

서울시 일부 고등학생의 정신건강에 영향을 미치는 요인

최미경

관동대학교 간호학과

〈목 차〉

- | | |
|-----------|------------|
| I. 서론 | V. 요약 및 결론 |
| II. 연구방법 | 참고문헌 |
| III. 연구결과 | Abstract |
| IV. 논의 | |

I. 서론

최근 중고등학교에서 정신보건교육의 필요성이 증가하고 있는 이유는 급변하는 사회환경의 변화로 청소년들이 주어진 환경 속에서 스스로의 역할을 확인하는데 어려움을 느끼고 있으며 또한 가정의 위기상황의 증가(早坂 등, 1998), 학벌위주의 교육현상과 같은 사회 병리현상으로 많은 갈등과 스트레스를 받고 있기 때문이다. 그리고 이러한 현상들은 그들로 하여금 심리적 압박감을 느끼게 하여 불안, 우울과 같은 정신과적 문제를 증가시키고 있는데, 실제로 몇몇 연구(조성진 등, 2001; 하은혜 등, 2003)에서는 중고등학생들의 이러한 정신증상들을 언급하고 있다. 그런데 이러한 현상은 지나친 통제와 수동적 입시

위주의 교육현실로 인해 심리적 부담감을 많이 느끼고 있는 우리나라 고등학생들에 있어 보다 심각할 수 있으며 이에 따라 그들을 대상으로 한 정신보건교육은 더 큰 의미가 있을 수 있다.

고등학생들의 정신건강과 관련한 요인을 살펴보는 것은 그들을 대상으로 한 정신보건교육의 현장에서 보다 실질적인 자료를 제공할 수 있다.

정신건강과 관련한 요인은 다양하여 예를 들면 환경 및 경제상황의 변화과 같은 사회경제적 요인(Marshall과 Hodge, 1981)을 비롯하여 스트레스(Lloyd, 1980) 및 그 대처방법(김광일 등, 1994; 김정희, 1991)이 자주 거론되고 있으며 자기효능감(한금선, 2005)이나 무력감(宗像, 1996)과 같은 개인내적 요인도 중요한 요인으로 언급되고 있다. 정서적 지지(Newsom과 Schultz, 1996)와 가

교신저자 : 최미경

강원도 강릉시 내곡동 522 관동대학교 간호학과 (우: 210-701)

전화번호: 033-649-7615, E-mail: mkchoi@kwandong.ac.kr

족기능(Krouse 등, 1990) 또한 관련요인으로 부각되고 있는데, 정서적 지지는 사회심리적 갈등이 정신건강에 미치는 악영향을 완화시킬 수 있다는 점에서, 가족기능은 가족구성원간의 관계속에서 얻어지는 심리적 안정감이라는 측면에서 정신건강과의 관련을 생각해볼 수 있다. 자존감 또한 스트레스와 적응사이를 매개하며 스트레스를 평가하고 대처하는 노력에 유익한 영향을 주고 적응을 도움으로써(이미숙 등, 2000) 정신건강에 기여할 수 있는데, 자존감과 정신건강과의 관련에 대해서는 이미 여러 연구(이화인과 이홍자, 1997; Howard와 William, 2005)에서 논의된 바 있다. 자기다움의 행동특성은 현대사회의 스트레스와 관련하여 언급되고 있는 요소로 자아정체성을 바탕으로 한 주관성 있는 특성을 말하는데, 이는 상황에 대한 인식과 결과에 대한 바람직한 예측을 가능하게 하여(宗像, 1996) 스트레스에 효율적으로 대처할 수 있게 함으로써 사람들의 정신건강에 도움을 줄 수 있다.

이들 요인 중, 자존감과 자기다움 요소는 고등학생에 있어 보다 중요한 의미를 가질 수 있다. 그 이유는 우선 자존감의 경우, 고등학생은 발달단계상 자기개념(self-concept)의 평가적 측면을 갖는 요소인 자존감(self-esteem)의 동요가 심한(小此木, 1988) 특징을 갖기 때문이며, 자기다움의 요소와 관련해서는 이 시기가 자아정체성과 관련이 있는 시기이기 때문이다.

이러한 배경을 바탕으로 본 연구에서는 고등학생들을 대상으로 하여 그들의 정신건강과 관련한 요인을 자존감과 자기다움의 행동특성, 정서적 지지, 가족기능 등과 관련하여 파악해 보는 것을 목적으로 하였으며, 정신건강을 위한 실제적 교육의 효과성이라는 측면에서의 고찰을 토대로 한 방향제시를 의도하고자 하였다.

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

조사는 서울시내 2개 고등학교 학생들을 대상으로 2002년 3월에 설문지 조사를 행하였다. 분석대상자수는 조사자가 연구의 목적과 내용을 충분히 설명한 후 동의를 구할 수 있었던 334명 중, 설문지 항목의 누락이 많아 분석에 부적절하다고 판단된 2명을 제외한 332명이다.

