

대학생의 스트레스와 음주행동간의 관계

- 제주지역을 중심으로 -

남진열*

目次

- I. 서론
- II. 선행연구의 검토
- III. 연구방법
- IV. 연구결과
- V. 결론

I. 서론

청년실업이 심각한 사회문제로 부각되고 있는 현실에서 대학생들은 많은 분야에서 스트레스를 경험하고 있다. 한국 사회에서 두드러지게 나타나고 있는 성취지향주의, 경쟁주의 등에 의한 문제 그리고 일상생활에서 경험하는 진로문제, 이성 및 동성간의 대인관계문제, 경제문제, 가족문제 그리고 외모문제 등으로부터 대학생들은 많은 스트레스 상황에 노출되어 있으며, 고교시절 입시지옥에서 탈피하면 보다 자유로운 생활을 경험할 수 있을 것이라고 기대했던 대학생들은 고교시절의 기대와는 달리 오히려 대학생생활에서 더 많은 스트레스 상황에 노출되어 있다.

1970년대 이후 산업사회로 급격히 진입하면서 한국사회에 나타나기 시작한 여러 가지 특징적 이상현상의 하나로서 사회구성원 모두가 겪고 있는 스트레스의 증가현상이 지적되고 있다(안귀덕 외, 1998).

이러한 스트레스는 지속되고 누적되면 개인의 사회적, 정서적 또는 신체적 측면 등에 많은 부정적 영향을 제공하여 개인의 건전한 성장을 위협하는 부정적 요소로 작용할 수 있기 때문에 신체적, 심리적, 사회적, 인지적 발달과 그에 따른 일상적 스트레스

* 제주대학교 법정대학 행정학과

를 경험하고 있는 대학생들을 보다 잘 이해하고 개입하기 위해서는 대학생들이 경험하고 있는 다양한 스트레스에 대한 광범위한 연구의 필요성이 요구되어진다(정현희·최경순, 1999).

일반적으로 스트레스를 받는다고 쉽게 말하기는 하지만 그 개념을 정의하기는 쉽지 않다. 스트레스의 개념은 그 의미에 따라서 3가지 접근이 있다. 첫째, 자극에 근거한 접근(stimulus-based approach), 둘째, 반응에 근거한 접근(response-based approach), 그리고 상호작용으로서의 접근(interactional approach)으로 스트레스를 구별하고 있다(황정규, 1990; Lazarus & Folkman, 1984; 김정희 역, 1991; 김재엽·최선희, 1998).

자극으로서의 스트레스는 환경 내의 자극 특징을 스트레스로 보는 개념으로 스트레스 자극은 사람에게 영향을 미치는 사건으로 간주되는 것이 보통이다. 개인에게 어떤 스트레스 자극이 가해져 개인이 수용할 수 있는 한계가 지나치면 긴장하게 되며 인간의 적응능력이 과도하게 요구될 때 스트레스가 일어난다.

반응으로서의 스트레스는 어떤 특정한 반응을 스트레스로 보는 관점으로, 이전의 평형상태(Homeostasis)로부터의 변화, 즉 적응을 요구하는 모든 자극(stressor)에 대한 반응이 스트레스라고 보는 것이다. 그러나 이러한 반응으로서의 스트레스를 정의할 때 스트레스 자극이 되는 것과 스트레스 자극이 아닌 것의 구분에 대한 근거가 명확하지 않다.

상호작용으로서의 스트레스는 스트레스를 개인과 환경과의 복잡하고 역동적인 상호작용으로 보고, 어떤 환경적 사건도 개인의 지각이나 평가와 독립되어 하나의 긴장원으로 작용할 수 없다는 관계론적 입장에서 접근하는 방법이다.

스트레스를 단지 자극이나 반응에 기인한 것으로 보는 접근은 스트레스에 대한 개인의 심리적 과정이 배제되고 환경과의 관계에서 개인의 능동적인 역할 및 개인차를 다루지 못한다는 한계가 있다. 즉 스트레스는 사람과 환경사이의 상호작용으로 보고 스트레스 적응과정에서 동반되는 인지적, 정서적 요소를 고려해야 한다는 것이다. 생활환경의 변화로 인한 적응정도는 개인마다 다양하며, 이러한 변화에 대하여 긴장과 어려움을 느끼는 정도 역시 다양하기 때문에 어느 정도 관점의 차이는 있을지라도 생활 스트레스를 측정하고자 할 때는 관계론적인 측면에서 개인에 의해 인지적으로 평가된 스트레스를 다루는 것이 필요하다. 그러므로 어느 정도 관점의 차이는 있을지라도 생활에서 받는 스트레스를 측정하고자 할 때는 상호작용적 접근에서 개인의 인지적 평가를 통한 스트레스를 이용하는 것이 적절하다(김재엽·최선희, 1998).

대학생 음주행동의 특성은 높은 음주자 비율과 폭음, 그리고 잦은 음주빈도이다. 2001년 국민건강영양조사 결과에 따르면(보건복지부·한국보건사회연구원, 2002), 우리나라 20세 이상 성인의 음주율은 69.8%로서, 20대(20-29세)에서 가장 높은 것으로 나타났다.

이러한 결과는 대학생들이 포함되어 있는 연령대로서 남녀 성별로 살펴보면 남자 93.1%, 여자 80.7%로 20대의 평균 음주율이 86.0%로서 매우 높은 비율이라고 할 수 있다. 또한 서울과 수도권 소재 4개 대학 재학생 1,084명을 대상으로 실시한 음주 실태조사(조선일보, 2001)에 따르면, 국내 대학생의 월간 음주율(월 1회 이상 음주자 비율)이 92.2%(남학생 94.4%, 여학생 89.2%)로 나타나, 미국대학생의 86%(96년 기준)보다 높게 나타나고 있다. 천성수 외(2000)의 연구에서는 대학생의 음주빈도가 일주일에 2-3회 이상인 비율이 32.1%로 상당히 높았으며, 평소음주량 역시 하루에 7잔 이상을 마시는 대학생이 40.9%로 대학생의 음주문제가 심각한 수준이라고 할 수 있을 것이다.

