韓國學校保健學會誌 第16卷 第1號
J. of Korean Soc. of School Health
Vol. 16, No. 1, 91~104, June 2003

초등학생의 스트레스와 스트레스 증상간의 관계

소 현*・정영숙**
*전북 완주군 화산초등학교, **전북대학교 간호학과

The Relationship Between Stress and Stress Symptoms among Elementary School Students

Hyun So*・Young-Sook Chung**

*Whasan Elementary School, Chonbuk Wanju
**Department of Nursing, Chonbuk University

ABSTRACT

The purpose of this study is primarily intended to examine the stress and physical, emotional and behavioral stress symptoms of elementary school students supply the basic data of intervention for children's health promotion.

The subjects of this study were 616 students who were currently enrolled in 5th and 6th grade elementary school in Jeollabukdo ; 3 schools in J city and other 6 in 3 rural area. The data were collected by self-reported questionnaire from 3rd to 13th April 2002 and collected data were analyzed by SPSS WIN 8.0.

The results of this study were as followings.

1. The mean score of stress that children experience was 2.73 and the most stressful factor was a friendship stress. The most frequently experienced stress were feel that a friends would leave them alone.
2. The mean score of stress symptom that children experience was 1.92 and the most stressful symptom was the emotion symptom. The most frequently experienced stressful symptom were feel fatigue of everyday.
3. General characteristics related to stress were showed significantly different according to sex(t=-3.243, p=.001)
4. General characteristics related to stress symptoms were showed significantly different according to sex(t=-2.268, p=.024), family circumstances(F=8.697, p=.000), academic scores(F=11.216, p=.000) and parental concerns on a child(t=-2.561, p=.011).
5. The relation between stress and stress symptoms showed a positive correlation, which was significant statistically(r=.453, p=.000).

In conclusion, elementary school students experience various stresses and the stress symptoms have positive close connection with health problems. Therefore, to study the students stress and consequent symptoms further, it is recommended that we should subdivide and analyze the stressor and stress symptoms by proper areas. In the meantime, in order to promote children's health using the data in this study, we should develop the correlated program among individual, family, school and community while we are deeply concerned about and support children continuously.

Key Words : stress, stress symptoms, school students

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

스트레스가 없는 삶이란 있을 수 없다. 현대를 스트레스의 시대라고 표현하거나 인생자체를 스트레스의 연속이라고 표현하는 것은 더 이상 새로운 사실이 아니다.

오늘날과 같이 세계화와 무한경쟁의 복잡하고 급변하는 사회에 살고 있는 현대인들은 과거에 비해 다양한 스트레스를 받고 있으며 끊임없는 문제해결의 상황과 크고 작은 사건에 직면하게 된다. 이 같은 생활문제에서 어느 정도의 자극과 심리적 부담을 체험하게 되는데 그것은 삶의 긴장과 동기유발, 정신적 도전과 정서적 각성을 유발시켜 성취와 발전을 이끄는 원동력이 될 수도 있지만 특정 개인에게는 충격적이고 위기상황이 되어 개인의 정서체계, 행동체계, 생리체계에 부담, 좌절, 갈등 및 불안으로 삶의 의욕이 상실될 수도 있다(박광수, 2000). 스트레스에 관한 많은 연구들의 공통적인 결론은 적정한 수준의 스트레스는 생에 활력을 주어 도움이 되지만 계속적인 스트레스는 신체적 정신적 질병과 관련하여 커다란 위해를 가져온다. 바꾸어 말하면 스트레스는 적절한 수준에서 경험하면 문제에 대한 빠른 인식과 수행능력을 갖게 하지만 그렇지 못할 때에는 개인의 에너지를 고갈시켜 신체적 정신적 질병을 초래한다(이혜경, 1989).

한국보건사회연구원(1999)의 청소년 건강실태와 정책과제에 대한 조사에 따르면 10세부터 12세의 청소년에서 59.3%, 13세부터 15세 청소년은 83.2%가 스트레스를 인식하고 있으며, 남학생보다 여학생이 그리고 연령이 높아질수록 많은 스트레스를 느끼고 있고 스트레스의 원인으로는 학업문제가 가장 높으며 다음으로 진로문제, 친구문제, 가정문제, 금전문제, 이성문제, 건강문제의 순으로 보고되고 있다.

현대사회의 아동들은 끊임없이 변화하는 세계에서 살아가고 있다. 과거와는 아주 다른 양상을 띤 변화속에서 어린이나 청소년은 학력편중주의, 진학전쟁, 수험지옥, 영재 교육, 주입식 교육 등 현대 어린이와 청소년에게 놓여져 있는 상황은 스트레스 환경이라고 말할 수 있다. 또한 대중매체의 발달과 각종 다양화된 정보와의 접촉, 핵가족화로 인한 인간정서의 메마름과 물질문명의 이기적 소산물은 초등학교 학생들에게도 예외 없이 갈등을 불러일으키고 나아가서 여러 가지 부작용을 내포하고 있다(명노학, 1999).

선행연구에서도 스트레스에 의해 초등학교 아동들은 학교공포증, 학교거부증, 교사와 친구사이의 인간관계를 형성하지 못하는 성격 결함, 학습의 문제, 과잉행동 등의 문제행동을 보이고 있다(김소현, 2000; 이중석, 1992; 한미현, 1996).

아동기의 스트레스는 유행병처럼 번져있으나 잘 알려져 있지 않고 아직 발달단계에 있으며 도움을 필요로 하는 시기이므로 자신들이 받고 있는 스트레스에 대해 이해하기가 힘들고 그 스트레스에 효과적으로 대처하는 능력이 부족하다(Medeiros et al, 1983)는 점에서 스트레스로 고통받는 아동이 증가하고 있다는 사실을 결코 간과해서는 안될 것이다.

그러므로 본 연구는 초등학생들을 대상으로 아동들이 경험하는 스트레스와 스트레스로 인한 신체적, 정서적, 행동증상들을 파악하여 아동을 양육하고 교육하는 부모, 교사, 건강전문인 및 보건교사들이 아동을 좀 더 깊이 이해하고 아동의 건강증진을 위한 중재의 기초자료를 제공하고자 하였다.