설문지 내용은 성별과 형제 수, 부모와의 동거 여부, 부모의 교육수준, 주관적 경제수준, 성적, 학급 내 인기정도 등과 같은 일반적 특성을 비롯하여 정신건강과 가족기능, 자존감, 정서적 지지 및 자기다움의 행동특성 등의 척도로 구성되었다.

2. 연구도구

1) 정신건강

中川(1982)의 GHQ 단축판을 사용하였는데, 이는 정신신경증상의 계량화를 위한 측정도구로 사용되며, 20항목으로 구성되어 있다. 각 항목의 내용은 최근 한 달 동안에 느끼는 일에 대한 집중력과 스트레스, 기분의 우울함, 불안감 등의 정도 및 빈도로 구성되어 있으며, 각 항목에 대해 1-4점의 4단계 척도로 점수화하였다. 점수의 분포는 20-80점으로 점수가 높을수록 정신건강 정도가 좋은 경향을 나타낸다(본 연구에서의 Cronbach's $\alpha=0.86$).

2) 가족기능

Smilkstein의 Family APGAR Questionnaire (이강선, 1999)를 사용하였으며, '내가 힘들 때

가족들에게 도와달라고 말할 수 있다', '내가 슬프거나 좋아한다는 등의 느낌을 얘기했을 때 가족들의 반응에 만족한다' 등의 5문항으로 구성되었다.

각각의 항목에 대해 「아니다」~「그렇다」에 1-3점의 3단계 척도로 점수화하였다. 점수가 높을수록 가족기능이 좋음을 나타낸다(본 연구에서의 Cronbach's $\alpha=0.78$).

3) 자존감

Cheek와 Buss의(1981)자존감 척도로 「대체로 나는 자신이 있다」, 「나는 가치가 있다고 믿는다」 등의 자존감을 나타내는 2문항과 「나는 잘못된 인간이라고 생각한다」, 「다른 사람으로 다시 태어났으면...」 하고 생각한다」 등의 자존감 결여를 나타내는 4문항의 6문항으로 구성되어 있다. 자신감을 나타내는 2문항에 대해 「전혀 아니다」~「정말 그렇다」에 1-4점을 부과하였고, 자존감 결여를 나타내는 4문항에 대해서는 역으로 점수를 부과하였다. 점수의 분포는 6-24점으로 이 척도의 점수가 높을수록 자존감이 높음을 나타낸다(본 연구에서의 Cronbach's $\alpha=0.77$).

4) 정서적 지지

宗像(1996)의 정서적 지지 척도로 「나에게는 만나면 마음이 안정되고 안심되는 사람이 있다」, 「개인적인 기분이나 비밀을 터놓고 말할 수 있는 사람이 있다」, 「나의 일이나 학업에 대해서 평소에 평가하고 인정해 주는 사람이 있다」의 6개 항목으로 구성되어 있다. 각 항목에 대해 「아니다」에 1점, 「그렇다」에 2점을 주어 가산한 평균치를 구하였다. 점수의 분포는 6-12점으로 점수가 높을수록 사회적 지지도가 높음을 나타낸

다(본 연구에서의 Cronbach's $\alpha=0.77$).

5) 「자기다움」의 행동특성

宗像(1996)의 「나는 자기 자신의 기분을 중요하게 여기며 살아가는 편이다」, 「자기주장을 할 수 있는 편이다」, 「어떤 일에 대해 최종적으로는 자기 혼자 스스로 결정하는 편이다」 등 주관성 있는 행동특성을 나타내는 10문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대해서 「그렇지 않다」, 「그런 편이다」, 「항상 그렇다」에 각각 1-3점을 부과하여 점수가 높을수록 자기다움의 경향이 강함을 나타내도록 점수화하였다(본 연구에서의 Cronbach's $\alpha=0.70$).

3. 자료 분석

SAS통계프로그램(Ver 8.2)을 사용하였으며 측정도구에 대해서는 각 문항에 대한 점수를 가산한 평균치를 사용하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 제 척도의 차이는 t-검정과 ANOVA로 비교하였고, 정신건강과 가족기능, 자존감, 정서적 지지 및 자기다움의 행동특성 등의 척도간의 상관은 Pearson 상관계수로 검토하였으며, 정신건강에 대한 영향요인을 개관하기 위하여 정신건강을 종속변수로 한 단계적 다중회귀분석을 행하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

남녀의 비율은 절반정도로 비슷하였다. 형제

수에 있어 약 85%가 형제가 2-3명, 약 11%가 형제가 없이 혼자인 경우로 나타났다. 90%이상의 대상자가 부모와 함께 살고 있었고 부모의 교육수준은 아버지의 55%, 어머니의 37%가 대학 이상의 교육수준을 보였다. 주관적으로 느끼는 경제수준은 약 77%가 「보통」이라고 답하였고

기도에 있어서 대상자의 약 73%가 「보통」이라고 답하였으나 많거나 없는 경우도 각각 13%, 14%를 차지하였다(표 1).

