

한의학대학생의 사상체질별 학업스트레스 연구

장준용 · 김경신 · 김병수

대전대학교 한의과대학 생리학교실

Study of on Academic Stress Responses According to Sasang Constitutions of Oriental Medicine College Students

Jun-Yong Chang, Kyoung-Shin Kim, Byoung-Soo Kim

Department of Physiology, College of Oriental Medicine, Daejeon University

Abstract

Objectives :

This study was founded to identify the differences of stress responses, according to Sasang Constitutions (the Taeyangin, Taeumin, Soyangin and Soumin) of highly stressed oriental medicine college students.

Methods :

The subjects were 76 students who majored in oriental medicine. We processed 'University students Stress Scale', and 'Medical Stress Scale'. We selected 30 students who stressed higher than average. We then processed 'QSCC II (Questionnaire for the Sasang Constitution Classification II)' and 'Scale for the Stress Response'. Collected data was analyzed with the SPSS 19.0 for windows statistical program.

Results :

The university students stress score of oriental medicine students was 1.97 that was higher than the other college students. The medical stress score was 2.77, which was similar with other medical college students. The symptoms of stress score was 2.53, which was higher than the others. Particularly, the depressive syndrome and rage syndrome were highly ranked. The frequently appearing symptoms of each type of Sasang Constitutions (the Taeyangin, Taeumin, Soyangin and Soumin) showed as follows. The Soyangin's symptoms of stress showed in order of Anxiety, Depression, and Emotional irritability. The Soumin's symptoms of stress showed in order of Depression, Emotional irritability, and cognitive disorganization. The Taeumin's symptoms of stress showed in order of Anxiety, Depression, and Emotional irritability. However, there were no significant differences among the results of each constitution.

Conclusions :

The results show that oriental medicine students have as much stress as other medical college students and there was tendency of showing different patterns of stress response, according to Sasang Constitution, but it's not significantly different.

Key Words:

medical study stress, stress responses, sasang constitutions.

I. 서론

의학계열 대학생들은 엄청난 학습량, 시험 및 성적관리, 여가시간의 부족, 가족이나 친구와의 교류시간 부족, 그리고 고난이도의 학습내용 등으로 인하여 높은 스트레스를 경험하고 있다¹⁾고 알려져 있다. 이러한 스트레스 요인의 80% 이상이 학업과 관련한 것으로 알려져 있으며²⁾, 또한 의학계열 대학생들이 겪는 이러한 극심한 스트레스는 이들의 정신건강에도 악영향을 끼치며³⁾ 심지어 유급 및 학업포기 등의 심각한 학업문제를 야기하기도 한다⁴⁾고 조사되었다.

이와 같은 높은 스트레스뿐만 아니라 낮은 수준의 스트레스라고 할지라도 해소되지 못하고 누적되면 다양한 문제행동을 유발할 수 있으며, 신체 및 정신건강에 영향을 미칠 수 있다. 대표적인 신체 및 생리적인 변화로는 자율신경계에 관련된 신체증상, 심혈관증상, 소화기증상 등을 유발한다⁵⁾고 알려져 있다. 이러한 스트레스는 개인에 의해 지각되는 내·외적 자극을 원인으로 하는데, 자극 자체의 강도 보다는 자극에 대한 개인의 주관적 해석과 평가, 대처에 따라 스트레스 반응의 정도는 좌우된다고 알려져 있다⁶⁾. 즉, 동일한 스트레스 상황에서 어떤 사람은 심각한 신체적, 심리적, 사회적 기능의 변화를 경험하는 반면, 다른 사람은 유용한 자원을 동원하여 그 스트레스에 능동적으로 대처⁷⁾하는 등 개인의 성격 특성 요인에 따라 스트레스에 대처하는 행동 양식과 발현되는 증상에는 차이가 있으며⁸⁾, 스트레스로 인한 증상 또한 체질별로 차이가 있는 것⁹⁾으로 알려져 있다.

한의학에서는 이러한 체질별 차이를 중요시하여 1894년 동무 이제마가 사람의 체질을 생리 심리 사회적으로 분류한 체질의학인 사상의학을 발표하였다. 인간은 누구나 태양인, 태음인, 소양인, 소음인의 네 체질로 나누어지며, 체질마다 체형이 있는 것처럼 마음의 형이 있으며, 이 심성의 차이는

대인관계, 상황을 받아들이는 방식과 일을 처리하는 방식 등 여러 가지 사회적 활동과 심리적 반응에 차이를 가져온다고 이해하고 있다¹⁰⁾.

