

청소년의 스트레스와 사회적 지원에 관한 연구: 스트레스 생활사건, 사회적 지원 제공자와 유형을 중심으로

박영신[†] 전성숙 손주연 박영자 송옥란 꺾

인하대학교

이 연구의 주된 목적은 한국 청소년의 스트레스 경험에 관련된 지각을 살펴보고, 스트레스 상황에서의 사회적 지원을 분석하는데 있다. 이를 위해 학교급별로 스트레스 생활사건과 증상, 사회적 지원 제공자와 유형을 살펴보았다. 분석대상은 청소년 952명(초 219, 중 280, 고 212, 대 241)이었다. 스트레스 증상의 신뢰도는 Cronbach α 계수 .88, 질적 분석에 대한 채점자 간 신뢰도는 89.6%, Kappa계수가 .87이었다. 분석결과는 다음과 같다. 첫째, 청소년의 가장 대표적인 스트레스 생활사건은 학업이었으며, 그 다음으로 진로/취업, 가족관계, 친구관계, 역량부족, 경제적 어려움의 순서로 나타났다. 학업 스트레스는 고등학생이, 진로/취업 스트레스는 대학생이 가장 높았다. 둘째, 청소년의 스트레스 증상은 학교급별로 차이가 있었는데, 고등학생이 가장 높고 초등학생이 가장 낮았다. 셋째, 사회적 지원 제공자로 친구가 가장 대표적이었으며, 그 다음으로 자기자신, 부모, 교사, 형제자매, 선후배의 순서로 나타났다. 초등학생에서 대학생으로 됨에 따라 친구 및 선후배의 지원이 증가했으나, 부모의 지원은 감소했다. 넷째, 사회적 지원 유형으로 정서적 지원이 가장 대표적이었고, 그 다음으로 없음, 조언, 직접적 문제해결, 대화의 순서였다. 모든 학교급별에서 정서적 지원을 가장 많이 받았으며, 초등학생에서 대학생으로 됨에 따라 조언은 증가했고, 직접적 문제해결은 감소했다.

주제어 : 청소년, 스트레스 생활사건, 스트레스 증상, 사회적 지원 제공자, 사회적 지원 유형, 학업 스트레스, 친구, 정서적 지원

[†] 교신저자 : 박영신, 인하대학교 교육학과, (402-751) 인천광역시 남구 용현동 253
E-mail : yspark@inha.ac.kr

서론

과거 한국 청소년의 대표적인 사망 원인은 운수사고였으나, 2007년부터 현재까지 매년 자살이 가장 대표적인 사망 원인으로 밝혀지고 있다(통계청, 여성가족부, 2016). 또한 2012년 13~24세 한국 청소년 10명 중에서 1명(11.2%)은 지난 1년 동안 한 번이라도 자살하고 싶다는 생각을 해 본 적이 있는 것으로 나타났다(통계청, 여성가족부, 2014). 한국 청소년들이 목숨과 바꾸어야 할 만큼 견디기 어려운 일은 무엇이었을까? 자살하고 싶었던 주된 이유에 대해 13~19세 한국 청소년은 성적 및 진학문제(39.2%), 가정불화(16.9%)를, 20~24세 청소년은 경제적 어려움(27.6%), 직장문제(18.7%)를 대표적으로 지적하였다(통계청, 여성가족부, 2014). 청소년들이 자살의 결정을 하기 전에, 주위에 의논할 대상이 아무도 없었던 것일까? 친구들에게 아무런 표현도 하지 않았던 것일까? 선생님은 사전 징후를 눈치 챌 수 없었을까? 학교 상담실에서는 어떤 역할을 할 수 없었을까? 더군다나 부모는 어떤 영향을 미친 것일까?

자살과 같은 극단적 상황으로 몰고 가지는 않더라도, 많은 청소년들이 일상적으로 적지 않은 스트레스를 경험하며 때로는 매우 힘들게 생활한다. 2010년 한국 청소년(15~24세)의 69.6%가 전반적인 생활에서, 66.9%가 학교생활에서 스트레스를 받고 있다고 응답함으로써, 한국 청소년 10명 중에서 약 7명이 학교생활과 전반적 생활에서 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다(통계청, 여성가족부, 2012). 또한 한국 중학생 고등학생 20대 30대 40대 50대 60대 70세 이상의 모든 연령집단을 비교하였을 때, 가장 스트레스 인지율과 우울감 경

험률이 높은 집단이 고등학생이었으며, 그 다음으로 중학생이었다(통계청, 2015). 이와 같이 만연되어 있는 청소년 스트레스에 대한 이해는 생활지도의 기본 자료로 활용될 수 있을 뿐만 아니라, 우울이나 자살과 같은 심각한 사태를 미연에 방지하는 통찰을 제공할 수도 있다는 점에 연구의 중요성이 있다. 한국 청소년들이 가장 스트레스를 경험하는 생활사건이 무엇이며, 그러한 스트레스 생활사건이 얼마나 스트레스 증상을 야기하고, 스트레스 상황에서 사회적 지원을 제공하는 대표적인 사람은 누구이며, 청소년들이 받은 사회적 지원이 실제로 얼마나 효과적인 것으로 지각되고, 청소년이 스트레스 상황에서 받는 사회적 지원의 구체적인 내용들은 어떠한 유형들로 정리될 수 있는지에 대한 질문으로부터 이 연구는 출발한다.

청소년 스트레스와 관련된 연구들이 다양한 측면에서 이루어져 왔지만, 한국 청소년의 스트레스 생활사건 경험의 내용을 이해하는데 도움을 주는 자료들은 많지 않다. 예를 들어 청소년의 스트레스 생활사건 경험과 관련된 면에서 볼 때, 여러 연구들에서 학업 스트레스를 다루어 왔는데, 학업 스트레스가 어느 정도의 비중을 차지하고 있는 것인지, 학업만이 아니라 한국 청소년들이 어떠한 생활사건에서 스트레스를 경험하는가에 대한 자료가 충분하지 않다. 그리고 청소년이 지각하는 스트레스 생활사건이 학교급별로는 어떠한 양태를 나타내는지, 더불어 청소년이 지각하는 스트레스 증상이 학교급별로는 어떠한 차이가 있는지도 궁금하다.

또한 청소년들이 경험하는 스트레스 상황에서 대표적인 사회적 지원의 제공자는 누구이며, 사회적 지원의 유형은 어떤 것인지에 대

해서도 심도 있는 분석이 필요한 것으로 보인다. 학교급별로 사회적 지원 제공자 및 사회적 지원의 유형은 어떠한 변화의 양상을 보이는지에 대해서도 알아볼 필요가 있다. 나아가서 각각의 사회적 지원 제공자들은 주로 어떤 유형의 사회적 지원을 많이 제공하며, 각각의 사회적 지원 제공자들이 제공하는 사회적 지원이 실제로 얼마나 효과가 있는 것으로 청소년들이 받아들이는지도 살펴볼 필요가 있다. 그리고 각각의 스트레스 생활사건별로 누구의 사회적 지원을 많이 받으며, 어떤 유형의 사회적 지원을 많이 받는 것인가에 대한 이해도 요구된다.

이러한 질문들은 연구자 개인의 관심에서 나아가 한국 청소년이 처해 있는 심리적 현실을 이해하고 실제로 도움을 주는데 기여할 수 있는 자료를 찾고자 하는 점에 의의가 있다. 한국 청소년들이 겪고 있는 스트레스 경험과 이러한 스트레스 상황에서의 사회적 지원에 대한 심도 있는 분석을 통해 질문에 대한 답을 찾아보고자 한다.

이 연구에서는 한국 청소년들이 경험하는 대표적 생활사건은 무엇이며, 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자는 누구이며, 그들로부터 받는 사회적 지원의 유형은 어떠한가에 관심을 갖는다. 이러한 한국 청소년 스트레스의 토착심리를 탐구하고자 하는 노력이 오래 전에 시도(김의철, 박영신, 1997)된 바 있다. 그러나 약 20년 가까운 시간이 지났고, 그동안 많은 사회적 변화 속에서 한국 청소년이 지각하는 스트레스 토착심리에 어떠한 변화가 있는지, 변하지 않고 일관성 있는 특징은 무엇인지에 대해 종합적 통찰이 필요하다. 이 연구에서는 선행연구(김의철, 박영신, 1997; 김의철, 박영신, 1999a; 박영신, 김의철, 김묘성,

2002) 결과를 토대로, 청소년의 스트레스 경험과 사회적 지원에 초점을 두고, 한국 청소년의 스트레스와 관련된 심도 있는 이해를 시도하고자 한다.

따라서 이 연구의 주된 목적은 한국 청소년의 스트레스 경험에 관련된 지각을 살펴보고, 이러한 스트레스 상황에서의 사회적 지원을 분석하는 데 있다. 이러한 목적을 위해 이 연구에서 다루고자 하는 구체적인 내용은 다음과 같은 세 가지로 정리된다. 첫째, 한국 청소년이 지각하는 스트레스 생활사건과 스트레스 증상을 분석한다. 이를 위해 초, 중, 고, 대 학교급별로 스트레스 생활사건에 대한 지각을 살펴본다. 또한 학교급별, 스트레스 생활사건별로 스트레스 증상의 차이를 검증한다. 둘째, 한국 청소년이 경험하는 스트레스 상황에서 대표적인 사회적 지원의 제공자와 사회적 지원의 효과에 대해 분석한다. 이를 위해 학교급별로 대표적인 사회적 지원 제공자는 누구로 지각되는지와 스트레스 생활사건별로 대표적인 사회적 지원 제공자는 누구인지에 대해 살펴본다. 또한 학교급별, 사회적 지원 제공자별로 사회적 지원 효과의 차이를 검증한다. 셋째, 스트레스 상황에서 청소년들이 받는 사회적 지원의 유형에 대해 분석한다. 이를 위해 학교급별, 스트레스 생활사건별, 사회적 지원 제공자별로 스트레스 상황에서 사회적 지원이 어떠한 유형으로 분류되는지를 탐구한다.

이론적 배경

한국 청소년의 스트레스 경험

청소년 스트레스 경험에서 문화 차이

인간의 다양한 심리와 행동특성에서 문화 차이에 대한 관심은 꾸준히 탐구되어 왔다. 그 중에서 청소년들이 경험하는 스트레스에서도 문화 차이가 있는 것으로 최근의 연구들에서 밝혀지고 있다.

Persike와 Seiffge-Krenke(2014)는 6개 지역 21개 국가 청소년들의 부모 및 또래 스트레스를 연구했는데, 모든 나라에서 또래보다 부모관련 스트레스가 더 높았다. 지역별로 청소년들의 전반적인 스트레스 수준에서도 의미 있는 차이가 있었는데, 남유럽 청소년들이 가장 부모관련 스트레스가 높았으며, 그 다음으로 라틴아메리카, 중동, 아시아의 순서였고, 중부유럽과 북미 국가들이 부모관련 스트레스가 낮았다. 지역별 청소년의 스트레스 지각 차이에 대해 부모 자녀양육방식과 문화적 가치체계의 영향이 논의되었다.

이어서 Persike와 Seiffge-Krenke(2016)는 5개 지역 8개 국가 청소년의 부모 및 또래 스트레스 지각과 대처에 대해서도 분석하였다. 그 결과 지역별로 의미 있는 차이가 있었는데, 동유럽 청소년들의 스트레스 수준이 가장 낮았고, 남유럽 청소년이 부모 및 또래 관련하여 가장 높은 스트레스 수준을 보였으나 스트레스를 극복하려는 대처행동도 가장 적극적이었다. 반면에 아시아 청소년들은 부모관련 스트레스가 높은 수준이었으나, 또래관련 스트레스에 비해 부모관련 스트레스를 소극적으로 대처했다. 스트레스 지각과 대처에서 성차보다 문화적이고 지역적인 차이가 더 강하게 나타났다.

Khan, Hamdan, Ahmad, Mustaffa와 Mahalle(2016)의 연구에서도 스트레스와 관련하여 의미 있는 문화 차이가 밝혀졌는데, 인도 대학

생들은 말레이시아 대학생들에 비해 더욱 자살생각을 많이 하고 학업 스트레스도 높았다. 반면에 말레이시아 대학생들은 인도 대학생들에 비해 더욱 사회적 지원을 많이 받고, 문제 해결 대처방식을 더 많이 사용하였다.

국가 간 비교를 통해 문화 차이를 검증한 일련의 연구 결과들은, 스트레스 지각과 관련하여 지역에 따른 독특하고 고유한 토착심리에 관심을 갖고 연구를 진행할 필요성을 시사하고 있다. 문화에 따라 스트레스 지각에서 차이를 시사하는 결과들을 통해, 문화가 다른 지역 청소년들의 스트레스 심리에서 토착적인 특성이 밝혀질 것으로 기대된다. 이러한 일련의 연구들은 한국 청소년 스트레스의 토착심리에 대한 탐구의 필요성을 제시한다.

한국 청소년 스트레스 경험의 토착심리

통계청(2014)의 분석 결과에 의하면, 한국 청소년이 가장 고민하는 문제는 공부(35.3%)이며, 그 다음으로 직업(25.6%)이었다. 연령대별로 보면, 13~18세는 공부(52.6%)가, 19~24세는 직업(42.1%)이 현저하게 대표적인 요인으로 부각되었다. 한국 청소년의 스트레스 경험에 대한 토착심리를 분석한 일련의 연구에서도 일관된 맥락의 결과들이 밝혀졌다.

김의철과 박영신(1997)에 의하면, 학업이 청소년의 가장 대표적인 스트레스였고, 그 다음으로 인간관계, 가정생활, 과업수행, 개인적 문제, 사회적 문제의 순서였다. 한국 사회가 갑자기 IMF 구제금융의 지원을 받는 극단적 경제적 어려움을 겪을 때 청소년의 스트레스 경험을 분석한 김의철과 박영신(1999a)의 연구에서는 가장 스트레스 사건으로 재정적 어려움이 응답자의 2/3를 차지하였고, 그 다음으로 불확실한 미래, 가정생활, 사회풍토의 순서였

다. 여기에서 재정적 어려움에는 용돈 부족이라는 응답이 가장 많았고, 물가상승으로 인한 어려움 등이 포함되었다. 불확실한 미래에는 주로 취업/진로 문제가 대부분이었고, 장래에 대한 불안 등이 포함되었다.

김의철과 박영신(1997, 1999a)의 연구는 고등학생과 대학생을 대상으로 했기 때문에, 초·중학생 집단의 특성이 포함되지 못한 제한점이 있다. 한국 사회가 다시 경제적인 안정을 찾은 시점에서, IMF시대 이후 초, 중, 고, 대학생을 대상으로 분석한 박영신, 김의철과 김묘성(2002)의 연구에서, 스트레스를 경험한 사건은 IMF시대 이전에 분석했던 김의철과 박영신(1997)의 결과와 일치하여, 학업이 가장 대표적이었다. 2명 중에서 1명 정도가 학업을 지적했고, 그 다음으로 인간관계, 가정생활이 각각 10~20% 였으며, 그 다음으로 과업수행, 건강, 직업/진로, 경제적 문제의 순서로 나타났다.

스트레스에 대한 토착심리 분석 결과(김의철, 박영신, 1997, 1999a)를 토대로, 김의철과 박영신(2001)은 한국 청소년의 스트레스 경험을 양적으로 측정하는 질문지를 개발하였다. 한국 청소년의 대표적인 스트레스 생활사건으로 6개 하위변인(학업, 부모관계, 친구관계, 교사관계, 경제, 외모)을 구성하여 측정했다. 이러한 스트레스 생활사건 중에서 가장 많이 경험하는 스트레스를 한 가지 선택하도록 했을 때 학업 스트레스가 압도적으로(59.6%) 높았고, 각 스트레스 생활사건의 평균을 비교했을 때, 학업 스트레스가 가장 높았다.

한국 청소년의 차별 경험에 대해 분석한 통계청(2015)의 결과에 의하면, 한국 중고등학생은 학업성적 때문에 차별을 받는다고 느끼는 경우가 가장 많았으며, 학업성적으로 인한 차

별 경험률은 학교급이 높아질수록 증가하였다(초등학생 16.5%, 중학생 37.7%, 고등학생 47.8%). 이러한 결과는 학생을 판단하는 기준으로 학업성적의 중요성이 증대되고, 이로 인해 학생들의 스트레스가 가중되며 공부 때문에 차별을 받는다고 느끼는 학생이 많아짐을 보여준다.