이러한 대학생활에서의 음주는 원만한 대인관계의 형성, 소속감의 향상 등에서 긍정적으로 작용하는 면도 있지만, 음주 후 폭력, 수업의 결석, 학습부진, 교통사고 등 부정적으로 작용하는 부분이 더 많다고 할 수 있다. 대학생들의 음주로 인한 사고가 빈번하게 발생하고 있다는 사실에서 알 수 있다. 즉, 대학생의 음주문제가 개인적, 사회적 책임감 있는 사회의 구성원으로 진출하는 데 가장 큰 장애요인으로 작용하고 있다는 점이다. 대학생의 음주행동으로 인한 심각한 문제가 발생하고 있음에도 불구하고 대학생들의 음주행동에 대한 체계적인 개입을 위한 연구는 최근에 시작될 정도로 아주 부족한 실정이다.

따라서 본 연구에서는 상호작용적 관점에서의 스트레스의 개념을 사용하여 대학생들의 음주행동과의 관계를 살펴보고자 한다. 대학생들이 경험하는 스트레스의 정도를 측정하고, 이 스트레스가 성별, 학년별, 전공별로 차이가 있는지를 살펴보고, 그리고 스트레스와 음주동기의 수준은 음주행동에 어느 정도 영향을 미치는지에 대해 살펴볼 것이다.

이러한 연구 목적에 따라 본 연구에서 다음과 같은 연구문제를 설정하고 실증적 검토를 통해 확인하고자 한다.

첫째, 대학생이 경험하는 스트레스(가족관련 스트레스, 대인관련 스트레스, 경제관련 스트레스, 학업 및 진로관련 스트레스, 외모관련 스트레스) 수준에는 차이가 있는가?

둘째, 대학생이 경험하는 스트레스는 성별, 학년별, 전공별에 따라 집단간 차이가 있는가?

셋째, 대학생이 경험하는 스트레스와 음주동기 수준은 음주행동에 어느 정도 영향을 미치는가?

그러나 본 연구에서 사용되는 연구대상의 사례수가 155명에 불과하여 연구결과를 일반화시키기에 어려움이 따르는 점과 제주지역에 한정하여 조사대상자를 선정하였다는 점이 이 연구의 한계라고 할 수 있다.

II. 선행연구의 검토

스트레스에 관한 선행연구들을 살펴보면, 대부분의 연구들에서 중·고등학교 학생들을 조사대상자로 하고 있다는 것이다(김재엽·최선희, 1998; 백양희·최외선, 1996; 이경희·김광웅, 1996). 김재엽과 최선희(1998)의 연구인 청소년의 스트레스가 폭력비행에 미치는 영향에 관한 연구에서 청소년들이 경험하는 스트레스의 수준은 매우 높은 것으로 나타났으며, 높은 수준의 스트레스와 폭력비행과의 관계에 있어서는 신체적인 폭력비행, 심리적 폭력비행, 사회적 폭력비행 등 모두 깊은 관계가 있는 것으로 나타나 청소년의 스트레스가 폭력비행의 주요요인으로 작용하는 것으로 연구결과 나타났다. 이경희와 김광웅(1996)의 청소년 스트레스와 대처에 관한 연구에서는 조사대상자인 중·고등학생들은 학업성적 문제에서 가장 큰 스트레스를 받고 있으며, 다음은 부모와의 관계, 심리 및 성격문제로 스트레스를 경험하고 있는 것으로 나타났다.

대학생을 연구대상으로 한 스트레스에 관한 선행연구들을 살펴보면, 대학생들이 경험하게 되는 스트레스에는 많은 요인들이 있다. 신윤아(1998)의 대학생 스트레스 분석 결과에서는 학업문제, 장래 및 진로문제, 동성친구문제, 가족관계 문제, 이성친구문제, 경제적 문제, 가치관문제 등의 순으로 스트레스를 받고 있는 것으로 나타났으며, 이러한 스트레스는 남녀 집단간에서 차이를 나타냈고, 여학생이 남학생보다 상대적으로 스트레스를 더 많이 받는 것으로 나타났다. 황상하(1995)의 연구결과에서는 교양 및 여가요인, 진로 및 취업요인, 건강요인, 경제요인, 가족 및 부모요인, 가치관 및 종교요인, 학업생활요인 대인관계 요인 등에서 스트레스를 경험하고 있는 것으로 나타났다.

대학생을 대상으로 음주에 관한 선행연구를 살펴보면, 충북대 대학생을 대상으로 음주행동과 음주에 영향을 미치는 요인에 대한 윤혜미(2000)의 연구결과에서는 조사대상자의 88.4%가 음주자였으며, 음주로 인한 문제를 가진 친구가 있다는 응답(55.3%)과 음주경험은 신체적, 재정적, 심리적 문제를 발생시켜 금주를 결심한 응답(42.5%)이 나타나 음주로 인한 문제가 많은 것을 알 수 있다. 음주동기에 있어서는 인간관계에 대한 부담이 가장 큰 것으로 나타났고, 동료집단의 압력, 화가 나서 기분을 풀기 위해, 문제나 근심을 잊으려고, 피로나 스트레스를 풀기 위해 음주를 하는 것으로 나타났다. 그리고 음주로 인해 경험한 문제에서도 건강문제, 학업상의 손실, 정서문제, 폭력문제, 인간관계 문제 등 매우 다양한 것으로 나타나 이러한 대학생 음주문제에 대한 적극적인 다차원적 접근의 필요성을 지적하고 있다.

또한 대구지역에서 실시된 1996년과 2000년의 두 자료를 토대로 4년간 대학生の 음주행위와 규범의 변화에 대해 연구한 장승옥(2001)의 연구결과에서는 대학생 알코올 소비

량은 증가하였으나, 문제음주를 규정하는 태도는 덜 관용적인 방향으로 나타났고, 문제성 음주에 대한 태도는 비관용적으로 전환되고, 취한 경험은 줄어 든 것으로 나타났다.

