

학교 유형별 고등학생의 스트레스 인지 요인과 양상 분석

임서영
대전고등학교

An Analysis of the Factors and Patterns Related to Stress Perception of Students from Different Types of High School

Seo Young Yim
Daejeon High School

요약 본 연구는 학교 유형별 고등학생의 스트레스 인지 요인과 이에 대한 양상을 분석하였다. 연구대상은 제14차 청소년건강행태조사 원시자료 중 연구 목적에 부합하는 29,380명이다. 스트레스 인지와 관련 있는 요인을 일반적 특성, 건강행태 특성, 건강상태 특성으로 구분하였다. 연구대상 요인에 대하여 동일 유형의 고등학교 집단 내 분석 및 집단 간 분석을 시행하였다. 연구를 통해 나타난 결과를 요약하면 다음과 같다. 일반계 고등학교 학생 집단이 특성화 고등학교 학생 집단에 비해 유의하게 스트레스 인지가 높았다. 두 학교 유형에서 스트레스 인지는 다수의 공통적인 요인들과 집단 특이적 요인들이 관련되어 있었다. 공통으로 스트레스 인지와 관련이 있는 주요 요인은 우울감 경험, 주관적 건강상태 인지, 주관적 수면충족 그리고 성별 순이었다. 그러나 각각의 요인들이 스트레스 인지와 관련이 있는 양상은 학교 유형에 따라 차이가 있었다. 따라서 고등학교 청소년들의 스트레스 파악 및 중재를 위한 정책 수립에서 공통적인 스트레스 인지 관련 요인을 고려함과 동시에 각 집단의 특성을 충분히 인지하고 반영하는 노력을 해야 할 것으로 판단된다.

Abstract This study analyzed the factors of stress perception and their patterns depending on the high school students from different types of high school, which include academic high schools and vocational high schools. The data reflected the degree of stress perception according to several factors, which are considered to be related to stress perception, and the study analyzed how differently these factors affected students in each school type. The subjects were 29,380 students from the 14th Korea Youth Health Behavior Survey who meet the purpose of this study. The factors related to stress perception were classified into general characteristics, health behavior characteristics, and health status characteristics. The factors of the study were compared in each group and between the groups. In both school types, stress perception was associated with a number of common factors and some group specific factors. The common main factors related to stress perception were depressive experience, subjective recognition of their health status, subjective recognition of sleep satisfaction, and gender. However, the pattern in which each factor was related to stress perception differed according to the school types. Therefore, efforts should be made to reflect the characteristics of each school type while considering the common factors related to stress perception when making policies for managing high school students' stress.

Keywords : Stress Perception, Korea Youth Health Behavior Survey, Academic High School, Vocational High School, Student

*Corresponding Author : Seo Young Yim(Daejeon High School)

email: appliesong@hanmail.net

Received March 27, 2020

Revised April 29, 2020

Accepted May 8, 2020

Published May 31, 2020

1. 서론

1.1 연구의 필요성

한국 사회에서 고등학교 시기는 향후 성인기 삶의 토대로 인식되는 대학 진학 또는 직업 선택이라는 중대한 발달과업을 요구받는 시기이다. 그러나 고등학생들이 감당하여야 하는 과업은 학업이나 직업개발에 국한되지 않고 자아개념의 확립, 부모나 친구와의 관계 등 삶의 전반에 폭넓게 걸쳐있어 상당한 스트레스에 노출된다[1,2,3,4]. 생물학적 발달 단계는 성인에 근접하지만 불완전한 인지적 성숙으로 이 시기의 청소년들은 스트레스에 취약하고 심리적인 갈등 대처에 어려움을 겪을 뿐만 아니라 전반적인 삶의 만족도가 낮게 나타난다[2]. 이는 한국의 모든 연령집단을 비교하였을 때, 스트레스 인지율이 가장 높은 연령집단이 고등학생으로 나타난 2015년의 통계청 조사에서도 확인된다[5].

현대 사회에서 스트레스가 없는 삶이란 불가능하며 오히려 적절한 스트레스는 삶의 성취에 긍정적인 역할을 하는 경우도 있다[6]. 고등학생의 경우에도 스트레스가 반드시 부정적이라고 단정하기는 어렵다. 그러나 적절하게 관리될 수 있는 수준을 넘어서는 스트레스는 우울감, 피로감 등을 일으킬 수 있고, 경우에 따라 청소년 비행이나 자살 등의 심각한 부작용을 초래할 수 있다[2,7]. 나아가 스트레스로 인한 문제는 고등학생 시기의 문제로 그치지 않고 이후의 가정과 사회생활 등 생애 전반에 상당한 영향을 미칠 수 있다[8]. 따라서 고등학생들의 스트레스 인지와 관련된 요인을 연구하고 스트레스 증재를 위한 정책적인 대책을 마련하는 것이 중요하다고 할 수 있다.

현재까지 고등학생을 포함하여 청소년들의 스트레스 인지와 관련이 있는 요인을 밝히기 위한 연구들이 다양한 측면에서 이루어져 왔다[9,10,11,12]. 청소년의 스트레스 인지와 관련이 있는 개인 요인으로는 성별, 부모의 학력, 성적, 가정의 경제상태 등이 있음을 보고하고 있으며, 건강행태 관련 요인으로는 흡연, 음주, 신체활동 및 식생활 등을 보고하고 있다[13,14,15,16]. 이 밖에도 자아존중감, 주관적인 행복감을 비롯하여 정신건강 특성 등의 건강상태와 관련된 요인들도 보고되었다[17].

