

초등학생이 일상생활 중 경험하는 스트레스 측정 도구 개발

정승희 · 정영숙

진북대학교 의과대학 간호학과

The Development of a Stress Measurement Tool for School Children in Chon-buk Area

Seung Hee Chung and Young Suk Chung

Department of Nursing, Chonbuk National University

ABSTRACT

The purpose of this study was to propose the baseline data for the development of a stress measurement tool for primary school students. The data were collected from 650 students from four primary schools in the Chon-buk area from April 1 to May 30, 1995. Through a pretest and literature review a questionnaire was designed with 57 stressors experienced by school children in daily life. Reliability of the tool was tested by a Cronbach's alpha and the result was $\alpha=.9137$. Factor analysis was applied to organize the 57 items together. As the result, 8 factors were obtained and these factors explained 40% of the variance. The 8 factors were: 1) Life events related to family, 2) Conflict related to friend & senior or junior, 3) Educational attitude of parents, 4) Own personality, 5) School life events, 6) Scolding by teacher and parent, 7) Conflict with interpersonal relationship, and 8) Change of situation.

I. 서 론

1. 연구의 필요성

현대사회에서 스트레스는 인간존재의 기본요인으로 간주되고 인간생활에 있어 보편적인 말로 불려지고 있으나 사회구조가 복잡해지고 과학기술과 지식이 급속히 발전함에 따라 현대인들은 다른 어떤 세대 사람보다 스트레스라는 용어를 자신의 삶에 밀착하여 생활하고 있다(이소우, 1984). 아동 및 청소년도 예외가 아니어서 대학입시를 정점으로 한 과도한 경쟁, 부정입학, 고가의 과외성행, 학군제, 개방된 영상매체 등으로 인한 사회문제 유발은 국가경제나 청소년 교육에 악영향을 미치게 되었고 이것은 해마다 자연평화되고 있는 추세이며(김무재외, 1993) 청소년 및 아동들에게는 커다란 스트레스원으로 작용되고 있다.

더욱이 아동기 및 청소년기는 급속한 신체적·정신적 성숙으로 인한 심리적 갈등과 적응상의 문제점을 안고 있는 시기이기 때문에 성인들보다도 예민하게 일상생활에서 스트레스를 경험한다는 것은 주지의 사실이며 생활과정에서 생기게 되는 스트레스가 감당하기 어려운 정도이거나 그 상태가 오래 지속되어 부적응 상태가 되면 개인의 건강을 위협하고 질병을 유발하게 된다(강지숙, 1984).

따라서 학교지역사회 간호사업을 담당하고 있는 양호교사는 그들의 간호대상자인 아동들이 경험하는 스트레스의 종류와 정도를 명백히 파악할 수 있다면 그 요인을 조절하여 아동들이 스트레스에 잘 대처할 수 있도록지지체계를 확립할 수 있는 가장 중심적인 위치에 있다고 본다. 그러나 1990년 이래 국내 간호계의 스트레스에 관한 연구논문 196편중 정상아동을 대

상으로 실시한 연구는 단 4편뿐이고(이은옥, 1992) 이들 연구에서 사용한 스트레스 측정 도구들도 타당도와 신뢰도를 검증하여 개발한 도구가 아니어서 아동들의 특성과 거주환경에 맞도록 고안되고 폭넓게 스트레스를 측정할 수 있는 도구 개발이 필요하다고 보아 연구를 시도하였다.

2. 연구의 목적

본 연구에서는 학동기 아동들이 일상생활 중에 경험하는 스트레스원과 그 정도를 정확히 측정할 수 있는 타당성과 신뢰도가 높은 도구개발을 위한 기초자료를 제공하고자 연구를 시도하였으며 그 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 초등학교 아동들의 일상생활 스트레스를 측정할 수 있는 기초 도구를 개발한다.
- 2) 개발된 도구의 타당도와 신뢰도를 검증하고 이를 분석한다.

