



고등학교 청소년의 건강위험행위에 영향을 미치는 요인

최진¹⁾ · 김미예²⁾

1) 선린대학 간호과 전임강사, 2) 경북대학교 간호대학 교수

= Abstract =

Factors Influencing Health Risk Behavior in High School Students

Choi, Jin¹⁾ · Kim, Mi-Ye²⁾

1) Full-time Instructor, Department of Nursing, Sunlin College University
2) Professor, College of Nursing, Kyungpook National University

Purpose: The purpose of this study was to identify the factors influencing health risk behavior in high school students. **Methods:** The subjects were 512 students from 4 high schools in 3 cities. The questionnaire measured the level of self-esteem, self-efficacy, internal locus of control and health risk behaviors. The data were analyzed using descriptive statistics, t-test, ANOVA, Scheffe test, Pearson's correlation coefficient and stepwise multiple regression analysis. **Results:** There were significant differences in the health risk behaviors according to sex, a classification of the school, whether or not smoking of mother, whether or not live alone, level of harmonious family, level of satisfying school-life and three variables of them were significant differences by Scheffe test. There was a significant positive correlation between sub-dimension of health risk behaviors and the self-efficacy, self-esteem, internal locus of control were negative correlation with health risk behaviors. The most important influential factor of the health risk behaviors was the self-efficacy. **Conclusion:** From the studies reviewed, improving the self-efficacy, self-esteem, internal locus of control and the general social environment of students will probably be the most effective strategies for primary prevention of health risk behaviors.

Key words : Adolescent, Health behavior, Self esteem, Self efficacy, Locus of control

주요어 : 청소년, 건강행위, 자아존중감, 자기효능감, 통제위

교신저자 : 최진(E-mail: cjin@sunlin.ac.kr)

투고일: 2009년 2월 2일 심사완료일: 2009년 4월 10일

• Address reprint requests to : Choi, Jin(Corresponding Author)

Department of Nursing, Sunlin College University.

146-1, Chogok-dong, Hunghae-eup, Buk-gu, Pohang City, Kyongbuk, Korea

Tel: 82-54-260-5517 Fax: 82-54-260-5519 E-mail: cjin@sunlin.ac.kr

서 론

연구의 필요성

청소년기는 급격한 신체적, 정서적 변화와 함께 아동기를 거치면서 형성된 생활습관과 건강에 대한 중요한 태도가 발달되고 성인기 이후의 건강생활에 근원이 되는 건강관행이 만들어지는 시기이다.

이러한 청소년기에 시작되는 건강위험행위란 건강에 해를 주는 위협적인 행위로서 청소년기에 발생되어 청소년기는 물론 성인이 되었을 때도 질병이나 사망, 사회적 문제를 야기할 수 있는 행위로 정의할 수 있으며(Kim, 1999), 의도적이거나 비의도적인 상해, 흡연, 음주와 약물사용, 성행위, 불건강한 식사 행위와 부적절한 신체활동 등을 포함한다. 미국의 질병 관리센터(Center for Disease Control and Prevention: CDC)는 1990년부터 청소년 건강위험행태감시체계(Youth Behavior Risk Factor Surveillance System: YRBSS)를 운영하며 건강 위험행위의 실태 파악과 관련요인에 대한 이해를 통해 적절한 관리의 필요성을 제시하였다(Sussman, Jones, Wilson, & Kann, 2002).

우리나라에서는 2005년부터 2008년까지 4차에 걸쳐 청소년 건강위험행태를 조사해오고 있는데 이 결과에 의하면, 2007년 청소년 현재 흡연율이 13.3%, 음주율 27.8%, 비의료적 약물 경험률 6.8%, 자살 사고(思考)율 23.7%, 자살 시도율 5.8%로, 생애주기별 주요 건강문제를 평가함에 있어 청소년(13-18세)의 주요 건강문제가 건강행태의 악화임을 보고하였다(Korea Centers for Disease Control and Prevention: KCDC, 2008).

Nutbeam, Aaro과 Catrord (1989)는 건강행위를 건강증진행위와 건강저해행위로 구분하였는데, 실제적으로 건강증진행위와 건강위험행위는 서로 배타적이지 않다고 할 수 있다. 이는 하나의 건강관련 행위가 연속선상에 있으면서 경우에 따라 건강증진행위가 되기도 하고 건강위험행위가 되기도 하기 때문이다. 따라서 건강위험행위와 관련된 영향요인을 알기 위해서는 청소년의 건강과 관련된 모든 행위를 포괄할 수 있는 대표적인 개념들에 대한 이해가 필요하다.

