

## 특성화고 학생들의 학교생활스트레스, 자아존중감, 건강증진행위간의 관계

이성옥<sup>1</sup>, 이선미<sup>2‡</sup>, 김종림<sup>3</sup>, 이정숙<sup>4</sup>

<sup>1</sup>공주대학교 간호학과, <sup>2</sup>덕암초등학교, <sup>3</sup>공주여자고등학교, <sup>4</sup> 공주대학교 대학원 간호학과

### Relationship between School Life Stress, Self-Esteem and Health Promoting Behaviors for Specialized High School Students

Sung-Ok Lee<sup>1</sup>, Sun-Mi Lee<sup>2‡</sup>, Jong-Lim Kim<sup>3</sup>, Jeong-Sook Lee<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Department of Nursing, Kongju National University, <sup>2</sup>Deokam Elementary School,

<sup>3</sup>Gongju Girls High School, <sup>4</sup> Department of Nursing, Graduate School, Kongju National University

#### <Abstract>

The purpose of this study was to examine the relationship between school life stress, self-esteem and health promoting behaviors(HPB) of specialized high school students. Data were collected by questionnaires from 337 specialized high school students. Data were analyzed using descriptive statistics, Pearson's correlation coefficient, and multiple regression analysis.

The results are as follows. The mean scores of male in HPB and self-esteem, were higher than that of female, however the mean score of female in school life stress was higher than that of male. The gender( $p<.001$ ), grade( $p<.05$ ), and health status( $p<.001$ ) affected the HPB significantly. The school life stress showed a significantly negative correlation with HPB, but the self-esteem showed a significantly positive correlation with HPB. Result of multiple regression analysis showed that the two factors, that were school life stress and self-esteem, affected the HPB significantly( $p<.001$ ) and made a 48% prediction.

In conclusion, this study suggests that school life stress and self-esteem are significant influencing factors on HPB among specialized high school students. The effective HPB program and systematic health education are needed to increase the HPB of specialized high school student.

---

**Key Words : School Life Stress, Self-Esteem, Health Promoting Behaviors, Specialized High School Student**

‡Corresponding author(love96358821@naver.com)

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

청소년기는 발달단계상 정체성이 형성되는 시기이며, 급격히 신체적, 정신적, 사회적 변화를 겪으며 건강과 밀접한 관련이 있는 생활양식에 대한 태도와 행위가 형성되는 중요한 시기이다. 그러나 입시위주의 치열한 경쟁아래 전체 생활시간의 대부분을 학교에서 보내고 있고, 그 밖의 과외활동, 취업을 위한 학원 수강 등과 관련된 부담, 친구와의 갈등, 이성문제, 학교에서의 소외, 가치관의 혼돈, 가정 내 갈등, 불확실한 미래에 대한 상황들은 청소년들로 하여금 더욱 높은 스트레스(stress)를 경험하게 한다[1]. 또한 우리나라의 교육현장은 청소년들의 인지적, 정서적 측면을 중시하는 교육과 정보다는 입시위주의 지식만 전달하는 곳으로 전락되었으며, 대부분의 학생들을 경쟁적 상황으로 내몰고 있는 실정이다. 이로 인해 대다수 학생들은 학교생활 속에서 많은 스트레스를 받고 있으며, 특히 발달과정상의 다양한 변화 속에서 오는 스트레스와 경제적 환경에서 오는 가족문제를 비롯하여 학업문제, 진로문제, 정서문제 등에서 여러 형태의 스트레스를 받고 있다[2][3].

2008년 통계청 사회조사에 따르면 청소년들은 가정보다는 학교생활에서 많은 스트레스를 받고 있는 것으로 조사되었으며 성적문제, 진학문제, 외로움, 경제적 어려움 순으로 자살충동을 느끼고 있는 것으로 조사되었다. 청소년들은 여러 가지 내·외적 스트레스에 우울, 불안 등의 심각한 반응을 보이는 경향이 높으며, 발달단계상 과도기적 단계에서 겪는 가치관의 혼란과 더불어 대학진학이라는 주된 당면문제가 있기 때문에, 특히 고등학교 3학년은 다른 학년보다 더 많은 신체적·심리적 불편을 겪고 있다.

이러한 스트레스는 두통, 피로, 현기증, 식욕부

진 등의 신체증상과 불안, 우울, 절망감, 자살 충동 등의 정서적 장애를 초래한다. 이 외에 외모 등과 같은 스트레스는 청소년들의 심리적, 신체적 건강을 심각하게 위협하는 것으로 나타나 스트레스가 개인에게 불안, 무력감, 자아존중감의 저하 등으로 극단적인 경우에는 자살을 초래하기도 한다[4].