3. 용어의 정의

• 일상생활 스트레스 : 초등학교 4,5,6학년 아동이 일상생활 중에 생리적·심리적·사회적 장애를 받을 정도로 부담을 느끼는 상태

4. 연구의 제한점

- 1) 1개 도지역에 소재한 시지역 초등학교 2 개교와 군지역 2개교만을 대상학교로 선정한 점
- 2) 문장이해력과 질문답변 능력을 고려하여 초등학교 1, 2, 3학년생은 제외하고 4, 5, 6학년생만을 연구 대상으로 한 점
- 3) 스트레스는 개인적인 경험이기 때문에 대상자의 자가보고 방식만을 택한 점

II. 연구방법

1. 연구대상

전라북도 전주시에 소재하는 초등학교 2개교와 전북지역 내 군단위 농촌 초등학교 2개교를 무작위로 표출한 후 선정된 학교 4, 5, 6학년생 남녀 각각 30명씩을 다시 무작위로 선정하여 총 720명을 대상으로 하였다.

2. 연구도구

초등학교 아동들이 평소에 느끼는 스트레스를 측정하기 위한 도구 원안은 4단계를 거쳐 작성되었다.

첫번째 단계로 아동들이 평소 생활에서 실제 경험하는 스트레스원을 알기 위하여 연구지역으로 선정된 도시지역 남녀학생 360명과 군단위 지역 남녀학생 360명에게 개방식 질문으로 평소에 느낀 스트레스를 각 10개씩 기록하도록 하였다.

둘째 단계로는 선행연구를 통해 밝혀진 아동들의 스트레스원을 모두 수집하였고,

세째 단계로는 위 2단계를 통해 수집된 스트레스원 80개의 내용을 분석하고 연구자들의 경험과 문헌고찰을 토대로 하여 얻은 내용을 고려하여 59개 문항으로 확정하였다.

네째 단계로는 59개 문항의 각 스트레스원에 대하여 아동들이 느끼는 스트레스의 정도를 양적으로 측정하기 위해 각 항목별로 전혀 스트레스를 느끼지 않는다(1점), 약간 느낀다(2점), 보통정도로 느낀다(3점), 심하게 느낀다(4점), 아주 심하게 느낀다(5점) 등의 Likert type 5점척도중 한가지를 택하도록 하여 점수화하였다.

3. 자료수집기간 및 방법

1995년 4월 1일부터 5월 30일까지 2개월 간에 걸쳐 본 연구자가 연구대상학교에서 근무하는 양호교사를 직접 방문하여 연구의 목적 및 질문지 기록방법을 설명한 후 양호교사와 담임교사의 도움을 받아 도시지역 4, 5, 6학년 남녀 학생 360명과 농촌지역 4, 5, 6학년 남녀 학생 360명 총 720명에게 설문지를 배부하고 자기보고 형식으로 기입케한 후 회수하였으며 이 중 자료로 이용 가능한 설문지 650매만을 택하였다.

4. 자료분석

(1) 도구의 타당도 검증

59개 도구원안 문항을 타당성 있게 조립하기 위하여 SPSS-PC에 있는 주요인 분석(Principle Components analysis) 방법을 이용하여 검증하였다.

(2) 도구의 신뢰도 검증

전체 도구의 신뢰도와 도구내 각 스트레스 요인들의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach's alpha를 실시하였다.

III. 연구결과

1. 초등학생들의 스트레스 측정 도구의 타당도 및 신뢰도 검증

(1) 타당도 검증

초등학교 4, 5, 6학년생들이 일상생활 중에 경험하는 스트레스를 측정하기 위한 도구원안은 총 59개 항목으로 구성되었고 이것을 통계적으로 타당성 있게 조립하기 위하여 주요인분석을 실시하여 Eigen값이 1.0 이상인 요인만을 선택한 결과 8개의 요인으로 분류되었으며 59개항목의 요인부가치(factor loading)는 0.30106~0.63336으로 나타났고 요인부가치 선택 기준인 0.3(Polit, 1978) 이상 되는 항목은 59개 도구원안중 2개 항목을 제외한 57개 항목이 채택되었다.

