이 설문 조사지는 서울시내 20개 고등학교 재학생들 중 무작위로 선발된 178명을 개인면담하여 이들이 겪고 있는 스트레스 내용을 내용분석한 원호택, 이민규 및 이영호(1987)의 연구결과를 토대로 만들어졌다. 여기에는 공부문제, 대인관계, 가정문제, 학교생활, 이성문제, 취미-오락과 관련된 문제, 신체적 건강과 용모, 심리-성격 문제, 가치관, 장래-진학, 가정경제, 종교 등의 하위척도가 포함되어 있으며 총 99개 문항으로 구성되어 있다. 응답방식은 각 문항의 내용때문에 '긴장과 괴로움을 매우 심하게 받는다(4)'부터 '전혀 안받는다(0)'까지 5점 척도상에 평정(rating)하도록 되어 있다. 각각의 하위영역의 전반적인 스트레스 정도를 알아보기 위해 각 하위영역에 포함되어 있는 문항들의 평균 점수를 계산하였다. 평균점수가 3.5이상인 경우는 매우 심한 상태, 3.5~2.5까지는 심하게 받는 상태, 2.5~1.5까지는 꽤받는 상태, 1.5~0.5까지는 거의 안받는 상태, 그리고 0.5이하는 전혀 스트레스를 받지 않는 상태로 평가하였다.

2) 간이정신진단 검사(SCL-90-R : Symptom Checklist-90-Revision)

간이정신진단 검사는 Derogatis(1977)에 의해서 개발된 자기보고식 다차원 증상목록을 국내에서 김광일 등(1984)이 표준화한 것이다. 이 검사에는 신체화(Somatization), 강박증(Obsessive-Compulsive), 대인관계예민성(Interpersonal Sensitivity), 우울(Depression), 불안(Anxiety), 적대감(Hostility), 공포불안(Phobic Anxiety), 편집증(Paranoid Ideation) 및 정신증(Psychoticism)등의 9개 차원 90개 항목으로 구성되어 있다. 각 문항은 지난 7일 동안 체험한 증세 정도에 따라 "전혀 없음"에서부터

"아주 심하다"까지 5단계로 평정하게 되어있다. 증상별 척도와 함께 전체 심도지수(Global Severity Index), 표출증상 심도지수(Positive Symptom Distress Index) 및 표출증상 합계(Positive Symptom Total)등의 3개 전체 지표에 의해서 환자의 임상적 특성을 평가할 수 있도록 되어 있다. 이 검사는 우리나라에서 원호택(1978), 김광일 등(1978)의 표준화를 위한 예비연구에서 높은 신뢰도가 보고되었으며 다면적인성검사(MMPI)와 같은 기능을 하면서 간편하다는 점에서 본 연구의 도구로 채택되었다.

3) 자료수집 및 통계처리

본 저자들은 간이정신진단 검사와 스트레스 설문 및 인구학적 특성이 포함된 설문지를 조사대상자들에게 나누어 주고 난 다음 반별로 학급 담임교사의 지도하에 집단으로 실시한 후 회수하였다. 여학생의 경우 성적 자료를 구할 수 없어서 본 연구에서는 남학생 303명의 자료만을 처리하였다. 수집된 자료는 SPSS-PC$^+$의 chi-square 검정과 Pearson 상관성에 의해 통계처리되었으며 그 유의수준은 0.05이었다. 조사당해 년도 1년간의 성적 평균과 스트레스 설문 및 간이정신진단 검사의 점수 간의 관계는 Pearson 상관성에 의해 통계처리 되었다.

결 과

1. 스트레스 영역별 남녀 간의 반응 양상 (Table 1)

1) 공부문제

공부 때문에 스트레스를 받지 않는다고 반응한 학생은 17.2%에 불과했으며 나머지 82.8%의 학생들은 스트레스를 받고 있는 것으로 나타났다. 문항별로는 성적 때문에 받는 스트레스 정도에서 86.1%의 학생들이 스트레스를 받는다고 하였으며 가족들에 의해 형제나 친구들과 성적을 비교당하는 것 때문에 심한 스트레스를 받는다고 한 학생들은 61.4%인 것으로 나타났다. 또한 효과적인 공부방법을 알수없기 때문에 스트레스를 받는다는 학생도 66%나 되었다.