Suna, Dunnea, Houa와 Xub(2013)는 교육관련 스트레스가 특히 아시아 국가의 청소년들에게서 발견되는 것으로 지적했다. 중국 중·고등학생 대상의 연구에서, 교육관련 스트레스가 대부분 학교 및 학업요인과 연결되어 있고, 가족 및 부모요인과는 거의 관련이 없었다. 이러한 연구 결과는 한국 중국을 포함하는 아시아 국가에서 교육관련 스트레스의 중요성을 보여주며, 교육관련 스트레스들이 주로 학교 및 학업 요인과 연결되어 있음을 나타낸다.

학업 외에 인간관계 중에서 특히 부모의 성취압력이 청소년의 스트레스에 영향을 미침을 밝힌 연구가 있다. 박서연과 정영숙(2010)의 연구에서 어머니의 학업성취압력이 높을수록 초등학교 남녀 아동의 학업 스트레스가 높은 것으로 확인되었다.

또한 부모의 양육태도가 자녀의 스트레스에 영향을 주는 것으로 밝혀졌다. 서경현, 신현진과 양승애(2013) 연구에서 부모의 거부적 양육태도는 고등학생 자녀의 대인관계스트레스와 정적 상관을 나타내었다. 김경호와 차은진(2014)의 연구에서 부모의 양육태도가 권위적이고 통제적일수록 초·중학생 자녀의 학업 스트레스가 증가하였다. 이러한 결과는 부모와의 갈등이 청소년의 스트레스 생활사건으로 의미 있게 작용함을 보여준다.

다른 나라에 비해 한국 청소년들이 부모관계 스트레스를 더 경험한다는 결과가 있다.

Seiffge-Krenke, Persike, Karaman, Cok, Herrera, Rohail, Macek과 Han(2013)은 6개국 청소년들이 부모관계 및 친구관계 스트레스를 어떻게 지각하고 대처하는가를 분석하였다. 그 결과 코스타리카, 한국, 터키에서는 부모관계 스트레스가 친구관계 스트레스보다 많았고, 체코, 독일, 파키스탄에서는 부모관계와 친구관계의 스트레스 수준이 유사했다.

학교급별 청소년 스트레스

연령에 따라 스트레스 관련 변인의 차이를 밝히는 연구들이 있다. 김정모(2004)는 연령에 따라 스트레스에 대한 정보처리 대처과정의 차이를 밝혔다. 느낌과 지각에 의존하는 정서적 과정, 체계적이고 논리적 해결방법에 초점을 두는 합리적 과정, 즉흥적으로 과거의 습관적 정보에 의존하는 자동적 과정의 세 가지 정보처리과정의 구성요소 중에서, 대학생은 문제 상황의 대처과정에서 합리적 과정을, 노인은 정서적 과정을 많이 사용하는 차이가 있었다. 또한 합리적 과정을 많이 사용하는 대학생은 정서적 과정을 적게 사용하나, 정서적 과정을 많이 사용하는 노인은 합리적 과정도 많이 사용했다. 이러한 결과는 연령에 따라 스트레스에 대한 정보처리를 다르게 하고 있음을 시사한다.

또한 연령에 따라 스트레스 증상에서도 차이가 있었다. 박현정(2008)의 연구에서 중학생 학년별로 스트레스 증상이 다르게 나타남으로써, 학급붕괴현상을 감소시키고 학생들의 심리적 안녕을 위한 교사의 지도방안이 발달단계별로 달라야 함을 지적하였다.

연령별로 어머니의 양육방식이 자녀의 스트레스에 미치는 영향이 다를 가능성을 밝힌 연구가 있다. Monaghan과 Sims(2013)는 많은 스트

레스를 경험하는 청소년기에 부모와의 상호작용이 청소년 자녀에게 스트레스가 될 수 있고, 낮은 통제감을 가진 부모들이 자녀 학대의 위험이 더 크다는 사실에 주목하였다. 이에 따라 어머니의 통제감과 자녀 스트레스의 관계를 분석한 결과, 자녀행동에 대한 통제감이 낮은 어머니의 자녀들이 스트레스가 높았다. 이러한 결과는 10~13세 자녀집단에서는 나타나지 않고, 14세 자녀집단에서만 나타났다. 이는 자녀들이 성장할수록 부모가 자녀에 대한 통제감을 상실하는 것으로 느끼기 때문에 자녀를 통제하기 위해 더욱 강한 훈육방법을 사용하는 가능성이 높은 것으로 설명되었다.

청소년 집단을 여러 하위집단으로 분류하는 것이 가능하다. 그러나 그 중에서도 학교급별 분석은 각 학교급별 과업과 특징의 독특성을 고려하는 면에서만 아니라, 학교급별로 소속된 구성원의 연령에 따른 발달적 측면에 대한 고려도 포함하기 때문에 학교급별 분석은 의미 있는 분류 기준이다.

한국 청소년의 스트레스와 관련하여 학교급별 분석도 이루어졌다. 김의철과 박영신(2001)이 학교급별 스트레스 증상의 차이를 분석했을 때, 초등학생보다 중학생이, 중학생보다는 고등학생이 높은 스트레스 증상을 보였다. 정미경(2012)의 분석에서도 중 3에서 고 1까지 스트레스가 증가했으며, 이후 점차 감소하였다. 스트레스 증상만이 아니라 스트레스 생활 사건에서도 학교급별 차이가 확인되었다. 김의철과 박영신(2001)의 연구에서 초등학생보다 중등학생은 학업 스트레스가 증가하였다.

스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자와 유형

사회적 지원의 중요성

청소년의 스트레스 상황에서 사회적 지원을 다루는 연구들이 여러 나라에서 진행되었다. 말레이시아와 인도 대학생 모두 생산적인 대처방식과 전반적인 사회적 지원이 학업 스트레스와 자살생각의 관계에서 강한 영향을 미쳤다(Khan et al., 2016). 즉 사회적 지원은 대학생의 학업 스트레스로 인한 자살생각을 완화함으로써, 사회적 지원의 중요성이 확인되었다. Glozah와 Pevalin(2014)의 연구에서 부모, 친구 및 교사로부터 받는 사회적 지원은 아프리카 가나 고등학생의 스트레스와 부적 관계에 있었다. 주위 의미 있는 타인으로부터의 사회적 지원은 청소년의 건강과 웰빙을 직접적으로 증가시키는 효과가 있었다.

한국 청소년을 대상으로 한 연구들에서도 사회적 지원의 중요성이 확인되었다. 어유경, 정안숙과 박수현(2015)의 연구에서, 주위사람들의 사회적 지원은 여대생의 일상적 스트레스와 정신건강 사이에서 매개변인으로 의미 있는 역할을 했다. 즉 일상적 스트레스가 많을 때 심리적 고통과 증상이 높는데, 주위사람들로부터 사회적 지원을 충분히 받으면 심리적 고통과 증상이 완화되었다. 그러므로 사회적 지원은 정신적으로 건강한 상태를 유지하는데 의미 있는 변인으로 작용하는 것으로 밝혀졌다. 장경문(2005)의 연구에서, 또래 부모 교사로부터 사회적 지원이 높은 중학생은 낮은 집단에 비해 학교 스트레스를 더 낮게 지각했으나, 학교 적응은 더 높았다. 박현정(2008)의 연구에서 교사의 수용적이고 친근한 태도는 학급붕괴 정도가 심한 곤란학급 남자 중학생의 학교 스트레스를 완화했으며, 정상 학급에서는 교사의 별이 학생들의 스트레스를 증가시켰다. 이러한 결과는 교사의 지원이 학

교 관련 스트레스 상황에서 스트레스 증상의 감소를 위해 의미 있게 작용함을 보여준다.

청소년 스트레스와 친구/또래의 사회적 지원

사회적 지원을 제공하는 의미 있는 타인 중에 특히 친구/또래집단의 중요성이 국내외 선행연구들에서 확인되었다. Bakker, Ormel, Verhulst와 Oldehinkel(2010)의 연구에 의하면 학교에서 또래(peer)로부터 피해는 성별에 관계없이 내적이고 외적인 정신건강 문제에 관련되었다. Liu, Keyes와 Li(2014)는 청소년 스트레스에 대한 연구가 주로 학교환경에서 이루어지고 일터환경에서 연구가 부족함을 지적하고, 고등학생의 일터에서 작업스트레스와 음주행동을 부모와 또래 영향의 맥락에서 분석했다. 그 결과 작업스트레스는 음주와 정적 관계였는데, 또래의 부정적인 영향은 청소년 음주의 비율을 높였다. 청소년의 작업스트레스로 인한 음주에 또래의 긍정적인 영향이 완충작용을 할 수 있는 것으로 설명함으로써, 또래의 긍정적인 영향이 청소년 스트레스의 부정적인 효과를 감소시켜주는 의미 있는 사회적 지원으로 작용함을 시사했다. Flack, Salmivalli와 Idsoe(2011)는 또래로부터 피해경험은 청소년 스트레스 경험과 정적 관계에 있고, 또래의 사회적 지원은 스트레스 경험과 부적 관계에 있음을 밝혔다. 이러한 결과는 청소년 스트레스 경험이 또래와 관련되어 있고, 또래의 사회적 지원이 스트레스 대처에 도움이 됨을 보여준다.

또래의 사회적 지원은 스트레스만이 아니라 나아가서 우울 증상과도 관련되는 것으로 밝혀지고 있다. Yang, Yao, Zhu, Zhang, Ling, Abela, Esseling과 McWhinnie(2010)는 또래의 사회적 지원을 적게 받는 청소년들이 부정적인

사건을 계속 경험할 때 우울 증상의 증가를 보였다. Zhang, Yan, Zhao와 Yuan(2015)은 주위 사람들의 사회적 지원 중에서도 친구(friend)의 지원이 스트레스와 우울 사이에서 조절효과가 있음을 밝혔다. 그러므로 남자 중학생 경우에 스트레스 상황에서 친구의 지원은 우울을 경감시키는데 도움이 되었다.

한편 한국 청소년 경우에 스트레스 상황에서 누구의 도움을 가장 많이 받는가를 분석한 김의철과 박영신(1997)의 연구에서, 친구라는 응답이 63.8%로서 3명 중에서 2명은 친구로 인식했으며, 그 다음으로 가족, 선후배, 없음/자기자신의 순서로 나타났다. IMF시대 스트레스를 분석한 김의철과 박영신(1997)의 연구에서는 없음/자기자신이 반수에 가까웠으며, 그 다음으로 친구, 가족, 선후배의 순서로 나타났다. 여기에서는 친구 응답이 24.2%로 4명 중에서 1명은 친구로 응답하였다. IMF시대가 지난 뒤의 박영신, 김의철과 김묘성(2002)이 분석한 결과는 IMF시대 이전에 분석한 김의철과 박영신(1997)의 결과와 같이, 친구가 41.6%로 가장 높고, 그 다음으로 가족, 없음/자기자신의 순서였다.

이러한 결과는 한국 청소년들 경우에 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자로 친구가 가장 중요함을 보여준다. 통계청(2014) 분석 결과에서도 한국 청소년(13~24세)이 고민을 상담하는 대상은 친구동료가 46.2%로 반 정도 이고, 그 다음이 부모(26.0%), 스스로 해결(17.6%)의 순서로 밝혀졌다.

청소년 스트레스와 부모의 지원

친구/또래집단 외에 청소년에게 사회적 지원을 제공하는 중요한 사람으로 부모를 들 수 있다. 스트레스 상황에 국한된 것은 아니지만

아동의 전반적인 사회적 지원망의 특징에 대해 개관한 장미경(2006)의 연구에 의하면, 아동은 친구나 교사보다 부모, 특히 어머니와 같은 혈연관계에서의 결속력과 친밀감 같은 정서적 지원에 대해 더욱 만족하였다.

스트레스 상황에서 부모 사회적 지원의 중요성이 제시되어 왔다. 김의철, 박영신과 광금주(1998)의 연구에서 부모의 사회적 지원은 중학생의 스트레스와 부적 관계에 있음으로써 스트레스 증상의 감소에 도움이 되는 가능성을 시사했다. 한편 부모의 사회적 지원이 자기효능감을 매개변인으로 하여 스트레스 증상에 간접효과가 있는 것으로 검증되었다. 김의철, 박영신, 김의연, Tsuda와 Horiuchi(2010)가 초, 중, 대학생을 대상으로 분석했을 때, 부모의 사회적 지원은 어려움극복효능감을 매개로 하여 스트레스 증상을 감소하는데 기여했다. 부모 사회적 지원의 스트레스 증상에 대한 간접효과는 한국만이 아니라 일본 대학생을 대상으로도 동일하게 검증되었다(김의철, Tsuda, 박영신, 김의연, Horiuchi, 2009; 박영신, Tsuda, 김의철, 한기혜, 김의연, Horiuchi, 2009).

건강한 부모자녀관계를 통한 부모의 영향이 의미 있는 사회적 지원으로 작용함을 직접적으로 보여주는 결과도 있다. 박현선, 김정은과 박지명(2014)의 연구에서 부모 유대감을 통제하지 않은 상태에서 부모 지도감독은 중 고등학생 자녀의 학업 스트레스를 증가시켰지만, 부모와 유대감이 높은 상황에서 부모의 지도감독은 학업 스트레스를 감소시켰다. 따라서 청소년 자녀에게 부모가 간접하고 통제하는 것이 학업 스트레스를 증가시킬 수 있지만, 부모가 자녀와 긍정적인 유대관계가 형성되어 있는 가운데 지도 감독을 하는 것은 오히려 자녀의 학업 스트레스를 완화시켜 줄 수 있는

보호기제로 작용했다.

스트레스가 청소년의 우울 증상에 영향을 미칠 수 있다는 사실은 널리 알려져 왔다. 스트레스로 인한 우울이나 자살생각의 과정에서 부모의 역할을 다루는 선행연구들이 있다. Auerbach, Bigda-Peyton, Eberhart, Webb과 Ho (2011)는 부모와 학급친구 지원의 결손이 또래 지원의 결손보다 청소년 우울에 더 중요한 영향력이 있음을 밝혔다. Anderson, Salk와 Hyde (2015)는 청소년에게 현저한 연애 스트레스가 우울에 미치는 부정적인 영향을 부모의 지원이 완화해 줄 수 있는지 여부를 분석했다. 그 결과 어머니의 지원은 자녀의 성별에 관계없이 스트레스와 우울의 관계를 완화했다. 즉 자녀가 연애스트레스 상황에 있을 때 어머니가 사회적 지원을 해 주면 우울이 완화되었다. Cho와 Haslam(2010)은 한국에서 태어나 미국에서 살고 있는 고등학생들의 자살생각과 관련하여 부모지원의 중요성을 밝혔다. 이민 청소년들에게 부모의 사회적 지원은 자살생각 예방을 위한 보호요인으로 작용하였다.

국내에서도 많은 연구들이 이루어져 왔는데, 정미경(2012)의 연구에서 스트레스는 청소년의 내면화 문제행동(우울, 불안, 외로움, 자살생각)에 정적인 영향을 미쳤으며, 부모 지지의 매개효과가 있었다. 즉 청소년들이 스트레스로 인해 문제행동을 하는 과정에서 부모의 사회적 지원이 도움이 되었다. 김정미(2014)가 고등학생의 학교 스트레스와 우울의 관계에서 부모 공감의 중재효과를 분석한 결과에 의하면, 부모의 공감은 자녀가 경험하는 학교 스트레스의 부정적 영향을 완화하는데 의미 있게 기여하였다.

부모를 포함하는 집단으로서 가족의 사회적 지원을 다룬 연구도 있다. 이서연과 장용현

(2011)이 학업 스트레스와 자살생각의 관계에서 가족응집성의 조절효과를 분석하였을 때 유의하였다. 즉 학업 스트레스가 높았을 때에도 가족응집성이 높은 집단은 낮은 집단보다 자살생각을 적게 하였다. 여기에서 가족응집성은 ‘가족 간에 매우 친근감을 느낀다’와 같이 가족구성원간의 유대관계를 측정하였다. 이러한 결과도 스트레스 상황에서 부모를 중심으로 하는 가족이 돈독한 유대관계를 통해 지원해 주는 것의 중요성을 보여준다.