선행연구에 의하면(Hong, 2004), 청소년의 건강행위에 관련이 있거나 영향을 미치는 개인적 요인으로는 특정 위험행위에 대한 가치관 및 신념, 자기효능감, 자아존중감 및 행위에 대한 지식이나 태도 등이 있고, 환경적 요인으로는 가족, 학교, 이웃 등과의 의사소통이나 또래관계, 교사와의 관계 등이 있으며(Um, 2000), 상황적 요인으로는 생활 스트레스, 학업 및 사회관계 문제로 인한 좌절감, 분노 등이 있었다(Kim & Jeon, 2000). 특히 개인적 요인 중 자아존중감은 청소년의 건

강관련행위에 영향을 미치는 중요한 인자로서, 건강증진행위나 건강위험행위를 유의하게 예측하고 비행과의 상관성도 높으며(Bolognini, Plancherel, Bettschart, & Halfon, 1996), 자기효능감은 건강위험행위로부터 자신을 보호하고 건강증진행위를 수행하게 하며, 흡연, 약물, 비행 등에 영향을 미치는 강력한 요인(An & Tak, 2006)이라고 보고된 바 있다. 또한 내적 건강통제위는 건강행위를 많이 하는 청소년일수록 내적통제위 성향이 있고, 건강관련행위와 유의한 상관관계를 보이는 것으로 나타났다(Brenda, 2006). 이 세 가지 개념들은 음주나 흡연, 이를 포함한 약물남용 등에 초점을 둔 여러 연구(Han, Choi, Lee, Lee, & Lee, 2000; Kim, 2005; Park, 2007; Son, 2007)에서도 청소년과 관련된 건강행위의 중요한 요인임이 밝혀졌다.

그러나 대부분 청소년의 건강행위와 관련한 연구는 건강증진행위에 대한 연구(Brenda, 2006; Kim, Choi, & Hyun, 2000; Lee, 2000)를 위주로 많이 이루어졌고, 일반 고등학교 청소년을 대상으로 하여 건강위험행위와 자아존중감, 자기효능감, 내적건강통제위의 관계를 본 연구는 이루어진 바가 없었다.

이에 본 연구는 일반적으로 건강증진행위와 혼용하여 사용되는 식이나 체중조절, 신체활동, 손상예방, 정신보건, 구강보건, 개인위생 등을 제외한, 흡연, 음주, 약물사용과 자살시도 생각 및 실제자살시도가 포함되는 건강위험행위의 정도 및 차이를 대상자의 특성별로 파악하고, 일반 고등학교 청소년의 자아존중감과 자기효능감, 내적건강통제위의 수준 및 이 세 가지 변수를 포함한 건강위험행위에 영향을 미치는 요인을 확인하고자 하였다. 본 연구의 결과는 청소년의 건강위험행위를 예방하기 위한 프로그램을 개발하는데 도움이 될 수 있을 것으로 생각한다.

연구 목적

- 대상자의 특성에 따른 건강위험행위의 정도와 차이를 파악한다.
- 대상자의 건강위험행위 하부영역간의 상관성을 파악한다.
- 대상자의 자아존중감, 자기효능감, 내적건강통제위의 정도를 파악한다.
- 대상자의 건강위험행위와 자아존중감, 자기효능감, 내적건강통제위 간의 상관관계를 파악한다.
- 대상자의 건강위험행위에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

연구 방법

연구 설계

본 연구는 고등학교에 재학 중인 청소년의 건강위험행위의 실태를 파악하고, 자아존중감, 자기효능감, 내적건강통제위를 포함한 건강위험행위에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 시도된 서술적 조사연구이다.

연구 대상

본 연구의 대상은 임의표집에 의해 선정된 D시, P시, U시에 있는 인문계 고등학교 2개교와 전문계 고등학교 2개교에 재학 중인 남녀 청소년으로, 대상자 선정 및 대상자 수는 연구의 일반화 및 영향요인의 설명력을 높이기 위해 각기 다른 시, 도에 있는 학교를 선정하여, 연구목적에 동의하고 설문을 완성한 512명을 대상으로 하였다.

연구 도구

본 설문지는 대상자의 일반적 특성, 건강위험행위(흡연, 음주, 약물사용, 자살시도생각, 실제자살시도), 자아존중감, 자기효능감, 내적건강통제위를 측정하는 것으로 구성되었다.

● 건강위험행위

CDC (Center for Disease Control and Prevention)에서 개발된 YRBS (Youth Risk Behavior Survey)를 모형으로 우리 실정에 맞게 도구를 개발하고 신뢰도 및 타당도 연구를 한 Kim (2007)의 도구 총 78문항 중 일반적 특성, 음식과 식사, 체중, 운동과 건강, 성, 안전 및 폭력에 관한 항목은 건강증진행위를 함께 조사하는 항목이므로 이를 제외한, 흡연(4문항), 음주(4문항), 약물사용(3문항), 자살시도생각 및 실제자살시도(3문항)에 관한 내용만을 발췌하여 수정한 총 14문항으로 구성하였다. 건강위험행위는 '한 적이 없다'의 0점에서부터 빈도의 수준에 따라 4점까지 총 56점으로 점수가 높을수록 건강위험행위의 수준이 높음을 의미한다. 도구개발 당시 설문지의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .90$ 이고, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .79$ 였다.