공부문제와 관련된 스트레스 영역에서는 성적이나 시험, 또는 공부할 때 생기는 원치않은 잡념 등, 공부와 관련된 스트레스 내용 13개의 문항이 포함되어 있다. 12개의 문항의 평정점수를 남녀별로 구분하여 계산한 결과 반응양상에서 통계적으로 유의한 차이는 없었다.

2) 대인관계 문제

대인관계 문제 때문에 스트레스를 받는다고 보고한 학생은 22.1%였으며 77.9%의 학생들은 거의 받지않거나 전혀 스트레스를 받지않은 것으로 나타났다. 그러나 문항별 분석에서 친구와 마음이 맞지않은 것때문에 스트레스를 받는다고 보고한 학생은 전체학생의 45.4%였으며 스트레스를 거의 받지 않거나 전혀 받지않는다고 한 학생은 53.7%였다.

대인관계 영역의 스트레스 내용은 친구와의 사이가 나쁘거나, 친구들과의 관계에서 느끼는 열등감, 또는 친구와의 경쟁심 등 15개의 문항으로 구성되어 있다. 15개의 문항의 평정점수를 남녀별로 구분하여 계산한 결과, 반응양상에서 통계적으로 유의한 차이는 없었다.

3) 가정문제

전체학생의 20.0%가 가정문제와 관련된 스트레스를 받는다고 하였으며, 부모님이 너무 고생을 하는 것 때문에 받는 스트레스에서 전체학생의 72.5%의 학생들이 보통이상의 스트레스를 받고 있으며, 20.9%의 학생들은 매우 심한 스트레스를 받고 있는 것으로 나타났다. 부모님과의 대화가 안 통한 것 때문에 스트레스를 받는다는 학생들은 35.9%, 부모님의 부부싸움과 같은 가정불화 때문에 스트레스를 받는다는 학생은 30.5%로 나타났다. 가정문제에 관한 스트레스는 남자가 여자보다 유의하게 더 많은 스트레스를 받는 것으로 나타났다($\chi^2=11.06$, df=4, $P<.05$).

4) 학교생활

학교생활과 관련된 전반적인 스트레스 정도에서 스트레스를 받는다고 반응한 학생들은 전체학생의 19.2%였다. 학교생활 영역에 포함된 문항들에 대한 반응을 분석해 보면 학생들에 대한 교사의 편애 때문에 스트레스를 받는다는 학생들은 전체 36.4%였으며, 학교생활 자체에 대한 부담으로 인한 스트레스를 받는다는 학생은 39.8%였고, 학교환경

