

개정판 대학생용 생활 스트레스 척도 개발 연구

전경구¹⁾

김교현

이준석

대구대학교 재활심리학과 충남대학교 심리학과 대구대학교 대학원 재활과학과

본 연구에서는 전경구와 김교현(1991)이 개발한 대학생용 생활 스트레스 척도의 개선을 시도하였다. 전경구 등(1991)에서 선발된 80문항에 덧붙여서 한국 현실에 적합한 것으로 여겨지는 문항들을 추가로 포함시키고, 척도의 신뢰도와 타당도를 일반화하기 위해 전국을 대표하는 여러 지역 대학생용 포함시켰으며 전경구 등(1991)에서 설정한 세 가지 평정 척도 가운데 경험 빈도와 중요도만을 포함시켰다. 연구 1에 참여한 대상은 서울, 은양, 대전, 대구, 및 전주지역에 위치한 대학생 420명이었고, 연구에 사용한 도구로는 생활 스트레스 척도와 함께, 간이 정신진단 검사(SCL-90-R), 한국판 CES-D 및 신체증상 척도를 사용하였다. 본 연구에서 사용한 생활 스트레스 척도의 타당도를 확인한 결과, 학업문제를 제외한 7가지 요인(이성 관계, 친구 관계, 가족 관계, 및 교수와의 관계, 경제 문제, 장래 문제, 가치관 문제)이 적합한 요인구조로 밝혀졌으며, 생활 스트레스 척도의 내적일치도를 산출한 결과 $\alpha = .72$ (가치관 문제)에서 $\alpha = .86$ (장래 진로 문제)의 범위로 나타났다. 연구 2에서는 연구 1에서 제외된 학업 문제 영역이 생활 스트레스에서 적절한 영역인가를 다시 한 번 검증하기 위해 학업 문제와 관련한 12 문항을 포함시켜서 새로운 척도를 구성한 후 189명의 대학생을 대상으로 실시하였다. 그 결과, 연구 1에서 포함되었던 7가지 영역과 함께 학업문제 영역이 의미 있는 영역으로 나타났다. 또한 내적일치도 수준이 .75~.88로 나타나고, 개발된 생활 스트레스 척도와 정신 병리(우울)와의 상관을 산출한 결과 전반적으로 유의하게 나타나서 개발된 척도가 유용하고 타당한 척도임을 보여주고 있었다. 끝으로 본 연구에서 나타난 결과를 토대로 생활 스트레스에 대한 시사점을 논의하였다.

생활 스트레스 척도는, Holmes와 Rahe(1967)가 SRRS(Social Readjustment Rating Scale)를 개발한 이후, 인간을 대상으로 하는 스트레스 연구에서 가장 핵심적인 방법으로 사용되고 있는 도구다. 실제로, Holmes와 Rahe(1967)가 SRRS를 개발한 후 10년 사이에 생활 스트레스에 관하여 발표된 논문이 1,000여 편 이상에 달한다(Holmes, 1979). 뿐만 아니라 여러 연령층을 위한 다양한 생활 스트레스 척도들이 개발되어 널리 사용되어 왔다: 아동용(예, Coddington,

1981), 청소년용(예, Newcomb, Huba, & Bentler, 1981), 대학생용(Zautra, Guarnaccia, & Dohrenwend, 1986), 그리고 성인용(Dohrenwend, Krasnoff, Askenas, & Dohrenwend, 1978; Kohn & Macdonald, 1992).

그러나 Rabkin과 Struening(1976)이 지적하고 있듯이, 생활 스트레스 척도를 사용한 대부분의 연구에서 질병에 대한 생활 스트레스의 설명 변량이 겨우 9% 정도에 지나지 않아서, 생활 스트레스에 대한 이론적 정교화와 척도의 개선이 필요함을 시사하고 있다. 보다 구체적으로 지금까지 제기되었던 생활 스트

1 교신저자 : 전경구, 대구시 남구 대명3동 2288 대구대학교 재활심리학과, 705-714. E-mail: kkchon@taegu.ac.kr

레스와 관련된 비판을 간략히 지적하면 다음과 같다.

첫째, 생활 스트레스와 관련해서 가장 큰 취약점은 대부분의 척도가 이론에 기반하지 않고 개발되었다는 점이다(Schroeder & Costa, 1984). 더 나가서 이론에 기초하여 개발된 일부 생활 스트레스 척도의 경우에도 아래에서 언급되는 몇 가지 제한점 때문에 비판에서 자유롭지 못하다.

둘째, 생활 스트레스 척도에서 사용된 생활 사건과 질병 상태간의 오염 문제가 심각하다. 즉 예언 변인인 생활 스트레스와 준거 변인인 질병 상태간에 오염으로 말미암아, 설사 유의한 관계가 나타나더라도 그에 대한 해석에서 제한을 초래하고 있다. 예컨대, Hudgens(1974)에 의하면, SRRS에 포함된 전체 43개 사건 가운데 29개가 “질병 상태의 징후이거나 결과”를 표현하고 있다. 흥미롭게도 주관적인 오염 문제를 배제해야 한다는 주장(Dohrenwend & Dohrenwend, 1974)은 후에 주관적인 평가를 강조하는 Lazarus와 일련의 논쟁을 불러 일으켰다. 즉, Lazarus와 그의 동료들에 의하면(Lazarus, DeLongis, Folkman, & Gruen, 1985), 동일한 사건이라 하더라도 개인이 생활 사건을 어떻게 주관적으로 평가하느냐에 따라 그 영향과 결과가 달라지므로 주관적 평가로서 측정해야 한다고 주장하고 있는 반면에, Dohrenwend(& Shrout, 1985)는 생활 사건을 객관적으로 측정하지 않으면 주관적인 오염(예, 우울증 환자의 경우, 실제보다 더 부정적으로 생활 스트레스를 평가한다)을 피할 수 없다고 주장하고 있다.

셋째, 후속 연구에 의하면 생활 스트레스 척도, 특히 SRRS에서 사용하고 있는 정적인 생활 사건(positive life events)의 경우 생활 스트레스로서 기능을 하지 않는 것으로 나타났다. 즉, SRRS에서는 부적인 사건뿐만 아니라 정적인 사건(예, ‘뛰어난 개인적인 성취’, 28점)도 포함되어 있으나, 후속 연구들(Vinokur & Selzer, 1975; Johnson & Sarason, 1979)에 의하면, 정적인 사건의 경우 질병과 거의 연관성이 없는 것으로 나타났다.

넷째, 앞에서 언급했듯이 비록 생활 스트레스와 정신 병리 또는 신체 병리간에 유의한 연관성이 지속

적으로 나타나고 있지만, 그 강도가 매우 미약하다는 것이다. 구체적으로는 SRRS를 포함한 대부분의 생활 스트레스 척도를 살펴본 결과 생활 스트레스와 질병간에 상관이 .30 정도이며, 따라서 생활 스트레스의 질병에 대한 설명 변량이 9% 이내로 추산되고 있다(Rabkin과 Struening, 1976).

전경구와 김교현(1991)은 위에서 지적된 비판을 고려하고 생활 스트레스 척도의 효용성을 높이기 위한 시도로서 대학생용 생활 스트레스 척도를 개발한 바 있다. 즉, 그들은 제어 이론에 기초하여 보다 정교한 개념화를 시도하고, 아울러 척도 구성에서 방법론적 개선을 통하여 보다 신뢰롭고 타당한 생활 스트레스 척도를 개발하고자 시도하였다. 보다 구체적으로 언급하면, 전경구와 김교현(1991)은 대학생용 생활 스트레스 척도를 개발함에 있어서 다음과 같은 개선을 시도하였다. 첫째, 제어 이론에 기초하여 생활 사건의 경험 빈도 이외에도 중요도와 통제도를 포함시킴으로써 설명 변량이 9%에서 25%로 증가되었다. 둘째, 준거 변인과의 오염을 줄이기 위하여 가능하면 정신 병리나 신체 병리를 나타내는 사건을 제거하고 아울러 생활 사건을 객관적으로 기술하였다. 셋째, 정적 생활 사건을 배제하고 부정적 생활 사건만을 스트레스 척도에 포함시켰다.