표 1. 일반적 특성(N=332)

	구분	실수(%)
성별	남	177(53.3)
	여	155(46.7)
형제수 (대상자포함)	형제가 없다	35(10.5)
	2-3명	282(84.9)
	4명이상	15(4.5)
부모동거여부	부	307(92.5)
	모	319(96.1)
아버지의 교육수준	고졸이하	142(44.8)
	대학이상	175(55.2)
어머니의 교육수준	고졸이하	205(62.9)
	대학이상	121(37.1)
경제수준 (주관적)	상	56(17.1)
	중	254(77.4)
	하	18(5.5)
성적	상	78(23.8)
	중	151(46.0)
	하	99(30.2)
친한 친구수	1명도 없다	19(5.8)
	1명	68(20.7)
	2-3명	82(25.0)
	4명 이상	159(48.5)
학급내 인기도	(아주) 많다	44(13.4)
	보통	238(72.6)
	(전혀) 없다	46(14.0)

부모동거여부는 각각의 「부」, 「모」와 같이 사는 수(%)

성적과 관련해서는 「상」, 「중」, 「하」가 각각 약 24%, 46%, 30%로 나타났다. 약 74%의 대상자가 2명 이상의 친한 친구가 있다고 답하였고 약 6%가 「한 명도 없다」고 답하였다. 학급내의 인

2. 정신건강과 가족기능, 자존감, 정서적 지지, 자기다움 척도의 평균

정신건강의 평균치는 49.02로 가족기능의 11.11, 정서적 지지의 10.70 그리고 자기다움의 19.40과 함께 중간 정도의 수준을 보였으나 자존감은 17.91로 중간 값보다 조금 높은 수치를 나타내었다(표 2).

표 2. 정신건강과 가족기능, 자존감, 정서적 지지 및 자기다움 척도의 평균

	평균(±SD)	최소값	최대값
정신건강	49.018(±9.530)	20.000	77.000
가족기능	11.107(±2.603)	5.000	15.000
자존감	17.912(±3.518)	7.000	24.000
정서적 지지	10.699(±1.663)	6.000	12.000
자기다움	19.404(±3.308)	10.000	30.000

3. 일반적 특성별 정신건강과 가족기능, 자존감

정신건강은 어머니와의 동거여부($t=3.82, p<0.001$), 친한 친구 수($F=2.96, p<0.05$)에 있어 유의한 차이를 보였는데, 즉 어머니와 같이 살고 있는 경우, 친한 친구가 많을수록 정신건강이 양호한 것으로 나타났다. 가족기능은 성적에서 유의한 차이($F=3.62, p<0.05$)를 보여, 성적이 좋을수록 가족기능이 좋은 것으로 나타났다. 자존감은 성별($t=-2.32, p<0.05$)과 어머니와의 동거여부($t=3.00, p<0.01$), 성적($F=19.32, p<0.001$)에서 유의한 차이를 보였다. 즉 여학생, 어머니와 같

이 살고 있는 경우, 성적이 좋을수록 자존감이 높은 것으로 나타났다(표 3).

정서적 지지는 성별($t=-4.07, p<0.001$)과 어머니의 교육수준($t=-1.97, p<0.05$), 성적($F=8.96, p<0.001$), 친한 친구 수($F=3.99, p<0.01$); 학급 내 인기도($F=10.35, p<0.001$)에서 유의한 차이를 보였는데, 즉 여학생, 어머니의 교육수준이 대학이상인 경우, 학급 내 인기도가 높을수록 정

