

대학생의 흡연 유형 및 흡연과 심리사회적 요인의 관계에 관한 연구*

김상훈** · 조용래** · 표경식**

A Study on the Types of Smoking and the Relationship of Psychosocial Factors to Smoking of College Students*

Sang Hoon Kim, M.D.,** Yong Rae Cho, M.A.,** Kyung Sik Pyo, M.D.**

— ABSTRACT ————— *Korean J Psychosomatic Medicine 4(2) : 182-197, 1996* —

For the purpose of examining the relationship between smoking, perceived stress and vulnerability factors, and furthermore suggesting interventions to reduce excessive smoking and prevent nicotine dependency effectively, the questionnaires of perceived stress(stressful experiences), ways of stress coping(passive and active copings), smoking motives, social influence, age, amounts of smoking, and nicotine dependency were administered to smokers among medical students in Chosun university(n=186).

1) As a result of classifying smokers by the types of smoking, the most was a type of smokers to reduce negative emotions and the next in order were addictive smokers, smoker for stimulation, smoker for pleasure, etc.

2) The effects of motive, age, and active coping style were significant, but the effects of perceived stress, passive coping style, and social influence were not significant in average amount of daily smoking.

3) The effects of motive, social influence, and age were significant, but the effects of perceived stress, passive and active coping styles were not significant in the degree of nicotine dependency.

To summarize, it is concluded that there were a lot of people who smoke to solve negative emotions, but the direct effects of perceived stress and passive coping style on both average amounts of daily smoking and the degree of nicotine dependency were not significant. On the other hand, motive, age, active coping style, and social influence were proved to be more

*이 논문은 1995년도 조선대학교 학술연구비에 의하여 지원되었음.

This paper was supported by research grant(1995) from Chosun University.

*본 논문의 요지는 1996년 10월 24일부터 25일까지 열렸던 대한신경정신의학회 제 39 차 추계학술대회에서 포스터발표 되었음.

**조선대학교 의과대학 정신과학교실

Department of Psychiatry, College of Medicine, Chosun University, Kwang Ju, Korea

important variables than the others in explaining college students' smoking.

KEY WORDS : Smoking · Types of smoking · Perceived stress · Vulnerability factors.

서론

담배가 인류에게 소개된 이래 흡연행위는 인간, 특히 성인남자들의 기호행위 중 가장 널리, 그리고 보편적으로 애용되어 1980년대 전세계 성인인구의 거의 절반이 흡연을 하는 것으로 보고되었다(Pomerleau 1986). 미국의 경우 매년 1백만명 이상의 새로운 흡연자가 생기고 있으며(Vogel과 Norcross 1988), 21세기 중반에는 담배로 인한 사망자 수가 매년 1,000만명에 이를 것으로 추산되고 있다(Lando 1991).

우리나라의 경우 20세 이상의 성인 남자의 흡연율이 70%를 상회하여(김상철 1987, 서일 1988) 서구 여러 나라의 성인 흡연율 30% 수준의 두 배 이상이나 되는 실정이며(맹광호 1993), 청소년과 여성의 흡연율은 상대적으로 증가하고 있는 추세를 보인다(한중철 등 1995).

1950년대의 대규모 역학연구(Doll과 Hill 1954; Hammond와 Horn 1958)를 통해 흡연이 건강에 해롭다는 사실이 학문적으로 증명되기 시작하였으며, 그 이후로 각 학문 분야별로 많은 연구가 이루어져 왔고, 우리나라에서도 최근 들어 금연운동 협의회가 결성되고 금연운동이 전국적으로 확산되고 있어 흡연의 피해와 그 대책에 관한 연구가 활발히 진행되고 있는 것으로 보인다(박종구 1988).

흡연에 대한 여러가지 접근들 중 심리사회적 접근에서는 흡연 관련 문제의 원인을 주로 개인의 심리적인 특성과 상황적인 요인들 및 이들간의 상호작용에 그 초점을 맞추고 있다. 특히 스트레스와 흡연행동이 밀접하게 관련되어 있다는 주장들이 많이 제기되고 있으며(서일 등 1988, Gilbert등 1989, Green과 Johnson 1990, Levin등 1991, Pomerleau 1986), 사람들이 스트레스에 대한 반응으로 또는 긴장을 완화시키기 위해 담배를 피운다는 긴장감소 가설(tension reduction hypothesis)이 광범위하게 받아들여지고 있다. 이 이론에 따르면, 흡연은 개인의 긴장을 감소시키는 효과가 있기 때문에 사람

들이 스트레스를 받고 난 후에 담배를 피우게 될 뿐 아니라, 긴장유발 상황에서 흡연량이 증가된다고 한다(Margaret와 Shayna 1985, Pomerleau 1986, Rose 등 1983).

이러한 긴장감소 이론의 직관적이고 설득력있는 설명에도 불구하고 경험적인 지지는 일관적이지 않다(Perkins등 1992, Serxner등 1992, Cohen등 1991, Olekno와 Blacconiere 1990, Jarvik등 1989, Gottlieb등 1987, Shiffman과 Jarvik 1984, Fleming과 Lombardo 1987). 특히, 스트레스와 적응에 관해 최근에 이루어진 정신의학이나 심리학의 여러 문헌들을 고찰해 보면, 스트레스 경험이 심리적 적응의 정도를 직접 설명하는 변량이 일반적인 예상과는 달리 매우 적었을 뿐 아니라, 스트레스 경험과 적응의 관계에는 개인차가 있으며 스트레스 경험 단독보다는 관련 심리사회적 변인들의 효과 및 스트레스와 심리사회적 변인의 상호작용 효과가 더 크다는 점을 강조하고 있다(김정희 1987, 이민규 1993, Lazarus와 Folkman 1984).

이상의 내용들을 종합해 볼 때, 스트레스와 흡연의 관계를 보다 체계적으로 밝히기 위해서는 스트레스와 흡연의 관계를 증재하거나 조건화시키는 심리적 및 사회적 요인들 및 이 요인들의 역할에 관해 경험적으로 알아볼 필요가 있다. 따라서 기존의 긴장감소 가설보다는, 스트레스라는 개념과 관련해서 환경내의 자극특성과 이에 관한 반응의 중재자로서의 개인의 특성을 강조하는 스트레스 유발인-취약성 모델(stressor-vulnerability model)을 토대로 지각된 스트레스, 개인의 심리적 및 사회적 특성과 흡연의 관계를 고찰하는 것이 매우 중요할 것으로 생각된다(이봉건 역 1989, 조용래 1996, Sarason과 Sarason 1987). 이 모델에 기초하여, 스트레스와 부적응 반응간의 관계를 세분화해서 발전된 입장이 바로 Lazarus와 Folkman(1984)의 스트레스 대처 모델(stress coping model)이다.

스트레스 대처 모델에서는 스트레스를 크게 스트레스 자극(유발인), 스트레스 자극에 대한 개인의 지각과 인지적 평가, 대처행동, 부적응 반응 등 네가지 차원으로

나누고 있다. 본 연구에서는 스트레스 대처 모델에 따라 스트레스 변인을 스트레스 자극과 그 자극에 대한 개인의 인지적 평가를 강조하는 '지각된 스트레스'로 개념화하고 있는 반면에, 개인의 스트레스 대처방식의 경우 스트레스 대처모델에서 상정하듯이 지각된 스트레스와 부적응반응을 상호 매개하는(mediate) 변인으로 보지 않고 지각된 스트레스와 부적응반응의 관계를 중재하는(moderate) '개인의 취약성변인'으로 간주하고 있다(김정희 1987). 즉 효과적인 대안적 대처반응이나 자원이 부족한 사람들이 스트레스 상황에 대한 반응으로서 흡연을 할 가능성이 높다는 것이다. 따라서 흡연행동을 스트레스 대처방식이라는 관점에서 보면, 과도한 흡연은 알콜남용과 마찬가지로 스트레스에 대한 부적응적 대처반응으로 개념화할 수도 있겠다(Miller 등 1985).

