

일부지역 아동의 스트레스 지각정도와 스트레스 대처 행동의 차이

김 숙
장흥서초등학교

Differences of Perceived Stress Level and Stress Coping Behavior among School Children

Suk Kim

Jangheungseo Elementary School

ABSTRACT

This study was conducted to evaluate the differences of perceived stress level and stress coping behavior for 360 elementary school children in rural area and 360 in urban area. The questionnaire survey was done from December 10 to December 20, 2001.

The results were as follows:

1. There was no significant difference of perceived stress level between rural and urban areas, but there were significant difference of stress coping behavior between them.
2. Significant difference of perceived stress level and stress coping behavior among groups of grade was found.
3. There was significant difference of perceived stress level and stress coping behavior between male and female.
4. There was significant difference of stress coping behavior according to perceived stress levels

In conclusion, perceived stress level and stress coping behavior in elementary school children were different according to their grade and sex. It is important to teach them proper stress coping method, depending on their grade and sex. But, we have to focus on the development and application of stress self-control program, which enables children to cope with stress for themselves.

Based on:

1. Before starting the study, the subjects should be examined about whether they have ever been on stress education program before or not.
2. The educational environments and the development and implementation of teaching program for the proper stress coping method are needed.
3. This study was performed through the questionnaire for perceived stress level and stress coping behavior, but various methods like observation, person-to-person interview should be used for the further in-depth study.

Key Words : perceived stress, stress coping behavior

1. 서 론

1. 연구의 필요성

오늘날 복잡하고 다양하며 급속히 변화하는 사회에 살고 있는 현대인들은 누구나 적응상의 많은 문제를 겪게 되고 여러 가지 유형의 스트레스를 경험하며 살아가고 있다. 스트레스 그 자체가 일상생활의 불가피한 것으로 인식되고 있을 정도이며 현대인의 일상용어가 되었다. 사람들이 생활 속에서 겪는 크고 작은 사건들은 모두 스트레스의 원인으로 작용할 수 있으며 스트레스는 태어나면서 죽음에 이르기까지 지속되는 생의 일부로 연령에 관계없이 생활 속에서 스트레스를 경험한다고 볼 수 있다.

국내에서 대학생, 교사, 기업인, 일반성인 및 청소년을 대상으로 하는 많은 스트레스 관련 연구를 나숙자(1990), 남기형(1992), 이수완(1993), 정 희(1995), 예현숙(1995) 등이 하였다. 이러한 연구들의 공통적인 결론은 스트레스를 적절히 경험하면 생애 활력과 도움을 주지만 과도한 스트레스는 신체적, 정신적으로 커다란 피해를 가져와서 신체적·정신적 질병을 유발시킨다는 것을 연구결과에서 알 수 있다. 그러나 초등학교를 대상으로 한 스트레스 관련 연구는 중·고등학생이나 일반 성인에 비해 미진한 편이다. 이는 초등학교는 친진난만하여 무슨 스트레스를 받겠느냐 하는 생각에서 기인한 것으로 여겨지나, 현장에서 아동들과 같이 생활을 해 본 결과 초등학교 아동들도 많은 스트레스 상황에 직면하고 있으며 성인 못지 않은 스트레스를 받고 있다는 것이다.

아동기는 심리적, 신체적인 변화를 경험하면서 가치관의 혼란, 부모님의 높은 기대수준과 능력사이에서 생기는 모순, 학교, 사회 그리고 또래 집단과의 관계를 갖게 되는 등 많은 적응적 요구를 겪게 된다.

이러한 변화 속에서 아동들은 많은 스트레스를 받고 다양한 유형의 대처 행동을 한다. 장은수(1994)는 초등학교 아동의 성격특성 요인과 스트레스 대처 양식에 관한 연구에서 자기 지각이 강한 아동은 문제지향적 대처를 하는 경향이 있고 자기 지각이 낮은 아동은 정서 지향적 대처를 하는 경향이 있음을 밝혔으며 양경남(1993)은 학습 스트레스 대처훈련이 스트레스를 경감시켜주고 학습 태도를 향상시켰음을

입증해 주었다. 권숙희(1998)는 초등학교생들이 가장 많이 받고 있는 스트레스 요인은 자신감의 부족, 용돈부족, 시험 등에서 스트레스를 많이 받고 있으며 스트레스 해소방법으로는 거리를 배회하거나 친구와 대화를 하는 것이라고 하였다.

지금까지의 연구를 중심으로 살펴보면 일상생활에서 아동들은 많은 스트레스를 겪고 있음을 알 수 있다. 하지만 아동들이 스트레스를 받아들이기만 하고 아무런 대처도 하지 않는 수동적인 위치에만 있는 것이 아니라 스트레스를 다루어 나가고 해결하려는 적극적인 노력도 하고 있다.

이에 일생을 통해서 계속될 수 있는 스트레스가 아동들에게 출현되었을 때 현명하게 대처할 수 있도록 아동기의 스트레스에 관한 많은 연구가 요청된다.

따라서 본 연구에서는 아동들의 스트레스 요인과 대처유형을 좀더 구체적으로 이해하기 위해서 아동의 거주지와 성별 및 학년에 따라 분석하였다. 아동은 환경에 따라 다양한 스트레스를 받고 대처 유형 역시 다르게 나타나기 때문이다.

Elkind(1983)는 아동기의 과도한 스트레스가 우울증, 무력감, 불안감, 긴장 등을 야기 시켜 아동기의 건강을 해치고 있다고 하였다.