초·중등교육법 시행령 제76조의 2에 의하면, 현행 고등학교 유형에는 일반고, 특수목적고, 특성화고, 자율고로 분류되어 있으며 이중 특성화고등학교는 전국 475개교로 소질과 적성 및 능력이 유사한 학생을 대상으로 특정분야의 인재를 양성하기 위한 고등학교이다. 그러나 특성화고등학교는 설립 목적과는 달리 중학교 성적이 저조한 학생들이 진학한다는 일반인들의 잘못된 편견으로 실력과 재능을 갖춘 학생들의 진학 기피 현상을 초래해, 재학생들의 스트레스 증대 및 자존감 감소로 학력을 저하시키기도 하며, 이로 인한 주요교과목의 학력이 낮아 기능 자격 취득 및 대학 진학 희망 학생들에게 진로에 대한 자신감을 상실하게 하는 근본적인 요인이 되기도 한다.

또한 자신이 희망하는 회사에 취업하기 위해 원서를 제출하여 서류심사에는 합격하였으나, 기본학력이 부족하여 탈락하기도 하고, 고학력을 지향하는 사회적 요구와 그에 따른 부모의 지나친 기대, 입시위주의 교육환경, 그리고 취업 등으로 인한 심리적 부담감을 많이 경험하는 시기로, 과중한 심리적 부담감은 늘 긴장과 강박감에 쌓여, 각종 스트레스 증후군을 나타낸다[5]. 이와 같은 특성화고등학교의 여건은 청소년기의 학생들에게 과중한 심리적 압박감을 주고, 이는 곧 스트레스로 작용하여 학교생활의 불만족과 자아존중감의 감소 등을 초래하고 있다.

자아존중감은 스트레스에 대한 신체적, 정서적, 행동적 문제에 영향을 주는 중요한 요인으로 고려되고 있으며, 청소년들은 자아존중감이 낮을수록 신체적·정서적 스트레스 반응을 높게 경험하며 정

신질환, 알코올 중독, 약물 남용, 공격적 행동, 자살, 우울 등의 부적응적 행동을 나타내며, 다른 시기에 비해 스트레스 정도가 높은 청소년기의 건전한 인격 발달을 위해서 자아존중감은 중요한 요소로 다루어져야 한다. 또한 긍정적인 자아존중감은 건강한 사회적 능력의 결과를 가져오게 하며 좋은 심신의 건강을 가져오게 한다. 이러한 자아존중감은 건강증진행위에 영향을 미치고 있으며, 지속적인 보건교육을 통해 건강증진행위를 실천함으로써, 결국은 자아존중감에도 긍정적인 영향을 미치고 있다[6].

고등학생 시절의 건강증진행위실천은 자신의 건강 뿐 아니라, 미래의 가정과 지역사회 건강실천을 유도하는 데 큰 영향을 미치며, 또한 건강행위를 스스로 조절할 수 있도록 배우며 행동하는 건강습관이 형성되어 건강에 대한 태도가 발달되는 중요한 시기이다[7]. 지금까지의 고등학생들의 건강증진행위와 관련된 연구는 대부분 일반고 학생들에게 국한되었고, 특성화고 학생들과 관련된 건강증진행위 중 특히 학교생활스트레스와 자아존중감의 연구는 미비한 실정이다.

따라서 본 연구에서는 특성화고 학생들을 대상으로, 학교생활스트레스와 자아존중감과 건강증진행위와의 관련성을 서로 비교하여 살펴봄으로써 이들의 건강증진행위의 수행정도와 이에 미치는 영향요인을 규명하여, 특성화고 학생들의 건강증진행위 실천을 위한 보건교육자료 개발 및 건강증진 프로그램 개발의 기초자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 특성화고 학생들의 건강증진행위에 영향을 미치는 주요 변인들을 규명하여 고등학생의 건강증진행위 실천을 위한 보건교육자료 개발 및 건강증진 프로그램 개발의 기초자료를 제공하고자 하며 구체적인 목적은 다음과 같다.

1) 특성화고 학생들의 일반적 특성에 따른 건강증진행위정도의 차이를 파악한다.

2) 특성화고 학생들의 학교생활스트레스, 자아존중감과 건강증진행위간의 관련변인 관계를 규명한다.

3) 특성화고 학생들의 건강증진행위에 미치는 영향요인을 분석한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 특성화고 학생들의 학교생활스트레스, 자아존중감과 건강증진행위와의 상관관계를 파악하고, 이에 영향을 미치는 관련 요인들을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상

본 연구의 대상자는 C도의 G시, K군에 소재한 특성화고 학생들로서 각각 227명, 110명으로 총 337명을 대상으로 하였다. 각 학년 담임과 학년부장 교사들에게 본 연구의 목적을 설명하고, 연구 참여에 동의한 학생을 임의표본추출 하였다. 본 연구에서의 표본 수는 G\*Power 3.1.5 프로그램을 이용하여 중회귀분석을 수행하는데 필요한 효과크기 .25, 유의수준 .05, 검정력 95%의 수준을 고려할 경우, 최소한 252명이 필요하다는 결과가 나왔다. 따라서 본 연구의 대상자 337명은 최소 표본 수를 충족하였다.