● 자아존중감

Rosenberg (1965)가 청소년을 대상으로 개발한 Self-Esteem Scale을 본 연구자가 번안한 후, 이중 언어 사용자인 국내 외국인 교수에게 역번역을 의뢰하여 검증한 후 사용하였다. 3개국어로 만들어져 다수의 연구(Lee & Kim, 2001; Jang & Shin, 2002)에서 이미 신뢰도와 타당도가 입증된 도구이며, 총 10문항, Likert 4점 척도의 자가 보고식 진술로 구성되었다. 총 30점 만점으로, '매우 그렇다' 3점에서 '전혀 그렇지 않다'의 0점까지 환산하며, 총점이 높을수록 자아존중감 정도가 높

음을 의미한다. 본 연구에서의 Cronbach's $\alpha = .91$ 이었다.

● 자기효능감

Sherer, Maddox, Mercandante, Prentice-Dunn, Jacobs와 Rogers (1982)가 개발한 일반적 자기효능척도(General Self-Efficacy Scale)를 Lee (2000)가 번안한 도구를 사용하였다. 이 도구는 높은 내적일관성과 준거타당도를 가지고 있고, 자아강점척도, 대인관계능력척도, 자아존중감척도와 같은 많은 척도들이 예측한 것과 유의미한 상관관계를 보임으로써 구성타당도를 증명해 왔다(Choi, Yeom, & Social Welfare Studies, 2003). 5점 척도 17문항으로 구성되었으며, 새로운 일에 대한 자신감, 목표달성에 대한 의지, 일에 대한 긍정적 사고에 대한 내용이 포함되었고, 총 17점에서 85점까지이며, 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. 도구개발 당시 Cronbach's $\alpha = .86$ 이었고, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .96$ 이었다.

● 내적건강통제위

Wallston, Wallston과 DeVellis (1978)가 성인을 대상으로 개발한 다차원적 건강 통제위 척도(Multidimensional Health Locus of Control Scale: MHLC) 중 Seo (2008)가 번안한 내적건강통제위 6개의 문항을 청소년에게 적용하기 위해, 청소년건강 관련교수 1인, 보건학 교수 1인, 고등학교 교사 1인으로 선정된 전문가 집단에 의해 문항의 내용타당도를 평가하였고, 내용타당도 지수를 산출한 후 6문항 모두 CVI가 0.8이상 되는 것으로 확인되어 최종 도구로 사용하였다. 5점 척도 6문항의 총 30점 만점으로 구성되었으며, 점수가 높을수록 내적건강통제위가 높음을 의미한다. 개발당시 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .77$ 이었고, Seo (2008)의 연구에서는 .61, 본 연구에서는 Cronbach's $\alpha = .76$ 이었다.

자료 수집 방법 및 절차

자료수집기간은 2008년 9월 2일부터 9월 8일까지였으며, 학교장에게 허락을 받은 후, 전문계고 2개교 중 1, 2학년 각 4개 반 중, 학년 별로 무작위 2개 반에 선정된 262명과, 인문계고 2개교 중 1, 2학년 각 8개 반 중, 학년 별로 무작위 2개 반에 선정된 272명의 담임교사들에게 협조를 구한 후 설문을 실시하였다. 연구 대상자들에게 연구의 목적 및 비밀보장에 대해 알려주고, 연구 참여는 자발적인 것으로 본인이 원하지 않으면 참여하지 않을 수 있음을 설명하였다. 본 연구의 목적을 이해하고 연구 참여를 수락한 521명에게 설문지를 배부하기 전, 먼저 연구 참여자 서명을 할 수 있는 용지를 배부하여 자필로 서명하게 한 뒤 설문지를 배부 및 회수하였고, 그 중 응답내용이 빠졌거나, 중복 응답한 자료 9부를 제외한, 총

512명의 자료를 분석에 이용하였다.

연구 결과

자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS Win 12.0 프로그램을 이용하였으며 그 방법은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성과 건강위험행위, 자아존중감, 자기효능감, 내적건강통제위 정도는 실수와 백분율, 평균과 표준편차를 구하였다.
- 대상자의 특성에 따른 건강위험행위의 차이는 t-test, ANOVA로, 사후검정은 Scheffe' 검정으로 분석하였다.
- 건강위험행위 하부영역간의 상관관계 및 건강위험행위와 제 변수 간의 상관관계는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다.
- 건강위험행위에 영향을 미치는 변수의 확인을 위해 단계적 다중회귀분석을 실시하였다.

