



저작자표시 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#) 

2015년 2월

박사학위논문

고등학생의 우울 및 스트레스와 건강위험행위와의 관련성

조선대학교 대학원

보건학과

김보은

고등학생의 우울 및 스트레스와 건강위험행위와의 관련성

The Relationship of Depression and Stress of the High
School Students on their Health Risk Behaviors

2015 년 2 월 25 일

조선대학교 대학원

보건학과

김보은

고등학생의 우울 및 스트레스와 건강위험행위와의 관련성

지도교수 박 종

이 논문을 보건학 박사학위신청 논문으로 제출함

2014년 12월

조선대학교 대학원

보 건 학 과

김 보 은

김보은의 박사학위논문을 인준함

위원장	전남대학교 교수	손석준	인
위 원	조선대학교 교수	류소연	인
위 원	조선대학교 교수	한미아	인
위 원	조선대학교 교수	최성우	인
위 원	조선대학교 교수	박 종	인

2014년 12월

조선대학교 대학원

목 차

ABSTRACT	iv
I. 서 론	1
II. 연구방법	3
A. 연구대상 및 자료수집방법	3
B. 연구의 도구	3
1. 대상자 특성	3
2. 건강위험행위 실태	4
3. 우울	4
4. 스트레스	5
5. 건강위험행위 수준	5
C. 분석방법	6
III. 연구결과	7
A. 대상자의 성별 특성	7
B. 대상자의 성별 건강위험행위 실태	10
C. 대상자의 성별 우울 · 스트레스 요인 점수	13
D. 대상자의 성별 건강위험행위 수준 요인 점수	15
E. 남학생의 특성과 건강위험행위 수준과의 관련성	16
F. 여학생의 특성과 건강위험행위 수준과의 관련성	19
G. 남학생의 우울 · 스트레스와 건강위험행위수준과의 상관관계	22
H. 여학생의 우울 · 스트레스와 건강위험행위수준과의 상관관계	23
I. 남학생의 우울 · 스트레스와 건강위험행위 수준과의 회귀분석	24
J. 여학생의 우울 · 스트레스와 건강위험행위 수준과의 회귀분석	26
IV. 고찰	28
V. 요약 및 결론	31

참고문헌..... 32

부록..... 36

표 목 차

표 1 연구 대상자의 성별 특성 분포.....	8
표 2. 연구 대상자의 성별 건강위험행위 실태.....	12
표 3. 연구 대상자의 성별 우울·스트레스 요인별 점수.....	14
표 4. 연구 대상자의 성별 건강위험행위 요인별 점수.....	15
표 5. 남학생의 특성과 건강위험행위 수준과의 관련성.....	17
표 6. 여학생의 특성과 건강위험행위 수준과의 관련성.....	20
표 7. 남학생의 건강위험행위수준과 우울·스트레스와의 상관관계.....	22
표 8. 여학생의 건강위험행위수준과 우울·스트레스와의 상관관계.....	23
표 9. 남학생의 우울·스트레스와 건강위험행위 수준과의 회귀분석.....	25
표 10. 여학생의 우울·스트레스와 건강위험행위 수준과의 회귀분석.....	27

ABSTRACT

The Relationship of Depression and Stress of the High School Students on their Health Risk Behaviors

Kim, Bo Eun

Advisor : Prof. Park Jong , M.D., Ph.D

Department of Health Science

Graduate School of Chosun University

This Study surveyed 1,134 year one , and two Students in one district of Jeollanam-do province using a personal questionnaire investigating the current state of health risk behaviors in both boys and girls. It investigated the association between depression and stress in contributing to related health risk behaviors to improve high schoolers awareness of the dangers, this data can be useful in the development of health management programs.

As the Result of : frequency test, χ^2 -test, ANOVA, correlation analysis and Multiple regression analysis. These Analysis led to the following meaningful conclusions. A high score for depression in male students effectuated higher scores all other negative health related behaviors which include unsafe actions, violents, attempted suicide, smoking, use of illegal drugs, uncontrolled weight loss, irregular eating habits, inactivity, health risk behavior. A high score for stress in male students Significantly raised the for unsafe behavior. A high score for depression in female students effectuated higher scores all other negative health related behaviors which include unsafe actions, irregular eating habits, inactivity, health risk behavior.

A high score for stress in female students significantly increased the score for unsafe actions, irregular eating habits, inactivity, health risk behavior.