또한 Brenner(1984)는 출생에서 사춘기에 이르는 아동들이 무수한 긴장, 즉 스트레스 상태에 직면하고 있으며 아동의 스트레스 종류도 증가하고 있어 이에 대한 대처 방안이 어려워졌다고 지적하고 있다.

이와 같은 현실적 필요성, 교육적 중요성에 착안하여 아동에게 스트레스를 유발하는 요인을 크게 개인, 가정, 학교, 사회적인 요인으로 나누고 거주지별, 학년별, 성별로 초등학교생의 스트레스 지각 정도와 스트레스 대처행동 유형을 분석해 봄으로써 부모 및 교사가 아동들을 이해하고 지도하는데 참고가 될 수 있으며, 교육현장에서 아동들의 스트레스 감소 프로그램 개발하는데 바탕이 될 수 있도록 하는데 연구의 목적을 둔다.

2. 연구 목적

1) 일반적 목적

본 연구는 아동들이 일상생활에서 경험하는 스트레스의 요인과 그 대처 행동 유형을 분석하여 부모

및 교사가 아동들을 이해하고 지도하는데 참고가 될 수 있으며, 또한 거주지, 학년, 성별로 분석해 봄으로써 아동에게 가장 큰 스트레스 요인과 대처행동 유형에 차이가 있는지 파악하여 스트레스를 감소시킬 수 있는 대처 방안을 찾고자 한다.

2) 구체적 목적

- a. 도시와 농촌간 아동의 스트레스 요인에 차이가 있는가를 알아본다.
- b. 도시와 농촌간 아동의 스트레스 대처 행동 유형은 어떻게 나타나는가를 알아본다.
- c. 학년에 따른 스트레스 요인에 차이가 있는가를 알아본다.
- d. 학년에 따른 스트레스 대처 행동 유형은 어떻게 나타나는가를 알아본다.
- e. 성별에 따른 스트레스 요인에 차이가 있는가를 알아본다
- f. 성별에 따른 스트레스 대처 행동 유형은 어떻게 나타나는가를 알아본다.
- g. 스트레스 수준에 따른 대처행동 유형은 어떻게 나타나는가를 알아본다.

II. 연구 방법

1. 연구 대상 및 자료수집 방법

본 연구는 광주시 1개 초등학교와 아동수를 고려하여 전남 3개 초등학교를 연구자의 주관적 판단에 따라 선정하였다. 학년은 2,3,4,5,6학년을 저학년과 고학년으로 나누어 자기기입식 설문조사를 실시하였다. 자료수집 기간은 2002년 3월 10일~ 20일이며, 도시 360명 농촌 360명으로 총 720명에게 설문하여 이중 응답이 불성실하거나 미 응답자를 제외한 도시 352명, 농촌 329명 총 681명을 최종분석 대상으로 하였다.

2. 측정도구

1) 스트레스 요인 척도 측정도구

스트레스 요인 척도 측정 도구는 천민필(1993)이

연구한 “초등학교 아동의 스트레스 요인 연구”에서 제작한 질문지와 홍미경(1998)이 연구한 “아동의 스트레스와 대처방법에 관한 연구에서 제작한 질문지를 김민기(2000)가 “학년과 성별에 따른 아동의 스트레스 지각정도와 스트레스 대처행동의 차이”에서 수정 보완하여 신뢰도와 타당도가 인정된 설문지를 사용하였다.

본 연구 설문지에 포함된 문항의 하위 영역별 구성은 표 1과 같다.

전체 스트레스 척도의 신뢰도 계수는 Cronbach Alpha의 값이 0.92였으며, 각 문항에 대한 응답은 ‘스트레스를 많이 받는다 (5점)’, ‘스트레스를 받는다 (4점)’, ‘그저 그렇다(3점)’, ‘스트레스를 받지 않는다 (2점)’, ‘스트레스를 전혀 않는다 (1점)’ 의 5점 척도로 점수가 높을수록 스트레스 지각 정도가 높은 것으로 해석된다.

2) 스트레스 대처행동 측정도구

스트레스 대처행동 측정도구는 Ryan-Wenger(1992)가 고안한 대처행동 문항을 참고하여 윤종희(1997), 정원주(1997)가 연구한 “한국 아동의 스트레스 대처 행동의 척도 개발”에서 제작한 질문지를 김민기(2000)가 “학년과 성별에 따른 아동의 스트레스 지각정도와 스트레스 대처행동의 차이” 연구에서 수정 보완한 것을 사용하였다.

이 척도는 아동이 스트레스 상황에 직면했을 때 어떻게 대처하는가를 알기 위한 것으로 9개 하위척도 즉, 긍정적 재평가 (5문항), 감정적 공격(6문항), 문제직면적 행동(4문항), 문제 해결적 정보추구(4문항), 기분전환적 행동(5문항), 회피(4문항), 영적 지지(3문항), 감정완화적 분리(3문항), 감정표현(4문항) 등으로 나누어져 있으며 전체 문항수는 38문항으로 구성되어 있다.

본 연구에서 사용한 도구의 신뢰도 계수는 Cronbach Alpha 값이 0.92 였으며 각 문항은 5점 리커트 척도로 “항상 그렇다” 5점, “대체로 그렇다” 4 점, “그저 그렇다” 3점, “대체로 그렇지 않다” 2점,

표 1. 스트레스 요인 하위 척도별 문항수

하위영역	개인적 요인	가정적 요인	학교적요인	사회적요인	합계
문 항 수	3	15	19	3	40

“전혀 그렇지 않다”에 1점을 주어 점수가 높을수록 대처 행동을 많이 사용하는 것으로 해석된다.