그리고 김용석(2000)의 연구결과에서는 조사대상자인 대학생들이 음주행위를 문제대처수단으로서 하였다든 응답자가 조사대상자의 과반수 이상인 것으로 나타났으며, 음주의 대처동기는 편안해지기 위해서, 학업으로 인한 부담감을 줄이기 위해서, 좌절감을 잊으려는 수단으로, 불안감을 줄이기 위해서 등으로 나타났다.

이러한 대학생들의 과도한 음주문제는 자동차 사고, 사고사 등 불의의 사고를 가져올 뿐만 아니라, 위험한 결과를 초래하는 성관계와 원치 않는 임신 등과 같은 사회적 문제를 야기시키기도 한다. 또한 대학생들의 과도한 음주는 잦은 결석과 학습부진 등과 높은 상관관계가 있다는 사실이다(Presley & Meilman, 1992; 장승욱 2001 재인용).

대학생의 스트레스와 음주행동과의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면, 국내 선행연구에서 대학생을 대상으로 한 스트레스와 음주와의 관계에 대한 연구는 이우경(1998), 김의숙(2002), 그리고 박경일(2003)에 불과할 정도로 최근까지 두 변수간의 관계를 검증하기 위한 연구는 부족한 편이다. 대학생을 표본으로 한 이우경(1998)의 연구도 조사대상자를 남자대학생에 한정하여 실시하였기 때문에 연구결과를 일반화시키기에는 한계가 있다고 할 수 있다.

박경일(2003)의 연구결과를 살펴보면, 전체 조사대상자 431명 중 393명(91.2%)이 음주경험을 가지고 있는 것으로 나타났으며, 스트레스의 하위변인들을 동성친구 관계, 경제적 과제, 진로 및 장래 과제, 학업과제, 가족 관계, 교수와의 관계, 이성친구 관계, 가치관 및 종교를 설정하여 음주빈도의 차이를 검증한 결과, 스트레스 중에서는 학업과제에 대한 스트레스가 가장 높은 것으로 나타났으며, 다음은 진로 및 장래 과제, 교수와의 관계, 가치관 및 종교 과제, 동성친구 관계의 순으로 나타났으며, 지각된 스트레스의 점수 중에서 가장 높게 측정된 학업에 대한 스트레스는 음주행동(음주빈도와 음주량)에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 학업에 대한 스트레스가 높을수록 음주행동, 음주빈도와 음주량이 증가하는 것으로 나타났다.

김의숙(2002)의 연구결과에서는 전체 조사대상자 424명 중 음주경험이 없다고 응답한 학생은 26명(6.1%)에 불과하였으며, 398명(93.9%)은 음주경험이 있다고 응답한 것으로 나타났다. 그리고 대학생들이 경험하는 스트레스는 음주량, 음주빈도 및 음주관련 문제와 정적인 관계에 있는 것으로 나타났으며, 대학생들이 스트레스를 더 많이 경험할수록 음주량과 음주빈도가 증가하고 음주문제를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 스트레스의 하위변인 중에서 이성친구 관계에서 경험하는 스트레스가 음주량, 음주빈도, 음주관련 문제에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 그 외 가족관계에서 받는 스트레스, 장래

및 진로관련 스트레스도 음주량, 음주빈도, 음주문제에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이상의 선행연구 검토에서도 나타난 것과 마찬가지로 대학생은 대학생활 과정에서 많은 스트레스를 경험하고 있으며, 또한 음주행동에도 자주 노출되고 있다. 그럼에도 불구하고 대학생이 경험하는 스트레스와 음주행동 간의 관계 연구는 부족한 실정이다. 따라서 본 연구는 후속연구를 위한 기초 자료를 제공한다는 점과 중·고등학생 중심으로 이루어져 왔던 현재까지의 선행연구와는 달리 대학생을 연구대상으로 스트레스를 살펴 보았다는 점에서 시기적으로 매우 중요하다고 볼 수 있다.

Ⅲ. 연구방법

1. 조사대상

본 연구는 대학생의 스트레스와 음주행동간의 관계를 알아보기 위한 것으로 조사대상은 제주도 내 대학교의 재학생 1-4학년생을 대상으로 무작위로 추출하였다. 조사대상자는 모두 155명으로서 남학생은 78명(50.3%), 여학생은 77명(49.7%)이다. 설문지는 대학의 교과목 중 사회복지 관련 교과목을 수강하는 학생들의 협조를 받아 직접 배부하고 회수하였다. 총 회수된 설문지는 203부였으나, 회수된 설문지 중 불성실하거나 응답누락이 심한 설문지 8부를 제외하고 155부를 최종분석에 사용하였다.

2. 측정변수들

1) 인구사회학적 특성변수

본 연구에서는 조사대상자의 성별, 학년, 전공계열 등 3가지 자료를 사용하였다. 성별은 남자 1, 여자 2의 값을 부여하였으며, 학년은 1학년에서 4학년까지 각 1-4의 값을 부여하였으며, 저학년(1-2학년)과 고학년(3-4학년)으로 recoding하여 통계분석에 활용한 경우도 있다. 전공계열은 인문사회계열 1, 자연이공계열 2, 예체능계열 3의 값을 부여하였다.

2) 스트레스 관련 변수들

스트레스 관련 변수들로는 가족관련 스트레스, 대인관계 관련 스트레스, 경제관련 스트레스, 학업 및 진로관련 스트레스, 외모관련 스트레스를 사용하였다. 가족관련 스트