In conclusion, there is significant association with depression and stress leading to health risk behavior, Management of depression and stress is reduced to improve health risk behavior among high school students

Key Words: health risk Behaviors, Stress, Depression

I. 서론

청소년기는 급격한 신체적·정서적·사회적 변화를 겪는 시기이며, 건강과 관련된 태도와 행위의 발달에도 중요한 시기이다. 다양한 발달 특성과 복잡한 과제만큼이나 청소년기에 나타날 수 있는 건강 문제들은 매우 다양하며, 활동적이고 호기심이 많아 건강을 위협할 수 있는 행동을 하기도 한다(김문실, 1997). 청소년기의 건강위험행위는 직접적인 건강문제를 초래할 뿐 아니라 성인기 만성질환의 발병위험을 증가시키고, 한번 습관화되면 수정하기가 매우 어려우므로 청소년기에 바람직한 건강행태를 실천하도록 도모할 필요가 있다(이충원, 2000). 우리나라 고등학생은 학업과 입시 위주의 교육환경으로 인하여 바람직한 건강행위의 실천에 소홀할 수 있다(이용교 등, 2002). 미국 질병관리국(1993)에서는 청소년 건강위험행위조사를 실시하여 청소년기의 건강위험 행위가 사회적 문제를 야기하고 청소년과 성인의 질병과 사망의 주원인이라 하였다. 이러한 건강위험행위로는 의도적이거나 비의도적인 상해, 흡연, 음주와 약물, 부적절한 성행위, 불규칙적인 식사, 부적절한 신체활동을 규정하였다(손은성, 2004).

청소년의 건강위험 행위는 신체적 건강문제 뿐 아니라 우울, 스트레스 등 정신 심리적 건강문제와도 관련이 있다고 보고되고 있다. 2013년 청소년 건강행태 온라인 조사 결과(질병관리본부, 2014) 우리나라 중·고등학생의 9.7%가 흡연, 16.3%가 음주를 경험한 것으로 조사되었다. 청소년의 흡연과 음주는 스트레스, 우울과 깊은 관련이 있으며(Drobes, 2002), 흡연량이 많을수록 우울성향이 증가하였고(Kim, 2001 ; Goodman & Capitman 2000), 스트레스를 높게 인식하고 있는 집단일수록 흡연을 많이 하는 것으로 나타났다(정혜란, 2001). 또한 흡연자들이 스트레스 상태에서 정서를 조절하는 방법으로 흡연을 하는 것으로 보고되었다(송선희 외, 2002). 김복열(2014)은 청소년들의 흡연, 음주 등의 건강위험행동 예방을 위해서는 스트레스, 우울 같은 요인을 흡연과 연결되는 하나의 연속체로 가정하여 예방교육 프로그램이 출발해야 한다고 하였다.

우울은 선행 연구에서 다양한 건강위험행위와 연관성을 보였다. 윤희원(2011)은 우울과 음주와의 관련성을 제시하였고, 흡연(유찬우와 김근향, 2014) · 자살(김인규, 2007) · 섭식행동(박지은, 2009) · 폭력행위(신현숙, 2012) · 그리고 건강위험행위(이은숙, 2008 ; 박은옥, 2010) 등이 있다. 스트레스는 흡연을 포함한 다양한 건강위험행위와 관련을 보였다(최진, 2009 ; 김동순과 김유숙, 2012).

유재순(2009)은 청소년의 건강위험행위를 관리하기 위해서는 건강위험행위 전체를 포괄하는 통합적인 접근 전략이 효과적이라고 하였고, 손은성(2004)은 한 변수나 소수의 건강위험행위에 국한하지 않고, 건강위험행위의 모든 내용을 전체적으로 청소년의 건강위험행위를 파악할 필요가 있다고 하였다. 또한 청소년의 건강위험행위는 성별에 따라 다양한 차이를 보이는 것으로 나타났다(박소현, 2014). 이처럼 청소년을 대상으로 한 우울과 스트레스와 건강위험행위간의 연구는 건강위험행위간의 연관성을 전체적으로 파악할 필요가 있고 성별을 구분하여 구명할 필요가 있으나 대부분의 연구는 개별 건강위험행위와의 관련성을 파악한 것으로 우울 및 스트레스와 건강위험행위를 전체적으로 파악하고, 성별 차이를 알아본 연구는 미흡한 실정이다.