학교급별 사회적 지원 제공자의 변화

사회적 지원 제공자가 발달적으로 변화함을 밝히는 연구들이 있다. 정미경(2012)이 종단자료를 분석한 결과, 부모지원은 계속 증가했으나 친구와 교사지원은 증가하다가 고등학생 때 감소했다. 그러나 이지연과 위광휘(2000)가 초, 중, 고, 대학생을 대상으로 분석한 결과, 연령이 낮을수록 사회적 지원 제공자는 부모, 조부모, 친척, 선생님, 이웃사람이었으며, 연령이 증가함에 따라 친구, 이성 친구, 선후배로 변화하였다. 장미경(2006)이 아동의 사회적 지원망 발달에 대한 선행연구 결과들을 개관한 결과, 아동의 성장 발달에 따라 사회적 지원을 제공하는 타인과의 관계가 변화하고, 그에 따라 사회적 지원망이 변화하게 되는 것으로 밝혔다. 연령이 증가할수록 사회적 지원망이 넓어지고 다양한 사람들이 포함되었다. 그러나 정미경(2012)의 결과와 달리 초등학생에서 청소년 초기를 거쳐 청소년 중기로 됨에 따라, 사회적 지원망에 있는 친구의 수는 증가되고 성인의 수는 감소되었다.

아동기에서 청소년기로 됨에 따라, 스트레스 상황에서 부모 지원의 효과가 다른 것으로 밝혀졌다. Hostinar, Johnson과 Gunnar(2015)는

아동과 청소년에 대한 부모 사회적 지원 효과의 발달적 차이를 스트레스와 연결했다. 부모의 사회적 지원이 아동의 스트레스를 감소시켰으나, 청소년에서는 이러한 결과가 나타나지 않았다. 즉 아동기와 청소년기에 스트레스 감소를 위한 부모 사회적 지원 영향력의 정도에 차이가 있었다. 이러한 결과는 발달단계별로 청소년의 스트레스가 부모의 사회적 지원과 상호작용하고 있음을 보여준다.

스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자는 학교급별로 다른 형태를 보인다. 박영신, 김의철과 김묘성(2002)의 연구에서 스트레스 상황에서 도움을 준 사람에 대해 초, 중, 고, 대학 생집단에서 친구라고 응답한 경우는 31.9%, 33.9%, 42.9%, 51.2%로 증가한 반면에, 가족이라고 응답한 경우는 41.5%, 31.4%, 22.6%, 21.2%로 감소했다. 이러한 비율을 집단별로 비교해 보면, 초등학생은 가족이 친구보다 반응율이 더 높는데 비해, 중학생부터는 친구가 가족보다 더 많이 지적되기 시작해서, 고등학생에서 대학생으로 갈수록 더욱 현저하게 친구의 사회적 지원이 스트레스 상황에서 많아졌다.

청소년 스트레스에 대한 사회적 지원의 유형

사회적 지원의 스트레스 완충효과는 선행연구들에서 확인되었다. 건강한 환경에 있는 아동뿐만 아니라 부모 이혼 등 어려운 환경에서 스트레스를 경험하는 아동의 심리적 적응에 사회적 지원이 완충 역할을 하였다(장미경, 2006).

현안나와 윤숙자(2012)가 대학생의 스트레스와 정신건강의 관계에서 부모자녀 의사소통의 매개효과를 검토하였다. 분석 결과에 의하면,

일상생활 스트레스는 정신건강에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라, 부모자녀간의 의사소통을 통해 간접적인 영향을 미쳤다. 즉 부모자녀간의 역기능적 의사소통이 심각할수록 일상생활 스트레스가 정신건강에 부정적으로 영향을 미쳤다. 이러한 부모자녀간의 의사소통 방식도 사회적 지원의 유형과 관련될 수 있다.

이옥형(2012)은 대학생의 생활스트레스가 심리적 안녕감에 직접적인 영향을 미치고, 또한 사회적 지원 및 자아탄력성을 통해 간접적인 영향을 미친다고 밝혔다. 여기에서 사회적 지원은 가족과 친구로부터의 정보적, 정서적, 물질적, 평가적 지원을 의미하였다.

사회적 지원의 유형 중에서 특히 정서적 지원의 중요성은 한국 청소년 스트레스에 대한 토착심리를 연구한 결과들에서 누적적으로 밝혀져 왔다. 김의철과 박영신(1997)의 분석 결과에 의하면, 사회적 지원의 유형으로 정서적 도움이 37.4%로 가장 높았으며, 정서적 도움은 위로, 기분전환, 격려를 의미하였다. 정서적 도움 다음으로 정보적 도움, 협조, 경제적 도움의 순서로 지적되었다. 김의철과 박영신(1999a)의 연구에서도 정서적 도움이 37.8%로 가장 높았는데, 정서적 도움은 진실한 대화, 정신적 위안, 위로, 격려, 기분전환과 같은 내용들이 포함되었다. 정서적 도움 다음으로 없음, 경제적 도움, 정보적 도움의 순서로 나타났다. 박영신, 김의철과 김묘성(2002)의 연구에서도 정서적 도움이 57.7%로 반수가 넘었으며, 정서적 도움은 격려와 위로, 상담과 대화, 정신적 도움과 공감의 개념들로 구성되었다. 정서적 도움 다음으로 없음, 정보적 도움, 경제적 도움의 순서를 보였다. 이러한 세 연구는 정서적 지원이 스트레스에 대한 대표적인 사회적 지원임을 공통적으로 밝혔다.

방 법

분석대상

이 연구의 표집대상은 초, 중, 고, 대학교 각 1개교였다. 초, 중, 대학교는 인천광역시에서, 고등학교는 부천시에서 표집하였다. 초등학교 5, 6학년 219명(남 122, 여 97)의 질문지가 회수되었으며, 성실하게 응답되어 있어서 모두 분석대상이 되었다. 중학교 2학년 298명의 질문지가 회수되었으나, 불성실한 응답을 제외하고 280명(남 130, 여 150)의 질문지가 분석대상으로 선정되었다. 고등학교 1~3학년 214명의 질문지가 회수되었는데 불성실한 응답을 제외하고 212명(남 97, 여 115)이 분석대상에 포함되었다. 대학교 1~4학년 246명의 질문지가 회수되었으며, 불성실한 응답을 제외하고 241명(남 121, 여 120)이 분석대상이었다. 따라서 최종 분석대상은 총 952명(남 270, 여 482)이었다.

분석대상의 평균 연령은 초등학생 11.18세, 중학생 13.99세, 고등학생 16.71세, 대학생 21.13세였다. 가정경제수준은 최하 1.0%, 하 11.9%, 중 71.4%, 상 14.8%, 최상 1.0%였으며, 사회계층은 극빈층 1.1% 하류층 12.7%, 중류층 75.5%, 상류층 9.4%, 최상류층 1.3%로서, 중간이 2/3 이상을 차지하고 양 극단은 비슷한 분포를 이루었다.

측정도구

이 연구를 위한 질문지는 한국 청소년의 스트레스 토착심리 분석을 위한 문항과, 스트레스 증상을 측정하기 위한 문항 및 배경정보를 질문하는 문항들로 구성되었다. 청소년 스트

레스 토착심리를 분석하기 위해 3개의 자유반응형 문항과 1개의 양적 문항으로 질문했다. 이러한 문항들은 스트레스 생활사건, 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자, 사회적 지원의 유형, 사회적 지원 제공자의 지원 효과를 분석하기 위한 것이었다. 사용된 문항들은 선행연구(김의철, 박영신, 1997, 1999a; 박영신, 김의철, 김묘성, 2002)에서와 동일했다: (1) 요즘 경험하는 가장 큰 어려움이나 스트레스 받는 일은 무엇입니까? (2) 그러한 스트레스를 받았을 때, 누구로부터 도움을 받았습니까? (3) 그 사람으로부터 어떠한 도움을 받았습니까? (4) 그 사람의 도움이 얼마나 효과적이었습니까? 앞의 세 개 문항은 응답자가 자유롭게 기술하도록 하였으며, 네 번째 사회적 지원 제공자의 지원 효과를 측정하는 문항만 효과적 인 정도를 '매우 비효과적임'에서 '매우 효과적임'의 5점 척도 상에 표시하도록 했다.

스트레스 증상에 대한 양적 측정은 심인성 신체증상(문항 수, 6개; 문항 예, 쉽게 잠들거나 깊이 자는 것이 힘들다)과 심리증상(문항 수, 6개; 문항 예, 근심 걱정 때문에 항상 우울하다)을 포함하는 Cawte(1972)의 12개 문항을 사용하였다. 김의철과 박영신(1999b)이 번역하여 전국의 도시와 농촌 중학생을 대상으로 7점 척도로 측정하였을 때 신뢰도는 Cronbach α 계수 .85였다. 이 연구에서는 김의철과 박영신(1999b)의 질문지를 사용했으나, 답지는 '전혀 아니다'에서 '매우 그렇다'의 5점 척도로 측정하였다. 이 연구에서 신뢰도는 α 계수 .88(초 .87, 중 .88, 고 .85, 대 .85)로 양호하였다.

배경정보는 학교급별, 성별, 가정경제수준, 사회계층에 대한 문항으로 구성하였다. 가정경제수준은 최하에서 최상에 이르는 다섯 개 답지 중에서, 사회계층은 극빈층에서 최상류

층에 이르는 다섯 개 답지 중에서 한 개를 선택하도록 답지를 제시했다.

실시 및 분석방법

초등학교는 담임교사, 중 고등학교는 교과목 담당 교사, 대학교는 담당 교수가 수업시간에 질문지를 실시했다. 실시자들은 질문지 실시의 중요성에 대해 충분한 설명을 듣고 적극적으로 협조했다.

회수된 질문지에 대해서 응답의 성실성 여부를 면밀하게 검토하였다. 무응답이 많든가, 동일 응답을 많이 하였다든가, 다른 질문지와 응답이 거의 같아서 베껴 쓴 것이 의심되는 경우 등 응답자가 불성실하게 응답한 것으로 판단되는 질문지는 코딩에서 제외하였다.

한국 청소년의 스트레스와 사회적 지원의 토착심리 규명을 위한 분석은 토착심리의 철학과 연구방법(Kim & Park, 2004; Kim, Yang, & Hwang, 2006)에 토대하여 진행했다. 자유반응 응답들은 응답 그대로를 엑셀 파일에 코딩했다. 각 응답들은 같은 개념들끼리 묶고, 묶여진 항목들에 대해 대표성 있는 이름을 부여했다. 이러한 항목들을 상위의 개념에 기초하여 묶어서, 이렇게 묶여진 각 범주들에 대해 대표성 있는 이름을 부여하였다. 모든 응답 각각에 대해 항목명과 범주명을 기록했다. 항목명과 범주명을 확정하는 과정에서 연구자들 외에 20여명의 박사 및 박사과정 연구팀이 2015년 7월부터 11월까지 5차례 걸친 논의 과정을 거쳐 수정 보완했으며, 최적의 질적인 개념을 찾아내고자 했다. 최종 확정된 항목명과 범주명에 대해 숫자를 부여했으며, 이 숫자로 재코딩하였다. 코딩된 숫자들로 SPSS 19.0에서 각 질문별 빈도분석을 실시하였다.

빈도분석에 기초하여 범주와 항목의 틀에 기반을 둔 표가 작성되었다. 작성된 표를 기초로 범주와 항목이 개념적으로 적합하며 내용적으로 타당한가를 여러 차례 재논의 하였다. 수정 보완을 통해 최종 범주와 항목이 확정되었다.

최종 확정된 질적 분석들에 대해, 다년간 스트레스 토착심리 분석을 해 온 박사과정 대학원생이 채점자간 신뢰도를 구한 결과는 89.6%로서 양호한 편이었다. 또한 Kappa계수 .869로서, 두 채점자간 합치도 수준을 신뢰할 수 있는 기준인 .75(성태제, 2010) 보다 높은 값을 보였다. 자유반응형 질문들의 교차분석은 최종 확정된 범주들을 상호 교차하여 SPSS 19.0으로 빈도분석을 했다.

양적으로 측정된 문항들은 응답한 답지의 숫자를 그대로 코딩했다. SPSS 19.0가 사용되었으며, 분석방법은 이원변량분석과 Duncan 사후검증이였다.

결 과

청소년의 스트레스 생활사건과 스트레스 증상

청소년이 가장 스트레스를 경험하는 생활사건에 대해 자유롭게 응답한 것을 정리한 결과가 표 1이다. 924명 중 47.9%로 반에 가까운 가장 높은 응답이 학업 스트레스였다. 청소년 2명 중에서 1명 정도가 학업문제로 스트레스를 경험하는 것으로 확인되었다. 학업 스트레스는 학업에 대한 부담과 시험 성적이 주를 이루었고, 이외에 진학, 학원, 과제가 포함되었다. 두 번째로 부각된 범주가 진로/취업 스트레스로서, 진로나 취업문제 외에 미래에 대

표 1. 청소년의 스트레스 생활사건

	전체(%)	학교급별(%)			
		초	중	고	대
1. 학업	443(47.9)	54(27.6)	162(58.1)	140(66.0)	87(36.7)
① 학업부담	198(21.4)	22(11.2)	79(28.3)	50(23.6)	47(19.8)
② 시험성적	173(18.7)	15(7.7)	74(26.5)	52(24.5)	32(13.5)
③ 진학	49(5.3)	3(1.5)	6(2.2)	38(17.9)	2(.8)
④ 학원	14(1.5)	11(5.6)	3(1.1)	-	-
⑤ 과제	9(1.0)	3(1.5)	-	-	6(2.5)
2. 진로/취업	140(15.2)	-	15(5.4)	31(14.6)	94(39.7)
① 진로	63(6.8)	-	10(3.6)	24(11.3)	29(12.2)
② 취업	54(5.8)	-	1(.4)	3(1.4)	50(21.1)
③ 미래에 대한 불안	15(1.6)	-	4(1.4)	3(1.4)	8(3.4)
④ 군대	8(.9)	-	-	1(.5)	7(3.0)
3. 가족관계	88(9.5)	50(25.5)	25(9.0)	10(4.7)	3(1.3)
① 형제와의 갈등	26(2.8)	17(8.7)	9(3.2)	-	-
② 가정불화	21(2.3)	3(1.5)	10(3.6)	5(2.4)	3(1.3)
③ 잔소리	19(2.1)	16(8.2)	1(.4)	2(.9)	-
④ 부모님과의 갈등	13(1.4)	7(3.6)	3(1.1)	3(1.4)	-
⑤ 혼날 때	9(1.0)	7(3.6)	2(.7)	-	-
4. 친구관계	87(9.4)	36(18.4)	22(7.9)	10(4.7)	19(8.0)
① 친구관계	39(4.2)	9(4.6)	14(5.0)	3(1.4)	13(5.5)
② 놀림	16(1.7)	15(7.7)	1(.4)	-	-
③ 친구와의 갈등	14(1.5)	4(2.0)	5(1.8)	3(1.4)	2(.8)
④ 싸움	10(1.1)	8(4.1)	1(.4)	1(.5)	-
⑤ 이성문제	8(.9)	-	1(.4)	3(1.4)	4(1.7)
5. 역량부족	57(6.2)	12(6.1)	25(9.0)	5(2.4)	15(6.3)
① 능력부족	39(4.2)	12(6.1)	16(5.7)	2(.9)	9(3.8)
② 자기조절 부족	18(1.9)	-	9(3.2)	3(1.4)	6(2.5)
6. 없음	49(5.3)	37(18.9)	8(2.9)	2(.9)	2(.8)
7. 경제적 어려움	23(2.5)	-	8(2.9)	3(1.4)	12(5.1)
8. 기타	37(4.0)	7(3.6)	14(5.0)	11(5.2)	5(2.1)
① 외모	8(.9)	1(.5)	5(1.8)	1(.5)	1(.4)
② 잠 못 잠	5(.5)	2(1.0)	-	3(1.4)	-
③ 아르바이트	4(.4)	-	-	2(.9)	2(.8)
④ 놀지 못할 때	4(.4)	1(.5)	2(.7)	1(.5)	-
⑤ 선생님관계	3(.3)	1(.5)	1(.4)	1(.5)	-
⑥ 기타	13(1.4)	2(1.0)	6(2.2)	3(1.4)	2(.8)
총합계	924(100.0)	196(100.0)	279(100.0)	212(100.0)	237(100.0)

한 불안 및 군대관련 내용이었다. 그 다음으로 가족관계 스트레스와 친구관계 스트레스가 각각 10%에 가까운 비율을 보였다. 가족관계 스트레스 경우는 형제와 갈등, 가정불화, 부모님의 잔소리, 부모님과 갈등, 부모님께 혼날 때가, 친구관계 스트레스는 친구들이 놀림, 친구와 갈등, 싸움, 이성문제가 포함되었다. 이외에 역량부족으로 인한 스트레스, 스트레스 없음, 경제적 어려움으로 인한 스트레스가 지적되었다. 외모, 수면, 아르바이트, 놀지 못함, 교사관계도 있었으나, 반응율이 낮아서 범주를 구성하지 못하고 기타 범주에 포함되었다.