사상체질에 따른 스트레스 반응과의 상관성에 관한 선행연구를 살펴보면, 사상체질별로 스트레스 인지정도에 차이¹¹⁾가 있으며, 체질별 생활습관에 따른 스트레스의 잠재적 위협에도 차이¹²⁾가 있었으며, 체질별 스트레스 인지정도에 따른 건강상태에 차이¹³⁾도 있었고, 스트레스에 대한 심리적 반응 양상도 달랐다⁹⁾.

이와 같이 기존의 연구들에서는 주로 사상체질의 성격요인으로 인한 스트레스에 대한 인지 차이와 심리적 반응 양상 차이 등에 관한 연구가 대부분이었고, 한의과대학생의 학업스트레스로 인한 신체 증상 양상에 관한 연구는 없었다. 그러므로 본 연구에서는 여러 스트레스원(stressor) 중에서 한의학과 대학생들의 가장 큰 스트레스원 중 하나인 학업 스트레스를 중심으로 그에 따른 신체증상과 사상체질과의 연관성을 살펴보고자 한다.

II. 연구대상 및 연구방법

1. 연구대상 및 연구절차

본 연구는 D대학교 한의과대학 한의학과 본과 1학년 재학생 76명을 연구대상으로 대학생 스트레스 설문과 의학 학업 스트레스 설문을 실시하여 평균보다 학업 스트레스가 높은 학생 30명을 선정하여 이들을 대상으로 사상체질관별검사(QSCC II), 스트레스 신체 반응 양상 검사를 실시하였다(Fig. 1.).

2. 연구도구

1) 대학생 스트레스 척도

한의과 대학생의 스트레스를 측정하기 위하여 대학생 스트레스 설문지¹⁴⁾를 사용하였다.

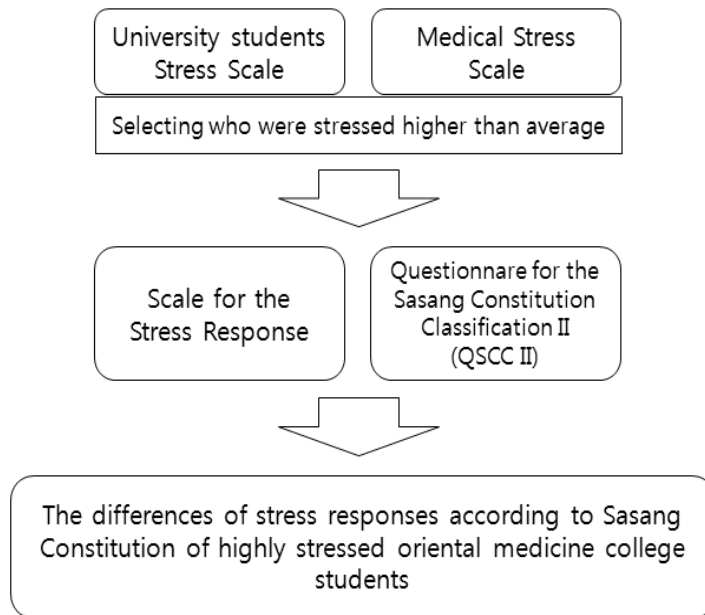


Fig. 1. Research schematic process.

이 설문지는 총 51개 문항으로 구성되었으며, 각 문항은 1점(전혀 그렇지 않다) 부터 4점(항상 그렇다)까지 리커트식 4점 척도로 구성되어 있다. 각 문항 점수의 평균값을 산출하였고, 점수가 높을수록 스트레스가 높은 것을 의미한다.

2) 의학 학업 스트레스 척도 (medical stress scale)

한학과 대학생들이 자각하는 의학 학업 스트레스를 측정하기 위하여 총 13문항으로 구성된 의학스트레스 척도(medical stress scale)¹⁵⁾에서 우리나라 상황에 적합한 것으로 판단되는 10문항을 선정하여 수정 후 사용하였다. 각 문항은 1점(전혀 그렇지 않다) 부터 5점(매우 그렇다)까지 리커트식 5점 척도로 반응하도록 되어있다. 각 문항 점수의 평균 점수를 산출하였으며, 점수가 높을수록 의학스트레스가 높은 것으로 해석하였다.

3) 스트레스 반응양상 척도(SOS)

스트레스로 인하여 동반되는 신체 반응 양상을

알아보기 위하여 본 연구에서 Lazarus와 Folkman (1984)¹⁶⁾이 개발한 SOS(symptoms of stress) 척도를 사용하였다. 스트레스 신체 반응 양상 척도는 총 94항목이고 각 항목은 1점(전혀 없다)부터 5점(매우 자주 있다)까지의 리커트식 5점 척도이고 10개의 하위 척도로 분류되어 있다. 94문항의 점수를 합하여 문항수로 나눈 평균점수로 총 스트레스 반응 정도를 파악하고 각 하위 척도별 평균 점수도 각 문항의 점수의 합을 문항수로 나누어 구한 점수를 사용하였다. 그리고 점수가 높을수록 스트레스 반응이 강하게 나타나는 것으로 해석하였다.