스트레스를 보는 관점은 스트레스를 유발할 수 있는 환경적 요인과 함께 사회적, 심리적 요인을 복합적으로 고려하여야 이해할 수 있다는 방향으로 확대되고 있다[9]. 다수의 선행연구에서는 일상의 대부분이 이루어지는 환경인 학교의 유형에 대한 고려 없이 고등학생을 동일

한 집단에 속한 것으로 가정하고 스트레스 인지와 관련된 요인을 포괄적으로 이해하고자 한다[9,10,15]. 고등학생들의 스트레스 증재에서 학교 유형을 고려한 세심한 정책적 접근 또한 찾아보기 어려운 실정이다.

고등학교 유형에 따라 학생들이 처한 환경은 상이하고 따라서 스트레스 인지에 영향을 미치는 요인과 양상은 차이가 있을 수 있다. 따라서 고등학생들의 스트레스 인지에 관련되는 요인들을 엄밀히 이해하고 집단 특성에 부합하는 정책적인 접근을 위해서는 학교의 특성에 따른 비교가 필요하다고 할 수 있다. 고등학생의 스트레스 인지에 작용하는 요인들을 찾고 이 요인들이 학교 유형에 따라 나타나는 양상을 이해하는 것은 집단 특성을 고려한 세밀한 스트레스 증재를 가능하게 할 것이다.

한국의 초·중등교육법 시행령에 따르면 고등학교를 일반고등학교, 특수목적고등학교, 특성화고등학교 및 자율고등학교로 구분한다. 이에 따르면 고등학교는 각기 다른 교육목표와 환경 속에 있으며 학교 유형에 따라 학생들은 다른 학업 목표와 진로, 가정환경을 가진 집단으로 분류할 수 있다[18,19,20]. 선행연구에서는 고등학교 유형을 크게 일반계 고등학교와 특성화계 고등학교로 분류하여 개별적인 스트레스 인지 관련 요인과 영향을 분석하고 있다.

이에 본 연구는 유형별 고등학교를 큰 범위에서 학업 목표의 유사성에 따라 일반계 고등학교와 특성화 고등학교로 구분하여 제14차 청소년건강행태조사 통계자료를 중심으로 고등학생들의 스트레스 인지 관련 요인을 찾고 학교 유형별로 비교 분석하여 고등학생에 대한 세밀한 스트레스 증재 및 교육에 필요한 방향을 제시하고자 하였다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 목적은 일반계 및 특성화 고등학생들의 스트레스 인지와 관련된 요인을 파악하는 것이며, 구체적인 목표는 다음과 같다.

- 일반계 및 특성화 고등학교 학생들의 스트레스 인지와 관련된 일반적 특성, 건강행태 특성 및 건강상태 특성을 파악한다.
- 유형별 고등학생들의 스트레스 인지 관련 요인과 스트레스 인지와의 관계를 파악한다.
- 스트레스 인지와 관련된 요인이 고등학교 유형에 따라 나타나는 양상을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구설계

본 연구는 교육부, 보건복지부 그리고 질병관리본부에서 주관한 제14차 청소년건강행태조사의 원시자료 사용에 대한 승인을 받아 고등학교 유형별 고등학생의 건강행태와 스트레스 인지와의 관계를 규명하고자 이차적으로 분석한 연구이다.

2.2 연구대상

본 연구는 2018년도에 실시한 제14차 청소년건강행태조사의 원시자료 중 연구 목적에 부합하는 일부를 이용하였다. 본 조사는 전국을 44개의 지역군(대도시, 중소도시, 군 지역)으로 나눈 뒤 모집단 층화, 표본배분, 표본추출 단계를 거쳐 전국 400개 표본 중학교와 400개의 표본 고등학교에서 1개의 표본학급을 선정하여 학생 전원을 대상으로 조사가 이루어졌다. 장기결석, 특수아동 및 문자해독장애 학생은 표본학생에서 제외하였다. 고등학교 유형은 일반계고(일반고, 자율고, 과학고, 외국어·국제고 및 예술고·체육고)와 특성화계고(특성화고 및 마이스터고)로 구분하였다. 조사는 표본 중고등학교 재학생 62,823명을 대상으로 하여 60,040명이 조사에 참여하여 학생 수 기준 95.6%의 참여율을 보였다. 세종시의 경우 고등학교 출출률이 높아 학교 유형(일반계고/특성화고) 변수 공개시 조사 대상학교명을 추정할 수 있어 학교 유형 변수가 모두 결측 처리되었다. 따라서 본 연구는 세종시를 제외한 고등학생만을 대상으로 하여 29,380명(남학생 14,868명, 여학생 14,512명)의 자료를 대상으로 분석하였다. 각 조사항목에서 미응답, 기타 또는 모름 등으로 응답한 경우 결측 처리하여 분석에서 제외하였다.

2.3 연구변수

2.3.1 스트레스 인지

스트레스 인지는 원시자료에서 '평상시 스트레스를 얼마나 느끼고 있습니까?'의 단일문항에 대한 5단위 척도 응답을 통해 측정하였다. 이 문항에서 수치가 낮을수록 스트레스의 주관적 인지의 크기는 큼을 의미한다.

2.3.2 일반적 특성

지역, 성별, 학년, 주관적인 학업성적, 부모의 학력, 가정의 경제상태 및 거주형태를 변수로 선택하여 원시자료로부터 추출하였다. 지역은 '대도시'와 '대도시 외'로 구분

하였다. 학업성적과 경제상태, 주관적 학업성적은 5단위 척도를 '상', '중', '하'의 3단위 척도로 재분류하였으며 부모의 학력은 '대학 학력 이상'과 '고등학교 졸업 이하'로 분류하였다. 거주형태는 5가지 유형을 '가족과 동거'와 '가족과 동거하지 않음'으로 재분류하였다.