Table 1. Response distribution on stress

Sex\Stress	Severe	Moderate	Mild	Almost never	Never	Total
			Study-related stress			
Male	8(2.5)	75(23.3)	183(56.8)	53(16.5)	3(.9)	322(100)
Female	6(1.9)	66(20.6)	194(60.6)	54(16.9)	0(0)	320(100)
Total	14(2.2)	141(22.0)	377(58.7)	107(16.7)	3(.5)	642(100)
			Interpersonal stress			
Male	0(0)	6(1.9)	68(21.1)	199(61.8)	49(15.2)	322(100)
Female	0(0)	7(2.2)	61(19.1)	192(60.0)	60(18.8)	320(100)
Total	0(0)	13(2.0)	129(20.1)	301(60.9)	109(17.0)	642(100)
			Familial stress			
Male	0(0)	7(2.2)	66(20.5)	189(58.7)	60(18.6)	322(100)
Female	0(0)	12(3.8)	43(13.4)	179(55.9)	86(26.9)	320(100)
Total	0(0)	19(3.0)	109(17.0)	368(57.3)	146(22.7)	642(100)
			School-related stress			
Male	0(0)	10(3.1)	64(19.9)	187(58.1)	61(18.9)	322(100)
Female	0(0)	4(1.3)	45(14.1)	182(56.9)	89(27.8)	320(100)
Total	0(0)	14(2.2)	109(17.0)	369(57.5)	150(23.4)	642(100)
			Heterosexual stress			
Male	1(.3)	8(2.5)	38(11.8)	143(44.4)	132(41.0)	322(100)
Female	0(0)	0(0)	10(3.1)	68(21.3)	242(75.6)	320(100)
Total	1(.2)	8(1.2)	48(7.5)	211(32.9)	374(58.3)	642(100)
			Extracurricular activity-related stress			
Male	0(0)	8(2.5)	88(27.3)	171(53.1)	55(17.1)	322(100)
Female	0(0)	9(2.8)	67(20.9)	189(59.1)	55(17.2)	320(100)
Total	0(0)	17(2.6)	155(24.1)	360(56.1)	110(17.1)	642(100)
			Health and appearance-related stress			
Male	1(.3)	23(7.1)	102(31.7)	150(46.6)	46(14.3)	322(100)
Female	0(0)	22(6.9)	98(30.6)	160(50.0)	40(12.5)	320(100)
Total	1(.2)	45(7.0)	200(31.2)	310(48.3)	86(13.4)	642(100)
			Psychological stress			
Male	6(1.9)	24(7.5)	97(30.1)	135(41.9)	60(18.6)	322(100)
Female	7(2.2)	43(13.4)	94(29.4)	149(46.6)	27(8.4)	320(100)
Total	13(2.0)	67(10.4)	191(29.8)	284(44.2)	87(13.6)	642(100)
			Value-related stress			
Male	0(0)	22(6.8)	117(36.3)	141(43.8)	42(13.0)	322(100)
Female	1(.3)	35(10.9)	97(30.3)	135(42.2)	52(16.3)	320(100)
Total	1(.2)	57(8.9)	214(33.3)	276(43.0)	94(14.6)	642(100)
			Entering university or profession-related to stress			
Male	12(3.7)	56(17.4)	119(37.0)	97(30.1)	38(11.8)	322(100)
Female	9(2.8)	61(19.1)	105(32.8)	119(37.2)	26(8.0)	320(100)
Total	21(3.3)	117(18.2)	224(34.9)	216(33.6)	64(10.0)	642(100)
			Economic stress			
Male	4(1.2)	15(4.7)	66(20.5)	152(47.2)	85(26.4)	322(100)
Female	1(.3)	12(3.8)	38(11.9)	155(48.4)	114(35.6)	320(100)
Total	5(.8)	27(4.2)	104(16.2)	307(47.8)	199(31.0)	642(100)
			Religious stress			
Male	1(.3)	1(.3)	7(2.2)	68(21.1)	245(76.1)	322(100)
Female	0(.0)	1(.3)	7(2.2)	71(22.2)	241(75.3)	320(100)
Total	1(.2)	2(.3)	14(2.2)	139(21.7)	486(75.7)	642(100)

때문에 스트레스를 받는다는 학생들도 36.4%인 것으로 나타났다. 학교생활에 관한 스트레스는 남학생이 23%이고 여학생이 19.2%로 나타나 남학생이 여학생보다 유의하게 더 많았다($\chi^2=11.17$, df=4, $P<.05$).

5) 이성문제

자위행위때문에 스트레스를 받는다고 보고한 학생은 전체학생의 17.3%였으며, 남녀별로 분석해보면 남학생의 경우는 22.4%이고 여학생의 경우는 13.1%에 불과했다. 성에 대한 호기심 때문에 스트레스를 받는다고 보고한 학생은 전체 28.4%였으며 남학생의 경우는 35.5%이고 여학생의 경우는 21.0%로서 남녀 간의 뚜렷한 차이를 보이고 있다. 성적인 문제나 이성관계와 관련된 스트레스를 받는다는 학생들은 전체의 8.9%였으며, 남학생의 경우는 14.3%가 성적인 문제나 이성관계로 인한 스트레스를 받고 있다고 보고한 반면 여학생의 경우는 3.1%로 남학생이 여학생보다 유의하게 더 많은 스트레스를 받는 것으로 나타났다($\chi^2=84.33$, df=4, $P<.00001$).