하지만, 전경구와 김교현(1991)이 개발한 생활 스트레스 척도에도 몇 가지 제한점이 발견되고 있다. 첫째, 척도에 포함된 문항들 가운데 양호한 문항과 상대적으로 양호하지 않은 문항을 구분할 필요가 있겠다. 둘째, 척도 개발에서 사용한 집단이 서울과 대전에 편재되어 있어서 한국 대학생들이 경험하는 생활스트레스를 일반화하기에 부족하다. 셋째, 생활스트레스에 대한 준거 변인으로서 주로 정신병리를 다루고 있어서 제한적인 관계성만이 탐색되고 있다. 끝으로, 일부 연구자들(예, 전영자, 김세진, 1999)이 전경구와 김교현(1991)의 척도를 부분적으로 수정하여 사용하는 경우가 있어서 보다 개선된 척도의 필요성을 암시하고 있다. 따라서 본 연구에서는 전경구와 김교현(1991)이 개발한 대학생용 생활 스트레스 척도를 개선하기 위한 일련의 연구 가운데 가장 최근의 연구

결과를 보고하고자 한다. 참고적으로 본 연구의 일부는 전경구(1998)에 의해 발표되었으나, 본 연구에서는 더 완성된 결과를 보고하고자 한다.

연구 1

본 연구에서는 전경구와 김교현(1991)이 개발한 대학생용 생활 스트레스 척도를 개선하기 위해 다음과 같은 개선을 시도하였다. (1) 전경구와 김교현(1991)의 척도에서 선발된 80문항에 덧붙여서 한국 현실에 적합한 것으로 여겨지는 10 문항을 추가로 포함시켰다. (2) 척도의 신뢰도와 타당도를 일반화하기 위해 전국을 대표하는 여러 지역 대학생을 포함시켰다. (3) 비록 전경구와 김교현(1991)에서 설정한 세 가지 평정--경험 빈도, 중요도, 통제도--가 이론적으로는 타당하지만 실용적으로는 비경제적이고 비효율적이므로 경험 빈도와 중요도만을 포함시켰다.

방 법

참여자 및 절차

본 연구의 참여자들은 서울(90명), 온양(90명), 대전(60명), 대구(90명), 및 전주(90명)에서 재학중인 대학생들이었다. 연구 참여자들의 인구통계학적 특성을 살펴본 결과, 성별과 관련해서는 남자 189명(45%)과 여자 231명(55%)이 거의 절반씩 포함되어 있었다. 연령과 관련해서는 18세에서 30세의 범위에 분포되어 있었으며, 평균이 20.91세 그리고 표준편차가 2.29로 나타났다. 종교별로는 무교 또는 무응답이 절반 정도(54%)로 나타났으며, 기독교(113명, 26.9%), 불교(42명, 10.0%), 및 카톨릭(35명, 8.3%) 등의 순서로 나타났다. 질문지 실시는 강의 시간을 이용하여 집단으로 실시되었다.

연구 도구

생활 스트레스 척도: 본 연구에서 사용한 생활 스트레스 척도 문항은 전경구와 김교현(1991)에서 사용한 문항을 기초로 한국 대학생에게 적합한 것으로 여겨지는 문항을 추가로 포함시키고자 시도하였다. 이를 위해 100명 이상의 대학생들에게 생활에서 경험한 스트레스에 대해 자유롭게 기술하도록 개방형 질문지를 실시하였다. 그리고 여기서 얻어진 자료들을 분석하여 가장 대표적인 것으로 생각되는 10문항을 포함시켰다. 구체적으로 추가된 문항을 살펴보면 다음과 같다: (동성 친구) 친구로부터 무례한 행동을 당했다, 친구로부터 배척을 받았다, 친구가 나를 무시했다; (이성 친구) 이성 친구가 나의 의견에 따라주지 않았다, 이성 친구로부터 신체적 가해를 당했다, 이성 친구와 말을 하지 않았다; (가족과의 관계) 가족 가운데 심각한 질병을 앓은 사람이 있었다, 가족 가운데 한 사람 이상이 죽었다, 가족을 위하여 청소 빨래 등과 같이 하기 싫은 일을 억지로 해야했다, 가족의 건강이 악화되었다. 한편, 원래 척도와 달리 각 문항은 경험 빈도와 중요도에 대하여 각각 3점 척도로 평정을 하도록 고안하였다. 보다 구체적으로 기술하면, 각 참여자는 지난 1년(12개월)동안에 경험한 사건을 3점 척도(0--'전혀,' 1--'보통,' 2--'자주')에 평정하도록 고안하였다. 아울러 만약 지난 1년 동안에 각 사건을 1회 이상 경험했을 경우 그 사건이 얼마나 중요했는가에 대한 중요도를 3점 척도(0--'전혀,' 1--'보통,' 2--'매우')에 평정토록 하였다. 본 연구에서도 부적인 생활 사건만을 포함시켰으며, 생활 사건을 가능한대로 객관적으로 기술하였다.

간이 정신 진단 검사: 간이 정신진단 검사(SCL-90-R, 김광일, 김재환, 원호택, 1984)는 90문항으로 구성된 9개의 하위 척도가 포함되어 있다. 하지만 본 연구에서는 전체 하위 척도 가운데 우울, 불안을 선택적으로 사용했다. 김광일 등(1984)에 의하면 척도의 신뢰도와 타당도가 만족스러운 수준으로 나타났다.

한국판 CES-D: 우울증을 측정하기 위한 또 다

큰 척도로서 한국판 CES-D(Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale, 전경구, 이민규, 1992)를 사용하였다. 미국판 CES-D(Radloff, 1977)는 정상인이 경험하는 우울 증상을 손쉽게 측정하기 위해 개발되었다. 특히 우울의 정서적인 측면을 평가하기 위하여 개발되었으며, 4점 척도로 평정되도록 고안되었다. 전경구와 이민규(1992)의 보고에 의하면 한국판 CES-D의 내적일치도가 .89로 나타나고, 미국판과 유사한 요인구조로 나타남으로써 신뢰롭고 타당한 척도임을 보여주고 있다.

신체증상 척도: 이 척도는 전경구에 의하여 개발 중인 척도로서 본 연구에서는 두통, 불면증, 및 심장 질환 증상을 측정하였다. 비록 보고되지는 않았으나, 이 척도는 다양한 표집을 대상으로 만족스러운 신뢰도와 타당도를 나타내고 있다(전경구, 김교현, 1994; 전경구, 1996). 참고적으로 이 척도의 경우 신뢰도와 타당도가 아직 충분히 보고된 바가 없으므로 결과에서 신뢰도와 타당도 결과를 먼저 분석한 후 후속적인 분석을 실시하겠다.

결과적으로 본 연구에서는 생활 스트레스에 의한 효과를 살펴보기 위하여 3가지의 정신 병리(우울 1, 우울 2, 불안)와 3가지의 신체 병리(불면증, 두통, 심장질환)를 측정하였다.

결과 및 논의

본 연구의 결과는 편의상 다음과 같은 순서로 제시하고자 한다: (1) 생활 스트레스 척도의 요인 분석, (2) 생활 스트레스 척도의 내적일치도, (3) 신체증상 척도의 신뢰도와 타당도, (4) 생활 스트레스와 준거 변인간의 상관 분석.

생활 스트레스 척도의 요인 분석 결과

생활 스트레스 척도에 포함된 90문항 가운데 타당한 문항을 선별하기 위하여 일련의 요인 분석을 실

시하였다. 이 때 주성분 분석과 Varimax 축회전을 실시하였으며, scree 검사에 기초하여 요인 수를 정하였다. 우선 전체 90문항을 포함시킨 후 요인 분석을 실시한 결과, 학업 문제에 포함되었던 10문항 가운데 3문항만이 의미 있게 나타났다. 따라서 두 번째 요인 분석에서는 학업 문제를 제외한 7가지 영역에 대한 요인 분석을 실시하였다. 7개 요인에 의한 요인 분석을 실시한 결과, 전반적으로 의미 있는 요인 구조로 나타났다.

하지만, 일부 문항들이 원래에 가정되었던 영역 대신에 다른 영역에 포함되어서 나타나거나 요인 부하량이 낮게 나와서 탈락했다. 예컨대, 문항 71('부직이 필요하나 구할 수 없었다')의 경우 원래는 경제 문제에 포함되어 있었으나, 장래 문제에 포함되어서 나타났다. 또한 문항 44('전통적인 가치관과의 갈등을 겪었다')의 경우 가치관 문제에서 탈락되었다. 따라서 이 후 분석에서는 다른 요인 구조에 포함되어서 나타나거나 탈락된 문항들을 일부 제거하면서 요인 분석을 실시하였다. 그 결과, 표 1에서 보듯이 원래 포함시켰던 90문항 가운데 48개 문항이 7개의 요인 구조로서 의미 있게 나타났다. 그리고 이러한 7개의 요인이 47.7%를 설명하고 있었다. 표 1에서 보듯이 비록 3개 문항에서 다른 요인에 대하여 .30 이상의 요인 부하량을 나타내고 있기는 하지만, 전체적으로 7개의 요인 구조가 매우 명확하게 나타났다. 따라서 본 연구에서 얻어진 7개의 요인은 척도에서 가정하고 있는 7개의 생활 스트레스 영역이 매우 타당한 요인임으로 보여주고 있다.