2.3.3 건강행태 특성

현재 흡연, 음주, 신체활동, 주중 학습목적으로 앉아서 보낸 시간, 아침 결식 여부 및 학습목적 외 주중 인터넷 이용 시간을 분석 대상 변수로 채택하였다. 흡연과 음주는 청소년건강행태조사 원시자료이용지침서의 지표 정의에 따라 최근 30일 동안, 흡연(음주)을 한 날이 1일 이상인 경우로 분류하였다. 신체활동은 하루 60분 이상 신체활동을 한 날이 최근 7일 동안 1일이라도 있는 경우와 아닌 경우로 분류하였다. 아침 결식 여부는 최근 7일 동안 아침 결식이 5일 이상인 경우로 분류하였다. 주중 앉아서 보낸 시간은 최근 7일 동안 주중에 학습목적으로 앉아서 보낸 하루 평균 시간으로 9시간을 기준으로 초과하는 경우와 그렇지 않은 경우로 분류하였다. 학습목적 외 주중 인터넷이용 시간 하루 평균 2시간을 기준으로 초과와 이하로 분류하였다.

2.3.4 건강상태 특성

비만도, 우울감 경험, 주관적 수면충족, 주관적 건강인지, 주관적 체형 인지를 변수로 선택하여 분석하였다. 주관적 수면충족은 최근 7일 동안 잠을 잔 시간이 피로회복에 충분하다고 느끼거나 그렇지 않은 경우로 분류하였다. 비만도는 대한비만학회 비만진료지침에 따라 체질량지수 18.5미만을 저체중으로 18.5부터 22.9까지를 정상, 23부터를 과체중 및 비만으로 분류하였다. 주관적 건강인지와 주관적 체형 인지는 5단위 척도를 각각 '건강하다', '보통이다', '건강하지 못하다'와 '마른 편이다', '보통이다', '살이 찐 편이다'의 3단위 척도로 재분류하였다.

2.4 분석방법

통계분석 도구로 SPSS 23.0이 사용되었다. 스트레스에 영향을 줄 가능성이 있는 변수들을 구체적으로 일반적 특성, 건강행태 특성, 건강상태 특성 등 3개의 범주로 구분하여 각 요인들이 고등학교 유형에 따라 학생들의 스트레스 인지에 어떠한 영향을 주는지 분석하였다. 구체적인 분석 방법은 다음과 같다.

첫째, 고등학생의 학교 유형별 일반적 특성과 건강행

태 특성, 건강상태 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 시행하였다.

둘째, 일반적 특성, 건강행태 특성 및 건강상태 특성에 따른 스트레스 인지의 차이를 확인하고자 하였다. 요인별 세부 집단의 스트레스인지 정도를 파악하기 위하여 독립표본 t-검증 또는 변량분석(ANOVA)을 시행하였다. 학교 유형의 차이와 각 비교 요인이 세부 집단의 스트레스 인지에 상호작용이 있는지를 확인하기 위하여 이원분산분석(Two way ANOVA)을 시행하였다.

셋째, 각 요인이 스트레스 인지와 관련이 있는 정도를 파악하기 위하여 주요 요인에 대하여 상관분석 및 다중회귀분석을 시행하였다.

3. 연구결과

3.1 연구대상자의 인구사회적 특성

연구대상자 총 29,380명 중에서 일반계 고등학교 학생(일반계고 학생)은 23,882명이었고, 특성화 고등학교 학생(특성화고 학생)은 2,734명이었다. 대도시 거주 비율은 일반계고 학생은 52%였고 특성화고 학생은 49.7%였다. 성별은 일반계고 학생에서는 각 50%로 같은 비율이었으나 특성화고 학생은 남학생이 53.1%로 다소 높았다. 아버지와 어머니의 학력은 일반계고 학생에서 각각 68.2%, 61.1%가 대학 졸업 이상이었으나 특성화고 학생에서는 각각 40.4%, 37.5%로 일반계고 학생 부모의 학

Table 1. Comparison of stress perception by group between academic high school and vocational high school