표 1의 학교급별 스트레스 생활사건의 반응율이 그림 1에 제시되어 있다. 학업 스트레스는 초등학생에서 중학생이 됨에 따라 급격히 증가하고, 고등학생은 10명 중 6~7명이 지적하는 가장 높은 스트레스였으나, 대학생에서는 현저하게 감소했다. 진로/취업 스트레스는 초등학생에서 없었지만, 중학생부터 나타나서, 고등학생에서 증가했는데, 대학생에서는 현저하게 증가하여 학업 스트레스보다 오히려 더 높았다. 가족관계 스트레스는 초등학생 경우에 학업 스트레스와 마찬가지로 응답자의 1/4 이상이 반응했으나, 중 고 대학생으로 됨에 따라 계속 줄어서, 대학생 시기에는 1% 정도 밖에 안 되었다. 친구관계 스트레스도 가족관계 스트레스와 마찬가지로 초등학생이 가장

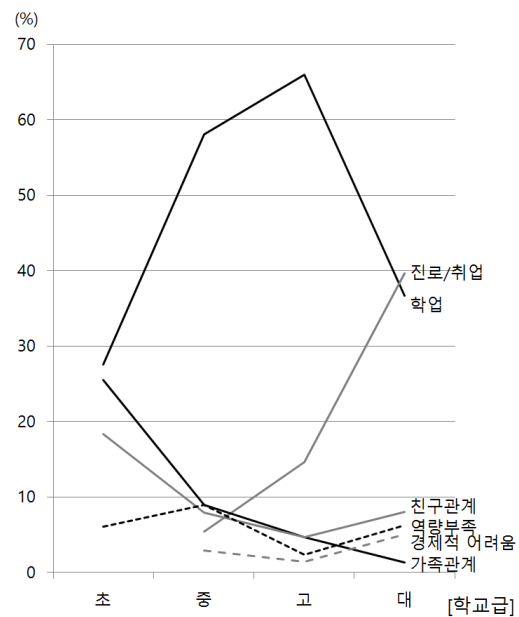


그림 1. 학교급별 청소년의 스트레스 생활사건

높고, 중 고등학생에서 점차 줄었으나, 대학생에서 오히려 중학생 이상으로 증가하였다. 이외에 역량부족으로 인한 스트레스는 초등학생에서 중학생으로 되면서 높아졌고, 경제적 어려움으로 인한 스트레스는 초등학생 시기에는 없었으나 중학생에서부터 나타나서, 대학생에서는 약간 증가하여 5% 수준을 보였다.

표 2는 학교급별 스트레스 생활사건별 스트레스 증상의 차이를 이원변량분석 한 결과이다. 상호작용효과 및 스트레스 생활사건별 주

표 2. 학교급별 × 스트레스 생활사건별 스트레스 증상 차이 이원변량분석

종속변인	독립변인	SS	df	MS	F
스트레스 증상 (Cawte)	주효과 학교급별 (1)	33.87	3	11.29	21.27***
	스트레스 생활사건별 (2)	5.64	5	1.13	2.12
	상호작용효과 (1)×(2)	11.68	13	.90	1.69

*** $p < .001$

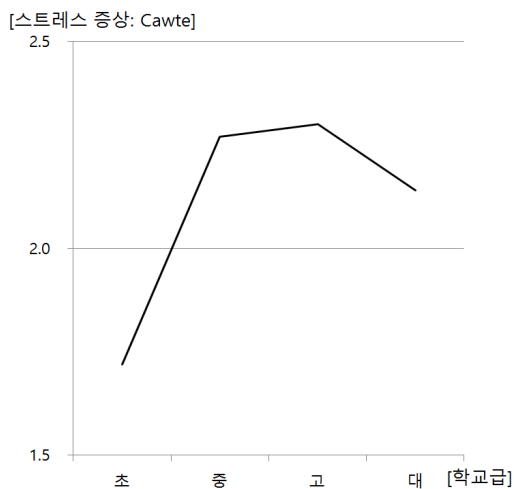


그림 2. 학교급별 스트레스 증상

효과는 없었고, 학교급별 주효과만 유의하였다($p < .001$).

학교급별 평균에 대한 Duncan test 결과는 네 집단 간에 의미 있는 차이를 보였다. 집단별 평균이 그림 2에 제시되었다. 초등학생($\bar{x} = 1.72$, $sd = .65$)의 스트레스 증상이 가장 낮았고, 중학생($\bar{x} = 2.27$, $sd = .83$)에서 크게 증가했고, 고등학생($\bar{x} = 2.30$, $sd = .74$)은 중학생보다 약간 높았으나, 대학생($\bar{x} = 2.14$, $sd = .66$)은 중학생보다 낮았다. 그러므로 청소년들의 스트레스 증상은 고등학생이 가장 높고, 그 다음으로 중학생, 대학생, 초등학생의 순서로, 초등학생이 가장 낮았다.

그러나 이원변량분석을 실시하기 앞서, 종속변인인 스트레스 증상의 등분산성 가정에 대해 검토한 결과는 가정을 충족치 못하였다. 독립변인의 여러 하위집단에서 종속변인의 오차분산이 동일한지 여부를 Levene 검정으로 검토하였을 때($F = 1.698$, $df_1 = 21$, $df_2 = 815$, $p = .026$), $p < .05$ 수준으로 나타났다. 이러한 결과는 종속변인인 스트레스 증상의 등분산성 가

정에 대한 영가설이 기각됨을 보여준다. 그러므로 표 2의 이원변량분석의 결과를 해석할 때 주의를 필요로 한다.

사회적 지원 제공자와 지원의 효과

청소년이 스트레스 상황에서 누구로부터 가장 도움을 많이 받는지를 분석한 결과가 표 3이다. 829명의 자유반응 결과, 친구가 37.8%로 가장 높은 반응율을 보였는데, 이성 친구는 1% 정도로 낮은 비율이고 대부분이 동성 친구였다. 두 번째로 높은 비율을 보인 범주는 자기자신으로서, 10명 중에서 3명 정도가 (29.8%) 다른 사람으로부터 지원이 없었으며 자기자신이 해결했다고 응답했다. 세 번째로는 부모 범주로서 20%에 가까운 비율을 보였다. 그 다음으로 교사, 형제자매, 선후배의 순서였는데, 모두 5% 미만의 비율을 나타내었다.

그림 3은 표 3에서 학교급별 사회적 지원 제공자에 대한 반응율을 제시한 것이다. 전체적으로 가장 높은 반응율을 보였던 친구 범주 경우에, 초등학생에서는 20%를 상회하였으나, 중학생에서는 30% 수준, 고등학생에서는 40% 수준, 대학생에서는 50% 수준으로 계속 증가하여, 대학생은 스트레스 상황에서 2명 중에 1명이 친구에게 지원을 받았다. 부모 범주는 초등학생 시기에 친구보다 높은 반응율을 보였는데, 점차 감소하여, 대학생 시기에는 10% 미만으로 현저하게 낮아졌다. 교사와 형제자매는 모든 학교에서 5% 내외로 낮은 비율을 보였다. 한편 주위에 사회적 지원 제공자가 없고 자기자신이 스스로 스트레스를 해결하는 경우는 초등학생과 중학생 시기 모두 40%에 가까운 높은 비율을 보였으나, 고등학생과 대학생 시기에는 20%대로 많이 낮아졌다.

표 3. 청소년의 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자

	전체(%)	학교급별(%)			
		초	중	고	대
1. 친구	313(37.8)	39(22.3)	76(30.2)	91(47.6)	107(50.7)
① 동성 친구	301(36.3)	38(21.7)	76(30.2)	89(46.6)	98(46.4)
② 이성 친구	12(1.4)	1(.6)	-	2(1.0)	9(4.3)
2. 자기자신	247(29.8)	65(37.1)	94(37.3)	41(21.5)	47(22.3)
① 없음	150(18.1)	54(30.9)	45(17.9)	18(9.4)	33(15.6)
② 안 받음	68(8.2)	11(6.3)	33(13.1)	14(7.3)	10(4.7)
③ 자기자신	29(3.5)	-	16(6.3)	9(4.7)	4(1.9)
3. 부모	155(18.7)	51(29.1)	49(19.4)	38(19.9)	17(8.1)
① 부모님	66(8.0)	17(9.7)	21(8.3)	17(8.9)	11(5.2)
② 엄마	57(6.9)	22(12.6)	18(7.1)	14(7.3)	3(1.4)
③ 가족	19(2.3)	4(2.3)	7(2.8)	6(3.1)	2(.9)
④ 아빠	13(1.6)	8(4.6)	3(1.2)	1(.5)	1(.5)
4. 교사	37(4.5)	8(4.6)	13(5.2)	10(5.2)	6(2.8)
① 선생님	26(3.1)	6(3.4)	7(2.8)	8(4.2)	5(2.4)
② 학원선생님	7(.8)	1(.6)	3(1.2)	2(1.0)	1(.5)
③ 상담선생님	4(.5)	1(.6)	3(1.2)	-	-
5. 형제자매	28(3.4)	7(4.0)	10(4.0)	6(3.1)	5(2.4)
① 형	9(1.1)	3(1.7)	2(.8)	3(1.6)	1(.5)
② 언니	9(1.1)	2(1.1)	4(1.6)	1(.5)	2(.9)
③ 누나	4(.5)	-	1(.4)	1(.5)	2(.9)
④ 동생	4(.5)	2(1.1)	1(.4)	1(.5)	-
⑤ 오빠	2(.2)	-	2(.8)	-	-
6. 선후배	23(2.8)	-	3(1.2)	3(1.6)	17(8.1)
① 선배	22(2.7)	-	3(1.2)	3(1.6)	16(7.6)
② 후배	1(.1)	-	-	-	1(.5)
7. 기타	26(3.1)	5(2.9)	7(2.8)	2(1.0)	12(5.7)
① 온라인 매체	10(1.2)	-	6(2.4)	-	4(1.9)
② 지인	8(1.0)	1(.6)	1(.4)	2(1.0)	4(1.9)
③ 멘토	2(.2)	-	-	-	2(.9)
④ 하나님	1(.1)	-	-	-	1(.5)
⑤ 장학재단	1(.1)	-	-	-	1(.5)
⑥ 기타	4(.5)	4(2.3)	-	-	-
총합계	829(100.0)	175(100.0)	252(100.0)	191(100.0)	211(100.0)

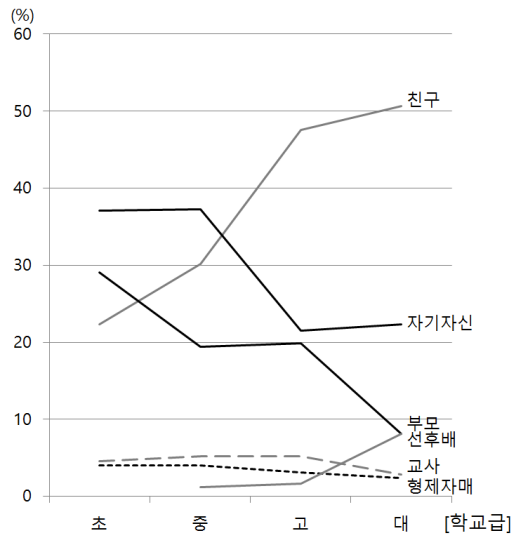


그림 3. 학교급별 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자

스트레스 생활사건별 사회적 지원 제공자를 분석한 결과가 표 4에 제시되어 있다. 스트레스 생활사건은 표 1에 제시된 8개 범주 중에서 스트레스 없음 범주와 기타 범주를 제외한, 대표적인 6개 범주로 분류했다. 이러한 6개의 스트레스 생활사건을 각각 자유 응답한 청소년들이,

대표적 사회적 지원 제공자를 누구로 지적하였는가를 정리한 결과이다. 학업, 진로/직업, 친구관계, 역량부족과 관련된 스트레스는 사회적 지원 제공자 중에 친구가 가장 높은 반응율을 보이고, 두 번째가 자기자신이었다. 그러나 가족관계, 경제적 어려움과 관련된 스트레스는 자기자신의 반응율이 가장 높고, 그 다음으로 친구의 비율이 높았다. 이러한 결과로 미루어보아, 가족관계나 경제적 어려움과 관련된 스트레스는 주위 사람들과 상의하거나 도움을 받는 사람이 없는 경우가 가장 많고, 이 외의 4개 대표적 스트레스 생활사건 상황에서는 친구의 사회적 지원을 청소년들이 많이 받음을 알 수 있다.

표 5는 학교급별 사회적 지원 제공자별 지원의 효과를 이원변량분석 한 결과이다. 여기에서 사회적 지원 제공자별은 표 3에 나타난 사회적 지원 제공자의 7개 범주 중에서 기타를 제외한 나머지 6개(친구, 자기자신, 부모, 교사, 형제자매, 선후배)로 구성하였다. 학교급별과 사회적 지원 제공자별의 상호작용효과는 없었으며, 학교급별 주효과도 없었다. 그러나

표 4. 스트레스 생활사건별 사회적 지원 제공자

스트레스 생활사건 사회적 지원 제공자	학업	진로/직업	가족관계	친구관계	역량부족	경제적 어려움
친구	157(39.3)	57(43.8)	22(27.2)	37(44.6)	22(43.1)	4(22.2)
자기자신	114(28.6)	23(17.7)	34(42.0)	23(27.7)	11(21.6)	7(38.9)
부모	83(20.8)	20(15.4)	18(22.2)	13(15.7)	9(17.6)	2(11.1)
교사	20(5.0)	3(2.3)	3(3.7)	5(6.0)	4(7.8)	1(5.6)
형제자매	13(3.3)	5(3.8)	2(2.5)	2(2.4)	2(3.9)	1(5.6)
선후배	8(2.0)	12(9.2)	-	2(2.4)	-	1(5.6)
기타	4(1.0)	10(7.7)	2(2.5)	1(1.2)	3(5.9)	2(11.1)
총합계	399(100.0)	130(100.0)	81(100.0)	83(100.0)	51(100.0)	18(100.0)

표 5. 학교급별 × 사회적 지원 제공자별 지원의 효과 이원변량분석

종속변인	독립변인	SS	df	MS	F
사회적 지원 효과	주효과 학교급별 (1)	4.03	3	1.34	1.70
	사회적 지원 제공자별 (2)	79.45	5	15.89	20.10***
	상호작용효과 (1)×(2)	15.68	14	1.12	1.42

*** $p < .001$

사회적 지원 제공자별 주효과는 $p < .001$ 수준에서 매우 유의한 차이가 있었다.

그림 4는 사회적 지원 제공자별 지원의 효과를 그림으로 제시한 것이다. 사회적 지원 제공자별 지원의 효과 평균을 구해 Duncan test를 실시한 결과, 자기자신($\bar{x} = 2.56$, $sd = 1.24$)만 이질적인 집단으로 나타나고, 나머지 부모($\bar{x} = 3.95$, $sd = .85$), 친구($\bar{x} = 3.83$, $sd = .80$), 교사($\bar{x} = 3.81$, $sd = .84$), 형제자매($\bar{x} = 3.78$, $sd = .93$), 선후배($\bar{x} = 4.17$, $sd = .65$)는 모두 동질 집단으로 나타났다. 그러므로 지원의 효과 면에서 볼 때 사회적 지원 제공자가 누구냐는 사실보다는, 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자가 있느냐 없느냐가 더욱 중요함을 알 수 있다. 그림 4의 왼쪽에 있는 청소년 스트레스

상황에서 사회적 지원 제공자(표 3 참고)와 오른쪽에 있는 사회적 지원 제공자별 지원의 효과를 비교해 볼 때, 청소년들이 친구로부터 사회적 지원을 가장 많이 받았고, 부모로부터 사회적 지원을 받는 경우는 친구보다 적고, 특히 교사, 형제자매, 선후배로부터 사회적 지원을 받는 경우는 극소수에 불과하였지만, 어쨌든 사회적 지원을 받으면 지원의 효과에 대한 인식은 동일한 수준임을 알 수 있다.