2. 연구목적

본 연구는 초등학생들이 경험하는 스트레스 요인별 정도를 확인하고 스트레스로 인한 신체적, 정서적, 행동증상을 파악하여 아동을 좀 더 깊이 이해하고 아동의 건강증진을 위한 중재의 기초자료를 제공하기 위함이며, 이에 대한 구체적인 목적은 다음과 같다.

1) 초등학생이 경험하는 스트레스 요인별 정도를 파악한다.

2) 초등학생이 경험하는 스트레스 증상을 파악한다.

3) 일반적 특성에 따른 스트레스와 스트레스 증상의 차이를 파악한다.

4) 스트레스와 스트레스 증상간의 관계를 파악한다.

3. 용어의 정의

1) 스트레스

스트레스란 생활장면에서 일어나는 정신적(내적, 외적)자극, 압력 또는 압박을 말한다(Selye, 1976).

본 연구에서는 가족관련, 친구(동성·이성)관련, 교사관련, 학업관련, 오락 및 여가활용관련, 건강 및 신체발육관련, 일상생활관련의 7개 요인으로 구성된 스트레스 측정도구로 측정한 점수를 말한다.

2) 스트레스 증상

스트레스 증상이란 스트레스로 인한 긴장 등이 신체적 질병을 야기 시키거나 불안, 우울, 짜증같은 증후로서 나타나며(Applebaum, 1980; Rabkin·Struening, 1976) 스트레스를 경험하고 있는 아동들의 심리적·신체적·행동증상을 말한다(임영식. 양돈규, 1998).

본 연구에서는 초등학생들이 개인, 가정, 학교, 일상생활 중에 겪는 과중한 책임이나 걱정, 긴장, 어려움, 짜증 등의 스트레스로 인하여 나타나는 신체적, 정서적, 행동증상 3개 영역으로 구성된 스트레스 증상 측정도구로 측정한 점수를 말한다.

III. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 초등학생이 경험하는 스트레스와 스트레스 증상간의 관계를 규명하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상은 전라북도 J시에 거주하는 초등학교 57개교 중 3개교와 전북지역내 3개 군단위 68개교 중 6개교를 임의 표출한 후 선정된 학교 5, 6학년에 재학중인 남학생 303명과 여학생 313명으로 총 616명을 대상으로 하였다.

3. 연구도구

본 연구에서 사용한 도구는 구조화된 질문지를 이용하였고, 질문지의 내용은 아동의 일반적 특성 7문항, 스트레스 측정도구 59문항, 스트레스 증상 측정도구 30문항의 총 96문항으로 구성되었다.

1) 스트레스 측정도구

스트레스 측정도구는 선행연구, 정승희·정영숙(1996), 허혜숙(1996)과 자가보고형식의 개방식 질문지를 사용하여 아동이 직접 기록한 자료를 토대로 연구의 목적과 아동의 이해수준에 맞게 수정·보완하여 최종적 도구로 사용하였다.

도구내용은 스트레스를 7개 요인으로 구분하여 가족관련 12문항, 친구관련 11문항, 교사관련 6문항, 학업관련 8문항, 오락 및 여가활용 관련 5문항, 건강 및 신체발육관련 7문항, 일상생활관련 10문항의 총 59문항으로 구성하였고 Likert 4점 척도를 사용하여 응답하도록 하였다.

각 문항에 대하여 스트레스 정도를 '전혀 받지 않는다' 1점, '별로 받지 않는다'2점, '약간 받는다'3점, '아주 많이 받는다'4점을 주어 총득점 범위는 최저 59점에서 최고 236점까지이며 점수가 높을수록 스트레스 정도가 높은 것을 의미한다.

스트레스 측정도구의 내적 일관성 신뢰도는 Cronbach's α값이 0.715이었다.

2) 스트레스 증상 측정도구

스트레스 증상 측정도구는 선행연구, 정원주(1997), 최성윤(1992)과 본 연구자가 자가보고형식의 개방식 질문지를 사용하여 아동이 직접 기록한 자료를 토대로 연구의 목적에 맞게 수정·보완하여 사용하였다.

도구내용은 스트레스 증상을 3개 영역으로 구분하여 신체적 증상 13문항, 정서적 증상 9문항, 행동증상 8문항의 총 30문항으로 구성하였으며, 아동들의 증상 정도에 따라 Likert 4점 척도를 사용하여 응답하도록 하였다.

각 문항에 대하여 '전혀 그렇지 않다' 1점, '별로 그렇지 않다' 2점, '약간 그렇다' 3점, '아주 그렇다' 4점을 주어 총득점범위는 최저 30점에서 최고 120점까지이며 신체적, 정서적, 행동증상의 점수가 높을수록 스트레스 증상 정도가 높은 것을 의미한다.

스트레스 증상 측정도구의 내적 일관성 신뢰도는 Cronbach's α값이 0.773이었다.

4. 자료수집 방법

본 연구의 자료수집 기간은 2002년 4월 3일부터 4월 13일까지이며 자료는 자가보고식 설문지를 이용해 수집하였고 연구자가 연구대상 학교에서 근무하는 보건교사를 방문하여 자료의 사용목적과 기록방법을 설명한 후 보건교사와 담임교사의 협조를 받아 이루어졌다.

조사에 앞서 학생들에게 이 조사는 초등학생의 능력을 알아보는 시험이 아니라 어떠한 문제에 부딪혔을 때 어떻게 생각하는지에 관심이 있기 때문에 솔직한 답을 원한다는 설명을 한 후 조사시에는 피험자들이 가능한 한 충실한 반응을 하도록 시간적 제한을 두지 않았다.

총 660부의 설문지를 배부하여 650부를 회수하였고 이 중 미응답 및 불성실 응답을 한 34부를 제외하고 최종 통계분석에 616부(93.3%)가 사용되었다.

5. 자료분석 방법

수집된 자료는 SPSS WIN 8.0 프로그램을 이용하여 분석하였으며, 구체적인 방법은 다음과 같다.

1) 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율을 산출하였다.

2) 대상자의 스트레스와 스트레스 증상 정도는 평균과 표준편차를 산출하였다.

3) 스트레스와 스트레스 증상간의 관계를 파악하기 위해 Pearson correlations coeffficients로 분석하였다.

4) 대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스와 스트레스 증상의 차이를 파악하기 위해 t-test, one-way ANOVA, Scheffé test를 이용하여 분석하였다.