Variables	Categories	Academic High School			Vocational High School				Interaction		
		N(%)	M	SD	t or F	N(%)	M	SD	t or F	F	
General	Metropolitan	Yes	12,408(52.0)	2.62	.950	1.057	2,734(49.7)	2.68	1.001	1.862	1.634
		No	11,474(48.0)	2.60	.954		2,764(50.3)	2.63	.979		
	Sex	Male	11,947(50.0)	2.81	.967	33.806**	2,921(53.1)	2.89	.992	19.683**	13.311**
		Female	11,935(50.0)	2.41	.891		2,577(46.9)	2.38	.916		
	School year	1	7,345(30.7)	2.65	.952	17.905**	1,773(32.2)	2.69	1.010	2.441	4.202*
		2	8,061(33.8)	2.63	.958		1,828(33.2)	2.62	.988		
		3	8,476(35.5)	2.56	.943		1,897(34.5)	2.65	.972		
	Subjective recognition of accomplishment	High	7,938(33.3)	2.66	.962	40.815**	2,015(36.7)	2.73	.975	10.343**	1.033
		Middle	7,338(30.7)	2.64	.918		1,534(27.9)	2.66	.964		
		Low	8,606(36.0)	2.54	.966		1,949(35.4)	2.58	1.020		
	Father's education	University or more	13,882(68.2)	2.61	.947	-.027	1,575(40.4)	2.71	.996	2.576	5.870*
		High school or less	6,463(31.8)	2.61	.941		2,322(59.6)	2.62	.970		
Mother's education	University or more	12,629(61.1)	2.61	.950	.603	1,512(37.5)	2.72	1.011	4.007**	6.385**	
	High school or less	8,046(38.9)	2.60	.936		2,518(62.5)	2.59	.965			
Economic status	High	8,982(37.6)	2.69	.977	131.089**	1,330(24.2)	2.80	1.050	55.043**	1.225	
	Middle	11,417(47.8)	2.62	.917		2,744(49.9)	2.71	.939			
	Low	3,483(14.6)	2.38	.962		1,424(25.9)	2.42	.990			
Living type	With family	21,885(91.6)	2.62	.948	2.685**	4,778(86.9)	2.66	.987	.416	1.041	
	Without family	1,997(8.4)	2.55	.988		720(13.1)	2.64	1.013			
Smoking	Yes	1,891(7.9)	2.58	1.020	1.215	934(16.9)	2.54	1.048	3.793**	7.263**	
	No	21,991(92.1)	2.61	.946		4,564(83.1)	2.68	.976			
Drinking	Yes	5,196(21.8)	2.52	.980	7.700**	1,887(34.3)	2.52	.983	7.097**	6.846**	
	No	18,686(78.2)	2.64	.942		3,611(65.7)	2.72	.987			
Physical Activity	Yes	14,697(61.5)	2.67	.945	-11.437**	3,427(63.0)	2.70	.983	-4.102**	1.172	
	No	9,185(38.5)	2.52	.956		2,071(37.0)	2.58	.997			
Sitting time	> 9 hours	12,290(53.8)	2.54	.926	12.006**	1,229(27.0)	2.52	.942	5.582**	.701	
	≤ 9 hours	10,574(46.2)	2.69	.970		4,010(73.0)	2.70	.995			
Skipping breakfast	≥ 5 days	7,702(32.3)	2.53	.965	-8.899**	2,323(42.3)	2.56	.981	-6.189**	2.760	
	< 5 days	16,180(67.7)	2.65	.943		3,175(57.7)	2.73	.991			
Time spent for internet usage	> 2 hours	6,031(35.0)	2.51	.944	-7.929**	1,741(47.5)	2.57	.996	-3.938**	.056	
	≤ 2 hours	11,198(65.0)	2.63	.919		1,923(52.5)	2.70	.944			
Body mass index	Underweight	3,272(14.1)	2.59	.953	1.238	741(14.1)	2.65	.981	.161	.062	
	Normal	12,512(54.0)	2.62	.932		2,600(49.4)	2.67	.990			
	Overweight	7,405(31.9)	2.62	.962		1,918(36.5)	2.66	.979			
Depression	Yes	6,896(28.9)	2.05	.952	63.532**	1,536(27.9)	2.02	.877	32.802**	9.733**	
	No	16,986(71.1)	2.84	.985		3,962(72.1)	2.90	.920			
Subjective sleep satisfaction	Yes	3,603(15.1)	3.06	1.007	29.510**	1,118(20.3)	3.14	1.019	19.013**	5.108*	
	No	20,279(84.9)	2.53	.919		4,380(79.7)	2.53	.943			
	Healthy	16,225(67.9)	2.79	.927		3,639(66.2)	2.86	.965			
Subjective awareness of health status	Moderate	5,573(23.3)	2.35	.862	1156.960**	1,366(24.8)	2.37	.890	316.814**	2.844	
	Poor	2,083(8.7)	1.91	.889		493(9.0)	1.89	.860			
	Thin	5,696(23.8)	2.69	.965		1,297(23.6)	2.72	.998			
Subjective awareness of body form	Moderate	8,431(35.3)	2.68	.932	109.136**	1,798(32.7)	2.76	.996	28.571**	1.238	
	Fat	9,755(40.9)	2.50	.951		2,403(43.7)	2.54	.970			

*p<.05, **p<.01

력이 높은 경향을 보였다. 가정의 경제상태가 '상'인 비율은 일반계고 학생이 37.6%였으나 특성화고 학생에서는 24.2%로 나타났다[Table 1].

3.2 주관적 스트레스 인지

스트레스 인지는 5점 척도로 1. 대단히 많이 느낀다, 2. 많이 느낀다, 3. 조금 느낀다, 4. 별로 느끼지 않는다, 5. 전혀 느끼지 않는다 중 하나의 응답으로 측정되었다. 전체 고등학생들의 평균 스트레스 인지는 2.62(SD=.959)로 나타났으며, 학교 유형별 분석 결과 일반계고 학생의 평균 스트레스 인지는 평균 2.61(SD=.952)로 나타났고 특성화고 학생의 스트레스 인지는 평균 2.65(SD=.990)로 일반계고 학생의 스트레스 인지가 유의하게 높았다($t=-3.036, p<.01$).