### 3. 연구도구

#### 1) 학교생활스트레스

본 연구에서 사용한 학교생활스트레스 개념정의는 '개인과 환경의 관계에서 개인이 지닌 자원이 이상을 요구하는 내·외적 환경으로 인해 부정적 정

서 상태가 유발된 상황'으로 김수주[8]의 것을 척도로 사용하였다. 본 연구에서 사용한 학교생활스트레스 하위영역은 학업요인 10문항, 친구요인 12문항, 교사 및 학교생활 12문항, 부모요인 스트레스 5문항으로 총 39문항으로 구성된 5점 척도로서 "전혀 그렇지 않다" 1점에서 "매우 그렇다" 5점이며, 점수가 높을수록 학교생활스트레스가 많은 것을 의미한다. 도구의 신뢰도 검정을 위하여 30명을 예비 측정된 결과 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .90$ 이었으며, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .95$ 이었다.

## 2) 자아존중감

자아존중감을 측정하기 위해서 본 연구에서는 Rosenberg[9]가 개발한 자아존중감 척도를 전병재 [10]가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 10 문항으로 5개의 긍정 문항과 5개의 부정문항으로 구성되어 있는데, 긍정적인 문항은 '전혀 그렇지 않다' 의 1점에서 '항상 그렇다'의 4점으로 배열되어 있다. 부정문항은 점수를 역산 처리하였으며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 개발당시 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .80$ 이었고, 본 조사에 앞서 도구의 신뢰도 검정을 위하여 30명을 예비 측정된 결과 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .90$ 이었고, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .81$ 이었다.

## 3) 건강증진행위

본 연구에서는 현재 건강한 개인이 자신의 안녕 수준, 자아실현 및 만족감을 유지하고 강화하기 위하여 더 높은 수준의 건강을 위해 능동적으로 환경에 반응하는 적절한 안녕, 개인적 충만감, 생산적 삶을 지향하는 다차원적인 인간실현 행위양상으로 Walker, Sechrist와 Pender[11]가 개발한 Health Promoting Lifestyle Profile(HPLP)과 Chen, Wang, Yang과 Lion[12]이 개발한 Adolescent

Health Promotion Scale(AHP)를 기초로 수정 번역한 척도를 본 연구에 맞게 수정·보완하여 활용하였다. 건강증진 행위는 5개의 하부영역 즉, 자아실현 8문항, 개인위생 및 건강책임 10문항, 운동 5문항, 스트레스 및 대인관계 10문항, 물질남용 6문항 총 47문항으로 구성된 4점 척도로서 "전혀 그렇지 않다" 1점에서 "항상 그렇다" 4점까지의 척도이며 점수가 높을수록 건강증진행위가 높음을 의미한다. 개발당시 HPLP와 AHP의 신뢰도는 각각 Cronbach's  $\alpha = .92$ , Cronbach's  $\alpha = .93$ 이었으며, 본 조사에 앞서 도구의 신뢰도 검정을 위하여 30명을 예비 측정된 결과 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .92$ 이었고, 본 연구에서의 신뢰도도 Cronbach's  $\alpha = .92$ 이었다.

## 4. 자료수집

본 연구의 자료 수집 기간은 2012년 12월 10일부터 2012년 12월 21일까지 이루어 졌으며, 자료 수집을 위하여 본 연구자가 직접 특성화고등학교를 방문하여 교장, 교감, 부장 및 담임교사의 협조 아래 연구의 정확도를 위하여 연구대상자에게 연구 목적을 직접 설명하고, 설문지에 기입된 개인정보는 비밀이 보장되며, 설문결과는 연구 이외의 다른 목적으로 사용되지 않는다는 것을 설명하였다. 연구 참여 결정은 자발적 의사로 하였고, 연구 참여 의사를 밝힌 대상자들에게는 서면 동의서와 설문지를 작성하도록 하였으며, 응답에 소요된 시간은 약 30~40분 정도였다.

## 5. 자료분석

수집된 설문지 수는 총 370부이며 이중 미완성 작성이나 잘못 표기된 설문지 33부를 제외한 337부를 최종 설문지로 채택하여 SPSS/WIN 19.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

1) 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율, 각 변수의 정도는 평균과 표준편차를 구하였다.