따라서 본 연구는 고등학생의 건강위험행위의 실태를 파악하고, 우울 및 스트레스와 건강위험행위와의 관련성을 구명하여 우울 및 스트레스의 관리를 통한 건강위험행위를 감소시킴으로써 고등학생의 건강행태개선을 위한 프로그램 개발하는데 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

II. 연구 방법

A. 연구 대상 및 자료수집 방법

전라남도 영광군에 소재한 전체 5개 고등학교 1, 2학년 1,169명(남학생 602명, 여학생 532명)을 대상으로 2014년 6월 11일부터 6월 30일까지 설문조사를 실시하였다. 연구자가 해당학교를 직접 방문하여 학교장에게 연구목적과 방법을 설명한 후 자료수집에 대한 협조를 구하고 담임교사의 동의를 얻어 연구의 목적을 이해하고 동의한 학생들에게 학급별로 자기기입식 설문지를 작성토록 하였다. 설문지는 1,169부가 회수되었으며 응답이 불충실한 35부의 설문지를 제외하고 1,134명을 최종분석 대상으로 하였다. 본 연구는 조선대학교병원 기관생명윤리위원회의 승인을 받은 후 조사를 실시하였다.

B. 연구의 도구

1. 대상자의 특성

대상자의 특성은 일주일 용돈, 학업성적, 부모 흡연여부, 부모 음주여부, 가정의 분위기, 아버지 학력, 어머니 학력, 부모 직업 유무, 가정의 경제상태, 부모관계 만족도, 학교생활 만족도, 친구관계 만족도, 학년을 조사하였다. 일주일 용돈은 1만원 미만, 1만원 이상~2만원 미만, 2만원 이상~3만원 미만, 3만원 이상으로 조사하여 1만원 미만, 1만원 이상~3만원 미만, 3만원 이상으로 재분류하였고, 학업성적은 상, 중상, 중하, 하로 구분하였다.

부모 흡연여부는 부모 모두 흡연, 아버지만 흡연, 어머니만 흡연, 부모 모두 비흡연으로 구분하였고, 부모 음주여부는 부모 모두 음주, 아버지만 음주, 어머니만 음주, 부모 모두 비음주로 구분하였다. 가정의 분위기는 전혀 화목하지 않음, 대체로 화목하지 않음, 화목함, 매우 화목함으로 조사하여 화목하

지 없음, 화목함, 매우 화목함으로 재분류하였다. 아버지 학력과 어머니의 학력은 중졸이하, 고졸, 대졸, 대학원이상으로 구분하였고, 부모의 직업 유무는 부모 모두 직업 있음, 아버지만 있음, 어머니만 있음, 부모 모두 직업 없음으로 구분하였다. 가정경제상태는 상, 중상, 중하, 하로 구분하였다. 부모관계만족도는 전혀 만족하지 않음, 약간 불만족, 약간만족, 매우만족으로 조사하여 불만족, 약간 만족, 매우 만족으로 재분류하였다. 학교생활 만족도는 정말 즐겁지 않, 즐겁지 않음, 즐거움, 매우 즐거움으로 조사하여 즐겁지 않음, 즐거움, 매우 즐거움으로 재분류하였다. 친구관계 만족도는 전혀 만족하지 않음, 만족하지 않음, 약간 만족, 매우 만족으로 조사하여 불만족, 약간만족, 매우만족으로 재분류하였다.

2. 건강위험행위 실태

건강위험행위 실태는 지난 1년간의 사고경험, 신체적 싸움, 자살시도 경험, 지난 30일 동안의 하루 평균 흡연량, 음주 횟수, 불법약물사용 경험 유무를 조사하였고, 한주 동안의 규칙적 운동여부 그리고 체중에 대한 인식을 조사하였다. 사고경험은 없음, 1회, 2회, 3회 이상으로 구분하였고, 신체적 싸움은 없음, 1회, 2회 이상으로 구분하였다. 자살시도여부는 없음, 1회, 2회 이상으로 구분하였다. 하루 평균 흡연량은 없음, 1~4개피, 5~10개피, 10개피 초과로 구분하였고 음주 횟수는 없음, 1~7일, 8일 이상으로 구분하였다. 불법약물사용 유무는 사용과 미사용으로 구분하였고, 체중인식은 아주 저체중, 약간 저체중, 정상체중, 약간 과체중, 아주 과체중으로 구분하였다. 규칙적 운동여부는 안함, 주 5일 미만, 주 5일 이상으로 구분하였다.

3. 우울

우울은 Radloff(1977)가 개발한 CES-D(Center for Epidemiological Studies Depression Scale) 도구를 전 경규와 이민규(1992)가 번역한 도구를 사용하였다. 이 도구는 우울을 측정하기 위해 고안된 것으로 우울 정서 8문항(1, 3, 6, 7, 13, 14, 17, 18번), 신체적 증상 2문항(2, 11번), 긍정적 정서 4문항(4, 8, 12, 16번), 대인관계 6문

항(5, 9, 10, 15, 19, 20번)이며 총 20문항으로 구성되어 있다. 0점~3점 척도이고 점수 범위는 0-60점이며 긍정적 감정을 측정하는 4문항은 역채점하였다. 점수가 높을수록 우울 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도 지수는 Chronbach $\alpha=0.833$ 이었다.