3.3 일반적 특성에 따른 스트레스 인지

일반계고 및 특성화고 학생에서 거주 도시 규모에 따른 스트레스 인지의 차이는 없었다. 일반계고 학생($t=33.806, p<.01$)과 특성화고 학생($t=19.683, p<.01$)에서 모두 여학생이 통계적으로 유의하게 높은 스트레스 인지를 보였다. 학교 유형에 따른 성별 간 스트레스 인지는 유의한 차이가 있었다($F=13.311, p<.01$). 학년에 따

른 스트레스 인지의 차이는 일반계고에서 3학년이 유의하게 높게($F=40.815, p<.01$) 나타났다. 성적과 경제상태에 따른 스트레스 인지는 일반계고 학생과 특성화고 학생에서 모두 유의하게 차이가 있었으나 학교 유형에 따라 성적 및 경제상태가 스트레스 인지와 관련되는 정도는 유의한 차이가 없었다. 부모의 학력에 따른 스트레스 인지의 차이는 일반계고 학생에서는 집단 간 유의한 차이가 없었으나 특성화고 학생에서는 아버지($t=2.576, p<.05$) 및 어머니($t=4.007, p<.01$)의 학력이 고등학교 졸업 이하인 집단에서 스트레스 인지가 높았다[Table 1].

3.4 건강행태 특성에 따른 스트레스 인지

흡연 여부는 일반계고 학생에서는 스트레스 인지와 유의한 관련이 없었으나 특성화고 학생에서는 유의한 관련이 있었다($t=3.793, p<.01$). 두 학교 유형 모두 신체활동이 적은 경우와 주중 학습목적으로 앉아서 보내는 시간이 많은 경우에 스트레스 인지가 유의하게 높았다.

학교 유형에 따른 요인별 차이는 유의하지 않았다. 아침을 결식하는 경우 일반계고 학생($t=8.899, p<.01$) 및 특성화고 학생($t=-6.189, p<.01$)에서 모두 유의하게 스트레스 인지가 높았다. 일반계고 학생($t=-7.929, p<.01$)

Table 2. Correlation analysis among variables for each high school type

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
A	1:	1	.361**	.059**	-.119**	.056**	-.056**	.021**	.079**	-.018**	.010	-.030**
	2:		1	.052**	-.074**	.062**	-.064**	.025**	.123**	-.035**	.021**	.005
	3:			1	-.052**	-.055**	.040**	.066**	-.001	.033**	-.108**	-.021**
	4:				1	-.059**	.103**	-.020**	.018**	-.093**	.037**	.027**
	5:					1	-.077**	.005	.050**	-.029**	.053**	.026**
	6:						1	-.011	-.052**	.004	-.074**	-.045**
	7:							1	-.017*	.027**	-.004	.679**
	8:								1	-.103**	.198**	.034**
	9:									1	-.105**	-.007
	10:										1	.070**
	11:											1
B	1:	1	.388**	.006	-.111**	.083**	-.051**	-.010	.095**	-.050**	.007	-.043**
	2:		1	.012	-.036**	.073**	-.035*	-.016	.139**	-.089**	.035**	.002
	3:			1	.020	-.055**	.046**	.043**	.021	.010	-.077**	-.016
	4:				1	-.067**	.062**	-.009	.030*	-.074**	.038**	.044**
	5:					1	-.097**	-.008	.057**	-.058**	.061**	.024
	6:						1	.008	-.057**	.008	-.094**	-.007
	7:							1	-.034*	.005	-.020	.710**
	8:								1	-.153**	.220**	.018
	9:									1	-.157**	-.031*
	10:										1	.067**
	11:											1

A: Academic High School, B: Vocational High School

1: Smoking, 2: Drinking, 3: Physical Activity, 4: Sitting time, 5: Skipping breakfast, 6: Time spent for internet usage, 7: Body mass index, 8: Depression, 9: Subjective sleep satisfaction, 10: Subjective awareness of health status, 11: Subjective awareness of body form

* $p<.05$, ** $p<.01$

Table 3. Multiple Regression Analysis

Categories	Academic High School			Vocational High School		
	B	SE	β	B	SE	β
Sex	-.217**	.015	-.117	-.254**	.036	-.131
School year	-.009	.008	-.008	.000	.021	.000
Subjective recognition of accomplishment	-.001	.001	-.010	-.004	.002	-.031
Father's education	.031	.017	.016	-.003	.038	-.002
Mother's education	.016	.014	.009	-.080**	.031	-.050
Economic status	-.027**	.005	-.039	-.030*	.013	-.043
Living type	-.006	.026	-.002	-.033	.050	-.012
Smoking	-.018	.015	-.009	-.048	.027	-.033
Drinking	-.006	.009	-.005	-.012	.019	-.011
Physical Activity	.023	.015	.012	.034	.035	.017
Time spent sitting	.000**	.000	-.062	.000**	.000	-.091
Fasting breakfast	-.028	.015	-.014	-.070*	.035	-.035
Internet using time	.026	.015	.013	.024	.034	.012
Depression	-.612**	.016	-.300	-.615**	.039	-.287
Subjective recognition of sleep satisfaction	.366**	.020	.137	.348**	.045	.139
Subjective awareness of health status	-.145**	.005	-.206	-.150**	.013	-.207
Subjective awareness of body form	-.023**	.004	-.039	-.011	.011	-.018
F		265.960**			57.182**	
R ²		.244			.283	

*p<.05, **p<.01

과 특성화고 학생($t=-3.938, p<.01$)에서 모두 학습목적 외 인터넷이용 시간이 많을수록 높은 스트레스 인지와 관련이 있었다[Table 1].

3.5 건강상태 특성에 따른 스트레스 인지

객관적인 비만도는 스트레스 인지와 유의한 관련이 없었다. 그러나 주관적인 체형 인식은 일반계고 학생($F=109.136, p<.01$)과 특성화고 학생($F=28.571, p<.01$)에서 모두 유의하게 스트레스 인지와 관련이 있었고 '살이 찐 편'으로 인식할수록 스트레스 인지가 높았다. 우울감 경험, 주관적 수면충족 및 주관적 건강인지는 일반계고 학생과 특성화고 학생에서 모두 유의하게 스트레스 인지와 관련이 있었다. 우울감 경험($F=9.733, p<.01$)과 주관적 수면충족 ($F=5.108, p<.05$)에서 학교 유형에 따라 스트레스 인지 차이가 유의하게 나타났다[Table 1].