한편 흡연행동은 대부분의 경우 사회적인 상황에서 이루어진다. 사회적인 학습이론의 관점에서는 모델에 대한 관찰이나 모방이 행동의 학습에 중요한 역할을 한다고 가정하고 있다(Bandura 1965, Pervin 1984). Chassin 등(1992)은 청소년이 흡연을 시작하는 이유를 성인의 역할에 참여하고자 하는 동일시 개념으로서의 '가상적 성숙(pseudomaturity)'으로 설명하고 있다. 즉 성인의 권리이며 상징인 흡연행동을 모방함으로써 개인 스스로 학생의 신분에서 성인의 역할로 옮겨가는 성숙의 감정으로 느끼고자 한다는 것이다. 따라서 청소년의 경우 또래 집단의 행동이나 태도가 흡연 등의 약물사용에 중요한 영향을 미칠 수 있다. Nelson 등(1986)은 청소년의 흡연을 포함한 약물사용에 관한 연구를 개관하면서 흡연 이유 중 가장 자주 언급되는 것이 또래 집단의 약물사용에 대한 압력이라고 보고한 바 있다. 이러한 연구 결과들은 주변에서 가까이 지내는 사람들의 흡연 습관이나 흡연에 대한 태도가 흡연행동에 중요한 예언변인이 될 수 있음을 시사한다(Chassin 등 1992, Jessor와 Jessor 1977).

또한 연령에 따라서도 흡연 양상에 차이를 보이고 있는데, 우리나라 흡연자의 대부분은 청소년 시기에 흡연을 시작하여 20, 30대에 가장 높은 흡연 비율을 보이고 있으며, 그 이후 연령이 증가할수록 흡연 비율이 감소하는 추세를 보이고 있다(연세 상담연구 1994, 한국 산업경제 연구소 1992). 따라서 연령 변인도 흡연행동을 설명할 때 중요하게 고려해야 할 변인으로 생각된다(한중

철 등 1995).

그러므로 본 연구는 흡연자의 흡연과 스트레스 경험 및 취약성 요인 간의 관계를 고찰하며, 이를 통해 과도한 흡연을 효과적으로 줄이고 니코틴 중독을 적절하게 예방하기 위한 대책들을 수립하는데 필요한 기초 자료를 얻고자 하는 것이 주 목적이다. 이를 위하여, 정기적인 흡연을 하는 대학생들을 대상으로 이들을 흡연 유형별로 분류해 보고, 개별 선행 연구들을 통해 흡연에 영향을 미치는 것으로 알려진 스트레스 경험 정도(지각된 스트레스), 스트레스 대처방식(적극적 및 소극적 대처방식), 흡연 동기, 사회적인 영향 및 연령 등이 대학생의 흡연에 기여하는 지를 체계적이고도 종합적으로 검증하고자 한다.

대상 및 방법

1. 연구대상

조선대학교 의과대학에 재학중인 학생 864명 중에서 여학생 123명을 제외한 남학생 741명 중에서 현재 흡연을 하고 있다고 보고한 학생들을 대상으로 하였다. 설문 조사 시기가 학기 말이었던 관계로 상당수의 학생들이 조사에 참여하지 못하여 192명으로부터 설문지가 수거되었고 이 중 불성실하게 응답한 6명을 제외한 186명이 최종 연구대상이었다. 흡연율은 전체 남자 의과대학생의 25.91%였고, 이들의 평균 연령은 23.68±3.19세였다.

2. 연구 절차 및 측정도구

연구자가 미리 제작한 설문지를 가지고 직접 학년별 교실로 찾아가 연구 목적과 방법을 소개한 뒤, 현재 흡연을 하고 있는 학생을 선별하여 설문지를 나누어주고, 지시사항을 설명해 준 다음, 연구대상 학생들로 하여금 자기-보고 식으로 응답하게 하였다. 본 연구에서 사용한 설문지에는 해당 학생들의 인구학적 특성에 관한 문항들과 함께, 다음과 같은 내용을 재는 측정도구들이 포함되었다.

1) 스트레스 경험의 정도(지각된 스트레스)

대학생들이 경험하고 있는 스트레스의 정도를 알아보기 위해 이민규(1993)가 사용한 스트레스 경험의 정도 질문지를 저자들이 수정 보완하여 사용하였다. 이 스트레스 경험의 정도 질문지에는 아버지 및 어머니와의 관계, 가정불화, 학교성적, 성격적인 문제, 학교적응문제,

대인관계, 전공에 대한 만족도, 지적인 능력과 관련된 문제, 건강문제 등 13가지 문제영역이 포함되어 있으며, 각 문제들을 평소 얼마나 심각하게 겪고 있는지를 5점 척도(0점 : 전혀 그렇지 않다~4점 : 대단히 그렇다)상에 평정하도록 하였다. 본 연구에서 사용된 질문지의 내적 합치도(Cronbachs α)는 0.71로서 비교적 만족스러운 수준이었다.

2) 스트레스 대처방식

Folkman과 Lazarus(1985)가 개발한 대처방식척도(ways of coping checklist)를, 김정희(1987)가 우리나라 말로 번안한 것을 사용하였다. 이 대처방식척도는 요인분석 및 신뢰도 분석 등의 절차를 거쳐 신뢰도와 타당도가 경험적으로 입증된 총 62개의 문항으로 이루어져 있다. 이 척도에는 문제 중심적 대처, 사회적 지지의 추구, 정서 완화적 대처 및 소원적 사고 등 4개의 하위 요인이 있다. 본 연구에서는 4개의 요인별로 요인부하량이 높은 5개의 문항들을 선정하여 20개의 문항으로 된 단축형 척도를 사용하였으며, 김정희(1987)의 연구에서처럼 문제 중심적 대처와 사회적 지지의 추구를 적극적 대처 방식으로, 정서 완화적 대처와 소원적 사고를 소극적 대처 방식으로 묶어 분석하였다. 본 연구에서 사용한 대처방식척도의 내적 합치도(Cronbachs α)는 0.69로서 비교적 양호하였다.

3) 흡연 유형 및 흡연 동기

흡연자를 유형별로 분류하고 또 흡연 동기가 흡연에 미치는 효과를 알아보기 위해 세브란스 가정의학과 니코틴중독 클리닉(1992)에서 개발한 흡연 동기에 관한 질문지를 사용하였다. 이 질문지는 자극추구형, 접촉추구형, 쾌락추구형, 부정적 감정 해소형, 탐닉중독(육체적 및 심리적 중독)형, 그리고 단순 습관형 등 6가지 흡연 유형 혹은 흡연 동기에 관해 묻는 18개의 문항들로 이루어져 있으며, 5점 척도(1점 : 전혀 해당되지 않는다~5점 : 자주 해당된다)상에 평정하도록 되어 있다. 흡연자를 유형별로 분류하기 위하여, 각각의 흡연 유형을 묻는 문항들에 응답한 점수의 총점이 11점 이상인 경우 해당 유형의 흡연자로 분류하였다. 본 연구에서 사용한 흡연 유형 및 흡연 동기 질문지의 내적 합치도(Cronbachs α)는 0.80으로서 비교적 높은 수준이었다.

4) 사회적 영향

각 개인의 흡연이 얼마나 주변 인물로부터 영향을 받고 있는지를 알아보기 위한 척도로서, '가족 중 누군가가 담배를 잘 피운다', '다른 사람으로부터 담배를 피우도록 권유를 받는다' 등 5개의 문항들로 이루어진 질문지를 연구자가 직접 제작하여 사용하였다. 각 문항별로 5점 척도(0점 : 전혀 그렇지 않다~4점 : 대단히 그렇다)로 평정하도록 해서 5개 문항의 점수를 합한 총점을 '사회적 영향' 변인의 점수로 하였다. 본 연구에서 사용된 사회적 영향 질문지의 내적 합치도(Cronbachs α)는 0.56이었다.

5) 흡연의 양

흡연의 양을 알아보기 위해서 하루 평균 담배를 몇 개비나 피우는지 그 숫자를 쓰도록 한 개방형 질문방식을 사용하였다.

6) 니코틴 의존 정도

니코틴 의존의 정도를 측정하기 위해 Fagerstrom과 Schneider(1989)가 개발하여 타당도와 신뢰도가 인정된 Fagerstrom Tolerance Questionnaire(FTQ)를 사용하였다. 이 질문지는 총 8개의 문항으로 구성되어 있는데, 본 연구에서 사용된 질문지에는 응답자의 거부적인 반응경향을 방지하기 위하여 '니코틴 의존 정도'라는 원래의 표현 대신 '흡연 습관'이라는 문구로 변경하여 사용하였다. 총점은 0점에서 11점까지이며, 5점이하는 가벼운 의존, 6점은 중등도 의존, 7점이상이면 심한 의존으로 평가되고 있다.