척도의 신뢰도

척도의 신뢰도를 살펴보기 위하여 각 척도의 내적일치도를 산출한 결과, 각 척도의 내적일치도가 만족스럽게 나타났다: 장래 진로 문제($\alpha = .86$, 9 문항), 이성과의 관계($\alpha = .80$, 8 문항), 경제 문제($\alpha = .80$, 7 문항), 가족과의 관계($\alpha = .79$, 6 문항), 친구와의 관계($\alpha = .77$, 6 문항), 교수와의 관계($\alpha = .77$, 6 문항), 가치관 문제($\alpha = .72$, 6 문항). 이러한

표 1
생활 스트레스 척도의 요인 분석 결과

문항	요인 I	요인 II	요인 III	요인 IV	요인 V	요인 VI	요인 VII
66	.77						
69	.77						
14	.64						
68	.64						
70	.64						
67	.63						
11	.62						
13	.62						
15	.56						
33		.78					
88		.70					
32		.67					
49		.66					
90		.62					
47		.61					
31		.53					
34		.50					
7			.80				
6			.68				
72			.64				
75			.61				
8			.61				
9			.61				
73			.58		.34		
18				.75			
63				.73			
62				.71			
61				.68			
17				.66			
18				.47			
78					.75		
82					.74		
83					.74		
81					.59		
79					.51		
77		.33			.42		
28						.78	
29						.69	
27						.67	
51						.61	
30						.61	
26						.56	
40							.74
43							.61
41							.60
37							.59
36	.37						.47
39							.42
고유가	8.16	3.41	2.88	2.38	2.31	1.97	1.80
변량	47.7%	17.0%	7.1%	6.0%	5.0%	4.8%	4.1%
							3.7%

주. 요인부하량 .30이상만 제시

결과는 모든 척도의 내적일치도가 .70 이상으로 나타나서 만족스러운 수준임을 보여주고 있었다.

생활 스트레스와 부적응간의 관계

본 연구에서 사용하고 있는 대부분의 척도는 이미 신뢰도와 타당도가 검증된 바 있다. 하지만, 신체 증상 척도의 경우 현재 전경구에 의해 개발중인 척도이므로 후속 분석에 앞서서 신체증상 척도의 신뢰도와 타당도를 살펴보았다. 참고적으로 신체증상 척도는 본 연구에서 사용하고 있는 간이 정신진단 검사와 동일한 지시문과 형태로 구성되었다. 실제로 신체증상 척도는 간이 정신진단 검사 문항들과 함께 섞여서 구성되었다.

우선 요인 분석 결과, 연구자가 포함시킨 각 문항들이 각 요인에서 의미 있게 나타났다(자세한 요인구조는 전경구, 김교현, 이준석, 2000 참조). 아울러 내적일치도를 산출한 결과 심장 질환 증상($\alpha = .91$, 7 문항), 두통($\alpha = .90$, 6 문항), 불면증($\alpha = .89$, 3 문항)으로 나타나서 비교적 작은 수의 문항으로 구성되어 있음에도 불구하고 매우 높은 내적일치도를 보여주고 있었다. 따라서 본 연구에서 사용하고 있는 신체증상

척도가 매우 만족스러운 신뢰도와 타당도를 보여주고 있었다.

이어서 생활 스트레스와 정신 병리 및 신체 병리간의 상관을 산출하였으며, 그 결과가 표 2에 제시되어 있다.

표 2에서 보듯이 생활 스트레스가 정신 병리 및 신체 병리와 유의하게 나타나고 있었다. 우선 생활 스트레스 전체 점수와 준거 변인간의 상관을 산출한 결과, 심장질환 증상을 제외한 나머지 5개의 변인과 유의하게 나타났다. 이러한 결과는 본 척도에서 개발한 생활 스트레스 척도가 매우 타당한 척도임을 암시하고 있었다. 더 나가서 지금까지 연구된 대부분의 생활 스트레스 척도가 준거 점수와 .30 정도의 수준으로 나타나고 있음에 비하여(Rabkin & Struening, 1976), 본 척도에서는 .38로 나타남으로써 매우 유의한 연관성을 보여주고 있었다. 또한 당면 과제와 관련된 스트레스가 4개의 병리 수준과 유의하게 나타나고 있는 데 비하여, 대인 관계와 관련된 스트레스가 5개의 병리 수준과 유의하게 나타났다. 이러한 결과는 한국 문화가 집합주의적 문화이기 때문에 대인 관계에서 발생하는 생활 스트레스가 더욱 현저하게 영향을 미칠 수 있음을 암시하고 있었다. 한편 정신 병

표 2
생활 스트레스와 정신 병리, 신체 병리간의 상관

변 인	정 신 병 리			신 체 병 리		
	CES-D	우울	불안	불면증	두통	심장질환
전 체	.38**	.30**	.30**	.12*	.19**	.10
대인 관계	.26**	.25**	.28**	.09	.20**	.16*
이성 친구	.23**	.19**	.17**	.09	.12	.06
동성 친구	.17*	.22**	.25**	.08	.14*	.14*
가족	.12*	.12*	.18**	.06	.14*	.08
교수	.14*	.11	.13*	.02	.12	.13
당면 과제	.40**	.26**	.24**	.12	.14*	.03
경제 문제	.23**	.20**	.21**	.16*	.18**	.11
장래 문제	.30**	.08	.05	-.02	-.02	-.12
가치관문제	.37**	.39**	.37**	.19**	.23**	.16*

주. * $p < .01$, ** $p < .001$. 이하 동일함.

리와 신체 병리를 비교해 보면 전반적으로 생활 스트레스와 정신 병리와의 연관성이 생활 스트레스와 신체 병리와의 연관성보다 높게 나타나고 있었다. 이러한 현상은 생활 스트레스의 의한 효과가 초기에는 정신 병리로 나타나고, 시간이 지나면서 신체 병리로 나타남을 암시하고 있었다.

세부적으로 살펴보면, 대인 관계 차원에서는 동성 친구와의 관계에서 발생하는 스트레스가 5개의 병리 수준과 유의하게 나타나고 있으며, 당면 과제 차원에서는 가치관 문제가 6개의 병리 수준과 모두 유의하게 나타나고 있어서 이러한 생활 스트레스들이 가장 핵심적인 영역임을 암시하고 있었다. 반면에 교수와의 관계에서 발생하는 스트레스가 2개의 준거 변인에 대해서만 유의하게 나타나고 있고, 장래 진로 문제가 1개의 준거 변인에 대해서만 유의하게 나타나고 있어서 이러한 스트레스 영역들이 가장 주변적인 생활 스트레스 영역임을 암시하고 있었다.

연구 1의 결과를 요약하면, (1) 대학생들에게 의미 있게 나타난 스트레스 영역으로서 대인 관계 차원에서는 이성 관계, 친구 관계, 가족 관계, 및 교수와의 관계가 포함되었으며, 당면 과제 차원에서는 경제 문제, 장래 문제, 및 가치관 문제가 포함되었다. (2) 생활 스트레스 척도의 내적일치도를 산출한 결과 $\alpha = .72$ (가치관 문제)에서부터 $\alpha = .86$ (장래 진로 문제)의 범위로 나타나서 만족스러운 수준임을 보여주고 있었다. (3) 개발된 생활 스트레스 척도와 정신 병리(우울1, 우울2, 불안) 또는 신체 병리(불면증, 두통, 심장질환 증상)와의 상관을 산출한 결과 전반적으로 유의하게 나타나서 본 연구에서 개발된 척도가 유용하고 타당한 척도임을 보여주고 있었다.

연구 2

연구 1에서는 대학생의 생활 스트레스 연구들(예, 김정호, 김선주, 오영희, 1995; 전영자, 김세진, 1999; 윤병수, 정봉교, 1999)에서 의미 있게 나타나고 있는 학업문제 영역이 척도 개발 당시에는 포함되어 있었

음에도 불구하고 의미 있는 요인 구조로 나타나지 않아서 연구 1의 결과분석에서는 제외되었다. 하지만, 학업이라는 일차적인 과제를 안고 있는 대학생에게서 학업문제와 관련된 스트레스가 존재하지 않는가를 확인하기 위해서 학업 관련 문항들을 추가하여 다시 한번 척도를 개발할 필요성이 제기되어 연구 2를 실시하였다.