대상자의 일반적 특성에 따른 건강위험행위

대상자의 건강위험행위 평균점수는 12.71±3.14이며, 대상자의 일반적 특성에 따른 건강위험행위의 차이를 살펴보면, 남학생이(t=0.932, p= .035), 실업계 학생이(t=2.891, p= .000), 어머니가 흡연할 경우(t=2.941, p= .000), 또 혼자 사는 경우(F=7.552, p= .000), 가정 분위기가 화목하지 않은 경우(F=11.663, p= .000), 학교생활이 만족스럽지 않은 경우(F=3.720, p= .008)에 건강위험행위 점수가 통계적으로 유의한 차이를 보이며 높은 것으로 나타났다. 또한 Scheffe' 검정 결과 현재 동거가족에서 유의한 차이가 있는 집단은 혼자 사는 경우와 부모님과 함께 사는 경우였고, 가정 분위기에서 유의한 차이가 있는 집단은 화목하지 않은 경우와, 보통인 경우, 화목한 경우였으며, 학교생활만족도에서는 만족스럽지 않은 집단과 만족한 집

Table 1. Health Risk Behaviors according to General Characteristics (N=512)

Variables	Categories	N(%)	Health risk behaviors				
			Mean±SD	t or F	p		
Gender	Male	274(53.5)	13.87±3.26	0.932	.035		
	Female	238(46.5)	11.55±3.03				
Grade	1st	249(48.6)	12.64±3.16	1.389	.127		
	2nd	263(51.4)	12.82±3.54				
School type	Vocational	246(48.0)	15.35±3.22	2.891	.000		
	Academical	266(52.0)	10.26±3.79				
School record	High	122(23.8)	12.57±2.65	2.000	.062		
	Middle	262(51.2)	12.38±3.35				
	Low	128(25.0)	13.04±3.83				
Perceived health state	Unhealthy	81(15.7)	12.85±3.16	1.422	.114		
	Average	140(27.3)	12.67±3.62				
	Healthy	291(57.01)	12.34±2.29				
Smoking (father)	Yes	340(66.4)	12.96±2.11	0.282	.077		
	No	172(33.6)	12.77±2.38				
Smoking (mother)	Yes	75(14.6)	13.58±4.26	2.941	.000		
	No	437(85.4)	12.13±2.23				
Drinking (father)	Yes	431(84.4)	11.97±2.34	0.470	.066		
	No	81(15.6)	12.64±2.99				
Drinking (mother)	Yes	210(41.0)	13.12±3.21	0.711	.059		
	No	302(59.0)	12.96±2.25				
Family type	Alone	72(14.0)	15.56±3.83	a	7.552	.000	
	One parent	57(10.9)	13.58±3.26	b			
	Both parents	383(75.0)	12.77±2.97	c			a>c
Family atmosphere	Unharmonious	154(30.0)	19.64±5.28	a	11.663	.000	
	Average	199(39.1)	12.26±3.54	b			a>b,c
	Harmonious	159(30.9)	12.13±4.61	c			
Economic status	High	81(15.9)	12.96±3.17	1.922	.095		
	Middle	236(46.1)	12.07±2.12				
	Low	195(38.0)	13.58±2.43				
School life	Dissatisfied	217(42.3)	13.98±4.59	a	3.720	.008	
	Average	235(46.1)	12.67±3.33	b			a>c
	Satisfied	60(11.7)	11.99±2.97	c			

단 간 유의한 차이를 보였다(Table 1).

건강위험행위 하부영역간의 상관관계

대상자의 음주행위는 흡연($r = .652, p = .000$), 약물사용($r = .331, p = .000$), 자살시도생각($r = .135, p = .002$) 및 자살시도($r = .099, p = .025$)와 순 상관관계가 있고, 흡연은 약물사용($r = .215, p = .000$), 자살시도생각($r = .095, p = .031$), 자살시도($r = .108, p = .014$)와 순 상관관계를 보인다. 약물사용은 자살시도생각($r = .309, p = .000$)과 자살시도($r = .270, p = .000$)와 순 상관관계가 있고, 자살시도생각은 자살시도($r = .442, p = .000$)와 순 상관관계가 있는 것으로 나타났다(Table 2).

자아존중감, 자기효능감, 내적건강통제위 정도

건강위험행위 관련요인으로 대상자의 자아존중감은 30점 만점에 15.84점이었고, 자기효능감은 85점 만점에 45.25점이며, 내적건강통제위는 35점 만점에 19.81점이었다(Table 3).