3.6 주요 요인 간 상관관계

건강행태 및 건강상태 관련 요인들의 상관분석 결과, 비만도와 주관적 체형인지($r=.679, p<.01; r=.710, p<.01$), 음주와 우울감 경험($r=.123, p<.01; r=.139, p<.01$)이 정적 상관관계를 가지는 것으로 나타났다. 반

대로 흡연과 주중 학습목적으로 앉아서 보내는 시간($r=-.119, p<.01; r=-.111, p<.01$)은 부적 상관관계를 가지는 것으로 나타났다[Table 2].

3.7 각 요인 특성과 스트레스 인지와와의 관계

일반계고 학생과 특성화고 학생 집단의 각 요인이 스트레스 인지와 관련된 정도를 확인하기 위한 다중회귀분석에서 가장 설명력이 높은 요인은 두 학교 유형에서 모두 우울감 경험($\beta=-.300, p<.01; \beta=-.287, p<.01$)이었고 다음으로 주관적 건강상태 인지($\beta=-.206, p<.01; \beta=-.207, p<.01$)였다. 그 밖에 주관적 수면충족($\beta=.137, p<.01; \beta=.139, p<.01$)과 성별($\beta=-.117, p<.01; \beta=-.131, p<.01$) 순으로 설명력이 있었다[Table 3].

4. 논의 및 결론

본 연구에서는 일반계 고등학교와 특성화 고등학교 학생들의 스트레스 인지 정도와 스트레스 인지와 관련이 있는 요인들을 파악하고 요인 및 학교 유형별 스트레스 인지 정도를 비교하고자 하였다. 연구결과를 토대로 각 학교 유형과 집단 특성에 따른 고등학생들의 스트레스

증재에 대하여 제안하고자 한다. 제14차 청소년건강행태 조사를 바탕으로 각 학교 유형별 스트레스 인지 정도를 비교한 결과 일반계 고등학생 집단의 스트레스 인지가 특성화 고등학생에 비하여 유의하게 높게 측정되었다. 이는 청소년 스트레스의 주요 원인이 학업과 관련되어 있다는 선행연구에서 보고된 바와 일치한다[9,11,20].

세부적으로 일반적 요인의 학년 분석에서 학업 부담이 큰 일반계고 3학년 학생들의 스트레스 인지가 유의하게 높게 나타났고 이는 학업이 스트레스 인지와 관련이 있음을 시사한다[21]. 반면 특성화고에서 학년에 따른 스트레스 인지의 차이는 유의하지 않았다. 즉, 일반계고에서는 스트레스 증재를 위한 자원을 상대적으로 3학년 학생에게 집중하고 특성화고에서는 학년 전체에 골고루 분배하는 것이 효과적이라 판단된다. 성별에 따른 스트레스 인지는 여학생에서 높았다. 이는 남자 청소년보다는 여자 청소년이 상대적으로 스트레스에 취약하다는 선행연구의 결과와 일치하는 것으로 여학생의 스트레스 증재를 위한 정책적인 노력이 지속적으로 필요할 것으로 보인다 [10,11]. 그러나 성별에 따른 스트레스 인지는 학교 유형에 따라 유의하게 차이가 있었으며 특성화고 학생에서 일반계고 학생에 비해 성별에 따른 스트레스 인지 차이가 큰 것으로 나타났다. 비교 집단 중 가장 유의하게 스트레스 인지가 높은 특성화 고등학교 여학생 집단의 경우 스트레스를 유발할 수 있는 세부 요인에 관한 연구가 필요할 것으로 판단된다.

선행연구에서는 부모의 학력 수준은 스트레스, 자아존중감과 관련이 있다고 보고하고 있다[15]. 본 연구에서 일반계고 학생은 부모의 학력에 따른 스트레스의 차이가 없었으나 특성화고 학생은 부모의 학력이 낮을수록 스트레스 인지가 유의하게 높았다. 이는 부모의 낮은 학력이 특성화고 학생에서 특별히 스트레스 인지와 관련이 높을 가능성을 시사한다. 두 학교 유형에서 공통으로 부정적인 가정의 경제상태 및 가족과 동거하지 않는 상황에서 높은 스트레스 인지와 관련이 나타났다. 부모의 정서적 지지와 경제적 지지 여건이 열악한 학생들이 스트레스에 취약할 가능성을 스트레스 증재 과정에서 세밀하게 고려하여야 할 것으로 보인다.