4) 사상체질 진단도구

사상체질 진단은 QSCC II(Questionnaire for Sasang Constitution Classification)¹⁷⁾를 이용하여 대상자의 체질을 분류하였다. QSCC II의 체질판별 정확도는 약 70%로 보고되어 있으며, 검사지는 체형, 성격 및 생활습관에 관한 객관식 15문항과 일처리 능력과 대인관계, 평소의 마음가짐과

문제점, 감성특성, 행동특성 및 몸상태에 관한 106개 문항으로 구성되어 있다¹⁷⁾. 수거된 설문문단지는 QSCC II의 사상관별 전용 프로그램으로 처리하여 가장 높은 점수를 획득한 사상인을 해당 사상인으로 분류하였으며, 그에 따른 다른 사상인과의 점수 차이가 4점 이하인 경우에는 체질관별 논란의 여지가 있어 이를 제외하였다(Data not shown).

3. 분석방법

수집된 자료의 통계분석에는 SPSS Statistics 19 for Windows를 이용하였다. 스트레스가 높은 대상군을 선정하기 위하여 대학생 스트레스 검사와 의학 학업 스트레스 검사를 시행하여 평균보다 학업 스트레스 높은 대상자를 선정하였다. 선정된 고 스트레스 군에 사상체질관별검사(QSCC II)와 스트레스 신체 반응 양상 검사를 시행하였다.

사상체질관별검사(QSCC II)를 통하여 확인된 각 사상체질별로 스트레스 신체 반응의 차이를 알아보기 위하여 one-way ANOVA를 수행하였으며, 군 간의 유의성은 Turkey's HSD test에 의해 검정하였다.

III. 연구결과 및 고찰

1. 연구대상의 일반특성

Table 1. General characteristics

	N	Percent(%)	
Gender	Male	19	63.3
	Female	11	26.7
Sasang Type	Soyangin	7	23.3
	Soeumin	9	30.0
	Taeumin	14	46.7
	Taeyangin	0	0.0
Total	30	100.0	

선별된 설문 대상자 30명의 성별 분포는 19명(63.3%)이 남성이었고, 11명(36.7%)이 여성이었

고, 이들의 평균 나이는 23.47세였다. 그리고 29명(96.7%)이 미혼자였고, 기혼자는 1명(3.3%)에 해당하였다. 선별된 설문 대상자들 30명의 사상체질 분포는 소양인은 8명(26.7%), 소음인은 9명(30%), 태음인은 13명(43.3%)였고, 태양인은 0명(0%)로 분포되었다(Table 1).

2. 대학생 스트레스 점수

대학생의 스트레스 설문조사를 통하여 알아본 한의과 대학생의 전체 스트레스 지수의 평균은 1.97으로 높게 나타났다. 대학생 스트레스 하위 척도 중에서 학교생활로 인한 스트레스의 평균이 2.46으로 가장 높게 나타났으며, 자신문제로 인한 스트레스가 2.12, 주변 환경문제로 인한 스트레스가 2.06, 대인관계로 인한 스트레스가 1.65, 가정생활로 인한 스트레스가 1.53으로 나타났다(Table 2).

Table 2. University student stress score

(N=76)	M	SD
School life stress	2.46	.52
Interpersonal stress	1.65	.39
Self problem stress	2.12	.51
Environmental stress	2.06	.46
Home problem stress	1.53	.44
Total	1.97	.38

M=Mean, SD=Standard Deviation

3. 의학 학업 스트레스 점수

의학 학업 스트레스 설문조사를 통하여 알아본 한의과 대학생의 전체 학업 스트레스 지수의 평균은 2.77으로 나타났다(Table 3).

Table 3. Medical study stress score

(N=76)	M	SD
Medical study stress	2.77	.56

M=Mean, SD=Standard Deviation

4. 스트레스 반응 양상

대상자의 스트레스 신체반응양상을 조사한 결과 스트레스 반응양상 척도 평균은 2.53으로 나타났다. 자주 나타나는 스트레스 반응 하위척도는 우울증상(Depression)과 정서적 불안정 증상(분노)(Emotional irritability(anger))으로 설문 대상자들의 평균은 3.10으로 나타났으며, 이외에 불안 증상군(Anxiety(fear)), 인식력 장애군(Cognitive disorganization), 습관적 행동 형태군(Habitual patterns)의 증상들의 빈도가 높게 나타났다.(Table 4).