4. 일반적 특성별 정서적 지지와 자기다음의 행동특성

표 3. 일반적 특성과 정신건강, 가족기능, 자존감

	구분	정신건강 Mean(\pm SD) t or F	가족기능 Mean(\pm SD) t or F	자존감 Mean(\pm SD) t or F
성별	남	49.63(\pm 9.33)	10.86(\pm 2.66)	17.49(\pm 3.59)
	여	48.32(\pm 9.74) 1.24	11.39(\pm 2.51)-1.86	18.39(\pm 3.39)-2.32*
형제수 (대상자포함)	형제없음	50.03(\pm 7.77)	11.03(\pm 2.94)	16.83(\pm 3.19)
	2-3명	48.79(\pm 9.87)	11.14(\pm 2.55)	18.00(\pm 3.55)
	4명-	51.00(\pm 6.00) 0.60	10.71(\pm 2.89) 0.19	18.80(\pm 3.32) 2.24
아버지와의 동거여부	그렇다	49.24(\pm 9.42)	11.18(\pm 2.62)	17.98(\pm 3.45)
	아니다	46.25(\pm 10.68)1.48	10.25(\pm 2.31)1.68	17.08(\pm 4.21)1.23
어머니와의 동거여부	그렇다	49.40(\pm 9.26)	11.16(\pm 2.58)	18.03(\pm 3.45)
	아니다	38.92(\pm 11.29)3.82***	9.77(\pm 2.98)1.90	15.08(\pm 4.09)3.00**
아버지의 교육수준	고졸이하	48.85(\pm 8.78)	11.16(\pm 2.44)	17.75(\pm 3.43)
	대학이상	49.21(\pm 10.20)-0.33	11.13(\pm 2.76) 0.12	18.09(\pm 3.49)-0.87
어머니의 교육수준	고졸이하	47.50(\pm 8.86)	10.99(\pm 2.48)	17.66(\pm 3.31)
	대학이상	47.48(\pm 10.65)-0.61	11.28(\pm 2.80)-0.97	18.35(\pm 3.84)-1.71
경제수준 (주관적)	상	50.83(\pm 10.20)	11.86(\pm 2.61)	18.51(\pm 3.67)
	중	48.42(\pm 9.39)	10.94(\pm 2.58)	17.75(\pm 3.46)
	하	50.67(\pm 9.39) 1.74	11.11(\pm 2.68) 2.87	18.22(\pm 3.93) 1.11
성적	상	49.41(\pm 8.78)	11.62(\pm 2.64)	19.61(\pm 3.17)
	중	49.03(\pm 9.34)	11.19(\pm 2.54)	17.99(\pm 3.25)
	하	48.47(\pm 10.46) 0.22	10.59(\pm 2.60) 3.62*	16.46(\pm 3.59)19.32***
친한 친구수	없다	43.50(\pm 7.06)	10.89(\pm 3.07)	17.00(\pm 4.42)
	1명	47.65(\pm 8.90)	10.94(\pm 2.54)	17.40(\pm 3.49)
	2-3명	49.75(\pm 9.22)	11.23(\pm 2.48)	18.51(\pm 3.18)
	4명-	49.73(\pm 10.04) 2.96*	11.14(\pm 2.65) 0.20	17.92(\pm 3.56) 1.67
학급내 인기도	(아주)많다	50.31(\pm 11.37)	11.84(\pm 2.59)	18.44(\pm 3.89)
	보통	49.23(\pm 9.55)	11.05(\pm 2.60)	17.98(\pm 3.41)
	(전혀)없다	46.26(\pm 7.14) 2.37	10.72(\pm 2.57) 2.35	17.04(\pm 3.66) 1.94

* $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$

취적 지지도가 높았고, 성적이 「하」인 경우, 친한 친구가 「없다」고 답한 경우 정서적 지지도가 낮게 나타났다. 자기다움의 행동특성과 관련해서는 성별($t=-3.06, p<0.01$)에서 유의한 차이를 보여 여학생의 경우 보다 높게 나타났다(표 4).

5. 정신건강과 가족기능, 자존감, 정서적 지지 및 자기다움 척도의 상관계수

정신건강은 가족기능($r=0.250, p<0.001$), 자존감($r=0.480, p<0.001$), 자기다움($r=0.232, p<0.001$)과 유의한 상관을 보였다. 즉 가족기능이

표 4. 일반적 특성과 정서적 지지, 자기다움의 행동특성

	구분	정서적 지지		자기다움	
		Mean(±SD)	t or F	Mean(±SD)	t or F
성별	남	10.36(±1.79)		18.89(±3.54)	
	여	11.10(±1.39)	-4.07***	20.01(±2.91)	-3.06**
형제수 (대상자포함)	형제없음	10.68(±1.61)		18.85(±4.50)	
	2-3명	10.73(±1.65)		19.39(±3.06)	
	4명-	10.14(±2.12)	0.83	21.15(±4.34)	2.31
아버지와의 동거여부	그렇다	10.69(±1.67)		19.39(±3.28)	
	아니다	10.84(±1.55)	-0.44	19.57(±3.68)	-0.24
어머니와의 동거여부	그렇다	10.72(±1.65)		19.42(±3.25)	
	아니다	10.23(±1.88)	1.04	19.09(±4.83)	0.32
아버지의 교육수준	고졸이하	10.57(±1.62)		19.25(±3.17)	
	대학이상	10.77(±1.73)	-1.04	19.51(±3.49)	-0.66
어머니의 교육수준	고졸이하	10.56(±1.68)		19.34(±3.16)	
	대학이상	10.94(±1.64)	-1.97*	19.53(±3.58)	-0.48
경제수준 (주관적)	상	10.62(±1.97)		19.10(±4.23)	
	중	10.76(±1.56)		19.38(±3.07)	
	하	10.06(±2.04)	1.59	20.39(±3.65)	1.02
성적	상	10.77(±1.56)		18.96(±3.47)	
	중	11.03(±1.40)		19.46(±3.01)	
	하	10.13(±1.97)	8.96***	19.61(±3.66)	0.85
친한 친구수	없다	9.56(±1.98)		18.44(±4.59)	
	1명	10.49(±1.65)		19.17(±2.90)	
	2-3명	10.95(±1.47)		19.45(±2.63)	
	4명-	10.78(±1.69)	3.99**	19.54(±3.64)	0.64
학년내 인기도	(아주)많다	11.23(±1.24)		18.83(±3.30)	
	보통	10.79(±1.59)		19.43(±3.32)	
	(전혀)없다	9.76(±2.05)	10.35***	19.67(±3.34)	0.77

