

대학생의 우울, 불안, 금주 자기효능감이 음주문제에 미치는 영향 : 보건복지계열 학생을 중심으로

Effects of Depression, Anxiety, and Alcohol Abstinence Self-efficacy on Drinking Problem among College Students : Health and Welfare Department Students

양승희, 윤지원

신한대학교 간호대학 간호학과

Seung Hee Yang(ysh5155@hanmail.net), Ji-Won Yoon(dumom@hanmail.net)

요약

본 연구는 대학생의 우울, 불안, 금주 자기효능감, 음주문제 정도를 알아보고 음주문제에 영향을 미치는 요인을 파악하여 문제음주 예방을 위한 중재방안을 마련하고자 시도되었다. 경기도 소재 3개 대학의 보건복지계열 학과에 재학 중인 대학생 538명을 대상으로 하였으며 구조화된 자기보고식 설문지를 이용하여 자료를 수집하였다. 수집된 자료의 분석은 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 기술적 통계, t-test와 ANOVA, Scheffe 사후 검증, Pearson Correlation coefficients, 다중회귀분석으로 실시하였다. 연구결과 음주문제는 우울, 불안과는 순상관관계가, 금주 자기효능감과는 역상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 음주를 하는 전체 대상자의 음주문제에 영향을 미치는 요인은 성별, 학년, 불안, 금주 자기효능감으로 나타났다. 이러한 결과를 토대로 대학생의 음주문제를 예방하기 위해서는 부정적인 감정을 효율적으로 관리하는 능력과 더불어 인지적 전략으로서 자기효능감을 강화함으로써 자기관리능력을 향상시킬 수 있는 중재를 개발하고 적용할 필요가 있을 것이다.

■ 중심어 : | 우울 | 불안 | 금주 자기효능감 | 음주문제 |

Abstract

The purpose of this study was to identify the significant predictors of drinking problem among college students attending health and welfare department. A total of 538 college students attending health and welfare department were selected through convenient sampling. Data were collected using self-reporting questionnaires, which were constructed to include depression, anxiety, abstinence self-efficacy, and drinking behavior. SPSS 18.0 was used for data analysis and descriptive statistics, t-test, ANOVA, Scheffe's test, Pearson Correlation coefficients, and multiple regression were done. Drinking problem was positively correlated to the depression and anger while negatively correlated to the abstinence self-efficacy. The significant predictors of drinking behavior were sex, grade, anxiety, and abstinence self-efficacy. The result of this study suggest that drinking problem prevention program should consider improving self management skills by effective management of negative emotions along with enhancing self-efficacy as a cognitive strategy.

■ keyword : | Depression | Anxiety | Alcohol Abstinence Self-efficacy | Drinking Problem |

I. 서론

1. 연구의 필요성

대학생 시기는 청소년기에서 성인기로 진입하는 시기로 자신의 정체성을 확립하고 미래를 계획하며 능동적인 인격체로 독립하는 시기이다[1]. 이 시기는 그동안 금주시되던 음주에 대한 제약이 없을 뿐 아니라 음주가 대학생활의 일부분으로 받아들여지는 분위기로 인해 일생 중 가장 많은 음주를 하는 것으로 알려져 있다[2]. 대학생은 주로 사회적인 친교를 위해 음주를 하게 되는데, 이때 주변에서 강제로 술을 권하거나 자신의 알코올 소화능력을 고려하지 않고 음주를 하는 등 음주에 대한 조절이나 적절한 준비 없이 음주를 하게 되면서 과음이나 폭음을 많이 하는 것으로 알려져 있다[3][4].

실제로 2013년 우리나라 성인의 연간 음주율은 77.0%인데 비해 대학생이 포함된 20대의 연간 음주율은 88.0%로 다른 연령대에 비해 높고, 19세 이상 전체 성인의 문제 음주율이 22.8%인데 비해 대학생이 포함된 20대의 문제 음주율은 30.5%로 나타났다[5]. 또, 일부 연구[6]에서는 대학생의 음주율이 90%이상이고 남녀 대학생 모두 50%이상 AUDIT 8점 이상의 위험 음주 양상을 보이는 것으로 보고하고 있어 대학생의 음주 문제수준이 심각함을 알 수 있다. 뿐만 아니라 최근 들어 빈번하게 발생하는 대학생의 음주사고는 대학생 음주문제의 심각성을 보여주는 한 예로서 대학생의 음주는 학업수행의 어려움이나 신체적·정신적 건강상의 문제, 일상생활 부적응 등과 같은 개인적인 문제 뿐 아니라 과도한 음주로 인한 주취폭력, 주취범죄 등의 무절제한 행동양상이나 성폭력, 교통사고, 자살사고 등과 같은 다양한 사회적 문제를 야기하고 있다[7][8].

이렇듯 대학생 시기는 음주습관을 형성하는 첫 관문이라고 할 수 있으며 이 시기에 잘못 형성된 음주습관은 이후 절주나 금주와 같은 행동수정이 어려울 수 있고 대학시절의 문제성 음주행위가 졸업 후에도 변하지 않고 지속되거나 이후 심각한 건강문제의 원인이 될 수 있다[9]. 또한 대학시절의 문제성 음주는 성인기인 10년 후 알코올 사용 장애를 예측하는 주요 인자가 된다는 연구결과[10]를 고려할 때 대학생의 음주문제에 영향을

미치는 요인을 확인하여 이를 음주문제 습관 형성을 예방하고 수정하는데 활용할 수 있어야 하겠다.