2) 대상자의 일반적 특성간의 건강증진 행위의 차이는 t-test, ANOVA로, 사후검정은 Scheffe test 로 분석하였다.

3) 학교생활스트레스, 자아존중감과 건강증진행위와의 상관관계를 분석하기 위해 Pearson's Correlation Coefficient를 구하였다.

4) 특성화고 학생들의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 다중회귀분석 (Multiple Regression Analysis) 방법을 이용하였다.

### III. 연구결과

#### 1. 대상자의 일반적 특성

본 연구대상인 특성화고 학생들의 일반적 특성은 <Table 1>과 같다. 성별은 총 337명중 남학생은 177명(52.5%) 여학생은 160명(47.5%) 이었고, 학년별 분포는 1학년 165명(49.0%), 2학년 116명(34.4%), 3학년 56명(16.6%)으로 1학년이 가장 많았다. 학업성취도는 최하위권 학생이 9명(2.7%), 하위권 83명(24.6%), 보통 153명(45.4%), 상위권 68명(20.2%)이었고, 최상위권 학생이 24명(7.1%)으로 대부분의 학생들이 학업성취도를 하위권과 보통이라고 응답하였다.

종교에 대해 살펴보면, 기독교 95명(28.2%), 천주교 10명(3.0%), 불교 63명(18.7%)이었고, 무교는 169명(50.1%)으로 과반수를 차지하였다. 한 달 사용하는 용돈은 3만원 이상 5만원 미만인 155명(46.0%), 5만원 이상 10만원 미만이 98명(29.1%)으로 두 범주가 78.1%를 차지하였다.

자신의 건강상태가 건강한 편이라고 응답한 학생은 147명(43.6%), 보통은 152명(45.1%)으로 특성화고 학생들은 대부분 자신을 건강하다 또는 보통이라고 생각하는 것으로 조사되었다.

학교생활에 대한 응답에서는 만족한다고 응답한 학생은 133명(39.5%), 보통이다 176명(52.2%), 불만이다 28명(8.3%)으로 대부분 학생들은 학교생활에 대해서 보통으로 생각하고 있는 것으로 조사되었다.

<Table 1> The General Characteristics (N=337)

Characteristics	Categories	N(%)
Gender	male	177(52.5)
	female	160(47.5)
Grade	1st-year student	165(49.0)
	2nd-year student	116(34.4)
	3rd-year student	56(16.6)
Scholastic achievement	lowest	9(2.7)
	low	83(24.6)
	middle	153(45.4)
	high	68(20.2)
Religion	highest	24(7.1)
	Protestant	95(28.2)
	Catholic	10(3.0)
	Buddhism	63(18.7)
Pocket money (Won)	none	169(50.1)
	30,000~49,999	155(46.0)
	50,000~99,999	98(29.1)
	100,000~199,999	54(16.0)
Health status	≥200,000	30(8.9)
	good	147(43.6)
	normal	152(45.1)
	bad	31(9.2)
School life	disease	7(2.1)
	satisfaction	133(39.5)
	normal	176(52.2)
Self image	dissatisfaction	28(8.3)
	satisfaction	97(28.8)
	normal	179(53.1)
Friend relationship	dissatisfaction	61(18.1)
	satisfaction	175(51.9)
	normal	149(44.2)
	dissatisfaction	13(3.9)

자신의 모습에 대해서는 만족한다 97명(28.8%), 보통이다 179명(53.1%), 불만이다 61명(18.1%)으로 대부분 학생들이 자신의 모습에 대해서 보통으로 생각하고 있는 것으로 응답하였다.

친구관계에 대해서는 만족한다 175명(51.9%), 보통이다 149명(44.2%), 불만이다 13명(3.9%)으로 특성화고 학생들은 대부분 친구관계에 대해 만족하고 있는 것으로 조사되었다.

## 2. 대상자의 건강증진행위와 학교생활스트레스 및 자아존중감의 정도

특성화고 학생들의 건강증진행위와 학교생활스트레스 및 자아존중감의 정도를 측정된 값은 <Table 2>와 같다. 건강증진행위는 1~4점까지의 4점 척도로서 남학생(평균 2.71)이 여학생(평균 2.32)보다 건강증진행위가 높게 나타났으며 전체 평균은 2.52로 나타났다.

학교생활스트레스는 1~5점까지의 5점 척도로서 여학생(평균 3.20)이 남학생(평균 2.55)보다 학교생활스트레스가 높게 나타났으며 전체 평균은 2.86으로 나타났다. 자아존중감을 살펴보면, 1~4점까지의 4점 척도로서 남학생(평균 3.01)이 여학생(평균 2.60)보다 자아존중감이 높게 나타났으며, 전체 평균은 2.80으로 나타났다.