방 법

참여자 및 절차

본 연구의 참여자들은 서울(60명), 대전(150명)에서 재학중인 대학생들이었다. 이중 질문지 응답이 성실하지 않은 자료를 제외하고 최종적으로 189명을 대상으로 분석을 실시하였다. 질문지 실시는 강의 시간을 이용하여 집단으로 실시되었다.

연구 도구

생활 스트레스 척도: 본 연구에서 사용한 생활 스트레스 척도 문항은 연구 1에서 선발된 문항에 추가하여 학업 관련 문항을 포함시켰다. 이때 학업과 관련된 문항을 추가하기 위해 선행 연구들(예, 이혜성, 손영숙 및 김미경, 1989; 황상하, 1994)에서 사용된 문항을 조사해서 적절하다고 판단되는 문항을 선발하였다. 또한 전경구와 김교현(1991)에서 사용한 문항을 참조하였다. 그 결과, 26 문항이 적절한 문항으로 판단되었으며, 이 가운데 첫 번째 연구자와 세 번째 연구자가 논의를 통하여 가장 대표적이고 적절하다고 판단되는 12 문항을 포함시켰다. 구체적으로 추가된 문항을 살펴보면 다음과 같다: 계획대로 공부를 하지 못했다, 공부해야 할 과제의 분량이 너무 많았다, 교과외 활동 때문에 학과 공부를 충실하게 하지 못했다, 노력한 만큼 성적이 나오지 않았다, 전공 공부 너무 어려웠다, 불공평한 성적을 받았다, 공부해야 할 내용이 너무 많았다, 성적이 나쁘다, 외국어 실

력이 부족하다, 듣기 싫은 강의를 억지로 들어야 했다, 전공 공부가 적성에 맞지 않았다, 중요한 시험을 잘못 보았다. 이 때 본 척도에서는 보다 세분화된 평정을 위해서 경험 빈도와 중요도를 각각 4점 척도로 평정을 하도록 고안하였다. 보다 구체적으로 기술하면, 각 참여자는 지난 1년(12개월)동안에 경험한 사건을 4점 척도(0--'전혀,' 1--'조금,' 2--'상당히,' '자주')에 평정하도록 고안하였다. 아울러 만약 지난 1년 동안에 각 사건을 1회 이상 경험했을 경우 그 사건이 얼마나 중요했는가에 대한 중요도를 4점 척도(0--'전혀,' 1--'조금,' 2--'상당히,' 3--'매우')에 평정토록 하였다. 본 연구에서도 부적인 생활 사건만을 포함시켰으며, 생활 사건을 가능한대로 객관적으로 기술하였다.

한국판 CES-D: 본 연구에서는 국내에서 세 종류의 한국판 CES-D 척도가 사용되고 있는 점에 유의하여 지금까지 국내에서 개발된 한국판 CES-D 척도 가운데 가장 좋은 문항으로 선별된 개정판 CES-D 척도(전경구, 권기덕, 김상기, 1999)를 사용하였다.

결과 및 논의

연구 2의 결과는 편의상 다음과 같이 제시하였다.

- (1) 생활 스트레스 척도의 요인 분석, (2) 생활 스트레스 척도의 내적일치도, (3) 생활 스트레스와 준거변인간의 상관 분석.

생활 스트레스 척도의 요인 분석 결과

생활 스트레스 척도에 포함된 60문항 가운데 타당한 문항을 선별하기 위하여 일련의 요인 분석을 실시하였다. 이 때 주성분 분석과 varimax 축회전을 실시하였으며, scree 검사에 기초하여 요인 수를 정하였다. 우선 전체 60문항을 포함시킨 후 요인 분석을 실시한 결과, 8가지 영역에 대한 요인구조가 전반적으

로 의미 있는 요인 구조로 나타났다. 하지만, 일부 문항들이 원래에 가정되었던 영역 대신에 다른 영역에 포함되어서 나타나거나 요인 부하량이 낮게 나와서 제외시켰다. 예컨대, 문항 39('이성과의 관계에서 어느 정도 깊이 가야할지 고민했다')의 경우는 이성친구와의 관계에 포함되어 있었으나 요인 부하량이 .241로 낮게 나타나 탈락되었고, 문항 58('듣기 싫은 강의를 억지로 들어야 했다')의 경우는 원래 학업문제에 포함되어 있었으나 분석결과에서는 교수와의 관계에 포함된 것으로 나타났다. 따라서 이후 분석에서는 다른 요인 구조에 포함되어서 나타나거나 탈락된 문항들을 일부 제거하면서 요인 분석을 실시하였다. 그 결과, 표 3에서 보듯이 원래 포함시켰던 60문항 가운데 50개 문항이 8개의 요인 구조로서 의미 있게 나타났다.

그리고 이러한 8개의 요인이 전체 변량의 54.8%를 설명하고 있었다. 표 4에서 보듯이 비록 2문항에서 다른 요인에 대하여 .30 이상의 요인 부하량을 나타내고 있기는 하지만, 전체적으로 8개의 요인 구조가 매우 명확하게 나타났다. 따라서 본 연구에서 얻어진 8개의 요인은 척도에서 가정하고 있는 8개의 생활 스트레스 영역이 매우 타당한 요인임으로 보여주고 있었다.

척도의 신뢰도

척도의 신뢰도를 살펴보기 위하여 각 척도의 내적일치도를 산출하였으며, 그 결과가 표 4에서 제시되어 있다.

표 4에서 보듯이 각 척도의 내적일치도가 만족스럽게 나타났다: 경제 문제($\alpha = .85$, 7 문항), 이성과의 관계($\alpha = .88$, 6 문항), 교수와의 관계($\alpha = .83$, 6 문항), 가족과의 관계($\alpha = .85$, 6 문항), 장래 문제($\alpha = .81$, 8 문항), 가치관 문제($\alpha = .79$, 5 문항), 학업 문제($\alpha = .75$, 7 문항), 친구와의 관계($\alpha = .76$, 5 문항). 이러한 결과는 모든 척도의 내적일치도가 .70 이상으로 나타나서 만족스러운 수준임을 보여주고 있었다.

표 3

생활 스트레스 척도의 요인 분석 결과

문항	요인 I	요인 II	요인 III	요인 IV	요인 V	요인 VI	요인 VII	요인 VIII
리무항12	.768							
리무항13	.762							
리무항10	.709							
리무항41	.684							
리무항40	.664							
리무항11	.652							
리무항42	.581							
리무항6		.883						
리무항9		.804						
리무항8		.803						
리무항7		.800						
리무항36		.662						
리무항37		.570						
리무항22			.765					
리무항20			.754					
리무항21			.746					
리무항51			.690					
리무항49			.675					
리무항50			.474					
리무항16				.789				
리무항15				.753				
리무항44				.705				
리무항14				.684				
리무항43				.678				
리무항45				.610				
리무항35					.665			
리무항4					.652			
리무항33					.649			
리무항2					.612			
리무항32					.604	.441		
리무항5					.587			
리무항34					.559	.351		
리무항1					.450			
리무항52						.711		
리무항24						.698		
리무항23						.666		
리무항53						.621		
리무항25						.615		
리무항30							.707	
리무항55							.705	
리무항27							.668	
리무항60							.568	
리무항56							.563	
리무항59							.543	
리무항29							.542	
리무항19								.821
리무항18								.805
리무항17								.799
리무항46								.446
리무항47								.423
고유가	9.409	3.814	2.916	2.714	2.358	2.220	2.069	1.893
변량	54.789%	18.818	7.628	5.832	5.428	4.717	4.439	3.786

주. 요인부하량 .30이상만 제시

표 4
척도의 평균, 표준 편차, 및 문항-전체 상관

문항	평균	표준 편차	문항-전체 상관
<u>경제문제($\alpha = .85$)</u>			
문항 12	1.15	.94	.66
문항 13	1.01	.92	.68
문항 10	.93	.82	.66
문항 41	1.04	.86	.61
문항 40	.91	.82	.58
문항 11	.53	.83	.55
문항 42	.52	.71	.52
<u>이성과의 관계($\alpha = .88$)</u>			
문항 6	.66	.97	.82
문항 9	.43	.89	.69
문항 8	.51	.82	.71
문항 7	.65	.87	.71
문항 36	.48	.79	.60
문항 37	.36	.70	.52
<u>교수와의 관계($\alpha = .83$)</u>			
문항 22	.96	.93	.70
문항 20	.91	.85	.64
문항 21	.94	.83	.64
문항 51	1.24	.95	.57
문항 49	.61	.73	.54
문항 50	1.28	.88	.45
<u>가족과의 관계($\alpha = .85$)</u>			
문항 16	.68	.88	.71
문항 15	.52	.78	.69
문항 44	.62	.80	.56
문항 14	.73	.84	.66
문항 43	.39	.67	.61
문항 45	.49	.77	.54
<u>장래 문제($\alpha = .81$)</u>			
문항 35	1.25	.97	.61
문항 4	1.22	.92	.49
문항 33	1.12	1.08	.58
문항 2	1.29	.97	.55
문항 32	1.55	1.08	.58
문항 5	1.32	1.02	.48
문항 34	1.44	1.02	.56
문항 1	1.52	.90	.30