레스는 가정내 불화가 생길 때, 부모님이 다른 아이나 형제와 비교할 때, 부모님이 나의 능력보다 높은 기대를 할 때 등 5문항으로 구성된 척도로 측정하였으며, 척도의 신뢰도 검증결과 Cronbach's Alpha 계수는 .7129로 나타났다. 대인관계 관련 스트레스는 속마음을 털어놓을 만한 친구가 없을 때, 친구와 싸웠을 때, 다른 사람이 내 흉을 보거나 망신을 줬을 때 등 5문항으로 구성된 척도로 측정하였으며, 척도의 신뢰도 검증결과 Cronbach's Alpha 계수는 .6190으로 나타났다. 경제관련 스트레스는 주머니 사정으로 인해 이성친구와 다룰 때, 사고 싶은 물건을 살 수 없을 때, 경제적 어려움으로 학원을 못 다닐 때 등 5문항으로 구성된 척도로 측정하였으며, 척도의 신뢰도 검증결과 Cronbach's Alpha 계수는 .7887로 나타났다. 학업 및 진로관련 스트레스는 전공이 취업과 밀접한 관련이 있는지 모호할 때, 외국어 능력이 진로나 취업에 영향을 미칠 때, 취업조건 자격증 취득에 대한 압박감을 느낄 때 등 5문항으로 구성된 척도로 측정하였으며, 척도의 신뢰도 검증결과 Cronbach's Alpha 계수는 .7904로 나타났다. 그리고 외모관련 스트레스는 성형수술을 하고 싶은 충동을 느낄 때, 자신의 외모가 취업에 불리하다고 느껴질 때, 자기 스스로 뚱뚱하다고 생각될 때 등 5문항으로 구성된 척도로 측정하였으며, 척도의 신뢰도 검증결과 Cronbach's Alpha 계수는 .8157로 나타났다. 이러한 각각의 스트레스의 수준을 측정하기 위해서 5점 척도(전혀 안받는다, 그저 그렇다, 약간 받는다, 많이 받는다, 아주 많이 받는다)에 의해 조사되었다. 스트레스의 수준은 점수가 높을수록 스트레스를 많이 경험하고 있는 것을 의미한다.

3) 음주 관련 변수들

음주 관련 변수에는 음주동기 변수와 음주행동 변수로 구분하였다. 음주동기에 대한 질문은 대인관계 향상, 스트레스 해소, 자연스런 분위기 유도, 자신감 향상 등 4문항으로 구성되어 5점 척도로 측정하였다. 척도의 신뢰도 검증결과 Cronbach's Alpha 계수는 .6946으로 나타났다. 점수가 낮을수록 음주에 대한 부정적 동기가 강하며, 점수가 높을수록 음주에 대한 동기가 긍정적 동기가 더 강한 것을 의미한다. 음주행동에 대한 질문에는 한달 평균 음주빈도, 1회 평균 음주량, 1회 평균 음주지속 차수, 최초 음주경험 시기, 강제적 음주경험을 설정하여 구성하였다. 한달 평균 음주빈도는 4회 이하 1, 5-8회 2, 9-12회 3, 13회 이상 4의 값을 부여하였으며, 점수가 높을수록 음주빈도가 많은 것을 의미한다. 1회 평균 음주량은 소주 1병 이하 1, 소주 1-2병 2, 소주 3병 이상 3의 값을 부여하였다. 1회 평균 음주지속 차수는 1차 1, 2차 2, 3차 이상 3의 값을 부여하였다. 점수가 높을수록 1회 음주시 지속하는 차수가 많은 것을 의미한다. 최초 음주경험 시기는 고등학교 입학 이전 1, 고등학교 재학시 2, 고등학교 졸업이후 3의 값을

부여하였다. 그리고 강제적 음주경험을 알아보기 위해서 강제적으로 음주를 한 경험이 있는 경우 1, 없는 경우 2의 값을 부여하였다.

3. 자료분석방법

수집된 자료의 분석을 위해 원자료를 코딩 후 SPSS/win 10.0프로그램을 활용하여 자료수정단계를 거친 후 빈도분석, 기술통계분석, 상관관계분석, t-검증, F 검증, 중다회귀분석 등의 통계기법을 활용하였다. 각 변수에 대한 기초통계를 제시하기 위해 평균과 표준편차 등을 산출하였고, 스트레스와 음주행동의 각 하위변수들 간의 관계를 살펴보기 위해 Pearson 상관관계분석을 실시하였다. 또한 스트레스와 음주행동에 대한 집단간 평균차이를 살펴보기 위해 t-검증과 F 검증을 실시하였으며, 스트레스와 음주동기 수준이 음주행동에 미치는 영향을 확인하기 위해 중다회귀분석을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 조사대상자의 일반적 특성과 음주행동 특성

〈표 1〉에서는 조사대상자의 일반적 특성과 음주행동 특성을 제시하고 있다. 조사대상자는 총 155명으로서 성별 분포에서는 남자가 78명(50.3%), 여자가 77명(49.7%)인 것으로 나타나 성별은 고르게 분포되어 있으며, 학년별에서는 1학년 33명(21.3%), 2학년 42명(27.1%), 3학년과 4학년이 각각 40명(25.8%)이었다. 전공계열별에서는 인문사회계열 75명(48.4%), 자연이공계열 55명(35.5%), 예체능계열 25명(16.1%)으로 인문사회계열이 가장 많은 것으로 나타났다.

음주행동의 특성을 살펴보면, 조사대상자들의 한달 평균 음주빈도의 응답분포에서는 4회 이하 64명(41.6%), 5-8회 50명(32.5%), 9-12회 21명(13.6%), 13회 이상 19명(12.3%)으로 한달 평균 4회 이하라고 응답한 대상자가 가장 많은 것으로 나타났다. 1회 음주시 평균주량의 분포에서는 소주 1병 이하 79명(51.0%), 소주 1-2병 62명(40.0%), 3병 이상 14명(9.0%)으로 소주 1병 이하라고 응답한 대상자가 가장 많았으며, 1회 음주시 평균지속 차수에 대한 응답에서는 1차 6명(3.9%), 2차 71명(46.1%), 3차 이상 77명(50.0%)으로 나타나 1차에서 음주가 끝나기 보다는 차수가 늘어남에 따라서 응답자의 수가 더 많은 것으로 나타났다. 조사대상자들의 최초 음주시기에 대한

응답에서는 고등학교 입학 이전 37명(23.9%), 고등학교 재학시절 72명(46.5%), 고등학교 졸업 이후 46명(29.7%)으로 고등학교 재학시절에 최초로 음주를 경험했다는 응답이 가장 많은 것으로 나타났으며, 고등학교 졸업 이후 즉, 대학교 입학 이후에 처음으로 음주를 경험했다는 응답자가 29.7%를 차지하고 있음을 알 수 있다. 그리고 강제적 음주경험 유무에 대한 응답에서는 강제적으로 음주를 마신 경험이 있다고 응답한 경우는 86명(55.5%), 경험이 없다고 응답한 경우는 69명(44.5%)인 것으로 나타났다.