6) 취미-오락

전체학생의 26.7%가 취미나 오락과 관련된 스트레스를 받고 있었다. 그 중 텔레비젼 시청때문에 공부를 할 수가 없어 스트레스를 받는다는 학생은 43.0%였으며, 하고 싶은 취미생활을 할 수 없는 것 때문에 스트레스를 받는다는 학생들은 52.9%나 된 것으로 나타났다. 이에 관련된 스트레스는 남녀간에 유의한 차이가 없었다.

7) 건강-용모

전체 학생의 38.4%가 건강이나 신체적 외모와 관련된 스트레스를 받고 있었다. 몸이 약하고 쉽게 피곤해지기 때문에 스트레스를 받는다는 학생은 43.1%였고, 얼굴이나 체격에 대한 열등감때문에 스트레스를 받는다는 학생은 31.4%였다. 건강-용모에 관한 스트레스를 받는 빈도는 남녀간에 유의한 차이가 없었다.

8) 심리-성격

전체 학생의 42.2%가 심리-성격과 관련된 문제로 스트레스를 받고 있었다. 계획대로 생활을 할 수 없는 것과 같이 자기통제 능력의 부족때문에 스트레스를 받는다는 학생들은 전체 학생의 65.5%였으며 긴장감이나 불안감때문에 스트레스를 받는다는 학생은 36.4%로 나타났다.

긴장감이나 불안감, 자기통제 능력 및 개성의 부족 등 3개 내용이 포함된 심리-성격 영역의 스트레스를 성별로 비교한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 있었다($\chi^2=18.71$, df=4, $P<.001$). 즉, 남자에 비해 여자가 더 많은 스트레스를 받는 것으로 나타났다.

9) 가치관

전체학생의 42.4%가 가치관과 관련된 문제로 스트레스를 받고 있었다. 삶에 대한 가치로 인한 스트레스를 받는다는 학생은 53.3%였고, 공부에 대한 회의때문에 스트레스를 받는다는 학생은 53.7%, 사회적인 문제들과 관련된 스트레스를 받는다는 학생들도 50.2%로 나타났다. 그러나 가치관에 관한 스트레스의 빈도는 남녀간에 유의한 차이가 없었다.

10) 장래-진학

전반적인 반응에서 장래-진학과 관련된 스트레스를 경험하고 있는 학생은 전체의 56.4%로 나타났다. 대학진학에서 전공의 선택때문에 스트레스를 받는다는 학생은 66.4%이며, 진로선택과 관련하여 부모와의 의견차이가 있어 스트레스를 받는다는 학생들은 29.9%인 것으로 나타났다. 장래-진학과 관련된 스트레스의 빈도는 남녀간에 유의한 차이가 없었다.

11) 가정경제

집안의 경제적인 어려움이나 용돈의 부족 등 3개문항으로 구성된 가정경제에 대한 스트레스에서는 전체학생의 21.2%가 스트레스를 경험하고 있었다. 집안의 가정형편이 어려워 이때문에 스트레스를 받는다는 학생은 28.5%였으며 용돈의 부족때문에 스트레스를 받는다는 학생은 28.5%로 나타났다. 가정경제에 관한 스트레스 빈도는 남학생이 여학생보다 유의하게 더 많았다($\chi^2=13.92$, df=4, $P<.01$).

12) 종 교

전체학생의 2.7%정도만이 종교와 관련된 전반적인 스트레스를 받는 것으로 나타났다. 현재의

신앙생활에 대한 회의 때문에 스트레스를 받는다는 학생은 전체의 7%였으며 부모님의 강요로 인한 신앙때문에 스트레스를 받는다는 학생은 3.7%에 불과하였다. 종교와 관련된 스트레스 빈도는 남녀간에 유의한 차이가 없었다.