Table 3. The Level of Self-esteem, Self-efficacy and Internal Locus of Control

Variables	Mean(SD)	Minimum	Maximum
Self-esteem	15.84(4.25)	8	25
Self-efficacy	45.25(11.4)	24	73
Internal locus of control	19.81(3.46)	11	28

Table 2. Correlation among the Sub-dimension of Health Risk Behaviors

r(p)	Drinking	Smoking	Drug abuse	Suicide intention	Attempting suicide
Drinking	1.00				
Smoking	.652**	1.00			
Drug abuse	.331**	.215**	1.00		
Suicide intention	.135**	.095*	.309**	1.00	
Attempting suicide	.099*	.108*	.270**	.442**	1.00

* $p < .05$, ** $p < .001$

Table 4. Correlation among Health Risk Behaviors, Self-esteem, Self-efficacy and Internal Locus of Control

	Self-esteem	Self-efficacy	Internal locus of control
Health risk behaviors(r)	-.438	-.581	-.171
p	.000	.000	.007

Table 5. Influential Factors on Health Risk Behaviors

Variables	β	S. E.	t	Cum R ²	Adj R ²
Self-efficacy	.560	.512	6.258**	.234	.231
Family atmosphere	.463	.298	4.123**	.326	.321
Self-esteem	.438	.455	4.699**	.393	.387
School life	.426	.346	5.496**	.415	.406
Internal locus of control	.334	.191	1.958*	.427	.416
F value	68.428				

* $p < .05$, ** $p < .001$

건강위험행위와 자아존중감, 자기효능감, 내적건강통제위 간의 상관관계

대상자의 건강위험행위는 자아존중감($r = -.438, p = .000$), 자기효능감($r = -.581, p = .000$), 내적건강통제위($r = -.171, p = .007$)와 역상관계가 있었다. 즉, 건강위험행위의 점수가 높을수록 자아존중감과 자기효능감 및 내적건강통제위의 점수가 낮음을 알 수 있다(Table 4).

건강위험행위에 영향을 미치는 요인

대상자의 건강위험행위에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 건강위험행위를 종속변수로 하고, 자아존중감, 자기효능감, 내적건강통제위를 비롯한, 일반적 특성에 대한 단일변량 분석에서 통계적으로 유의하게 나타난 변수들을 독립변수로 하여 회귀분석을 실시하였다. 회귀모델에 포함된 변수 가운데 명목변수는 dummy 처리하였으며, 회귀분석을 하기 전에 독립변수 간의 다중 공선성을 검정한 결과 공차(tolerance)가 .788에서 .911이고, 분산팽창계수(VIF)가 1.099에서 1.609로 나타나 다중공선성의 문제가 없음을 확인했다. 분석 결과 가장 큰 영향을 미친 요인은 자기효능감으로 전체의 23.4%를 설명하는 것으로 나타났고, 다음이 가정 분위기, 자아존중감, 학교생활만족도, 내적건강통제위의 순으로 유의한 영향을 미쳤으며, 이들 변수의 건강위험행위에 대한 총 설명력은 42.7%인 것으

로 나타났다(Table 5).

논 의

본 연구에서 청소년의 건강위험행위는 가정 분위기가 화목하지 않은 경우에 가장 높았고 두 번째로 부모와 동거하지 않고 혼자 사는 경우와 실업계 학생, 엄마가 흡연하는 경우에 높게 나타난 것으로 보아, 청소년을 둘러싼 주변 환경 중 특히 가정과 학교생활은 청소년에게 중요한 영향을 끼치고 있음을 짐작할 수 있다. 이는 청소년의 건강위험행위가 또래동조성 혹은 친구의 영향이 가장 크다고 한 연구(Han et al., 2000)와 다소 차이가 있는 것으로도 볼 수 있으나, 그것은 본 연구에서 친구의 영향만을 따로 측정하지 않았기 때문이며, 혼자 사는 청소년의 건강위험행위 점수가 높게 나타난 것이 또래집단과 어울려 유해한 환경에 노출될 가능성과 건강위험행위를 할 가능성이 증가한다는 사실, 즉 또래동조성과 맥락을 같이 하는 것으로 이해할 수 있다.