3. 자료 분석

각 변인별로 평균과 표준편차, 그리고 각 변인들간의 상관계수를 구하였다. 또한 흡연이라는 종속변인을 설명함에 있어서 각 독립변인(예언변인)들이 갖는 영향력의 상대적인 중요성을 확인하기 위하여 위계적인 중다회귀 분석(hierarchical multiple regression analysis)을 하였다. 이를 위해 스트레스와 흡연의 관계에 대한 선행연구결과들을 토대로 스트레스 경험의 정도, 소극적 대처, 적극적 대처, 흡연동기, 사회적 영향 및 연령 등의 6가지 독립변인들을 회귀방정식에 각각 순서대로 투입하였으며, 종속변인은 일일 평균 흡연량과 니코틴 의존 정도였다. 모든 통계분석은 SAS/PC(6.04 Version)로

하였으며, 유의수준은 $P < .05$ 로 하였다.

결 과

1. 흡연자의 유형별 분류(Table 1)

흡연자를 유형별로 분류한 결과, 전체 흡연자 186명 중 부정적 감정 해소형이 79.0%(147명)로서 가장 많았고, 그 다음은 탐닉중독형 30.6%(57명), 자극추구형 23.1%(43명), 쾌락추구형 15.1%(28명), 접촉선호형 12.4%(23명), 그리고 단순습관형 5.9%(11명) 순이었다. 이 결과로 보아 흡연자들 중 두가지 유형 이상에 중복되게 속하는 경우도 많음을 알 수 있다.

2. 각 변인의 평균, 표준편차 및 변인 상호간의 상관관계(Table 2)

본 연구에서 관심있는 모든 변인들의 평균, 표준편차 및 각 변인들간의 상관계수는 Table 2에 제시되어 있다. 전체 대상군의 일일 평균 흡연량은 15.40 ± 7.05 개비였으며, 니코틴 의존 정도의 평균은 3.47 ± 1.81 점 이었고, 이 두가지 흡연 변인은 서로 높은 정적 상관($r=0.67$, $p < .0001$)을 보였다. 일일 평균 흡연량은 흡연 동기($r=0.32$, $p < .0001$), 연령($r=0.30$, $p < .0001$) 및 사회적

영향($r=0.16$, $p < 0.05$)과 유의한 정적 상관을 보였으며, 스트레스 경험의 정도, 적극적 대처방식 및 소극적 대처방식과의 상관은 유의하지 않았다. 니코틴 의존 정도 역시 흡연 동기($r=0.39$, $p < .0001$), 사회적 영향($r=0.28$, $p < .0001$) 및 연령($r=0.19$, $p < 0.01$)과 유의한 정적 상관을 보였으며, 스트레스 경험의 정도, 적극적 대처방식 및 소극적 대처방식과의 상관은 유의하지 않았다.

3. 위계적인 중다회귀분석 결과

1) 일일 평균 흡연량(average amounts of daily smoking)(Table 3)

일일 평균 흡연량을 종속변인으로 하여 위계적인 중다회귀분석을 한 결과, 6가지 독립변인들이 일일 평균 흡연량의 총 변량 중 25.74%를 설명하는 것으로 나타났다. 6가지 독립변인들 중 흡연 동기, 연령 및 적극적 대처의 효과가 각각 유의하였으며, 특히 흡연 동기가 일일 평균 흡연량의 변량 중 13.63%를 설명하는 것으로 나타나 가장 큰 영향력을 보였다. 반면에, 스트레스 경험의 정도, 소극적 대처 및 사회적 영향 등 세가지 변인의 효과는 모두 유의하지 못했다.

일일 평균 흡연량에 대한 흡연 동기의 효과를 좀더 자

Table 1. The distribution of smokers by types of smoking(N=186)

	Stimulant	Contact	Pleasure	Negative affect	Habitual	Addictive
Frequency	43	23	28	147	11	57
Percent	23.1	12.4	15.1	79.0	5.9	30.6

Table 2. Descriptive statistics & correlations among major study variables(N=186)

Variables	Mean	S.D.	Amo	Dep	Str	Act	Pas	Mot	Inf
Age	23.68	3.19	0.30****	0.19**	-0.02	-0.05	-0.07	0.02	0.04
Amo	15.40	7.05		0.67****	-0.08	-0.14	-0.11	0.32****	0.16*
Dep	3.47	1.81			-0.05	-0.05	-0.04	0.39****	0.28****
Str	17.48	6.20				-0.00	0.14	0.20**	0.11
Act	13.04	4.82					-0.00	0.02	-0.02
Pas	14.09	4.66						0.23**	-0.10
Mot	48.72	10.93							0.19**
Inf	9.06	5.14							

* : $p < 0.05$

** : $p < 0.01$

**** : $p < 0.0001$

Amo : Amount

Dep : Dependency

Str : Perceived Stress

Act : Active coping

Pas : Passive coping

Mot : Smoking motive

세히 분석하기 위하여 흡연 동기의 6가지 하위 유형들을 독립변인으로 하여 단계적 중다회귀분석(stepwise multiple regression analysis)을 실시하였다. 그 결과, 흡연 동기의 하위 유형 중 탐닉 중독, 단순 습관성 및 자극추구 등의 효과가 각각 유의하였다.

또한 스트레스 대처변인의 효과를 더 분석하기 위하여, 스트레스 대처 변인의 4가지 하위 유형들을 독립변인으로 하여 단계적 중다회귀분석을 하였다. 그 결과, 스트레스 대처 하위 유형 중 사회적 지지의 추구 효과 및 소원적 사고가 일일 평균 흡연량에 역방향으로 유의하였다.

이에 더해, 스트레스와 각 취약성 변인간의 상호작용 효과가 일일 평균 흡연량을 설명하는 변량에 추가적인 기여를 하는 지를 위계적인 중다 회귀분석을 한 결과, 어떤 경우도 유의하지 않았다.

이 결과들을 종합해 보면, 탐닉중독, 단순 습관성 및 자극추구 등을 이유로 흡연을 할수록, 흡연자의 나이가 많을수록, 그리고 사회적 지지의 추구 등 적극적 대처방식을 적게 사용할수록, 일일 평균 흡연량이 증가한다고 할 수 있다.

2) 니코틴 의존 정도(degree of nicotine dependency)(Table 4)

니코틴 의존 정도를 종속변인으로 하여 위계적인 중다 회귀분석을 한 결과, 6가지 독립변인들이 니코틴 의존 정도의 총 변량 중 24.60%를 설명하는 것으로 나타났다. 6가지 독립변인들 중 흡연 동기, 사회적 영향 및 연령의 효과가 각각 유의하였으며, 특히 흡연 동기가 니코틴 의존 정도의 변량 중 17.11%를 설명하는 것으로 나타나 가장 큰 영향력을 보였다. 반면에, 스트레스 경험의 정도, 소극적 대처 및 적극적 대처 등의 효과는 모두 유의하지 못했다.

니코틴 의존 정도에 대한 흡연 동기의 효과를 좀더 자세히 분석하기 위하여 흡연 동기의 6가지 하위 유형들을 독립변인으로 하여 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. 그 결과, 탐닉 중독 및 단순 습관성 등 두가지 하위 유형의 효과가 각각 유의하였다.

이에 더해, 스트레스와 각 취약성 변인간의 상호작용 효과가 니코틴 의존 정도를 설명하는 변량에 추가적인 기여를 하는 지를 위계적인 중다 회귀분석을 한 결과, 어떤 경우도 유의하지 않았다.