4. 스트레스

스트레스 측정은 Homes & Rache(1967)의 생활사건 척도를 기초로 하여 박순영(1998)이 요인 분석하여 구성한 것을 장영숙(2001)이 사용하고 김성진(2005)이 재구성한 도구를 사용 하였다. 스트레스 측정 도구는 총 26문항으로 6개의 하위영역인 부모와의 관계 6문항(1, 2, 3, 4, 5, 6번), 가족관계 4문항(7, 8, 9, 10번), 성적 및 학업문제 4문항(11, 12, 13, 14번), 교사와의 관계 3문항(15, 16, 17번), 학교생활관계 4문항(18, 19, 20, 21번), 이성친구 문제 5문항(22, 23, 24, 25, 26번)으로 구성되어있다. 스트레스의 정도에 따라 Likert 식 5점 척도(1=전혀 받지 않는다, 2=조금 받는다, 3=보통 받는다, 4=많이 받는다, 5=매우 심각하게 받는다)로 되어 있으며 점수가 높을수록 스트레스 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도 지수는 Chronbach $\alpha=0.939$ 이었다.

5. 건강위험행위수준

건강위험행위를 측정하기 위해 미국 CDC(1993)에서 개발한 청소년 유해 행동 감시시스템의 도구를 손은성(2004)이 수정·보완한 것을 사용하였다. 이 도구는 건강위험행위를 안전위험행위, 폭력행위, 자살시도행위, 흡연행위, 음주행위, 약물사용행위, 부적절한 체중감소 행위, 불규칙한 식습관행위, 비신체활동 행위 등 9개의 하위영역으로 구분하였고 총 62문항으로 구성되어 있다. 건강위험 행위 수준에 대한 문항은 '매우 그렇다, '그렇다, '그렇지 않다, '매우 그렇지 않다의 4점 Likert 척도로 이루어져 있으며 '매우 그렇다 4점 '그렇다 3점 '그렇지 않다 2점 '매우 그렇지 않다 1점을 주어 점수화 하였다. 하위영역별 내용은 안전 위험행위 10문항(1, 10, 19, 28, 37, 41, 47, 51, 54, 57

번), 폭력행위 6문항(2, 11, 20, 29, 42, 52번), 자살시도 행위 5문항(3, 12, 21, 30, 55번), 흡연행위 8문항(4, 13, 22, 31, 38, 43, 48, 56번), 음주행위 6문항(5, 14, 23, 32, 44, 58번), 불법 약물사용 행위 8문항(6, 15, 24, 33, 39, 45, 49, 59번), 부적절한 체중감소 행위 5문항(7, 16, 25, 34, 60번), 불규칙한 식습관 행위 9문항(8, 17, 26, 35, 40, 46, 50, 53, 61번), 비신체활동 행위 5문항(9, 18, 27, 36, 62번)으로 구성되어있다. 모든 건강위험행위수준은 점수가 높을수록 건강위험행위가 높음을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도 지수 Chronbach $\alpha=0.914$ 이었다.

C. 분석방법

자료 분석은 SPSS version 18.0 통계프로그램을 이용하였고, 모든 분석은 성별을 구분하였다. 대상자의 건강위험행위 실태는 χ^2 -test를 이용하였다. 우울·스트레스 요인 점수, 건강위험행위 수준 요인 점수의 차이는 t-test를 이용하여 분석하였다. 건강위험행위 수준은 t-test, ANOVA를 이용하여 분석하였고, 우울·스트레스와 건강위험행위와의 관련성은 상관분석을 실시하였다. 최종적으로 우울·스트레스가 건강위험행위에 영향을 미치는지를 파악하기 위해 단순 분석에서 유의한 관련을 보였던 변수를 포함하여 다중회귀분석을 실시하였다. 통계적 유의성은 $p<0.05$ 로 하였다.

