

## 고교 청소년 스트레스 요인에 관한 연구

유진영\*

대구산업정보대학 보건행정과

### Stressors of Students in High School

Jin-Yeong Yoo\*

*Department of Health Administration, Daegu Polytechnic College University*

#### <Abstract>

The purpose of this study was to examine the stressors of students in high school. Demographic data such as jobs of parents, family types, levels of living (parents' monthly income) and students' school records, high school types, number of friends, religion, pocket money and their sex showed as the main causes of high school students' stress.

The data was analyzed by a t-test, one-way ANOVA, and Duncan Multiple Range Test. The variable which significantly influenced the general properties was sex( $p=0.001$ ), high school type ( $p=0.000$ ), number of friends ( $p=0.002$ ), parents monthly income ( $p=0.011$ ) and whether existence of their father or not ( $p=0.045$ ). In the result (stress score), girl students (25.07) feel greater stress than boy students (20.68). High school type, an academic girls' high school (27.34) and boys' high school (25.67) showed the highest. It was indicated in the study that it is necessary to have programs that help students' stress management and improve high school type Systems.

---

**Key Words : Stressor, Students, High School, Students' Stress**

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

한국의 경제 발전의 동인이라 할 수 있는 우리의 교육문화는 지난 50년간 우리 사회를 이끌어온 근본적인 힘이라 할 수 있다. 그 힘의 가장 중심에 우리의 청소년들이 있으며 그들은 우리의 미래를 열어 나갈 동량이다. 그러나 풍요와 결핍이 공존하는 기현상을 보이는 사회와 가정환경 속에서 그들은 심각한 스트레스를 경험하고 있다. 스트레스는 적응하기 어려운 환경에 놓이게 될 때 사람들이 겪게 되는 심리적, 신체적 긴장 상태로 장기적으로 지속되면 위궤양, 심장병, 고혈압 등의 신체적 질환을 일으키기도 하고 우울증, 불면증, 노이로제와 같은 심리적 부적응을 나타나기도 한다[1][2]. 과거 스트레스는 사람의 일생 중 중기, 즉 중년층에 주로 나타나는 하나의 일반적 현상으로 받아 들여졌으나 오늘날에는 모든 연령층에서 정신적, 신체적, 정서적 스트레스 징조를 호소하고 있는 상황이다. 특히 신체적, 심리적 변화 크게 겪게 되는 청소년기에는 주변여건과 환경에 적지 않은 영향을 받게 되며 올바른 자아정체감 확립에 영향을 줄 소지가 크다. 실제 고등학교 남학생의 11%, 여학생의 15%가 심각한 신체적 징조를 호소하고 있으며 이러한 신체증상을 나타내는 학생들의 경우 심리적 장애를 보일 수 있는 위험 또한 높다고 한다[3][4]. 진로문제, 교우관계, 가정형편 등으로 발생하는 스트레스로 인한 욕구불만이나 좌절감은 사회부적응 행동인 문제행동을 일으키기 쉬우며, 문제행동은 비행, 폭력, 비리, 퇴폐행위, 자살, 강도 등의 문제로 비화될 수 있다[5]. 경찰청 보고에 따르면 범죄 발생의 30% 이상, 즉 10건 중 3건이 청소년에 의해 발생하는 범죄로 매년 14% 이상의 가파른 상승세를 보이고 있으며 재범률 또한 31.2%에 이른다

고 한다[6]. 10대들의 자살을 또한 심각한 상황으로 2005년 279명이던 것이 2009년 446명으로 60% 증가한 것으로 나타났다[7].

우리사회의 교육에 대한 열의는 이미 교육운용체제 조차 혼란을 발생시킨 상황이다. 사실상 실업학교 학생의 80% 이상이 대학에 진학하는 현실은, 인문학교와 실업학교와의 명확한 정체성 확립이 힘든 현실 속에 우리의 청소년들이 그대로 방치되고 있는 실정이다. 학교는 구체적인 시·공간에서 일어나는 사람과 사람들의 만남을 가능하게 하는 곳으로 교사가 계속적으로 학생의 발전과 변화를 지원하는 교육의 장이다. 따라서 학교의 설립목적·교과 과정·설비·제도 및 법규 등 그 어느 것 하나 가벼이 여길 수 없다. 특히 심리적·정서적 변화를 크게 겪게 되는 청소년기 시·공간적인 상황의 조건은 그들의 학교생활과 교육 활동에 수용적으로 기능할 수도 있고, 때에 따라서는 부정적으로 기능할 수도 있다[9]. Lazarus에 의하면 스트레스는 사람과 환경 사이의 관계론적 입장에서 파악해야 한다. 즉, 스트레스 경험에 따른 인지과정이 무엇보다 중요하다. 개인차이나 환경적 변인들을 독립적 단위로 다루기보다는 총체적 개념으로 포함한 과정적 측면의 인지적 평가를 통해 스트레스를 파악함이 필요하다[10]. 따라서 본 연구는 인지적 측면의 스트레스 반응 측정을 통해 학교유형에 따라 스트레스 정도를 조사하고 학교유형에 따라 고교 청소년이 경험하게 되는 스트레스 정도에 차이가 있는지를 파악함으로써 고교 청소년 스트레스 관리를 위한 기초적 자료를 제공하고자 한다.