Table 4. The mean and standard deviation of stress symptoms

(N=30)		M	SD
1	Depression	3.10	.72
2	Emotional irritability(anger)	3.10	.73
3	Anxiety(fear)	2.82	.54
4	Cognitive disorganization	2.73	.59
5	Habitual patterns	2.65	.51
6	Peripheral vascular syndrome	2.35	.77
7	Upper airway syndrome	2.30	.65
8	Central neurological syndrome	2.20	.83
9	Gastro intestinal syndrome	2.20	.78
10	Awakeness syndrome	2.18	.77
11	Muscle tension	2.16	.75
Total		2.53	.69

M=Mean, SD=Standard Deviation

5. 사상체질별 스트레스 신체 증상 차이

사상체질에 따른 전체 스트레스 반응의 평균은 소음인, 소양인, 태음인 순으로 높게 나타났다. 이를 통해 한의과 대학생의 학업 스트레스는 소음인이 가장 심하고, 상대적으로 태음인이 가장 적은 스트레스 증상을 보이는 것으로 나타났다.

사상체질별 각 증후군의 증상 발현은 통계적으로 유의한 차이를 보이지는 않았지만, 다음과 같은 경향을 보였다.

가장 빈도가 높은 우울증상군(Depression)의 사상체질별 평균은 소음인, 태음인, 소양인 순으로 나타나서, 소음인이 가장 빈발하고, 상대적으로 태음인과 소양인은 비슷하게 적은 경향을 나타냈다. 그와 같은 빈도인 정서적 불안정 증상(분노)(Emotional irritability(anger))군의 사상체질별 평균은 태음인, 소양인, 소음인 순으로 나타나서 태음인이 가장 빈발하고, 상대적으로 소음인이 가장 적은 경향을 보였다. 다음으로 불안 증상군(Anxiety(fear))의 평균은 소음인, 소양인, 태음인 순으로 나타나서 소음인이 가장 빈발하고, 상대적으로 소양인과 태음인이 적은 경향을 보였다. 이상에서 보면 전체적으로 가장 빈발했던 세 가지 증후군들의 사상체질별 발생 빈도가 서로 다르다는 것을 알 수 있었다.

다음으로 사상체질에 따른 인식력 장애군(Cognitive disorganization)의 평균은 소음인, 소양인, 태음인 순이어서 소음인이 가장 빈발하고, 상대적으로 태음인이 가장 적은 경향을 보였고, 사상체질에 따른 습관적 행동 형태군(Habitual patterns)의 평균은 소양인, 소음인, 태음인 순으로 나타나서 소양인, 소음인이 비슷하게 빈발하고, 상대적으로 태음인이 가장 적은 경향을 보였다.

신체적 증상 중에서는 말초혈관 증후군(Peripheral vascular syndrome)의 평균은 소음인, 태음인, 소양인 순으로 나타나서 소음인이 가장 빈발하고, 상대적으로 소양인이 가장 적은 경향을 나타냈다. 상기도 증후군(Upper airway syndrome)의 평균은 소음인, 소양인, 태음인 순으로 나타났지만, 체질별 차이는 미미했다. 중추신경계 증후군(Central neurological syndrome)의 평균은 소양인, 소음인, 태음인 순으로 나타나서 소양인이 가장 높았고, 상대적으로 태음인이 가장 적은 경향이 나타났다. 위장계 증후군(Gastro intestinal syndrome)의 평균은 소음인, 태음인, 소양인 순으로 나타나서 소음인과 태음인이 거의 비슷하였고, 상대적으로 소양인이 가

