

## 일부 인문계 고등학교 남학생들의 건강행위에 관한 연구

김춘미\* · 최정명\*\* · 현혜진\*\*\*

\*여주대학 간호과, \*\*수원과학대학 간호과, \*\*\*강원대학교 간호학과

## A Study on the Health Behavior of High School Students

Chun-mi Kim\*, Jeong-Myung Choi\*\* and Hye-Jin Hyun\*\*\*

\*Dept. of Nursing, Yeosu Institute of Technology, \*\*Dept. of Nursing, Suwon Science College,

\*\*\*Dept. of Nursing, Kwangwon National University

### ABSTRACT

The Purpose of this study is to analyze the health behavior of high school students and to find factors influencing it. A questionnaire survey was used for collecting data from 201 male students between May 1 and June 30, 1999. The data were analyzed by the multiple regression technique in an SPSS package.

The major results are as follows:

- (1) 84.5% of the students responded to the survey are regularly exercising to promote their health and 44.8% of them are doing something to manage stress.
- (2) 28.9% of the students are smoking, 43.3% of them are drinking, 5% of them are taking adhesives, 6.5% are taking stimulants, and 4.5% of them are taking analgesics.
- (3) while self-efficacy of the students and health interests of their parents are positively related to health promoting behaviors, they are negatively related to health risk behaviors.

### I. 서 론

#### 1. 연구의 필요성

고등학교 시기는 아동기에서 성인기로 이행하는 단계로서, 신체적·정신적·사회적으로 매우 중요한 변화와 성숙이 이루어지며, 과히 발달적 위기로 대변할 수 있는 시기이다. 즉, 이 시기는 그동안 전적으로 부모에게 의존했던 아동이 하나의 독립적인 성인으로 성장하기 위한 준비단계가 될 뿐만 아니라 자신의 장래진로를 결정하는 시기라는 점에서도 중요하다. 또한 국가적으로 미래 사회를 이끌고 나갈 주역으로서 준비해야 할 시기이기도 하다.

이처럼 고등학생은 국가와 사회의 장래를 가늠케 하는 중대한 위치에 있음에도 불구하고 우리나라의 경우 입시와 취업위주의 교육과정 때문에 이 시기에 형성하고 강화해야 할 건강한 인생설계에 대한 자주적인 의사결정, 다양한 환경 변화에 대한 긍정적 대

처방식, 건강한 생활양식 개발 등을 익힐 수 있는 기회가 매우 적은 실정이다. 특히 이 시기에는 음주, 흡연, 약물 등의 건강위해행위를 접할 가능성이 크에도 불구하고 이에 대한 올바른 태도와 행위 결정 등에 관하여 학교 교육과정 내에서 체계적인 지도가 미흡하다(유재순, 1997).

학교 교육을 통한 건강교육이 교육적 효과가 높고, 평생 건강행위를 익히는 중요한 시기임에도 불구하고 학교 교육에서는 학생들의 건강 유지 및 증진과 직결되는 건강교육에 적극성을 띄우지 못하는 형편이어서 올바른 건강관리 실천능력 발달에 미진한 상태다(소희영 외, 1996).

다양한 발달 특성과 복잡한 과제만큼이나 청소년기에 나타날 수 있는 건강문제들은 매우 다양하고, 활동적이고 호기심 많은 이유로 위험한 행동을 하기도 하고, 건강을 위협할 수 있는 행동을 하기도 한다(김문실, 1997). 그러므로 청소년들이 성숙한 사회

인으로 건강하게 성장하기 위해서는 정신, 신체, 사회적인 면의 균형잡힌 성장, 발달이 요구되며 이를 위해서는 이들의 건강을 도모할 수 있는 건강행위를 촉진시키는 것이 필요로 된다.

건강행위란 질병의 치료와 예방을 위한 행위로부터 보다 나은 자아를 유지, 증진하고 활성화 시키기 위한 능동적이며 주체적인 자아활동에 이르는, 생명에 관계된 총체적 행위로 규정할 수 있으며(조원정, 1998) 대상자들의 건강지각에 달려 있는 것으로, 이는 사회문화적 가치나 신념에 따라 각기 다른 태도로서 행동된다(Belloc, Breslow, 1972).