표 4
척도의 평균, 표준 편차, 및 문항-전체 상관(계속)

문항	평균	표준 편차	문항-전체 상관
<u>가치관 문제($\alpha = .79$)</u>			
문항 52	1.25	1.01	.57
문항 24	1.29	.98	.64
문항 23	1.37	.92	.56
문항 53	1.68	.91	.53
문항 25	1.62	.85	.49
<u>학업 문제($\alpha = .75$)</u>			
문항 30	1.23	.89	.58
문항 55	1.70	.90	.51
문항 27	1.77	.92	.45
문항 60	1.43	.99	.45
문항 56	1.24	.87	.43
문항 59	1.09	1.08	.44
문항 29	1.08	.81	.40
<u>친구와의 관계($\alpha = .76$)</u>			
문항 19	.40	.61	.67
문항 18	.23	.53	.64
문항 17	.29	.58	.60
문항 46	.55	.71	.44
문항 47	.72	.81	.38

생활 스트레스와 우울간 관계

생활 스트레스와 정신 병리(우울)간의 상관을 산출하였으며, 그 결과가 표 5에 제시되어 있다.

표 5에서 보듯이 생활 스트레스 전체 점수와 우울간에 상관을 산출한 결과 유의하게 나타났다. 이러한 결과는 본 척도에서 개발한 생활 스트레스 척도가 정신병리 중 우울과 관련하여 타당한 척도임을 암시하고 있었다. 더 나가서 지금까지 연구된 대부분의

생활 스트레스 척도가 우울과 .30 정도의 수준으로 나타나고 있음에 비하여(Rabkin & Struening, 1976) 본 척도에서는 .42로 나타남으로써 매우 유의한 연관성을 보여주고 있었다. 뿐만 아니라, 연구 1에서는 생활 스트레스 척도와 우울간의 상관이 .38로 나타나고 있어서, 비록 연구 1에서 사용한 우울 척도에 비하여 본 연구에서 사용한 우울 척도가 개선되었을 가능성이 상존하지만, 본 연구에서 개발된 생활 스트레스 척도가 이전에 개발된 척도에 비하여 개선되었을 가

표 5
생활 스트레스와 우울간의 상관

생활 스트레스	전체	대인 관계					당면 과제				
		대인관계 전체	동성 친구	이성 친구	가족 관계	교수 관계	당면과제 전체	학업 문제	경제 문제	장래 문제	가치관 문제
우울 CES-D	.418**	.216**	.282**	.043	.078	.218**	.481**	.322**	.178*	.376**	.517**

능성을 암시하고 있었다. 또한 당면 과제와 관련된 스트레스가 우울과 모두 유의하게 나타나고 있는 데 비하여, 대인 관계와 관련된 스트레스 중 동성친구와의 관계 및 교수와의 관계에서 발생하는 스트레스만이 우울과 유의하게 관련된 것으로 나타나서 연구 1과 다소 다른 양상을 보여주고 있었다.

연구 2의 결과를 요약하면, (1) 대학생들에게 의미 있게 나타난 스트레스 영역으로서 대인 관계 차원에서는 이성 관계, 친구 관계, 가족 관계, 및 교수와의 관계가 포함되었으며, 당면 과제 차원에서는 학업 문제가 추가되어 학업문제, 경제 문제, 장래 문제, 및 가치관 문제 등 4가지 영역이 포함되었다. (2) 생활 스트레스 척도의 내적일치도를 산출한 결과 $\alpha = .75$ (학업 문제)에서 $\alpha = .88$ (이성친구와의 관계)의 범위로 나타나서 만족스러운 수준임을 보여주고 있었다. (3) 개발된 생활 스트레스 척도와 정신 병리(우울)과의 상관을 산출한 결과 전반적으로 유의하게 나타나서 개발된 척도가 유용하고 타당한 척도임을 보여주고 있었다.

종합 논의

본 연구에서는 전경구와 김교현(1991)이 개발했던 대학생용 생활 스트레스 척도를 개선하기 위하여 두 개의 독립적인 연구가 시도되었다. 연구 1에서는 이 목적을 위하여 이미 선발된 80문항에 덧붙여서 10문항을 추가로 포함시켰으며, 보다 의미 있는 신뢰도와 타당도 검증을 위하여 전국을 대표하는 보다 많은 지역에서의 대학생--서울, 온양, 대전, 대구, 전주 지역에서 420명--을 포함시켰다. 또한, 비록 이론적으로는 타당하지만 실용적으로는 비경제적이고 비효율적이라는 관점에서 세 가지의 평정 방법 가운데 두 가지의 평정--경험 빈도와 중요도--만을 포함시켰다. 그 결과, 대학생들에게 의미 있게 나타난 스트레스 영역으로서 대인 관계 차원에서는 이성 관계, 친구 관계, 가족 관계, 및 교수와의 관계가 포함되었으며, 당면 과제 차원에서는 경제 문제, 장래 문제, 및 가치

관 문제가 포함되었다. 달리 말하면 원래 척도에 포함되었던 8가지의 생활 스트레스 영역 가운데 학업 문제가 의미 있는 요인 구조로 포함시키기에 제한적이어서 제외시켰다. 한편, 의미 있는 요인 구조로 나타난 생활 스트레스 척도의 내적일치도를 산출한 결과 $\alpha = .72$ (가치관 문제)에서부터 $\alpha = .86$ (장래 진로 문제)의 범위로 나타나서 만족스러운 수준임을 보여주고 있었다.

한편, 연구 2에서는 학업 문제가 비록 연구 1에서 제외되었으나 다른 연구에서 의미 있게 포함시키고 있어서 이와 관련해서 포함여부를 다시 한 번 검증하기 위하여 시도되었다. 이 목적을 위하여 다른 선행 연구들에서 사용된 문항을 조사하고, 개방형 질문지를 실시하여 얻어진 자료들을 분석하여 학업 문제와 관련한 12 문항을 포함시켜서 새로운 척도를 구성하였다. 그 결과, (1) 당면 과제 차원의 한 영역으로서 학업 문제가 의미 있게 나타남으로써 원래 척도와 마찬가지로 학업 문제, 경제 문제, 장래 문제, 및 가치관 문제가 포함되었고, 대인 관계 차원에서는 이성 관계, 친구 관계, 가족 관계, 및 교수와의 관계가 포함되는 것으로 나타났다. (2) 생활 스트레스 척도의 내적일치도를 산출한 결과 $\alpha = .75$ (학업 문제)에서 $\alpha = .88$ (이성친구와의 관계)의 범위로 나타나서 만족스러운 수준임을 보여주고 있었다. (3) 개발된 생활 스트레스 척도와 정신 병리(우울)과의 상관을 산출한 결과 전반적으로 유의하게 나타나서 개발된 척도가 유용하고 타당한 척도임을 보여주고 있었다.

본 연구 결과에 대한 시사점을 간략히 언급하면 다음과 같다. 첫째, 비록 본 논문에서는 자세한 이론적 배경을 기술하고 있지 않지만 본 연구에서 기술하고 있는 생활 스트레스 척도는 제어 이론에 기초하여 척도 개발을 시도하였다(자세한 내용은 Chon, 1987, 1989; 전경구, 1992; 전경구, 김교현, 1989, 1991 등 참조). 반면에 국내에서 발표되고 있는 생활 스트레스 연구를 살펴보면 대부분의 척도가 아무런 이론적 배경에 기초하지 않고 시도되고 있다. 예컨대, 원준재(1998)의 경우 생활 스트레스 척도 문항으로서 부적 생활 사건뿐만 아니라 정적 생활 사건('뛰어난 개인

적 성취, 25점)을 포함해서 사용하고 있다. 따라서 추후 연구에서는 과연 한국 문화권에서 정적 생활 스트레스 사건도 생활 스트레스로 기능을 하는가에 대한 연구를 수행할 필요가 있겠다.