Table 5. Differences in stress symptoms by Sasang type

Category	Sasang Type	N	M	SD	F	P
Peripheral vascular syndrome	Soyangin	8	2.23	.82	.14	.88
	Soeumin	9	2.43	.98		
	Taeumin	13	2.36	.61		
	Taeyangin	0	-	-		
Awakeness syndrome	Soyangin	8	2.17	.72	.10	.91
	Soeumin	9	2.28	.75		
	Taeumin	13	2.13	.87		
	Taeyangin	0	-	-		
Upper airway syndrome	Soyangin	8	2.28	.86	.01	1.00
	Soeumin	9	2.31	.62		
	Taeumin	13	2.30	.58		
	Taeyangin	0	-	-		
Central neurological syndrome	Soyangin	8	2.33	.85	.25	.78
	Soeumin	9	2.27	.85		
	Taeumin	13	2.08	.84		
	Taeyangin	0	-	-		
Gastro intestinal syndrome	Soyangin	8	2.17	.81	.01	.99
	Soeumin	9	2.22	.76		
	Taeumin	13	2.21	.84		
	Taeyangin	0	-	-		
Muscle tension	Soyangin	8	2.32	.79	.73	.49
	Soeumin	9	2.28	.67		
	Taeumin	13	1.97	.79		
	Taeyangin	0	-	-		
Habitual patterns	Soyangin	8	2.68	.64	.04	.96
	Soeumin	9	2.67	.60		
	Taeumin	13	2.62	.37		
	Taeyangin	0	-	-		
Depression	Soyangin	8	3.05	.65	.17	.85
	Soeumin	9	3.22	1.00		
	Taeumin	13	3.06	.56		
	Taeyangin	0	-	-		
Anxiety(fear)	Soyangin	8	2.77	.52	1.28	.30
	Soeumin	9	3.05	.67		
	Taeumin	13	2.69	.43		
	Taeyangin	0	-	-		
Emotional irritability (anger)	Soyangin	8	3.11	.79	1.49	.24
	Soeumin	9	2.78	.82		
	Taeumin	13	3.32	.60		
	Taeyangin	0	-	-		
Cognitive disorganization	Soyangin	8	2.73	.55	.31	.73
	Soeumin	9	2.86	.50		
	Taeumin	13	2.65	.70		
	Taeyangin	0	-	-		
Total	Soyangin	8	2.53	.50	.091	.91
	Soeumin	9	2.58	.62		
	Taeumin	13	2.49	.39		
	Taeyangin	0	-	-		

M=Mean, SD=Standard Deviation

장 적은 경향이 나타났다. 각성 증후군(Awakeness syndrome)의 평균은 소음인, 소양인, 태음인 순으로 나타나서 소음인이 가장 빈발하고, 소양인과 태음인이 비슷하게 나타났고, 마지막으로 근육 긴장 증상군(Muscle tension)의 평균은 소양인, 소음인, 태음인 순으로 나타나서 소양인과 소음인이 비슷하게 발생하였고, 상대적으로 태음인이 가장 적게 나타나는 경향을 보였다(Table 5).

사상체질별로 빈번하게 나타나는 상위 증상들을 분석해 보면, 소양인의 경우 정서적 불안정 증상(분노)(Emotional irritability(anger)), 우울증상군(Depression), 불안 증상군(Anxiety(fear)), 인식력 장애군(Cognitive disorganization), 습관적 행동 형태군(Habitual patterns), 중추신경계 증후군(Central neurological syndrome)의 순서로 나타났고, 소음인의 경우 우울증상군(Depression), 불안 증상군(Anxiety(fear)), 인식력 장애군(Cognitive disorganization), 정서적 불안정 증상(분노)(Emotional irritability(anger)), 습관적 행동 형태군(Habitual patterns)의 순서로 나타났으며, 태음인의 경우 정서적 불안정 증상(분노)(Emotional irritability(anger)), 우울증상군(Depression), 불안 증상군(Anxiety(fear)), 인식력 장애군(Cognitive disorganization), 습관적 행동 형태군(Habitual patterns)의 순서로 나타났으며, 태양인은 대상자가 없어서 확인할 수 없었다.

IV. 고 찰

대학생들에게서 대학생활은 고등학교 시기와는 질적으로 다른 많은 새로운 유형의 압박감을 느끼게 되고, 대학생활을 통해 자신의 진로에 대한 방향 설정과 더불어 전문적 정체감을 형성하게 되는 시기¹⁸⁾이다. 특히, 의학계열 대학생들은 성공적인 의학전문인이 되기 위한 과정을 밟아 나가면서 수많은 역경에 직면하게 되는데, 일반

적으로 60% 이상의 의과대학생들은 심각한 스트레스를 경험하고 있는 것으로 보고된 바 있으며¹⁹⁾, 무려 80%를 웃도는 의과대학생들은 자신이 겪는 스트레스가 자신의 학업에 부정적인 영향을 끼친다²⁰⁾고 보고되었을 정도로 의과대학생들이 지각하는 스트레스는 매우 심각한 수준에 도달해 있다고 할 수 있으며, 이는 결국 나아가 원만한 의사-환자 관계의 형성과 의료의 질적 향상을 위한 이들의 노력에도 부정적인 영향을 끼치게 된다⁵⁾고 알려져 있다.

본 연구에서 나온 결과를 보면, 한의과 대학생의 대학생 스트레스 지수의 평균은 1.97로 나타나서 의학계열이 아닌 일반 대학생들을 대상으로 연구에서 제시한 1.83¹⁴⁾보다 높게 나타났으며, 하위항목에서 학교생활 항목의 스트레스가 2.46으로 가장 높게 나타나서 대인관계, 자신문제, 가정생활 등 학교생활 이외의 주변 상황에 대한 스트레스 보다 학교생활에서 오는 스트레스가 가장 많은 영향을 미치고 있는 것으로 이해할 수 있었다. 또한 학교생활에서 대부분의 비중을 차지하고 있는 의학 학업과 관련된 스트레스 지수의 평균은 2.77로 나타나서 의과대학생들을 대상으로 한 연구에서 나타난 결과¹⁸⁾인 2.82와 비슷한 지수를 보였다.