### 2. 연구가설

본 연구에서 설정한 가설은 다음과 같다.

가설 1. 계열별 고교 남학생의 스트레스에 차이가 있을 것이다.

가설 2. 계열별 고교 여학생의 스트레스에 차이

가 있을 것이다.

가설 3. 계열별 단일성 고교(남고, 여고)와 남녀 공학 복수 성(性) 학교 학생간의 스트레스에 차이가 있을 것이다.

가설 4. 학교 유형별 고교 남학생의 스트레스에 차이가 있을 것이다.

가설 5. 학교 유형별 고교 여학생의 스트레스에 차이가 있을 것이다.

## II. 연구방법

### 1. 연구대상 및 조사방법

연구대상은 대구광역시 고등학교 중 조사의 편의를 고려하여 임의표본추출방법에 의해 6개 고등학교(인문계-남학교, 여학교, 남녀공학 / 실업계-남학교, 여학교, 남녀공학) 학생 700명을 조사대상자로 선정하였으며 자기기입식 설문조사를 수행하였다. 배부된 설문지 중 응답이 불성실한 설문지를 제외한 599명을 실제분석대상으로 하였다. 조사기간은 2010년 10월 27일부터 4주간이었다.

### 2. 측정도구

조사도구는 衛藤隆[10]가 개발하고 임희진[11]이 검증한 고등학생용 스트레스 반응 척도를 수정·보완하여 사용하였다. 설문지 내용은 대상자 특성(14 문항)과 스트레스 반응 척도(64문항)로 구성되었으며 총 78문항이었다. 스트레스 반응 척도의 하위 척도는 정신적 반응(27문항), 신체적 반응(30문항), 저항력 저하(7문항)이었다. 설문 내용을 구체적으로 설명하면 다음과 같다.

### 1) 대상자 특성

성별, 학년, 학교유형, 성적, 친구정도, 가족 구조, 가정의 월 평균수입, 월 평균 용돈, 부모의 직업, 종교, 흡연 및 음주 유무 등에 대한 질문을 하였으며, 음주 경험이 있는 경우에는 처음 음주를 접한 나이와 이유 응답하도록 하였다. 학교유형은 인문계, 실업계의 계열에 따라 구분한 다음 남학생, 여학생의 구성에 따라 남학교, 남녀공학과 여학교, 남녀공학으로 세분하였다. 가정의 월 평균수입은 응답자가 주관적으로 알고 있는 월 평균수입으로 조사하였다.

### 2) 스트레스 반응 측정

정신적 반응, 신체적 반응, 저항력 저하를 하위 영역으로 스트레스 반응을 측정하였다. 정신적 반응 영역은 '자기혐오', '무기력', '공격성', '우울', '집중 곤란', '의욕 상실', '긴장', '대인 기피' 측정을 위한 척도를 27문항을 사용하였다. 신체적 반응 영역은 '배뇨', '소화기', '두발', '현기증·두통', '눈', '정서 불안정', '동통', '구강', '피로', '수면 장애', '월경'의 30문항을 사용하였으며 저항력 저하 영역은 '코·목', '알레르기', '감기 증상'의 측정을 위해 7문항이 구성되었다. 각각의 하위영역 모두 이분법에 의한 척도로써 정신적 반응(최저 0점, 최고 27점), 신체적 반응(최저 0점, 최고 30점), 저항력 저하(최저 0점, 최고 7점)의 총합이 스트레스 반응 지수가 된다. 스트레스 반응은 최저 0점에서 최고 64점으로 점수가 높을수록 스트레스 반응이 높음을 의미한다.

### 3. 자료분석

최종분석 대상은 총 599명(응답률 86%) 이었으며 분석에는 SPSS 14.0K를 이용하였다. 대상자 특

성과 학교유형에 대한 항목은 빈도와 백분율을 구하였다. 대상자 특성에 따른 스트레스와 계열별 스트레스 반응 및 하위 영역별 반응, 학교유형별 스트레스 반응, 계열별 남녀공학 여부에 따른 스트레스는 t-검정과 ANOVA 검정을 실시하였다. ANOVA 검정결과 유의수준 5%하에서 유의미한 차이가 있는 경우 Duncan의 사후검정을 실시하였다.

### Ⅲ. 연구결과

#### 1. 대상자 특성

대상자 특성은 <표 2>와 같다. 남학생이 54.9%로 많았으며 학년은 고등학교 2학년이 47.9%, 3학

년 27.4%, 1학년 24.7%였다. 학교유형은 인문계 남학교가 22.0%, 인문계 남녀공학 18.5%, 인문계 여학교 16.2% 순이었다. 성적은 중위권이 30.9%, 중상위권과 중하위권이 각각 21.7% 순이었으며 친구정도는 10명 이상이 48.9%, 4~6명 19.9%, 7~9명 15.5%였다. 가정의 월 평균 수입은 250~350만 원이 23.9%로 많았으며 월 평균 용돈은 5~15만 원이 36.9%로 많았다. 부모 직업 유무의 경우 아버지가 직업이 있는 경우는 94.4%, 어머니가 직업이 있는 경우는 66.3%였다. 종교는 무교 45.1%, 불교 25.0%, 기독교 18.2% 순이었으며 현재 흡연 유무는 흡연을 하지 않는 경우가 81.8%였다. 음주 경험 유무는 있다 72.1%로 높았으며 음주를 처음 접한 나이는 만13세~15세가 49.3%, 만16세 이상 38.2%, 만 13세 이전 12.5% 순이었다. 술을 처음 마신 이유는 호기심이 28.0%로 가장 많았다.