* $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$

양호할수록, 자존감이 높을수록, 자기다움의 행동특성이 강할수록 정신건강이 좋은 것으로 나타났다. 가족기능과 자존감($r=0.302, p<0.001$), 가족기능과 정서적 지지($r=0.189, p<0.001$)는 서로 유의한 상관관을 보여 가족기능이 양호할수록 자존감이 높고 정서적 지지가 높은 것으로 나타났다(표 5).

6. 정신건강에 대한 다중회귀분석

대상자의 정신건강에 영향을 주는 요인을 개관하기 위하여 정신건강을 종속변수로 한 단계적 다중회귀 분석을 행하였다. 그 결과, 자존감($\beta=0.422, p<0.001$), 자기다움($\beta=0.166, p<0.001$), 성별($\beta=-0.165, p<0.001$)등의 변수가 선택되었다. 자존감은 22%의 설명력을 나타내었고 세변수의 설명력은 27%였다(표 6).

IV. 논의

본 연구대상자의 정신건강 점수는 49.02로 나타났다. 이는 같은 도구를 사용하여 조사한 다른 연구결과의 대상자, 즉 농촌주민(이정섭, 2001)의 50.14, 간호사(조희숙, 2003)의 51.23점과 비교할 때 낮은 수치로, 큰 차이는 아니나 본 연구 대상자인 고등학생을 둘러싼 스트레스 관련 문제의 가능성을 시사하였다.

일반적 특성의 수준별 정신건강 점수의 차이를 보면 정신건강은 어머니와 함께 살고 있는 경우 양호하게 나타나, 정신건강에 기여하는 어머니의 역할 및 대상자와 어머니의 관계의 중요성이 시사되었다. 정신건강은 또한 친구수가 많을수록 양호하였는데, 이러한 결과는 그들의 또래관계의 중요성을 시사함과 동시에 청소년들의 스트레스 대처방법의 경향성도 시사하는 것으로 생각되었다. 즉 그들은 스트레스와 같은 일상생

표 5. 정신건강과 가족기능, 자존감, 정서적 지지, 자기다움의 상관

	정신건강	가족기능	자존감	정서적 지지	자기다움
정신건강	1.000				
가족기능	0.250***	1.000			
자존감	0.480***	0.302***	1.000		
정서적 지지	0.061	0.189***	0.155	1.000	
자기다움	0.232***	0.035	0.196	0.006	1.000

Pearson 상관계수, *** $p<0.001$

표 6. 정신건강에 대한 다중회귀분석

변수	β	Partial R2	Cum R2	F
자존감	0.422***	0.224	0.224	84.48***
자기다움	0.166***	0.026	0.250	10.28**
성별	-0.165***	0.021	0.271	8.01**

* $p<0.05$ ** $p<0.01$ *** $p<0.001$

활속의 문제가 있을 때, 부모나 선생님보다도 가까운 친구와 주로 의논함으로써 스트레스를 해소할 가능성이 많은데, 이러한 경향은 이미 다른 몇몇 연구(최미경, 1998; Cheung, 1984)에서 보고된 바 있다. 성적은 정신건강과 유의한 관련을 보이지 않아, 보편적으로 청소년들의 정신건강이 성과와 유의한 관련이 있다고 보고한 연구(김은주, 1988; 이광숙, 1997; 조성진 등, 2001; 이은희, 2003)와는 다른 결과를 나타내었다.

일반적 특성과 가족기능의 관련을 보면 가족기능은 성과와 유의한 관련을 나타내었는데, 본 연구에서의 가족기능의 내용이 '내가 힘들 때 가족들에게 도와달라고 말할 수 있다', '나의 느낌을 얘기했을 때 가족들의 반응에 만족한다', '어려움이 있을 때 가족들이 같이 이야기하고 도와주는 방법들이 좋다고 생각한다' 등의 내용으로, 가족으로부터 받는 관심과 사랑, 인정에 대한 대상자들의 평상시의 느낌이 그들의 학업성취도에 관여하는 것으로 생각되었다.