둘째, 비록 일부 연구(김정호, 김선주, 오영희, 1995)에서 신뢰도와 타당도가 검증된 연구를 사용하고 있기는 하지만, 대부분의 연구에서 아직도 충분한 신뢰도와 타당도를 검증하지 않은 척도들을 사용하고 있다. 예컨대, 류진혜와 김태성(1998)은 학업·취업 관련 스트레스를 측정하면서 특정 집단(예컨대 교육대 학생)을 대상으로 개발된 여러 문항들 중 일부를 선택하여 원 측정집단과는 다른 집단에 사용하고 있으나 척도의 신뢰도나 타당도에 대해 전혀 보고하지 않고 있다. 또한 원준재(1998), 윤병수와 정봉교(1999)는 장현갑과 강성균(1996)이 번안한 Girdano, Everly, 및 Dusek의 척도를 그대로 사용하고 있다. 하지만, 외국 척도의 단순한 번안은 일반적으로 문화적 차이로 인하여 잘 맞지 않는 경향이 있다. 실제로 전점구와 그의 동료들에 의하여 개발된 한국판 상태-특성 분노 표현 척도(전점구, 한덕웅, 이장호, Spielberger, 1997; Chon, Hahn, & Lee, 1998)의 경우 미국판 척도에 포함된 44문항 가운데 4문항을 한국 문화에 알맞게 교체했을 때 비로소 미국판과 동일한 요인 구조로 나타났다. 따라서 추후 연구에서는 한국 문화에서 신뢰도와 타당도가 검증된 척도를 사용해서 연구를 수행해야만 그 결과를 의미 있게 해석할 수 있을 것이다. 물론 본 연구에서 개발된 생활 스트레스 척도 이외에도 다른 연구자에 의하여 개발되었으나 한국 문화에 알맞게 신뢰도와 타당도가 검증된 척도이면 충분할 것이다.

셋째, 본 연구에서 의미 있게 나타난 생활 스트레스 영역은 국내에서 발표된 다른 연구들과 다음과 같은 영역에서 유사하게 나타나고 있었다: 박시범(1998), 학업 문제, 대인 문제, 경제 문제, 가정 문제; 서원대학교 학생생활 연구소(1990), 경제, 부모 및 가정, 대인관계, 학업 생활, 진로 및 취업, 종교 및 가치관; 원호택, 이명선, 김순진(1989), 인간관계(친구), 인간관계(이성), 인간관계(가정), 사고 방식과 가치; 장

하경(1995), 가족 관계, 경제적, 이성 및 동성 친구 관계, 학업적, 장래 문제; 장현갑, 윤병수, 박순권, 장경희(1991), 진로, 가치관, 교우관계, 학과공부, 학습태도, 가족관계, 가정경제, 부모와의 관계; 최해림(1985), 학교 생활, 가정 생활, 친구/대인; 전영자, 김세진(1999), 학업문제, 진로문제, 경제문제, 대인관계문제, 이성문제, 가족관계문제; 윤병수, 정봉교(1999), 장래, 대인관계, 자기대화, 친구관계, 학업태도, 부모와의 갈등, 가정경제, 물리적 환경. 이러한 결과들은 본 연구에서 포함된 생활 스트레스 영역들이 대학생들에게 의미 있는 생활 스트레스 영역임을 암시하고 있다.

반면에 본 연구 결과가 다른 연구들의 결과와 일치하지 않는 측면도 나타나고 있다. 예컨대, 다른 연구들에서 건강 영역이 주요 생활 스트레스 영역으로서 나타나고 있었다. 하지만, 본 연구에서는 앞에서 언급하였듯이 준거 변인과의 오염 가능성을 줄이기 위하여 제외시켰다. 이와 같은 불일치는 부분적으로 다른 연구들(예, 원호택, 이명선, 김순진, 1989)이 Lazarus의 이론적 틀에 기초하고 있는 반면에, 본 연구의 이론적 틀이 제어이론에 기초하고 있는 데서 기인한다. 결과적으로 척도에 포함된 문항의 기술에서도 서로 다르게 진술되어 있음을 볼 수 있다. 예컨대, 원호택, 이명선, 김순진(1989)은 '불면증에 시달려서' 등으로 완결되지 않은 문장으로 기술하고 있는 데 비하여, 본 연구에서는 앞에서 기술되어 있듯이 완결되고 보다 객관적인 진술문 형태로 구성되어 있다. 추후 연구에서는 이와 같은 서로 다른 접근법에 대한 비교 연구를 수행함에 의하여 어떠한 이론과 방법이 더 효과적인 생활 스트레스 척도를 구성할 수 있는가에 대한 연구를 수행할 필요가 있겠다.

끝으로, 본 연구에서는 척도 개발에 주안점을 두었기 때문에 참여자의 특성에 따른 세부적인 분석을 실시하지 않았다. 하지만 추후 연구에서는 본 연구에서 개발한 척도를 사용하여 보다 세부적인 연구를 수행할 필요가 있겠다. 예컨대, 김정호, 김선주, 오영희(1995)에서는 덕성여대 대학생들이 경험하는 생활 스트레스를 측정한 후, 학년별, 단과대학별로 분석을 시도하였다. 그 결과, 여자 대학생 전체적으로는 학업

문제 및 장래 진로 문제와 관련된 생활 스트레스가 가장 높게 나타났다. 학년별로는 2학년이 4학년에 비하여 가족 관계, 가치관 문제, 학업 문제, 및 경제 문제에서 더 높은 생활 스트레스를 경험하고 있는 반면에, 학년이 증가할수록 장래 진로 문제에서 더 많은 생활 스트레스를 경험하는 경향이 있었다. 또한 단과대학별로 살펴본 결과, 자연대학 학생들은 학업 문제에서 높게 나타나고 있는 반면, 예술대학 학생들은 교수와의 관계에서, 그리고 인문대학 학생들은 장래 진로 문제에서 각각 더 높게 나타나고 있어서 단과대학별로 주요 생활 스트레스가 서로 다름을 보여주고 있었다. 한편, 경원대학교 신입생이 경험하고 있는 생활 스트레스 영역을 대인관계, 학업 및 적성 문제, 성격 및 심리 문제, 이성 문제, 가정 문제, 건강으로 구분한 결과, 여학생은 남학생에 비하여 대인관계, 이성 문제(관계), 및 가정 문제(관계)에서 높게 나타났다(경원대학교 학생 생활 연구원, 1996). 또한 김기정(1995)에 의하면, 서원대학교 3학년생을 대상으로 살펴본 결과, 연구에서 사용했던 14개의 생활 스트레스 영역 가운데 신체적 조건, 물리적 환경, 공부/일, 인간 관계(이성), 일반 성격, 자존심, 사고방식과 가치 영역에서 여학생이 남학생에 비하여 높게 나타난 반면에, 인간 관계(이성)에서는 남학생이 여학생에 비하여 높게 나타났다. 박시범(1998)은 전문대생이 경험하는 스트레스와 대처 방식을 분석한 결과, 여학생이 남학생에 비하여 학업 문제나 가정 문제와 관련한 스트레스를 더 많이 경험하고 있는 반면에, 남학생은 여학생에 비하여 대인 문제와 관련해서 더 많은 스트레스를 경험하고 있었다. 전영자와 김세진(1999)이 인하대학교 생활들의 스트레스 경험빈도와 중요도를 측정한 결과, 경험빈도는 여학생이 남학생보다 높게 나타났으며, 분야별로 살펴보면 학업문제, 진로문제, 가족관계문제에서 여학생의 스트레스가 높은 것으로 나타났다. 또한 학년이 증가할수록 학업문제 스트레스가 낮게 나타났고, 진로문제 스트레스는 3학년이 가장 높았으며, 대인관계는 2학년이 가장 높고 4학년이 가장 낮은 것으로 나타났다. 중요도의 경우에도 여학생이 더 심각하게 받아들이고 있는 것으로 나타났으며 단

과대학별로 비교한 결과 경제문제, 대인관계, 가족문제 등이 서로 다른 것으로 나타났다. 조명희와 박수선(1998), 윤병수와 정봉교(1999) 등도 대학별, 학년별 스트레스 수준을 구분하여 분석한 결과, 대학별, 학년별 스트레스 정도가 다른 것으로 보고하고 있다. 따라서 추후 연구에서는 본 연구에서 개발된 척도를 사용하여 위에서 기술되었듯이 보다 세부적인 표집과 분석을 할 필요가 있겠다.