6. 연구의 제한점

본 연구의 조사대상을 전라북도에 거주하는 1개 시지역 초등학교 3개교와 3개군 각 2개교의 일부지역에 한정하였고 대상자의 문장이해 능력과 질문답변 능력을 고려하여 초등학교 5, 6학년에 재학중인 학생으로 한정함으로써 연구결과를 전체 초등학생들에게 일반화하는데 어려움이 있다.

Ⅳ. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다. 대상자의 학년별 분포는 5학년 53.8%, 6학년 46.8%이었으

표 1. 대상자의 일반적 특성 (n=616)

특 성	구 분	실 수	백분율
학 년	5학년	328	53.2
	6학년	288	46.8
성 별	남	303	49.2
	여	313	50.8
종 교	기독교	275	44.6
	천주교	67	10.9
	불 교	79	12.8
	기 타	25	4.1
	없 음	170	27.6
가정경제 수 준	잘사는편(상)	102	16.6
	보 통(중)	500	81.2
	어려운편(하)	14	2.3
성 적	상위권	97	15.7
	중위권	455	73.9
	하위권	64	10.4
가 족 내 형제순위	첫 째	249	40.4
	중 간	123	20.0
	막 내	212	34.4
	외 동	32	5.2
부 모 님 관심정도	많 다	545	88.5
	많지않다	71	11.5

며 성별 분포는 남학생이 49.2%, 여학생은 50.8%이었다.

종교별 분포는 기독교인 경우가 44.6%으로 가장 많았으며 다음이 종교가 없는 경우로 27.6%이었고 불교 12.8%, 천주교 10.9%, 기타가 4.1%이었다.

대상자 자신이 느끼고 있는 가정경제수준별 정도는 보통이라고 생각하는 경우가 81.2%으로 가장 많았고 잘 사는 편 16.6%, 어려운 편 2.3%이었다.

대상자 자신이 알고 있는 자신의 성적별 분포는 중위권이 73.9%으로 가장 많았으며 상위권 15.7%, 하위권 10.4%이었다.

가족내 형제순위별 분포는 첫째가 40.4%으로 가장 많았고 다음이 막내로 34.4%이었으며 중간 20.2%, 외동의 경우는 5.2%이었다.

대상자가 느끼는 부모님 관심 정도에 따른 분포는 관심이 많다고 생각하는 경우가 88.5%이었고 관심이 많지 않다고 생각하는 경우는 11.5%이었다.

2. 대상자의 스트레스

대상자가 경험하는 스트레스 정도를 각 요인 및 문항별로 분석한 결과는 <표 2>와 같다.

전체적인 스트레스 정도를 4점 척도로 분석한 결과는 2.73(±.46)점으로 중간 이상의 수준이었고, 요인별 분포는 친구관련요인이 2.96(±.56)점으로 가장 높은 점수를 보였고 다음이 일상생활관련요인 2.89(±.55)점이었으며, 교사관련요인 2.78(±.69)점, 학업관련요인 2.74(±.58)점, 가족관련요인 2.71(±.50)점, 오락 및 여가활용관련요인 2.55(±.74)점 순이었고, 건강 및 신체발육관련요인은 2.45(±.64)점으로 가장 낮게 나타났다.

대상자가 경험하는 각 요인의 문항별 분포를 분석해 보면 친구관련요인은 '친구가 따돌릴 때'가 가장 높았으며 다음은 '친구가 욕이나 기분 나쁜 말을 할 때', '친구가 놀리거나 괴롭힐 때' 순이었고 '좋아하는 이성친구가 내 마음을 몰라줄 때'는 가장 낮게 나타났다.

일상생활관련요인은 '저학년이 건들고 대들 때'가 가장 높았으며 '등하교시 불량배를 만났을 때', '아끼는 물건을 잃어버렸을 때' 순이었고 '학교에서 과중한 책임을 하는 역할을 맡았을 때'는 가장 낮게 나타났다.

교사관련요인은 '선생님이 부당하게 처벌을 하실 때'가 가장 높았으며 다음은 '선생님이 성적평가를 공정하지 않게 하실 때', '선생님이 차별대우를 할 때' 순이었고 '선생님이 나에게 관심이 없을 때'는 가장 낮게 나타났다.

학업관련요인은 '시험을 못 보거나 성적이 떨어졌을 때'가 가장 높았으며 다음이 '숙제와 공부량이 많을 때', '공부(숙제)가 어려울 때' 순이었고 '장래 무엇이 될까 걱정이 될 때'는 가장 낮게 나타났다.

가족관련요인은 '부모님이 이혼하실 것 같다고 느낄 때'가 가장 높았으며 다음은 '가족들끼리 사이가 나빠졌을 때', '부모님이 다른 아이와 나를 비교할 때'순이었고 '형제(형, 언니, 오빠, 누나, 동생)가 없을 때'는 가장 낮게 나타났다.

오락 및 여가활용관련요인은 '게임하다가 친구가 반칙을 했을 때'가 가장 높았으며 다음이 '부모님이 허락하지 않아 하고싶은 놀이를 못했을 때', '컴퓨터를 하지 못할 때' 순이었고 '운동(게임)에 졌을 때'는 가장 낮게 나타났다.

건강 및 신체발육관련요인은 '잠을 충분히 잘 수 없을 때'가 가장 높았으며 다음은 '먹기 싫은 반찬을 억지로 먹으라고 할 때', '신체발육(키, 몸무게 등)이 내 또래에 비해 너무 늦다고(빠르다고) 생각될 때' 순이었고 '식사를 못하고 학교에 갈 때'는 가장 낮게 나타났다.

3. 대상자의 스트레스 증상

대상자가 경험하는 스트레스 증상 정도를 각 영역 및 문항별로 분석한 결과는 <표 3>과 같다.

전체적인 스트레스 증상을 4점 척도로 분석한 결과는 1.92(±.49)점으로 중간 이하의 수준이었고 영역별 분포는 정서적 증상이 2.30(±.68)점으로 가장 높은 점수를 보였고 다음은 신체적 증상이 1.96(±.55)점이었고, 행동 증상은 1.51(±.51)점으로 가장 낮게 나타났다.

대상자가 경험하는 각 영역의 문항별 분포를 분석해 보면 정서적 증상은 '기분이 좋았다 나빴다 한다'가 가장 높았으며 다음은 '이유없이 짜증을 부린다', '나의 모든 일이 잘 안될 것만 같다'순이었고 '모든 것이 불안하다'는 가장 낮게 나타났다.