그러나 이원변량분석을 실시하기 앞서, 종속변인인 사회적 지원 효과의 등분산성 가정에 대해 검토한 결과는 가정을 충족치 못하였다. 독립변인의 여러 하위집단에서 종속변인의 오차분산이 동일한지 여부를 Levene 검증으로 검토하였을 때($F = 4.202$, $df_1 = 22$, $df_2 = 626$,

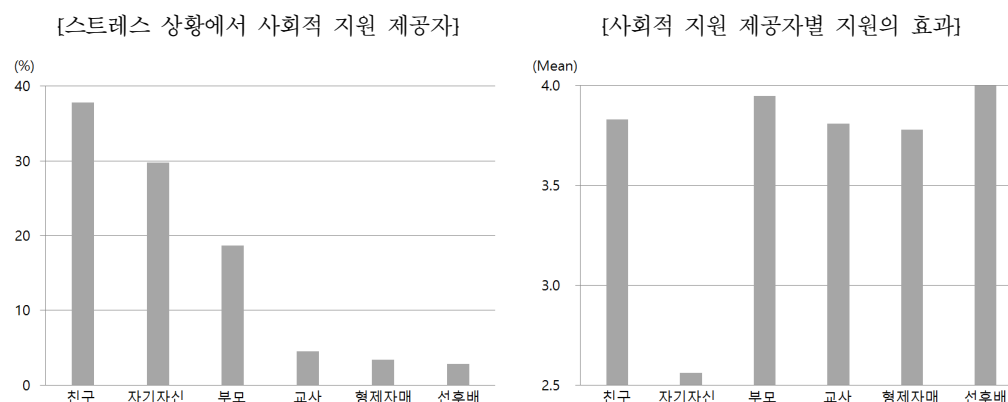


그림 4. 사회적 지원 제공자와 지원의 효과

$p=.000$), $p<.001$ 수준으로 나타났다. 이러한 결과는 종속변인인 사회적 지원 효과의 등분산성 가정에 대한 영가설이 기각됨을 보여준다. 그러므로 표 5의 이원변량분석의 결과를 해석할 때 주의를 필요로 한다.

스트레스 상황에서 사회적 지원의 유형

청소년의 스트레스 상황에서 사회적 지원의 유형을 분석한 결과가 표 6에 제시되어 있다. 전체 집단의 반응율을 보면, 정서적 지원이 43.3%로 거의 반에 가까운 비율을 보였다. 정서적 지원 범주에 포함된 가장 대표적인 항목은 위로, 고민 상담이었으며 각각 10% 이상의 높은 반응율이었다. 이외에 함께해 줌, 정서적 안정, 격려가 각각 5% 내외의 비율로 포함되었다. 정서적 지원 범주 다음으로는 없음, 조언, 직접적 문제해결이 각각 10~20% 사이의 반응율을 보였고, 이외에 대화 범주가 10%에 가까운 비중을 차지했다. 없음 범주가 20.8%나 됨으로써, 청소년들이 스트레스를 경험하는 상황에서 주위 사람들로부터 사회적 지원을 받지 못한다는 응답이 10명 중에서 2명 정도임을 알 수 있다. 청소년 스트레스 상황에서 사회적 지원의 유형으로 직접적 문제해결의 의미에는 사회적 지원 제공자가 같이 문제를 해결해 준다든가, 해결방법을 제시해 주는 것, 공부를 가르쳐 줌, 같이 공부함이 포함되었다. 기타 범주에 경제적 지원은 1% 정도의 비율로 포함되었다.

그림 5는 표 6의 초, 중, 고, 대 학교급별 반응율을 각각의 사회적 지원 유형별로 제시한 것이다. 정서적 지원은 모든 학교급별에서 다른 사회적 지원 유형보다 가장 높은 반응율을 보였는데, 특히 고등학교에서 그 비율이

높았다. 사회적 지원이 없다는 반응은 초등학교에서 정서적 지원과 비슷한 수준으로 높았으나, 중, 고, 대학생으로 됨에 따라 점차 비중이 감소했다. 직접적 문제해결 범주도 초등학교에서는 세 번째로 높은 범주였으나 대학생으로 됨에 따라 점차 하강하는 경향을 보였다. 없음 범주나 직접적 문제해결 범주와는 완전히 상반되게 조언 범주의 경우에 초등학교에서는 0.6%로 거의 없었으나, 중, 고, 대학생으로 갈수록 비중이 현저하게 높아져서 대학생에서는 32.8%나 차지하여, 정서적 지원 다음으로 높은 비율을 보였다. 대화 범주는 조언 범주처럼 급격한 증가율을 보이지는 않았지만 완만하게 증가하는 패턴으로 나타났다. 이러한 결과로 미루어 보아, 청소년들이 스트레스 상황에서 학교급별에 상관없이 정서적 지원을 가장 많이 받음을 알 수 있다. 그리고 초등학교에서 대학생으로 성장함에 따라 스트레스 상황에서 사회적 지원자가 직접적으로 문제를 해결해 주는 경우는 감소하고, 주위 사람들로부터 조언을 받는 경우가 크게 증가하고, 대화하는 경우도 증가하는 경향을 보임을 알 수 있다.

표 7은 스트레스 생활사건별 사회적 지원의 유형을 분석한 결과이다. 여기에서 스트레스 생활사건은 표 1에서 분석된 8개 범주 중에서 없음과 기타를 제외한 6개 범주이다. 또한 사회적 지원 유형은 표 6에서 분석된 범주이다. 분석 결과에 의하면, 학업(48.4%), 가족관계(46.3%), 친구관계(45.7%), 역량부족(40.8%)과 관련된 스트레스 생활사건에서 모두 정서적 지원의 비율이 가장 높음으로써, 청소년들이 다양한 스트레스 상황에서 정서적 지원을 많이 받고 있었다. 단지 진로/직업 스트레스에서는 정서적 지원보다 조언(37.3%)이 가장 높은 반

표 6. 청소년의 스트레스 상황에서 사회적 지원 유형

	전체(%)	학교급별(%)			
		초	중	고	대
1. 정서적 지원	312(43.3)	64(40.5)	95(44.0)	85(50.9)	68(37.8)
① 위로	83(11.5)	20(12.7)	29(13.4)	20(12.0)	14(7.8)
② 고민상담	77(10.7)	5(3.2)	19(8.8)	22(13.2)	31(17.2)
③ 함께해줌	46(6.4)	13(8.2)	19(8.8)	9(5.4)	5(2.8)
④ 정서적 안정	36(5.0)	9(5.7)	14(6.5)	6(3.6)	7(3.9)
⑤ 격려	33(4.6)	10(6.3)	8(3.7)	9(5.4)	6(3.3)
⑥ 이야기를 들어줌	24(3.3)	4(2.5)	4(1.9)	11(6.6)	5(2.8)
⑦ 공감	13(1.8)	3(1.9)	2(.9)	8(4.8)	-
2. 없음	150(20.8)	57(36.1)	60(27.8)	17(10.2)	16(8.9)
① 없음	146(20.2)	57(36.1)	58(26.9)	16(9.6)	15(8.3)
② 자신의 노력	4(.6)	-	2(.9)	1(.6)	1(.6)
3. 조언	115(16.0)	1(.6)	18(8.3)	37(22.2)	59(32.8)
① 조언	96(13.3)	1(.6)	12(5.6)	30(18.0)	53(29.4)
② 정보제공	13(1.8)	-	5(2.3)	4(2.4)	4(2.2)
③ 충고	6(.8)	-	1(.5)	3(1.8)	2(1.1)
4. 직접적 문제해결	85(11.8)	32(20.3)	25(11.6)	13(7.8)	15(8.3)
① 같이 해결해줌	33(4.6)	17(10.8)	13(6.0)	2(1.2)	1(.6)
② 해결방법 제시	26(3.6)	10(6.3)	7(3.2)	4(2.4)	5(2.8)
③ 공부를 가르쳐줌	16(2.2)	4(2.5)	4(1.9)	5(3.0)	3(1.7)
④ 같이 공부함	10(1.4)	1(.6)	1(.5)	2(1.2)	6(3.3)
5. 대화	50(6.9)	4(2.5)	16(7.4)	12(7.2)	18(10.0)
① 대화	27(3.7)	2(1.3)	7(3.2)	7(4.2)	11(6.1)
② 서로 이야기함	20(2.8)	1(.6)	8(3.7)	5(3.0)	6(3.3)
③ 문자/전화 대화	3(.4)	1(.6)	1(.5)	-	1(.6)
6. 기타	9(1.2)	-	2(.9)	3(1.8)	4(2.2)
① 경제적 지원	7(1.0)	-	2(.9)	2(1.2)	3(1.7)
② 기타	2(.3)	-	-	1(.6)	1(.6)
총합계	721(100.0)	158(100.0)	216(100.0)	167(100.0)	180(100.0)

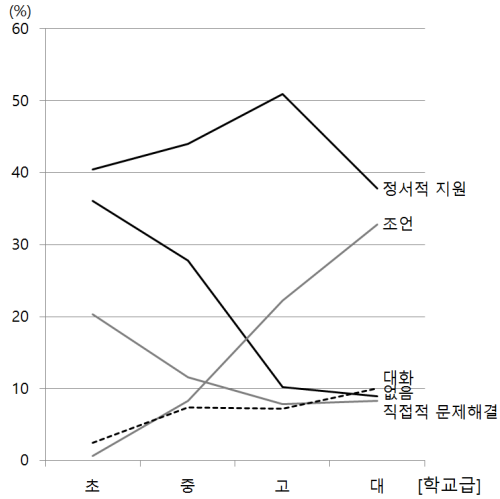


그림 5. 학교급별 스트레스 상황에서 사회적 지원 유형

응답을 보이고 그 다음으로 정서적 지원의 비율이 높음으로써, 진로나 직업과 관련된 스트레스에서만 정서적 지원보다는 실제적인 조언을 더 많이 듣는 차이가 있었다. 친구관계 스트레스에서는 정서적 지원 다음으로 직접적 문제해결이 두 번째로 높은 응답을 보임으로써, 친구관계로 인한 스트레스는 다른 스트레스 생활사건보다 사회적 지원 제공자가 직접적으로 문제해결에 나서서 도움을 주는 경우가 많음을 알 수 있다.

표 8은 사회적 지원 제공자별 사회적 지원의 유형을 분석한 것이다. 사회적 지원 제공자는 표 3에서 분석된 7개 범주 중에서 기타를 제외한 6개 범주였다. 분석 결과, 친구

표 7. 스트레스 생활사건별 사회적 지원 유형

스트레스 생활사건 사회적 지원 유형	학업	진로/직업	가족관계	친구관계	역량부족	경제적 어려움
정서적 지원	165(48.4)	40(33.9)	31(46.3)	32(45.7)	20(40.8)	3(21.4)
없음	58(17.0)	12(10.2)	21(31.3)	14(20.0)	10(20.4)	3(21.4)
조언	51(15.0)	44(37.3)	2(3.0)	4(5.7)	8(16.3)	2(14.3)
직접적 문제해결	44(12.9)	7(5.9)	8(11.9)	15(21.4)	8(16.3)	1(7.1)
대화	22(6.5)	15(12.7)	4(6.0)	5(7.1)	3(6.1)	-
기타	1(.3)	-	1(1.5)	-	-	5(35.7)
계	341(100.0)	118(100.0)	67(100.0)	70(100.0)	49(100.0)	14(100.0)

표 8. 사회적 지원 제공자별 사회적 지원의 유형

사회적 지원 제공자 사회적 지원 유형	친구	자기자신	부모	교사	형제자매	선후배
정서적 지원	195(62.7)	6(4.0)	75(50.3)	12(33.3)	12(44.4)	3(13.0)
없음	2(.6)	142(94.7)	3(2.0)	1(2.8)	-	-
조언	53(17.0)	-	30(20.1)	7(19.4)	4(14.8)	16(69.6)
직접적 문제해결	27(8.7)	2(1.3)	29(19.5)	13(36.1)	5(18.5)	4(17.4)
대화	32(10.3)	-	11(7.4)	2(5.6)	4(14.8)	-
기타	2(.6)	-	1(.7)	1(2.8)	2(7.4)	-
계	311(100.0)	150(100.0)	149(100.0)	36(100.0)	27(100.0)	23(100.0)

(62.7%), 부모(50.3%), 형제자매(44.4%)는 사회적 지원 유형 중에서 정서적 지원의 반응이 가장 높았다. 그러나 자기자신은 없음(94.7%)이, 교사는 직접적 문제해결(36.1%)이, 선후배는 조언(69.6%)이 가장 높았다. 그러므로 청소년들은 각 사회적 지원 제공자들로부터 다른 형태의 사회적 지원을 받음을 알 수 있다.

종합 논의

이 연구에서 제한된 표집을 통해 밝힌 결과를 한국 청소년 스트레스의 토착심리로 일반화하는 것은 무리가 있다. 특정 지역에서 초, 중, 고, 대학교를 1개 학교씩 선택하여 학생들을 표집 했기 때문에, 이 연구의 분석대상이 한국 청소년을 대표한다고 보기는 어렵다. 예를 들어 이 연구에서 표집한 일반계 고등학교가 아니라 특성화 고등학교 학생 경우, 이 연구에서 표집한 4년제 대학교가 아니라 전문대학 학생 경우, 또는 의과대학과 같은 특정 전공을 하는 학생 경우, 스트레스의 원인이나 사회적 지지망에서 차이가 있을 수 있다는 점에서, 표집의 대표성에 제한점이 있다. 또한 사회경제적지위와 사회계층도 주관적 응답에 의거하였으므로, 다양한 계층의 청소년을 대표하기에는 한계가 있다.

그럼에도 불구하고 이 연구의 결과들에 토대하여 한국 청소년 스트레스의 토착심리에 대한 논의의 장을 여는 것은 가능하다. 이는 표집대상이 다르고 연구의 시점이 달랐지만, 그동안 한국 청소년 스트레스의 토착심리를 탐구해 온 선행연구들(김의철 등, 1997; 1999a; 박영신 등, 2002)의 결과와 상당부분 일관되게 밝혀지고 있는 내용들에 토대한다.

또한 이 연구에서의 학교급별 분석은 중단 자료에 기초한 개인의 발달적 특성이 반영된 연령 변인을 다루는 것이 아니라, 횡단적으로 표집한 학교급별 자료에 기초하고 있다. 그러므로 표집된 학교급별 특성이 오차변인으로 작용할 가능성이 있기 때문에, 이 연구에서 밝혀진 학교급별 차이를 발달적 차이로 해석하는 것은 주의를 필요로 한다.

이 연구에서는 한국 청소년 스트레스와 사회적 지원에서의 토착심리를 규명하고, 학교급별로 드러나는 특징에 관심을 가졌기 때문에, 성별 분석은 하지 않았다. 그러나 여학생이 남학생보다 더 높은 스트레스를 보이고(McKay, Dempster, & Byrne, 2014), 여학생이 남학생보다 관계상실로 인한 정신건강 문제를 더욱 야기(Bakker, Ormel, Verhulst, & Oldehinkel, 2010)하는 것을 밝히는 등, 스트레스 경험에서의 성차가 시사된 바 있다.

이러한 여러 제한점에도 불구하고 이 연구에서 밝혀진 결과들은 한국 청소년의 스트레스와 사회적 지원에 관련된 의미 있는 정보를 제공하고 있다. 아래에서는 이 연구에서 밝혀진 결과들을 선행연구 결과들과 관련하여, 첫째 청소년 스트레스 생활사건과 스트레스 증상, 둘째 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자와 유형의 두 측면에서 논의하고자 한다.

청소년 스트레스 생활사건과 스트레스 증상

대표적 스트레스 생활사건으로 학업

한국 청소년들에게 학업은 스트레스를 일으키는 가장 대표적인 생활사건이다. 이러한 결론은 이 연구에서 거의 반에 해당하는 청소년(47.9%)이 스트레스 생활사건으로 학업을 지적했을 뿐만 아니라(표 1 참고), 박영신 등(2002)

의 연구에서도 비슷한 비율(43.8%)로 나타난 바 있음에 토대한다. 또한 한국 청소년의 스트레스 토착심리를 밝힌 약 20년 전의 선행연구(김의철 등, 1997)에서도 학업은 가장 대표적인 스트레스 생활사건이었다. 청소년의 스트레스에 대한 토착심리 분석 결과를 토대로 양적 질문지를 개발해서 분석한 연구(김의철 등, 2001)에서도 학업 스트레스는 6개의 스트레스 생활사건 중에서 과반수의 청소년(59.6%)이 선택했을 뿐만 아니라, 스트레스 평균이 가장 높았다. 이는 한국의 13~18세 청소년 중에서 과반수(52.6%)가 공부와 관련된 문제를 가장 고민한다는 결과와 일관된 결과이다(통계청, 2014). 뿐만 아니라 한국 중고등학생들은 학업성적 때문에 차별 받는다고 느끼는 경우가 가장 많음으로써(통계청, 2015), 이러한 차별경험을 통해서도 한국 청소년의 높은 학업 스트레스가 시사된다. 이러한 학업 요인이 스트레스를 유발하는 것은 한국만이 아니라 중국 청소년들에게서도 확인됨으로써(Suna et al., 2013), 학업을 중시하는 유교 문화권의 동아시아 국가에서 공통된 특징으로 나타났다.