## 3. 대상자의 일반적 특성에 따른 건강증진행위의 변화

특성화고 학생들의 일반적 특성에 따른 건강증진행위의 차이를 살펴보면 <Table 3>과 같다.

성별에 따른 차이를 살펴보면, 남학생(평균 2.71)이 여학생(평균 2.32)보다 건강증진행위의 값이 높게 나타났으며, 통계적으로 유의한 차이( $t = 9.66$ ,  $p < .001$ )를 보였다.

재학 학년에 따른 차이는 3학년 학생(2.65)이 2학년 학생(2.46), 1학년 학생(2.53)보다 높은 건강증진행위의 값을 나타냈으며 통계적으로 유의한 차이( $F = 3.54$ ,  $p < .05$ )를 보였다. Scheffe test에 의한 사후 검증에 따르면 3학년 학생과 2학년 학생의 건강증진행위의 차이에 의한 결과로 분석되었다.

자신의 건강상태에 따른 차이는 건강상태가 좋다고 응답한 학생(평균 2.66)이, 보통이라고 응답한 학생(평균 2.44)과 약한 편이라고 응답한 학생(평균 2.38), 자신에게 질병(장애)이 있다(평균 2.29)고 응

답한 학생보다 높은 건강증진행위의 값을 나타냈으며, 통계적으로 유의한 차이( $F = 9.53$ ,  $p < .001$ )를 보였다. 이는 Scheffe test에 의한 사후검증 결과, 자신의 건강상태가 좋다고 응답한 학생과 다른 응답을 한 학생들의 건강증진행위의 차이에 의한 결과였다.

그러나 학업성취도, 종교, 한 달 용돈, 학교생활, 나의 모습, 친구관계에 따른 건강증진행위의 차이는 통계적으로 유의하지 않았다.

## 4. 대상자의 건강증진행위와 관련 변인 간의 관계

특성화고 학생들의 건강증진행위와 관련 변인 간의 상관관계는 <Table 4>와 같다.

건강증진행위와 관련된 변인간의 관계는 학교생활스트레스( $r = -.668$ ,  $p < .001$ )와는 통계적으로 유의한 역 상관관계를 보여 학교생활스트레스가 낮게 나타날수록 건강증진행위가 높게 나타났으며 자아존중감( $r = .598$ ,  $p < .001$ )과는 통계적으로 유의한 정 상관관계를 보여 자아존중감이 높게 나타날수록 건강증진행위가 높게 조사되었다.

## 5. 대상자의 건강증진행위에 영향을 미치는 요인

특성화고 학생들의 건강증진행위에 영향을 미치는 변수인 학교생활스트레스, 자아존중감을 대상으로 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis) 한 결과는 <Table 5>와 같다. 그 결과 학교생활스트레스, 자아존중감이 유의한 설명변수( $p < .001$ )로 나타났다. 건강증진행위에 영향을 미치는 변인들의 전체 설명력은 약 48%이고, 또한 건강증진행위와 학교생활스트레스, 자아존중감 간의 회귀식은 다음과 같다.

$$\bullet \text{ 특성화고 학생의 건강증진행위} = 2.657 - .304(\text{학교생활스트레스}) + .264(\text{자아존중감})$$

<Table 2> Degree of Health Promoting Behavior, School Life Stress and Self-esteem (N=337)

Variables	Mean±S.D.			Range
	Male	Female	Total	
Health Promoting Behavior	2.71±.41	2.32±.34	2.52±.43	1~4
School Life Stress	2.55±.60	3.20±.60	2.86±.68	1~5
Self-esteem	3.01±.40	2.60±.34	2.80±.44	1~4

<Table 3> Difference of Health Promoting Behavior by Significant General Characteristics (N=337)

Characteristics	Categories	Health Promoting Behavior			
		Mean ± S.D.	t or F	p	Scheffe
Gender	male	2.71 ± .40	9.66	.000	
	female	2.32 ± .34			
Grade	1st-year student <sup>a</sup>	2.53 ± .44	3.54	.03	c>b
	2nd-year student <sup>b</sup>	2.46 ± .40			
	3rd-year student <sup>c</sup>	2.65 ± .42			
Health status	good <sup>a</sup>	2.66 ± .47	9.53	.000	a>b,c,d
	normal <sup>b</sup>	2.44 ± .35			
	bad <sup>c</sup>	2.38 ± .41			
	disease <sup>d</sup>	2.29 ± .43			

<Table 4> Correlation between Health Promoting Behavior and Research Variables (N=337)

Variables	Health Promoting Behavior	School Life Stress
	r	r
Health Promoting Behavior	1.00	
School Life Stress	-.668 (p<.001)	1.00
Self-esteem	.598 (p<.001)	-.667 (p<.001)

<Table 5> Influencing Factors in Health Promoting Behavior of Subjects (N=337)

Variables	B	β	t	Adjusted R <sup>2</sup>	F	p
Constant	2.657		11.947			
School Life Stress	-.304	-.485	-9.101	.482	157.551	.000
Self-esteem	.264	.270	5.053			

#### IV. 고찰 및 결론

본 연구는 특성화고 학생들의 학교생활스트레스, 자아존중감이 건강증진행위에 미치는 영향 요인을 분석하기 위한 서술적 조사연구이다.