Ⅲ. 연구결과

A. 대상자의 성별 특성

일주일 용돈은 남학생은 3만원이상 364명(60.8%), 1만원~3만원미만 124명(20.7%), 1만원미만 111명(18.5%) 순으로 많았으며, 여학생은 1만원~3만원미만 319명(60.1%), 1만원미만 126명(23.7%), 3만원이상 86명(16.2%)으로 남학생이 여학생에 비해 용돈을 더 많이 받는 것으로 조사되었고 성별 유의한 차이를 보였다($p=0.035$). 부모 음주여부는 모두 음주, 부만 음주, 음주 안함, 모만 음주 순으로 전체 420명(38.1%), 324명(29.4%), 300명(27.2%), 57명(5.2%), 남학생 197명(33.6%), 189명(32.3%), 168명(28.7%), 32명(5.5%), 여학생 223명(43.3%), 135명(26.2%), 132명(25.6%), 25명(4.9%) 으로 여학생에서 부모 모두 음주하는 경우가 가장 많았으며 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p=0.010$). 가정의 분위기는 화목함, 매우 화목함, 화목하지 않음의 순이었으며 각각 전체는 615명(54.3%), 378명(33.4%), 139명(12.3%), 남학생은 319명(53.2%), 192명(32.0%), 89(14.8%), 여학생은 296명(55.6%), 186명(35.0%), 50명(9.4%)로 여학생이 남학생에 비해 가정이 화목하다고 인식하는 경우가 더 많았으며 통계적으로 유의하였다($p=0.020$). 가정의 경제 상태는 전체는 상623명(55.2%), 중하426명(37.7%), 상43명 (3.8%), 하37명(3.3%)순이었으며 남학생은 중상337명(56.2%), 중하207명(34.5%), 상32명 (5.3%), 하24(4.0%)이고 여학생은 중상286명(54.1%), 중하219명(41.4%), 24명(4.0%), 하 13명(2.5%), 상11명(2.1%)으로 성별 유의한 차이를 보였다($p=0.003$). 부모님과의 관계 만족도는 매우만족, 약간 만족, 불만족 순이었으며 각각 전체 679명(60.2%), 344명 (30.5%), 104명(9.2%), 남학생은 354명(59.4%), 172명(28.9%), 70명(11.7%), 여학생 325명(61.2%), 172명(32.4%), 34명(6.4%)로 여학생이 남학생보다 부모님과의 관계에 대한 만족도가 높았으며 유의한 차이를 보였다($p=0.007$). 학교생활만족도는 즐겁다, 즐겁지 않다, 매우 즐겁다의 순이었으며 각각 전체 731명(64.7%), 227명(20.1%), 171명(15.1%)이고 남학생은 361명(60.3%), 128명(21.4%), 110명(18.4%) 여학생은 370명(69.8%), 99명(18.7%), 61명(11.5%)로 성별 유의한 차이를 보였다($p=0.001$).

학업성적, 부모 흡연 여부, 부모의 학력, 친구관계 만족도에서는 통계적으로 유

의한 차이가 없었다(표 1).

표 1. 연구 대상자의 성별 특성 분포

단위 : 명 (%)

변 수	구 분	남	여	계	p값
용돈(주)	1만원미만	111(18.5)	126(23.7)	237(21.0)	0.035
	1~3만원	364(60.8)	319(60.1)	683(60.4)	
	3만원이상	124(20.7)	86(16.2)	210(18.6)	
학업성적	상	122(20.4)	89(16.8)	211(18.7)	0.49
	중상	177(29.5)	188(35.5)	365(32.4)	
	중하	199(33.2)	183(34.6)	382(33.9)	
	하	101(16.9)	69(13.0)	170(15.1)	
부모 흡연여부	모두 흡연	18(3.1)	12(2.3)	30(2.7)	0.532
	부만 흡연	279(47.4)	248(47.7)	527(47.6)	
	모만 흡연	6(1.0)	2(0.4)	8(0.7)	
	흡연 안함	285(48.5)	258(49.6)	543(49.0)	
부모 음주여부	모두 음주	197(33.6)	223(43.3)	420(38.1)	0.010
	부만 음주	189(32.3)	135(26.2)	324(29.4)	
	모만 음주	32(5.5)	25(4.9)	57(5.2)	
	음주 안함	168(28.7)	132(25.6)	300(27.2)	
가정의 분위기	화목하지않음	89(14.8)	50(9.4)	139(12.3)	0.020
	화목함	319(53.2)	296(55.6)	615(54.3)	
	매우 화목함	192(32.0)	186(35.0)	378(33.4)	
아버지 학력	중졸이하	50(10.0)	42(8.0)	101(9.0)	0.690
	고졸	300(50.8)	278(52.7)	578(51.7)	
	대졸	206(34.9)	185(35.0)	391(34.9)	
	대학원이상	26(4.4)	23(4.4)	49(4.4)	