3. 분석 방법

본 연구에서 수집된 자료의 처리를 위하여 spss 10.0 버전을 사용하였으며 연구문제의 해결을 위해 다음과 같은 분석방법을 사용하였다.

첫째, 아동의 스트레스 지각요인과 스트레스 대처 유형을 살펴보기 위하여 각각 t-test 하였으며

둘째, 스트레스 지각 수준에 따른 스트레스 대처 유형의 차이를 살펴보기 위하여 상·중·하로 나누어 ANOVA-test와 사후검정을 실시하였다.

위의 통계적 분석은 유의수준 .05에서 검증하였다.

III. 연구결과

1. 응답자의 구성

응답자의 구성은 표 2와 같다. 총 응답자 681명 중 도시지역 아동이 352명으로 51.7%, 농촌지역 아

동이 329명으로 48.3% 였으며, 학년별로는 저학년 333명 48.9%, 고학년 348명 51.1%으로 하였다. 이는 초등학교 전체를 고려하기 위한 학년 배분으로 1학년은 응답에 답하기 어려움을 참작하여 제외하여 조사하였다. 성별은 남학생 353명 51.8%, 여학생 328명 48.2%로 구성되었다.

2. 거주지별 스트레스 지각정도

표 3과 같이 거주지별 아동들의 스트레스 지각정도를 요인별로 알아본 결과 도시와 농촌간 아동들의 스트레스 지각요인은 모두 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다.

3. 학년별 스트레스 지각정도

표 4와 같이 학년별 아동들의 스트레스 지각정도를 알아본 결과 개인적 요인, 가정적 요인, 학교적 요인에서 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 그리고 개인적, 가정적, 학교적요인 모두에서 저학년이 고학년보다 스트레스를 더 많이 지각하고 있는 것으로 나타났다.

표 2. 응답자의 구성

구	분	Frequency	Percent
거주지별	도시지역	352	51.7
	농촌지역	329	48.3
학년별	저학년	333	48.9
	고학년	348	51.1
성별	남학생	353	51.8
	여학생	328	48.2
Total		681	100.0

표 3. 거주지별 스트레스 지각정도 비교

지각 요인	도시		농촌		t	p
	Mean	SD	Mean	SD		
개인적 요인	2.61	.91	2.59	.88	.203	.839
가정적 요인	2.84	.79	2.80	.80	.656	.512
학교적 요인	2.65	.79	2.59	.74	.994	.679
사회적 요인	3.20	1.03	3.34	.94	-1.817	.070
전 체	110.53	27.09	109.19	25.89	.661	.509

표 4. 학년별 스트레스 지각정도 비교

지각 요인	저학년		고학년		t	p
	Mean	SD	Mean	SD		
개인적 요인	2.67	.96	2.53	.83	2.153	.032
가정적 요인	2.92	.82	2.72	.75	3.185	.002
학교적 요인	2.78	.79	2.47	.71	5.295	.000
사회적 요인	3.20	1.09	3.33	.88	-1.775	.076
전 체	114.36	27.89	105.60	24.40	4.367	.000

표 5. 성별 스트레스 지각정도 비교

지각 요인	남 자		여 자		t	p
	Mean	SD	Mean	SD		
개인적 요인	2.67	.90	2.52	.89	2.233	.026
가정적 요인	2.89	.77	2.74	.80	2.570	.010
학교적 요인	2.75	.77	2.49	.73	4.421	.000
사회적 요인	3.22	.99	3.32	.98	-1.316	.189
전 체	113.45	25.88	106.05	26.68	3.672	.000

4. 성별 스트레스 지각정도

표 5와 같이 성별 아동들의 스트레스 지각정도를 알아본 결과 사회적 요인을 제외한 개인적 요인, 가정적 요인, 학교적 요인에서 남자가 여자 보다 스트레스를 더 많이 지각하고 있었다. 전체적으로 모든 요인에서 남자가 여자 보다 스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타나 통계적으로 유의한

차이를 보였다.

5. 거주지별 스트레스 대처 행동

표 6과 같이 거주지별 스트레스 대처 행동 유형을 알아본 결과 감정 완화적 분리, 감정표현을 제외한 모든 항목에서 유의한 차이를 보였으며 긍정적 재평가, 감정적 공격, 문제 직면적 행동, 문제 해결

표 6. 거주지별 스트레스 대처 행동 유형 비교

대처 유형	도시		농촌		t	p
	Mean	SD	Mean	SD		
긍정적 재평가	3.13	.96	2.99	.85	2.027	.043
감정적 공격	3.15	1.08	2.94	.90	2.80	.005
문제직면적 행동	3.16	.92	3.02	.89	2.01	.043
문제해결적 정보추구	3.31	.97	3.13	1.03	2.289	.022
기분전환적 행동	3.42	1.05	3.17	.99	3.334	.001
회피	3.20	1.04	2.72	1.09	5.873	.000
영적 지지	3.21	1.14	2.89	1.02	3.91	.000
감정완화적 분리	3.14	1.18	3.10	1.08	.396	.693
감정표현	3.46	1.07	3.39	.95	.925	.355
전체	123.40	26.42	115.60	21.23	4.226	.000