개개인이 가지는 건강상태는 미생물이나 감염인자에 의하여 좌우되는 것이 아니고 자기 자신 스스로가 수행하는 활동에 의하여 결정된다.

이처럼 건강행위의 중요성이 대두되는 시점에서 고등학교 학생들의 바람직한 건강행위를 증진시키고, 건강관리능력을 강화하기 위한 학교보건교육 프로그램을 개발하기 위해서는 우선적으로 현재 학생들이 실행하고 있는 건강행위실태 즉 건강증진행위와 건강위해행위를 분석하고, 이들의 건강행위에 영향을 미치는 요인들을 분석할 필요성을 갖게 되었다.

## 2. 연구의 목적

본 연구는 고등학생들의 건강증진행위 및 건강위해행위를 파악하고 이들 행위에 자기 효능과 지각된 건강상태 및 부모의 건강에 대한 관심도가 미치는 영향을 파악함으로써 고등학생들을 대상으로 한 보건교육 및 건강증진 프로그램 개발 등의 기초자료를 제공하고자 한다.

구체적 목적은 다음과 같다.

- ① 고등학생들의 건강증진행위를 파악한다.
- ② 고등학생들의 건강위해행위를 파악한다.
- ③ 고등학생들의 건강증진행위에 자기효능, 지각된 건강상태 및 부모의 건강에 대한 관심도가 미치는 영향을 파악한다.
- ④ 고등학생들의 건강위해행위에 자기효능, 지각된 건강상태 및 부모의 건강에 대한 관심도가 미치는 영향을 파악한다.
- ⑤ 고등학생들의 건강행위에 자기효능, 지각된 건강상태 및 부모의 건강에 대한 관심도가 미치는 영향을 파악한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 고등학생들의 건강행위 및 이에 영향을 미치는 요인들을 알아보기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

### 2. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 서울 시내에 소재하고 있는 고등학교 중 임의 표출한 일반계 고등학교 4개교로부터 1학년 남학생 250명을 대상으로 설문조사하였으며, 이중 불완전한 응답을 한 49명을 제외한 201명을 최종 분석하였다.

자료수집은 1999년 5월 1일부터 6월 30일에 걸쳐 시행되었다.

### 3. 연구도구

설문지는 연구자가 문헌고찰을 통하여 개발한 건강에 대한 자기효능 27문항, 지각된 건강상태 1문항, 부모의 건강에 대한 관심도 2문항, 그리고 건강증진행위와 건강위해행위를 포함하는 건강행위 17문항으로 총 47문항으로 구성되었다.

각 문항은 4점척도로 측정하였으며, 각각의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$ 로 분석하였는데, 자기효능의  $\alpha = .83$ , 부모의 건강에 대한 관심도의  $\alpha = .63$ , 그리고 건강행위의  $\alpha = .51$ 이었다.

### 4. 자료분석

본 연구 대상자들의 건강증진행위와 건강위해행위는 백분율로 나타내었고, 건강증진행위와 건강위해행위 및 이 둘을 종합한 건강행위에 자기효능 및 지각된 건강상태, 부모의 건강에 대한 관심도가 미치는 영향을 파악하기 위하여 Pearson's correlation 및 Multiple Regression을 실시하였다.

## III. 연구결과

### 1. 건강행위실태

#### 1) 건강증진행위

건강증진행위에는 식습관, 보조식품 복용, 규칙적인 배변, 운동, 의사의 처방에 따른 약품투여 이행,

스트레스 관리, 올바른 자세 유지에 관한 항목이 포함되어 있다<표 1>.