8개로 분류된 각 요인은 제 1요인 9개(변인 34, 38, 40, 44, 46, 49, 52, 57, 60), 제 2요인 14개(변인 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 23, 31, 32), 제 3요인 8개(변인 24, 27, 29, 37, 39, 42, 47, 48), 제 4요인 5개(변인 56, 59, 61, 62, 63), 제 5요인 6개(변인 8, 19, 20, 25, 26, 28), 제 6요인 4개(변인 6, 9, 35, 36), 제7요인 6개(변인 33, 51, 53, 55, 58, 64), 제8요인 5개(변인 41, 43, 45, 50, 54)로 구성되었고 각 요인들은 최저 2.2%~최고 19.1%의 설명력을 가지고 있었으며 전체 요인의 설명력은 40%였다. 또한 각 요인에 대한 명칭은 구성항목들의 내용을 대표할 수 있도록 연구자 2인과 정신과의사 1인, 간호학 교수 1인의 의견을 종합하여 명명하였으며 8개 요인의 명칭과 내용은 다음과 같다.

요인 1은 부모님이 다치거나 병에 걸렸을 때, 가족이 화목하지 않을 때 등 “가족과 관련된 생활사건” 요인이다.

요인 2는 친구들에게 놀림이나 괴롭힘을 받았을 때, 친구들이 자신을 무시할 때 등으로 “친구 및 선후배와 관련된 갈등요인”이다.

요인 3은 하기 싫은 일을 부모님이 시키실 때, 부모님이 공부하라고 강요할 때 등으로 “부모의 자녀교육과 관련된 요인”이다.

요인 4는 장래에 무엇이 될까 걱정될 때, 자신의 성격이 마음에 들지 않을 때 등으로 “자신의 인성과 관련된 요인”이다.

요인 5는 성적이 떨어졌을 때, 담임 선생님이 바뀌

표 1. 초등학생이 경험하는 스트레스 상황 57개 항목에 대한 요인분석

요 인	문항내용	요인부가치 (Factor Loading)
가족과 관련된 생활사건 (요인 1)	부모님이 다치거나 병에 걸렸을 때	.56639
	가족중에 죽은 사람이 있게 될 때	.58156
	등·하교시 불량배를 만나게 될 때	.49740
	부모님이 이혼하실 것 같다고 느낄 때	.64317
	가족이 화목하지 않을 때	.60694
	거짓말이나 나쁜 것을 했을 때	.54247
	부모님이 자주 싸우실 때	.63994
	전쟁이 일어날 것 같은 생각이 들 때	.34192
아빠가 술마시고 늦게 들어올 때	.50601	
친구 및 선후배와 관련된 갈등 (요인 2)	친구들에게 놀림이나 괴롭힘을 받았을 때	.56445
	후배가 건들고 대들 때	.31100
	선배가 자신을 괴롭힐 때	.44734
	친구들이 자신을 무시할 때	.58473
	친구들이 욕이나 기분 나쁜 말을 할 때	.41038
	친구들이 폭력을 쓰면서 싸울 때	.52378
	친구와 잘 어울리지 못해 친구가 없을 때	.48503
	친구가 약속을 지키지 않을 때	.30106
부모의 자녀교육 태도 (요인 3)	친구가 잘난척할 때	.41045
	친구와 말을 얹거나 절교했을 때	.51692
	친구가 잘못된 일에 대해 사과하지 않을 때	.48192
	좋아하는 이성친구가 날 몰라줄때	.32133
	선생님께서 차별대우 한다고 느낄때	.35008
	친구가 빌린돈이나 물건을 갚지 않을 때	.35404
	부모님이 나를 다른 아이와 비교할 때	.31348
	시험을 자주 보게 될때	.62147
자신의 인성 (요인 4)	숙제와 공부량이 많을 때	.63336
	학원에 가거나 과외 공부할 시간이 많아졌을 때	.52911
	하기 싫은 일을 부모님이 시킬 때	.50226
	부모님이 잔소리나 간섭하실 때	.45213
	부모님이 공부하라고 강요할 때	.58813
	내가 원하는 것을 부모님이 사주지 않을 때	.43218
	자신이 용돈을 잘못 사용했을 때	.41817
	전화가 자주 걸려올 때	.45593
학교생활 사건 (요인 5)	자신의 용모(키, 몸무게, 외모)가 맘에 들지 않을 때	.47824
	자신의 성격이 마음에 들지 않을 때	.47930
	장래에 무엇이 될까 걱정될 때	.61831
	성적이 떨어졌을 때	.40640
	자신의 이사를 하여 친구와 헤어졌을 때	.59400
	학교생활 시험볼 때 친구가 컨닝을 할 때	.46828
	수업시간에 친구가 떠들거나 방해할 때	.45974
	학급이나 학교에서 임원이 안되었을 때	.38215
담임선생님이 바뀌었을 때	.47144	