이 결과들을 종합해 보면, 탐닉중독과 단순 습관성 등

Table 3. The effects of smoking related variables on smoking amount

Predictor variables	Semi-partial R ²	β	F
Perceived stress	0.0066	-0.1517	1.54
Passive coping	0.0086	-0.1316	2.01
Active coping	0.0224	-0.1247	5.26*
Smoking motive	0.1363	0.3534	31.95***
Social influence	0.0064	0.0853	1.50
Age	0.0771	0.2774	18.08***
Total R ²	0.2574		10.06***

* : P<0.05 *** : P<0.001

Table 4. The effects of smoking related variables on smoking dependency

Predictor variables	Semi-partial R ²	β	F
Perceived stress	0.0021	-0.1199	0.49
Passive coping	0.0005	-0.0867	0.12
Active coping	0.0040	-0.0580	0.92
Smoking motive	0.1711	0.4021	39.48***
Social influence	0.0391	0.1288	9.01**
Age	0.0292	0.1738	6.74**
Total R ²	0.2460		9.46***

** : P<0.01 *** : P<0.001

을 이유로 흡연을 할수록, 주변 사람들의 흡연행동을 관찰하거나 그들로부터 흡연을 권유받는 등의 사회적 영향이 클수록, 그리고 흡연자의 나이가 많을수록, 니코틴 의존 정도가 증가한다고 할 수 있다.

고 찰

본 연구는, 흡연에 대한 심리사회적 접근이라는 견지에서, 대학생 흡연자를 흡연 유형별로 분류하고, 그들의 흡연과 스트레스 경험 및 취약성 요인간의 관계를 검증함으로써, 과도한 흡연을 효과적으로 줄이고 니코틴 중독을 적절하게 예방하기 위한 대책들을 수립하는데 필요한 기초 자료를 얻고자 하였다.

1. 연구결과에 대한 고찰

우선 대학생 흡연자를 흡연 유형별로 분류해 보았는데, 그 결과 부정적 감정 해소형으로 분류된 흡연자들이 전체의 79.0%를 차지할 만큼 가장 많았으며, 그 다음으

로 탐닉 중독형, 자극추구형 및 쾌락 추구형 등의 순이었다. 이러한 결과는 사람들이 긴장을 완화시키기 위하여 흡연을 하고 스트레스를 받는 상황이나 긴장유발 상황에서 흡연량이 증가된다는 긴장감소 가설 및 선행 연구 결과(서일 등 1988, 배중면 등 1994, Margaret와 Shayna 1985, Pomerleau 1986, Rose 등 1983)를 지지하는 것으로 보여진다. 그렇지만, 탐닉중독형, 자극추구형이나 쾌락추구형으로 분류될 수 있는 흡연자들도 적지 않다는 점과, 흡연자들이 두가지 유형 이상에 속하는 경우가 많다는 점 등은 긴장감소 가설만으로는 대학생의 흡연행동을 충분히 설명할 수 없으며, 대학생의 흡연행동을 보다 정확하게 이해하고 그들의 흡연과 관련된 병적인 행동들에 효과적으로 개입하기 위해서는 긴장감소 가설 뿐만 아니라 다른 측면들도 함께 고려해야 할 필요성이 있음을 시사한다고 하겠다. 또한 본 연구에서 밝혀진 흡연자의 유형별 분류 결과는 흡연의 효과에 대한 기대감 및 흡연 동기라는 관점에서 이해할 경우 더 많은 정보를 얻을 수 있다고 생각되므로, 스트레스 경험의 정도 및 취약성 변인과 흡연의 관계에 관한 다음의 논의에서 더 자세히 고찰할 필요가 있다.

다음으로, 스트레스와 흡연의 관계를 보다 체계적이고 종합적으로 고찰하기 위하여, 개별적인 선행 연구들을 통해 흡연에 영향을 미치는 중요한 변인들로 알려진, 스트레스 경험의 정도(지각된 스트레스), 스트레스 대처방식(소극적 및 적극적 대처방식), 흡연 동기, 사회적 영향 및 연령 등의 변인과 흡연의 관계를 검증하였다. 분석 결과, 흡연량이나 니코틴 중독의 정도 모두에서 흡연 동기 및 연령 변인의 효과가 유의하였으며, 추가적으로, 사회적 지지의 추구 등 적극적 스트레스 대처방식을 적게 사용할수록 흡연량이 증가하였는데 비해, 니코틴 중독의 정도는 사회적 영향을 강하게 받을수록 높아진다고 밝혀졌다. 반면에, 예상과 달리 스트레스 경험의 정도나 소극적 대처방식의 효과는 흡연량 및 니코틴 의존의 정도 등 어떤 흡연변인에 대해서도 유의하지 못했다. 이러한 결과로 보아 대학생의 흡연에는 흡연 동기와 연령이 매우 중요한 변인이며, 이와 함께 스트레스 대처방식 및 사회적 영향도 중요하게 고려해야 될 변인임을 알 수 있다.

본 연구에서 스트레스 경험의 정도가 대학생의 흡연에 유의한 영향을 미칠 것이라는 견해와 일치하지 않는 결과가 나온 이유에 대하여 다음 두가지 가능성을 생각해 볼 수 있다. 첫째, 연구대상의 표집과 관련하여, 본 연구

에서는 의과대학생이라는 비교적 동질적인 집단을 대상으로 했다는 점이 결과에 영향을 주었을 수 있다. 구체적으로 말해, 의과대학생들은 학년에 따라 다소 차이가 있기는 하지만 대부분이 일주일에 40여 시간 이상의 강의를 받아야 하는 현실에 비추어 볼 때, 이들이 평소 겪는 스트레스 경험의 정도에서 개인차나 변량(variance)이 일반 대학생이나 다른 대상군에 비해 제한되어 있을 가능성이 있다. 이를 심리측정적 용어로 범위의 제한(restriction of range)이라고 하며, 상관분석이나 회귀분석의 결과는 이러한 요인에 영향을 받게 된다고 한다(Nunnally 1978). 따라서 앞으로 대학생의 흡연과 스트레스의 관계에 관해 보다 확실한 결론을 내리기 위해서는 표집대상을 의과대학생만이 아닌 일반 대학생으로까지 확장시켜 연구한 결과와 비교할 필요가 있겠다.

둘째, Cohen 등(1995)의 완충모델(buffering model)과 일치되게, 스트레스 경험의 정도가 무언가에 의해 완충됨으로써 흡연에 미치는 효과가 감소되었을 가능성이 있다. 원래 완충모델은 스트레스에 관한 연구에서 환경적, 심리적 및 생물학적인 접근을 원활하게 통합하기 위해 고안된 모델이다. 즉 스트레스 사건(자극)과 부적응적 반응 사이에 인지적 평가라는 매개변인을 위치시키고, 이들의 관계를 중재하는 변인으로서 성격, 사회적 지지 및 대처자원 등을 제시함으로써, 이러한 매개변인과 중재변인들이 스트레스와 부적응적 반응 간의 관계를 완충하는 역할을 하는 것으로 보았다. 이 모델에서 주장하는 견해와 일치되게, 본 연구에서 측정된 스트레스 경험의 정도, 즉 지각된 스트레스는 스트레스 자극 및 그 자극에 대한 개인의 인지적 평가가 포함되어 있는 과정적 변인으로 볼 수 있다(김정희 1987). 이와 함께, 본 연구의 결과로 보아 사회적 지지의 추구나 소원적 사고와 같은 스트레스 대처방식이 스트레스 경험의 정도와 흡연(특히 일일 평균 흡연량)의 관계를 완충하는 역할을 담당했을 가능성이 있다. 이러한 견해는 흡연군이 비흡연군에 비해 생활사건 스트레스의 양은 많지만 스트레스의 지각정도는 차이가 없는 것으로 나타난 결과를 두고 완충효과를 반영하는 것으로 해석한 본 석재호 등(1995)의 주장과 일치되는 것이다. 이에 더해, 본 연구에서 다른 취약성 변인을 고려하지 않고 스트레스 경험의 정도, 부정적 감정의 해소라는 흡연 동기 및 흡연(일일 평균 흡연량 및 니코틴 의존의 정도)의 관계를 추가로 분석한 결과, 스트레스 경험의 정도가 흡연에 직접적인 효과를 미치지

않지만, 부정적 감정의 해소라는 흡연 동기가 매개변인으로 작용하여 흡연에 간접적인 영향을 줄 가능성이 큰 것으로 밝혀졌다. 요약하면, '스트레스 경험의 정도' → '부정적 감정의 해소라는 흡연 동기' → '흡연'이라는 도식을 잠정적으로 설정할 수 있으며, 이러한 결과 역시 완충 모델을 지지하는 것으로 볼 수 있다.