자존감은 여성, 어머니와 함께 살고 있는 경우, 성적이 좋을수록 유의하게 높았는데, 자존감과 성과와의 유의한 관련은 기존의 다른 연구결과(이화인과 이홍자, 1997)와 일치하였다. 어머니와의 동거여부는 앞서 언급한 바와 같이 정신건강과도 유의한 관련을 보였다. 그런데, 자존감과 정신건강은 표5에 제시한 바와 같이 유의한 상관($r=0.480$, $p<0.001$)을 나타내었고, 또한 표 6의 정신건강을 종속변수로 한 다중회귀분석에서는 자존감이 가장 강한 영향력($\beta=0.422$, $p<0.001$)을 나타내어, 자존감과 어머니와의 동거여부는 서로 관련을 가지면서 대상자의 정신건강에 직간접적으로 영향을 주는 것으로 생각되었다.

정서적 지지는 성별, 어머니의 교육수준, 성적, 친한 친구 수, 인기도에서 유의한 차이를 보였

다. 여학생은 남학생에 비해 보편적으로 스트레스를 타인과의 관계를 통해 해결하려는 경향이 강한데(McMichael 등, 1974), 이러한 경향은 일반적으로 여학생들의 정서적 지지체계가 남학생에 비해 잘 확립되어 있을 가능성을 보여주는 것으로 생각된다. 정서적 지지와 친구수의 관련에 대해서는 친한 친구가 많은 경우 인간관계에서 얻어지는 긍정적인 효과 즉 신뢰감이 형성되어 정서적 지지효과를 가져올 수 있다. 또한 정서적 지지와 학급 내 인기도와 관련해서도 인기가 많은 경우 또래관계에서 인기를 바탕으로 얻어지는 자신감이 타인을 신뢰할 수 있는 마음을 불러 일으켜(宗像, 1996) 이 또한 정서적 지지효과를 가져올 수 있는 것으로 생각되었다. 정서적 지지와 성과와의 유의한 관련은 다른 연구결과(장인숙, 2003)와 일치하였다. 앞서 기술한 바와 같이 성적은 가족기능과도 유의하였는데, 이는 정서적 지지, 가족기능 모두 가족들로부터 느끼는 정서적 안정감을 통해 대상자의 학업성취에 관여할 수 있음을 보여주는 결과로 생각되었다. 그리고 표 5의 상관계열에서 제시된 바와 같이, 정서적 지지와 가족기능이 서로 상관을 가지면서 대상자의 성과와 유의한 관련을 보이는 결과는, 가족기능이 기본적으로 정서적 지지를 바탕으로 하고 있기 때문인 것으로 생각할 수 있다.

자기다움의 행동특성은 성별에서만 유의한 차이를 보여 여학생의 경우 보다 자기다움의 행동특성이 강하게 나타나 대학생 대상자로 한 기존의 보고(최미경, 1999)와 다른 결과를 보여, 앞으로 보다 다양한 대상자를 바탕으로 한 조사연구가 필요할 것으로 생각되었다.

정신건강과 가족기능, 자존감, 정서적 지지 및 자기다움 척도의 상관에서 정신건강은 가족기능($r=0.250$, $p<0.001$), 자존감($r=0.480$, $p<0.001$),

자기다움($r=0.232, p<0.001$)과 유의한 상관을 보였다. 정신건강과 가족기능과의 유의한 상관은 다른 연구결과(신현균과 장재윤, 2003)와 일치하였는데, 이는 위에서도 언급한 바와 같이 가족지로부터 얻어지는 정서적 안심감의 측면에서 이해할 수 있다. 정신건강과 자존감의 정적인 상관 또한 다른 연구(이동수와 김지혜, 2001; 한혜경, 2003; Brochkner, 1988)에서도 보고된 바 있는데, 이러한 결과는 실제로 자존감 향상을 통해 정신건강을 피하고자 하는 노력(이정윤, 2003; 岩本 등, 1999)에서도 엿볼 수 있다. 한편, 정신건강과 자기다움의 유의한 상관과 관련해서 자기다움의 행동특성이 강할수록 정신건강이 양호하게 나타난 결과는 본 연구대상자인 고등학생들의 발달과업과 관련하여 생각할 때 의미 있는 결과라 할 수 있다. 즉 본 연구에서 자기다움의 행동특성이란 자기결정능력을 갖고 스스로 행동하며 자기주장을 할 수 있는 자아정체성을 의미하는 것으로, 본 연구대상자의 자아정체성 확립이 정신건강의 유지와 증진에 도움이 될 수 있음을 시사하고 있기 때문이다. 이와 같은 자기다움의 행동특성과 정신건강과의 관련에 대해 宗像(1996)은 현대사회와 같이 다양한 측면에 적응하면서 나아가야 하는 현대인들은 자신의 생각과 감정을 솔직하게 표현하고 자신이 얻은 정보를 바탕으로 끊임없이 나름대로의 판단을 내리면서 자신의 개성을 살려야 하는 능력이 요구되고 있다고 함으로써 현대인들의 자기다움의 행동특성이 현대사회에의 적응이라는 측면에서 필수불가결한 요소임을 피력하여 정신건강에 기여할 수 있음을 시사한다.