신체적 증상은 '매일매일 피로감을 느낀다'가 가장 높았으며 다음은 '머리가 아프다', '어지러움을 느

표 2. 대상자의 스트레스 정도 (n=616)

문 항	M ± SD
친구관련	**2.96 ± .56**
친구가 따돌릴 때	3.45 ± .89
친구가 욕이나 기분 나쁜 말을 할 때	3.30 ± .85
친구가 놀리거나 괴롭힐 때	3.30 ± .87
친구가 나를 의심하거나 오해할 때	3.27 ± .90
친구가 자신을 무시할 때	3.17 ± .92
친구와 싸울 때	3.05 ± .96
친구가 빌린 돈이나 물건을 갚지 않을 때	2.73 ± 1.06
친구가 약속을 지키지 않을 때	2.72 ± .93
친구가 잘난척 할 때	2.71 ± 1.02
내 마음을 털어놓을 만큼 친한 친구가 없을 때	2.63 ± 1.11
좋아하는 이성친구(내가 남자라면 여자)가 내 마음을 몰라줄 때	2.25 ± 1.14
일상생활관련	**2.89 ± .55**
저학년이 건들고 대들 때	3.37 ± .99
등·하교시 불량배를 만났을 때	3.33 ± 1.02
아끼는 물건을 잃어버렸을 때	3.20 ± .98
거짓말이나 나쁜 행동을 했을 때	3.09 ± .95
남이 나의 물건을 허락없이 만졌을 때	3.04 ± 1.01
어른들이 질서를 지키지 않을 때	2.94 ± 1.03
부모님이나 선생님이 원하지 않는 과외(학원 등)을 강요하실 때	2.78 ± 1.14
용돈을 주지 않을 때(차별하여 줄 때)	2.59 ± 1.18
외모에 자신이 없을 때	2.38 ± 1.17
학교에서 과중한 책임(예: 회장, 반장 등)을 하는 역할을 맡았을 때(맡지 않았을 때)	2.19 ± 1.10
교사관련	**2.78 ± .69**
선생님이 부당하게 처벌을 하실 때	3.08 ± .99
선생님이 성적평가를 공정하지 않게 하실 때	3.08 ± 1.07
선생님이 차별대우를 할 때	2.96 ± 1.01
선생님이 약속을 지키지 않을 때	2.60 ± 1.02
선생님이 하기 싫은 일을 시킬 때	2.50 ± 1.00
선생님이 나에게 관심이 없을 때	2.47 ± 1.08
학업관련	**2.74 ± .58**
시험을 못보거나 성적이 떨어졌을 때	3.35 ± .86
숙제와 공부량이 많을 때	3.12 ± .98
공부(숙제)가 어려울 때	2.98 ± .97
시험을 볼 때	2.67 ± 1.09
하기 싫은 과목(수학 등)을 공부할 때	2.62 ± 1.14
학교에 가기 싫은데 매일 학교에 가야할 때	2.54 ± 1.16
수업시간에 친구들이 떠들거나 방해할 때	2.53 ± 1.05
장래 무엇이 될까 걱정이 될 때	2.11 ± 1.07

문 항	M	±	SD
가족관련	**2.71**	**±**	**.50**
부모님이 이혼하실 것 같다고 느낄 때	3.38	±	1.02
가족들끼리 사이가 나빠졌을 때(화목하지 않을 때)	2.95	±	.99
부모님이 다른 아이와 나를 비교하실 때	2.92	±	1.00
부모님이 간섭하거나 잔소리할 때	2.89	±	.94
형제나 자매끼리 싸울 때	2.87	±	1.04
부모님이 매로 때리거나 꾸중하실 때	2.84	±	1.01
부모님이 자주 싸울 때	2.76	±	1.10
할아버지(할머니)가 일찍 돌아가셔서 안계실 때	2.62	±	1.08
부모님이 형제간에 차별대우를 하실 때	2.54	±	.98
부모님이 나의 능력보다 지나치게 높은 기대를 하실 때	2.53	±	1.05
부모님이 어린이날 선물을 사주지 않거나 놀러가지 않을 때	2.45	±	1.08
형제(형, 언니, 오빠, 누나, 동생)가 없을 때	1.82	±	1.03
오락 및 여가활용 관련	**2.55**	**±**	**.74**
게임하다가 친구가 반칙을 했을 때	2.78	±	1.07
부모님이 허락하지 않아 하고싶은 놀이를 못했을 때	2.60	±	1.09
컴퓨터를 하지 못할 때	2.59	±	1.14
보고싶은 TV프로그램(비디오, 만화 등)을 보지 못했을 때	2.51	±	1.11
운동(게임)에 졌을 때	2.25	±	1.11
건강 및 신체발육관련	**2.45**	**±**	**.64**
잠을 충분히 잘 수 없을 때	2.96	±	1.05
먹기 싫은 반찬을 억지로 먹으라고 할 때	2.64	±	1.13
신체발육(키, 몸무게 등)이 내 또래에 비해 너무 늦다고(빠르다고) 생각될 때	2.52	±	1.15
다치거나 아파서 입원했을 때(아플 때)	2.51	±	1.13
성적인 발달(예, 수염, 여드름, 초경, 가슴나옴 등)이 빨라서(늦어서) 놀림을 받을 때	2.27	±	1.16
몸이 약해서 체육(운동경기)을 잘 못할 때	2.23	±	1.12
식사를 못하고 학교에 갈 때	2.00	±	1.06
전 체	2.73	±	.46

낀다'순이었고 '자신도 모르게 오줌을 싼다'는 가장 낮게 나타났다.

행동 증상은 '다른 사람보다 사고를 잘낸다'가 가장 높게 나타났고 다음이'소리를 지르게 된다', '화장실에 자주 가게 된다'순이었고 '아버지 술을 몰래 마신다'는 가장 낮게 나타났다.

4. 일반적 특성에 따른 스트레스

대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스 정도의 차이를 분석한 결과는 <표 4>와 같다.

전체적인 스트레스 정도는 성별에 따라서 여학생이 2.78(±.44)점으로 남학생 2.67(±.47)점보다 높게 나타났으며 이러한 차이는 통계적으로 유의하여 (t=-3.243, p=.001) 여학생이 남학생보다 스트레스 정도를 더 크게 인지하는 것으로 나타났다.