〈표 1〉 조사대상자의 일반적 특성 및 음주행동 특성

구분	빈도(명)	비율(%)	
성별	남자	78	50.3
	여자	77	49.7
학년별	1학년	33	21.3
	2학년	42	27.1
	3학년	40	25.8
	4학년	40	25.8
전공계열별	인문사회계열	75	48.4
	자연이공계열	55	35.5
	예체능계열	25	16.1
한달 평균 음주빈도	4회 이하	64	41.6
	5-8회	50	32.5
	9-12회	21	13.6
	13회 이상	19	12.3
1회 평균 음주량	소주 1병 이하	79	51.0
	소주 1-2병	62	40.0
	소주 3병 이상	14	9.0
1회 음주시 평균지속 차수	1차	6	3.9
	2차	71	46.1
	3차 이상	77	50.0
최초 음주경험 시기	고등학교 입학 이전	37	23.9
	고등학교 재학시	72	46.5
	고등학교 졸업 이후	46	29.7
강제적 음주경험 유무	있다	86	55.5
	없다	69	45.5

2. 조사대상자의 스트레스와 음주동기 수준

〈표 2〉에서는 조사대상자의 스트레스 및 음주동기의 수준에 대한 기술통계분석 결과

가 제시되어 있다. 조사대상자인 대학생들의 스트레스 수준을 살펴보면, 대학생들이 경험하고 있는 스트레스의 수준은 평균이 3.0941(표준편차: .5577)로서 대부분의 대학생이 스트레스를 경험하고 있는 것으로 나타났으며, 스트레스 하위변인 중에서 진로관련 스트레스의 평균(3.6684)이 가장 높은 것으로 나타나 진로관련 스트레스 수준이 가장 높은 것으로 나타났다. 다음은 가족관련 스트레스(평균: 3.2829)가 높은 것으로 나타났으며, 대인관련 스트레스(평균: 3.1445), 경제관련 스트레스(평균: 2.8365), 외모관련 스트레스(2.5381) 순으로 나타났다. 척도의 구성에서 평균 2점 이상일 경우 스트레스를 경험하는 것으로 구성하였기 때문에 대부분의 대학생들은 스트레스의 모든 하위변인에서 스트레스를 경험하고 있는 것으로 나타났다. 그리고 음주동기 수준에서는 조사대상자인 대학생의 평균이 3.4032(표준편차: .6360)로 나타나 대학생들의 음주동기 수준은 평균 3점 이상으로서 음주에 대한 동기가 부정적 동기보다는 긍정적 동기가 더 강한 것으로 나타났다.

〈표 2〉 대학생의 스트레스와 음주동기 수준

구 분	빈도(명)	최소값	최대값	평균	표준편차	
스트레스		1.20	4.44	3.0941	.5577	
가족관련스트레스		1.00	5.00	3.2829	.7499	
스트레스 수준	155	대인관련스트레스	1.00	5.00	3.1445	.6339
경제관련스트레스		1.00	5.00	2.8365	.8466	
진로관련스트레스		1.00	5.00	3.6684	.7238	
외모관련스트레스		1.00	4.40	2.5381	.8530	
음주동기 수준		155	1.25	5.00	3.4032	.6360

3. 스트레스 수준과 음주행동의 집단 평균비교

〈표 3〉에서는 조사대상자인 대학생이 경험하고 있는 스트레스 수준에 대해 성별 집단간 평균차이 비교의 결과를 제시하고 있다. 성별에 따른 스트레스 수준의 평균 비교 결과, 모든 스트레스에서 여학생의 평균이 남학생의 평균보다 높은 것으로 나타나 남학생보다 여학생이 더 높은 스트레스를 경험하고 있는 것으로 나타났다. 전체 스트레스, 가족관련 스트레스, 대인관련 스트레스, 경제관련 스트레스, 외모관련 스트레스에서 집단간의 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 스트레스의 변인별로 살펴보면, 전체 스트레스 수준은 여학생의 스트레스 평균(3.3077)이 남학생의 스트레스 평균(2.8832)보다 높은 것으로 나타나 남학생보다 여학생이 더 높은 스트레스를 경험하고 있는 것을 알 수 있으며, 이러한 집단간 평균 차이는 통계적으로 유의미한 차이

($p < .001$)가 있는 것으로 나타났다. 가족관련 스트레스 수준은 여학생의 스트레스 평균(3.4208)이 남학생의 스트레스 평균(3.1468)보다 높은 것으로 나타나 남학생보다 여학생이 더 높은 스트레스를 경험하고 있는 것을 알 수 있으며, 이러한 집단간 평균 차이는 통계적으로 유의미한 차이($p < .05$)가 있는 것으로 나타났다. 대인관련 스트레스 수준은 여학생의 스트레스 평균(3.3403)이 남학생의 스트레스 평균(2.9513)보다 높은 것으로 나타나 남학생보다 여학생이 더 높은 스트레스를 경험하고 있는 것을 알 수 있으며, 이러한 집단간 평균 차이는 통계적으로 유의미한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타났다. 경제관련 스트레스 수준은 여학생의 스트레스 평균(3.0422)이 남학생의 스트레스 평균(2.6333)보다 높은 것으로 나타나 여학생이 남학생보다 더 높은 스트레스를 경험하고 있는 것을 알 수 있으며, 이러한 집단간 평균 차이는 통계적으로 유의미한 차이($p < .01$)가 있는 것으로 나타났다. 그리고 외모관련 스트레스 수준은 여학생의 스트레스 평균(2.9636)이 남학생의 스트레스 평균(2.1179)보다 높은 것으로 나타나 여학생이 남학생보다 더 높은 스트레스를 경험하고 있는 것을 알 수 있으며, 이러한 집단간 평균 차이는 통계적으로 유의미한 차이($p < .001$)가 있는 것으로 나타났다.