표 7. 학년별 스트레스 대처 행동 유형 비교

대처 유형	저학년		고학년		t	p
	Mean	SD	Mean	SD		
긍정적재평가	3.10	.95	3.03	.87	.987	.323
감정적공격	3.17	1.04	2.93	.96	3.11	.002
문제직면적 행동	3.14	.92	3.05	.90	1.30	.193
문제해결적 정보추구	3.29	1.03	3.16	.98	1.683	.093
기분전환적 행동	3.37	1.00	3.23	.95	1.922	.055
회피	3.15	1.04	2.79	1.10	4.287	.000
영적 지지	3.19	1.08	2.92	1.10	3.224	.001
감정완화적 분리	3.19	1.12	3.06	1.14	1.157	.117
감정표현	3.44	1.03	3.41	1.00	.317	.751
전체	122.76	25.23	116.64	23.12	3.306	.001

적 정보추구, 기분 전환적 행동, 회피, 영적 지지의 대처 행동 유형을 도시 아동들이 농촌아동들 보다 더 많이 사용하는 것으로 나타났다.

6. 학년별 스트레스 대처 행동

표 7과 같이 학년별 스트레스 대처 행동 유형을 알아본 결과 감정적 공격, 회피, 영적지지 항목에서 통계적으로 유의한 차이를 보였으며 저학년이 고학년보다 대처 행동 유형을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다.

7. 성별 스트레스 대처 행동

표 8과 같이 성별 스트레스 대처 행동 유형을 알

아본 결과 영적 지지, 감정 완화적 분리, 감정 표현에서 통계적으로 유의한 차이를 보였으며 남자 아동들이 이러한 대처 행동 유형을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다.

8. 스트레스 수준에 따른 대처 행동 유형 비교

표 9에서 나타난 바와 같이 모든 항목에서 통계적으로 유의한 차이를 보여 스트레스 수준에 따른 대처행동 유형의 차이를 알아보기 위해 사후검정을 실시하였다. 그 결과 긍정적 재평가, 감정적 공격, 문제직면적 행동, 문제해결적 정보추구, 회피, 영적 지지, 감정표현 유형과 전체적 유형이 상-하, 상-중, 상-하 구간 모두 유의한 차이가 있었으며, 영적지지,

표 8. 성별 스트레스 대처 행동 유형 비교

대처 유형	남자		여자		t	p
	Mean	SD	Mean	SD		
긍정적 재평가	3.06	.89	3.06	.93	.005	.996
감정적 공격	3.11	.97	2.99	1.03	1.56	.119
문제직면적 행동	3.11	.90	3.08	.91	.46	.743
문제해결적 정보추구	3.20	.99	3.25	1.02	-5.70	.569
기분전환적 행동	3.33	1.00	3.26	.95	.960	.337
회피	2.99	1.10	2.94	1.08	.589	.556
영적 지지	3.14	1.10	2.95	1.09	2.251	.025
감정완화적 분리	3.22	1.13	3.02	1.13	2.373	.018
감정표현	3.57	1.01	3.27	1.00	3.959	.000
전체	121.39	22.94	117.74	25.68	1.960	.050

표 9. 스트레스 수준에 따른 대처 행동 유형 비교

대 처 유 형	상		중		하		F	p
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD		
긍정적 재평가 ¹⁾	3.50	.95	3.01	.75	2.69	.84	52.110	.000
감정적 공격 ¹⁾	3.50	.96	2.99	.855	2.67	1.01	43.984	.000
문제직면적 행동 ¹⁾	3.42	.88	3.14	.82	2.73	.89	36.592	.000
문제해결적 정보추구 ¹⁾	3.58	1.00	3.24	.92	2.87	.97	31.034	.000
기본전환적 행동 ³⁾	3.51	.97	3.29	.92	3.11	1.00	9.871	.000
회피 ¹⁾	3.40	1.12	2.93	.97	2.57	1.00	36.859	.000
영적 지지 ²⁾	3.34	1.03	3.03	1.07	2.79	1.13	15.044	.000
감정완화적 분리 ²⁾	3.58	1.04	3.03	1.06	2.78	1.15	32.303	.000
감정표현 ¹⁾	3.81	.91	3.40	.94	3.08	1.06	32.481	.000
전 체 ¹⁾	133.88	24.28	118.64	19.59	106.94	21.04	88.397	.000

- 1) 상-중, 상-하 중-하 유의한 차이(p<.05)
- 2) 상-중, 상-하만 유의한 차이(p<.05)
- 3) 상-하만 유의한 차이(p<.05)

감정완화적 분리 유형은 상-중, 상-하 유형에서 유의한 차이를, 기본전환적 행동은 상-하만 유의한 차이를 보였다.

IV. 고 찰

1. 연구대상에 대한 토의

연구대상자들을 선정하는데 있어 1학년 아동은 설문지 이해정도가 부족할 것을 고려하여 제외한 2.3.4.5.6학년으로 하였으며, 거주지별 차이를 알아보기 위해 도시아동과 농촌아동을 연구자가 임의로 정하여 설문을 받았다. 도시아동은 광주시의 1개 초등학교 학생을 대상으로 하여 동일한 지역조건을 갖추었으나 농촌지역아동은 학년별 아동수가 부족하여 3개 학교 아동을 함께 설문하였기 때문에 거주지별로 약간의 차이가 있다. 앞으로 이러한 연구를 함에 있어 한 개 면 단위 학교 아동을 설문하여 도시아동과 비교 연구를 논하는 것이 바람직하다 하겠다.