표 1. Continued

요 인	문항내용	요인부가치 (Factor Loading)
	어른들과 부모님으로부터 야단이나 꾸중을 들었을 때	.54166
	의 관계 부모님이 형제들을 편애한다고 느낄 때	.53686
	상 갈등 선생님으로부터 야단이나 꾸중을 들었을 때	.46822
(요인 6)	선생님과 가까워지고 싶은데 잘 안될 때	.46969
	물건을 잃어버렸을 때	.39551
	대인관계 가족들이 나를 놀리거나 건드릴 때	.48963
	상의 형제·자매간에 싸울 때	.53277
	갈등 자신의 몸이 약하다고 생각될 때	.34516
	(요인 7) 다른 집과 비교하여 가난하다고 생각될 때	.34133
	선·후배가 서클에 가입하라고 권할 때	.30210
	부모님이 나에 대한 기대를 너무 하실 때	.30947
	주변상황 엄마가 직장일로 집에 안계실 때	.32540
	의 변화 부모님이 무식하다고 생각될 때	.50757
(요인 8)	동생이 태어났을 때	.57217
	할아버지·할머니와 함께 살게 되었을 때	.52121

있을 때, 수업시간에 친구가 떠들거나 방해할 때 등으로 "자신의 학교생활 사건과 관련된 요인"이다.

요인 6은 부모님이 형제들을 편애한다고 느낄 때, 선생님으로부터 야단이나 꾸중을 들었을 때 등으로 "어른들과의 관계상 갈등 요인"이다.

요인 7은 가족들이 나를 놀리거나 건드릴 때, 선·후배가 서클에 가입하라고 권할 때 등으로 "대인관계상의 갈등 요인"이다.

요인 8은 동생이 태어났을 때, 조부모와 함께 살게 되었을 때, 부모님이 무식하다고 느껴질 때 등으로 "주변상황의 변화와 관련된 요인"이다(표 1).

(2) 신뢰도 검증

전체도구의 신뢰도검증 결과는 Cronbach's $\alpha=0.9137$ 로 매우 높게 나타났으며 각 스트레스 요인별 신뢰도는 3개의 요인이 $\alpha=0.7$ 이상이었고, 나머지 5개 요인은 0.5~0.6 수준의 신뢰도를 나타내어 추후 반복 연구를 통해 수정 보완할 필요가 있다(표 2).

2. 연구대상자의 일반적 특성

초등학생들의 일상생활 스트레스를 측정하기 위한 도구개발을 위해 첫 번째 단계에서 선정되었던 연구대상자의 일반적 특성은 다음과 같다.