<표 1> 대상자의 특성

		빈 도(명)	백분율( %)
성별	남학생	329	54.9
	여학생	270	45.1
학년	1학년	148	24.7
	2학년	287	47.9
	3학년	164	27.4
학교유형	인문계-남고	132	22.0
	인문계-여고	97	16.2
	인문계-남녀공학	111	18.5
	실업계-남고	90	15.0
	실업계-여고	95	15.9
	실업계-남녀공학	74	12.4
성적	하위권	58	9.7
	중하위권	130	21.7
	중위권	185	30.9
	중상위권	130	21.7
	상위권	96	16.0
친구정도	없다	52	8.7
	1-3명	42	7.0
	4-6명	119	19.9
	7-9명	93	15.5
	10명 이상	293	48.9

<계속>

<표 1> 대상자의 특성 (계속)

		빈 도(명)	백분율( %)
가족구조	부모+자녀	414	69.1
	편부모+자녀	76	12.7
	조부모+부모+자녀	47	7.8
	조부모+편부모+자녀	29	4.8
	기타	33	5.5
가정환경 및 사회력	가정의 월평균 수입(주관적) (단위 : 만원)	150 미만	15.9
		150~250 미만	21.7
		250~350 미만	23.9
		350~450 미만	15.0
		450 이상	23.5
	용돈(월기준) (단위 : 만원)	5 미만	37.4
		5~15 미만	36.9
		15~25 미만	9.8
		25~35 미만	4.3
		35~45 미만	8.2
	45 이상	3.3	
아버지의 직업 *	없음	32	5.6
	있음	544	94.4
어머니의 직업 *	없음	195	33.7
	있음	383	66.3
종교	기독교	109	18.2
	천주교	32	5.3
	불교	150	25.0
	무교	270	45.1
	기타	38	6.3
현재 흡연	없음	490	81.8
	있음	109	18.2
음주 경험	없음	167	27.9
	있음	432	72.1
생활습관	처음 술을 접한 나이**	만13세 이전	12.5
		만13세~15세	49.3
		만16세 이상	38.2
	술을 처음 마신 이유**	어울리기 위해서	21.3
		누군가의 강요	5.1
	호기심	28.0	
	너무 힘들어서	5.3	
	부모님과 함께	23.1	
	기타이유	17.1	
계		599	100.0

\* : 부모가 생존해 있는 경우만 각각 분석대상으로 하였음.

\*\* : 음주 경험이 있는 경우만 분석대상으로 하였음.

## 2. 대상자 특성에 따른 스트레스

대상자 특성에 따른 스트레스는 <표 2>와 같다.

<표 2> 대상자 특성에 따른 스트레스

		빈도(명)	평균	표준편차	F(t)값	p†	사후점정	
학 교 생 활	학년	1학년	148	22.86	14.60	0.478	0.621	
		2학년	287	22.22	14.86			
		3학년	164	23.87	15.09			
	성 적	하위권	58	26.81	18.78	2.315	0.056	
		중하위권	130	24.62	14.66			
중위권		185	21.81	13.13				
중상위권		130	21.25	14.48				
상위권		96	20.82	15.50				
친 구 정 도	없다(a)	52	30.67	17.20	4.395	0.002	a*b : b*c : c*e*d (a>c : b>d, e)	
	1-3명(b)	42	27.07	15.64				
	4-6명(c)	119	22.81	13.90				
	7-9명(d)	93	20.87	12.68				
	10명이상(e)	293	21.48	14.99				
가 족 구 조	부모+자녀	414	22.18	14.75	0.899	0.464		
	편부모+자녀	76	24.47	14.93				
	조부모+부모+자녀	47	22.08	14.40				
	조부모+편부모+자녀	29	22.56	13.60				
	기타	33	26.92	17.23				
가 정 환 경	가정의 월평균 수입 (주관적) (단위:만원)	150 미만(a)	95	27.75	15.25	3.282	0.011	a : b, c, d, e (a>b, c, d, e)
		150~250 미만(b)	130	21.42	13.49			
		250~350 미만(c)	143	21.85	14.51			
		350~450 미만(d)	90	22.30	13.97			
		450 이상(e)	141	21.31	16.22			
및 사 회 력	용돈 (월기준) (단위:만원)	5 미만	224	21.90	15.05	1.646	0.146	
		5~15 미만	221	24.58	14.42			
		15~25 미만	59	22.32	15.02			
		25~35 미만	26	19.19	10.44			
		35~45 미만	49	22.69	17.08			
아 버 지 의 직 업*	없음	32	28.00	15.79	2.191	0.029		
	있음	544	22.15	14.60				
	어 머 니 의 직 업*	없음	195	23.09	14.49	0.435	0.664	
		있음	383	22.53	14.91			
	종 교	기독교	109	23.22	13.72	0.203	0.937	
천주교		32	20.63	11.88				
불교		150	22.58	15.51				
무교		270	22.91	15.06				
기타		38	22.38	16.58				
생 활 습 관	현재 흡연	없음	490	22.52	14.46	-1.004	0.316	
		있음	109	24.09	16.30			
	음주 경험	없음	167	19.80	13.89	2.811	0.005	
		있음	432	23.81	15.02			