참고 문헌

- 경원대학교 학생 생활 연구원(1996). 1995년도 신입생 집단의 심리적 적응 양상에 관한 연구. 학생생활 연구, 5, 54-63, 경원대학교.
- 김광일, 김재환, 원호택(1984). 간이 정신진단 검사 실시요강. 중앙적성 출판부
- 김기정(1995). 서원대 재학생들의 학교 적응 실태 조사. 학생생활 연구, 13, 1-19, 서원대학교 학생생활 연구소.
- 김정호, 김선주, 오영희(1995). 덕성여대생들의 생활 스트레스에 관한 연구. 학생생활연구, 1, 37-49. 덕성여자대학교 학생생활연구소.
- 류진혜, 김태성(1998). 자아존중감과 사회적 지지가 취업스트레스 및 스트레스 대처 양식에 미치는 영향. 대학생활연구, 16, 211-232, 한양대학교 학생생활상담연구소.
- 박시범(1998). 전문대생의 스트레스 대처방식에 관한 연구. 학생생활연구, 7, 126-160, 장안 대학 학생 생활 연구소.
- 서원대학교 학생생활연구소(1990). '89년도 재학생 적응실태조사. 학생생활 연구, 8, 51-195, 서원대학교 학생생활 연구소.
- 원준재(1998). 인하대학생들의 생활 사건 스트레스와 반응방식에 관한 연구. 학생생활연구, 18, 69-92, 인하대학교 학생생활연구소.
- 원호택, 이명선, 김순진(1989). 서울대생의 스트레스 실태조사. 학생연구, 24, 80-92, 서울대학교 학생

- 생활연구소.
- 윤병수, 정봉교(1999). 영대생의 스트레스 요인, 수준 및 증상에 관한 조사연구. *학생연구*, 30(1), 27-57, 영남대학교 학생생활연구소.
- 이혜성, 손영숙, 김미경(1989). 대학생 문제 진단 및 해결행동 체크리스트 제작 연구. *학생생활연구*, 2, 42-103, 이화여자대학교 학생생활연구소.
- 장하경(1995). 여대생의 스트레스 요인 연구-광주대학교 여대생을 중심으로. *학생생활 연구*, 2, 37-50, 광주대학교 학생생활연구소.
- 장현갑, 강성군 편(1996). *스트레스와 정신건강*. 서울: 학지사.
- 장현갑, 윤병수, 박순권, 장경희(1991). 영남대학교 학생의 스트레스 요인 연구. *학생연구*, 2, 87-98, 영남대학교 학생생활연구소.
- 전경구(1992). 대처 기제 이해를 위한 포괄적 시론: 제어 이론적 조망. *한국 심리학회지:임상*, 11, 176-195.
- 전경구(1996). 한국판 STAXI 척도 개발 연구(II). *재활심리연구*, 3, 53-69.
- 전경구(1998). 대학생용 생활 스트레스 척도 개발 연구: II 재활과학 연구, 14(1), 15-37, 대구대학교.
- 전경구, 권기덕, 김상기(1999). 한국판 CES-D 개정 연구: I 사회과학 연구, 6(1), 429-452, 대구대학교.
- 전경구, 김교헌(1989). 스트레스와 대처, 그리고 정신병리. *한국심리학회 '89 연차대회 학술 발표논문 초록*, 120-129.
- 전경구, 김교헌(1991). 대학생용 생활 스트레스 척도의 개발: 제어이론적 접근. *한국 심리학회지: 임상*, 10, 137-158.
- 전경구, 김교헌(1994). 스트레스와 대처의 다차원적 관계 분석(I): 대학생 집단. *한국 심리학회지: 임상*, 13, 136-158.
- 전경구, 김교헌, 이준석(2000). 개정판 대학생용 생활 스트레스 척도개발 연구. 2000 건강심리학회 동계 학술발표대회 논문집, 70-88.
- 전경구, 이민규(1992). 한국판 CES-D 개발 연구 I. *한국심리학회지: 임상*, 11, 65-76.
- 전경구, 한덕웅, 이장호, Spielberger(1997). 한국판 STAXI 척도 개발: 분노와 혈압. *한국 심리학회지: 건강*, 2, 60-78.
- 전영자, 김세진(1999). 대학생 스트레스와 대처방식에 관한 연구. *학생생활연구*, 3, 157-178, 인하대학교 학생생활연구소.
- 조명희, 박수선(1998). 스트레스 지각정도에 따른 대학생 생활적응: 서원대학교 학생을 중심으로. *학생생활연구*, 16, 83-100, 서원대학교 학생생활연구소.
- 최해림(1985). 한국대학생의 스트레스 현황과 인지행동적 상담의 효과. *미발간 박사학위 청구논문*, 이화여자대학교.
- 황상하(1994). 대학생의 스트레스 및 대처방식과 대학 생활 적응과의 관계. *미발간 석사학위 청구논문*, 연세대학교 교육대학원.
- Chon, K. K. (1987). *Toward an improved understanding of human emotions: A control theory approach*. Unpublished manuscript, University of Massachusetts.
- Chon, K. K. (1989). The role of coping resources in moderating the relation between life stress and depression: A control theory approach. *Unpublished Doctoral Dissertation*, University of Massachusetts, Amherst.
- Chon, K. K., Hahn, D. W., & Lee, C. H. (1998). Korean adaptation of the State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI-K): The case of college populations. *The Korean Journal of Health Psychology*, 3, 18-32.
- DeLongis, A., Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). The impact of daily stress on health and mood: Psychological and social resources as mediators. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 486-495.
- Dohrenwend, B. P., & Shrout, P. E. (1985). "Hassles" in the conceptualization and measurement of life stress variables. *American*

- Psychologist*, 40, 780-785.
- Dohrenwend, B. S., & Dohrenwend, B. P. (1974). *Stressful life events: Their nature and effects*. New York: Wiley.
- Dohrenwend, B. S., Krasnoff, L., Askenasy, A. R., & Dohrenwend, B. P. (1978). Exemplification of a method for scaling life events: The PERI Life Events Scale. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 205-229.
- Holmes, T. H. (1979). Development and application of a quantitative measure of life change magnitude. In J. E. Barrett (Ed.), *Stress and mental disorder*. New York: Raven.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Hudgens, R. W. (1974). Personal catastrophe and depression: A consideration of the subject with respect to medically ill adolescents, and a requiem for retrospective life-event studies. In B. S. Dohrenwend & B. P. Dohrenwend (Eds.), *Stressful life events: Their nature and effects*. New York: Wiley.
- Johnson, J. H., & Sarason, I. G. (1979). Recent developments in research on life stress. In V. Hamilton & D. M. Warburton (Eds.), *Human stress and cognition: An information processing approach*. New York: Wiley.
- Kohn, P. M., & Macdonald, J. E. (1992). The survey of recent life experiences: A decontaminated Hassles Scale for adults. *Journal of Behavioral Medicine*, 15, 221-236.
- Lazarus, R. S., DeLongis, A., Folkman, S., & Gruen, R. (1985). Stress and adaptational outcomes: The problem of confounded measures. *American Psychologist*, 40, 770-779.
- Newcomb, M. D., Huba, G. J., & Bentler, P. M. (1981). A multidimensional assessment of stressful life events among adolescents: derivation and correlates. *Journal of Health and Social Behavior*, 22, 400-415.
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory*. New York: McGraw-Hill.
- Rabkin, J. G., & Struening, E. L. (1976). Life events, stress and illness. *Science*, 194, 1013-1020.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Schroeder, D. H., & Costa, P. T. (1984). Influence of life event stress on physical illness: Substantive effects or methodological flaws? *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 853-863.
- Vinokur, A., & Selzer, M. L. (1975). Desirable versus undesirable life events: Their relationship to stress and mental distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 329-337.
- Zautra, A. J., Guarnaccia, C. A., & Dohrenwend, B. P. (1986). Measuring small life events. *American Journal of Community Psychology*, 14, 629-655.

Development of the Revised Life Stress Scale for College Students

Chon, Kyum Koo

Kim, Kyo-Heon

Yi, Joonsuk

Dept. of Rehabilitation Psychology
Taegu Univ.

Dept. of Psychology
Chungnam National Univ.

Dept. of Rehabilitation Science
Taegu Univ.