대상자의 특성 중 학년, 종교, 가정경제수준, 성적, 가족내형제순위, 부모관심정도에 따른 스트레스 정도는 통계적으로 유의하지 않았다.

5. 일반적 특성에 따른 스트레스 증상

대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스 증상 정도의 차이를 분석한 결과는 <표 5>와 같다.

전체적인 스트레스 증상은 성별에서 여학생이 1.97(±.46)점으로 남학생 1.88(±.51)점보다 높게 나타났으며 이러한 차이는 통계적으로 유의하였다

표 3. 대상자의 스트레스 증상 정도 (n=616)

문 항	M	±	SD
정서적 증상	**2.30**	**±**	**.68**
기분이 좋았다 나빴다 한다.	2.47	±	1.06
이유없이 짜증을 부린다.	2.46	±	1.08
나의 모든 일이 잘 안될 것만 같다.	2.43	±	1.06
어떤 일이라도 오랫동안 집중할 수 없다.	2.41	±	1.06
다른 사람보다 못난 것 같은 느낌이 든다.	2.35	±	1.13
자꾸만 자고 싶은 생각이 든다.	2.34	±	1.15
나는 모든 일에 관심이 없어진다.	2.08	±	1.07
어른들이 나만 보살펴 주기를 바라게 된다.	2.08	±	1.08
모든 것이 불안하다.	2.08	±	1.12
신체적 증상	**1.96**	**±**	**.55**
매일매일 피로감을 느낀다.	2.48	±	1.08
머리가 아프다.	2.41	±	1.11
어지러움을 느낀다.	2.29	±	1.13
감기에 자주 걸린다.	2.11	±	1.09
밥맛이 없거나 닥치는대로 먹는다.	2.04	±	1.01
조그만 사건에도 심장이 크게 뛴다.	2.01	±	1.10
잠이 안온다.	1.93	±	1.07
소화가 잘 안된다.	1.91	±	1.00
밤에 자도 악몽에 시달린다.	1.82	±	1.05
식은땀이 난다.	1.76	±	.95
나도 모르게 떨린다(또는 턱, 눈, 다리 등이 떨린다).	1.76	±	1.04
주위에서 내가 자는 동안 이를 간다고 한다.	1.70	±	1.05
자신도 모르게 오줌을 싼다.	1.27	±	.71
행동 증상	**1.51**	**±**	**.51**
다른 사람보다 사고를 잘 낸다(잘 넘어짐 등).	1.95	±	1.10
소리를 지르게 된다.	1.85	±	1.05
화장실에 자주 가게 된다.	1.56	±	.88
말을 더듬게 된다.	1.52	±	.87
보건실에 자주 가게 된다.	1.42	±	.82
무엇을 훔치게 된다.	1.30	±	.74
학교 가기가 싫어 결석을 한다.	1.28	±	.74
아버지 술을 몰래 마신다.	1.21	±	.64
전 체	1.92	±	.49

(t=-2.268, p=.024). 따라서 스트레스 증상은 여학생이 남학생보다 더 많이 느끼는 것으로 나타났다.

대상자 자신이 느끼고 있는 가정경제수준에 따라서는 어려운 형편의 아동이 2.37(±.78)점으로 보통 1.93(±.48)점, 잘사는 편의 아동 1.81(±.49)점보다 높게 나타났으며, 이러한 차이는 통계적으로 유의하였다(F=8.697, p=.000). 따라서 어려운 형편의 아동이 잘사는 편의 아동이나 보통인 형편의 아동보다 스트레스 증상을 더 많이 느끼는 것으로 나타났다.

대상자 자신이 알고 있는 자신의 성적에 따라서는 하위권의 아동이 2.18(±.60)점으로 중위권 1.91(±.47)점, 상위권 1.82(±.44)점보다 높게 나타났으며 이러한 차이는 통계적으로 유의하였다(F=11.216, p=.000). 따라서 성적이 하위권인 아동이 상위권이나

표 4. 일반적 특성에 따른 스트레스 정도의 차이 (n=616)

특 성	구 분	스트레스 요인			
		M ±	SD	t/F	p
학 년	1. 5학년	2.74 ±	.44	.768	.443
	2. 6학년	2.71 ±	.48		
성 별	1. 남	2.67 ±	.47	-3.243	.001
	2. 여	2.78 ±	.44		
종 교	1. 기독교	2.73 ±	.44	.496	.739
	2. 천주교	2.78 ±	.50		
	3. 불 교	2.70 ±	.45		
	4. 기 타	2.77 ±	.47		
	5. 없 음	2.73 ±	.47		
가정경제 수 준	1. 잘사는편	2.65 ±	.50	2.414	.090
	2. 보 통	2.74 ±	.44		
	3. 어려운편	2.89 ±	.53		
성 적	1. 상위권	2.73 ±	.46	1.574	.208
	2. 중위권	2.71 ±	.44		
	3. 하위권	2.82 ±	.54		
가 족 내 형제순위	1. 첫 째	2.76 ±	.42	2.046	.086
	2. 중 간	2.76 ±	.47		
	3. 막 내	2.66 ±	.48		
	4. 외 동	2.78 ±	.51		
부 모 님 관심정도	1. 많 다	2.71 ±	.46	-1.838	.066
	2. 많지않다	2.82 ±	.46		

하위권의 아동보다 스트레스 증상을 더 많이 느끼는 것으로 나타났다.

대상자 자신이 느끼는 부모님 관심정도에 따라서는 관심이 많지 않다고 느끼는 아동의 경우 2.06(±.59)점으로 관심이 많다고 느끼는 아동 1.91(±.47)점보다 높게 나타났으며 이러한 차이는 통계적으로 유의하였다(t=-2.561, p=.011). 따라서 부모님 관심이 많지 않은 아동이 관심이 많은 아동보다 스트레스 증상을 더 많이 느끼는 것으로 나타났다.

대상자의 특성 중 학년, 종교, 가족내 형제순위에 따른 스트레스 증상 정도는 통계적으로는 유의하지 않았다.

6. 스트레스와 스트레스 증상간의 관계

대상자가 지각하는 스트레스와 스트레스 증상간의 관계를 Pearson correlations coeffficients로 분석한 결과는 <표 6>과 같다.