\* : 부모가 생존해 있는 경우만 각각 분석대상으로 하였음.

학년별로는 3학년이 23.87로 높았으며(p=0.621). 성적별로는 하위권이 26.81로 가장 높았다(p=0.056). 친구정도는 친구가 없다 30.67, 1~3명 27.07, 4~6명 22.81 순으로 나타났다(p=0.002). 친구정도에 따른 집단 간의 유의한 차이를 확인하기 위하여 Duncan 의 사후검정을 실시한 결과, 3집단군이 유의한 차이를 보였다. 가장 많이 차이가 나는 집단군은 친구가 없다와 7~9명의 친구가 있는 경우였다. 집단군별로는 친구가 없다와 1~3명이 있는 경우가 같은 집단으로 형성되었으며, 1~3명, 4~6명이 한 집단으로, 4~6명, 7~9명, 10명 이상이 나머지 집단군으로 형성되었다.

가족형태별로는 편부모와 자녀인 형태가 24.47로 높았고(p=0.899) 가정의 월평균 수입에 따른 스트레스 정도는 150만 원 미만인 평균 27.75, 350~450만 원 미만 22.30, 250~350만 원 미만 21.85 순인 것으로 나타났다(p=0.011). 유의수준 5%에서 Duncan의 사후검정을 실시한 결과 가정수입 150만 원 미만의 청소년 스트레스 평균이 다른 가정수입층에 비해 유의미하게 높았으며, 그 밖의 다른 가정수입층 간에는 청소년의 스트레스 반응 평균이 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 월 평

균 용돈에서는 5~15만 원 미만 24.58, 35~45만 원 미만 22.69, 15~25만 원 미만 22.32 순이었다(p=0.146). 아버지의 직업 유무에 따라서는 직업이 없음 28.00, 있음 22.15로 통계적으로 유의한 차이를 보였다(p=0.029). 어머니의 직업, 종교, 흡연 유무에서는 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다(p>0.05). 반면 음주 경험 유무에서는 있음 23.81, 없음 19.80로 통계적으로 유의한 차이를 보였다(p=0.005)<표 2>.

### 3. 계열에 따른 스트레스

인문계 고교와 실업계 고교의 계열별 남학생의 스트레스 반응 및 하위 영역별 반영결과는 <표 3>과 같다. 인문계 고교 남학생의 경우 스트레스 반응 지수 24.51로 실업계 고교에 비해 스트레스가 높은 것으로 나타났다(p=0.000). 스트레스 반응 하위 영역별 분석 또한 인문계가 정신적 반응, 신체적 반응, 저항력 저하영역에서 각각 10.17(p=0.000), 10.48(p=0.001), 2.77(p=0.050)로 실업계에 비해 모두 높았다. 따라서 계열별 고교 남학생의 스트레스에 차이가 있을 것이라라는 가설 1은 수용되었다.

<표 3> 계열별 남학생의 스트레스 반응 및 하위 영역별 반응

	계열	빈도(명)	평균	표준편차	t	p
스트레스 반응	인문계	178	23.41	14.85	4.811	0.000
	실업계	151	16.55	14.65		
정신적 반응	인문계	178	10.17	7.77	4.940	0.000
	실업계	151	6.55	7.42		
신체적 반응	인문계	178	10.48	6.49	3.470	0.001
	실업계	151	7.96	7.38		
저항력 저하	인문계	178	2.77	2.15	1.845	0.050
	실업계	151	2.04	2.17		

<표 4> 계열별 여학생의 스트레스 반응 및 하위 영역별 반응

	계열	빈도(명)	평균	표준편차	t	p
스트레스 반응	인문계	162	25.24	14.11	1.593	0.001
	실업계	108	20.58	13.57		
정신적 반응	인문계	208	10.38	7.70	3.10	0.002
	실업계	169	8.28	7.60		
신체적 반응	인문계	208	11.71	6.48	1.791	0.056
	실업계	169	10.24	6.89		
저항력 저하	인문계	208	2.65	2.09	2.912	0.004
	실업계	169	2.06	2.01		

인문계 고교와 실업계 고교의 계열별 여학생의 스트레스 반응 및 하위 영역별 반응결과는 <표 4>과 같다. 여학생 또한 인문계가 스트레스 반응 25.24, 실업계 20.58로 실업계에 비해 스트레스 반응이 높았다(p=0.001). 스트레스 반응의 하위 영역별 분석에선 인문계 고교 여학생이 정신적 반응과 저항력 저하 영역에서 각각 10.38(p=0.002), 2.65(p=0.004) 으로 실업계 고교에 비해 높았다. 반면 신체적 반응 영역은 인문계 고교 11.71, 실업계 고교 10.24로 통계적으로 유의한 차이가 없었다(p=0.056).