2000년부터 2015년까지 3년마다 실시해 온 국제학업성취도평가(PISA)에서 한국 청소년들이 꾸준히 세계가 주목하는 높은 수준의 학업 성취를 이루어온 이면에는, 학업 스트레스로 인한 정신건강의 문제도 병행되어 왔음을 짐작케 한다. 그러므로 국제학업성취도평가에서 학업성취의 순위가 높은 사실에 만족하기만은 어렵다.

높은 학업성취가 한국 청소년들에게 만연되어 있는 스트레스를 유발하는 생활사건으로 결부되는 것이 아니라, 흥미 있는 탐구 대상으로서 학업에 기반을 둔 성취가 되는 것이 중요하다. 학업 스트레스의 만연을 염려하기

보다 학업에 대한 관심과 열정을 어떻게 하면 긍정에너지로 전환할 수 있는가에 초점을 둘 필요가 있다. 학업 스트레스를 감소시키는 방안의 탐구도 필요하겠지만, 학업흥미 증진 방안이나 몰입의 기제에 대한 탐구는 학업 스트레스 감소의 자연스러운 출구가 될 수 있다.

학업이 스트레스의 대상이기보다 호기심을 유발하고 탐구의 즐거움을 경험하게 해 주는 콘텐츠로 인식될 수 있도록, 어릴 때부터 학습 환경을 마련해 줄 필요가 있다. 학업의 결과를 상대적으로 평가받고 처벌될 수 있는 가능성에 대한 두려움을 인식하게 하는 환경보다, 학업의 과정에서 새로움을 발견하고 즐기는 여유를 제공하는 교육적 환경이 중요하다. 단기적으로 높은 성적의 단순한 획득보다 장기적으로 성취의 즐거움을 누릴 수 있는 통찰력과 일상적 삶에서 성취의 기쁨을 삶의 만족으로 연결하는 내면화를 성장과정에서 체험할 수 있도록 도와주는 것이 필요하다. 성취의 경험을 통해 높은 효능감과 자발적 흥미를 갖게 되면, 그것은 더 이상 스트레스 생활사건이 되는 것이 아니라 의미와 재미의 대상으로 인식되는 선순환의 고리에 접속될 수 있을 것이다.

이러한 의미에서 볼 때 자기효능감을 증진시키거나(Bandura, 1997), 학업 흥미의 메커니즘을 찾아내는 연구들이 활성화되어야 할 것이다. 학업이 단지 스트레스를 유발하는 대표적인 생활사건으로서가 아니라, 학업의 과정에서 몰입을 즐기고 긍정적 정서를 맞출 수 있도록 하는 것이 바람직하다. 물론 이것이 바람직하다는 것을 모르는 사람은 없을 것이다. 중요한 것은 바람직한 상태를 어떻게 하면 현실에 구현할 수 있는가의 측면일 것이다. 성취 결과에 대한 압박보다 교육적 성취의 과

정을 즐길 수 있도록 교육의 철학과 목표, 방향과 방식에서의 전환이 요구된다.

청소년의 다양한 스트레스 사건: 인간관계, 진로/취업, 경제적 어려움

이 연구의 분석결과에 의하면 한국 청소년들은 학업 다음으로 인간관계 스트레스를 빈번하게 경험하는 것으로 확인되었다. 가족관계와 친구관계의 반응율을 합하면 18.9%로서 학업 다음으로 두 번째를 나타낸다(표 1 참고). 이와 같이 인간관계로 인해 스트레스를 경험하는 것은 한국 사회가 관계중심의 문화이기 때문에, 관계를 통해 사회적 지원을 받아 성취하는 과정에도 의미 있게 작용하지만(Kim & Park, 2008), 인간관계가 스트레스를 일으키는 생활사건의 주역이 되기도 한다. 한국인에게 인간관계란 독소작용과 해독작용을 동시에 하는 양날의 칼과 같다. 인간관계가 긍정적으로 잘 작용하면 사회적 지원을 통한 긍정적 효과가 있지만, 인간관계가 부정적으로 작용하면 스트레스를 통한 심리적인 상처는 물론이고 인생에서 회복될 수 없는 길로 접어들게도 한다.

이 연구에서 한국 청소년의 인간관계 스트레스는 가족관계 스트레스가 가장 대표적이고, 거의 비슷한 비율로 친구관계 스트레스가 지적되었다. 결국 10명의 청소년 중에서 1명 정도는 가족관계 스트레스로, 또 1명 정도는 친구관계 스트레스로 심적 고통을 받음을 알 수 있다. 21개 국가의 청소년들이 또래보다 부모 관련 스트레스가 더 높았는데(Persike et al., 2014), 한국 청소년들도 가족관계 스트레스(9.5%)가 친구관계 스트레스(9.4%)보다 약간 높았으나 거의 비슷한 비율이다(표 1 참고).

이 연구에서 가족관계 스트레스 생활사건이

부각된 것은, 부모의 성취압력(박서연 등, 2010) 및 부모의 부정적 양육태도가(김경호 등, 2014; 서경현 등, 2013) 자녀의 스트레스에 영향을 주며, 한국 청소년이 다른 나라 청소년보다 부모관계 스트레스를 많이 경험함을 밝힌 결과(Seiffge-Krenke et al., 2013)와 같은 맥락이다. 그러나 이 연구에서 밝혀진 가족관계 스트레스는 부모와 갈등이나 부모 잔소리 및 혼날 때와 같은 부모관계만이 아니라 형제와 갈등도 포함하는 개념이라는 차이가 있다.

최근 한국 사회에서 청년들에게 진로와 취업은 심각한 스트레스 생활사건이다. 이 연구에 의하면, 진로/취업이 학업 다음으로 높은 반응율(15.2%)을 보였고(표 1 참고), 특히 대학생에서 가장 대표적인 스트레스 생활사건(39.7%)이었다(그림 1 참고). 이는 IMF시대 스트레스에 대한 연구(김의철 등, 1999a)에서 불확실한 미래(21.1%)로 인한 스트레스가 두 번째로 많았는데, 그러한 불확실한 미래를 구성하는 개념 항목으로 취업/진로(17.0%)가 대부분을 차지한 결과와 일관된다. IMF시대 이후의 연구(박영신 등, 2002)에서 비록 비율이 감소했으나 청소년들에게 직업/진로(4.6%)는 꾸준한 스트레스 생활사건이었다.

2000년대 초엽에 비해 2010년대 한국 청년들이 IMF시대와 마찬가지로 수준으로 진로/취업 스트레스를 경험한다는 사실은, 청소년들의 사회인식이 경제면에서 불안하고 이것이 청소년의 정신건강에 부정적 영향을 미침을 보여준다. 이러한 사실은 청소년의 정신건강을 청소년 개인 내적인 문제로만 이해하기보다, 사회적 경제적 안정과 연결된 상호작용의 맥락에서 이해할 필요가 있음을 시사한다.

구체적인 진로/취업 문제 외에도 한국 청소년들은 비록 낮은 비율이기는 하나 경제적 어

려움과 관련된 스트레스를 지적하였다(표 1 참고). 이러한 결과는 IMF시대와 같이 경제적 어려움(62.5%)으로 인한 스트레스가 대표적인 범주(김의철 등, 1999a)이지는 않지만, 경제적 어려움이 여전히 스트레스 생활사건으로 인식되고 있음을 보여준다.

가정경제수준이 청년의 스트레스에 영향을 미치는 밝히는 연구들이 있다. 말레이시아와 인도의 대학생을 대상으로 연구한 결과에 의하면, 가정경제수준이 낮은 가정의 대학생들이 더욱 학업 스트레스를 경험하고 자살생각도 많이 하였다(Khan et al., 2016). Ponnet, Wouters, Goedemé과 Mortelmans(2016)는 부모가 지각하는 경제적 스트레스가 자녀에 대한 양육태도, 부부간 갈등, 우울 증상을 매개변인으로 하여 청소년의 문제행동에 영향을 미침을 밝혔다. 경제적 스트레스가 긍정적인 부모양육태도에 미치는 영향력은 어머니보다 아버지에게서 더 크게 나타났다. 이러한 연구결과는 부모의 스트레스가 자녀의 문제행동에 미치는 영향을 보여주는 동시에, 가정의 경제적인 요인이 부모의 스트레스만이 아니라 자녀의 문제행동에 영향을 미치는 의미 있는 변인으로 작용함을 간접적으로 시사한다.

학교급별 청소년 스트레스 생활사건의 특징

청소년의 스트레스 생활사건이 학교급별로 다른 특징을 보였다. 그림 1에 나타난 바와 같이, 초, 중, 고등학생 집단에서는 학업이 가장 대표적인 스트레스 생활사건이었고 특히 고등학생 경우는 2/3가 학업 스트레스를 지적하는 압도적인 비율을 보였다. 초 중등학생의 학교급별 스트레스 생활사건에서 유의한 차이가 있고 학업 스트레스가 증가한 결과는 선행연구(김의철 등, 2001)와 동일하였다. 진로 및

취업 스트레스는 초등학생에서 없고 중학생에서 낮은 비율이었지만, 고등학생에서는 학업 다음의 두 번째 비율을 차지하였고, 대학생에서는 가장 높은 비율을 보여 학업보다도 진로 및 취업 스트레스를 더 많이 지각하였다. 대학생의 높은 취업 스트레스는 대학생 응답자의 79%가 취업 스트레스를 대체로 혹은 매우 많이 받은 결과(신현균, 장재운, 2003)와도 일관된 맥락이다.

반면에 가족관계 스트레스는 학교급별로 감소하였다. 초등학생은 가족관계 스트레스를 응답한 경우가 1/4이 넘고 학업 스트레스와 거의 비슷한 비율을 보였는데, 중, 고, 대학생으로 됨에 따라 가족관계 스트레스가 차지하는 비율이 감소하였다(그림 1 참고). 이러한 결과는 아동기보다 청소년기에 부모와 상호작용에서 야기된 갈등이 더욱 스트레스를 유발할 가능성이 있는 것으로 시사한 선행연구(Monaghan et al., 2013)와 다르다. 한국 청소년 경우에 초등학생에서 고등학생으로 됨에 따라 학업 스트레스가 극단적으로 증가하고, 대학생에서는 진로/취업 스트레스가 급격히 증가하기 때문에, 이러한 스트레스 생활사건에 비해 가족관계 스트레스가 차지하는 상대적 비중은 미약해짐을 알 수 있다.

이 연구에서 학교급별로 스트레스 증상에 의미 있는 차이가 있었는데(표 2 참고), 고등학생이 가장 높은 스트레스를 보이고, 그 다음으로 중학생, 대학생, 초등학생의 순서였다(그림 2 참고). 그러므로 고등학생까지는 스트레스 증상이 상승하다가 대학생에서는 감소하였다. 이는 학교급별로 초등학생보다 중학생이, 중학생보다는 고등학생이 현저하게 높은 스트레스 증상을 나타내고(김의철 등, 2001), 청소년 스트레스 종단자료를 추적하였을 때

중 3에서 고 1까지 증가한 결과(정미경, 2012)와도 일치한다.

이러한 결과는 연령별로 스트레스에 차이가 있음을 시사하고 있는 선행연구들과 일관된 맥락이다. 선행연구들에서 연령에 따라 스트레스 대처의 정보처리과정이 다르고(김정모, 2004) 스트레스 증상에서도 차이가 있으며(박현정, 2008) 어머니의 양육방식이 자녀의 스트레스에 다른 영향을 미치는(Monaghan et al., 2013) 것으로 밝혀진 바 있다.

이러한 논의들을 종합해 볼 때, 발달단계별로 청소년이 일상적으로 경험하는 스트레스 생활사건이 다르다고 할 수 있다. 그러므로 예컨대 초등학생 대상의 스트레스 연구에서는 가족관계 스트레스를, 중 고등학생 대상의 스트레스 연구에서는 학업 스트레스를, 대학생 대상의 스트레스 연구에서는 진로 및 취업 스트레스를 관심 있게 다룰 필요가 있다.

청소년의 스트레스 생활사건과 증상에 관련된 기타 논의

청소년 스트레스 생활사건 및 증상과 관련하여 위에서 살펴본 세 측면 외에, 아래에서는 두 가지를 언급하고자 한다. 첫째는 청소년의 인간관계와 연결된 스트레스는 주로 부모나 친구에 집중되어 있고, 교사가 차지하는 비중은 상대적으로 일부라는 점이다. 이 연구에서 청소년의 스트레스 생활사건 중에 인간관계와 관련된 스트레스로 가족관계(9.5%)와 친구관계(9.4%)가 부각되었으나, 교사관계를 지적한 경우는 0.3%에 불과했다(표 1 참고). 이러한 결과는 교사 스트레스가 청소년의 우울에 미치는 영향이 없음을 밝힌 결과(우채영, 정현희, 2013)와도 무관하지 않다. 즉 부모 스트레스(기대와 요구, 학업성적, 공부독촉)와 또

래 스트레스(소외감, 따돌림, 무시당함)는 중 고등학생의 우울에 유의한 영향을 주었으나, 교사 스트레스(편애, 공부 방법, 창피 주기)는 우울에 영향력이 없었다. 물론 이러한 결과들은 교사가 영향력이 없다기보다, 부모와 친구에 비해 교사로 인한 스트레스의 빈도가 낮은 상대적 측면에 초점을 둔 해석이어야 할 것이다.

둘째로 청소년이 경험하는 학업 스트레스는 많은 청소년들에게 만연되어 있지만, 학업이 야기하는 스트레스 증상은 크게 위험한 수준은 아니라는 점이다. 스트레스 생활사건별로 스트레스 증상에서 유의한 차이가 없다(표 2 참고)는 것은, 학업 스트레스가 다른 스트레스보다 더 강한 스트레스 증상을 일으키는 것은 아니라는 의미이다. 청소년들의 학업 스트레스 증상은 5점 척도에서 ‘대체로 아니다’(M=2.18)의 수준이고, 다른 스트레스 생활사건을 경험하는 청소년들에 비해 높지 않았다. 그렇기 때문에 학업에 가장 스트레스를 경험하는 청소년이 반 가까이 된다는 사실(표 1 참고) 자체가 청소년 정신건강을 위협하는 요소라고 단정할 수는 없다. 학업과 관련된 어느 정도의 긴장감은 학업성취를 이루는 과정에서 자연스러운 현상이라고 할 수도 있다. 문제는 그러한 긴장감이 적절한 범위 내의 수준이어야 할 것이다.

그러므로 청소년이 어떤 생활사건에 스트레스를 경험하는가 보다는 어떤 스트레스 생활사건이든 스트레스 강도가 높게 나타나고 있는 개별 사례들에 대한 교육적 관심과 집중적인 상담이 중요할 것으로 본다. 다수의 문제만 중요한 것이 아니라 비록 소수 집단이 겪는 문제라 할지라도 깊은 관심을 갖고 해법을 노력하는 것이 중요하다. 실제로 학교 교육현

장에서 다수 청소년이 경험하는 스트레스의 문제에 관심을 갖게 되기가 쉽다. 소수의 문제에까지 담임교사나 상담교사가 에너지를 나눌 여력이 없는 것도 사실이다. 그러한 현실에도 불구하고 다수의 청소년이 경험하는 스트레스 생활사건만 아니라 소수가 겪고 있는 고통들에 대해서도 교육적 애정의 시선을 가질 필요가 있다. 다수가 경험하는 학업 스트레스만이 아니라 다양한 스트레스 생활사건으로 스트레스 증상을 경험하는 소수의 청소년들에 대해서도 개별적인 관심과 적극적인 조치가 필요하다.

스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자와 유형

사회적 지원 제공자로서 친구 및 또래집단의 중요성

청소년의 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자로서 친구의 중요성이 이 연구에서 크게 부각되었다. 친구가 다른 의미 있는 타인들에 비해 가장 많은 지원을 제공했으며(표 3 참고), 친구의 지원은 초, 중, 고, 대학생으로 성장할수록 증가하였다(그림 3 참고). 이러한 결과는 청소년이 친구로부터 가장 사회적 지원을 많이 받고(김의철 등, 1997; 박영신 등, 2002), 청소년이 친구동료에게 가장 고민 상담을 많이 하는 것으로 밝혀진 국내의 결과(통계청, 2014)와 일치한다. 또한 사회적 지원 제공자로서 친구 및 또래 집단이 중요함을 밝힌 국외의 결과(Bakker et al., 2010; Flack, et al., 2011; Liu et al., 2014, Yang, et al., 2010; Zhang, et al., 2015)와도 일관된 맥락이다. 청소년기에 친구관계가 스트레스를 유발하는 생활사건이기도 하지만(표 1 참고), 동시에 스트레스 상

황에서 사회적 지원을 제공하는 가장 대표적인 의미 있는 타인으로서 스트레스의 부정적인 영향을 감소하는 역할을 하고 있는 것으로 밝혀짐으로써, 친구관계 및 또래집단의 중요성이 거듭 확인되었다.