지금까지 대학생의 음주문제에 영향을 미치는 것으로 보고된 요인은 정서적 요인(스트레스, 우울이나 적대감)[4][11-14], 인지적 요인(음주동기나 음주관련 기대, 모델링, 음주관련 효능감)[13][15-18], 환경적 요인(부모나 또래의 음주행위나 음주에 대한 태도, 대학의 음주관련 정책)[14][19]을 들 수 있다. 그러나, 환경적 요인을 해석하고 이를 바탕으로 행동변화를 이끌어내는데 있어 개인의 심리적 특성이 중요한 영향을 미치며, 특히 자기효능감과 같은 인지적 요인은 절주실천과 같은 바람직한 행위변화에 있어 가장 강력한 결정요인으로 알려져 있다[20]. 이에 본 연구에서는 개인의 정서적 요인과 인지적 요인을 중심으로 음주문제에 영향을 미치는 요인을 살펴보고자 한다.

음주문제에 영향을 미치는 대표적인 정서적 요인으로 우울이나 불안은 음주동기나 음주문제를 야기하는 것으로 알려져 있다. 즉, 스트레스로 인해 유발된 우울이나 불안감을 감소시키기 위해 음주를 하거나[21], 우울이나 불안과 같은 부정적 감정을 완화시키는 수단으로 음주를 활용하는 등 불안이나 우울은 음주문제에 영향을 미치는 중요한 요인이라고 할 수 있다[11]. 더불어 최근에는 대학생의 음주문제가 음주에 관한 교육경험이나 지식보다는 금주에 대한 동기부족으로 인해 유발될 수 있다는 주장이 제기되면서 인지적 요인이 음주문제에 미치는 영향에 대한 관심이 더욱 증가하고 있다[22].

바람직한 행위변화와 관련된 인지적 요인으로서 자기효능감은 특정행위를 수행하기 위해 개인의 동기나 사고과정, 정서적 상태, 사회적 환경을 조절하는 능력에 대한 개인의 자신감을 평가하는 인지적 과정이며, 바람직한 결과를 만들어 내기 위해 행위를 성공적으로 수행할 수 있다고 믿는 효능기대와 주어진 행위가 특정 결과를 만들어 낼 것이라고 믿는 결과기대를 포함하는 개념이다[23]. 이러한 자기효능감의 개념적 특성을 고려해 볼 때, 금주 자기효능감은 그간 음주문제에 영향을 미치는 것으로 알려진 음주 동기나 음주 결과기대 뿐만 아니라 환경적 요인이나 정서 상태 조절에 대한 자신감

을 포괄하는 개념이라고 할 수 있다.

음주문제와 관련된 자기효능감으로 금주 자기효능감은 전형적인 고위험 음주상황에서도 술을 마시지 않을 수 있는 자신감으로서[24], 지금까지 금주 자기효능감은 주로 알코올 중독자나 음주문제가 있는 대학생을 대상으로 한 연구에 활용되어 일시적인 음주 거절 뿐 아니라 금주행위 지속을 예측하는 변인으로 알려져 있다 [25][26].

그러나 음주문제는 알코올 남용이나 중독과 같은 즉각적인 개입이 필요한 심각한 수준의 문제 뿐 아니라 음주로 인한 일상생활에서의 다양한 문제나 가정문제, 직장문제 등을 포함한다. 실제로 일반 대학생의 절주 실천 변화단계를 파악한 연구[20]에서 조사 대상자의 42.1%가 절주 계획 전 단계에 있으며, 최근 한 달간 과음한 경험이 있었을 뿐 아니라 앞으로도 계속 과음할 생각이 있는 것으로 나타나 자신의 음주습관에 대한 인식 부족은 향후 문제성 음주자로 발전할 가능성이 있음을 제시하였다. 따라서 효과적인 음주관리를 위해서는 음주로 인한 심각한 문제를 경험하고 있는 대상자와 더불어 음주를 하는 모든 사람을 대상으로 해야 할 것이다. 더불어 개인이 행위를 수행하거나 수행하려고 할 때 경험하는 생리적, 정서적 각성상태에 따라 자신의 능력에 대한 판단이 달라진다는 자기효능이론을 고려할 때 금주 자기효능감과 더불어 개인의 정서상태, 음주문제간의 관련성을 파악하고 음주문제에 미치는 영향을 포괄적으로 규명할 필요가 있겠다.

한편, 지금까지 대학생의 음주문제에 영향을 미치는 요인을 조사한 선행연구들은 스트레스, 우울 또는 적대감과 같은 정서적 요인[4][11][12]이나 인지적 요인 [13][16-18]등 개별 요인을 중심으로 분석을 시행한 연구가 주로 이루어져 음주문제에 영향을 미치는 요인을 다각적으로 분석하는데 한계가 있다. 일부 연구에서 두 요인을 포괄하여 분석하고자 하였으나 음주기대나 동기, 모델링과 같이 자기효능감의 개별 요소를 중심으로 분석하거나[27] 구체적인 정서 요인을 파악하는데 어려움이 있는 등[15] 음주문제에 영향을 미치는 요인으로 정서적 요인과 인지적 요인을 포괄하여 수행한 연구는 거의 드물다.