표 1. 건강증진행위 실태

| 항 목                             |            | 수<br>(명) | 비율<br>(%) |
|---------------------------------|------------|----------|-----------|
| 아<br>침<br>식<br>사                | 전혀 안먹는다    | 14       | 7.0       |
|                                 | 대체로 안먹는다   | 23       | 11.4      |
|                                 | 가끔 먹는다     | 37       | 18.4      |
|                                 | 항상 먹는다     | 127      | 63.2      |
|                                 | 계          | 201      | 100       |
| 규<br>칙<br>적<br>인<br>식<br>사      | 전혀 그렇지 않다  | 18       | 9.1       |
|                                 | 그렇지 않은 편이다 | 59       | 29.8      |
|                                 | 대체로 그렇다    | 85       | 42.9      |
|                                 | 항상 그렇다     | 36       | 18.2      |
|                                 | 계          | 198      | 100       |
| 관<br>편<br>식                     | 전혀 그렇지 않다  | 8        | 4.0       |
|                                 | 그렇지 않은 편이다 | 57       | 28.5      |
|                                 | 대체로 그렇다    | 101      | 50.5      |
|                                 | 항상 그렇다     | 34       | 17.0      |
|                                 | 계          | 200      | 100       |
| 보<br>조<br>식<br>품<br>복<br>용      | 전혀 그렇지 않다  | 140      | 70.7      |
|                                 | 그렇지 않은 편이다 | 41       | 20.7      |
|                                 | 대체로 그렇다    | 14       | 7.1       |
|                                 | 항상 그렇다     | 3        | 1.5       |
|                                 | 계          | 198      | 100       |
| 규<br>칙<br>적<br>인<br>배<br>변      | 전혀 그렇지 않다  | 40       | 20.2      |
|                                 | 그렇지 않은 편이다 | 81       | 40.9      |
|                                 | 대체로 그렇다    | 61       | 30.8      |
|                                 | 항상 그렇다     | 16       | 8.1       |
|                                 | 계          | 198      | 100       |
| 운<br>동                          | 전혀 하지 않는다  | 31       | 15.5      |
|                                 | 가끔 한다      | 99       | 49.5      |
|                                 | 주 1~2회 한다  | 41       | 20.5      |
|                                 | 주 3회 이상 한다 | 29       | 14.5      |
|                                 | 계          | 200      | 100       |
| 올<br>바<br>른<br>투<br>약           | 전혀 그렇지 않다  | 8        | 4.0       |
|                                 | 그렇지 않은 편이다 | 17       | 8.5       |
|                                 | 대체로 그렇다    | 128      | 63.7      |
|                                 | 항상 그렇다     | 48       | 23.9      |
|                                 | 계          | 201      | 100       |
| 스트<br>레스<br>관<br>리              | 전혀 그렇지 않다  | 21       | 10.4      |
|                                 | 그렇지 않은 편이다 | 90       | 44.8      |
|                                 | 대체로 그렇다    | 77       | 38.3      |
|                                 | 항상 그렇다     | 13       | 6.5       |
|                                 | 계          | 201      | 100       |
| 올<br>바<br>른<br>자<br>세<br>유<br>지 | 전혀 그렇지 않다  | 27       | 13.5      |
|                                 | 그렇지 않은 편이다 | 105      | 52.5      |
|                                 | 대체로 그렇다    | 63       | 31.5      |
|                                 | 항상 그렇다     | 5        | 2.5       |
|                                 | 계          | 200      | 100       |

(1) 식습관

아침식사를 먹는가에 대한 질문에서 “반드시 먹는다”고 응답한 경우가 127명으로 63.2%로 나타났다. 그러나 “전혀 먹지 않는다”라고 응답한 경우가 7%나 되었으며, “대체로 먹는다”가 11.4%, “가끔 먹는다”가 18.4%로서 36.8%는 아침식사를 거르거나 먹지 않는 것으로 나타났다.

하루에 식사를 규칙적으로 하는가에 대한 질문에서 “항상 그렇다”라고 응답한 경우는 17.9% 뿐이었고, 81.8%는 불규칙하게 식사를 하는 것으로 나타났다.

또한 편식 유무에 대해서는 “편식이 심하다”라고 응답한 경우가 4%, “대체로 편식하는 편이다”가 28.5%, “편식을 약간 하는 편이다”가 50.5%, “전혀 편식하지 않는다”가 17%였다.

(2) 비타민 등 건강보조식품을 복용하는가에 대한 응답에서는 “전혀 복용하지 않는다”라고 대답한 경우가 140명으로 전체의 70.7%로 나타나, 남자 고등학생들은 대부분이 보조식품을 복용하지 않는 것으로 나타났다.