거주지역별 분포는 시지역 학생이 49.7%, 농촌지역 학생이 50.3%, 성별은 남자 48.5%, 여자 51.2%이었으며, 학년별 분포는 4학년 33.2%, 5학년 33.2%, 6학년 33.6%이었다. 종교는 26.5%가 없다고 응답하였고, 73.5%가 종교를 가지고 있다고 응답하였는데 이를 종교별로 세분하면 기독교 38.0%, 불교 23.8%, 천주교 8.5%, 기타 3.2%의 순으로 나타났다. 가족내 위치는 장남인 경우가 18.8%, 장녀 18.4%, 중간 13.1%, 막내 41.6%이었고 외아들 4.9%, 외딸 3.2% 순의 분포를 나타내었다.

IV. 논 의

초등학교 아동들이 평소 생활에서 경험하는 스트레스를 측정하기 위하여 개발한 본 연구의 도구는 57개 항목의 8개 요인으로 구성되었다.

일반간호사의 스트레스를 측정하기 위해 Gray-Toft 등(1981)이 개발한 34항목의 도구, 수간호사 및 감독간호사를 대상으로 한 이(1983)의 15개 항목의 도구, 신규간호사를 대상으로 한 이(1979)의 25개 항

표 2. 초등학생의 스트레스 요인분석과 요인별 신뢰도

요 인 명	항목수(개)	Eigen Value	Percentage of Variance	Cumulated-Percentage	Cronbach's Alpha
요인1 가족과 관련된 생활사건	9	10.16235	19.1	19.1	0.7868
요인2 친구·선후배와 관련된 생활사건	14	2.63399	4.5	23.6	0.7857
요인3 부모의 자녀교육태도와 관련된 요인	8	1.96729	3.3	26.9	0.7309
요인4 자신의 인성	5	1.80880	3.1	30.0	0.5881
요인5 학교생활사건	6	1.71540	2.9	32.9	0.6390
요인6 어른들과의 관계상 갈등	4	1.50081	2.5	35.4	0.5265
요인7 대인관계상 갈등	6	1.42180	2.4	37.8	0.5547
요인8 주변상황의 변화	5	1.31818	2.2	40.0	0.5334

목의 도구, 뇌성마비 아동 어머니를 대상으로 한 최(1993)의 32개 항목의 도구, 체육교과생을 대상으로 생활사건을 측정한 김(1992)의 47개 항목의 도구들에 비하여 본 도구는 사전조사시 연구대상자에게 개방식 질문으로 평소에 느낀 스트레스를 자유롭게 적게 한 후 연구자들의 심의를 거쳐 문항을 확정하였기 때문에 타 도구들 보다 더 많은 항목으로 구성되어 있어 스트레스를 구체적으로 측정할 수 있다고 본다.

각 항목에 대한 요인 분류에서는 일본 국민학생을 대상으로 26개 항목의 생활사건을 4개의 요인으로 구분하여 조사한 조창강사(1992)의 연구와 우리나라 초등학교생을 대상으로 25개 항목의 생활사건을 역시 4개 요인으로 분류하여 조사한 김무채등(1993)의 보고는 교사와의 관계, 친구와의 관계, 수업 및 학교행사의 일, 학교에서의 부적응감 요인 등 학교생활과 관련된 요인 4개만을 스트레스 상황으로 간주하고 있으나 본 연구는 학교생활 외에도 가족과 관련된 요인, 자신의 외모와 성격, 대인관계상의 갈등, 주변 상황의 변화와 관련된 요인 등 일상생활 전반에 걸쳐 8개 요인을 아동들의 스트레스 상황으로 분류시켜 구성하였기 때문에 비교적 포괄적으로 다루었다고 생각한다. 그러나 본 연구의 요인분석 결과 중요한 스트레스 요인으로 조립된 일부 요인에 있어서는 요인내의 다른 항목들과 내용이 일치하지 않는 항목이 삽입되어 있는데 이것은 스트레스원과 그 정도를 보다 구체적으로 세분화하여 측정하고 대상자의 거주범위와 수도 확대시켜 반복 측정한다면 보다 일치되는 항목들이 한 요인으로 묶일 수 있고 요인수 또한 감소될 수 있으며 전체 요인에 대한 설명력 비율도 높아질 수 있으리라고 생각한다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 초등학생이 일상생활에서 느끼는 스트레스를 측정하기 위한 도구개발의 기초자료를 제공하고 자 전북지역내 초등학교 4, 5, 6학년생 720명을 대상으로 1995년 4월 1일부터 5월 20일까지 실시되었다.