스트레스 정도와 스트레스 증상간에는 유의한 순상관관계를 보여(r=.453, p=.000) 스트레스의 정도가 높아질수록 스트레스로 인한 증상도 높아지는 것으로 나타났다. 그러나 이들간 관계의 강도는 보통의 상관관계였다.

Ⅴ. 고 찰

본 연구에서 대상자의 스트레스 정도는 평균 2.73점으로 전체적인 아동의 스트레스 수준은 보통정도 이상의 스트레스를 경험하고 있는 것으로 나타났다. 이는 초등학교 4, 5, 6학년을 대상으로 한 정영숙과 정승희(1996)의 연구에서 스트레스 점수가 평균 3.18점으로 나타난 연구결과보다는 낮은 양상이었고, 초등학교 4, 5, 6학년을 대상으로 한 김소현(2000)의 연구에서 스트레스 점수가 평균 2.39점, 초등학교 4, 6학년을 대상으로 한 백경애(1997)의 연구에서 스트레스 점수가 평균 2.06점으로 나타난 결과보다는 높

표 5. 일반적 특성에 따른 스트레스 증상의 차이 (n=616)

특 성	구 분	스트레스 증상 M ± SD	t/F	p	Scheffé test
학 년	1. 5학년	1.93 ± .49	.235	.814	
	2. 6학년	1.92 ± .49			
성 별	1. 남	1.88 ± .51	-2.268	.024	
	2. 여	1.97 ± .46			
종 교	1. 기독교	1.93 ± .48	.818	.514	
	2. 천주교	1.88 ± .47			
	3. 불 교	1.97 ± .52			
	4. 기 타	2.04 ± .46			
	5. 없 음	1.89 ± .50			
가정경제 수 준	1. 잘사는편	1.81 ± .49	8.697	.000	3>2,1
	2. 보 통	1.93 ± .47			
	3. 어려운편	2.37 ± .78			
성 적	1. 상위권	1.82 ± .44	11.216	.000	3>2,1
	2. 중위권	1.91 ± .47			
	3. 하위권	2.18 ± .60			
가 족 내 형제순위	1. 첫 째	1.91 ± .46	.970	.423	
	2. 중 간	1.95 ± .49			
	3. 막 내	1.91 ± .49			
	4. 외 동	2.07 ± .69			
부 모 님 관심정도	1. 많 다	1.91 ± .47	-2.561	.011	
	2. 많지않다	2.06 ± .59			

표 6. 스트레스와 스트레스 증상간의 상관관계 (n=616)

	스트레스 증상 r(p)
스트레스	.453(.000)

은 양상이었다. 이러한 연구결과는 스트레스 측정도구 및 측정방법과 대상자의 특성에 따른 차이로 인한 결과로 생각한다.

대상자가 경험하는 스트레스 정도가 가장 높은 요인은 친구관련요인이었고 다음이 일상생활관련요인, 교사관련요인, 학업관련요인, 가족관련요인, 오락 및 여가활용관련요인, 건강 및 신체발육관련요인 순으로 나타났고, 스트레스와 관련하여 가장 점수가 높게 나타난 문항은 친구가 따돌릴 때, 부모님이 이혼하실 것 같다고 느낄 때, 저학년이 건들고 대들 때의 순이었다. 특히 친구관계에서 많은 스트레스를 받는 것으로 나타났는데 이러한 결과는 손정희(1995)의 친구가 놀리거나 때릴 때, 송의열(1995)의 친구와의 싸움, 조정숙(1996)의 자기 의견만 강조할 때, Band & Weisz(1988)의 친구와의 헤어짐으로 나타난 연구결과와 유사하였다. 아동이 성장 발달함에

따라 또래집단에서 많은 적응적 요구를 받고 있고 오늘날 심각한 문제로 대두되고 있는 학원폭력과 힘센 친구의 괴롭힘 또는 집단 따돌림과 같은 문제 등도 관련이 있음을 시사해주고 있다.

대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스 정도는 여학생이 남학생보다 스트레스를 더 높게 인지하는 것으로 나타났는데 이는 초등학교 4, 5, 6학년을 대상으로 한 김무채(1993), 홍미경(1998), 김영진(1999)의 연구결과와 일치하였으며 초등학생 시기에는 연령상 여학생이 남학생보다 정신 심리적 성장이 빨라 차이가 있는 것으로 생각한다.

이상에서 살펴본 바와 같이 초등학생들은 학교, 사회와 같은 주변환경과의 관계에서 스트레스를 많이 받고 있음을 알 수 있으며 특히 친구관계에서 야기되는 아동의 스트레스를 최소화시켜주고 바람직한 방향에서 문제를 해결할 수 있도록 능력을 배양하는 중재적 역할이 필요하며, 여학생의 스트레스가 높음을 고려하여 여학생의 성장발달에 따른 사회심리적인 긴장과 갈등을 해소할 수 있는 가정, 학교, 사회의 지지체계가 필요하리라 본다.

본 연구에서 대상자의 전체적인 스트레스 증상은 평균 1.92점으로 비교적 낮게 나타났다. 이는 초등학생을 대상으로 한 정원주(1997), 조성숙(2000), 최성윤(1992), 최창호(1993)의 연구에서 스트레스로 인한 증상이 심하지는 않으나 한두가지 이상의 정서적 증상을 경험하는 것으로 나타난 결과와 유사하였다.

대상자가 경험하고 느끼는 가장 많은 스트레스 증상은 정서적 증상이었고 다음이 신체적 증상, 행동 증상 순으로 나타났으며, 스트레스 증상과 관련된 문항 중 가장 점수가 높은 문항은 매일 매일 피로감을 느낀다, 기분이 좋았다 나빴다 한다, 이유없이 짜증을 부린다의 순이었다. 이러한 결과는 스트레스가 있어 정서적 증상이 있어도 행동적 증상으로 나타나지 않기 때문에 부모나 교사들이 행동적으로 표출되는 증상이 없다고 스트레스가 없는 것으로 간주하면 안된다는 것을 시사해준다.

대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스 증상은 여학생이 남학생보다 높게 나타났으며, 이러한 결과는 초등학생을 대상으로 한 신희선(1996)과 청소년을 대상으로 한 오가실과 한정석(1990)의 연구결과와 유사하였는데 이는 여학생의 경우 사춘기가 시작되는 시기로 발달적 특성과 관련하여 스트레스 증상을 더 많이 경험하는 것으로 볼 수 있다.