(3) 규칙적인 배변 유무에 대한 질문에서는 “항상 규칙적으로 배변한다”가 9.1%였고, “대체로 그렇다”가 30.8%, “그렇지 않은 편이다”와 “전혀 그렇지 않다”가 각각 40.9%, 20.2%로 불규칙하게 배변하는 학생들이 많은 것으로 나타났다.

(4) 운동 여부에 대해서는, “운동을 전혀 않는다”라고 응답한 경우가 15.5%였고, 그 외는 가끔 혹은 정기적으로 주 1~3회 정도 운동을 충분히 한다고 응답하였다.

(5) 처방에 의한 정확한 약품복용에 대해서는 “항상 그렇다”라고 응답한 경우는 23.9%였고, “전혀 그렇지 않다”라고 응답한 대상자가 8명으로 4%를 차지하였다.

(6) 스트레스 관리를 적절히 하는가에 대한 질문에서 “적절히 스트레스를 해소한다”라고 응답한 경우는 단지 6.5%였고, “대체로 해소한다”는 38.3%였다. 그러나 “그렇지 않은 편이다”와 “전혀 해소하지 못한다”라고 응답한 경우가 44.8%와 10.4%로 스트레스 관리를 적절하게 하지 못하는 대상자가 더 많은 것으로 나타났다.

(7) 허리가 아프지 않도록 올바른 자세 유지를 하는가에 대한 질문에서는 “항상 그렇다”가 2.5%, “대

체로 그렇다"가 52.5%, "전혀 그렇지 않다"가 13.5%로 66%가 자세 유지를 위한 실천을 하지 않는 것으로 나타났다.

2) 건강위해행위

건강위해행위에는 폭력, 약물남용, 흡연, 음주에 관한 항목이 포함되어 있다<표 2>.

표 2. 건강위해행위

| 항 목                                    |               | 수<br>(명) | 비율<br>(%) |
|--|---------------|----------|-----------|
| 폭<br>해<br>경<br>험                       | 전혀 없다         | 179      | 89.5      |
|  | 1~2번 있다       | 15       | 7.5       |
|  | 3~4번 있다       | 0        | 0         |
|  | 5회 이상 있다      | 6        | 3.0       |
|  | 계             | 200      | 100       |
| 력<br>피<br>해<br>경<br>험                  | 전혀 없다         | 140      | 69.7      |
|  | 1~2번 있다       | 52       | 25.9      |
|  | 3~4번 있다       | 7        | 3.5       |
|  | 5회 이상 있다      | 2        | 1.0       |
|  | 계             | 201      | 100       |
| 부<br>탄<br>가<br>스,<br>본<br>드,<br>신<br>나 | 일주일에 1번 이상 있다 | 1        | 0.5       |
|  | 한달에 1~2번 있다   | 0        | 0         |
|  | 흡입해본 적이 있다    | 8        | 4.0       |
|  | 전혀 없다         | 192      | 95.5      |
|  | 계             | 201      | 100       |
| 약<br>물<br>각<br>성<br>제                  | 일주일에 1번 이상 있다 | 0        | 0         |
|  | 한달에 1~2번 있다   | 1        | 0.5       |
|  | 사용해본 적이 있다    | 12       | 6.0       |
|  | 전혀 없다         | 188      | 93.5      |
|  | 계             | 201      | 100       |
| 음<br>주<br>신<br>경<br>안<br>정<br>제        | 일주일에 1번 이상 있다 | 0        | 0         |
|  | 한달에 1~2번 있다   | 0        | 0         |
|  | 사용해본 적이 있다    | 9        | 4.5       |
|  | 전혀 없다         | 192      | 95.5      |
|  | 계             | 201      | 100       |
| 흡<br>연                                 | 20개피 이상       | 12       | 6.0       |
|  | 하루 11~20개피    | 10       | 5.0       |
|  | 하루 10개피 미만    | 36       | 17.9      |
|  | 전혀 피우지 않았다    | 143      | 71.1      |
|  | 계             | 201      | 100       |
| 음<br>주                                 | 거의 매일         | 0        | 0         |
|  | 일주일에 2~3회     | 6        | 3.0       |
|  | 월 2~3회        | 63       | 31.3      |
|  | 전혀 없다         | 132      | 65.7      |
| 계                                      | 201           | 100      |           |

(1) 폭력 경험에 대한 응답에서 돈, 금품을 탈취할 목적으로 친구나 선후배를 폭행해 본 적이 "있다"라고 응답한 경우가 10.5% 였고, "전혀 폭행을 가해 본 적이 없다"라고 응답한 경우가 89.5%였다.