따라서 계열별 고교 여학생의 스트레스에 차이가 있을 것이라라는 가설 2은 수용되었다.

#### 4. 계열별 남녀공학 여부에 따른 스트레스

인문계와 실업계의 계열별 각각 남녀공학 여부에 따른 고교 청소년의 스트레스 반응을 비교한 결과 <표 5>과 같다. 인문계의 경우 남녀공학이 23.14로 단일 성(性)으로 구성(남고, 여고)된 고교에 비해 스트레스가 낮은 것으로 나타났다(p=0.050). 반면 실업계는 남녀공학 19.72, 단일성 고교 18.92로 통계적으로 유의한 차이가 없었다(p=0.689).

따라서 계열별 단일성 고교(남고, 여고)와 남녀공학 복수 성(性) 학교 학생간의 스트레스에 차이가 있을 것이라라는 가설 5은 수용되었다.

<표 5> 계열별 남녀공학 여부에 따른 스트레스 반응 비교

	학교유형	빈도(명)	평균	표준편차	t값	p
인문계	단일성 고교(남고, 여고)	229	26.38	13.48	1.973	0.050
	남녀공학	111	23.14	14.39		
실업계	단일성 고교(남고, 여고)	185	19.72	14.08	0.401	0.689
	남녀공학	74	18.92	15.84		

<표 6> 남학생의 학교유형별 스트레스 반응

	계열	빈도(명)	평균	표준편차	F	p	사후검정
스트레스 반응	인문계_남고(a)	132	25.67	15.15	8.881	0.000	a*b : b*c*d (a > c, d)
	인문계_남녀공학(b)	46	21.15	13.57			
	실업계_남고(c)	90	17.07	14.56			
	실업계_남녀공학(d)	61	16.03	14.89			
하위영역							
정신적 반응	인문계_남고(a)	132	11.29	7.65	9.844	0.000	a*b: b*d: c*d (a, b > c, d)
	인문계_남녀공학(b)	46	9.04	7.59			
	실업계_남고(c)	90	6.13	7.19			
	실업계_남녀공학(d)	61	6.97	7.58			
신체적 반응	인문계_남고(a)	132	11.71	6.55	7.777	0.000	a : b*c*d (a > b, c, d)
	인문계_남녀공학(b)	46	9.24	5.61			
	실업계_남고(c)	90	8.83	7.19			
	실업계_남녀공학(d)	61	7.08	6.70			
저항력 저하	인문계_남고(a)	132	2.67	2.21	2.801	0.040	b : a*c*d (b > c, d)
	인문계_남녀공학(b)	46	2.87	2.00			
	실업계_남고(c)	90	2.10	2.07			
	실업계_남녀공학(d)	61	1.98	2.23			

### 5. 학교유형에 따른 스트레스

학교유형별 고교 남학생의 스트레스 반응 및 하위 영역별 반응 결과는 <표 6>과 같다. 스트레스 반응의 경우 인문계 남학교 25.67, 인문계 남녀공학 21.15, 실업계 남학교 17.07 순이었다(p=0.000). 학교유형에 따른 집단 간의 유의한 차이를 확인하기 위해 Duncan의 사후검정을 실시한 결과, 2집단군이 유의한 차이를 보였다. 인문계 남학교와 실업계 남학교, 실업계 남녀공학이 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 정신적 반응은 인문계 남학교 11.29, 인문계 남녀공학 9.04, 실업계 남녀공학 6.97 순이었으며(p=0.000) 사후분석결과 3집단군이 유의한 차이를 보였다. 인문계 남학교, 인문계 남녀공학과 실업계 남학교, 실업계 남녀공학이 통계적으로

유의한 차이가 있었다. 신체적 반응은 인문계 남학교 11.71, 인문계 남녀공학 9.24, 실업계 남학교 8.83 순이었으며(p=0.000) 사후분석결과 2집단군이 유의한 차이를 보였다. 인문계 남학교와 인문계 남녀공학, 실업계 남학교, 실업계 남녀공학이 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 저항력 저하는 인문계 남녀공학 2.87, 인문계 남학교 2.67, 실업계 남학교 2.07 순이었다(p=0.040). 사후분석결과 인문계 남녀공학과 실업계 남학교, 실업계 남녀공학이 통계적으로 유의한 차이가 있었다.

따라서 학교 유형별 고교 남학생의 스트레스에 차이가 있을 것이라하는 가설 3은 수용되었다.

학교유형별 고교 여학생의 스트레스 반응 및 하위 영역별 반응 결과는 <표 7>과 같다.