한의과 대학생들의 학업 스트레스로 발생하는 신체증상 지수(SOS)의 전체 평균은 2.53으로 이는 한국 대입 수험생을 대상으로 조사하여 얻은 평균 1.22²¹⁾나, 같은 의학계열인 간호대학생을 대상으로 조사한 1.14²²⁾보다 훨씬 높은 편이었다. 이러한 결과는 의학 학업에 대한 과중한 부담 때문으로 생각되며, 이는 같은 의료계열이더라도 한의학과가 가지는 학문적 특성 때문인 것으로 생각된다.

스트레스 반응양상 척도(SOS)는 10개의 하위 척도인 스트레스 반응 증상군으로 구성되었고, 이는 말초혈관 증상군, 심폐 증상군(각성군, 상기도군), 중추신경계 증상군, 위장장애 증상군, 근

육긴장 증상군, 습관적 행동 형태군, 우울증상군, 불안 증상군, 정서적 불안정군(분노), 인식력 장애군¹⁶⁾으로 스트레스에 따른 대표적인 심리적, 신체적 반응 양상을 계통별로 분류해 놓은 것이다. 이러한 하위척도별 발생 빈도는 간호과 대학생들의 스트레스 반응양상에 대한 연구에서 우울 증상군(1.53), 정서적 불안정 증상(분노)군(1.39), 불안 증상군(1.29)이 높은 빈도를 차지했었던 결과²²⁾와 동일하였으며 그 수치는 한의과대학생들의 증상 정도가 훨씬 높게 나타났으며 이는 한의과 대학생들의 학업 스트레스 지수가 간호학과 학생들의 지수와 비교했을 때 큰 차이로 높았던 것과 밀접하게 관련 있는 것으로 생각된다. 그리고 한의과 대학생들은 스트레스 반응양상은 이소우의 한국인의 스트레스 반응양상에 대한 연구에서 인식력 장애군, 정서적 불안정 증상(분노)군, 불안 증상군, 우울증상군 등이 높은 빈도를 보이고 말초혈관 증후군, 중추신경계 증후군 등이 낮은 빈도를 보였던 것과 비슷한 결과²³⁾를 나타내었다. 이러한 결과는 우울증상 즉 ‘혼자있고 싶고 슬프다’, ‘불행하거나 우울하다고 느낀다’, ‘죽고 싶다’, ‘보통때처럼 자고나도 아침에 피곤하고 기운이 없다’ 등의 정서상태를 느끼거나 분노를 포함한 정서적인 불안정 양상 등 스트레스에 따른 정서적인 부분의 반응의 빈도가 높고, ‘어지러움’, ‘현기증’, ‘편두통’, ‘경련’ 등의 중추신경계 증후군과 때때로 심한 긴장을 느끼거나 쥐가 나는 등의 근육 긴장 증상군, ‘얼굴이 달아 오른다’든지 ‘심하게 가렵다’, ‘손발이 차다’ 등의 말초혈관 증후군 등의 신체적인 반응이 나타나는 빈도는 좀 더 적었던 것으로 해석할 수 있다. 또한 신체적 증상들 보다 정서적 증상의 평균값이 큰 경향을 보이는 것으로 보아 한의과대학생들의 학업스트레스로 인한 증상들은 정서적 증상들이 신체적 증상들보다 큰 비중을 차지하고 있는 것으로 생각된다.

이처럼 한의과 대학생들은 다른 학과 학생들보

다 월등하게 높은 스트레스를 받고 있는 것으로 이해되며, 같은 의학계열인 의과대학생들의 학업 스트레스 지수와 비교해서 비슷한 정도임을 볼 때, 이러한 한의과 대학생들의 학업으로 인한 스트레스는 단지 한의과 대학생들에 한정되는 것이 아니고 의학계열 대학생들이 함께 겪는 대표적인 스트레스원으로 여겨진다.

스트레스 반응 양상 척도 중에서 가장 높은 평균을 보인 항목은 우울증상과 정서적 불안정 증상(분노)으로 나타났으며, 이는 다른 연구들에서 가장 자주 나타나는 스트레스 반응 상위 두 가지 증상이 우울증상과 정서적 불안정 증상(분노)이라는 결과와 다르지 않았다. 한 연구²⁴⁾에서 스트레스 반응 양상 척도 중 하위척도의 평균 점수가 0.70을 넘을 경우 그 스트레스 증상에 대해 추후 관리가 필요하다고 권고한 것을 참고한다면, 설문문에 참여한 대상자의 경우 10개의 하위 척도 모두 0.70보다 높게 나타났으므로 한의과대학생들의 학업스트레스 관리가 절실하다고 생각된다.