한편 폭력을 당해 본 경험에 대해서 "전혀 없다"가 68.7%였고, "1~2번 있다"가 25.9%, "3~4번 있다"가 3.5%, 그리고 "5회 이상 있다"가 2명으로 1% 였다.

(2) 약물남용 경험에 대해서 부탄가스나 본드, 신나를 흡입해 본 경험이 있다고 5%가 응답하였으며, 95.5%는 전혀 경험이 없다고 응답하였다.

그리고 각성제를 사용한 경험을 묻는 질문에서는 "전혀 없다"가 93.5%로 대부분이었고, "경험이 있다"라고 응답한 경우는 6.5%로 나타났다.

마지막으로 신경안정제를 복용해 본 경험에 대해서는 "전혀 없다"가 95.5%였고, 4.5%가 복용해 본 경험이 있다고 응답하였다.

(3) 흡연경험에 대한 질문에서는 71.1%가 전혀 흡연을 하지 않는다고 응답하였으며, 28.9%는 흡연을 하고 있다고 하였다. 이중 하루에 1갑 이상 흡연한다고 응답한 경우가 6%였다.

(4) 최근의 음주경험에 대해서는 "전혀 마시지 않았다"가 65.7%였고, 34.3%가 최근에 술을 마셨다고 응답하였고, 이중 3%는 일주일에 2~3회 술을 마시는 것으로 나타났다.

2. 건강행위에 영향을 미치는 요인에 관한 분석

1) 건강증진행위와 자기효능, 부모의 건강에 대한 관심도, 지각과 건강상태와의 상관관계

건강 증진 행위와 자기효능, 부모의 건강에 대한 관심도, 지각된 건강상태와의 관계를 분석한 결과 건강증진 행위와 자기효능( $r=0.314, p=0.000$ ), 부모의 건강에 대한 관심도( $r=0.170, p=0.010$ )간에 통계적으로 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났으며 지각된 건강상태는 관계가 없는 것으로 나타났다.

자기효능과 부모의 건강에 대한 관심도 및 지각된 건강상태가 건강증진행위의 11.7%를 설명하는 것으로 나타났다<표 3과 4>.

2) 건강위해행위와 자기효능, 부모의 건강에 대한 관심도, 지각과 건강상태와의 상관관계

건강위해행위와 자기효능, 부모의 건강에 대한 관

심도, 지각된 건강상태와의 상관관계를 분석한 결과 건강위해행위와 자기효능감( $r=0.301, p<0.01$ )이 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이들 세 변수가 건강위해행위를 10.4% 설명하는 것으로 분석되었다 <표 5와 6>.

**표 3.** 건강증진행위와 자기효능, 부모의 건강에 대한 관심도, 지각과 건강상태와의 상관관계(r)

|                | 건강증진행위 | 유의확률  |
|----------------|--------|-------|
| 자기효능           | 0.314  | 0.000 |
| 부모의 건강에 대한 관심도 | 0.170  | 0.010 |
| 지각된 건강상태       | -0.082 | 0.131 |

**표 4.** 건강증진행위에 미치는 영향에 관한 회귀분석

| 독립변수           | $\beta$ 계수  | 유의확률               |
|----------------|-------------|--------------------|
| 자기효능           | 0.295       | 0.000              |
| 부모의 건강에 대한 관심도 | 0.122       | 0.089              |
| 지각된 건강상태       | -0.044      | 0.539              |
| N=187          | $R^2=0.117$ | $F=8.093 (p<.001)$ |