<표 7> 여학생의 학교유형별 스트레스 반응

	계열	빈도(명)	평균	표준편차	F	p	사후점정
스트레스 반응	인문계_여고(a)	97	27.34	13.53	5.145	0.002	a : b*c*d (a > b, c, d)
	인문계_남녀공학(b)	65	23.14	14.39			
	실업계_여고(c)	95	22.24	13.21			
	실업계_남녀공학(d)	13	18.92	15.84			
스트레스 반응 하위영역							
정신적 반응	인문계_여고(a)	97	11.90	7.41	4.799	0.003	a*b : b*c*d (a > c, d)
	인문계_남녀공학(b)	65	9.86	7.86			
	실업계_여고(c)	95	8.88	7.55			
	실업계_남녀공학(d)	13	7.68	7.65			
신체적 반응	인문계_여고(a)	97	12.69	6.44	4.993	0.002	a*b*c : b*d (a, c > d)
	인문계_남녀공학(b)	65	10.72	6.41			
	실업계_여고(c)	95	11.59	6.03			
	실업계_남녀공학(d)	13	8.88	7.64			
저항력 저하	인문계_여고(a)	97	2.75	2.10	4.172	0.006	a*b*d : c (a, b, d > c)
	인문계_남녀공학(b)	65	2.56	2.09			
	실업계_여고(c)	95	1.77	1.74			
	실업계_남녀공학(d)	13	2.36	2.28			

스트레스 반응의 경우 인문계 여학교 27.34, 인문계 남녀공학 23.14, 실업계 여학교 22.24 순이었다( $p=0.002$ ). 학교유형에 따른 집단 간의 유의한 차이를 확인하기 위해 Duncan의 사후검정을 실시한 결과, 2집단군이 유의한 차이를 보였다. 인문계 여학교와 인문계 남녀공학, 실업계 남학교, 실업계 남녀공학이 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 정신적 반응은 인문계 여학교 11.90, 인문계 남녀공학 9.86, 실업계 여학교 8.88 순이었으며( $p=0.003$ ) 사후분석결과 2집단군이 유의한 차이를 보였다. 인문계 여학교와 실업계 여학교, 실업계 남녀공학이 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 신체적 반응은 인문계 여학교 12.69, 실업계 여학교 11.59, 인문계 남녀공학 10.72 순이었으며( $p=0.002$ ) 사후분석결과 인문계 여학교, 실업계 여학교와 실업계 남녀공학이 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 저항력 저하

는 인문계 여학교 2.75, 인문계 남녀공학 2.56, 실업계 남녀공학 2.36 순이었으며( $p=0.006$ ) 사후분석결과 2집단군이 유의한 차이를 보였다. 인문계 여학교, 인문계 남녀공학, 실업계 남녀공학과 실업계 여학교이 통계적으로 유의한 차이가 있었다.

따라서 학교 유형별 고교 여학생의 스트레스에 차이가 있을 것이라하는 가설 4은 수용되었다.

#### IV. 고찰 및 결론

스트레스와 관련된 각종 질환과 사회문제가 증가하면서 사람들이 그들의 삶 속에서 경험하게 되는 스트레스 요인에 대한 관심이 증가하고 있다. 특히 청소년 문제가 사회적 화두로 대두되면서 이러한 문제를 해결하기 위한 방안으로써 청소년 스

트레스와 관련된 많은 연구가 시행되고 있다[3, 8, 12, 14-16]. 그러나 이들 선행연구는 스트레스 원인 및 대처방식 등에 관한 연구로써 각각의 스트레스 원인과 환경이 어떠한 반응을 일으키는가에 대한 과정적 측면의 청소년 스트레스를 설명하기에는 한계가 있었다. 이에 이 연구에서는 인지적 측면의 스트레스 반응 측정을 통해 인구사회학적 특성뿐만 아니라 학교유형 및 계열별 요인에 따른 청소년 스트레스를 파악하고자 하였다.

대상자 특성에 따른 스트레스 반응은 성적별로는 하위권이 26.81로 가장 높았으나 통계적으로 유의하지 않았다( $p=0.056$ ). 학업에 대한 스트레스 수준이 다른 요인에 비해 높으나 학업성적과 스트레스와는 유의한 상관이 없다는 선행연구[12] 결과와 일치한다 할 수 있다. 반면 친구정도는 친구가 없을수록 스트레스 반응이 높았으며, 사후 검정결과 가장 많이 차이가 나는 집단군은 친구가 없다와 7~9명의 친구가 있는 경우였다. 고교시설 친구없이, 왕따를 경험한 학생들은 대학 입학 후에도 주변 환경에 대한 스트레스를 많이 느끼게 되고 대학생활 부적응과 공격적 성향이 높아진다[13]. 동급생들 간에 정서적 교감을 함께 나눌 수 있는 프로그램이 필요하다 여겨진다. 가정 월평균 수입이 150만 원 미만인 경우 가장 많은 스트레스를 경험하고 있었으며 사후검정 결과, 150만 원 미만의 구간과 다른 가정수입구간 간에 유의미한 차이가 있는 반면, 150만 원 미만을 제외한 다른 가정수입구간 간에는 청소년의 스트레스 정도에 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이는 생활수준이 고교생의 스트레스 원인으로 작용한다는 선행연구[14] 결과와 일치한다 할 수 있다. 월평균 가정수입 150만 원 미만인 가정의 청소년에 대한 보다 세심한 정서적 지지와 관심이 필요하다 여겨진다. 부모의 직업 유무에 따른 분석에선 아버지의 경우, 직업 없음 28.00, 있음 22.15로 직업유무에 따라 통계적으로 유의한 차이를 보이는 반면 어머니의 직업과는

유의한 차이가 없었다. 이는 모친의 취업유무가 고교생 스트레스에 유의한 영향을 미치지 않는다는 선행연구[14] 결과와 일치한다 할 수 있다.