그러나 진로관련 스트레스에서는 스트레스의 평균이 다른 스트레스의 평균보다 높게 나타났으나 남학생과 여학생 모두 높은 수준의 스트레스를 경험하고 있는 것을 알 수 있지만 집단간의 유의미한 차이는 나타나지 않았다.

그리고 조사대상자인 대학생의 스트레스 수준에 대한 학년별, 전공계열별 집단간의 평균차이에서는 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

〈표 3〉 스트레스 수준에 대한 성별 집단간 차이비교

구분	성별	빈도(명)	평균	표준편차	자유도	t값
전체 스트레스	남자	78	2.8832	.5804	144.055	-5.118***
	여자	77	3.3077	.4440		
가족관련 스트레스	남자	78	3.1468	.8427	141.248	-2.311*
	여자	77	3.4208	.6178		
대인관련 스트레스	남자	78	2.9513	.6801	153	-4.002***
	여자	77	3.3403	.5182		
경제관련 스트레스	남자	78	2.6333	.8741	153	-3.089**
	여자	77	3.0422	.7700		
진로관련 스트레스	남자	78	3.5667	.7465	153	-1.773
	여자	77	3.7714	.6896		
외모관련 스트레스	남자	78	2.1179	.8302	144.667	-7.102***
	여자	77	2.9636	.6413		

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

〈표 4〉에서는 조사대상자인 대학생의 음주행동에 대한 성별 집단간 평균차이 비교 결과를 제시하고 있다. 성별에 따른 음주행동의 평균비교 결과, 음주행동과 관련된 모든 하위변인에서 성별 집단간 평균 차이가 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다.

〈표 4〉 음주행동에 대한 성별 집단간 차이비교

구 분		빈도(명)	평균	표준편차	자유도	t값
한달평균 음주빈도	남자	78	2.36	1.06	144.951	5.207***
	여자	77	1.57	.82		
1회 평균 음주량	남자	78	1.88	.66	153	6.582***
	여자	77	1.27	.48		
1회 음주시 평균지속 차수	남자	78	2.62	.49	152	3.508**
	여자	77	2.30	.61		
최초 음주경험 시기	남자	78	1.90	.66	148.551	-2.811**
	여자	77	2.22	.77		
음주동기 수준	남자	78	3.5160	.5774	153	2.251*
	여자	77	3.2890	.6751		

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001

음주행동의 변인별로 살펴보면, 한달 평균 음주빈도에서 남학생의 음주빈도 평균(2.36)이 여학생의 평균(1.57)보다 높은 것으로 나타나 남학생이 여학생보다 더 잦은 음주를 하는 것을 알 수 있다. 이러한 집단간 평균 차이는 통계적으로 유의미한 차이(p<.001)가 있는 것으로 나타났다. 1회 평균 음주량은 남학생의 평균(1.88)이 여학생의 평균(1.27)보다 높은 것으로 나타나 남학생이 여학생보다 1회 평균 음주량이 많은 것을 알 수 있다. 이러한 집단간 평균 차이는 통계적으로 유의미한 차이(p<.001)가 있는 것으로 나타났다. 1회 음주시 평균지속 차수에서는 남학생의 평균(2.62)이 여학생의 평균(2.30)보다 높게 나타나 남학생이 여학생보다 술을 한번 마실 때 자리를 옮겨 마시는 경우가 더 많은 것을 알 수 있다. 이러한 집단간 평균 차이는 통계적으로 유의미한 차이(p<.01)가 있는 것으로 나타났다. 최초 음주경험 시기에서는 여학생의 평균(2.22)이 남학생의 평균(1.92)보다 높은 것으로 나타나 여학생의 경우 고등학교 졸업 후 즉, 대학교 재학 시기에 처음으로 술을 경험하는 것을 알 수 있으며, 남학생의 경우에는 고등학교 재학시절부터 음주를 경험하는 것으로 나타났다. 이러한 집단간 평균 차이는 통계적으로 유의미한 차이(p<.01)가 있는 것으로 나타났으며, 음주동기 수준에 있어서는 남학생의 평균(3.5160)이 여학생의 평균(3.2890)보다 더 높은 것으로 나타나, 남학생과 여학

생 모든 집단에서 음주에 대해 부정적 동기보다는 긍정적 동기가 더 강한 것을 알 수 있지만, 남학생이 여학생보다 음주에 대해 긍정적 동기가 더 강한 것을 알 수 있다. 이러한 집단간 평균 차이는 통계적으로 유의미한 차이(p<.05)가 있는 것으로 나타났다.

그리고 조사대상자인 대학생의 음주행동에 대한 학년별, 전공계열별 집단간의 평균 차이에서는 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

4. 스트레스 및 음주동기 수준과 음주행동과의 관계

<표 5>에서는 스트레스 및 음주동기 수준과 음주행동 간의 상관관계 분석결과가 제시되어 있다. 먼저, 스트레스 수준과 음주행동 간의 상관관계 분석결과를 보면, 대인관계 스트레스는 음주행동의 하위변수인 1회 평균 음주량(-.251), 한달 평균 음주빈도(-.268), 1회 평균 음주지속 차수(-.229)와의 관계에서, 그리고 외모관련 스트레스는 1회 평균 음주량(-.275), 한달 평균 음주빈도(-.180), 1회 평균 음주지속 차수(-.219)와의 관계에서 통계적으로 유의미한 관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 대인관계 스트레스와 외모관련 스트레스가 낮을수록 음주행동이 증가함을 알 수 있다. 음주동기 수준과 음주행동과의 관계에서는 1회 평균 음주량(.163), 한달 평균 음주빈도(.254)와는 통계적으로 유의미한 관계가 있는 것으로 나타났으나, 1회 평균 음주지속 차수와는 유의미한 관계가 나타나지 않았다.