본 연구에서 청소년의 건강위험행위는 Kim (2007)의 도구 중 흡연, 음주, 약물, 자살관련 내용만으로 구성되어 전체 문항수가 줄어든 관계로 신뢰도가 개발당시에 비해 낮아졌으나, 도구의 신뢰성 수준에는 적합한 내적일관성을 가지고 있었다. 한편 건강위험행위 하부영역 간에는 모두 통계적으로 유의한 상관관계를 보였는데, 이는 2005년부터 시행한 한국질병관리본부의 청소년 건강위험행태 조사에서도 청소년의 건강위험행위가 복합적으로 나타나는 경향이 있고, 특히 음주와 흡연의 경우 단일 행위의 발생보다는 같이 발생된다는 보고들(KCDC, 2008; Lee, 2006; Son, 2004)과 유사한 결과라고 볼 수 있다. 또한 약물의 경우 흡연이나 음주, 자살시도와 상관성이 있는데, 그 중 특히 자살과의 상관성이 높다는 보고(Cho & Nam, 2000)와 마찬가지로 본 연구에서도 약물과 자살은 유의미한 순 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 청소년의 자살문제는 가족이나 친구관계에서 느끼는 분노, 좌절, 자아존중감의 상실, 충동성 등의 원인(Hwang, 2003)을 포함하여 최근 사회적 문제로 심각하게 부각되고 있는 자살인구의 증가와 매스미디어의 영향, 이혼율 증가에 따른 가정환경의 변화, 진로문제 등이 함께 혼재되어 나타나는 경향이 있다고 볼 수 있다. 따라서 이러한 건강위험행위를 예방하기 위해서는 단일행위에 관련된 다른 위험행위도 함께 고려하여 개인적, 가정적, 사회적 요인이나 기전을 차단하는 보건교육 프로그램을 실시하는 것이 필요하겠고, 청소년의 현실도피적인 문제 해결 방식을 이해하면서, 환경적으로 취약한 위험군을 사전에 선별하여 치료하는 것이 효과적인 예방 전략이 될 것이라고 생각한다.

본 연구에서 대상자의 자아존중감과 자기효능감, 내적건강

통제위는 모두 건강위험행위의 전체 점수와 역 상관관계를 보여, 자아존중감이나 자기효능감, 내적건강통제위의 점수가 높을수록 건강위험행위의 점수가 낮음을 알 수 있었다. 성인에 비해 환경적 변화나 자극에 민감하고 대처능력은 미성숙한 청소년에게, 환경적 요인이나 상황적 요인에 긍정적인 대처를 강화하고 건강위험행위를 사전에 예방하기 위해서는 무엇보다 개인적 요인인, 자아존중감이나 자기효능감, 내적건강통제위와 같은 중요한 내면적 동기요소를 강화하는 접근법이 매우 중요하다. 이 세 가지 변수는 흔히 청소년의 건강증진행위와 건강위험행위에 동시에 영향을 미치는 요소이면서, 청소년의 건강행위와 관련된 가장 유의한 예측 인자이고, 청소년 시기에 고취시킬 수 있는 중요한 내적 자원이다. 또한 이들 변수는 자신에 대한 긍정적인 평가와 문제해결능력에 영향을 미쳐, 청소년의 건강관련 행위를 포함한 긍정적 생활양식에 중요한 밑받침이 된다.

이러한 전제 하에 이들 변수를 포함하여 일반적 특성에 대한 단일변량 분석에서 통계적으로 유의하게 나타난 변수들을 대상자의 건강위험행위에 영향을 미치는 관련변인으로서 예측하여 분석한 결과, 가장 큰 영향을 미친 요인이 자기효능감으로 전체의 23.4%를 설명하였다. 그 다음이 가정 분위기, 자아존중감, 학교생활만족도, 내적건강통제위의 순으로 유의한 영향을 미친 것으로 나타났다. 청소년의 자기효능감은 건강증진행위를 수행하는 중요한 요인으로서 Pender의 건강증진모델에서도 건강생활양식을 예측하는 가장 강력한 예측변수로 여겨지고 있다(Brenda, 2006). An과 Tak (2006)의 연구에 의하면 자기효능감 하위영역 중 사회적 효능감은 보호관찰 청소년에게 높게 나타나고, 자기조절학습 효능감은 일반청소년에게 더 높게 나타나 건강위험행위를 판별하는 심리특성 변인으로 자기효능감 하위영역별 역할이 다르다는 것을 제시하였다. 그러므로 건강위험행위와 관련하여 자기효능감의 영향력을 보다 면밀히 파악하기 위해서는 앞으로 영역별 자기효능감을 조사하는 것이 도움이 되리라고 생각하며, 중재전략도 그에 맞춰 개발되는 것이 보다 실질적인 도움이 되리라고 생각한다.

자아존중감은 그동안 청소년 뿐 아니라 성인에게도 건강증진 생활양식에 가장 영향력이 큰 요인이며 질적인 삶을 유지시켜주는 기반이 되는 것으로 알려져 있다. 본 연구에서는 자기효능감에 비해 자아존중감의 영향력이 많이 낮다는 결과를 보였는데 이는 도구의 민감성이 부족한 때문인지, 실제로 청소년의 건강관련행위에 자아존중감보다 자기효능감이 훨씬 큰 영향력을 차지하는지 다른 도구를 이용한 반복적 연구와 더불어 다시 고찰되어야 할 점이라고 사료된다.