대상자 자신이 느끼는 가정경제수준에 따른 스트레스 증상은 어려운 형편의 아동이 보통, 잘사는 편의 아동보다 높게 느끼고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 초등학생을 대상으로 한 정원주(1997), 조양희(1998)의 연구결과와 유사하였는데 이는 현대 소비사회의 물질 만능의 사고가 초등학교에서부터 아동들에게 영향을 주고 있으며 낮은 사회경제적 상태에 있는 아동들은 중산층이나 상류층의 아동보다 직면하지 않으면 안되는 불리한 환경과 더 많은 요구 때문에 추가적인 스트레스에 직면할 수 있다고 생각한다.

대상자 자신이 알고 있는 자신의 성적에 따른 스트레스 증상은 하위권의 아동이 중위권, 상위권의 아동보다 높게 나타났으며, 이러한 결과는 초등학생을 대상으로 한 박광수(2000), 조성숙(2000)의 연구결과와 유사하였다. 이는 우리나라의 입시위주의 교육제도와 성적이 아동을 평가하는 기준이 되는 현실 속에서 아동들의 심리적 부담과 정신건강의 저해요인이 된다고 할 수 있다. 그러므로 성적이 낮은 아동들에게 성취감과 자신감을 가질 수 있도록 세심한 배려가 필요하다.

대상자가 느끼고 있는 부모님 관심에 따른 스트레스 증상 정도는 관심이 많지 않은 경우가 관심이 많은 경우보다 높게 나타났는데, 이러한 결과는 이는 현대사회가 대부분 핵가족화 됨으로써 가족구성원의 단일함으로 인한 중재자의 부재, 지지자의 부재 등으로 스트레스 증상을 많이 경험하는 것으로 생각한다.

이상에서 살펴본 바와 같이 스트레스 증상은 여학생의 경우, 가정경제가 어려운 경우, 성적이 하위권인 경우, 부모님관심이 낮은 경우 높게 나타났으므로 이들 취약집단에 대한 집중적인 관심과 성장기의 아동들에게 정신 신체적으로 심각한 문제를 가져올 수 있는 스트레스 증상의 조기발견을 위한 상담과 지도가 필요하리라 본다.

대상자의 스트레스와 스트레스 증상간의 관계를 확인한 결과 통계적으로 유의한 순 상관관계를 가져, 스트레스 정도가 증가할수록 스트레스 증상도 증가하였다. 이러한 결과는 Yarcheski & Mahon

(1986)의 연구에서 지각된 스트레스와 건강증상간의 관계, 신희선(1996)의 연구에서 스트레스와 건강증상간의 관계, 조남진과 박인숙(1998)의 연구에서 스트레스 생활사건과 건강문제간의 유의한 상관이 있음을 보고한 결과들과 유사하였는데 이는 스트레스 정도가 높을수록 스트레스 증상이 더 많이 나타나는 것으로 해석되며 건강문제와의 관련성이 높음을 시사해 주고 있다.

따라서 초등학생들의 스트레스 증상을 저하시키고 초등학생 스스로 스트레스에 효율적으로 대처해 나갈 수 있는 초등학생용 스트레스 관리내용이 포함된 프로그램의 개발과 학교에서의 체계적인 보건교육과정의 운영이 필요하다고 본다.

Ⅵ. 결론 및 제언

1. 결 론

본 연구는 초등학생을 대상으로 아동들이 경험하는 스트레스 정도와 스트레스로 인한 신체적, 정서적, 행동 증상을 파악하여 아동을 좀 더 깊이 이해하고 아동의 건강증진을 위한 중재의 기초자료를 제공하기 위하여 전라북도 J시에 거주하는 초등학교 3개교와 전북지역내 3개 군단위 6개교의 5, 6학년에 재학중인 남녀학생 총 616명을 대상으로 2002년 4월 3일부터 4월 13일까지 자가보고식 설문지를 이용하여 실시하였다. 자료분석방법은 SPSS WIN 8.0 프로그램을 이용하였다.

연구결과를 요약하면 다음과 같다.

1) 대상자가 경험하는 스트레스의 평균은 4점 만점에 2.73(±.46)점으로 중간이상의 수준이었고 가장 스트레스를 많이 경험하는 요인은 친구관련 스트레스이었으며, 스트레스를 가장 높은 빈도로 경험하는 문항은 친구가 따돌릴 때로 나타났다.

2) 대상자가 경험하는 스트레스 증상의 평균은 4점 만점에 1.92(±.49)점으로 보통수준 이하이었고 스트레스 증상을 가장 많이 경험하는 영역은 정서적 증상이었으며, 스트레스 증상으로 가장 많이 경험하는 문항은 매일매일 피로감을 느낀다로 나타났다.

3) 대상자의 특성에 따른 스트레스의 정도는 여학생(2.78±.44)의 점수가 남학생(2.67±.47)보다 높게 나타났으며 이러한 차이는 통계적으로 유의하였다(t=-3.243, p=.001). 따라서 여학생이 남학생보다 스트레스를 더 많이 인지하는 것으로 나타났다.

4) 대상자의 특성에 따른 스트레스 증상은 여학생의 경우(t=-2.268, p=.024), 가정경제수준이 어려운 경우(F=8.697, p=.000), 성적이 하위권인 경우(F=11.216, p=.000), 부모님 관심정도가 낮은 경우(t=-2.561, p=.011)에서 높게 나타났으며 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 따라서 여학생이고 가정경제가 어렵고 성적이 하위권이고 부모님관심이 많지 않은 아동에서 스트레스 증상을 많이 인지하는 것으로 나타났다.

5) 대상자의 스트레스와 스트레스 증상간에는 순 상관관계를 나타내었고 통계적으로 유의하였다(r=.453, p=.000). 따라서 스트레스의 정도가 높아질수록 스트레스 증상도 높아지는 것으로 나타났다.

위의 결과를 종합해 보면 초등학생들은 다양한 스트레스를 경험하고 있고 그로 인해 스트레스 증상을 경험하는 것으로 나타났으므로 아동의 스트레스를 더욱 심층적으로 연구하기 위해서는 스트레스 요인과 증상을 각 영역별로 세분화하여 파악하고 이를 기초자료로 아동의 건강증진을 위해 스트레스 관리에 대한 개인, 가족, 학교, 지역사회의 연계된 프로그램의 개발과 아동에 대한 지속적인 관심과 지지가 필요하리라 본다.