2. 연구방법에 대한 토의

연구대상자를 선정하는데 있어 그들의 가정환경이나 스트레스 관련 교육을 받아본 경험 유무를 조사하지 않고 스트레스 지각정도와 대처 행동의 차이

를 측정함에 있어 결과 해석에 참고하여야 할 것이다. 또한 도구화된 설문지를 사용하긴 했지만 아동들이 답하기에 애매한 부분이 있었으며 설문이 너무 길어서 아동들이 뒤로 갈수록 응답에 무성의를 보일 가능성이 있어 간단하면서도 객관성이 높은 설문도구의 필요성을 느꼈다.

3. 연구결과에 대한 토의

국내에서 수행한 아동의 스트레스 연구는 오가실·한정석(1990), 윤유경(1989), 유안진·한미현(1995), 천민필(1993), 민하영·유안진(1998) 등이 하였으며 특히 스트레스 지각 요인에 따른 대처행동에 관하여 자세한 연구를 하였다.

본 연구자는 초등학교 아동들의 스트레스 지각정도와 스트레스 대처 행동의 차이를 각각 거주지별, 학년별, 성별로 살펴보고자 하였다. 객관화된 설문지를 이용하여 자료를 수집하였으며 수집된 자료를 분석한 결과 다음과 같다.

A. 거주지별 스트레스 지각정도

거주지별 초등학교 아동들의 스트레스 지각요인은 모든 항목에서 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이는 강석만(2000), 황미섭(2000),

천민필(1994)의 연구결과 도시거주학생과 농촌거주 학생중 도시거주학생이, 양경남(1993)의 서울거주학생과 경기도거주학생중 서울거주학생이 스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타나 본 연구결과와 차이를 보였다. 이러한 결과는 최근 농촌의 도시화로 인하여 도시아동과 농촌아동간의 생활수준이 비슷하며, 부모의 자녀에 대한 기대가 도시 못지 않게 높고 다양한 통신매체를 통하여 아동들의 관심과 호기심 수준이 거의 차이가 나지 않기 때문으로 생각된다.

B. 학년별 스트레스 지각정도

학년별 스트레스 지각요인은 사회적 요인을 제외한 개인적 요인, 가정적 요인, 학교적 요인에서 유의한 차이를 보였으며 이를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

개인적 요인에서 저학년이 고학년보다 스트레스 지각정도가 높게 나타났다. 이는 하위 요인의 건강 관련 항목에서 건강 및 신체발육 문제에 관한 스트레스 요인이 저학년에서 더 크게 작용한 것으로 나타나 최성윤(1991), 안창규(1996), 류수영(1993)의 연구결과와 같다. 하지만 김정선(1995), 천민필(1993), 오경자(1990)는 연령이 증가할수록 스트레스를 더 많이 받는 결과를 보여 차이가 있었다. 이시기의 아동은 고학년보다 학교생활에 적응하기 위하여 피곤함을 많이 느끼고, 잔병을 자주 경험하기 때문에 스트레스를 더 많이 받는다. 그리고 유치원에서 평가를 받지 않고 자유롭게 생활하다 초등학생이 되어 정규교육을 받고 보니 생각보다 많은 교육과정에서 자신이 의도하는 방향으로 되지 않을 때 아동들은 자신감이 없어지고 스트레스를 많이 받는 것으로 사료된다.

가정적 요인에서 아동들이 전체적으로 가장 많이 스트레스를 받았으며 특히 저학년이 고학년보다 스트레스를 더 많이 지각하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 송의열(1995), 오가실·한정석(1990), 이소은(1990), 이정미(1996), 천민필(1993), 민하영(1998), 한미현(1996)의 연구결과와 일치하였으며 학년이 낮을수록 부모님께 의지하는 정도가 크고 부모님께서 항상 자신만을 위해 주어야 한다고 생각하고 있기 때문에 그에 상반된 경험을 하게 될 때 스트레스를 많이 받는 것으로 생각된다.

학교적 요인에서도 저학년이 고학년보다 스트레스를 많이 경험하였으며 이는 유경희(1978), 김혜옥(1989), 최성윤(1991), 류수영(1993), 안창규(1996)의 연구결과와 일치하였다. 그러나 양경남(1993), 김정선(1995), 천민필(1993), 오경자(1990), 이해련(1990) 연구에서 고학년이 스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타나 차이를 보였다. 특히 조은숙(1988)은 학교에서의 지속적인 성공이나 실패 경험의 누적은 아동들의 장애에 중요한 영향을 미치며 교우 관계의 실패도 정신 건강을 저해하는 요소들이 되기도 하므로 이 시기에 부모나 교사가 아동들의 학교생활에 대한 주의와 관심을 가지고 학교생활에서 유발되는 스트레스를 감소시키는데 도움이 되는 프로그램을 개발하여 교육을 하는 것이 중요하다고 하였다.

이처럼 학년별 스트레스 지각의 차이는 연구대상의 지역적 차이와 표집 방법에 따라 다르게 나타난 결과라고 판단된다.

C. 성별 스트레스 지각정도

성별 스트레스 지각요인은 개인적 요인, 가정적 요인, 학교적 요인에서 유의한 차이를 보였으며 이를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

개인적 요인에서 남자 아동이 여자 아동보다 스트레스를 더 많이 지각하는 것으로 나타나 김민기(2000), 천민필(1993), 권숙희(1998)의 여자 아동은 외모로 인한 스트레스가 남자 아동보다 높다는 연구결과와 차이를 보였다.