한편 건강통제위 중 내적건강통제위는 건강이나 질병이 자신에 의해 기인한다고 지각하는 성향으로, 영향력 있는 타인에 의해 건강행위가 좌우된다고 믿는 외적건강통제위의 성향

이나 자신을 둘러싸고 있는 운이나 요행에 의해 좌우된다고 믿는 우연건강통제위 성향에 비해 건강에 해가 되는 것을 덜 하며, 자신의 건강에 책임을 갖고 건강을 유지하고 증진시키는데 관심이 많은 것으로 보고되고 있다(Kim, 1996; Seo, 2008). 이에 본 연구에서도 건강통제위 중 내적건강통제위를 건강에 대한 청소년의 인식이나 지각 및 행위 등에 보다 중요한 영향을 미치는 것으로 보았고, 본 연구의 회귀분석 결과 비록 건강위험행위에 미치는 영향력은 작게 나왔지만 다른 내적 자원들과 함께 강화시켜야 될 과제라고 본다. 이는 학생들이 스스로가 건강에 대한 책임감을 느끼고 자신은 물론이고 또래집단에 영향력을 미칠 수 있는 하나의 인적자원이 되는 것을 기대할 수 있기 때문이다.

이상의 연구결과를 통해 우리는 청소년이 지니고 있는 외적 요소, 즉 가정이나 학교에서의 생활환경이나 인간관계와 더불어 자기효능감을 포함한 사회심리학적 변수가 건강위험행위에 유의한 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있었다. 그러므로 청소년의 건강위험행위를 예방하기 위해서는 청소년이 처해있는 여러 환경적 요소에 관심을 기울일 뿐만 아니라, 건강위험행위에 영향을 미치고 있는 자기효능감이나 자아존중감, 내적건강통제위를 증진시킬 수 있는 다양한 프로그램 개발을 모색하는 것이 청소년의 건강위험행위의 예방과 나아가서는 건강증진을 위한 효율적인 방안 중의 하나가 될 수 있을 것으로 기대한다.

결론 및 제언

본 연구는 고등학교 청소년의 흡연, 음주, 약물, 자살과 관련된 건강위험행위의 실태 및 대상자별 특성을 파악하고, 이에 영향을 미치는 관련요인을 파악함으로써, 이를 토대로 청소년의 건강위험행위를 예방하기 위한 프로그램을 개발하는데 기초 자료를 제공하고자 시도되었다. 조사대상은 2008년 9월 2일부터 8일까지 임의표집에 의해 선정된 3개의 시에 있는 4개교의 인문계 및 실업계 고등학생 512명이었으며, 수집된 자료는 SPSS 통계프로그램을 이용하여 서술적 통계, t-test, ANOVA, Scheffe test, Pearson correlation coefficient, Stepwise multiple regression으로 분석하였고, 결과는 다음과 같다.

- 고등학교 청소년의 건강위험행위는 남학생이, 실업계 학생이, 어머니가 흡연할 경우, 혼자 사는 경우, 가정 분위기가 화목하지 않은 경우, 학교생활이 만족스럽지 않은 경우에 통계적으로 유의한 차이를 보이며 높게 나타났다.
- 건강위험행위 관련요인으로 대상자의 자아존중감은 30점 만점에 15.84점이었고, 자기효능감은 85점 만점에 45.25점이며, 내적건강통제위는 35점 만점에 19.81점이었다.
- 대상자의 건강위험행위 하부영역 간에는 순 상관관계가 있

고, 건강위험행위와 제 변수인 자아존중감, 자기효능감, 내적건강통제위 간에는 역 상관관계가 있었다.

- 대상자의 건강위험행위에 영향을 미치는 관련요인으로 자기효능감이 전체의 23.4%를 설명하였고, 다음이 가정 분위기, 자아존중감, 학교생활만족도, 내적건강통제위의 순으로 유의한 영향을 미쳤으며, 이들 변수의 건강위험행위에 대한 총 설명력은 42.7%인 것으로 나타났다

이상의 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언한다.

- 간호교육 면에서, 청소년 건강위험행위에 대해 각 행위별 개입보다는 건강위험행위 전반을 통합한 예방교육과, 부모를 대상으로 한 교육프로그램이 요구된다.
- 간호연구 면에서, 국내 청소년의 건강위험행위에 대한 일관성 있는 조사항목과 조사내용으로 표준화를 도모할 수 있는 도구의 개발이 요구된다.
- 간호실무 면에서, 고등학생을 대상으로 한 건강증진프로그램에 건강위험행위 영향요인들을 고려하여 프로그램을 적용하고 그 효과를 검증할 필요가 있다.