**표 5.** 건강위해행위와 자기효능, 부모의 건강에 대한 관심도, 지각과 건강상태와의 상관관계(r)

|                | 건강위해행위 | 유의확률  |
|----------------|--------|-------|
| 자기효능           | 0.301  | 0.000 |
| 부모의 건강에 대한 관심도 | 0.143  | 0.022 |
| 지각된 건강상태       | -0.012 | 0.431 |

**표 6.** 건강위해행위에 미치는 영향에 관한 회귀분석

| 독립변수           | $\beta$ 계수  | 유의확률               |
|----------------|-------------|--------------------|
| 자기효능           | 0.290       | 0.000              |
| 부모의 건강에 대한 관심도 | 0.116       | 0.095              |
| 지각된 건강상태       | 0.022       | 0.754              |
| N=200          | $R^2=0.104$ | $F=7.547 (p<.001)$ |

3) 건강행위와 자기효능, 부모의 건강에 대한 관심도, 지각과 건강상태와의 상관관계

건강행위와 자기효능, 부모의 건강에 대한 관심도, 지각된 건강상태와 상관관계를 분석한 결과 건강행위와 자기효능( $r=0.384, p<0.01$ ), 부모의 건강에 대한 관심도( $r=0.198, p<0.01$ )간에 통계적으로 유의한 양의 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 이들

세 변수가 건강행위의 17.0%를 설명하는 것으로 분석되었다 <표 7과 8>.

**표 7.** 건강행위와 자기효능, 부모의 건강에 대한 관심도, 지각과 건강상태와의 상관관계(r)

|                | 건강행위   | 유의확률  |
|----------------|--------|-------|
| 자기효능           | 0.384  | 0.000 |
| 부모의 건강에 대한 관심도 | 0.198  | 0.003 |
| 지각된 건강상태       | -0.073 | 0.160 |

**표 8.** 건강행위에 미치는 영향에 관한 회귀분석

| 독립변수           | $\beta$ 계수  | 유의확률                |
|----------------|-------------|---------------------|
| 자기효능           | 0.363       | 0.000               |
| 부모의 건강에 대한 관심도 | 0.144       | 0.038               |
| 지각된 건강상태       | 0.026       | 0.702               |
| N=187          | $R^2=0.170$ | $F=12.484 (p<.001)$ |

## IV. 논 의

식습관에 대한 본 연구결과 아침식사를 반드시 먹는다고 응답한 경우가 63.2%였고, 규칙적으로 식사를 한다고 응답한 경우가 17.9%였으며 편식을 하지 않는다고 응답한 대상자는 17%였다.

한국 보건 사회 연구원(1995)의 조사결과에서는 10대의 49.1%, 20대의 51.9%가 아침식사를 거르는 것으로 나타났으며 44%가 불규칙한 식사를 하고 있다고 답하였다.

이는 우리 나라 청소년들이 잘못된 식습관으로 인하여 신체적 건강을 해칠 위험이 클 것으로 생각되며 따라서 올바른 식습관 형성을 위한 방안이 요구된다.

운동여부를 묻는 응답에서는 운동을 전혀 하지 않는다고 응답한 경우가 15.5%였는데, 이는 인문계와 실업계 고등학생을 대상으로 한 김 현숙(1998)의 연구에서는 운동을 전혀 하지 않는다고 응답한 경우가 48.1%로 나타나 본 연구 결과와 유사하지 않았다. 이는 본 연구의 대상이 인문계 고등학교 남학생을 대상으로 한 반면, 김 현숙(1998)의 연구에서는 인문계 고등학생과 실업계 고등학생 모두를 대상으로 하였기 때문으로 생각되며 추후 이에 대한 비

교 연구가 이루어져야 되겠다.