본 연구결과에 따르면 특성화고 학생들의 건강증진행위는 일반고 학생을 대상으로 한 연구결과[13] 보다 낮게 나타났으며, 학교생활스트레스는 남학생보다 여학생의 스트레스가 높게 나타나, 청소년을 대상으로 한 결과[7]와 일반고 학생을 대상으로 한 결과[14]와도 일치하였다.

고등학생들의 학교생활스트레스 중 대부분은 학업과 교우문제에 치우쳐 있으며, 학업이 가장 큰 비중을 차지하고 있으며, 이러한 학업관련 스트레스는 두통, 현기증, 식욕부진 등의 신체증상과 불안, 우울, 절망감, 자살충동 등의 정서적 장애를 보이고[15], 고학년일수록, 일반고 학생일수록, 여학생일수록 스트레스가 높다고 보고되었다[16]. 성별에 따른 학교생활스트레스에 관한 연구는 중학생과 일반고 학생들에 대해서는 많이 보고되었지만 특성화고 학생만을 대상으로 한 연구 결과는 미미한 실정이다. 따라서 특성화고 학생들을 위한 학교생활스트레스 관리 프로그램 개발이 시급하며, 특히 남학생보다 여학생들이 스트레스를 많이 느끼기 때문에 성별특성을 고려한 스트레스 예방관리 프로그램을 개발해야 할 것으로 생각된다.

본 연구결과 특성화고 학생들의 자아존중감은 남학생이 여학생보다 높게 나타났으며, 박영란 등[17]의 연구결과에 의하면, 일반고 학생의 자아존중감이 특성화고 학생보다 높았으며, 성별에 따라서는 일반고 학생과 특성화고 학생 모두 여학생의 자아존중감이 낮게 보고되었다. 고등학생들의 자아존중감과 관련하여 거주지에 따른 차이를 연구한 최정혜[18]에 의하면, 도시지역에 거주하는 고등학생이 농촌에 거주하는 고등학생보다 높은 것으로 보고되었다.

단선형 교육체제이면서 일반고, 특목고, 특성화고, 자사고로 분류 하고 있는 것 자체가 자아존중감 형성에 많은 영향을 주고, 특히 특성화고로의 진학이 전공분야의 습득과 그 분야의 취업을 바탕으로 이루어지는 것이 아니라 가정의 경제적 어려움이나 학업 성적 부진으로 어쩔 수 없는 선택에 의한 경우가 많음으로[19] 특성화고 학생을 위한 자아존중감 향상 프로그램 개발이 요구되며, 농어촌지역 특성화고 학생들을 위한 프로그램개발도 시급하며, 자신을 긍정적으로 바라보는 태도를 보일 수 있는 프로그램의 도입 또한 필요하다고 생각된다.

본 연구 결과에서 특성화고 학생들의 성별에 따른 건강증진행위는 남학생이 여학생보다 높게 나타났으며, 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 특성화고 학생을 대상으로 한 연구[1]와 일반고 학생을 대상으로 한 연구[20]에서도 남학생이 여학생보다 건강증진행위가 높게 나타나 본 연구결과와 일치하였다. 그러나 심미경[21]의 연구에 의하면, 여학생의 건강증진행위가 남학생보다 높게 보고되어 본 연구결과와 차이를 보였다.

각 연구마다 학생의 성별에 따라 건강증진행위에 대해 그 결과가 상반되게 보고되어 성별과 건강증진행위간의 차이에 대한 일관성이 없는 것으로 나타나, 추후 대상자 구성 집단을 체계화 하고 대상자의 수를 늘려서 계속 연구를 할 필요가 있으며, 성(gender) 차이에 근거한 건강증진행위 관련 요인을 고려할 필요가 있다고 생각된다. 특히 초등학생을 대상으로 한 강문정[22]의 연구와 대학생을 대상으로 한 한금선[23]의 연구에 따르면, 고등학생들의 건강증진행위가 초등학생이나 대학생보다 낮게 나타나, 이는 취업 및 학업 등으로 건강증진행위 향상을 위한 시간적 배려가 거의 불가능하고 또한 여러 가지 스트레스로 인하여 건강증진행위를 잘 수행하지 못하는 것으로 사료되어 이에 대한 교육과정의 분석과 건강증진행위 실천을 위



한 다양한 방안이 모색되어야 할 것이다.