더불어 보건복지계열학과 대학생의 경우 향후 음주 예방 및 관리에 있어 중요한 역할을 담당할 뿐 아니라 그들의 음주문제가 대상자에게 영향을 미칠 수 있다는 점에서 이들을 대상으로 음주문제를 파악하고 그와 관련된 요인을 확인하는 것은 의미가 있다 하겠다. 이에 본 연구는 보건복지계열 학과에 재학 중인 대학생을 대상으로 그들의 음주문제에 영향을 미치는 요인을 규명하고자 시도하였다.

2. 연구의 목적

본 연구는 보건복지계열학과에 재학 중인 대학생의 음주문제에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위한 서술적 조사연구이다.

이를 달성하기 위한 구체적 목적은 다음과 같다.

첫째, 대상자의 일반적 특성을 파악한다.

둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 음주문제의 차이를 파악한다.

셋째, 대상자의 우울, 불안, 금주 자기효능감, 음주문제 간의 상관관계를 파악한다.

넷째, 대상자의 음주문제에 영향을 미치는 요인을 규명한다.

II. 연구방법

1. 연구대상자

본 연구는 2012년 11월부터 2013년 2월 20일까지 수도권에 위치하는 3개 대학 보건복지계열 학과에 재학하는 대학생을 대상으로 하였다. 연구대상자 수는 G*power 3.1 프로그램을 이용하여 산출하였으며, 다중 회귀분석에서 고려한 독립변수는 12개, 유의수준 5%, 검정력 80% 효과크기 .15(127명)~.02(878명)수준으로 하여 대상자 수 500명을 목표로 하였다. 대상자의 탈락 가능성을 고려하여 676명을 비확률 편의 표집하였으며, 이중 응답이 불충분한 설문지 14부를 제외하여 662명(간호학과 314명, 작업치료학과 149명, 사회복지학과 199명)을 1차 대상으로 하였고, 이중 음주경험이 없는 124명을 제외하여 538명(81.3%)을 최종 연구 대상으로 하였다.

2. 연구도구

2.1 음주문제

대학생의 음주문제는 AUDIT(Alcohol Use Disorders of Identification Test)를 사용하여 측정하였다. AUDIT는 세계보건기구에서 개발한 알코올 사용 장애 선별도구로서 알코올 사용 장애 정도와 심각도를 조사하여 문제성 음주자를 식별하는 도구이다[28]. 지난 1년 동안의 음주 빈도와 양, 알코올의존 증상, 음주와 관련된 문제 등 3개 영역, 총 10개 문항으로 측정하되, 1~8번 문항은 5점 척도(0~4점), 9~10번 문항은 3점 척도(0, 2, 4점)로 총점은 0~40점 사이에 분포하며 점수가 높을수록 음주문제수준이 높음을 의미한다.

원 도구에서는 7점 이하이면 저위험 음주(사회적 음주), 8~15점은 위험음주, 16~19점은 고위험 또는 유해 음주, 20점 이상은 해로운 음주(알코올 의존)로 분류하도록 제시하고 있다. 이해일과 손정락[16]의 연구에서 신뢰도 계수 Cronbach α 는 .86이었고, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach α 는 .88 이었다.

2.2 우울과 불안

우울과 불안은 김광일 등[29]이 표준화된 간이정신진단검사 설문지 Symptom Checklist-90 Revision (SCL-90-R) 중 우울을 측정하는 13문항과 불안을 측정하는 10문항을 이용하였다. 이 도구는 개인이 지난 1주일 동안 경험한 증상의 정도에 따라 0점에서 4점의 5점 척도로 응답하도록 구성되어 있으며 점수가 낮을수록 우울이나 불안상태가 낮음을 의미한다. 김광일 등[29]의 연구에서 도구의 신뢰도 계수 Cronbach α 는 우울 .89, 불안 .86이었으며, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach α 는 우울 .91, 불안 .90이었다.

2.3 금주 자기효능감

금주와 관련된 개인의 자기효능감을 측정하기 위해 DiClemente 등[24]이 개발한 도구를 김성재[30]가 수정·보완한 도구를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 고위험 음주상황에서 음주유혹을 받는 정도와 음주를 하지 않을 개인의 자신감을 포함하며 4개 영역(경험적으로 지지된 부정적 정서시, 사회적 압력시, 신체적 고통

시, 금단 및 갈망시) 총 20개 문항으로 구성되어 있다. '매우 자신 없음' 1점에서부터 '매우 자신 있음' 5점까지 5점 척도로 측정되며 점수가 높을수록 금주 자기효능감이 높음을 의미한다. 도구 개발당시 신뢰도 계수 Spearman - Brown r 는 .95였고[24], 김성재[29]의 연구에서 도구의 신뢰도 계수 Cronbach α 는 .92, 본 연구에서의 Cronbach α 는 .98이었다.

3. 윤리적 고려

연구 시작 전 연구 대상자의 윤리적인 문제를 고려하여 해당학과 학과장의 승인을 받은 후 동일하게 교육받은 연구보조자들이 대학 캠퍼스 내에서 연구대상자를 직접 만나 연구목적을 설명하고 연구 참여를 희망하는 경우에 참여하도록 하였다. 대상자들에게는 연구의 익명성과 자율성, 비밀 보장성, 발생 가능한 이익과 불이익 등을 포함하는 내용을 충분히 설명하고 연구 참여 동의를 받은 후에 구조화된 설문지를 자기기입방식으로 작성하도록 한 후 회수하였다. 설문지 작성에 소요된 시간은 약 15분~20분 정도였고 설문에 참여한 대상자에게는 소정의 답례품을 제공하였다.