약물남용에 대한 연구결과로 본 연구에서는 부탄가스나 본드, 신나를 흡입한 경험이 있다고 응답한 학생이 5%, 각성제 복용 경험이 있다고 응답한 경우가 6.5%, 신경안정제 복용 경험은 4.5%로 나타났다. 이는 1997년에 실시한 이현숙의 연구에서는 각성제 복용 경험이 7.7%, 환각제 흡입 경험은 3.3%로 본 연구결과와 유사하였으며 또한 1998년도에 실시한 김현숙의 연구에서는 각성제 복용경험이 6.4%, 신경안정제 복용경험이 6.4%로 본 연구결과와 유사하였다. 반면에 1991년도 실시한 김현숙의 연구에서는 환각제 흡입 경험이 0.2%, 각성제 복용 경험이 3.2%, 신경안정제 복용 경험이 1.4%로 보고되고 있어 최근 들어 청소년들의 약물 오남용이 증가하고 있는 추세를 알 수 있다.

폭력경험에 대한 결과로 폭력 피해 경험이 있다고 응답한 학생은 30.3%, 가해 경험이 있다고 응답한 학생은 10.5%였다. 이는 중·고등학생을 대상으로 1년 동안 폭력의 피해를 당한 경험을 조사한 결과 36%라고 보고한 한국형사정책연구원(1990)의 결과와 남자 고등학생을 대상으로 한 김준호(1990)의 연구에서 33.4%로 나타나 본 연구결과와 유사하였다.

흡연과 음주에 관한 연구결과 흡연하는 학생이 28.9%로 나타났고 이 중에서도 하루에 한 갑 이상 피우는 학생이 6%나 되었다. 그리고 연구 대상자의 34.3%가 최근에 술을 마신 경험이 있다고 응답하였고 이 중 3%는 1주일에 2~3회 정도 술을 마시는 것으로 나타났다. 이는 인문계 남자 고등학생을 대상으로 한 김현숙(1997)의 연구에서 흡연률이 34.1%, 음주율이 34.8%로 나타나 본 연구결과와 유사하였다. 반면 최재경(1995)은 공업고등학교 학생들의 흡연률이 63.9%, 음주율이 74.7%로 보고하고 있으며, 김현숙(1997)의 연구에서도 실업계 고등학교의 남학생 흡연률은 55.8%로 나타난 것으로 보아 실업계 고등학교 남학생들의 흡연률과 음주율이 인문계 고등학교 남학생들보다 높다는 것을 알 수 있다. 따라서 실업계 고등학생들의 흡연률과 음주율을 감소시키기 위한 다각적인 노력이 요구된다 하겠다.

본 연구결과 자기효능은 건강증진행위와 건강위해행위의 통계적으로 유의한 상관관계를 보여 자

기효능이 높을수록 건강증진행위를 많이 하며 건강위해행위를 적게 하는 것으로 나타났다. 이는 인문계와 실업계 고등학생을 대상으로 한 김현숙(1988)의 연구결과와 일치하는 결과이며, 위암환자에서 자기효능이 높을수록 건강증진행위 수행도가 높다고 보고한 오복자(1994)의 연구결과와, 고혈압환자에서 자기효능이 높을수록 자가간호행위정도가 높아진다고 보고한 이영휘(1994)의 연구결과와도 유사한 결과이다. 결국 자기효능은 일반적인 건강증진행위 뿐만 아니라 특정한 자가간호행위 수행과도 관계가 있음을 알 수 있다.

부모의 건강에 대한 관심은 건강증진행위보다는 건강위해행위와 관계가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 부모의 관심이 건강증진행위를 실천하도록 하는 면보다는 건강위해행위를 하지 않도록 하는 면으로 쏠려 있다고도 해석해 볼 수 있다. 따라서 앞으로의 부모들이 건강증진에 대한 개념을 갖고 자녀들의 건강증진행위를 증진시킬 수 있도록 하는 중재방안이 요구된다 하겠다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 서울에 소재한 인문계 고등학교 4개교에 재학중인 남자 고등학생 201명을 대상으로 건강행위 수행실태 및 이에 영향을 미치는 요인을 분석하기 위하여 시도되었다.

본 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 건강증진행위에서, 식습관은 아침식사를 반드시 하는 대상자는 63.2%였으며 식사를 규칙적으로 하는 대상자는 17.9%, 편식하지 않는다고 응답한 대상자가 17%였다. 건강보조식품을 복용한다고 응답한 경우는 29.3%였다. 운동실천정도는 대상자의 84.5%가 운동을 하고 있는 것으로 나타났다. 스트레스 관리에 있어서는 적절히 해소하지 못하는 경우가 55.2%로 나타났다.