다수의 선행연구에서는 신체활동과 수면을 청소년들의 스트레스 인지 관련 요인으로 보고하고 있다[22,23]. 건강행태 요인 중 앞서서 생활하는 시간은 일반계고 학생에서 높은 비율을 보였으나 앞서서 생활하는 시간이 많을수록 그리고 주관적 수면충족이 낮을수록 두 학교 유형에서 모두 스트레스 인지와 유의한 관계가 있어 선

행연구의 결론과 일치하였다. 또한, 신체활동이 있는 집단에서 스트레스 인지 정도가 낮은 분석 결과를 종합하면 앞서서 학습하는 환경에 변화를 모색하고 가능한 높은 수면충족이 실현될 수 있도록 학교 일과 및 교육과정 개발에 배려가 필요할 것으로 보인다. 흡연과 음주 여부에 대한 분석에서는 선행연구에서 보고한 바와 같이 흡연과 음주를 하는 학생 집단에서 그렇지 않은 집단에 비해 스트레스 인지와 높은 관련이 나타났다[24,25]. 즉, 스트레스가 일탈 행동을 유도할 수 있으므로 청소년 보건 지도에 대한 방향은 일탈 학생들에 대한 징벌적 계도보다 스트레스 증재를 통한 일탈의 예방을 보다 강조할 필요가 있다. 그러나 흡연과 음주에 의한 스트레스 인지 정도는 학교 유형에 따라 유의하게 차이가 나타났다. 이는 흡연이나 음주는 또래 집단에서의 관계 속에서 노출될 가능성이 있으므로 흡연 또는 음주 학생 빈도가 높은 유형의 학교에서 상대적으로 쉽게 노출되기 때문으로 보인다[24].

건강상태 요인에서는 두 학교 유형에서 모두 우울감 경험이 있는 경우 유의하게 스트레스 인지가 높았다. 다수의 선행연구에서 우울감은 청소년들의 스트레스 인지와 직접 관련이 있다고 보고하고 있다[26]. 본 연구에서는 특성화고 학생에서 우울감 경험에 대한 스트레스의 인지 정도 차이가 일반계고 학생에 비해 큰 것으로 나타났다. 따라서 특성화고에서 우울감을 느끼는 학생에 대한 집중적인 스트레스 증재가 필요할 것으로 보인다. 또한, 건강하지 못하다고 생각할수록 스트레스 인지 정도가 높았으나, 특성화고 학생 집단에서 건강하지 못하다고 느끼는 학생들의 비율 및 스트레스 인지 정도가 상대적으로 높았다. 이는 특성화 고등학교 학생 중 건강하지 못하다고 느끼는 집단이 가정, 학교와 사회에서 상대적으로 적절한 관심과 보살핌을 받지 못하고 있을 가능성을 시사한다. 비만과 스트레스 인지는 흥미로운 결과를 보여준다. 객관적인 비만도와 스트레스 인지는 유의한 관련이 없었다. 그러나 주관적으로 살이 쪼 났다고 인지할수록 두 학교 유형에서 모두 스트레스 인지가 유의하게 높았다. 과제중으로 인지할수록 스트레스 인지에 유의한 영향을 주는 것으로 보이며 올바른 체형 인식에 관한 교육이 스트레스 증재에 도움이 될 것으로 보인다[27].

주요 요인들에 대한 다중회귀분석에서 두 학교 유형에서 공통으로 우울감 경험, 주관적 건강상태 인지, 주관적 수면충족 그리고 성별 순으로 스트레스 인지에 대한 설명력을 나타냈다. 즉, 일부 요인들이 두 학교 유형에서 공통으로 스트레스 인지와 관련이 있는 것으로 나타났으나

공통 요인 중 일부가 스트레스 인지에 영향을 미치는 양상은 학교 유형에 따라 다르게 나타났다.

본 연구는 표본 추출에 의한 청소년의 건강행태조사 자료를 분석한 연구로써 일반적 특성, 건강행태 특성 및 건강상태 특성의 선행연구를 바탕으로 일반계고와 특성화고 학생들의 스트레스 인지와 요인들의 관계를 실증적으로 비교 분석하였다는 점에서 의미가 있다. 그러나 스트레스 인지와 관련이 있는 다른 내재적 요인들을 분석 대상에 포함하지 못한 한계를 지니고 있다.

이상을 종합해 볼 때 일반계고 학생과 특성화고 학생의 스트레스 인지와 관련된 다수의 공통적인 요인들과 일부의 집단 특이적인 요인들을 확인하였고 일부 공통 요인별 스트레스 인지 정도는 학교 유형에 따라 다른 양상으로 나타남을 알 수 있다. 따라서 고등학교 학생들의 스트레스 증재를 위한 정책에서 학교 집단의 특성을 충분히 파악하여 반영할 필요가 있다. 향후 세부 집단 특성과 관련있는 스트레스 인지 관련 요인을 분석하고 정책에 반영하기 위해서는 보다 체계적인 설문 문항에 근거한 세부 집단별 분석 연구가 필요할 것이다.