표 1. 연구 대상자의 성별 특성 분포(계속)

단위 : 명 (%)

변 수	구 분	남	여	계	p값
어머니 학력	중졸이하	43(7.3)	38(7.3)	81(7.3)	0.121
	고졸	331(56.3)	310(59.3)	641(57.7)	
	대졸	188(32.0)	165(31.5)	353(31.8)	
	대학원이상	26(4.4)	10(1.9)	36(3.2)	
부모 직업 유무	모두 있음	448(76.1)	391(75.2)	839(75.7)	0.550
	부만 있음	111(18.8)	110(21.2)	221(19.9)	
	모만 있음	18(3.1)	12(2.3)	30(2.7)	
	모두 없음	12(2.0)	7(1.3)	19(1.7)	
가정 경제상태	상	32(5.3)	11(2.1)	43(3.8)	0.003
	중상	337(56.2)	286(54.1)	623(55.2)	
	중하	207(34.5)	219(41.4)	426(37.7)	
	하	24(4.0)	13(2.5)	37(3.3)	
부모관계 만족도	불만족	70(11.7)	34(6.4)	104(9.2)	0.007
	약간 만족	172(28.9)	172(32.4)	344(30.5)	
	매우 만족	354(59.4)	325(61.2)	679(60.2)	
학교생활 만족도	즐겁지 않음	128(21.4)	99(18.7)	227(20.1)	0.001
	즐거움	361(60.3)	370(69.8)	731(64.7)	
	매우 즐거움	110(18.4)	61(11.5)	171(15.1)	
친구관계 만족도	불만족	50(8.4)	28(5.3)	78(6.9)	0.122
	약간 만족	238(39.9)	218(41.1)	456(40.5)	
	매우 만족	308(51.7)	284(53.6)	592(52.6)	

B. 대상자의 성별 건강위험행위 실태

연구 대상자의 성별 건강위험행위 실태는 다음과 같다. 지난 1년간의 사고여부는 사고 없음, 1회, 2회, 3회 이상의 순이며 각각 전체 901(79.6%), 146(12.9%), 62(5.5%), 239(20.0%)이고 남학생은 459명(76.5%), 79명(13.2%), 45명(7.5%), 17명(2.8%), 여학생은 442명(83.1%), 67명(12.6%), 17명(3.2%), 3회 이상 6명(1.1%)이고($p=0.002$), 신체적 싸움여부는 없음, 1회, 이회 이상의 순으로 각각 전체 1012명(89.4%), 99명(8.7%), 21명(1.9%)이고 남학생 505명(84.0%), 82명(13.6%), 14명(2.3%), 여학생 507명(95.5%), 99명(8.7%), 21명(1.9%)($p=0.000$)로 사고여부와 신체적 싸움여부에서 남학생이 더 높아 통계적으로 유의 하였다. 하루 흡연량은 피우지 않음이 전체 1045(92.2%), 남학생 527(87.7%), 여학생 518(97.4%)이고 1~4개피 전체 51(4.5%), 남학생 42명(7.0%), 여학생 9명(1.7%)이고 5개피이상 전체 37명(3.3%), 남학생 32명(5.4%), 여학생 5명(0.9%)으로 남학생의 흡연이 더 많고 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p=0.000$). 지난 30일 동안의 음주정도는 안마십, 1~7일, 8일 이상의 순으로 높았으며 전체는 989명(87.2%), 126명(11.1%), 19명(1.7%)였고 남학생은 500(83.1%), 87명(14.5%), 15명(2.5%), 여학생은 489(91.9%), 39명(7.3%), 4명(0.8%)으로 남학생의 음주율이 여학생에 비해 많았으며 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p=0.000$).체중 정도는 전체는 정상체중 521명(46.1%), 약간 과체중 300명(26.5%), 약간 저체중197명(17.4%), 아주 과체중 65명(5.7%), 아주 저체중 48명(4.2%)이고 남학생은 정상체중 254명(42.4%), 약간 과체중 145명(24.2%), 약간 저체중 136명(22.7%), 아주 저체중 39명(6.5%), 아주 과체중 25명(4.2%)이었고 여학생은 정상체중 267명(50.2%), 약간 과체중 155명(29.1%), 약간 저체중 61명(11.5%), 아주 저체중 9명(1.7%), 아주 과체중 40명(7.5%)으로 저체중은 남학생이 많았으며 정상체중과 과체중은 여학생이 많아 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p=0.000$). 규칙적인 운동여부는 전체 운동안함 629명(55.5%), 5일미만/주 502명(44.3%), 5일 이상/주 2명(0.2%)이었고 남학생은 운동안함 369명(61.3%), 5일미만/주 233명(38.7%), 5일 이상/주 0명(0.0%), 여학생은 5일미만/주 269명 (50.7%), 운동

안함 260명(49.0%), 5일이상/주2명(0.4%)으로 남학생이 운동을 하지 않는 경우가 더 많았으며 1주일에 5일 미만으로 운동하는 경우에서 여학생이 남학생보다 더 많이 하는 것으로 나타났으며 통계적으로 유의한 차이를 보였다 ($p=0.000$). 자살시도여부와 약물사용 정도는 남녀간에 유의한 차이가 없었다 (표 2).