흡연 동기가 대학생의 흡연을 설명하는데 있어 다른 어떤 취약성 변인보다도 가장 중요한 변인이며, 그 중에서도 탐닉 중독 및 단순 습관성이라는 동기가 흡연에 미치는 효과가 큰 것으로 밝혀졌다. 덧붙여서, 일일 평균 흡연량에는 자극추구 동기의 효과도 역시 유의한 것으로 나타났다. 이 결과는, 흡연자들의 흡연 동기를 중독 및 습관성 요인, 스트레스 반응 요인, 쾌락 요인, 사회적 요인 등 4가지 요인으로 나누어 분석한 결과, 중독 및 습관성 요인이 담배 뿐만 아니라, 알코올 및 커피의 과용과 관련이 있다고 한 Linn과 Stein(1985)의 주장과 일치한다. 이들에 따르면, 손으로 무언가 하기 위해, 남들과 보조를 맞추기 위해, 자신감을 가지기 위해, 왜 피우는지는 모르지만 그냥 습관적으로 담배를 피운다고 응답한 경우가 많아서 흡연 동기로는 스트레스 해소 보다 중독 및 습관성 요인의 역할이 더 강함을 시사하였다. 이와 같은 결과들은, 개인의 흡연 여부가 그 사람의 흡연에 대한 태도와 신념 및 중요한 타인이 흡연을 할 경우 그런 흡연의 효과에 대한 긍정적인 기대 등에 의존한다는 Ajzen과 Fishbein(1970)의 견해와, 주어진 동일한 환경에 대해 개인이 어떤 식으로 지각하는가에 따라 흡연 의도 및 행동이 결정된다고 보는 Jessor와 Jessor(1977)의 이론과도 일맥상통하는 것으로 생각된다. 앞에서 소개한 흡연자의 유형별 분류와 마찬가지로, 흡연행동을 흡연 동기라는 관점에서 이해하게 되면, 과도한 흡연을 줄이고 니코틴 중독을 예방하기 위한 대책을 수립하는 일이 보다 용이할 수 있다. 이 부분에 대한 고찰은 뒤에서 다시 하겠다.

또한 나이가 많을수록 흡연량이 많아지고 니코틴 의존 정도가 더 강해진다는 결과로 보아 대학생의 경우 고학년이 저학년보다 흡연량이 많으며 니코틴 의존 정도가 더 크다고 할 수 있다. 이 결과는 흡연 시작이 빠를수록 현재의 흡연량이 더 많았다는 보고(배종면 등 1994), 대학 입학 직후 남학생들의 흡연율은 약 27%이다가 1학년 2학기만 되면 50% 이상으로 증가하게 된다는 보고(김기순 등 1994), 그리고 우리나라 흡연자 중 20~30대가

전체 흡연 인구의 70% 정도를 차지하며 이들 흡연자의 대부분이 청소년 시기에 흡연을 시작한다는 보고(한종철 등 1995) 등과 함께, 대학생의 흡연문제를 이해하고 치료적 및 예방적 대책을 수립하는데 있어 연령변인(조사 당시의 연령과 흡연시작 연령) 및 그것과 관련된 변인들도 중요하게 고려해야 할 필요성이 있음을 시사한다.

일일 평균 흡연량에는 적극적 대처 변인의 효과가 역방향으로 유의하였으며, 특히 사회적 지지의 추구하고 같은 대처방식에 적게 의존할수록 흡연량이 증가하는 것으로 볼 수 나타났다. 즉 스트레스 상황에 처했을 때 다른 사람이나 전문가에게 도움을 청하는 경우 보다 도움을 청하지 않는 경우에 흡연이 증가하는 것으로 볼 수 있다. 이와 같은 맥락에서, Revell등(1985)은 흡연자들의 스트레스 대처 전략으로서 친구들에게 자신의 문제를 이야기하기, 부모, 의사, 카운슬러에게 전문적인 도움을 구하기, 그리고 스스로 해결하기 등의 3가지 대처 전략을 보이며, 본인 스스로 해결하는 수단으로서 담배 흡연, 마약 사용, 향정신성 약물 사용을 들었다. 또한 여성 흡연자들은 세가지 대처전략 중 앞의 두가지와 같이 외부에 도움(external help)을 청하는 전략을 사용하는 반면, 남성 흡연자들은 물질 사용을 통해 스스로 해결하는(self-help) 대처 방식을 더 많이 사용한다고 하였다.

사회적 영향 변인이 니코틴 의존 정도를 설명하는 직접적 효과가 유의하였는데, 이는 주변에 흡연을 하는 사람이 많고 그들과 친하거나 그들에게 호감이나 존경심을 느끼며 주변에서 흡연에 대한 권유를 많이 받을수록 니코틴 의존 정도가 더 강해짐을 의미한다. 이와 관련하여, Linn과 Stein(1985)은 가족이나 친구, 평소 알고 지내는 사람들과의 대인관계의 영향 역시 주요 흡연 동기이며, 친구들의 권유로 또는 친구에게 호감을 주기 위해 흡연을 시작하고 심한 의존을 보이게 된다고 설명하였다. 또한 이들 부류는 개인의 성격과 매우 관련이 깊다고 하였는데, 특히 낮은 자존감, 불만족스런 삶 및 우울증과도 유의한 연관성이 있음을 시사한 바 있다. 뿐만 아니라 부모들이 담배를 피우는 가정에서 자란 아동들의 경우 부모들이 가정에서 담배를 피우지 않는 가정에서 자란 아동에 비해 성장하면서 흡연자가 많다는 보고(유영식 등 1984)와, 청소년들의 음주를 포함한 약물 사용의 경우 또래 집단의 압력이 약물 사용에 중요한 요인으로 작용한다는 보고(Nelson 등 1986)도 역시 사회적 영향 변인이 니코틴 의존에 중요한 역할을 한다는 사실을 지지한

다고 하겠다.

2. 치료적 적용

이상의 결과들을 바탕으로, 대학생들의 과도한 흡연을 효과적으로 줄이고 니코틴 중독을 적절하게 예방하기 위한 대책들에 대해 살펴보겠다. 첫째, 흡연자의 유형을 흡연의 효과에 대한 기대감이나 흡연 동기라는 관점에서 조망해 볼 때, 각 유형에 맞는 처방법을 고려할 수 있다(미국 국립 암연구소 1996, 한종철 등 1995). 우선 흡연자의 유형별 분류에서 불안감이나 긴장감, 우울감 및 분노감 등 부정적 감정을 해소하기 위해 흡연을 한다고 보고한 학생들의 비율이 매우 높았다는 점은 이들로 하여금 다른 적절한 방법을 통해 부정적 감정을 해소할 수 있도록 해 줄 필요가 있음을 시사한다. 이러한 맥락에서, 불안장애, 우울장애 및 충동조절 등에 치료효과가 있는 것으로 밝혀지고 있는 긴장이완법(전경구 1993), 분노조절 훈련(Freeman과 Beck 1990), 우울이나 분노 유발 상황에 대한 재귀인(reattribution) 요법(이영호와 원호택 1990), 그리고 인지적 재구성 요법(Beck 등 1979) 등을 습득하도록 함으로써 이들을 도와줄 수 있을 것이다. 특히 재귀인 요법 및 인지적 재구성 요법의 경우 이미 발생한 부정적 감정을 줄이는데 뿐만 아니라 부정적 감정의 유발을 예방하는 데에도 매우 효과적인 것으로 알려져 있다(조용래 1996). 또한 탐닉중독형으로 분류된 흡연자는 가장 금연하기 어려운 경우로서 니코틴 패치 등 약물의 도움이 필수적이며, 자극추구형은 흡연 대신 운동으로 신체활력을 얻도록 하고, 쾌락추구형은 흡연혐오유도 행동수정요법을 실시하며, 접촉선호형은 담배 자체가 장난감 역할을 하는 경우로 동전이나 펜, 구슬 등을 담배 대신 가까이 하도록 하고, 단순 습관형은 별 생각없이 흡연을 하는 경우이므로 금연에 대한 강력한 동기부여만으로도 치료가 가능할 수 있을 것이다(미국 국립 암연구소 1996).

둘째, 스트레스 유발인자나 스트레스 상황을 효과적으로 처리할 수 있는 방식들에 대해 교육하고 훈련하는 방안을 고려할 수 있다. 특히 스트레스와 흡연의 관계라는 면에서 볼 때, 적극적인 스트레스 대처방식이 중요한 것으로 밝혀졌으므로, 적절한 지원자를 찾아 사회적 지지를 구하는 방법 및 문제중심적 대처방법 등을 익히도록 해 줄 필요가 있을 것이다.