References

- An, J. Y., & Tak, Y. R. (2006). Health-risk behaviors and self-efficacy in early adolescents. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 17(3), 387-396.
- Bolognini, M., Plancherel, B., Bettschart, W., & Halfon, O. (1996). Self-esteem and mental health in early adolescence: development and gender differences. *Journal of Adolescence*, 19, 233-245.
- Brenda, J. (2006). Health promotion in adolescents: A review of Pender's health promotion model. *Nursing Science Quarterly*, 19(4), 366-373.
- Cho, T. H., & Nam, C. H. (2000). A study on drug abuse and the factors affecting drug abuse behaviors of students preparing college entrance or transfer examinations. *Journal of Korean Society for Health Education and Promotion*, 17(2), 57-73.
- Choi, S. Y., Yeom, T. S., & Seoul National University for Social Welfare Studies. (Eds.). (2003). *Social welfare scales for an executor and researcher*, 2. Seoul : Nanumhouse.
- Han, S. H., Choi, M. J., Lee, S. H., Lee, M. S., & Lee, H. J. (2000). Risk health behavior among female students of high school and university. *Journal of Korean Society of Maternal and Child Health*, 4(1), 83-91.
- Hong, Y. S. (2004). The effect of life stress and self-esteem for adolescent suicidal behaviors. *Studies on Korean Youth*, 15(2), 153-182.
- Hwang, Y. S. (2003). *Study of factors influencing suicidal ideation among adolescents-focusing on the home & school environment*. Unpublished master's thesis, Gyeongsang National University, Jinju.

- Jang, H. J., & Shin, Y. H. (2002). The correlational analysis between perceived health status, self-esteem, and self care agencies among adolescents. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 32(2), 186-195.
- Jennifer, H., & Lynne, A. H. (2009). Psychometric properties of the rosenberg self-esteem scale in African American single mothers. *Issues in Mental Health Nursing*, 30(2), 70-77.
- Kim, C. M., Choi, J. M., & Hyun, H. J. (2000). A study on the health behavior of high school students. *Journal of Korean Society of School Health*, 13(1), 109-116.
- Kim, I. Y. (1996). *The study for health-related activities and health locus of control in adolescents*. Unpublished master's thesis, Ehwa Womans University, Seoul.
- Kim, J. Y. (2007). *Study of reliability and validity for the Korean version of youth risk behavior survey*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Kim, K. H., & Jeon, M. H. (2000). *A study on characteristics and patterns of suicide among adolescents*. Paper presented at the 13th International Conference of the Korean Society of Child Welfare, Seoul.
- Kim, M. J. (1999). *The Impact of health risk perception on health risk behavior in middle and high school students*. Unpublished master's thesis, Seoul National University, Seoul.
- Kim, S. S. (2005). *Study on the influential factors of adolescent's drinking behavior and intention*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Korea Centers for Disease Control and Prevention: Division of Chronic Disease Surveillance. (2008). *2007 Korean Youth Health Risk Behavior Survey*. Korea Centers for Disease Control and Prevention, Seoul.
- Lee, C. C. (2000). *A study on factors influencing the health promotion behaviors in high school students*. Unpublished master's thesis, Pusan National University, Busan.
- Lee, D. S., & Kim, J. H. (2001). Effect of job stress on psychiatric symptoms - focused on gender difference of mediation effect of self-esteem -. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 40(2), 217-229.
- Lee, M. S. (2006). Youth health-related behaviors among ninth grade students. *Journal of Korean Society of Maternal and Child Health*, 10(1), 40-57.
- Nutbeam, D., Aaro, L., & Catrord, J. (1989). Understanding children's health behavior: the implication for health promotion for young people. *Social Science & Medicine*, 29(3), 20-28.
- Park, M. H. (2007). *Analysis of correlations of smoking in korean adolescents*. Unpublished master's thesis, Ehwa Womans University, Seoul.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Seo, Y. M. (2008). *A structural model development for health behavior adherence in hypertensive or diabetic patients*. Unpublished doctoral dissertation, Kyungpook National University, Daegu.
- Shere, M., Maddox, J. E., Mercamante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671.
- Son, E. S. (2004). *The effects of high school students' health risk behaviors - focused on some high school students in Guri-si*. Unpublished master's thesis, Ehwa Womans University, Seoul.
- Son, H. S. (2007). *The prevalence and correlates of taking painkillers for headache in high school students*. Unpublished master's thesis, Ehwa Womans University, Seoul.
- Sussman, M. P., Jones, S. E., Wilson, T. W., & Kann, L. (2002). The youth risk behavior surveillance system: Updating policy and program applications. *Journal of School Health*, 72(1), 13-17.
- Um, Y. M. (2000). Identifying the predictor variables of juvenile delinquency for the development of prevention programs. *Journal of the Korean Society of Child Welfare*, 42, 254-289.
- Wallston, K. A., Wallston, B. S., & DeVellis, R. (1978). Development of the multidimensional health locus of control scale. *Health Education Monographs*, 6, 160-170.