표 2. 연구 대상자의 성별 건강위험행위 실태 단위 : 명(%)

변 수	구 분	남	여	계	p값
사고경험 (1년)	없음	459(76.5)	442(83.1)	901(79.6)	0.002
	1회	79(13.2)	67(12.6)	146(12.9)	
	2회	45(7.5)	17(3.2)	62(5.5)	
	3회이상	17(2.8)	6(1.1)	23(2.0)	
신체적 싸움 (1년)	없음	505(84.0)	507(95.5)	1012(89.4)	0.000
	1회	82(13.6)	17(3.2)	99(8.7)	
	2회이상	14(2.3)	7(1.3)	21(1.9)	
자살 시도 (1년)	없음	587(97.7)	518(97.4)	1105(97.5)	0.496
	1회	9(1.5)	6(1.1)	15(1.3)	
	2회이상	5(0.8)	8(1.5)	13(1.1)	
하루 흡연량 (1개월)	없음	527(87.7)	518(97.4)	1045(92.2)	0.000
	1~4개피	42(7.0)	9(1.7)	51(4.5)	
	5개피 이상	32(5.4)	5(0.9)	37(3.3)	
음주 횟수 (1개월)	없음	500(83.1)	489(91.9)	989(87.2)	0.000
	1~7일	87(14.5)	39(7.3)	126(11.1)	
	8일이상	15(2.5)	4(0.8)	19(1.7)	
불법약물사용 (1개월)	미사용	599(99.5)	530(99.6)	1129(99.6)	0.756
	사용	3(0.5)	2(0.4)	5(0.4)	
체중 인식	심한 저체중	39(6.5)	9(1.7)	48(4.2)	0.000
	약간 저체중	136(22.7)	61(11.5)	197(17.4)	
	정상체중	254(42.4)	267(50.2)	521(46.1)	
	약간 과체중	145(24.2)	155(29.1)	300(26.5)	
	심한 과체중	25(4.2)	40(7.5)	65(5.7)	
규칙적운동 (주)	안함	369(61.3)	260(49.0)	629(55.5)	0.000
	5일미만	233(38.7)	269(50.7)	502(44.3)	
	5일이상	0(0.0)	2(0.4)	2(0.2)	

C. 대상자의 성별 우울 · 스트레스 요인 점수

성별에 따른 우울의 정서영역 점수는 여학생 13.4±4.8점, 남학생의 12.1±4.1점으로 여학생에서 통계적으로 유의하게 높았다($p=0.000$). 신체적 증상영역은 남학생 3.1±1.2점, 여학생 2.9±1.1점($p=0.011$)으로 남학생에서 유의하게 높았고, 긍정적정서는 남학생 9.9±3.1점, 여학생이 9.3±2.7점으로 남학생이 통계적으로 유의하게 높았다($p=0.001$). 대인관계영역과 우울 총점은 남녀 간에 유의한 차이를 보이지 않았다. 스트레스 점수는 교사와의 관계영역, 학교생활영역, 스트레스 총점에서 모두 여학생의 점수가 높았다. 교사와의 관계영역은 여학생 8.2±3.5점, 남학생이 7.5±3.8점($p=0.004$), 학교생활영역은 여학생이 11.1±4.1점, 남학생 10.2±4.4점($p=0.003$). 스트레스 총점은 여학생이 66.2±19.8점, 남학생 60.3±21.9점($p=0.000$)으로 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 부모와의 관계영역, 가족 관계영역, 학업성적 영역, 이성친구 영역의 스트레스 점수는 남녀 간에 유의한 차이가 없었다(표 3).