셋째, 사회적 영향으로 인해 흡연문제가 심각해질 수

있으므로, 자기주장훈련(홍경자 1988)이나 효과적인 대화법(채규만 등 공역 1996) 등을 통해 주변 사람들로 부터 받는 흡연에 대한 권유를 적절하게 거절하도록 도와 줌으로써 그러한 영향을 적절하게 차단할 수 있을 것이다. 또한 흡연의 유혹을 받기 쉬운 술좌석을 가급적 피하도록 하는 방법과, 과도하게 흡연을 하는 사람들과 니코틴 중독으로 고통받는 사람들의 생활상의 폐해 및 건강상의 심각한 부작용 등을 홍보하는 영화를 관람하게 하는 방법 등도 도움을 줄 수 있다.

네째, 불안장애나 우울증 등 비교적 심각한 정신과적 장애가 있어 흡연문제를 보인다면 이 정신장애에 대한 정신과적 치료를 우선적으로 받을 필요가 있을 것이다.

3. 본 연구의 제한점 및 향후 연구방향

첫째, 본 연구는 의과대학에 재학중인 학생들을 대상으로 하였기 때문에, 이 연구결과를 일반 대학생이나 성인 흡연자에게 까지 일반화하는 데에는 주의를 요한다. 특히 스트레스 경험의 정도가 흡연에 유의한 효과를 미치지 않는 것으로 나온 결과가 앞으로 다른 흡연자를 대상으로 한 연구에서도 동일하게 나타나는 지를 알아볼 필요가 있겠다.

둘째, 본 연구에서는 연구대상을 남성 흡연자만으로 제한을 하였기 때문에 흡연에 대한 성차를 고려하지 않았다는 제한점이 있다. 여기에는 여학생의 흡연에 대한 사회적 인식이 좋지 않아 여학생들의 솔직한 응답을 구하기 어렵다는 사실(박종 등 1992)이 고려되었다. 그렇지만, 선행 연구들에서 성별에 따라 흡연경험률, 흡연 유형, 흡연 욕구 및 흡연 동기에 차이가 있으며(한종철 등 1995), 흡연 욕구나 스트레스에 대한 반응에서 차이를 보이고(Frith 1971), 그들이 사용하는 정신활성물질이 다르며(Cohen 등 1991), 성격적 특성에 차이가 나고(Revell 등 1985), 스트레스 대처방식이 다르며(Revell 등 1985), 지각하는 스트레스의 유형에도 차이를 보이고(Cohen 등 1991), 대부분의 흡연관련 연구에서 여성흡연자가 상대적으로 증가하고 있다는 보고 등을 감안할 때, 향후 여성 흡연자에 대해서 솔직한 응답을 얻어낼 수 있는 방법 및 측정도구를 개발함으로써(배중면 등 1994) 흡연에서의 성차에 관해 보다 체계적으로 연구할 필요가 있다.

셋째, 흡연자들을 흡연 유형별로 분류한 결과에서 부정적 감정을 해소하기 위해 흡연을 한다고 보고한 학생

들이 다른 어떤 유형보다도 많기는 했으나, 이들이 실제로 느끼고 있는 부정적인 감정이나 정신병리를 직접 측정하지 않았기 때문에 본 연구에서 나온 결과만 가지고는 스트레스 경험(지각된 스트레스) 및 취약성 요인과 흡연의 관계에서 부정적인 감정 혹은 정신병리가 하는 역할(예 : 매개변인)에 관해 보다 분명한 결론을 내릴 수 없다는 제한점이 있다. 따라서 앞으로의 연구에서는 흡연자의 불안감이나 우울감 혹은 분노감 등의 부정적인 감정을 측정하여 스트레스-취약성 모델의 관점에서 부정적 감정과 흡연의 관계에 관해 보다 직접적으로 알아볼 필요가 있겠다.

결 론

본 연구는 대학생의 흡연과 스트레스 경험 및 취약성 요인 간의 관계를 고찰하며, 이를 통해 과도한 흡연을 효과적으로 줄이고 니코틴 중독을 적절하게 예방하기 위한 대책들을 수립하고자 하는 목적에서, 조선대학교 의과대학 학생들 중에서 현재 정기적인 흡연을 하고 있다고 보고한 186명을 대상으로 그들의 스트레스 경험의 정도(지각된 스트레스), 스트레스 대처방식(소극적 및 적극적 대처방식), 흡연 동기, 사회적 영향, 연령, 흡연량 및 니코틴 의존 정도 등을 자기 보고형 질문지로 수집하고 이를 통계분석하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

- 1) 대학생 흡연자를 흡연 유형별로 분류한 결과, 부정적 감정 해소형이 가장 많았으며, 그 다음으로 탐닉 중독형, 자극추구형 및 쾌락 추구형 등의 순이었다.
- 2) 일일 평균 흡연량에 대해 흡연 동기, 연령 및 적극적 대처의 효과는 유의하였으나, 지각된 스트레스, 소극적 대처 및 사회적 영향의 효과는 유의하지 않았다.
- 3) 니코틴 의존 정도에 대해 흡연 동기, 사회적 영향 및 연령의 효과가 유의하였는데 비해, 지각된 스트레스, 소극적 대처 및 적극적 대처의 효과는 유의하지 않았다.

요약하면, 부정적 감정을 해소하기 위해 흡연을 하는 사람들이 많은데 비해, 흡연량 및 니코틴 의존 정도에 대해 지각된 스트레스 및 소극적 대처의 직접적인 효과는 모두 유의하지 않았다. 반면에 흡연 동기 및 연령, 그리고 적극적 대처나 혹은 사회적 영향이 대학생의 흡연을 설명하는데 있어 중요한 변인으로 밝혀졌다.

중심 단어 : 흡연 · 흡연 유형 · 지각된 스트레스 · 취약성 요인.

REFERENCES

- 김기순 · 김양옥 · 박 중 · 최진수(1994) 일부 대학 신입생들의 흡연관련요인. 대한보건협회지 20(1) : 3-14
- 김상철(1987) : 금연대책. 대한의학협회지 30(8) : 853-857
- 김정희(1987) : 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처 방식의 우울에 대한 작용-대학 신입생의 스트레스 경험을 중심으로-. 서울대학교 대학원 박사학위논문
- 맹광호(1993) : 흡연과 암발생 관련성 고찰. 가정의학회지 14(4 suppl) : S69-s75
- 미국 국립 암연구소(1996) : 흡연자의 유형별 분류. 중앙일보 : 효과적인 금연법. 5월 31일에서 인용
- 박 중 · 김병우 · 김양옥 · 김기순(1992) : 한 대학 신입생의 흡연과 건강관련행위 및 자각증상과의 연관성. 예방의학회지 25(3) : 223-237
- 박종구(1988) : 우리나라에서 흡연 연구와 앞으로의 과제. 대한의학협회지 10(2) : 146-152
- 배종면 · 안운옥 · 박병주(1994) : 대학생 흡연량과 스트레스와의 관련성. 예방의학회지 27(1) : 1-10
- 서 일(1988) : 한국인의 흡연율과 그 역학적 특성. 한국역학회지 10(2) : 131-137
- 서 일 · 이해숙 · 손명세 · 김일순 · 신동천 · 최영이(1988) : 전국 남자 중 고등학생들의 흡연실태. 한국역학회지 10(2) : 219-229
- 석재호 · 연병길 · 한창환 · 채승헌(1995) : 흡연군과 비흡연군 사이의 심리적인 요인과 행동학적 요인에 대한 비교 연구. 흡연위생연구, 한국인삼연초연구원. pp52-69
- 세브란스 가정의학과 니코틴 중독 클리닉(1992) : 니코틴 중독 크리닉 protocol.
- 연세대학교 학생상담소(1994) : 1994년도 신입생 실태조사. 연세상담연구, 연세대학교 학생상담소 10 : 3-44
- 유영식 · 이길홍 · 민병근(1984) : 비행 청소년의 담배흡연 상관변인 분석. 신경정신의학 23(3) : 274-288
- 이민규(1993) : 음주행동과 관련된 심리사회적 요인. 한국심리학회지 12(1) : 165-179
- 이봉건 역(1989) : 이상심리학. 서울, 성원사
- 이영호 · 원호택(1990) : 우울증과 인과귀인 : 개관. 한국심리학회지. 일반 9 : 111-133
- 전경규(1993) : 이완법의 이론적 배경 및 구체적 활용 : 점진적 이완법을 중심으로. 1993년도 한국 임상심리학회 추계 workshop 자료 : 건강심리학의 현황,