2. 간이정신진단 검사 결과

한국판 간이정신진단 검사를 실시하여 자료를 처리한 결과, 한가지 이상의 척도에서 70점이상으로 나타난 인원수는 총 197명으로서 전체 조사 대상자 642명 중 30.68%를 차지하고 있다. 9개의 임상척도별, 70점이상이 되는 인원수를 성별로 구분해 본 결과는 Table 2와 같다.

간이정신진단 검사 결과 환산점수가 70점 이상의 인원수를 척도별로 구분해 보면 70점이상의 학생들은 우울증 척도에서 81명(12.6%)으로 가장 많았으며 그 다음이 편집증 80명(12.5%), 대인관계 예민성과 정신증 척도가 각각 77명(11.9%)의 순으로 나타났다.

3. 스트레스와 정신병리간의 관계

간이정신진단 검사로 얻어진 정신병리적인 증상들과 스트레스 간의 관계를 알아 본 결과, 간이정신진단 검사의 12개 하위척도들의 점수와 스트레스 질문지의 12개 하위척도 점수들 간의 상관계수는 모두 유의하였다. 가치관, 심리-성격, 공부문제와 대인관계 문제($r=.40$, $P<.01$)와 관련된 스트레스의 정도는 정신병리와 유의하게 높은 정 상관성을 보인 반면 이성문제, 가정경제 및 종교문제($r=.30$, $P<.01$)와 관련된 스트레스의 정도는 정신병리와 유의한 정 상관성을 보였다.

4. 스트레스와 학업수행수준 간의 관계

스트레스의 정도와 학업수행간의 상관성은 Table 3과 같다. 모든 스트레스 척도 점수들과 학업성적과는 역상관이 있는 것으로 나타났다. 그러나 학업성적과 통계적으로 유의한 관련성을 보이는 스트레스 영역은 공부문제, 대인관계, 가정문제, 이성문제, 신체건강과 외모 다섯가지 영역으로 나타났다.

5. 학업수행과 정신병리 간의 관계

성적 평균점수와 간이정신진단 검사의 하위척도 점수간에는 유의한 상관성이 없었다.

Table 2. Distribution of mentally disturbed students

Sex/SCL	SOM	OC	IS	DEP	ANX	HOS	PHOB	PAR	PSY
Male	30	8	40	31	20	21	30	36	38
N(%)	(9.3)	(2.5)	(12.4)	(9.6)	(6.2)	(6.5)	(9.3)	(11.2)	(11.8)
Female	20	13	37	50	28	28	17	34	39
N(%)	(6.3)	(4.1)	(11.6)	(15.6)	(8.8)	(8.8)	(5.3)	(10.6)	(12.2)
Total	50	21	77	81	48	49	47	80	77
N(%)	(7.8)	(3.3)	(11.9)	(12.6)	(7.5)	(7.6)	(7.3)	(12.5)	(11.9)

SOM : somatization
OC : obessive-compulsive
IS : interpersonal sensitivity
DEP : depression
ANX : anxiety
HOS : hostility
PHOB : phobic anxiety
PAR : paranoid ideation
PSY : psychoticism

Table 3. Correlation of stress scores with academic performance

Stress	ST1	ST2	ST3	ST4	ST5	ST6	ST7	ST8	ST9	ST10	ST11	ST12
r	−.14*	−.14*	−.18**	−.11	−.13*	−.05	−.20**	−.06	−.01	−.01	−.02	−.09

*p<.05 **p<.01
ST1 : study-related stress
ST2 : interpersonal stress
ST3 : familial stress
ST4 : school-related stress
ST5 : heterosexual stress
ST6 : extracurricular activity-related stress
ST7 : health and appearance-related stress
ST8 : psychological stress
ST9 : value-related stress
ST10 : entering university or profession-related stress
ST11 : economic stress
ST12 : religious stress