4. 자료분석방법

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS WIN 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 분석기법으로는 연구대상자의 일반적 특성을 살펴보기 위해 빈도와 백분율을 산출하였으며, 대상자의 일반적 특성에 따른 음주문제의 차이는 t-test와 One-way ANOVA를 이용하여 분석하였고 유의한 차이를 보이는 항목은 Scheffe 사후 검증을 실시하였다. 또한 대상자의 음주문제와 우울, 불안 및 금주 자기효능감 간의 관계를 파악하기 위해 Pearson Correlation coefficients를 이용하였고, 음주문제에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 다중회귀분석(Multiple regression analysis)을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

연구대상자의 일반적 특성을 살펴보면, 대상자의 성별은 남자 115명(21.4%), 여자 423명(78.6%)이고, 평균 연령은 21~22세가 207명(38.5%)으로 가장 많았다. 학년별로는 2학년이 268명(49.8%)으로 가장 많았고 간호학과 247명(45.9%), 사회복지학과 469명(31.4%), 작업치료학과 122명(22.7%)이며, 기독교 신자가 162명(30.1%)으로 가장 많았다. 전공 만족도는 '만족한다'가 325명(48.5%)으로 절반정도의 학생이 전공학문에 만족한다고 응답하였고, 대학생활 만족도는 '만족한다'가 168명(31.2%), '그저 그렇다'가 311명(57.8%)으로 나타났다. 또, 주관적으로 지각한 건강상태는 절반 정도(50.4%)가 '건강하다'고 응답하였고, 부모님과 함께 거주하는 경우가 465명(86.4%), 자가에 거주하는 경우가 467명(86.8%)으로 대부분 부모님과 함께 자가에 거주하는 것으로 나타났다[표 1].

표 1. 대상자의 일반적 특성 (N=538)

특성	구분	빈도(명)	백분율(%)
성별	남자	115	21.4
	여자	423	78.6
	≤20	163	30.3
연령	21~22	207	38.5
	23~24	101	18.8
	≥25	67	12.4
학년	1	180	33.5
	2	268	49.8
	3	90	16.7
학과	간호	247	45.9
	사회복지	169	31.4
	작업치료	122	22.7
종교	기독교	162	30.1
	천주교	44	8.2
	불교	41	7.6
	없음	280	52.1
기타	기타	11	2.0
	만족	261	48.5
	보통	245	45.5
전공 만족도	불만족	32	6.0
	만족	168	31.2
대학생활 만족도	보통	311	57.8
	불만족	59	11.0
	건강하다	271	50.4
주관적 건강상태	보통이다	235	43.7
	나쁘다	32	5.9
	그렇다	465	86.4
부모와의 동거여부	그렇지 않다	73	13.6
	자	467	86.8
주거형태	기타	71	13.2

2. 일반적 특성에 따른 음주문제의 차이

연구대상자의 AUDIT 평균점수는 7.86±6.28점으로 저위험(사회적) 음주군 분류 기준점수인 7점보다 높았다. 대상자의 일반적 특성에 따른 음주문제의 차이를 확인한 결과, 성별(t=2.74, p=.006), 학년(F=4.22, p=.015)에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났는데 남학생이 여학생보다, 1학년과 2학년이 3학년에 비해 비교적 높은 음주문제 수준을 보였다[표 2].

표 2. 일반적 특성에 따른 음주문제의 차이 (N=538)

특성	구분	AUDIT-K	
		M±SD	t/F(p)
성별	남자	9.27±6.59	2.74 (.006)
	여자	7.48±6.14	
	≤20	7.43±6.40	
연령	21~22	7.96±6.23	0.84 (.475)
	23~24	7.71±5.45	
	≥25	8.85±7.28	
학년	1	8.12±6.84 ^a	4.22 (.015) b)a (Scheffe)
	2	8.27±6.32 ^b	
	3	6.12±4.45 ^a	
학과	간호	7.68±6.28	0.54 (.585)
	사회복지	8.27±6.31	
	작업치료	7.64±6.24	
종교	기독교	8.33±7.11	1.08 (.364)
	천주교	8.73±7.16	
	불교	7.93±6.90	
	없음	7.54±5.53	
기타	기타	5.27±4.45	0.13 (.880)
	만족	7.78±6.62	
	보통	7.87±5.98	
전공 만족도	불만족	8.38±5.73	0.08 (.921)
	만족	7.80±7.08	
	보통	7.83±5.94	
대학생활 만족도	불만족	8.17±5.66	0.53 (.592)
	건강하다	8.01±6.70	
	보통이다	7.58±5.78	
주관적 건강상태	나쁘다	8.59±6.21	-1.48 (.141)
	그렇다	7.70±6.35	
	그렇지 않다	8.88±5.79	
부모와의 동거여부	자	7.77±6.36	0.87 (.383)
	기타	8.46±5.70	
	7.86±6.28		

3. 대상자의 우울, 불안, 금주 자기효능감과 음주문제와의 상관관계

대상자의 우울, 불안, 금주 자기효능감과 음주문제간의 관련성을 파악하고자 상관관계 분석을 실시한 결과,

대상자의 음주문제는 우울($r=.18, p<.001$), 불안($r=.21, p<.001$)과는 순상관관계를, 금주 자기효능감($r=-.28, p<.001$)과는 역상관관계를 나타내었다. 또, 우울은 불안($r=.85, p<.001$)과 순상관관계를 보였고, 금주 자기효능감은 우울($r=-.14, p=.002$) 및 불안($r=-.14, p<.001$)과 역상관관계가 있는 것으로 나타났다[표 3].