이 연구의 결과는 학교 현장에서 청소년의 스트레스 감소를 위한 하나의 방법으로서 또래 상담이 효과적일 가능성을 보여준다. 친구 및 또래 집단의 지원을 효율적으로 제공하는 방안을 개발하며 또래 상담을 적극적으로 활성화하는 것이, 청소년 스트레스 감소에 매우 효과적일 것이다.

또래의 범주에 동기생만이 아니라 선후배도 포함할 필요가 있다. 비록 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자로서 친구가 가장 많은 비중을 차지하고, 선후배는 응답률이 낮았지만(표 3 참고), 각 사회적 지원 제공자 집단별로 지원의 효과를 비교했을 때 의미 있는 차이가 없었다(그림 4 참고). 친구나 선후배가 지원의 효과 면에서는 마찬가지로 할 수 있으므로, 선후배 집단도 또래 집단의 범주에 포함하여 또래 상담을 활성화하는 것이 도움이 될 것으로 보인다.

다양한 사회적 지원 제공자의 기능과 변화

이 연구의 결과에 의하면 학교급별로 대표적인 사회적 지원 제공자에 현저한 차이가 있었다. 스트레스 상황에서 초등학생은 친구보다 부모의 사회적 지원을 더 많이 받았고, 중학생 시기부터 부모보다 친구의 사회적 지원이 많아졌으며, 고등학생부터 대학생 시기에 친구의 사회적 지원이 차지하는 비중이 현저하게 증가되었다(그림 4 참조). 그러므로 사회적 지원의 제공자가 초등학생과 중학생 이후의 단계에서 질적으로 달라짐을 알 수 있다.

이러한 결과는 초등학생 시기인 아동기에 친구나 교사보다 부모와 같은 혈연관계에서의 정서적 지원이 더욱 활성화되는 것으로 밝힌 선행연구 결과들(장미경, 2006)과 일치한다. 또한 아동기에서 청년기로 됨에 따라 사회적 지원망에 있는 친구 수는 증가되고 성인 수는 감소됨으로써, 사회적 지원망이 발달적 변화를 보인다는 결과들(장미경, 2006)과도 같은 맥락이다.

이 연구에서 선후배는 초등학생에서 전혀 언급되지 않았으나, 중 고등학생 집단에서 극소수지만 언급이 되었고, 대학생 집단에서는 부모님과 동일한 비율로 의미 있는 사회적 지원자로 부각되었다(그림 3 참고). 연령이 증가할수록 사회적 지원망이 넓어지고 다양한 사람들이 포함된다는 선행연구(장미경, 2006)와 같은 맥락에서, 이 연구의 결과는 청소년기에 넓어진 사회적 지원망에 포함되어지는 사회적 지원 제공자는 선후배임을 보여준다.

이 연구에서 학교급별 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자를 분석하였을 때 친구 및 선후배가 증가하고, 부모는 감소하는 경향(그림 4 참고)은, 연령 증가에 따라 사회적 지원 제공자가 가족에서 친구로 변화함을 밝힌 선행연구(이지연 등, 2000)와 일치한다.

친구보다 부모와 같은 혈연관계에서의 사회적 지원이 더 만족스럽게 받아들여지는 것(장미경, 2006)은, 친구가 부모보다 사회적 지원 제공자로 더욱 기여하는 이 연구의 결과(표 3 참고)와 언뜻 보면 상반되는 것으로 보인다. 그러나 장미경(2006)의 개관은 전반적인 사회적 지원망에 대한 내용이고, 이 연구에서는 스트레스 상황에 국한하여 검토하고 있다. 실제로 한국 청소년의 성취의식에 대한 토착심리 분석(박영신, 김의철, 2013)에 의하면, 성취

를 위한 사회적 지원은 부모가 더욱 중요한 비중을 차지하는 것으로 확인되었다. 또한 장미경(2006)은 주로 아동을 대상으로 개관하였는데, 이 연구에서와 같이 대상 범위를 청소년과 청년으로 확대할 때 상반된다기보다 수렴되는 내용이라고 할 수 있다. 즉 이 연구에서도 초등학생 시기에는 친구보다 부모가 사회적 지원 제공자로 더 높은 비중을 차지했으며, 대학생으로 됨에 따라 부모보다 친구가 증가되는 패턴을 보였다(그림 3 참고). 그러므로 사회적 지원 제공자를 발달단계를 고려하여 이해할 필요가 있다.

스트레스 상황에서 부모 사회적 지원의 중요성이 선행연구들(김의철 등, 1998, 2009, 2010; 박영신 등, 2009; 박현선 등, 2014)에서 시사되어 왔고, 스트레스로 인한 우울이나 자살생각의 과정에서도 부모의 역할이 중요한 것으로 밝혀졌으며(김정미, 2014; 정미경, 2012; Anderson et al., 2015; Auerbach et al., 2011; Cho et al., 2010), 부모를 포함하는 가족의 사회적 지원의 기능에 대해서도 검토(이서연 등, 2011) 되어 왔다. 부모의 사회적 지원이 스트레스 상황에서 기여하는 비중이, 한국 청소년 경우에 비록 성장할수록 줄어들지만, 초등학생 경우는 친구를 비롯하여 주위의 어떤 사람보다 부모가 가장 중요하다.

사회적 지원 제공자가 발달적으로 변화함을 밝히는 선행연구들(이지연 등, 2000; 장미경, 2006; 정미경, 2012)이 있다. 특히 스트레스 상황에서 사회적 지원 제공자로서 부모의 지원이 아동기에는 효과적이지만 청소년기에는 효과가 감소하였다(Hostinar et al., 2015). 또한 스트레스 상황에서 부모를 포함하는 가족의 지원을 받는 비율은 초등학생에서 가장 높고 점차 감소하였으나, 친구의 지원을 받는 경우는

초등학생에서 대학생으로 됨에 따라 크게 증가하였다(박영신, 김의철, 김묘성, 2002).

사회적 지원 제공자별 지원 효과에 대한 분석(표 5, 그림 4 참고) 결과는 주위 사람이 누구이든 주위로부터 사회적 지원이 있는 경우가 사회적 지원 없이 혼자 문제를 해결하는 경우보다 효과가 있음을 보여준다. 즉 주위의 사회적 지원이 스트레스 상황에서의 대처와 문제해결에 큰 도움이 된다. 이는 청소년이 스트레스를 경험하는 상황에서 사회적 지원이 중요함을 밝힌 연구 결과들(박현정, 2008; 어유경 등, 2015; 장경문, 2005; Glozah et al., 2014; Khan et al., 2016)과 일치한다.

대표적인 사회적 지원으로서 정서적 지원

청소년이 스트레스 상황에서 경험하는 가장 대표적인 사회적 지원은 정서적 지원이다. 이 연구의 결과에 의하면, 초, 중, 고, 대학생 모두 정서적 지원의 반응율이 가장 높았다(표 6, 그림 5 참고). 사회적 지원의 여러 가지 형태가 있을 수 있지만(이옥형, 2012; 현안나 등, 2012), 스트레스 상황에서 한국 청소년들이 받는 사회적 지원의 유형으로 정서적 지원의 중요성은 그동안 토착심리 분석을 해 온 선행연구들(김의철 등, 1997, 1999a; 박영신 등, 2002)에서 일관되게 확인되어 왔다.

스트레스 생활사건별로 청소년들이 어떠한 사회적 지원을 받는가를 분석한 결과, 학업, 가족관계, 친구관계, 역량부족, 경제적 어려움 스트레스 생활사건에서 모두 정서적 지원을 가장 많이 받았다. 진로/직업 스트레스 생활사건에서만 조언을 받는 경우가 가장 많았으나, 정서적 지원도 조언과 비슷한 비율로 많았다(표 7 참고). 따라서 청소년들이 진로나 직업과 관련된 스트레스 상황에서는 주위에 조언

을 많이 받고, 학업이나 인간관계 등 그 외의 모든 스트레스 상황에서는 정서적 지원을 많이 받음을 알 수 있다.

한편 이지연 등(2000)은 상황에 따라 필요로 하는 사회적 지원의 유형이 다르다고 하였지만, 실제로 분석한 표(이지연 등, 2000; 표 5 참고)의 내용을 보면 그렇게 일반화 하는 것은 무리가 있다. 예를 들어 몸이 아플 때, 어머니/선생님에게 꾸중을 들었을 때, 시험을 못 봤을 때, 따돌림 당했을 때, 우울할 때와 같이 매우 다양한 상황에서 모두 위로해 준이라는 사회적 지원의 유형이 대표적으로 나타났다. 이와 같이 다양한 상황에서 위로해 준이란 정서적 지원이 대표적인 유형으로 확인되었으며, 이러한 경향은 초, 중, 고, 대학생의 모든 학교급별에서 일관되었다. 그러므로 이지연 등(2000)의 연구결과가 대부분의 스트레스 생활사건에서 한국 청소년들은 정서적 지원을 가장 많이 받는다는 이 연구의 결과와 불일치한 다기 보다, 일관된 맥락으로 볼 수 있다.

청소년들이 대부분의 스트레스 생활사건에서 주위 의미 있는 타인들의 정서적 지원을 통해 도움을 받으므로, 청소년들이 스트레스로 고통 받을 때 상담과정에서 정서적 지원을 충분히 제공하는 방식이 효과적일 것으로 보인다. 정서적 지원을 효과적으로 제공하는 방법에 관심을 갖고, 구체적 방법을 정교하게 개발할 필요가 있다. 그러한 연구 성과들은 학교나 상담 현장에서 청소년의 생명을 영육간에 살리는 실제적인 기여를 할 것이다. 정서적 지원은 스트레스 해소를 위한 사회적 지원으로서만이 아니라(김의철 등, 1997; 1999a; 박영신 등, 2002), 한국 청소년의 성취를 증진하는 데에도 의미 있는 역할을(박영신 등, 2013) 하는 것으로 확인되었다. 그간의 누적된

연구 결과들을 종합해 볼 때, 정서적 지원은 한국 청소년의 건강한 발달을 위해 핵심 키워드로 작용할 수 있는 가능성을 시사한다.

결론

청소년 스트레스를 국가별로 비교한 연구들은(Khan et al., 2016; Persike et al., 2014; 2016) 스트레스 생활사건의 지각과 스트레스 증상 및 대처방식에서 유의한 차이가 있음을 밝히고, 지역적이고 문화적인 차이를 꾸준히 확인해 왔다. 이러한 문화 차이에 대한 결과들은 한국 청소년의 스트레스 토착심리에 대한 탐구의 필요성을 제시한다.

이 연구에서 한국 청소년의 스트레스 생활 사건과 증상, 사회적 지원 제공자와 유형의 측면에서 탐구한 결과는, 약 20여 년에 걸쳐 확인되어온 결과들(김의철 등, 1997; 1999a; 박영신 등, 2002)과 일치한다. 즉 한국 청소년들은 학업 스트레스가 가장 높았으며, 아동기에서 청소년기로 성장함에 따라 친구의 사회적 지원을 많이 받았고, 청소년들은 정서적 지원을 대표적 사회적 지원으로 경험하였다. 이러한 결과들과 관련된 논의는 이상에서 검토하였다.

아래에서는 이 연구를 기반으로 후속연구에서 다루고자 하는 내용을 다섯 측면에서 정리하고자 한다. 첫째, 청소년 스트레스를 사이버세계에서의 사회적 지원과 결부하여 연구할 필요가 있다. 그동안 청소년 스트레스에 대한 사회적 지원 제공자에 대한 연구는 청소년에게 의미 있는 타인 중에 부모와 친구에 집중되었다. 그러나 이제 많은 청소년들이 SNS(Social Network Service)에서 인간관계를 맺고

그 속에서 사회적 지원을 추구하고 있기 때문에, SNS와 같은 사이버세계에서의 인간관계와 사회적 지원에 대해 연구가 필요하다. 대부분의 청소년들이 SNS를 사용하고, 컴퓨터의 급격한 발전이 이루어지는 상황에서 미래에는 사회적 지원도 의미 있는 타인들과의 직접적인 관계를 통한 지원에 못지않게 SNS와 같은 가상공간에서 불특정 다수로부터 받는 사회적 지원을 추구하는 경향이 높아질 것으로 보인다. 청소년들의 학교나 가족과 관련된 일상 스트레스가 페이스북에서의 사회적 지원 추구하고 정적으로 관련되어 있고, 우울한 기분에서 사회적 지원을 추구했을 때 페이스북과 같은 SNS에서 사회적 지원을 받지 못하면 우울한 기분이 더 증가됨으로써, 전통적인 사회적 지원보다 더욱 부정적인 영향을 미치는 것으로 확인(Frison & Eggermont, 2015)되고 있다.

둘째, 스트레스 대처와 관련하여 자기효능감의 역할을 규명하는 연구가 필요하다. 청소년이 경험하는 외상후 스트레스 증상이 사건 자체보다도 자기효능감 수준과 관련된 것으로 밝혀진 바 있다(Guerra, Cumsille, & Martínez, 2014). 한국의 연구들에서도 자기효능감이 스트레스 증상과 관련되어 있는 것으로 밝혀졌다(김명옥, 박영숙, 2012; 문양호, 김완일, 2006). 나아가서 자기효능감의 하위변인인 어려움극복효능감이 부모의 사회적 지원과 스트레스 증상의 관계에서 의미 있는 매개변인으로 작용하는 것으로 한국과 일본 대학생(김의철 등, 2009; 박영신 등, 2009) 및 한국의 초, 중, 대학생 집단을 대상으로 확인(김의철 등, 2010)되었다. 이외에도 스트레스 맥락에서 자기효능감의 매개효과를 검증한 연구들이 있다(김경옥, 조윤희, 2011; 이지은, 김은영, 2015). 이와 같이 스트레스 상황에서 자기효능감이

중요하기 때문에, 청소년이 성장해 가면서 다양한 사회적 지원 제공자들로부터 받는 지원이 자기효능감을 증진하는데 얼마나 효과가 있는가를 검토해 보는 것은 의미 있다.

셋째, 한국인 토착심리 분석을 위한 다양한 연구방법이 시도될 필요가 있다. 이 연구의 결과만으로 한국 청소년 스트레스의 토착심리를 단정 짓기는 어려우며, 앞으로 시간이 지난 뒤에 다시 이 주제가 검토되고 결과의 종합을 통해, 변화하는 시대 속에서 변하지 않는 한국 청소년 스트레스와 관련된 고유한 특징들을 찾아나가는 장기적 안목에서의 작업이 이어져야 한다. 이러한 과정에서 그동안의 전통적인 연구방법만이 아니라 다양한 방법들이 시도될 수 있다. 이 연구에서는 자유반응형 질문을 통한 질적 응답에 대한 분석과, 양적 변인을 Likert 척도로 측정한 응답에 대한 분석 및, 질적 응답과 양적 자료를 연결하는 혼합적 분석방법을 사용하였다. 이외에도 토착심리 탐구에 도움이 될 수 있는 여러 방법들을 활용하는, 연구방법 면에서 개방적 태도와 창의적 시도가 요구된다.

넷째, 학업을 스트레스 생활사건으로서가 아니라 흥미와 몰입의 대상으로 지각할 수 있는 교육방법에 통찰을 제공하는 연구가 필요하다. 인공지능의 급속한 발전은 학업 스트레스 해법의 필요성과 전략을 학습자 개인의 정신건강 측면에서만이 아니라, 미래 인간의 삶을 준비하는 교육의 목표와 내용에 질문을 던지는 측면에서 생각하게 한다. 어떻게 하면 한국 청소년들이 학업을 스트레스 생활사건으로서만이 아니라 흥미와 몰입의 대상으로 인식하며 의미 있는 창의적 경험의 과정이 될 수 있는지, 자기효능감을 높이며 긍정적 정서를 체험함으로써 삶의 질도 높일 수 있는지,

교육환경의 디자인과 교육방법의 혁신에 관심을 가질 필요가 있다.