둘째, 건강위해행위에서는, 폭력 가해 경험이 있다고 응답한 경우 10.5%, 폭력 피해 경험이 있다고 응답한 경우가 30.3%였다. 약물남용의 경우 환각제 흡입경험이 있는 경우가 5%, 각성제는 6.5%, 신경안정제는 4.5%로 나타났다. 흡연에 대해서는 대상자의 28.9%가 흡연을 하고 있는 것으로 나타났으며

43.3%가 음주를 하고 있는 것으로 나타났다.

셋째, 건강행위와 자기효능, 부모의 건강에 대한 관심도, 지각된 건강상태와의 관계를 분석한 결과, 건강증진행위와 건강위해행위 및 이들을 통합한 건강행위 모두 자기효능, 부모의 건강에 대한 관심도 간의 양의 관계가 있는 것으로 나타났으며, 이들 변수가 건강증진행위, 건강위해행위, 건강행위를 설명하는 설명력은 각각 11.7%, 10.4%, 17%로 나타났다.

이상의 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언하고자 한다.

첫째, 본 연구는 서울시에 소재한 일부 인문계 고등학교 남학생만을 대상으로 하였으므로 본 연구결과를 일반화 시키는 데에는 제한점을 갖는다. 따라서 실업고와 인문고 및 여학생을 포함하는 폭넓은 학생들을 대상으로 하는 연구가 이루어지는 것이 필요로 된다.

둘째, 약물남용 등의 건강위해행위에 영향을 미치는 요인에 대한 심층적 연구가 필요하다. 건강증진행위를 유도하기 위한 보건교육 프로그램에 자기 효능감을 증진시킬 수 있는 중재 전략이 필요하다.

셋째, 건강증진행위를 유도하기 위한 보건교육 프로그램을 개발할 때 자기 효능감을 증진시킬 수 있는 중재전략이 포함되어야 할 것이다.

### 참 고 문 헌

1. 김문실, 청소년의 건강증진, 대한간호, 36(3), 6-15, 1997.
2. 김준호, 청소년 비행의 원인에 관한 연구, 형사정책연구, 1, 113-143, 1990.
3. 김현숙, 청소년의 건강행위와 비행에 영향을 미치는 요인에 관한 연구, 한국학교보건학회지, 1997.
4. 김현숙 : 청소년의 건강행위와 비행의 영향요인에 관한 모형 구축, 서울대학교 대학원 박사학위 논문, 1998.
5. 박예숙 : 인간의 성장발달과 건강증진, 서울, 수문사, 134-164, 1983.
6. 소희영, 김현리, 최은숙, 지역사회간호학회지, 7(1), 118-128, 1996.
7. 오복자 : 위암환자의 건강증진행위와 삶의 질 예측모형, 서울대학교 대학원 박사학위논문, 1994.
8. 이미자, 청소년기의 건강행위와 사회적 지지에 관한 연구, 지역사회간호학회지, 9(2), 410-424, 1998.
9. 이영희 : 효능기제증진프로그램이 자기효능과 자가간호행위에 미치는 영향-본태성 고혈압 환자를 중심으로-, 연세대학교 대학원 박사학위 논문, 1994.
10. 이현숙, 김정남, 오윤정(1997), 대구시내 고등학교의 약물남용에 관한 연구. 지역사회간호학회지, 8(2), 347-365, 1997.
11. 조원정, 건강행위 : 개념화  $\Sigma \theta T$ , 학술대회보고서, 5-13, 1988.
12. 최재경 : 청소년 비행과 부모의 양육 행동 및 사회적 문제해결 기술의 관계, 계명대학교 대학원 석사학위논문, 1995.
13. 한국보건사회연구원 : 국민건강 및 보건의식행태 조사, 1995.
14. 한국형사정책연구원 : 청소년 범죄 피해에 대한 연구, 1990.
15. Belloc, Breslow(1972), Relationship of physical health status and health practice, Preventive Medicine, 1, 409-421, 1972.