표 3. 우울, 불안, 금주 자기효능감과 음주문제의 상관관계 (N=538)

변수	우울	불안	금주 자기효능감
	r(p)	r(p)	r(p)
불안	.85 (.001)		
금주 자기효능감	-.14 (.002)	-.14 (.001)	
음주문제	.18 (.001)	.21 (.001)	-.28 (.001)

4. 음주문제에 영향을 미치는 요인

음주문제에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 단변량 분석결과 유의하게 나온 변수들을 포함하여 다중회귀분석을 실시한 결과는 다음과 같다. 다중회귀분석에 포함된 변수는 우울, 불안, 금주 자기효능감과 성별, 학년이었고 변인간의 다중공선성을 검증한 결과 VIF(분산팽창요인도) 값이 모두 10 미만으로 다중공선성이 없는 것으로 나타나 회귀분석을 실시하기에 적절하였다. 변수 중 명목변수인 성별은 남학생을 기준변수로 가변수 처리하였고, 학년은 차이분석결과를 참고로 1학년을 기준으로 가변수 처리하여 분석하였다.

대상자의 음주문제에 영향을 미치는 요인에 대한 회귀모형은 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며($F=10.957, p<.001$) 모형의 설명력은 12.9%였다. 회귀계수

의 유의성 검증 결과 성별, 학년, 불안, 그리고 금주 자기효능감이 음주문제에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 남학생을 기준으로 여학생($\beta=-.127, p=.002$), 1학년을 기준으로 3학년의 음주문제가 덜한 것으로 나타났다($\beta=-.082, p=.044$). 또, 불안수준이 높을수록($\beta=.193, p=.013$), 금주 자기효능감이 낮을수록 음주문제가 심한 것으로 나타났다($\beta=-.245, p<.001$)[표 4].

IV. 논 의

알려진 바와 같이 음주는 신체적, 정신적, 사회적으로 다양한 문제를 유발하며, 이러한 문제를 예방하고자 WHO는 글로벌 가이드라인을 채택하는 등의 노력을 기울이고 있다[31]. 이에 발맞추어 보건복지부에서는 알코올 중독 치료와 예방을 위해 2011년 알코올 전문병원 6곳을 지정한데 이어 정신보건요원 수련기관을 지속적으로 확대하는 등 문제음주 예방 및 관리를 위해 노력하고 있다. 이에 본 연구는 음주문제가 사회적인 문제로 부각되고 있는 현 시점에서 정신보건 분야의 전문인력으로 활동하게 될 보건복지계열학과에 재학 중인 대학생을 대상으로 음주문제에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 수행되었다.

본 연구 대상자의 평균 AUDIT 점수는 7.85점으로 WHO의 분류기준에 따르면 사회적 음주와 문제성 음주의 경계선상에 있는 수준으로, 전국 남녀 대학생을 대상으로 조사한 연구결과 8.29점에 비해 낮았으나[19], 90%이상이 여학생인 간호 대학생을 대상으로 한 연구결과 7.09점보다 높았다[15]. 이는 본 연구대상자의 약 80%가 여학생으로 구성되어 있어 성별에 따라 음주문

표 4. 음주문제에 영향을 미치는 요인

(N=538)

변수	기준값	B	SE	β	t	p	Adj R ²	F	p
성별	남학생	-1.936	0.636	-.127	-3.046	.002			
학년(3학년)	1학년	-0.745	0.368	-.082	-2.022	.044			
우울		-0.296	0.746	-.031	-0.397	.691	.129	10.957	<.000
불안		1.899	0.760	.193	2.498	.013			
금주자기효능감		-1.240	0.209	-.245	-5.940	.000			

제에 차이가 있다고 보고한 선행연구[32]를 고려할 때 대상자의 성차에 기인한 결과로 사료된다. 또, 설문조사 대상자 662명 중 538명(81.3%)이 음주경험이 있는 것으로 보고하였는데, 이는 우리나라 성인의 연간 음주율 77.0%나, 성인 여성의 음주율 68.7%보다 높은 수준으로 대학생들을 위한 음주예방 프로그램의 개발과 적용의 시급함을 보여주는 결과라고 할 수 있다.

다음으로, 일반적 특성에 따른 대상자의 음주문제의 차이를 조사한 결과 선행연구[27]에서 여학생에 비해 남학생의 음주량이나 음주문제가 심하다고 보고한 것과 마찬가지로 본 연구에서도 여학생에 비해 남학생의 음주문제가 심각한 것으로 나타나 성별에 따라 음주문제에 차이가 있다는 연구결과[33]를 재확인하였다. 그러나 본 연구 대상자의 대다수가 여학생임에도 사회적 음주 수준 이상의 음주문제를 보인 결과는 여대생의 음주문제가 갈수록 증가하고 있으며 이에 대한 대책 마련의 중요성을 보여준다. 특히, 여성의 경우 알코올 분해 속도나 기체가 남성과 달라 음주시작에서 피해까지 걸리는 시간이 짧고 더 많은 신체적 피해를 경험할 수 있다는 연구결과[33][34]와 여성 음주자의 경우 임신이나 출산과 같은 고유한 성역할로 인해 가정과 사회에 미치는 영향이 더 크다는 점을 고려할 때 여대생의 음주문제에 관해 보다 많은 관심을 기울일 필요가 있겠다. 한편, 3학년에 비해 1, 2학년의 음주문제가 더 심한 것으로 나타났는데 이는 본 연구의 자료수집기간을 고려할 때 일부 학과 3학년의 경우 국가고시 기간과 겹쳐 음주문제가 상대적으로 과소평가될 수 있었다는 점은 본 연구의 제한점이라고 하겠다.