가정적 요인에서 남자 아동이 여자 아동보다 스트레스를 더 많이 지각하는 것으로 나타났다. 이는 남아 선호사상의 유교문화권에서 성 차별적인 양육 방법으로 보이며 박순영(1998), 정애현(2000), 한미현(1996), 김정선(1995), 천민필(1993), 이정미(1996)의 연구에서와 같이 지나친 부모님의 간섭과 기대수준이 너무 높음으로 인한 것 같다. 김정한(1995), 김민기(2000)는 여자 아동이 남자 아동 보다 스트레스 수준이 높다고 하여 차이를 보였다.

학교적 요인에서도 남자 아동이 여자 아동보다 스트레스 지각정도가 더 높은 것으로 나타나 이현립(2000)의 연구결과와 일치하여 남자 아동이 여자 아동보다 학업성취에 대해 강한 스트레스를 받고, 특히 부모의 성적에 대한 기대와 시험에 대한 불

안 및 부담이 크게 스트레스를 지각하게 하는 것으로 나타났다. 류수영(1993), 권숙희(1998), 김재환(1995)은 여자 아동이 가정에서나 학교에서 대인관계로 인한 스트레스를 많이 받는 것으로 보고하여 차이를 보였다.

전반적으로 사회적 요인에서 아동들이 스트레스를 크게 지각하였으나 유의한 차이는 없었다.

D. 거주지별 스트레스 대처 행동

거주지에 따라 스트레스 대처행동에 유의한 차이가 있는지 분석한 결과 감정 완화적 분리와 감정표현을 제외한 전 유형에서 도시아동이 농촌아동보다 대처 유형을 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 서영미(2001)의 도시아동이 감정적 공격과 기분전환적 행동을, 류수영(1993), 안창규(1996), 최성윤(1991), 유경희(1978)는 문제직면적 행동을 도시아동들이 농촌아동보다 많이 사용하는 것으로 보고하여 일치하였으나 강석만(2000), 차정미(1996), 최성윤(1992), 윤유경(1990)의 농촌지역 아동이 스트레스에 대하여 감정적이고 회피의 유형을 많이 사용한다는 연구결과와는 차이를 보였다.

전반적으로 가장 많이 사용하는 대처유형이 감정표현과 기분 전환적 행동으로 자신의 느낌이나 감정을 표현하는데 신체적, 언어적 공격과는 달리 울음이나 말로 표현하는 방법이었다. 이는 아동들이 바람직하지 않은 대처유형을 사용하는 것으로 아동들이 스트레스 상황에 직면하였을 때 자기문제를 스스로 해결하고 외적 환경에 능동적으로 대처하려는 태도와 독립성을 추구할 수 있도록 가정이나 학교에서 교육적인 노력이 필요하다고 사료된다.

E. 학년별 스트레스 대처 행동

학년에 따라 스트레스 대처행동에 유의한 차이가 있는지 분석한 결과 감정적 공격, 회피, 영적 지지 항목에서 저학년이 고학년보다 더 자주 사용하는 것으로 나타나 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 모든 학년에서 아동들이 스트레스 상황에서 흔히 사용하는 대처 유형은 감정표현과 기분 전환적 행동이 많았으며 긍정적 재평가, 문제 직면적 행동을 적게 사용하는 것으로 나타났다. 그러므로 요즘 아동들은 스트레스 상황에서 발생한 정서적 혼란을 일단

울음으로 표현하였다가 해결되지 않으면 포기해 버리는 소극적인 방법을 많이 사용하고 있었다.

본 연구결과 김민기(2000), 천민필(1993)의 저학년이 감정적 공격 유형을 더 많이 사용한다는 연구결과와 일치하였으나 이정미(1996), 김민기(2000)는 고학년이 회피와 영적 지지 유형을 Gutman(1974), 윤유경(1990), 이소은(1990), 이정미(1996)는 연령이 증가함에 따라 영적지지의 신비적인 대처행동 유형을 정원주(1997)는 고학년일수록 감정적 공격 유형을 많이 사용하는 것으로 보고하여 본 연구의 결과와 차이를 보였다.

그러나 아동들은 전체적으로 스트레스에 대해 적극적으로 대처하려 하지 않는다는 해석을 가능하게 하여 아동들이 지각된 스트레스에 나름대로 인지적인 평가를 하여 그 스트레스 상황에 적극적으로 대처하여 긍정적으로 해결해 나갈 수 있도록 도울 수 있어야 하겠다.

F. 성별 스트레스 대처 행동

성별 스트레스 대처행동에 유의한 차이가 있는지 분석한 결과 감정 표현, 감정완화적 분리, 영적지지 유형에서 유의한 차이가 나타났다. 특히 모든 아동이 감정표현 유형을 가장 많이 사용하고 있었으며 긍정적 재평가, 기분 전환적 행동을 제외한 전 유형에서 남자 아동이 여자 아동보다 대처유형을 더 많이 사용하였다.

이는 정원주(1997)의 여학생이 영적 지지 대처행동 이정미(1996), 윤유경(1990)의 여아는 내적 감정발산 대처 행동을 서영미(2001)는 여학생이 지지 추구적 대처 유형을 더 많이 사용하는 것으로 보고하여 차이를 보였으나, 부분적으로 서영미(2001)의 남학생은 회피적 대처와 기분 전환적 대처행동을 이소은(1998), 한순아(1996)는 스트레스를 잊어버리려는 분리적 행동을 남학생이 여학생보다 더 많이 사용한다는 결과를 보여 본 연구결과와 일치하였다.