2. 제 언

본 연구결과를 기초로 다음과 같이 제언을 하고자 한다.

1) 초등학생들은 다양한 스트레스를 받고 있고 특히 친구관련스트레스가 높은 것으로 나타났으므로, 친구관계에서 야기되는 스트레스를 스스로 관리할 수 있는 능력을 높히고 여학생에 대한 스트레스 관리가 이루어지도록 지지체계의 구축과 상담지도를 시행할 것을 제언한다.

2) 스트레스 증상은 여학생이고, 가정경제가 어렵고, 성적이 하위권이고, 부모님 관심이 낮은 아동집단에서 많이 나타나며 아동들은 겉으로 표출되지 않는 정서적 증상을 많이 경험하므로 학교보건 행정가와 보건교사는 이러한 취약집단에 더 집중적인 관심을 가지고 보건교육과 예방프로그램을 계획하여 중재할 것을 제언한다.

3) 스트레스의 정도가 높을수록 스트레스 증상도 증가하는 상관 관계를 가지고 있으므로 스트레스를 유발하는 개인적, 가정적, 사회적 요인이나 기전을 정확히 추적하여 차단하는 스트레스 예방프로그램을 개발하여 시행할 것을 제언한다.

참 고 문 헌

김무채. 우리나라 국민학생의 스트레스에 관한 연구. 서울대학교 보건대학원, 석사학위논문, 1993

김소현. 초등학교 고학년 아동의 일상생활 스트레스와 비행에 관한 연구. 부산대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2000

김영진. 초등학생의 스트레스 유형과 대처양식 발달. 전남대학교 교육대학원, 석사학위논문, 1999

명노학. 도농간 초등학생의 스트레스원과 대처전략에 관한 연구. 순천향대학교 산업정보대학원, 석사학위논문, 1999

박광수. 초등학생의 스트레스 요인 및 증후와 학교적응과의 관계. 영남대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2000

백경애. 초등학교 아동의 스트레스와 사회적 지지와의 관계. 한국교원대학교 대학원, 석사학위논문, 1997

손정희. 초등학교 아동의 스트레스 유형과 그 정도에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문, 1995

송의열. 일상스트레스에 대한 아동의 대처행동 연구. 건국대학교 대학원, 박사학위논문, 1995

신희선. 학령기 아동의 스트레스와 대응전략에 관한 연구. 대한간호학회지 1996 ; 26(4) : 808-817

오가실, 한정석. 스트레스 생활사건, 건강문제, 대응, 사회적 지지와의 관계연구. 간호학회지 1990 ; 20(3) : 414-428

우희정. 학령기 아동의 스트레스에 대한 이론적 고찰. 한국가정과교육학회지 1996 ; 8(2) : 43-51

이중석. 10대의 정신병리(상). 대전 : 대교출판사 ; 1992

이혜경. 대학생의 스트레스와 불안과의 관계. 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문, 1989

임영식, 양돈규. 청소년 스트레스와 정신건강. 서울 : 학지사 ; 1999

정승희, 정영숙. 초등학생이 일상생활 중 경험하는 스트레스 측정도구 개발. 전북대학교 논문집 1990 ; 42 : 237-243

정영숙, 정승희. 일부지역 초등학생의 스트레스와 대처행위 측정. 한국학교보건학회지 1996 ; 9(2) : 185-195

정원주. 아동기 스트레스원과 스트레스 대처행동 및 그 증상에 관한 연구. 건국대학교 대학원, 박사학위논문, 1997

조남진, 박인숙. 초등학교 아동의 스트레스 생활사건과 대처방식, 건강문제에 관한 연구. 아동간호학회지 1998 ; 4(2) : 193-206

조성숙. 초등학생의 스트레스 경험, 증상 및 대응 양식. 경북대학교 보건대학원, 석사학위논문, 2000

조정숙. 국민학교 어린이의 스트레스와 학교 생활 적응과의 관계. 인하대학교 교육대학원, 석사학위논문, 1995

조양희. 초등학교 아동의 고민과 대처방식에 관한 연구. 강원대학교 대학원, 석사학위논문, 1998

최성윤. 아동기 스트레스에 관한 연구 : David Elkind의 성장압력요인을 중심으로. 한국교원대학교 교육대학원, 석사학위논문, 1992

최창호. 아동기 스트레스에 관한 연구. 전남대학교 교육대학원, 석사학위논문, 1993

한미현. 아동의 스트레스 및 사회적지지 지각과 행동문제. 서울대학교 대학원, 박사학위논문, 1996

허혜숙. 초등학교 고학년용 생활 스트레스 척도 개발 연구. 충남대학교 교육대학원, 석사학위논문, 1996

홍미경. 아동의 스트레스와 대처방법에 관한 연구. 제주대학교 교육대학원, 석사학위논문, 1998

Applebaum SH. Managerial organizational stress : identification of factors and symptoms. Health Care Management Review 1980 ; 5 : 7-16

Band EB, Weize JR. How to feel better when it feels bad : children's perspectives on coping with everyday stress. Developmental Psychology 1988 ; 24(2) : 247-253

Medeiros DC, Poter BJ, Welch ID. Children under stress. New Jersey : Prentice-Hall Inc ; 1983

Miller MJ, Tobacyk JJ, Wilcox CT. Daily hassles and uplift as perceived by adolescents. Psychological Reports 1985 ; 56 : 221-222

Parfenoff SH, Jose PE. Mearuring Daily Stress in Children. Paper presented at the biennial meeting of the society for research in child development 1989 ; 314-206

Peterson AC, Kennedy RE, Sullivan P. Coping with adolescent, In Colten, M. E. & Core, S.(Eds), Adolescent stress. Aldine de Grayter New York 1991 ; 93-110

Rabkin JG, Struening EL. Life events, stress and illness science 1976 ; 194 : 1013-1020

Selye H. The stress of life. New york : Mcgraw-Hill ; 1976

Yarcheski A, Mahon NE. Perceived stress and symptom patterns in early adolescent : the role of mediating variables. Research in Nursing and Health 1986 ; 9 : 289-297