<표 5> 스트레스 및 음주동기 수준과 음주행동간의 상관관계

구분	스트레스 수준					음주 동기	음주행동		
	가족관련	대인관련	경제관련	진로관련	외모관련		음주량	음주빈도	음주지속
가족관련	1.000	.527***	.445***	.288***	.430***	-.050	-.143	-.140	-.051
대인관련		1.000	.576***	.341***	.439***	-.013	-.251**	-.268**	-.229**
경제관련			1.000	.444***	.440***	.059	-.158	-.091	.027
진로관련				1.000	.267**	-.039	-.156	-.146	-.016
외모관련					1.000	.030	-.275**	-.180*	-.219**
음주동기						1.000	.163*	.254**	.099
음주량							1.000	.565***	.358***
음주빈도								1.000	.415***

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001

그리고 스트레스 간의 상관관계 분석결과를 살펴보면, 스트레스 수준의 모든 하위변수 간에는 통계적으로 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, 특히 대인관련

스트레스와 경제관련 스트레스(.576), 외모관련 스트레스(.439), 가족관련 스트레스와 대인관련 스트레스(.527), 경제관련 스트레스(.445), 외모관련 스트레스(.430), 경제관련 스트레스와 진로관련 스트레스(.444), 외모관련 스트레스(.440) 간에 다소 높은 관계가 있는 것으로 나타났다.

스트레스 수준과 음주행동 간의 상관관계분석에서는 통계적으로 유의미한 관계가 있는 변수 간에 부적 상관관계가 있는 것으로 나타난 반면, 음주동기와 음주행동 간의 분석에서는 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

〈표 6〉에서는 스트레스 수준의 하위변인과 음주동기 수준을 독립변수로 하고, 음주행동의 하위변인들을 종속변수로 하여 분석한 중다회귀분석 결과를 제시하고 있다. 분석 결과를 살펴보면, 스트레스 하위변인 중에서는 대인관련 스트레스, 경제관련 스트레스, 외모관련 스트레스 그리고 음주동기 수준이 음주행동의 하위변수에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 가족관련 스트레스와 진로관련 스트레스는 음주행동에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

〈표 6〉 스트레스 및 음주동기 수준과 음주행동 간 중다회귀분석 결과

구분	음주빈도			평균주량			평균음주차수			
	B	Beta	t값	B	Beta	t값	B	Beta	t값	
스	상수	2.155		1.978		4.560***	2.692		7.060***	
트	가족관련	5.509E-02	.040	.429	5.089E-02	.058	.616	8.892E-02	.117	1.230
레	대인관련	-.451	-.279	-2.751**	-.187	-.181	-1.764	-.307	-.341	-3.329**
스	경제관련	.146	.121	1.184	2.861E-02	.037	.360	.177	.263	2.561*
수	진로관련	-.107	-.076	-.883	-5.462E-02	-.061	-.698	1.492E-02	.019	.219
준	외모관련	-.140	-.117	-1.305	-.173	-.226	-2.494*	-.163	-.244	-2.698**
	음주동기	.405	.248	3.237**	.171	.166	2.147*	8.750E-02	.096	1.241
	R ²	.153			.130			.141		
	F비	4.442***			3.686**			4.035**		

* p<.05, ** p<.01, *** p<.001

보다 구체적으로 살펴보면, 대인관련 스트레스는 한달 평균 음주빈도와 1회 평균 음주지속 차수에, 경제관련 스트레스는 1회 평균 음주지속 차수에, 그리고 외모관련 스트레스는 1회 평균 음주량과 1회 평균 음주지속 차수에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 대인관계 스트레스가 낮을수록 음주빈도와 음주지속 차수가 증가하고, 외모관련 스트레스가 낮을수록 1회 평균 음주량과 음주지속 차수가 증가하고, 그리고 경제관련 스트레스는 스트레스가 높을수록 음주지속 차수가 증가한다는 것을 알 수 있다. 그리

고 음주동기 수준은 한달 평균 음주빈도와 1회 평균 음주량에 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 이것은 음주동기가 긍정적일수록 음주빈도와 음주량이 증가한다는 것을 예측할 수 있다. 이러한 독립변수들은 종속변수인 한달 평균 음주빈도, 1회 평균 음주량, 1회 평균 음주지속 차수를 각각 15.3%, 13.0%, 14.1% 설명하는 것으로 나타났다.

V. 결 론

본 연구는 대학생이 대학생활 과정에서 경험하는 스트레스와 음주행동과의 관계를 살펴보기 위해 제주지역을 중심으로 이루어졌다. 대학생들은 입시위주의 교육환경인 고등학교를 졸업하게 되면 자유로운 생활을 영위할 수 있을 것이라는 기대와는 달리 대학생활의 초기부터 대인간의 문제, 진로 및 취업문제, 경제문제, 가족문제, 그리고 외모문제 등으로부터 많은 스트레스 상황에 노출되어 생활하고 있다.

이러한 환경에서 생활하는 과정에서 대학생들이 경험하는 스트레스 및 음주동기가 음주행동에 영향을 미칠 것이라는 가정 하에 본 연구에서는 스트레스의 하위변수 5가지(가족관련, 대인관련, 경제관련, 진로관련, 외모관련 스트레스)와 음주동기 수준을 독립변수로 설정하고, 이 독립변수들이 종속변수인 음주행동에 어떠한 영향을 미치는지를 연구하였다.

연구결과를 종합해 보면, 대학생들이 경험하는 스트레스 중에서 가장 높게 경험하고 있는 스트레스는 진로관련 스트레스인 것으로 나타났다. 인구사회학적 변수들로 스트레스 수준과 음주행동에 대한 집단간 평균차이를 분석한 결과에서는 성별에서만 집단간 차이가 있는 것으로 나타났으며, 다른 변수인 학년과 전공계열에서는 나타나지 않았다. 스트레스에서는 모든 스트레스 하위변수에서 여학생이 남학생보다 더 높게 스트레스를 경험하고 있는 것으로 나타났으며, 가족관련, 대인관련, 경제관련, 외모관련 스트레스에서는 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 반면에, 진로관련 스트레스에서는 평균차이가 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 이것은 남학생과 여학생 모두 진로관련 스트레스를 매우 높게 경험하고 있지만, 통계적으로 남·여 간에 의미있는 차이가 없다는 것을 알 수 있다.