다섯째, 청소년의 사회적 지원 제공자로서 친한 친구와 또래집단의 개념 구분을 명확히 해야 할 것으로 보인다. 또래집단에는 친한 친구만이 아니라 친하지 않아도 같은 학급내의 동료들 또는 선후배집단이 포함할 수 있다. 그렇기 때문에 친한 친구와 또래집단이 청소년에게 미치는 영향은 다를 수 있다. 부모나 학급내 친구 사회적 지원의 결손이 또래집단 사회적 지원의 결손보다 청소년 우울에 더 중요한 영향력이 있다(Auerbach et al., 2011)는 결과는 이러한 가능성을 시사한다.

이 연구에서 밝혀진 결과들은 한국 청소년 스트레스 연구에 기초 자료로 활용될 수 있을 것이다. 예컨대 스트레스 생활사건을 연구할 때 아동 대상으로는 학업이나 가족문제 스트레스가, 청소년 대상으로는 학업 스트레스가, 청년 대상으로는 진로 및 취업 스트레스가 집중적으로 다루어질 수 있다. 또한 사회적 지원 제공자와 관련된 아동 대상 연구에서는 부모, 청소년 대상 연구에서는 친구, 청년 대상 연구에서는 친구나 선후배의 사회적 지원을 다루는 것이 의미가 있다. 사회적 지원 유형의 면에서는 정서적 지원을 중심으로 다루는 것이 내용타당도를 높일 것으로 보인다.

한국 청소년의 스트레스에 대한 토착심리 탐구가, 지역과 국가 간 청소년 스트레스의 차이를 밝힌 연구(Khan et al., 2016; Persike et al., 2014; 2016)와, 개인/집단주의와 같은 문화의 차이가 스트레스 관련 변인에서 작용함을 밝힌 연구(Klassen, Usher, & Bong, 2010)들과 맥을 같이 하며, 한국 청소년의 스트레스에 대한 구체적 내용도 제공할 수 있다면 의미가 있을 것이다. 또한 이 연구에서 밝혀진 다양

한 결과와 논의들이 현대 한국 사회를 살아가며 마음이 고단한 청소년들의 정신건강 증진을 위한 지도와 상담의 실제에 참고 자료가 될 수 있기를 기대한다.

참고문헌

- 김경옥, 조윤희 (2011). 대학신입생의 진로스트레스와 대학생활적응과의 관계에서 자기효능감의 매개 및 조절효과. *청소년학연구*, 18(4), 197~218.
- 김경호, 차은진 (2014). 부모의 양육태도가 초·중등생의 사이버 비행에 미치는 영향: 학업 스트레스의 매개효과와 학교급의 조절효과. *청소년학연구*, 21(2), 27~54.
- 김명옥, 박영숙 (2012). 대학생의 진로준비행동과 취업스트레스의 관계에서 진로결정 자기효능감의 조절효과. *청소년학연구*, 19(11), 69~90.
- 김의철, 박영신 (1997). 스트레스 경험, 대처와 적응 결과: 토착심리학적 접근. *한국심리학회지: 건강*, 2(1), 96~126.
- 김의철, 박영신 (1999a). IMF시대가 한국인의 스트레스에 미친 영향: 토착심리학적 접근. *한국심리학회지: 건강*, 4(1), 57~79.
- 김의철, 박영신 (1999b). 한국 청소년의 심리 행동특성의 형성: 가정, 학교, 친구, 사회 영향을 중심으로. *교육심리연구*, 13(1), 99~142.
- 김의철, 박영신 (2001). IMF시대 한국 학생과 성인의 스트레스와 대처양식 및 생활만족도에 대한 연구. *한국심리학회지: 건강*, 6(1), 77~105.
- 김의철, 박영신, 광금주 (1998). 한국 청소년의 생활만족도와 스트레스 형성요인: 도시와 농촌 청소년을 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 3(1), 79~101.
- 김의철, 박영신, 김의연, Tsuda, A., & Horiuchi, S. (2010). 스트레스와 우울에 대한 부모의 사회적 지원, 어려움극복효능감, 스트레스 관리행동의 영향: 초, 중, 대학생 집단을 중심으로. *한국심리학회지: 사회문제*, 16(2), 197~219.
- 김의철, Tsuda, A., 박영신, 김의연, Horiuchi, S. (2009). 한국과 일본 대학생의 스트레스 증상과 관리행동의 비교: 사회적 지원과 자기효능감을 중심으로. *인간발달연구*, 16(1), 139~164.
- 김정모 (2004). 스트레스에 대한 정보처리 대처과정의 연령 차이. *한국심리학회지: 건강*, 9(3), 647~663.
- 김정미 (2014). 청소년의 학교스트레스와 우울의 관계에서 낙관성과 지각된 부모 공감의 중재 효과. *청소년학연구*, 21(4), 203~225.
- 문양호, 김완일 (2006). 사관생도와 대학생의 스트레스 분석 및 자기효능감, 스트레스 대처방식, 그리고 지각된 스트레스의 관계성 연구. *한국심리학회지: 건강*, 11(2), 485~501.
- 박서연, 정영숙 (2010). 어머니의 학업성취압력과 아동의 학업 스트레스 및 내재화 문제와의 관계에서 아동의 자아탄력성과 사회적 지지의 조절 효과. *한국심리학회지: 발달*, 23(1), 17~32.
- 박영신, 김의철 (2013). *한국인의 성취의식: 토착심리탐구*. 서울: 교육과학사.
- 박영신, 김의철, 김묘성 (2002). IMF시대 이후 초, 중, 고, 대학생과 부모의 스트레스 경

- 힘과 대처양식 및 사회적 지원: 토착심리학적 접근. 한국심리학회지: 사회문제, 8(2), 105~135.
- 박영신, Tsuda, A., 김의철, 한기혜, 김의연, Horiuchi, S. (2009). 한국과 일본 대학생의 스트레스와 우울에 대한 분석: 부모의 사회적 지원, 어려움극복효능감, 스트레스 관리행동의 영향. 한국심리학회지: 사회문제, 15(1), 1~28.
- 박현선, 김정은, 박지명 (2014). 부모 유대감 변화가 청소년기 학업 스트레스 변화양상에 미치는 영향: 지도 감독의 조절효과를 중심으로. 청소년학연구, 21(9), 123~145.
- 박현정 (2008). 곤란학급의 학생들이 지각하는 교사의 영향력 자원과 학교스트레스 지각간의 관계: 학년별, 성별 비교 검토. 한국심리학회지: 학교, 5(3), 351~370.
- 서경현, 신현진, 양승애 (2013). 거부적 부모양육태도와 대인관계 스트레스 및 사회불안 간의 관계: 냉소적 적대감의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 18(4), 837~851.
- 성태제 (2010). 현대교육평가. 서울: 학지사.
- 신현균, 장재운 (2003). 대학 4학년생의 성격특성과 성별에 따른 취업 스트레스 및 정신건강. 한국심리학회지: 임상, 22(4), 815~827.
- 어유경, 정안숙, 박수현 (2015). 여자 대학생의 일상 스트레스가 정신건강에 미치는 영향: 사회적 지지의 매개효과 및 부모-자녀 의사소통의 조절효과를 중심으로. 한국심리학회지: 여성, 20(4), 571~589.
- 우채영, 정현희 (2013). 청소년이 지각하는 인간관계 스트레스와 우울, 비행 간의 구조적 관계. 청소년학연구, 20(6), 147~168.
- 이서연, 장용언 (2011). 학업 스트레스가 청소년의 자살생각에 미치는 영향: 가족응집성의 조절효과. 청소년학연구, 18(11), 111~136.
- 이옥형 (2012). 대학생의 생활스트레스, 자아탄력성 및 사회적 지지가 심리적 안녕감에 미치는 영향. 청소년학연구, 19(1), 29~57.
- 이지연, 위광휘 (2000). 사회적지지망에 관한 발달적 연구. 교육심리연구, 14(2), 5~28.
- 이지은, 김은영 (2015). 대학생의 부정적 스트레스 지각과 우울: 자기효능감의 매개효과를 중심으로. 청소년학연구, 22(11), 1~20.
- 장경문 (2005). 중학생이 지각한 사회적지지 및 자기통제력이 학교스트레스와 적응에 미치는 영향. 청소년학연구, 12(1), 1~16.
- 장미경 (2006). 아동의 사회적지지 망: 사회적지지 망의 발달과 스트레스 완충효과를 중심으로. 한국심리학회지: 학교, 3(2), 27~41.
- 정미경 (2012). 청소년의 스트레스와 내면화 외현화 문제행동간의 관계에서 보호요인의 매개효과. 교육심리연구, 26(1), 271~290.
- 통계청 (2014). 2014년 사회조사 결과: 가족, 교육, 보건, 안전, 환경.
- 통계청 (2015). 한국의 사회동향 2015.
- 통계청, 여성가족부 (2012). 2012 청소년 통계.
- 통계청, 여성가족부 (2014). 2014 청소년 통계.
- 통계청, 여성가족부 (2016). 2016 청소년 통계.
- 현안나, 윤숙자 (2012). 대학신입생의 스트레스와 정신건강의 관계: 부모자녀 의사소통의 매개효과. 청소년학연구, 19(2), 403~428.
- Anderson, S. F., Salk, R. H., & Hyde, J. S. (2015). Stress in romantic relationships and

- adolescent depressive symptoms: Influence of parental support. *Journal of Family Psychology*, 29(3), 339~348.
- Auerbach, P., Bigda-Peyton, J. S., Eberhart, N. K., Webb, C. A., & Ho, M. R. (2011). Conceptualizing the Prospective Relationship Between Social Support, Stress, and Depressive Symptoms Among Adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39(4), 475~487.
- Bakker, M. P., Ormel, J., Verhulst, F. C., & Oldehinkel, A. J. (2010). Peer Stressors and Gender Differences in Adolescents' Mental Health: The TRAILS Study. *Journal of Adolescent Health*, 46(5), 444~450.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Cawte, J. (1972). *Cruel, poor and brutal nations*. Honolulu: University of Hawaii Press.
- Cho, Y. B., & Haslam, N. (2010). Suicidal Ideation and Distress Among Immigrant Adolescents: The Role of Acculturation, Life Stress, and Social Support. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(4), 370~379.
- Flack, T., Salmivalli, C., & Idsoe, T. (2011). Peer relations as a source of stress? Assessing affiliation- and status-related stress among adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 8(4), 473~489.
- Frison, E., & Eggermont, S. (2015). The impact of daily stress on adolescents' depressed mood: The role of social support seeking through 페이스북. *Computers in Human Behavior*, 44, 315~325.
- Glozah, F. N., & Pevalin, D. J. (2014). Social support, stress, health, and academic success in Ghanaian adolescents: A path analysis. *Journal of Adolescence*, 37(4), 451~460.
- Guerra, C., Cumsille, P., & Martínez, M. L. (2014). Post-traumatic stress symptoms in adolescents exposed to an earthquake: Association with self-efficacy, perceived magnitude, and fear. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14(3), 202~207.
- Hostinar, C. E., Johnson, A. E., & Gunnar, M. R. (2015). Parent support is less effective in buffering cortisol stress reactivity for adolescents compared to children. *Developmental Science*, 18(2), 281~297.
- Khan, A., Hamdan, A. R., Ahmad, R., Mustaffa, M. S., & Mahalle, S. (2016). Problem-Solving Coping and Social Support as Mediators of Academic Stress and Suicidal Ideation Among Malaysian and Indian Adolescents. *Community Mental Health Journal*, 52(2), 245~250.
- Kim, U. & Park, Y. S. (2004). Indigenous psychologies. In C. Spielberger (Ed.), *Encyclopedia of applied psychology*, vol 2. 263~269. Oxford: Elsevier Academic Press.
- Kim, U. & Park, Y. S. (2008). Cognitive, relational and social basis of academic achievement in Confucian cultures: Psychological, Indigenous, cultural perspectives. R. Sorrentino & S. Yamaguchi (Eds.). *Handbook of Motivation and Cognition within and across Cultures*. 491~515. San Diego, CA: Elsevier/Academic Press.
- Kim, U., Yang, K. S., & Hwang, K. K. (2006). *Indigenous and cultural psychology: Understanding people in context*. New York: Springer.

- Klassen, R. M., Usher, E. L., & Bong, M. (2010). Teachers' Collective Efficacy, Job Satisfaction, and Job Stress in Cross-Cultural Context. *Journal of Experimental Education*, 78(4), 464~486.
- Liu, X. C., Keyes, K. M., & Li, G. (2014). Work stress and alcohol consumption among adolescents: moderation by family and peer influences. *BMC Public Health*, 14(1303), 1~7.
- McKay, M. T., Dempster, M., & Byrne, D. G. (2014). An examination of the relationship between self-efficacy and stress in adolescents: the role of gender and self-esteem. *Journal of Youth Studies*, 17(9), 1131~1151.
- Monaghan, B. P., & Sims, V. (2013). Examining the Relationship Between Female Parents with Low Perceived Control and Adolescent Child Stress. *Journal of Child and Family Studies*, 22(6), 807~814.
- Persike, M., & Seiffge-Krenke, I. (2014). Is stress perceived differently in relationships with parents and peers? Inter- and intra-regional comparisons on adolescents from 21 nations. *Journal of Adolescence*, 37(4), 493~504.
- Persike, M., & Seiffge-Krenke, I. (2016). Stress with parents and peers: how adolescents from 18 nations cope with relationship stress. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 29(1), 38~59.
- Ponnet, K., Wouters, E., Goedemé, T., & Mortelmans, D. (2016). Family Financial Stress, Parenting and Problem Behavior in Adolescents: An Actor-Partner Interdependence Approach. *Journal of Family Issues March*, 37(4), 574~597.
- Seiffge-Krenke, I., Persike, M., Karaman, N. G., Cok, F., Herrera, D., Rohail, I., Macek, P., & Han, H. (2013). Stress With Parents and Peers: How Adolescents From Six Nations Cope With Relationship Stress. *Journal of Research on Adolescence*, 23(1), 103~117.
- Suna, J., Dunnea, M. P., Houa, X., & Xub, A. (2013). Educational stress among Chinese adolescents: individual, family, school and peer influences. *Educational Review*, 65(3), 284~302.
- Yang, J., Yao, S., Zhu, X., Zhang, C., Ling, Y., Abela, J. R. Z., Esseling, P. G., & McWhinnie, C. (2010). The impact of stress on depressive symptoms is moderated by social support in Chinese adolescents with subthreshold depression: A multi-wave longitudinal study. *Journal of Affective Disorders*, 12, 113~121.
- Zhang, B., Yan, X., Zhao F., & Yuan, F. (2015). The Relationship Between Perceived Stress and Adolescent Depression: The Roles of Social Support and Gender. *Social Indicators Research*, 123(2), 501~518.

논문 투고일 : 2016. 08. 01

1 차 심사일 : 2016. 08. 04

게재 확정일 : 2016. 10. 02

A Study of Korean Adolescents' Stress and Social Support: Focusing on stress events, social supporters and types of social support

Young-Shin Park

Sung-Sook Jeon

Ju-Yeon Son

Young-Ja Park

Ok-Ran Song

Hoang-Bao-Tram Le

Inha University

The main purpose of this research is to investigate Korean adolescents' perception of stress experiences, and related social support. To this end, adolescents were asked about stress events, as well as stress symptoms, in their lives. Also, the adolescents were asked about the people that provided social support and the types of social support provided. The participants were 952 Korean adolescents (Primary 219; Middle 280; High 212; University 241). Among the four measures (stress events, stress symptoms, social supporters, and types of social support), the measure of stress symptoms yielded a reliability of Cronbach $\alpha=.88$, while the remaining three measures yielded an inter-judge reliability of 89.6%, Kappa=.87. The results were as follows. First, for stress events, the most frequent responses were related to *Academic Achievement*, followed by *Career/Job*, *Family Relations*, *Friend Relations*, *Lack of Capacity*, and *Financial Difficulties*. For high-school students the most frequent responses were related to *Academic Achievement*, while for university students *Career/Job*. Second, for stress symptoms there were significant differences among the groups, in that the high-school students showed the highest level of symptoms, while primary school students the lowest. Third, for social supporters, the most frequent responses were related to *Friends*, followed by *Myself*, *Parents*, *Teacher*, *Siblings*, and *Seniors/Juniors*. As the groups aged (from primary to university), support from *Friends* and *Seniors/ Juniors* increased, while support from *Parents* decreased. Fourth, for the types of social support, the most frequent responses were related to *Emotional Support*, followed by *None*, *Advice*, *Supporter Directly Solved Problem*, and *Talked with Me*. The highest frequencies of responses were found for *Emotional Support* among all groups. As the groups aged (from primary to university), *Advice* increased while *Supporter Directly Solved Problem* decreased.

Key words : Adolescent, Stress events, Stress symptoms, Social Supporters, Type of Social Support, Academic Stress, Friends, Emotional Support