References

- [1] M. H. Gang., J. S. Kwon, K. G. Oh, "Influencing factors of resilience of adolescents according to stress", Korean Journal of Stress Research. Vol. 20, No.3, pp.187-198, 2012.
- [2] C. Y. Woo, H. H. Chung, "The Structural Relationship among the related variables of Adolescents' Delinquency", Korean Journal of Youth Studies, Vol.20, No.6, pp.147-168, Jun. 2013.
- [3] E. H. Lee, Y. I. Kim, H. G. Geun, Y. S. Lee, "Effects of Academic Stress, Somatization Symptoms, and Social Support on Coping Responses in High School Students", Journal of the Korean Society of School Health, Vol.28, No.2, pp.56-66, Aug. 2015.
- [4] S. S. Lee, M. S. Je, "The factors related to stress among high school students", Journal of The Korean Society of Maternal and Child Health, Vol.22, No.1, pp.47-58, Jan. 2008.
DOI: <https://doi.org/10.21896/iksmch.2008.12.1.47>
- [5] Statistics Korea. Korean Social Trends Statistics 2015, Statistics Korea, Korea, pp.14-15
- [6] K. R. Jeon, J. J. Ko. "A Study on the Perceived Level of Stress of Adolescence and the Method of Coping to Stress", Journal of Korean Home Management Association, Vol.14, No.4, pp.219-232, 1996.
- [7] Y. S. Lim, "Risk Factors, Assessment, and Prevention of Adolescents' Suicide", Journal of Future Oriented Youth Society, Vol.1, No.1, pp.88-109, 2004.
- [8] S. Kim, H. Lee, S. Lim, "Relations of Family System Types, School Adjustment, and Behavior Problems in Adolescents", Korean Home Economics Education Association, Vol.20, No.4, pp.1-17, Dec. 2008.
- [9] S. H. Kang, E. J. Jung, "A study on the relationship among stress, academic achievement and mental hygiene of high school students", The Korean Journal of Educational Psychology, Vol.13, No.4, pp.405-424, Dec. 1999.
- [10] H. Park, J. Han, N. Lee, "The Association of Health Behaviors with Stress Perception among High School Students in Korea: Based on 2015 Korean Youth Risk Behavior Survey", Journal of Korean Academy of Community Health Nursing, Vol.29, No.1, pp.87-96, Mar. 2018.
DOI: <https://dx.doi.org/10.12799/ikachn.2018.29.1.87>
- [11] H. Wie, "A Study on the Factors Affecting the Stress for Adolescents", Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing, Vol.14, No.2, pp.129-138, Jun. 2005.
- [12] S. Kwak, "A study on life satisfaction of elementary and junior high school students", Korean Journal of Sociology of Education, Vol.17, No.1, pp.1-21, 2007.
DOI: <https://doi.org/10.32465/ksocio.2007.17.1.001>
- [13] C. Y. Woo, A. C. Park, H. H. Jeong, "The Structural Relationship among Human Relations, Stress, Depression and Suicidal Ideation of Adolescents by genders and Level of school", The Korean Journal of Educational Psychology, Vol.24, No.1, pp.19-38, Mar. 2010.
- [14] W. H. Lee, A. Cho, "The Difference of Smoking, Drinking, Stress and Social Support among Three Categories of Youth", Journal of Adolescent Welfare, Vol.9, No.1, pp.17-37, 2007.
- [15] J. H. Hong, S. Y. Kim, "Correlation between Eating Behavior and Stress Level in High School Students", Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition, Vol.43, No.3, pp.459-470, 2014.
- [16] S. Lee, "Differences in Academic Stress and Self-esteem among Teenager according to Their Parents' Academic Background and Job", The Journal of Humanities and Social science 21, Vol.21, No.4, pp.1213-1226, Aug. 2017.
DOI: <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.8.4.62>
- [17] H. Lee, "Relation of the Self differentiation, Self esteem and Mental Health in Adolescents", Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing, Vol.20, No.2, pp.199-207, Jun. 2011.
- [18] M. J. Lee, C. K. Lim, J. J. Ryu, "The Effect of the Stress, Anxiety and Depression on Somatization : focused on specialized vocational high school students", The Journal of Welfare Administration, Vol.30, No.0, pp.109-133, Dec. 2014.

- [19] J. Lee, C. Jyung, "Variables Associated with Employment Barriers of Specialized Vocational High School Students", *Journal of Agricultural Education and Human Resource Development*, Vol.42, No.1, pp.25-47, 2010.
- [20] H. Kang, S. Kang, E. Lim, "Exploring the Structural Relationship among Academic Stress, Hope, Intrinsic Motivation and Academic Burn-out of High School Student and the Gender Difference", *Asian Journal of Education*, Vol.15, No.4, pp.1-27, Dec. 2014.
- [21] Statistics Korea. Characteristics of high school 3rd grade students in Korea through social survey 2010, Statistics Korea, pp.1-3
- [22] J. Yoo, K. Kim, "The effect of Physical Activities on the mental health in Korean Middle School Adolescents: Based on the Web-based Survey on Adolescents Health Behavior from 2013", *Journal of Digital Convergence*, Vol.12, No.11, pp.395-405, Nov. 2014.
DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2014.12.11.395>
- [23] E. Noh, J. Park, C. Choi, "Relationship between High School Students' Awareness of Mental Health and Subjective Quality of Sleep", *Korean Journal of Health Education and Promotion*, Vol.27, No.3, pp.67-74, Sep. 2010.
- [24] B. Lee, H. Jung, "Gender Differences in Influences of Adolescents' Smoking on the Stress Level", *The Journal of Korean Society of School Health*, Vol.24, No.1, pp.81-88, 2011.
- [25] I. K. Chang, Study on Relation of Drinking Behavior with Stress, Alcohol Expectancy of Adolescents, Master's thesis, Ewha Womans University, pp.5-17.
- [26] S. M. Kim, H. Y. Ko, S. H. Park, E. J. Yang, "Factors Related to Depression of Children and Adolescents in South Korea: A Meta-Analysis", *The Korean Journal of Culture and Social Issues*, Vol.18, No.4, pp.533-555, Nov. 2012.
- [27] J. E. Lee, S. Auh, I. Jung, J. Kim, "The effects of body appearance satisfaction and self-esteem on the perceived obesity stress in adolescence in Seoul area :A latent model test", *Korean Home Economics Education Association*, Vol.24, No.4, pp.105-116, Dec. 2012.

임 서 영(Seo Young Yim)

[정회원]



- 2014년 2월 : 고려대학교 영어교육학과 (문학사)
- 2014년 3월 ~ 2018년 2월 : 신탄중앙중학교 교사
- 2018년 3월 ~ 2020년 2월 : 대전국제통상고등학교 교사
- 2020년 3월 ~ 현재 : 대전고등학교 교사

<관심분야>

청소년, 학교보건, 영어교육