이상의 연구결과에서 모든 아동들이 스트레스에 대해 감정적인 방법으로 대처를 많이 하고 다양한 유형의 대처유형을 사용하고 있음을 알 수 있었다.

G. 스트레스 수준에 따른 대처 행동 유형의 차이
스트레스 수준에 따른 대처 행동 유형의 차이

를 비교한 결과 기분 전환적 행동과 영정지지, 감정 완화적 분리를 부분적으로 제외한 전 유형이 유의한 차이를 보였다. 즉 스트레스 수준이 높은 군이 낮은 군보다 모든 대처 유형을 많이 사용한다는 것이다.

특히 스트레스 수준이 높은 군은 감정 표현과 감정 완화적 분리 대처 유형을 많이 사용하였고, 중간 군에서는 감정 표현과 기분 전환적 행동 유형을, 낮은 군에서는 감정 표현과 영적 지지 유형을 많이 사용하여 스트레스가 높은 군과 중간 군, 낮은 군간의 유의한 차이를 보였다.

이처럼 스트레스 수준에 따라 모든 대처 행동 유형에서 유의한 차이를 보이는 것은 스트레스에 대한 대처를 어느 한 유형만을 사용하는 것이 아니라 두 가지 유형을 동시에 사용한다고 한 Lazarus(1984)의 연구결과를 입증해 주었다. 아동은 성인과 달리 인지적 능력이 부족하며 성인에 비해 단순하기 때문에 스트레스에 노출되었을 때 문제상황을 잊기 위해 다른 행동들을 취하게 되는 것은 어쩌면 아동에게 있어서 적극적 대처라고도 할 수 있다. 그러므로 개인적인 특성과 대처과정에 대한 연구를 통해 문제를 해결하는데 있어서 개개인에 맞는 효율적인 대처방식을 지도해 주어야 할 것으로 생각된다.

V. 요약 및 결과

일부지역 초등학교 아동을 대상으로 스트레스 지각도와 스트레스 대처행동의 차이를 알아보기 위해 농촌지역 아동 360명 도시지역 아동 360명을 대상으로 2002년 3월 10일부터 3월 20일까지 설문조사를 통해 조사한 결과는 다음과 같다.

1. 도시지역 아동과 농촌지역 아동간의 스트레스 지각정도에는 유의한 차이가 없었지만 스트레스 대처 행동의 유형에 유의한 차이가 있었다.
2. 학년간 스트레스 지각도와 스트레스 대처 행동 유형은 유의한 차이가 있었다.
3. 성별 스트레스 지각 정도와 스트레스 대처 행동 유형은 두 집단 간에 유의한 차이가 있었다.
4. 스트레스 수준에 따라 스트레스 대처 행동 유형은 유의한 차이가 있었다.

이상의 결과를 종합해보면 초등학교 아동의 스트

레스 지각도와 대처행동 유형은 학년과 성별에 따라 다르게 지각하며 그에 따른 대처 행동 역시 다양하게 나타났다. 그러므로 학년과 성별에 맞는 스트레스 대처 방법을 교육하여 그들에게 주어진 스트레스를 줄여주는 방법과 그에 앞서 아동 스스로 스트레스 자극에 대하여 자기 스스로 조절하고 대처하는 능력을 길러주는 교육프로그램의 개발과 활용에 더 초점을 맞추어야 할 것이다.

즉 개인의 스트레스에 대한 대처능력은 그의 기질적인 요인에서도 영향을 받지만 그의 성장과정에서 학습된 대처유형에 더 많이 영향을 받으며 자신의 성향에 맞는 대처유형을 개발하고 자신에게 주어진 대처자원을 효율적으로 관리하고, 특정한 스트레스에 직면하여 가장 적절한 스트레스 대처유형을 선택하여 활용하는 것은 교육을 통해서 습득되는 것이기 때문이다.

이상의 연구결과를 기반으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

1. 연구를 시작하기 전에 그들의 스트레스에 관한 교육 경험 유무를 확인하고 대상자에게 연구해 볼 필요가 있다.
2. 스트레스에 대한 적절한 대처 방법을 교육할 수 있는 교육 여건의 조성과 교육프로그램이 개발 운영되어야 할 것을 제언한다.
3. 본 연구의 방법은 질문지에 한정하여 학생들의 스트레스 지각정도 및 대처행동 유형을 측정하였지만 질문지뿐만 아니라 관찰법, 면접법 등 다양한 연구방법들을 함께 사용하여 스트레스 지각정도 및 대처행동 유형에 대한 심도 있는 연구가 시도되어야 할 것을 제언한다.