- 기법 및 적용. 서울, 한국임상심리학회, pp24-41
- 조용래(1996) : 대학생활과 정신건강 - 스트레스, 어떻게 대처하는 것이 효과적인가? - 대학생활연구 5 : 69-88
- 채규만 · 최규련 · 송정아 · 홍숙자 공역(1996) : 부부가 함께 말하기와 듣기(부부 대화법 I). 1판, 서울, 한국 가족상담 교육연구소
- 한국산업경제연구원(1992) : 제조담배 가격책정과 마케팅 전략에 관한 연구. 한국담배인삼공사
- 한종철 · 오경자 · 이기학(1995) : 한국인의 연령과 사회·심리적 요인에 따른 흡연 행동 분석. 흡연위생연구. 서울, 한국인삼연초연구원, pp110-198
- 홍경자(1988) : 자기표현 및 주장력 향상을 위한 집단상담 프로그램. 대학생활 연구 6 : 147-170
- Ajzen I, Fishbein M(1970) : The prediction of behavior from attitudinal and normative variables. J Experim Soc Psychol 6 : 466-487
- Bandura A(1965) : Influence of models' reinforcement contingencies on the acquisition of imitative responses. J Per Soc Psychol 1 : 589-595
- Beck AT, Rush AJ, Shaw BF, Emery G(1979) : Cognitive Therapy of Depression. 1st ed, NY, Guilford Press, pp142-167
- Chassin O, Presson CC, Sherman SJ, Edward DA(1992) : The natural history of cigarette smoking and young adult social roles. J Heal Soc Behav 35 : 152-160
- Cohen S, Kessler RC, Gorden LU(1995) : Strategies for measuring stress in studies psychiatric and physical disorder in measuring stress by Cohen S. Oxford University Press. pp3-28
- Cohen S, Schwartz JE, Bromet EJ, Parkinson DK (1991) : Mental health, stress, and poor health behaviors in two community samples. Prev Med 20 : 306-315
- Doll R, Hill AB(1954) : The mortality of doctors in relation to their smoking habits : A preliminary report. BMJ 1(4877) : 1451-1455
- Fagerstrom KO, Schneider NG(1989) : Measuring nicotine dependence: A review of the Fagerstrom Tolerance Questionnaire. J Behav Med 12 : 159-182
- Fleming SE, Lombardo TW(1987) : Effects of cigarette smoking on phobic anxiety. Addict Behav 12 : 195-198
- Freeman A, Beck AT(1990) : Cognitive Therapy of Personality Disorders. NY, Guilford Press
- Frith CD(1971) : Smoking behavior and its relation to the smoker's immediate experience. Br J Clin Psychol 10 : 73-78
- Gilbert DG(1979) : Paradoxical tranquilizing and emotional-reducing effects of nicotine. Psychol Bull 86 : 643-661
- Gilbert DG, Robinson JH, Chamberlin CL, Spielberg (1989) : Effects of smoking/Nicotine on anxiety, heart rate, and lateralization of EEG during a stressful movie. Psychophysiology 26(3) : 311-320
- Gottlieb NH, Lloyd LE, Bernstein VR(1987) : Sex and age differences in lifestyle risk : implications for health promotion programming. Am J Prev Med 3(4) : 192-199
- Green KL, Johnson JV(1990) : The effects of psychosocial work organization on patterns of cigarette smoking among male chemical plant employees. Am J Public Health 80 : 1368-1371
- Hammond EC, Horn D(1958) : Smoking and death rate -report on forty-four months of follow-up on 187,183 men I. Total mortality. JAMA 166(10) : 1159-1172
- Jarvik ME, Caskey NH, Rose JE, Herskovic JE, Sadehpour M(1989) : Anxiolytic effects of smoking associated with four stressors. Addict Behav 14(4) : 379-386
- Jessor R, Jessor SI(1977) : Problem Behavior and Psychosocial Development : A Longitudinal Study of Youth. NY, Academic Press
- Lando HA(1991) : Toward a comprehensive strategy for reducing the health burden of tobacco. Br J Addict 86(5) : 649-652
- Lazarus RS, Folkman S(1984) : Stress, appraisal and coping. New York Springer Publishing Company. pp181-225
- Levin ED, Rose JE, Behm F, Caskey NH(1991) : The effect of smoking-related sensory cues on psychological stress. Pharmacol Biochem Behav 39(2) : 265-268
- Linn MW, Stein S(1985) : Reasons for smoking extremely heavy smokers. Addict Behav 10(2) : 197-201
- Margaret WL, Shayna S(1985) : Reasons for smoking extremely heavy smokers. Addict Behav 10 : 197-201

- Miller PM, Surtees PG, Kreitman NB, Ingham JG, Sashidharan SP(1985) : Maladaptive coping response to stress, a study of illness inception. *J Nerv Ment Dis* 173(12) : 707-716
- Nelson T, Rosenthal D, Harrington RG, Michelson D (1986) : Assessment of adolescence substance abuse. In Harrington RG(ed) : *Testing adolescents*. Test corporation of America : Kansas City
- Nunnally JC(1978) : *Psychometric Theory*. 2nd ed, NY, McGraw-Hill, pp140-141
- Oleckno WA, Blacconiere MJ(1990) : A multiple discriminant analysis of smoking status and health-related attitudes and behaviors. *Am J Prev Med* 6(6) : 323-329
- Perkins KA, Grobe JE, Fonte C, Breus M(1992) : "Paradoxical" effects on smoking on subjective stress versus cardiovascular arousal in males and females. *Pharmacol Biochem Behav* 42(2) : 301-311
- Pervin LA(1984) : *Personality : Theory and Research*. NY : John Wiley and Sons
- Pomerleau OF(1986) : Nicotine as a psychoactive drug: Anxiety and pain reduction. *Psychopharmacology bulletin* 22(3) : 865-869
- Revell AD, Warburton DM, Wesnes K(1985) : Smoking as a coping strategy. *Addict Behav* 10 : 209-224
- Rose JE, Ananda S, Jarvik ME(1983) : Cigarette smoking during anxiety-provoking and monotonous tasks. *Addict Behav* 8 : 353-359
- Sarason IG, Sarason BR(1987) : *Abnormal Psychology – The Problem of Maladaptive Behavior*. NJ : Prentice-Hall
- Serxner S, Catalano R, Dooley D, Mishra S(1992) : Influences on cigarette smoking quantity. Selection, stress, or culture? *J Occup Med* 34(9) : 934-939
- Shiffman S, Jarvik ME(1984) : Cigarette smoking, physiological arousal and emotional response : Nesbitt's paradox re-examined. *Addict Behav* 9 : 95-98
- Vogel L, Norcross WA(1988) : Tobacco use. In : Hudson TW : *Clinical preventive medicine : Health promotion and disease prevention*. Little. Brown and Co., pp456-466

□ 부 록 □

안녕하십니까? 본 설문지는 조선대학교 의과대학 정신과학 교실에서 연구중인 흡연에 관한 것입니다. 바쁘시더라도 잠시 시간을 내셔서 협조해 주시면 저희 연구에 큰 도움이 될 것입니다. 여러분의 소중한 응답자료는 익명으로 처리되어 철저히 비밀이 보장될 것입니다. 한 문항도 빠짐없이 성실하게 응답해 주시면 대단히 감사하겠습니다.

1~8. 일반적 특성

1. 출생년도 :
2. 흡연을 처음 시작한 연령 _____세
3. 주로 피우는 담배의 이름은? _____
4. 평균 하루에 몇 개비나 피우십니까? _____개비
5. 지금까지 금연을 몇번 시도해 보았습니까? _____번
6. 가장 오랫동안 금연한 기간은? _____
7. 가장 최근에 금연을 시도한 때는? _____(일, 개월, 년)전
8. 만일 당신이 다음 2주 동안에 완전히 금연하기로 결정한다면, 성공할 가능성에 대해 어떻게 생각하십니까?
 1) 전혀 없다. 2) 없는 편이다. 3) 약간 있다. 4) 많 다. 5) 꼭 성공한다.