음주행동에 있어서 남학생과 여학생 집단간 평균차이는 한달 평균 음주빈도, 1회 평균 음주량, 1회 평균 음주지속 차수에서 남학생이 여학생보다 더 많은 음주행동을 하고 있는 것으로 나타났으며, 이러한 평균차이는 통계적으로 유의미하였다. 그리고 최초 음주경험 시기에 있어서는 남학생보다 여학생이 더 늦게 경험하는 것으로 나타났다.

그리고 음주동기 수준에 있어서는 남학생이 여학생보다 더 긍정적으로 인식하는 경향이 강한 것으로 나타났다.

스트레스 수준과 음주행동의 집단간 평균차이 분석결과를 보면, 스트레스는 여학생이 남학생보다 더 높게 경험하고 있는 반면, 음주행동에 있어서는 남학생이 여학생보다 더 많이 경험하고 있는 것으로 나타난 것을 알 수 있다.

스트레스 및 음주동기 수준이 음주행동에 미치는 영향을 분석한 결과에서는 스트레스 하위변수 중 대인관련 스트레스와 외모관련 스트레스와 음주행동 간에 부적 상관관계로서 음주행동에 영향을 미치는 것으로 나타난 반면, 경제적 스트레스는 정적 상관관계로서 음주행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 음주동기 수준은 음주행동에 정적 상관관계로서 음주행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생들이 스트레스를 더 많이 경험할수록 음주량과 음주빈도가 증가한다는 김의숙(2002)의 연구결과와 학업에 대한 스트레스가 높을수록 음주행동이 증가한다는 박정일(2003)의 선행연구 결과와는 다소 차이가 있는 것으로 나타났다.

본 연구에서는 스트레스 수준과 음주행동 간에는 부적 영향의 결과가 나타난 반면, 앞의 선행연구 결과에서는 정적 영향의 결과가 나타난 것이다. 이러한 결과의 차이는 후속연구에서 더 자세하게 이루어져야 하겠지만, 본 연구결과를 중심으로 살펴보면, 대학생들이 경험하는 스트레스가 높을수록 음주행동이 증가한다는 결론을 내리기가 어렵다는 것이다. 스트레스의 수준은 높지만, 대인관련 스트레스와 외모관련 스트레스가 높으면 타인과의 만남을 지양하게 되기 때문에 음주행동에 노출되지 않을 수도 있다는 것이다. 그리고 음주동기에 대한 수준이 긍정적일수록 음주행동에 노출되기 쉽기 때문에 개인의 음주동기에 대한 연구가 뒷받침되어야 할 것이다.

이러한 연구결과가 제시하는 함의는 대학생들이 경험하는 스트레스의 수준이 높다고 해서 직접적으로 음주행동과 연결되어지지 않을 수도 있다는 것이다. 따라서 후속연구에서는 스트레스가 음주행동에 미치는 영향을 알아보기 위해서는 많은 다른 매개변수들을 투입하여 확인하는 과정이 필요하다고 할 수 있다.

마지막으로 본 연구는 많은 한계점을 가지고 있지만, 대학생들이 경험하는 스트레스와 음주행동 관계의 확인과정을 통해 후속연구를 위한 기초 자료를 제공한다는 학문적 의미를 지닌다고 할 수 있다.

참고문헌

- 김용석(2000). 대처수단으로서의 음주동기와 음주행위/음주문제간의 관계-경인지역 대학생들을 중심으로-. 정신보건과 사회사업, 제9집, 5-23.
- 김의숙(2002). 대학생의 스트레스가 음주행동 및 음주관련문제에 미치는 영향. 전북대 석사학위논문.
- 김재엽, 최선희(1998). 청소년 스트레스가 폭력비행에 미치는 영향. 사회과학논총 제29집, 연세대학교 사회과학연구소, 181-204.
- 박경일(2003). 대학생의 스트레스가 음주행동에 미치는 영향. 이화여대 석사학위논문.
- 백양희, 최의선(1996). 농촌 고등학생의 스트레스. 대한가정학회지 제34권 1호, 33-48.
- 보건복지부, 한국보건사회연구원(2002). 2001년도 국민건강·영양조사-총괄편-.
- 안귀덕, 김경성, 김광웅, 황정규(1998). 『한국청소년문화: 변화와 연속』. 한국정신문화연구원.
- 윤혜미(2000). 대학생 음주행동과 음주에 영향을 미치는 요인. 생활과학연구논총 제3호, 1-15.
- 이경희, 김광웅(1996). 청소년의 스트레스와 대처에 관한 연구. 대한가정학회지 제34권 6호, 127-139.
- 이우경(1998). 부적정동, 대처방식, 인지적 기대가 남자대학생의 알코올 사용 및 남용에 미치는 영향. 가톨릭대 석사학위논문.
- 장승욱(2001). 대학생 음주행위와 문제음주 인지도의 추이(1996-2000). 청소년학연구, 제8권 제2호, 259-278.
- 조선일보(2001. 2. 27). “남학생 폭음 절반이나”.
- 정현희, 최경순(1999). 대학생의 스트레스와 감각추구성향과의 관계. 청소년복지연구, 105-114.
- 천성수, 이주열, 이용표, 정재훈, 고복자, 박종순(2000). 대학사회의 문제음주 예방을 위한 홍보 및 보건교육 프로그램 개발. 보건복지부.
- 황상하(1995). 대학생의 스트레스 및 대처방식과 대학생활 적응과의 관계. 연세대학교 석사학위논문.
- 황정규(1990). 한국학생의 스트레스 측정과 형성. 사대논총 제41집, 서울대학교 사범대학, 25-66.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S.(1984), *Stress, appraisal and coping*, Springer Publishing Company: 김정희 역(1991). 『스트레스와 평가 그리고 대처』, 대광문화사.

Presley, C. A. & Meilman, P. W.(1992). *Alcohol and Drugs on American College Campuses: A report to College Presidents*, Carbondale, Ill.: Southern Illinois Univ. Student Health Program Wellness Center.