자존감은 다중회귀분석에서 정신건강에 가장 직접적으로 영향을 미치는($\beta=0.422, p<0.001$) 요인으로 부각되었고 22%의 설명력을 나타내었다.

이러한 결과의 의미는, 서두에서도 기술한 바와 같이, 본 연구대상자인 고등학생들이 그 발달단계의 특성상 심한 자존감의 동요에 따른 불안정한 정신건강을 보일 가능성이 많음에도 불구하고, 그들의 정신건강을 위한 실제적 교육현장에서 자존감을 향상시키는 노력이 보다 효과적일 수 있음을 시사한다는 데에 그 의미가 있다고 할 수 있다.

V. 요약 및 결론

본 논문에서는 지나친 통제와 수동적 입시위주의 교육현실로 인해 심리적 부담감을 많이 느끼고 있을 것으로 생각되는 고등학생들을 대상으로 그들의 정신건강과 관련한 요인을 살펴봄으로써, 그들을 대상으로 한 정신보건교육에 실제적 기초자료를 제공하고자 하였다. 서울시내 2개 고등학교 학생 332명을 대상으로 한 설문지조사를 통해, 정신건강과 자존감, 가족기능, 정서적 지지 및 자기다움의 행동특성과의 관련을 일반적인 특성과의 관련을 고려하면서 파악해 보았다.

주요결과는 다음과 같다.

1. 대상자의 정신건강 점수는 49.02로, 같은 도구를 사용한 다른 대상자의 점수보다 낮게 나타나, 본 연구대상자를 둘러싼 스트레스 관련 문제의 가능성을 시사한다.
2. 일반적 특성별 정신건강은 어머니와의 동거여부($t=3.82, p<0.001$), 친한 친구 수($F=2.96, p<0.05$)에 있어 유의한 차이를 보여, 어머니의 역할 및 대상자와 어머니의 관계의 중요성,

또래관계의 중요성 등이 시사되었다.

3. 어머니와의 동거여부는 정신건강 및 자존감 ($t=3.00, p<0.01$)과 유의한 관련을 보였고, 자존감은 정신건강과 유의한 상관($r=0.480, p<0.001$)을, 또한 자존감은 정신건강을 종속변수로 한 다중회귀분석에서 가장 강한 영향력($\beta=0.422, p<0.001$)을 나타내어, 자존감과 어머니와의 동거여부는 서로 관련을 가지면서 정신건강에 직간접적으로 영향을 주는 것으로 생각되었다.
4. 척도간의 상관관계열에서 정신건강은 가족기능($r=0.250, p<0.001$), 자존감($r=0.480, p<0.001$), 자기다음($r=0.232, p<0.001$)과 유의한 상관을 보였다. 가족지지로부터 얻어지는 정서적 안심감, 자존감의 향상, 자아정체성을 지닌 자기다음의 특성이 본 연구대상자인 고등학생의 정신건강에 도움이 되는 것으로 생각되었다.
5. 정신건강을 종속변수로 한 다중회귀분석 결과, 자존감($\beta=0.422, p<0.001$), 자기다음($\beta=0.166, p<0.001$), 성별($\beta=-0.165, p<0.001$)의 세 변수의 설명력은 27%였고 이 중 자존감은 22%의 설명력을 나타내었다.

본 연구대상자인 고등학생의 발달단계의 특성상 자존감의 동요에 따른 정신건강의 불안정성을 고려할 때, 그들의 정신건강을 위한 실제적 교육현장에서 자존감을 향상시키는 노력이 보다 효과적일 수 있음을 시사하였다는 데에 본 연구 결과의 의미가 있다고 할 수 있다.<접수일자: 2005.11.2, 게재확정일자: 2005.12.7>

참고문헌

- 김광일, 원호택, Xiehe L, Peiyi L, Kenji K. 중국, 일본 및 한국 대학생의 스트레스에 관한 비교문화적 연구. *신경정신의학* 1994;33(6):1321-1328.
- 김은주. 고등학생의 정신건강 상태에 관한 연구. *한국보건교육학회지* 1988;5(2):110-141.
- 김정희. 스트레스 평가 그리고 대처. 대광문화사, 1991.
- 신현균, 장재윤. 대학 4학년생의 성격특성과 성별에 따른 취업 스트레스 및 정신건강. *한국심리학회지(임상)* 2004;22(4):815-827.
- 이강선. 청소년이 지각하는 가족기능과 학교생활 적응[석사학위논문]. 전북: 전북대학교 대학원, 1999.
- 이광숙. 일 실업계 고등학생의 자기간호역량과 정신건강과의 관계 연구. *한국학교보건학회지* 1997;10(2):285-295.
- 이동수, 김지혜. 직무스트레스가 정신과적 증상에 미치는 영향. *신경정신의학* 2001;40(2):217-229.
- 이미숙, 최영, 유지숙. 청소년의 신체증상과 자아존중감에 관한 연구. *신경정신의학* 2000;39(2):323-333.
- 이은희. 남녀 성별에 따른 고등학교 3학년 수험생의 정신건강 수준과 그 결정요인 연구. *정신보건과 사회사업* 2003;15:52-76.
- 이정섭. 일 농촌지역 주민들의 정신건강과 관련요인. *정신간호학회지* 2001;10(2):220-228.
- 이정윤. 여대생의 이상식사행동 수준에 따른 심리적, 정서적 특성. *상담과 심리치료* 2003;15(1):111-124.
- 이화인, 이홍자. 일부 간호전문대학생의 자존감과 정서반응 및 학업성적과의 상관관계연구. *경인논집*, 1997;6:295-316.
- 장인숙. 내 폭력가정 자녀의 적응에 영향을 미치는 요인들. *한국사회복지학* 2003;55:255-281.
- 조성진 외 6명. 한국 일 도시지역 청소년의 우울 증상 유병률과 관련요인에 대한 연구. *신경정신의학* 2001;40(4):627-639.