고 찰

본 연구에서는 청소년, 특히 고등학교 재학생들이 겪고 있는 정신적인 부적응의 정도가 어느정도 심각한지 그리고 이들이 경험하고 있는 스트레스가 무엇인지를 파악하고자 하였다. 스트레스 설문지에 대한 반응을 분석한 결과, 학생들이 가장 많은 스트레스를 받고 있는 것은 역시 공부와 관련된 것으로 나타났다. 전체 학생 중 82.8%가 성적이나 시험 또는 공부할 때의 잡념등으로 스트레스를 받고 있다고 보고하였다. 공부문제에 이어 장래의 진로나 진학때문에 스트레스를 받는다는 학생은 56.4%였으며 가치관과 관련된 스트레스는 42.4%, 심리-성격적 문제와 관련된 스트레스는 42.2%로 나타났다. 건강-용모와 관련된 스트레스는 38.4%, 여가시간의 부족 등 취미오락과 관련된 내용에서 26.7%, 대인관계 영역에서 22.1%, 가정경제적인 문제 영역 21.2%, 가정문제 영역에서 20.0%, 학교생활 영역에서 19.2%의 학생들이 스트레스를 받고 있다고 보고하였다. 이러한 결과는 고등학생들의 약 90% 정도가 학교생활과 가정문제 및 대인관계 등에서 한가지 이상의 적응곤란을 경험한다는 김광일 등(1983)의 연구결과와 일치한다.

간이정신진단 검사와 반응을 분석한 결과, 전체 학생 642명 중 197명이 한가지 이상의 척도에서 T 점수 70점 이상을 받아 30.68%의 학생이 심한 정신적 문제를 겪고 있는 것으로 나타났다. 본 연구에서 사용한 간이정신 진단검사는 자기보고식 검사일 뿐 아니라 전문가의 체계적인 관찰과 면담등 검사결과를 타당화할 수 있는 방법론적인 제한점이 있다고 볼 수 있다. 그러나 김광일 등(1983)이 심리검사와 개인면담을 통해 확인한 고등학생들의 정신건강 실태조사에서도 31.05%의 학생들이 정신장애로 진단될 수 있다고 주장한 바와 매우 일치한다는 점에서 고등학생들의 정신건강 문제가 심각함을 시사해 준다.

스트레스와 정신건강간의 관계를 확인하기 위해 스트레스 설문지 반응결과와 간이정신진단 검사의 하위척도들 간의 상관관계를 구해 보았다. 상관관계를 분석한 결과, 모든 스트레스 하위영역들이 간이 정신진단 검사의 하위척도들과 통계적으로 유의하게($P<.01$) 정상관성을 보였다. 이러한 결과는 스트레스가 정신장애에 직접적인 원인으로 작용한다고 보는 인과관계를 설명할 수는 없을 지라도 매우 밀접한 관계가 있음을 시사한다.

스트레스 및 정신병리가 학업수행과 어떤 관련성을 지니고 있는지를 알아보기 위해 학생들의 학업성적과 스트레스 질문지 및 간이정신진단 검사 점수들간의 상관성을 알아보았다. 스트레스 설문지 하위척도들과 성적 간의 관계에서는 모든 하위척도 점수들이 성적과 역상관성을 나타냈다. 학업성적과 통계적으로 유의한 관계를 보인 스트레스 영역은 신체건강 및 외모, 가정문제, 공부문제, 대인관계, 이성관계로 나타났다. 이러한 결과는 스트레스의 정도가 심각할 수록 학업성적이 저하될 수 있음을 의미한다. 한동세(1972)는 중고등학교 상급학년 중 정신과에서 치료를 받고 있는 학생들을 대상으로 이들이 경험하고 있는 심리적인 문제를 분석한 연구결과에서는, 입학시험 직전에는 학생들의 신경증적 증세가 심화되며 이들이 보이는 증상들이 매우 유사하면서도 독특한 증후군을 이루는 것으로 미루어 고삼병 또는 중삼병이라고 명명할 수 있다고 주장하였다.