스트레스를 측정하기 위한 도구원안은 사전조사와 문헌고찰을 통해 57개 항목으로 작성되었고 각 항목마다 아동들이 느끼는 스트레스 정도를 양적으로 측정하기 위하여 Likert Type 5점 척도로 점수화 하였

다.

이렇게 작성된 도구원안으로 자료를 수집하고 도구의 신뢰도와 타당도를 구한 결과 전체도구의 신뢰도는 Cronbach's Alpha=0.9137로 나타났고 도구원안 57개 항목을 요인분석(Factor Analysis)한 결과 8개 요인으로 분류되었으며 이 요인들에 대한 설명력은 40%이었다.

또한 8개로 분류된 스트레스 요인에 대하여는 가족과 관련된 생활사건요인, 부모의 자녀교육 태도와 관련된 요인, 자신의 인성과 관련된 요인, 학교생활 사건과 관련된 요인, 어른들과의 관계상 갈등요인, 대인관계상의 갈등요인, 주변상황의 변화와 관련된 요인 등으로 명칭을 명명하였다.

본 연구 결과를 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다.

(1) 건강한 초등학생의 일상생활 스트레스를 측정하기 위해 개발된 본 연구도구를 표준화시키고 도구의 구성 타당도를 높이기 위해 대도시, 중소도시, 농촌지역 등 거주지역별로 대상자의 범위와 수를 확대시켜 반복 연구할 필요가 있다고 본다.

(2) 초등학생의 일상생활 스트레스에 대한 대처행위와 빈도를 파악하고 연구하여 이에 따른 건전한 대처방안의 지도계획이 요청된다.

(3) 타당도 높게 개발된 스트레스 도구라 할지라도 급변하는 사회속에서 다양하게 표출되고 빠르게 변화하는 아동의 스트레스를 정확히 파악하고 적절히 대처하기 위해서는 도구에 대한 잦은 수정과 보완이 요구된다.

참고문헌

1. 이소우 : 간호직과 스트레스, 대한간호, 23(4), 25-29, 1984.
2. 김무채, 김정로, 김지주 : 우리나라 국민학생의 스트레스에 관한 연구, 한국학교보건학회지, 제 6권 1호, 78-92, 1993.
3. 강지숙, 스트레스가 일 사업장 근로자의 건강상태에 미치는 영향에 관한 연구, 간호학회지, 14(1), 1-2, 1984.
4. 이은옥 외 7인 : 불안 및 스트레스 개념을 다룬 국내 간호논문의 분석, 대한간호학회지, 22(3), 271-283, 1992.
5. Polit, D. F. and Hungler, B. P.: Nursing Research, J. B. Lippincott Co, Philadelphia, 588, 1978.

6. 이경숙 : 간호원의 스트레스 요인에 관한 분석연구-서울 시내 종합병원을 중심으로, 연세대 대학원 석사학위 논문, 1983.
7. 이정숙 : 간호원이 근무중에 느끼는 스트레스 요인, 중앙의학, 37(5), 317-323, 1979.
8. 최용득 : 뇌성마비 아동 어머니의 스트레스 정도와 대처 행위에 관한 연구, 고려대교 육대학원 석사학위 논문, 1993.
9. 朝倉隆司, 일본 국민학생의 정신적 스트레스-2가지 타이프의 조사연구로부터-, 한국학교보건학회지, 5(2), 1992.
10. Chiriboga, D. A., et al. : Stress and Coping among Hospice Nurses, Test of an Analytic Model, NR, 265-269, 32(5).
11. Norbeck, J. S., et al. : The Development of an instrument to measure social support, NR, 30(5), 265-269, 1981.