9~21. 생활문제와 관련된 스트레스 경험

다음의 각 문제(스트레스)들을 평소에 얼마나 심각하게 겪고 있습니까? 한 문항도 빠뜨리지 말고, 본인이 겪고 있는 심각한 정도에 따라서 해당되는 번호를 찾아 기입하십시오.

심각한 정도

- | | |
|----------------|--------------|
| (0) 전혀 그렇지 않다. | (3) 꽤 그렇다. |
| (1) 별로 그렇지 않다. | (4) 대단히 그렇다. |
| (2) 약간 그렇다. | |

- | | |
|------------------------|----------------------|
| 9. () 공부문제(시험성적등) | 16. () 신체적 건강, 용모 |
| 10. () 학교생활(적성문제등) | 17. () 장래, 진학 |
| 11. () 성격적인 문제 | 18. () 종교 |
| 12. () 친구관계 | 19. () 가치관 |
| 13. () 이성관계 | 20. () 취미, 오락 |
| 14. () 가정불화(부모와의 관계등) | 21. () 성충동 조절 및 성생활 |
| 15. () 가정경제 | |

22~41. 일반적인 스트레스 대처 유형

위와 같은 생활상의 문제들을 처리하기 위하여 아래와 같은 방법들을 각각 얼마나 많이 사용하십니까? 사용하는 정도에 따라서 해당되는 번호를 찾아 기입하십시오.

사용하는 정도

- | | |
|---------------|-----------------|
| (0) 사용하지 않는다. | (2) 어느 정도 사용한다. |
| (1) 약간 사용한다. | (3) 아주 많이 사용한다. |

스트레스에 대처하기 위하여 나는...

- 22. () 그 일에 대하여 좀 더 알아보려고 누군가와 이야기 한다.
- 23. () 운으로 돌린다. 때로는 운이 나쁠때도 있으니까.
- 24. () 아무일도 안 일어난 것처럼 군다.
- 25. () 그 일에서 무엇인가 창조적인 일을 할 수 있는 단서를 얻는다.
- 26. () 모든 것을 잊어버릴려고 노력한다.
- 27. () 전문적인 도움을 청한다.
- 28. () 활동 계획을 세우고 그것에 따른다.
- 29. () 그 일이 지금보다 더 나쁠 수도 있었음을 스스로 일깨운다.
- 30. () 문제를 구체화 시킬 수 있는 사람과 이야기를 한다.
- 31. () 새로운 신념을 얻는다.
- 32. () 긍지를 가지고 꾀꿉이 버티어 나간다.
- 33. () 일어난 일(또는 상황)이나, 나의 느낌을 바꿀 수 있기를 바란다.
- 34. () 존경하는 친척이나 친구에게 조언을 구한다.
- 35. () 이 일이 얼마나 잘못되었는지를 사람들이 눈치채지 못하도록 한다.
- 36. () 그 일을 무시해 버린다. 그것을 너무 심각하게 받아들이지 않는다.
- 37. () 자신이 느끼고 있는 바를 누군가에게 말한다.
- 38. () 자신이 처한 지금의 상황보다 더 좋은 경우를 상상하거나 공상한다.
- 39. () 그 일이 사라지거나 끝나버리기를 바란다.
- 40. () 일이 어떻게 되었으면 좋겠다는 공상이나 소망을 한다.
- 41. () 무엇을 해야 할 지를 알기 때문에 일이 잘 되도록 더 열심히 노력한다.

42~59. 흡연 동기

담배 피우는 이유를 알아보는 질문입니다. 열거된 이유가 당신에게 얼마나 해당되는지 그 정도에 따라서 해당되는 번호를 찾아 기입하십시오.

해당 정도		
(5) 자주 해당 된다.	(3) 가끔 해당 된다.	(1) 전혀 해당 없다.

- 42. () 마음의 여유를 갖기 위해 담배를 피운다.
- 43. () 담배, 라이터, 성냥등 담배와 관련된 것을 만지는 일은 대단히 즐겁다.
- 44. () 담배를 피우면 즐겁고 편안해진다.
- 45. () 무슨 일에 화가 날 때 담배를 피우게 된다.
- 46. () 담배가 떨어지면 불안해서 못 견뎌다.
- 47. () 나도 모르는 사이에 저절로 담배를 피우게 된다.
- 48. () 담배를 피우면 자극이 되고 일을 잘 하게 된다.
- 49. () 담배 피우는 하나 하나의 과정, 즉 담배를 뜯고, 꺼내고, 라이터를 꺼내서 불을 붙이고, 연기를 들이 마시고 내뿜고 그리고 재떨이에 비벼끄는 과정이 즐겁다.
- 50. () 담배 피우는 자체가 즐겁다.
- 51. () 마음이 불안하고 긴장될 때 담배를 피우게 된다.
- 52. () 담배를 안 피우고 있을 때 담배 안 피우고 있다는 사실을 의식한다.
- 53. () 재떨이 위에 피우던 담배를 놓고도 그 사실을 모르고 또 담배에 불을 붙인다.

54. () 담배를 피우면 기분이 좋아진다.
 55. () 내뿜는 담배연기를 쳐다보는 재미가 좋다.
 56. () 마음이 편안하고 안정되어 있을 때 주로 담배를 피우게 된다.
 57. () 기분이 울적하거나 걱정이 있을 때 담배를 피우게 된다.
 58. () 얼마동안 담배를 안 피우면 담배 생각이 나서 견딜 수 없다.
 59. () 언제 담배에 불을 붙였는지 모르는 상태에서 담배를 물고 있는 것을 발견할 때가 있다.

60~67. 흡연습관에 대해 알아보는 질문입니다. 솔직하게 답해 주십시오.

60. 아침에 일어난 후 언제 첫 담배를 피웁니까?
 0) 기상후 30분 이후 1) 기상후 30분 이내
61. 금연장소에서 담배를 피우고 싶어질 때는?
 0) 참는다 1) 참기 어렵다
62. 어느 담배가 더 맛있게 느껴집니까?
 0) 기상후 처음으로 피우는 담배가 아닐 때 1) 기상후 처음 피우는 담배
63. 하루 평균 흡연량은?
 0) 1~15개비 1) 16~24개비 2) 25개비 이상
64. 하루중 언제 담배를 많이 피웁니까?
 0) 오후 1) 오전
65. 아파서 누워있을 때도 담배를 피웁니까?
 0) 피우지 않는다 1) 피운다
66. 어떤 종류의 담배를 좋아합니까?
 0) 순한 담배 1) 보통 담배 2) 독한 담배

<참 고>

순한 담배 : 니코틴 함량 : 0.9mg 이하

하나로 라이트, 한라산, 엑스포 마일드, 88디럭스 마일드, 디스, 오마샤리프, 글로리,
 마일드 세븐, 버지니아 슬림, 말보로(라이트, 미디엄), 켄트, 필립 모리스, 던힐, 피네스

보통 담배 : 니코틴 함량 : 1.0~1.2mg

장 미, 도라지

독한 담배 : 니코틴 함량 : 1.3mg 이상

청 자

67. 자신이 피운 담배의 연기를 들어마십니까?
 0) 전혀 마시지 않는다 1) 때때로 마신다 2) 항상 마신다

68~72. 사회적 영향

주변 인물로부터 얼마나 영향을 받고 있는지를 알아보기 위한 질문입니다. 영향정도에 따라서 해당되는 번호를 찾아 기입하십시오.

영향 정도

- | | |
|---------------|-------------|
| (0) 전혀 그렇지 않다 | (3) 꽤 그렇다 |
| (1) 별로 그렇지 않다 | (4) 대단히 그렇다 |
| (2) 약간 그렇다 | |

68. () 가족중 누군가가 담배를 잘 피운다.
69. () 친하게 지내는 사람들이 담배를 잘 피운다.
70. () 다른 사람으로부터 담배를 피우도록 권유를 받는다.
71. () 내가 좋아하는 사람들이 담배를 잘 피운다.
72. () 내가 존경하는 사람이 담배를 잘 피운다.

수고하셨습니다. 지금까지 답해주신 내용은 순전히 연구목적으로만 사용될 것이며, 본인의 허락이 없이는 다른 사람에게 비밀을 지켜드립니다. 감사합니다.