Two independent attempts were made to revise the life stress scale for college student developed by Chon and Kim (1991). In study 1, 10 additional items were included together with 80 items previously selected by Chon and Kim (1991). A more representative sample was also included to reflect the more appropriate norm for Korean college students, and only frequency and importance ratings were examined, omitting the controllability rating from the previous format. This newly constructed scale was administered to 420 college students located in Seoul, Onyang, Taejeon, Taegu, and Chonju. The instruments utilized in the study were a newly developed life stress scale, Korean adaptation of SCL-90-R, Korean adaptation of CES-D, and physical symptom scale. Factor analyses revealed that seven factor solution was the best, excluding the grade area in the scale. The range of internal consistency for the scales were $\alpha = .72$ (value) to $\alpha = .86$ (future career). In study 2, since grade was frequently found to be important life stress area in other studies, consistent with the original one (Chon & Kim, 1991), another attempt was made to examine the validity of grade area as one of the important life stress areas for college students. Thus, another version of the life stress scale was constructed to include 12 items for grade area, and it was administered to 189 college students. The factor analyses revealed that grade area is as important as other areas. In addition, all scales were found to be satisfactory in terms of their internal consistency with the range of .75 through .88. Thus, a final version of a life stress scale for college students was constructed to include eight life stress areas: (interpersonal relationship), friend, lover, family, and faculty; (task-related stress), grade, economy, future, and value. This revised version of a life stress scale for college student are discussed with other findings.

부록 1. 대학생 생활스트레스 척도*

아래에는 당신이 일상 생활에서 흔히 겪을 수 있는 여러 가지 생활 사건들이 적혀 있습니다. 각 문항들을 자세히 읽어보신 후, 각 사건이 지난 1년(12개월) 동안 당신에게 얼마나 자주 일어났는가를 왼쪽에 있는 경험 빈도에 표시해 주시기 바랍니다.

아울러 당신이 지난 1년(12개월) 동안 경험하신 사건--경험 빈도에서 1 이상--에 국한해서 그 사건에 대한 중요도를 오른쪽에 표시하여 주시기 바랍니다. 이 때 중요도는 당시 그 사건이 당신에게 얼마나 중요했었는가를 평가해 주시기 바랍니다. 각 생활 사건을 평가하실 때 당시 사건을 재 경험하시면서 모든 문항에 대하여 성의껏 응답해 주시기 바랍니다.

예: 자전거가 고장났다		전혀	조금	상당히	자주
경험빈도:	그 사건을 얼마나 빈번하게 경험했습니까?	0	1	2	3
중요도: 그 사건이 그 당시 당신에게 얼마나 중요했습니까?		전혀	조금	상당히	매우
		0	1	2	3

경험 빈도					중요도				
전혀	조금	상당히	자주		전혀	조금	상당히	매우	
0	1	2	3	1. 취업을 위한 준비가 계획대로					
				(1) 진행되지 않았다.....	0	1	2	3	
0	1	2	3	2. 졸업 후 취직을 못할 것 같아 걱정했다.....	0	1	2	3	
				(2)					
0	1	2	3	3. 진로와 취직에 필요한 정보를 얻기					
				(4) 힘들었다.....	0	1	2	3	
0	1	2	3	4. 사회적 편견(예, 성차, 지방대학 등) 때문에					
				(5) 취업이 어렵다고 생각했다.....	0	1	2	3	
0	1	2	3	5. 이성 친구와의 사이가 매우 악화되었다.....	0	1	2	3	
				(6)					
0	1	2	3	6. 이성 친구가 나의 의견에 따라주지 않았다....	0	1	2	3	
				(7)					
0	1	2	3	7. 이성 친구와 심하게 싸웠다.....	0	1	2	3	
				(8)					
0	1	2	3	8. 이성 친구와 헤어졌다.....	0	1	2	3	
				(9)					
0	1	2	3	9. 경제적으로 부족해서 대학생활이 위축되었다..	0	1	2	3	
				(10)					
0	1	2	3	10. 학자금 조달이 어려웠다.....	0	1	2	3	
				(11)					
0	1	2	3	11. 용돈이 부족해서 행동에 제약을 많이 받았다..	0	1	2	3	
				(12)					
0	1	2	3	12. 경제생활이 어려워져서 취미 생활을					
				(13) 충분히 할 수 없었다.....	0	1	2	3	
0	1	2	3	13. 부모와 의견충돌이 있어서 싸웠다.....	0	1	2	3	
				(14)					
0	1	2	3	14. 부모와의 갈등이 심화되었다.....	0	1	2	3	
				(15)					

* 괄호안의 번호는 연구 2에서 사용된 문항번호임

0	1	2	3....15. 집안 식구가 나에게 불필요하게 간섭했다..... 0	1	2	3
			(16)			
0	1	2	3....16. 친구들로부터 따돌림을 받았다..... 0	1	2	3
			(17)			
0	1	2	3....17. 친구로부터 배척을 받았다..... 0	1	2	3
			(18)			
0	1	2	3....18. 친구가 나를 무시했다..... 0	1	2	3
			(19)			
0	1	2	3....19. 교수의 인격에 대해 실망했다..... 0	1	2	3
			(20)			
0	1	2	3....20. 교수가 말하는 것과 행동하는 것이 달랐다.... 0	1	2	3
			(21)			
0	1	2	3....21. 교수의 불성실한 강의 때문에			
			(22) 학습의욕이 저하되었다..... 0	1	2	3
0	1	2	3....22. 나의 가치관이 올바른 것인지에 대해			
			(23) 회의에 빠졌다..... 0	1	2	3
0	1	2	3....23. 왜 사는지에 대한 의문 때문에 방황했다..... 0	1	2	3
			(24)			
0	1	2	3....24. 내가 중요하다고 생각하는 가치를			
			(25) 실천하지 못했다..... 0	1	2	3
0	1	2	3....25. 공부해야 할 과제의 분량이 너무 많았다..... 0	1	2	3
			(27)			
0	1	2	3....26. 노력한 만큼 성적이 나오지 않았다..... 0	1	2	3
			(29)			
0	1	2	3....27. 전공 공부가 너무 어려웠다..... 0	1	2	3
			(30)			
0	1	2	3....28. 취업이나 진로에 필요한 적성을			
			(32) 알 수가 없어서 고민했다..... 0	1	2	3
0	1	2	3....29. 졸업 후 진로를 결정하지 못해 방황했다..... 0	1	2	3
			(33)			
0	1	2	3....30. 대학을 졸업하더라도 가족들의 기대만큼			
			(34) 성취하지 못 할 것 같은 생각이 들었다..... 0	1	2	3
0	1	2	3....31. 사회적 불안정(예, 정치, 경제 등) 때문에 직장을			
			(35) 얻기가 어렵지 않을까 생각했다..... 0	1	2	3
0	1	2	3....32. 이성 친구와 말을 하지 않았다..... 0	1	2	3
			(36)			
0	1	2	3....33. 이성 친구가 나 이외에 다른 사람에게			
			(37) 관심이 있음을 알았다..... 0	1	2	3
0	1	2	3....34. 집안의 경제사정이 악화되었다..... 0	1	2	3
			(40)			
0	1	2	3....35. 사 입고 싶은 옷을 살 돈이 없었다..... 0	1	2	3
			(41)			
0	1	2	3....36. 경제적으로 친구들과 수준 맞추기가			
			(42) 힘들었다..... 0	1	2	3
0	1	2	3....37. 가족으로부터 억울한 비난을 받았다..... 0	1	2	3
			(43)			

0	1	2	3....38. 부모님들이 내가 하고자 하는 일을 (44) 허락하지 않았다.....	0	1	2	3
0	1	2	3....39. 형제나 자매와 심하게 싸웠다..... (45)	0	1	2	3
0	1	2	3....40. 친구로부터 무례한 행동을 당했다..... (46)	0	1	2	3
0	1	2	3....41. 마음에 맞는 친구를 사귈 수 없었다..... (47)	0	1	2	3
0	1	2	3....42. 교수가 나의 인격을 무시했다..... (49)	0	1	2	3
0	1	2	3....43. 교수의 강의가 산만해서 요점을 (50) 파악하기가 어려웠다.....	0	1	2	3
0	1	2	3....44. 교수로부터 생활에 필요한 지혜와 안목을 (51) 얻을 수 없었다.....	0	1	2	3
0	1	2	3....45. 확고한 인생관이 없어서 방황했다..... (52)	0	1	2	3
0	1	2	3....46. 이상과 현실간의 격차 때문에 (53) 갈등을 경험했다.....	0	1	2	3
0	1	2	3....47. 공부해야할 내용이 너무 많았다..... (55)	0	1	2	3
0	1	2	3....48. 성적이 나쁘다..... (56)	0	1	2	3
0	1	2	3....49. 전공 공부가 적성에 맞지 않았다..... (59)	0	1	2	3
0	1	2	3....50. 중요한 시험을 잘 치지 못했다..... (60)	0	1	2	3