스트레스를 일으키는 요인에 대해 사람들은 각기 다르게 지각할 수 있는데, 같은 요인이라도 어떤 사람은 매우 심하게 스트레스를 느끼는가 하면, 어떤 사람은 이를 전혀 느끼지 못하기도 한다²⁵⁾. 개인의 성격별 스트레스 인지정도와 인체의 건강상태에 관한 연구²⁶⁾등에서도 성격유형에 따라 스트레스 점수와 건강상태에 차이가 있었다고 보고¹³⁾된 바 있다.

개개인의 특성을 주로 다루는 것은 의학의 영역 중에 체질의학이 대표적이라고 할 수 있다. 체질은 개체의 형태·기능적 특성으로서 질병의 발생과 치료방법에 영향을 주기 때문에 동서양을 막론하고 오래 전부터 체질구별에 있어서 관심을 갖고 연구되어 왔다¹¹⁾.

李濟馬는 『東醫壽世保元』에서 사람을 태양인, 소양인, 태음인, 소음인으로 구분하고 각 체질별로 생리적 소증과 병리적 병증이 다르다는 것을 제시하였다²⁷⁾. 그래서 사상의학에서는 인간의 성

격과 체질에 따라서 발생하는 질병의 경향이 달라진다고 하였으며, 서¹²⁾의 연구에서 사상체질과 생활습관에 따른 스트레스의 평가를 통해 소양인은 다른 체질에 비해 잠재적 위험군에 더 가깝고, 소음인은 고위험군, 태음인은 정상군에 가까운 것으로 나타났으며, 성격유형에 따라 스트레스와 건강상태에도 차이가 있다는 연구¹¹⁾ 등에서 사상인별로 전반적인 스트레스에 대한 반응에 차이가 있음을 인식할 수 있다.

이번 연구에서 한의대학생들의 학업스트레스를 중심으로 사상체질별로 세부적인 신체증상들을 분석해 보면, 소양인의 경우 정서적 불안정 증상(분노)군, 우울증상군, 불안 증상군, 인식력 장애군, 습관적 행동 형태군의 순서로 나타났고, 소음인의 경우 우울증상군, 불안 증상군, 인식력 장애군, 정서적 불안정 증상(분노)군, 습관적 행동 형태군의 순서로 나타났으며, 태음인의 경우 정서적 불안정 증상(분노)군, 우울증상군, 불안 증상군, 인식력 장애군, 습관적 행동 형태군의 순서로 나타났다. 이 결과는 이와 유사한 연구⁹⁾에서 언급한 사상체질별 스트레스 정도와는 차이가 있었으며, 이에 따른 스트레스 반응에도 일부 차이가 있다는 결과이다. 그 이유는 한의대학생들이라는 모집단과 또한 모집단의 개체수가 적은 점, 그리고 모집단에 작용한 스트레스원의 차이가 영향을 주어 결과가 서로 달라진 것으로 추측된다.

위와 같이 스트레스 반응의 10개의 하위척도와 전체 점수는 사상체질별로 차이를 보였지만 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이것은 D대학의 본과 1학년 학생에 한하여 연구를 진행하여 연구대상자의 개체수가 적었기 때문으로 추측되며, 향후 의학과, 치의학과, 약학과 등 의료계열 대학생들의 스트레스 지수와 스트레스 증상을 비교하는 대단위 연구가 필요할 것으로 여겨진다.

V. 결론

본 연구에서 한의과 대학생들의 학업 스트레스 정도와 사상체질에 따른 신체증상 양상 연구를 통하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

대학생 스트레스 검사에서 전체 평균은 1.97로 나타나 다른 학과 대학생들 보다 의료계열 학생들의 스트레스가 훨씬 높은 것으로 나타났고, 주요한 요인으로 학교생활로 인한 스트레스가 가장 큰 비중을 차지했다. 그리고 의학 학업 스트레스 검사에서 전체 평균은 2.77로 나타나 다른 의과 대학생들의 의학 학업 스트레스 정도와 비슷하게 나타났다.

스트레스 신체반응 양상의 전체 평균은 2.53으로 높게 나타났으며 우울증상군, 정서적 불안정 증상(분노)군이 가장 크게 나타났다.