이상의 결과를 토대로 대학생의 음주문제에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 성별, 학년, 불안, 그리고 음주 자기효능감이 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 단변량 분석에서 우울과 불안이 모두 음주문제와 유의한 상관관계가 있었던데 비해 회귀분석에서는 불안만이 유의한 영향변수로 나타났다. 이는 우울이나 불안과 같은 부정적 정서가 음주문제와 밀접한 관련이 있다는 선행연구결과[11][35]나 본 연구 대상의 대다수가 여학생인 점을 감안할 때 여학생의 경우 우울이나 불안 등 부정적인 정서요인과 관련하여 음주하는 경향이 많

다고 보고한 연구[34]와 일맥상통하나 본 연구에서 불안만이 음주문제에 영향을 미치는 것으로 나타난 결과와는 차이를 보인다. 최근 대학생의 보건교육 요구도를 조사한 연구[36]에 따르면, 대학생 시기는 진로나 인생설계를 하는 가장 중요한 시기로 그에 따르는 스트레스가 발생할 수 있으며, 실제로 정신건강관련 교육 요구도가 가장 높은 것으로 나타나 대학생의 정신건강을 보장할 수 있는 내실있는 교육이 필요하다고 제안하였다. 뿐만 아니라 부정적 정서나 스트레스를 완화하기 위한 대처방안으로 음주를 한다는 연구결과[21]를 고려할 때 음주예방 및 정신건강증진에 대해 동시에 효율적으로 접근하는 통합적 접근방안이 모색되어야 할 것이며 특히 대학생의 불안을 완화할 수 있는 방안이 필요할 것으로 사료된다.

더불어 금주 자기효능감이 음주문제 영향을 미치는 주요요인으로 나타난 결과는 대학생 폭음집단에서 음주결과 기대, 금주 자기효능감, 지각된 음주규준이 음주동기를 매개하여 음주정도에 영향을 미친다는 연구[18], 금주 자기효능감은 음주상황에서 자기통제능력을 증가시켜 음주문제를 개선하는데 영향을 미친다고 보고한 연구결과[16]와 일치한다. 그러나, AUDIT 12점 이상인 대학생을 대상으로 한 연구[17]에서는 금주 자기효능감이 높을수록 더 많은 음주를 한다고 보고하면서 이는 음주문제가 있는 대상자의 경우 자신의 음주문제에 대해 올바르게 인식하지 못하고 자신이 알코올을 잘 조절하고 통제할 수 있다고 믿는 경향 때문에 나타난 결과라고 보고하였다. 이와 같이 금주 자기효능감이 음주문제나 음주와 관련된 위험행동을 예측하는 요인으로 알려져 있음에도 일반인을 대상으로 한 연구결과가 소수에 지나지 않고, 연구 간에 일치되지 않는 결과를 보고하고 있어 본 연구 결과를 해석하는데 제한점이 있으므로 추후 연구가 필요한 사항이라고 사료된다.

또, 절주계획 전 단계에 있는 대학생의 경우 절주계획단계 또는 실천단계에 있는 대상자와 비교할 때 절주교육경험에는 유의한 차이가 없었으나 금주 자기효능감이 더 낮은 것으로 나타나 금주 자기효능감이 절주를 위한 동기유발이나 실천에 영향을 미친다는 보고[20]와 같이, 지금까지 대학생을 대상으로 한 음주예방프로그

램으로 주로 활용되어 온 교육적 중재의 제한점이 지적되면서 음주와 관련된 사회인지적 요인의 중요성이 더욱 강조되고 있다[37]. 특히 본 연구의 대상인 보건복지계열 학과에 재학 중인 대학생의 경우 다른 전공분야 학생들에 비해 교과 및 비교과활동을 통해 음주의 위험성에 관한 교육 기회가 많음에도 불구하고 음주문제에 있어 주목할 만한 차이를 보이지 않고 있다는 점과 대학생의 음주는 주로 집단 내에서 이루어지며 선후배나 교우의 압력과 같은 사회적 압력 상황이 상당한 영향을 미친다는 특성을 고려하여 음주 가능한 상황에서 금주할 수 있는 자기 통제감을 유지하도록 하는 것은 이들의 음주문제를 예방하는데 긍정적인 영향을 미칠 것으로 사료된다.