인문계 고교와 실업계 고교와의 계열에 따른 스트레스 반응과 그 하위 영역 반응 분석 결과, 남학생 모두 인문계 고교생이 스트레스 반응과 정신적, 신체적, 저항적 저하에 대한 하부 영역에서 모두 실업계 학생들에 비교 높은 것으로 나타났다. 이는 강승호 등의 연구에서 인문계 학생들의 스트레스 수준이 실업계 학생들보다 높으며 정신건강측면에서도 취약하다는 연구결과와 일치한다 할 수 있다 [12][15]. 여학생의 경우, 인문계고가 실업계고에 비해 스트레스 반응과 정신적, 저항적 저하에 대해 높은 반면 신체적 반응은 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 따라서 여학생의 경우 스트레스 상황에서 신체적 반응은 비슷한 수준으로 발생한다 할 수 있다.

계열별 남녀공학 여부에 따른 분석결과, 인문계의 경우 남녀공학이 단일 성(性)으로 구성(남고, 여고)된 고교에 비해 스트레스가 낮은 반면 실업계에선 남녀공학 18.92, 단일 성(性)으로 구성된 고교 19.72로 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 이는 상대적으로 현저히 낮게 나타난 실업계 남학교의 스트레스 반응에 따른 결과라 생각된다. 남녀공학의 경우, 인문계·실업계 각각의 남고, 여고에 비해 스트레스 반응이 상대적으로 낮았다. 이는 학교의 피 교육대상자를 단일 성(性)으로 구성할 경우, 외모와 이성 등에 오히려 지나친 관심을 발생시키는 부정적인 요인으로 작용할 수 있다는 연구결과와[17] 일치한다 할 수 있다.

학교유형에 따른 분석결과 남학생의 경우, 스트레스 반응은 인문계 남학교 25.67, 인문계 남녀공학 21.15, 실업계 남학교 17.7 순으로 나타났다. 사후검정 결과, 제1집단에 인문계 남학교와 인문계 남녀공학, 제2집단으로 인문계 남녀공학과 실업계 남학교, 실업계 남녀공학이었다. 사실상 인문계 남

녀공학의 경우, 제1, 2집단에 모두 각각 포함되어 있어 유의수준 5% 하에서 유의한 차이를 보인 것은 제1집단의 인문계 남학교와 제2집단의 실업계 남학교, 실업계 남녀공학과와의 차이에서 발생한 것이라 할 수 있다. 이는 인문계가 실업계에 비해 스트레스를 많이 경험하게 된다는 선행연구[16][17] 결과를 더욱 세분화하여 학교유형별로 구체적으로 제시한 결과라 할 수 있다. 하위 영역별로는 정신적 반응은 인문계 남학교, 인문계 남녀공학이 실업계 남학교, 실업계 남녀공학에 비해 유의하게 높았다. 신체적 반응은 인문계 남학교가, 저항력 저하 영역은 인문계 남녀공학이 높았다.

학교유형에 따른 여학생의 스트레스 반응은 인문계 여학교 27.34, 인문계 남녀공학 23.145, 실업계 여학교 22.24순이었다. 사후검정 결과, 제1집단에 인문계 여학교, 제2집단에 인문계 남녀공학, 실업계 여학교, 실업계 남녀공학이었다. 인문계 여학교의 스트레스 반응이 다른 학교유형에 비해 유의하게 높았다. 하위 영역별 분석결과, 정신적 반응은 인문계 여학교가 다른 학교유형에 비해 유의하게 높았으며, 신체적 반응은 인문계 여학교, 실업계 여학교가 실업계 남녀공학에 비해 유의하게 높았다. 저항력 저하 영역은 인문계 여학교, 인문계 남녀공학, 실업계 남녀공학이 실업계 여학교에 비해 유의하게 높았다. 스트레스는 사람의 약한 부위를 공략하는 경향이 있다[18]. 따라서 고교 청소년을 위한 스트레스 관리와 지원 시 학교유형에 따라 각기 취약한 영역을 보다 강화한 맞춤형 프로그램 지원이 효과적일 것이라 여겨진다.

본 연구의 가설 검증결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 계열별 고교 남학생의 스트레스 반응은 인문계가 실업계에 비해 스트레스 많이 느끼고 있었으며 정신적, 신체적, 저항력 저하 영역 역시 인문계가 취약한 것으로 나타났다.

둘째, 계열별 고교 여학생의 스트레스 반응 역

시 인문계가 스트레스 많이 느끼고 있었으며 정신적, 신체적, 저항력 저하 영역 역시 인문계가 취약한 것으로 나타났다.