본 연구 결과에서 특성화고 학생들은 자신의 주관적인 건강상태가 좋다고 생각할수록 건강증진행위가 높게 나타났으며 통계적으로 유의한 차이를 보여 유상희 등[1]의 연구결과와 일치하였고, 이태화 등[24], 문영희[25]의 일반고 학생을 대상으로 한 연구결과에서도 자신의 건강상태가 좋다고 생각할수록 건강증진행위가 높다고 보고되었으나 통계적으로는 유의하지는 않았다.

본 연구결과에서 일반적 특성 중 학교생활, 나의 모습, 친구관계가 만족스러울수록 건강증진행위가 더 높게 조사되었으나 통계적으로 유의하지는 않았다.

본 연구결과 특성화고 학생들은 학교생활스트레스가 많을수록 건강증진행위가 낮았으며, 자아존중감이 높을수록 건강증진행위가 높았다. 그러나 특성화고 학생의 학교생활스트레스가 건강증진행위에 미치는 연구가 전무하여, 본 연구는 특성화고 학생들의 학교생활스트레스를 감소시켜 건강증진행위를 높이는 건강증진 프로그램 개발 연구에 기초자료가 될 것으로 생각된다.

심미경[21]의 연구결과에 의하면, 자아존중감과 건강증진행위 간에는 높은 상관관계를 보여, 자아존중감이 높을수록 건강증진행위정도가 높은 것으로 나타나 본 연구결과와 일치하였다. 자아존중감이 스트레스 인지와 스트레스 대처에 영향을 주게 되어, 결국은 그러한 스트레스가 건강증진행위에 영향을 주는 중요한 요인이 되므로, 자아존중감 향상 프로그램을 개발하여 적용하는 것이 중요하다고 생각된다.

다중회귀 분석결과, 특성화고 학생들의 건강증진행위에 영향을 미치는 유의한 변수는 학교생활스트레스, 자아존중감이었다. 즉, 학교생활스트레스가 적을수록, 자아존중감이 높을수록 건강증진행위 수행정도가 높은 것으로 분석되었다. 이는 김영애 등[20]과 심미경[21]의 결과와도 일치하였다.

본 연구는 특성화고 학생들의 학교생활 스트레스와 자아존중감이 건강증진행위에 미치는 상관관계를 파악하고자 C도의 G시와 K군에 소재한 특성화고 학생을 대상으로 서술적 비교조사 한 것으로 연구결과는 다음과 같다.

1) 특성화고 학생의 경우, 성별, 학년, 자신의 건강상태가 건강증진행위에 통계적으로 유의한 차이를 보였다.

2) 특성화고 학생의 경우, 학교생활스트레스가 적을수록, 자아존중감이 높을수록 건강증진행위가 높은 것으로 분석되었다.

3) 건강증진 행위에 영향을 미치는 요인은 학교생활스트레스가 통계적으로 유의한 역 상관관계를 나타냈고, 자아존중감이 통계적으로 유의한 정 상관관계를 나타냈으며, 이들 요인이 건강증진행위를 설명하는 정도는 48%였다.

이상의 결과로 볼 때, 특성화고 학생들은 일반고 학생보다는 방과 후 여가시간이 길고 유해환경에 쉽게 노출될 수 있는 기회가 많아 여러 가지 건강문제를 일으킬 수 있기 때문에 이를 위한 효과적인 건강증진 프로그램의 개발 및 체계적인 보건교육의 실시가 중요하며, 본 연구는 이의 필요성을 확인하고 그 기반을 마련하는데 의의가 있다.

본 연구는 두 개 시·군 지역에 소재한 특성화고 학생들을 대상으로 조사한 연구로서 연구결과를 일반화 하여 해석하는 데에는 제한점이 있으므로, 지역을 확대하고 반복연구를 하는 것이 필요하다. 또한 일반고 학생들과는 달리 특성화고 학생들만이 겪는 스트레스 증상이 어떤 원인으로 생겨났는지를 정확히 파악하기 위하여 질적연구를 병행하여야 할 것을 제안한다.