한편, 정신보건간호사와 정신보건사회복지사 및 재활훈련 등을 담당하는 보건인력은 생애주기별 문제음주 예방교육과 건전음주캠페인 뿐 아니라 알코올 중독 재활 서비스를 담당하는 등 음주문제 예방 및 관리에 있어 중추적인 역할을 담당하고 있다. 특히 보건복지 분야에 종사하는 전문 인력의 음주문제는 개인의 건강 문제에 국한되는 것이 아니라 대상자의 정신건강에 직접적인 영향을 미칠 수 있다는 점을 고려할 때 가까운 미래에 정신보건 및 복지 분야 전문 인력으로 활동하게 될 보건복지계열학과 학생들의 음주문제와 영향요인을 확인하였다는 점에서 본 연구의 의의가 있다고 하겠다.

V. 결론 및 제언

본 연구결과 음주문제는 성별이나 학년과 같은 개인적 특성과 더불어 불안과 금주 자기효능감의 영향을 받는 것으로 확인되었다.

이러한 결과를 바탕으로 이들의 음주문제를 예방하기 위해서는 불안과 같은 부정적인 정서를 조절하고, 음주와 관련된 의사결정에서 인지적 평가역량을 강화하여 자기효능감을 강화시키는 등의 내용을 포함할 필요가 있을 것이다. 이를 위해 자신의 정서 상태와 음주문제를 올바르게 자각하도록 하고 부정적인 정서를 효율적으로 조절할 뿐 아니라 음주와 관련된 자기조절능력

을 향상시킬 수 있는 다양한 교과 및 비교과 프로그램을 개발하여 적용할 것을 제언한다. 더불어 이러한 전략은 성차를 고려하여야 하며, 대학교 저학년부터 체계적으로 적용되어야 할 것이다.

그러나 본 연구는 일부 지역의 전문대학에 재학하는 보건복지계열 대학생을 대상으로 하였으므로 모든 대학생에게 일반화하기에 한계가 있으므로 본 연구의 결과가 구체화되고 일반화되기 위해서는 추후 연구에서 표본의 대표성을 보완하려는 노력이 필요하다. 또한 후속연구에서는 음주문제를 설명하는 다양한 변수를 포함하여 통합적인 음주문제 설명모형 구축을 위한 확대 연구를 제언한다.

참 고 문 헌

- [1] 박효정, 김미영, 정덕유, “여대생의 스트레스, 사회적지지 및 자기효능감이 정신건강에 미치는 영향,” *기본간호학회지* 제15권, 제4호, pp.513-521, 2008.
- [2] 장승욱, “여대생의 음주문제 예방전략,” *한국알코올과학회지*, 제7권, 제1호, pp.53-66, 2006.
- [3] P. M. O'Malley and L. D. Johnston, “Epidemiology of alcohol and other drug use among American college students,” *Journal of Studies on Alcohol*, s14, pp.23-39, 2002.
- [4] 서경현, 양승애, “대학생 스트레스원에 대한 대처 방식으로서 음주의 역할,” *청소년학연구*, 제18권, 제11호, pp.331-352, 2011.
- [5] 보건복지부, 2013 국민건강영양조사, 2014.
- [6] 김승수, 정슬기, “대학생 음주실태와 문제음주 변화 추이, 2006년과 2008년 비교,” *한국알코올과학회지*, 제10권, 제2호, pp.75-88, 2009.
- [7] B. M. Bewick, B. Mulhern, M. Barkham, K. Trusler, A. Hill, and W. B. Stiles, “Changes in undergraduates student alcohol consumption as they progress through university,” *BMC Public Health*, Vol.163, No.8, pp.1471-2458, 2008.