사상체질 별로 빈번하게 나타나는 스트레스 증상들을 분석해 보면, 소양인의 경우 정서적 불안정 증상(분노)군, 우울증상군, 불안 증상군의 순서로 나타났고, 소음인의 경우 우울증상군, 불안 증상군, 인식력 장애군의 순서로 나타났으며, 태음인의 경우 정서적 불안정 증상(분노)군, 우울증상군, 불안 증상군의 순서로 나타났다.

References

1. Shapiro, S.L. et al. Stress management in medical education: A review of the literature. *Academic Medicine*, 2000;75(7): 748-759.
2. Guthrie, E.A. et al. Embarking upon a medical career: Psychological morbidity in first year medical students. *Medical Education*, 1995;29(5):337-341.
3. Dahlin, M. et al. Stress and depression among medical students: a cross sectional

- study. *Medical Education*, 2005;39(6): 594-604.
4. Guthrie, E.A. et al. Psychological stress and burnout in medical students: A five-year prospective longitudinal study. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 1998;91(5): 237-243.
 5. Jeon SY. Psychological and Physiological Analysis of the Effect of Art therapy for Stress: Throughout Clay Playing Performed by Students Majoring in Counseling. Hanyang University, 2009.
 6. Lipowski, Z. J. Psychosomatic medicine and liaison psychiatry. New York: Ple-num Medical Book Co, 1985:71-90.
 7. Han GS, Lee PS, Lee YM. Influencing Factors on Symptoms of Stress of Middle Aged Women. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 2000;30(6):1427-1436.
 8. Hwang MK, Kim JG, Hwang UW. A Study on the Characteristics according to Sasangin: Targeting the Group of Ordinary Adolescents. *Journal of Oriental Neuropsychiatry*, 2004; 15(2):71-88.
 9. Choe EY, Jang BS. A Study on the Differences of Stress Responses According to Sasang Constitutions. *The Korean Journal of Oriental Preventive Medicine*, 2008;12(3): 175-183.
 10. Song IB. *Intelligible Sasang Constitution*. Seoul: Hana Media, 1993:36-7.
 11. Yu JH, Lee HY, Lee UJ. Perception and Ways of Coping with Stress of Sasangin. *The Journal of Korean Academic Society of Adult Nursing*, 2003;15(2):173-182.
 12. Seo BG. The Study on Stress Evaluation with Sasang Constitution and Lifestyle for Labors in Workplace. Wonkwang University, 2003.
 13. Jeon EY, Kim GB. research on the health state according to each of the Korean constitution's perceptual level of stress. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 1992;22(1):17-28.
 14. Kim NY. Study on relationships among stress, social support, and life satisfaction of University students. Geonkuk University, 2011.
 15. Vitaliano, P. P. et al. Medical school pressures and their relationship to anxiety. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 1984;172(12):730-6.
 16. Lazarus, R. S. and Folkman, S. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer, 1984.
 17. Kim SH, Ko BH, Song IB. A Study on the Standardization of QSCC II. *Journal of Sasang Constitutional Medicine*, 1996;8(1): 221-226.
 18. An DH, Park KH, Baek KJ, Jeong SI. Academic Motivation, Academic Stress, and Perceptions of Academic Performance in Medical Students. *Korean Journal of Medical Education*, 2007;19(1):59-71.
 19. Saipanish, R. Stress among medical students in a Thai medical school. *Medical Teacher*, 2003;25(5):502-506.
 20. Yoong, C.K. et al. Stress among medical students in a medical college of South India. *Education for Health*, 1999;12(1): 63-69.
 21. Choe EJ. A Study on the Relationship between Stress Responses and Self-Esteem: Senior High School Students Preparing for

- College Entrance Examination, Seoul National University, 1998.
22. Jang EY. Study on The Relationship Between Stress Responses and Self-esteem of Nursing College Student, Seoul National University, 2001.
 23. Lee SW. A Study on Stress Responses of Korean-American, Journal of Korean Academy of Nursing, 1992;22(2):238-247.
 24. Kogan, H. N. & Betrus, P. A. Self-Management : A Nursing Mode of Therapeutic Influence, Advances in Nursing Science, 1984;6(4):55-73.
 25. Carmel, S., & Bernstein, J. Perceptions of medical school stressors: Their relationship to age, year of study and trait anxiety. Journal of Human Stress, 1987;13(1):39-44.
 26. Gray, A., Jackson, D. N. & Howard, J. H. Identification of a coronary pronprofile for business managers: comparison of three approaches to type assessment, Behav Med, 1990;14(1):30-36.
 27. Lee JY, Chae H, Park SJ, Kwon YK. Analysis on Character and Temperament of Sasang Types with Repeated QSCC II Tested Subjects. Korean Journal of Oriental Physiology and Pathology, 2007;21(5):1319-1331.