셋째, 계열별 단일성 고교(남고, 여고)의 학생이 남녀공학 복수 성(性)으로 구성된 학교 학생에 비해 상대적으로 많은 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다.

넷째, 학교 유형별 고교 남학생의 스트레스 반응은 인문계 남학교가 가장 높았으며 영역별로는 정신적 반응은 인문계 남학교와 인문계 남녀공학, 신체적 반응은 인문계 남학교, 저항력 저하는 인문계 남녀공학이 높았다.

다섯째, 학교 유형별 고교 여학생의 스트레스 반응은 인문계 여학교가 가장 높았으며 영역별로는 정신적 반응은 인문계 여학교가, 신체적 반응은 인문계 여학교와 실업계 여학교가, 저항력 저하는 인문계 여학교, 인문계 남녀공학, 실업계 남녀공학이 높았다.

이 연구의 제한점으로는 편의 표본추출에 의한 횡단적 접근법이라는 것과 학교 유형별 각각 1개 교로, 그 수가 충분하지 않은 점 등을 들 수 있다. 하지만 고교 청소년 스트레스를 과정적 측면의 스트레스 반응과 하부 영역별 반응으로 각각 계열과 학교유형에 따라 살펴봄으로써, 남녀 각각 계열별 스트레스 반응에 차이가 있음을 파악한 점, 그리고 학교유형에 따라 스트레스 반응과 하위 영역별 차이가 있음을 알 수 있다는 점은 의의가 있다고 하겠다.

이상의 결과 고교생, 특히 인문계 학생들에 대한 보다 적극적인 정신적, 신체적 지지가 필요하며 단일 성(性)으로 구성된 학교의 경우 남녀공학 복수 성(性)의 피 교육대상자로 운영되는 학교에 비해 청소년 스트레스 관리에 더욱 적극적인 방안 모색이 필요함을 알 수 있다. 청소년 스트레스 관리를 위한 지속적이고 체계적인 프로그램 도입과 정책적 대책 마련이 필요하다 여겨진다.

## 참고문헌

1. 장윤정, 정순덕, 장명준, 이기남(2006), 스트레스성 질환의 증상을 갖는 환자의 Turbosonic WBV 시행 전후 혈관탄성도 변화, 대한의료기공학회지, Vol.9(1);70-109.
2. [http://kordic.nate.com/dicsearch/view\\_sd.html?i=23217600&fm=](http://kordic.nate.com/dicsearch/view_sd.html?i=23217600&fm=)
3. 이양구, 신충식, 김재엽(2006), 인문, 자연, 예체능 계열 고등학생의 스트레스 실태 비교, 한국스포츠리서치, Vol.17(5);673-682.
4. Garrick, T., Ostrov, E., and Offer, D.(1988), Physical symptoms and self-image in a group of normal adolescents, Psychosomatics, Vol.29(1);73-80.
5. 김충기(1998), 생활지도 상담 진로지도, 교육과학사, pp.21-22.
6. <http://www.hankyung.com/news/app/newsview.php?aid=201109141057i>
7. [http://kostat.go.kr/portal/korea/kor\\_ko/5/2/index.board?aSeq=250326&bmode=read](http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_ko/5/2/index.board?aSeq=250326&bmode=read)
8. <http://www.mest.go.kr/upload/history/13.pdf>
9. Lazarus, R. S.(1982), Thoughts on the relations between emotion and cognition, American Psychologist, Vol 37(9);1019-1024.
10. 衛藤隆(1999), 高校生用メンタルヘルス教育プログラムの評価法の開発-認知的ストレス尺度の作成-, 行動計量學, Vol.26(2);18-33.
11. 임희진(2003), 고등학생용 스트레스 반응 척도의 교차 타당성과 신뢰성, 대한보건협회지, Vol.29(2);173-180.
12. 강승호, 정은주(1999), 고등학생들의 스트레스와 학업성적 및 정신건강간의 관계연구, 한국교육심리학회지, Vol.13(4);405-424.
13. 임민아(2007), 대학생의 생활스트레스가 공격성에 미치는 영향, 명지대학교 대학원 사회교육대학원, pp.42-43.
14. 최용주, 강영자(1996), 우리나라 고등학생들의 스트레스 원, 한국생활과학회지, Vol.5(2);73-86.
15. 이영희(2007), 인문계 고교생과 실업계 고교생의 스트레스 요인 및 대처 방식 비교연구, 강원대학교 교육대학원 석사학위 논문, pp.25-26.
16. 이명희(1989), 고등학생의 스트레스와 그에 따른 장애에 관한 연구, 계명대학교 석사학위 논문, pp.51-52.
17. 송연수(2009), 청소년의 외모에 대한 태도와 지각된 사회적 지지 및 학교생활적응과의 관계, 이화여자대학교 교육대학원 석사학위 논문, pp.36-37.
18. 오오모리 다카시 (2004), 몸속의 독을 없애는 생활의 기술, 아카데미북, pp.148-149.

접수일자 2011년 11월 19일

심사일자 2011년 12월 12일

게재확정일자 2011년 12월 16일