- [8] J. Blowers, "Common issues and collaborative solutions : a comparison of student alcohol use behaviors at the community college and four-year institutional levels," *Journal of Alcohol & Drug Education*, Vol.53, No.3, pp.65-82, 2009.
- [9] L. S. Ham and D. A. Hope, "College students and problematic drinking: a review of the literature," *Clinical Psychology Review*, Vol.23, No.5, pp.719-759, 2003.
- [10] S. E. O'Neil, G. R. Parra, and K. J. Sher, "Clinical relevance of heavy drinking during the college years: Cross sectional and prospective perspectives," *Psychology Addictive Behaviors*, Vol.15, No.4, pp.350-359, 2001.
- [11] 손애리, "구조방정식 모형을 이용한 스트레스, 우울 및 문제음주 간의 관련성 연구," *보건과 사회과학*, 제27권, pp.61-79, 2010.
- [12] 오예슬, 오은환, "보건계열 대학생의 취업 스트레스에 관한 질적 연구," *한국학교·지역보건교육학회지*, 제14권 제1호, pp.331-352, 2013.
- [13] 이은숙, 봉은주, "부모의 문제음주가 대학생 자녀의 문제음주에 미치는 영향: 음주결과기대와 우울의 매개 효과," *한국간호교육학회지*, 제20권, 제3호, pp.392-401, 2014.
- [14] V. M. Gonzalez, R. I. Collins, and C. M. Bradizza, "Stressful events, personality, and mood disturbance: Gender differences in alcoholics and problem drinkers," *Addictive Behaviors*, Vol.28, No.1, pp.171-187, 2009.
- [15] 박형숙, 조묘현, 조규영, 김동희, "간호대학생의 음주실태, 음주거부 자기효능감과 정신건강: 정상 음주군과 문제음주군 비교," *한국간호교육학회지*, 제17권, 제1호, pp.110-119, 2011.
- [16] 이혜일, 손정락, "동기화 프로그램이 대학생의 알코올 기대, 금주 효능감 및 문제 음주에 미치는 효과," *스트레스 연구*, 제17권, 제3호, pp.237-245, 2009.
- [17] 박상규, "금주자기효능감과 마음챙김이 대학생의 음주문제에 미치는 영향," *한국심리학회지: 건강*, 제17권, 제2호, pp.311-322, 2012.
- [18] 류미, 이민규, 신희천, "대학생의 폭음 관련 사회인지적 요인과 음주 정도의 관계-지각된 음주규준의 역할을 중심으로," *한국심리학회지 : 문화 및 사회문제*, 제16권, 제1호, pp.63-79, 2010.
- [19] 이기일, *대학교의 조직·환경적 특성이 대학생의 음주행동과 음주문제에 미치는 영향*, 인제대학교, 박사학위논문, 2011.
- [20] 김명, 김혜경, 이은희, 권은주, "대학생 절주실천 행위 변화단계 분포 및 관련요인," *한국알코올과학회지*, 제8호, pp.1-16, 2007.
- [21] 이정림, 김형태, 김선영, 윤미은, 천성수, "대학생의 사회심리적 스트레스, 음주효과기대, 음주자체 이유가 문제음주에 미치는 영향," *한국학교·지역보건교육학회지*, 제16권, 제1호, pp.83-92, 2015.
- [22] B. Borsari and K. B. Carey, "Effects of a brief motivational intervention with college student drinkers," *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol.68, No.4, pp.728-733, 2005.
- [23] A. Bandura, *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*, Englewood Cliffs, N.J.:Prentice-Hall. 1986.
- [24] C. C. DiClemente, J. P. Carbonari, R. P. Montgomery, and S. O. Hughes, "The Alcohol Abstinence Self-Efficacy scale," *Journal of Studies on Alcohol*, Vol.55, No.2, pp.141-148, 1994.
- [25] A. A. Forcehimes and J. S. Tonigan, "Self-efficacy as a factor in abstinence from alcohol/other drug abuse: A meta-analysis," *Alcoholism Treatment Quarterly*, Vol.26, No.4, pp.480-489, 2008.
- [26] 박후남, 유숙자, "명상수련프로그램이 알코올중독 환자의 자기개념, 금주자기효능 및 금주에 미치는 효과," *정신간호학회지*, 제14권, 제3호, pp.304-312, 2005.
- [27] 한소영, 이민규, 신희천, "남녀 대학생의 음주문제 위험요인: 사회인지적 요인과 정서적 요인의

- 역할,” 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제17권, 제4호, pp.1003-1019, 2005.
- [28] T. F. Babor, J. C. Higgins-Biddle, J. B. Saunders, and M. G. Monteiro, *The alcohol use disorders identification test: Guidelines for use in primary care (2nd ed.)*, World Health Organization, 2001.
- [29] 김광일, 원호택, 이정호, 김광윤, “간이정신진단 검사(SCL-90)의 한국판 표준화연구 I: 정상인의 반응특성,” 신경정신의학, 제17권, 제4호, pp.449-458, 1978.
- [30] 김성재, *알코올리즘의 재발에 관한 이론적 모형 구축: 정신병원에 입원한 남성 알코올리즘 환자를 대상으로*, 서울대학교, 박사학위논문, 1996.
- [31] World Health Organization, “A global strategy to reduce the harmful use of alcohol,” 2010.
- [32] 성기월, 김미한, “대학생의 성별에 따른 음주 이유와 문제음주 관련요인,” 보건교육·건강증진학회지, 제26권, 제5호, pp.85-95, 2009.
- [33] S. Nolen-Hoeksema, “Gender differences in risk factors and consequences for alcohol use and problems,” *Clinical Psychology Review*, Vol.24, No.8, pp.981-1010, 2004.
- [34] 신영주, 김유숙, “여성 알코올 의존자의 중독 과정 - 근거이론 접근방법으로-,” 한국심리학회지: 여성, 제14권, 제4호, pp.683-710, 2009.
- [35] 김혜련, 최윤정, “여성 문제음주자 개입 전 사정 틀 개발 및 사례적용: 4개 사례연구,” 한국가족복지학, 제12권, pp.65-97, 2003.
- [36] 박정민, 정원일, “대학생의 보건교육 요구도 및 정신건강보건교육,” 한국콘텐츠학회논문지, 제13권, 제10호, pp.385-393, 2013.
- [37] H. Wechsler, J. E. Lee, M. Kuo, M. Seibring, T. F. Nelson, and H. Lee, “Trends in college binge drinking during a period of increased prevention efforts,” *Journal of American College Health*, 제50권, 제1호, pp.203-217, 2002.

저 자 소 개

양 승 희(Seung Hee Yang)

정회원



- 1985년 2월 : 고려대학교 의과대학 간호학과(간호학사)
- 1989년 2월 : 고려대학교 의과대학 간호학과(간호학석사)
- 2003년 2월 : 고려대학교 간호대학(간호학박사)

▪ 2006년 ~ 현재 : 신한대학교 간호학과 교수
<관심분야> : 보건콘텐츠, 교육콘텐츠

윤 지 원(Ji-Won Yoon)

정회원



- 1994년 2월 : 고려대학교 의과대학 간호학과(간호학사)
- 2000년 2월 : 고려대학교 간호대학(간호학석사)
- 2006년 2월 : 고려대학교 간호대학(간호학박사)

▪ 2014년 ~ 현재 : 신한대학교 간호학과 교수
<관심분야> : 보건콘텐츠, 교육콘텐츠