## REFERENCES

1. S.H. You, J.S. Kim(2002), Health Promoting

- Behaviors and Its Related Factors among Students in a High School, *The Medical Journal of Chosun University*, Vol.27(2);221-230.
2. M.K. Lee(2006), School-based Consultation for Attention Deficit Hyperactivity Disorder Students: Development, implementation and validation, Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, pp.20-22.
  3. Y.S. Park, J.L. Kim, S.M. Lee(2012), High School Girl's Level of Stress, Somatization, Anger and Adjustment to School according to the Type of Housing, *Korean Journal of Health Service Management*, Vol.6(3);183-195.
  4. J. You, B.M. Kim, S.H. Shin, J.Y. Jung, N.H. Choi(2010), Relationship with Stress from University Entrance Competitions, Self esteem, Coping Strategy of High School Students in Korea, *Korean Reviews of Crisis and Emergency Management*, Vol.6(3);223-241.
  5. D.W. Son(2007), A Study on the Factors of High School Students' Stress and of rodedures for Coping with the Stress, Unpublished master's thesis, Ulsan University, pp.1-2.
  6. S.L. Johnson, B. Meyer, C. Winnett, J. Small(2000), Social Support and Self-esteem Predict Changes in Bipolar Depression but not Mania, *Journal of Affective Disorders*, Vol.58(1);79-86.
  7. C. Perry, R. Jessor(1985), The Concept of Health Promotion and the Prevention of Adolescent Drug Abuse, *Health Education Quarterly*, Vol.12(2);169-184.
  8. S.J. Kim(2002), A Study on the Influences of the Stressors from School on Problem Behavior in Middle School and High School Students, Unpublished master's thesis, Yonsei University, pp.84-87.
  9. M. Rosenberg(1965), *Society and Adolescent Self Image*, Princeton, NJ, Princeton University Press, pp.256-261.
  10. B.J. Jon(1974), Self-esteem; A Test of Its Measurability, *Yonsei Transactions*, Vol.11(1);107-130.
  11. S.N. Walker, K.R. Sechrist, N.J. Pender(1987), The Health Promoting Life Style Profile; Development and Psychometric Characteristics, *Nursing Research*, Vol.36(2);76-81.
  12. M.Y. Chen, E.K. Wang, R.J. Yang, Y.M. Liou(2003), Adolescent Health Promotion Scale: Development and Psychometric Testing, *Public Health Nursing*, Vol.20(2);104-110.
  13. K.H. Kim(2012), Stress, Health Perception and Health Promotion Behavior of High School Students, Unpublished master's thesis, Kyungpook National University, pp.12-13.
  14. J.W. Kim, E.U. Sin(2001), The Relationship between Stress Coping Strategies and Personality in Adolescents, *Journal of Social Education Studies*, Vol.5(1);19-33.
  15. J. Ryu, N.H. Choi(2012), Relationship between Self Esteem and Stress Coping Strategies of High-school-3 Graders in Seoul Korea, *Journal of Korean Association for Crisis and Emergency Management*, Vol.4(1);81-95.
  16. J.Y. You(2011), Stressors of Students in High School, *Korean Journal of Health Service Management*, Vol.5(4);81-93.
  17. Y.R. Park, J.L. Lee(2011), Relationship of Stability and Level of Self-esteem with Aggression among Korean Adolescents, *Journal of Korean Child Care and Education*, Vol.7(2);61-79.
  18. J.H. Choi(2006), The Relationship between Perceived Self-esteem and Family Strength among High School Students, *Journal of Secondary Education Research*, Vol.17;251-272.
  19. S.M. Park(2004), An Analysis of Career

- Exploration and Career Decision-making by Identity Statues of Vocational High School Students, *Journal of Fisheries and Marine Sciences Education*, Vol.16(1);11-20.
20. Y.A. Kim, S.S. Kim, M.S. Jung, C.H. Han(2000), High School Students' Degree Conducting on Health Promoting Behavior and Related Factors, *Journal of Korean Society for Health Education and Promotion*, Vol.17(1);1-18.
21. M.K. Sim(2004), The Effect of Self-esteem, Family Functioning, Social Support on Health-promoting Behavior in Adolescents, *Korean Parent-Child Health Journal*, Vol.8(1);64-74.
22. M.J. Kang(2005), Relation between Self Efficiency and Health Promotion Behavior of Elementary School Students, Unpublished master's thesis, Korea National University of Education, pp.22-23.
23. K.S. Han(2005), Self efficacy, Health Promoting Behaviors, and Symptoms of Stress among University Students, *Journal of Korean Academy of Nursing*, Vol.35(3);585-592.
24. T.W. Lee, S.M. Shin(2001), Health Promotion Behavior and Related Psychological Variables among High School Students in Seoul, *Journal of Korean Community Nursing*, Vol.12(2);459-467.
25. Y.H. Moon(2001), A Survey on Health Promoting Behavior and Its Related Factors for High School Students, *Journal of Korean Community Nursing*, Vol.12(1);81-91.

접수일자 2013년 2월 2일

심사일자 2013년 2월 8일

게재확정일자 2013년 4월 24일