본 연구에서 간이정신진단 검사 점수와 학업성적과는 유의한 상관성이 없었다. 정신건강 상태의 심각성 정도와 학업성취 수준이 밀접한 관계가 있을 것이라고 예상하였으나 본 연구 결과에서는 지지되지 않았다. 이는 정신건강 정도와 성적이 직접적인 관계가 없는 것으로 밝혀진 김광일 등(1983)의 연구결과와도 일치한다.

결 론

본 연구에서는 학생들이 겪고 있는 일상생활의 스트레스가 정신건강이나 학업성취에 영향을 미칠 수 있는지를 알아보고자 하였다. 고등학생들이 가장 많이 호소하고 있는 스트레스와 관련되는 문제는 공부와 관련된 것이었다. 이와 함께 장래의 진로나 진학과 관련된 문제 및 심리-성격적인 문제들이 주요한 스트레스인 것으로 나타났다. 정신건강상의 문제가 있다고 볼 수 있는 학생들은 전체학생의 30.68%에 해당하였다.

공부문제, 대인관계, 가정문제, 이성관계, 신체건

강과 외모와 관련된 스트레스는 학업성적과 유의한 상관성이 있었다. 정신건강 정도와 학업성적 간에 직접적인 관련성이 있을 것이라는 가설은 지지되지 않았다.

따라서 청소년기 정신건강 문제를 해결하기 위해서는 이들이 스트레스를 보다 효과적으로 대처할 수 있도록 도와주는 교육정책의 수립과 함께 스트레스 대처 프로그램의 개발이 시급함을 시사한다.

중심 단어 : 스트레스 · 정신병리 · 학업수행.

REFERENCES

김광일 · 김재환 · 원호택(1984) : 간이정신진단검사 실시요강. 서울, 중앙적성출판사

김광일 · 원호택 · 김이영 · 김명정(1983) : 고등학교 재학생의 정신건강 실태조사(I). 개인집중조사에 의한 소견. 정신건강연구, 제 1집, 서울, 한양대학교 정신건강연구소 1-40

김영환(1978) : 청소년 가출과 부모역할. 신경정신의학 17(1) : 33-99

김상덕(1975) : 재수생의 정신건강에 대한 조사연구. 신경정신의학 14(1) : 54-60

민병근 · 최상진 · 이길홍(1978) : 오늘의 청소년-한국 청소년의 의식구조와 행동양식. 중앙대학교 영신아카데미 연구원, 서울 한국청소년문제 연구소

원호택 · 이민규 · 이영호(1987) : 고등학교 재학생들의 스트레스. 한국임상심리학회지 6(1) : 170-180

청소년 대책위원회(1985) : 청소년 백서. 서울, 국무총리실 pp1-3

행동과학연구소(1977) : 국가발전과 청소년. 서울 배영사 pp3-10

한동세(1972) : 고삼병과 중삼병. 신경정신의학 11(4) : 235-242

Derogatis LR(1977) : SCL-90(Revised) Manual I. Clinical Psychometrics Research Unit. Baltimore, Johns Hopkins University School of Mediciene

Dorenwent BS, Dorenwent BP(1978) : Some issues in research on stressful life events, Journal of Nervous and Mental Disease 166 : 7-15

Holmes TH, Rahe RH(1967) : The social readjustment rating scale. Journal of Psychosomatic Research 11 : 213-218

Kazdin AE(1987) : Treatment of antisocial behavior in children-Current status and future directions, Psychological Bulletin 102 : 187-203

Offer D, Marcus D, Offer JL(1970) : A longitudinal study of normal adolescent boys. American Journal of Psychiatry 126 : 917-924

Otto U(1973) : Male youths-A social psychiatric study of a total anual population of Swedish adolescent boys. Acta Psychiatrica Scand 40 : 386-400

Weiner IB(1982) : Child and adolescent psychopathology. New York, John Wiley and Sons, pp15-20