참 고 문 헌

- 1) 강석만. 초등학교 아동의 스트레스 요인에 관한 연구. 석사학위논문, 대구효성가톨릭대학교대학원, 2000
- 2) 권숙희. 초등학교 아동의 스트레스 요인과 대처양식의 탐색. 석사학위논문, 영남대학교 교육대학원, 1988
- 3) 김민기. 학년과 성별에 따른 아동의 스트레스 지각도와 스트레스 대처행동의 차이. 석사학

- 위논문, 대구효성가톨릭대학교 대학원, 2000
- 4) 김정선. 국민학교 아동의 고민 유형과 도덕적 판단력과의 관계. 석사학위논문, 고려대학교교육대학원, 1995
 - 5) 김정희. 스트레스에 대처하는 방법. 대광사, 1995
 - 6) 김재환. 아동의 성격특성과 스트레스 수준 및 스트레스 대처양식과의 관계. 석사학위논문, 강원대학교 교육대학원, 2000
 - 7) 나숙자. 임상간호사의 건강문제와 스트레스 정도에 관한 조사 연구. 석사학위논문, 서울대학교 보건대학원, 1990
 - 8) 남기형. 목회자의 스트레스에 있어서 기독교적 대처방법론 연구. 박사학위논문, 연세대학교 대학원, 1992
 - 9) 류수영. 국민학교 고학년용 생활 스트레스 척도의 개발을 위한 예비 연구. 석사학위논문, 충남대학교 대학원, 1993
 - 10) 민하영. 스트레스 상황에 대한 지각된 통제감과 내외통제소제가 아동의 스트레스 대처행동에 미치는 영향. 박사학위논문, 서울대학교 대학원, 1999
 - 11) 박순영. 청소년들의 스트레스 수준과 대처양식에 관한 연구. 석사학위논문, 강원대학교 대학원, 1998
 - 12) 백경애. 초등학교 아동의 스트레스와 사회적 지지와의 관계. 석사학위논문, 한국교원대학교 대학원, 1997
 - 13) 서영미. 초등학교 아동의 스트레스와 사회적 지지 및 대처행동과의 관계. 석사학위논문, 한국교원대학교 대학원, 2001
 - 14) 송의열. 일상 스트레스에 대한 아동의 대처행동 연구. 박사학위 논문, 건국대학교 대학원, 1995
 - 15) 안창규. 국민학교 아동이 겪는 스트레스와 그 대처방법 유형. 석사학위논문, 부산대학교 대학원, 1996
 - 16) 양경남. 학습 스트레스 대처훈련이 스트레스 경감과 학습태도에 미치는 효과, 석사학위논문, 한국교원대학교, 1993
 - 17) 오가실. 스트레스 생활사건, 건강문제, 대응, 사회적지지와의 관계. 간호학회지, 1990; 20(3): 414-429
 - 18) 오경자. 아동 청소년 문제 행동 평가척도의 개발을 위한 예비 연구. 신경정신의학, 29 1990
 - 19) 유경희. 가정의 심리적 환경이 아동의 불안에 미치는 영향. 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원, 1978
 - 20) 윤유경. 아동의 스트레스 대응 양상의 발달. 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원, 1990
 - 21) 윤종희. 한국 아동의 스트레스 대처행동의 척도 개발. 한국가정관리학회지. 1997;15(3): 95-106
 - 22) 이소은. 스트레스 상황에 대한 아동 및 청소년의 대처방식. 석사학위논문, 서울대학교 대학원, 1998
 - 23) 이시은. 스트레스 대처방식 및 학교적응간의 관계. 석사학위논문, 홍익대학교 대학원, 998
 - 24) 이수완. 교사의 여가활동참여유형, 직무스트레스 및 생활만족도의 관계분석. 석사학위논문, 제주대학교 교육대학원, 1993.
 - 25) 이정미. 국민학교 아동이 겪는 스트레스와 그 대처 방법 유형. 석사학위논문, 부산대학교 교육대학원, 1996
 - 26) 이혜련. 아동 청소년 문제 행동 평가척도의 개발을 위한 예비 연구. 신경정신의학, 29 1990
 - 27) 예현숙. 성인의 스트레스 및 영양섭취와 비만 지수와의 관련성. 석사학위논문, 울산대학교 대학원, 1995
 - 28) 정원주. 한국 아동의 스트레스 대처행동의 척도 개발. 한국가정관리학회지, 1997;15(3): 95-106
 - 29) 정 희. 고교생의 스트레스와 그 대처방식에 관한 연구 -울산광역시 인문계 고등학교를 중심으로. 석사학위논문, 울산대학교 대학원, 1995
 - 30) 진은경. 스트레스 상황에 따른 아동의 대처방식에 관한 연구. 석사학위논문, 서울여자대학교, 1990
 - 31) 차정미. 초등학교 아동의 스트레스 유형과 그에 따른 대처 방안 연구. 석사학위논문, 조선대학교 대학원, 1996

- 32) 천민필. 국민학교 아동의 스트레스 요인 연구. 석사학위논문, 한국교원대학교, 1993
- 33) 최성윤. 아동기 스트레스에 관한 연구. 석사학위논문, 한국교원대학교 대학원, 1992
- 34) 한미현. 아동의 스트레스 및 사회적 지지 지각과 행동문제. 박사학위논문, 서울대학교, 1996
- 35) 홍미경. 아동의 스트레스와 대처방법에 관한 연구. 석사학위논문, 제주대학교 교육대학원, 1998
- 36) 황미섭. 가정환경에 따른 아동의 일상적 스트레스에 관한 연구. 석사학위논문, 중앙대학교, 2000
- 37) Brenner, A. Helping children cope with stress, Massachusetts D.C. Health and Company Lexington, 1984
- 38) Elkind, D. The hurried child, New York, Management & Music Publish Inc, 1983
- 39) Ryan-wenger, NA. A taxonomy of children's coping strategies A step toward theory development. American Journal of Orthopsychist, 1992,; 62(2): 256-263