- 조희숙. 일 종합병원 간호사의 정신건강과 관련요인에 관한 연구[석사학위논문]. 강원: 관동대학교 교육대학원, 2003.
- 최미경. 스트레스 대처행동에 관한 연구. 관동의대 학술지 1998;2(1):167-177.
- 최미경. 대학생의 행동특성과 스트레스 대처행동과의 관련연구. *정신간호학회지* 1999;8(2):424-433.
- 하은혜, 오경자, 송동호. 청소년기 우울 및 불안증상 공존집단의 심리사회적 위험요인. *한국심리학회지(일반)* 2003;22(2):127-144.
- 한금선. 대학생의 자기효능감, 건강증진 행위와 스트레스 증상과의 상관관계. *대한간호학회지* 2005;35(3):592.
- 한혜경. 조기퇴직자의 우울감과 영향요인 연구. *한국가족복지학* 2003;11:81-101.
- Brochkner J. Low self-esteem and behavioral plasticity. *Rev Personal Social Psychol* 1988;4:237-271.
- Cheek JM, Buss AH. Shyness and sociability. *J Per Soc Psychol*, 1981;41:330-339.
- Cheung FM. Preferences in help-seeking among Chinese students. *Cul Med Psychiatry* 1984;8:371-380.
- Howard T, William PD. Obesity and Student Performance at School. *The Journal of School Health* 2005;75(8):291-295.
- Krouse N, Liang J, Keith V. Personality, social support, and psychological distress in later life. *Psychology and Aging* 1990;5(3):315-326.
- Lloyd C. Life events and depressive disorder reviewed II: event as precipitating factors. *Arch Gen Psychiatry* 1980;37:541-548.
- Marshall JR, Hodge RW. Durkheim and pierce on suicide and economic change. *Social Science Research* 1981;10:101-114.
- McMichael AJ, Hetzel BS. Patterns of help-seeking for mental illness among Australian university students: An epidemiological study. *Soc Sci Med* 1974; 8:197-206.
- Newsom JT, Schultz R. Social support as a mediatro in the relation between functional status and quality of life in older adults. *Psychology and Ageing* 1996 ;11:34-44.
- 岩本隆茂, 大野裕, 坂野雄司. 認知行動療法の理論と實際. 培風館, 1999
- 小此木啓吾, 深津千賀子, 大野裕. 精神医学ハンドブック, 創元社, 1998.
- 中川泰彬. 質問紙法による精神・神経症症状の把握の理論と臨床應用. 国立精神衛生研究所, 1982.
- 早坂泰次郎, 長谷川浩, 柏木哲夫. 精神保健. 医学書院, 1998.
- 宗像恒次. 行動科學からみた健康と病氣. メヂカルフレンド社, 1996.

<ABSTRACT>

Influential Factors on Mental Health of High School Students in Seoul

Mi-Kyoung Choi

Dept. of Nursing, Kwandong University

Objectives: The purpose of this study was to examine factors influencing the mental health of high school students in relation to sociodemographic variables, family function, self-esteem, social support, and self-identity.

Methods: The survey was carried out on a convenience sample of 332 high school students. Data analysis procedure included stepwise regression using mental health as the dependent variable, and sociodemographics, family function, self-esteem, social support, and self-identity as independent variables.

Results: Stepwise multiple regression revealed that the factors such as self-esteem($\beta=0.422$, $p<0.001$), self-identity($\beta=0.166$, $p<0.001$), and sex($\beta=-0.165$, $p<0.001$) turned out to be significant affecting factors. Twenty seven percent of variance in mental health was explained by these factors(22% of variance by self-esteem).

Conclusion: Self-esteem was turned out to be the most important effective factor of mental health in high school students. These results suggest that it is important for high school students to promote their self-esteem to keep their good mental health.

Key words : Mental Health, High School Student. Related Factors