표 3. 연구 대상자의 성별 우울·스트레스 요인 점수

변 수	영 역	Mean±SD		t	p값
		남	여		
우 울	정서	12.1±4.1	13.4±4.8	15.197	0.000
	신체 증상	2.9±1.1	3.1±1.2	6.495	0.011
	긍정적 정서	9.9±3.1	9.3±2.7	10.926	0.001
	대인관계	8.9±3.0	9.3±3.0	0.005	0.943
	우울 총점	33.9±7.5	35.3±8.0	1.579	0.209
스트레스	부모와의 관계	12.6±5.0	13.8±4.7	1.843	0.175
	가족관계	8.7±4.4	9.7±4.2	1.217	0.270
	학업 성적	10.8±4.7	12.7±4.5	3.100	0.079
	교사와의 관계	7.5±3.8	8.2±3.5	8.505	0.004
	학교생활	10.2±4.4	11.1±4.1	9.155	0.003
	이성 친구	10.2±4.6	10.3±4.4	3.528	0.061
	스트레스 총점	60.3±21.9	66.2±19.8	9.361	0.000

D. 성별 건강위험행위 수준 요인 점수

성별 건강위험행위의 수준 요인별 점수에서는 안전위험행위는 남학생 15.5±4.2점, 여학생이 14.8±3.4점, 폭력행위는 남학생 7.6±2.0점, 여학생 6.9±1.6점, 흡연행위 남학생 9.6±3.9점, 여학생 8.5±2.1점, 음주행위 남학생 7.4±2.5점, 여학생 6.7±1.9점으로 남학생의 점수가 유의하게 높았다($p=0.000$). 부적절한 체중감소행위 점수는 여학생 6.4±2.0점, 남학생 5.8±1.6점($p=0.000$), 비신체 행위여부는 여학생 10.2±3.3점, 남학생이 8.3±2.9점($p=0.001$), 건강위험행위 총점수는 여학생 85.6±15.0점, 남학생 84.7±17.9점($p=0.002$)으로 여학생의 점수가 통계적으로 유의하게 높았다(표 4).

표 4. 성별 건강위험행위 수준 요인 점수

변 수	Mean±SD		t	p값
	남	여		
안전위험행위	15.5±4.2	14.8±3.4	17.122	0.000
폭력행위	7.6±2.0	6.9±1.6	29.623	0.000
자살시도행위	6.5±1.8	6.7±1.8	0.767	0.381
흡연행위	9.6±3.9	8.5±2.1	108.452	0.000
음주행위	7.4±2.5	6.7±1.9	54.461	0.000
불법 약물 사용 행위	8.5±1.7	8.8±1.4	3.074	0.080
부적절한 체중감소행위	5.8±1.6	6.4±2.0	30.661	0.000
식습관 행위	14.9±4.6	16.3±5.2	0.332	0.564
비신체활동행위	8.3±2.9	10.2±3.3	11.080	0.001
건강위험행위 총점	84.7±17.9	85.6±15.0	9.715	0.002

E. 남학생의 특성과 건강위험행위 수준과의 관련성

남학생의 특성에 따른 건강위험행위 수준은 학교생활만족도, 학업성적, 일주일 용돈, 친구관계 만족도, 부모관계 만족도에서 유의한 차이가 있었다. 학교생활만족도에 따른 건강위험행위 점수는 학교생활이 즐겁지 않음 90.5±20.9점, 즐거움 83.7±16.3점, 매우 즐거움 81.5±17.9점으로 유의한 차이를 보였다(p=0.000). 학업성적에 따른 건강위험행위 수준 점수는 상위권이 80.7±15.0점, 중상위권 81.4±15.2점, 중하위권 88.3±17.9점, 하위권 87.8±22.7점으로 유의한 차이를 보였다(p=0.000). 일주일 용돈별 건강위험행위 점수는 1만원미만 83.4±19.5점, 1만원~3만원 미만 83.0±15.8점, 3만원이상 90.4±20.5점으로 유의한 차이를 보였다(p=0.000). 친구관계 만족도에 따른 건강위험행위 점수는 불만족 91.7±21.3점, 약간 만족 86.7±18.4점, 매우만족 82.0±16.4점 순이었고, 유의한 차이가 있었다(p=0.000). 부모관계 만족도에 따른 건강위험행위 점수는 불만족이 91.2±20.6점으로 가장 높았고 약간 만족 87.2±17.7점, 매우 만족이 82.0±16.7점으로 통계적으로 유의한 차이를 보였다(p=0.000). 남학생의 건강위험행위와 특성과의 관련성 중에서 학년별, 부모학력·직업·흡연·음주여부, 가정 분위기, 가정 경제 상태에서는 유의미한 차이를 보이지 않았다(표 5).

표 5. 남학생의 특성과 건강위험행위 수준과의 관련성

변 수	구분	Mean±SD	F or t	p값
용돈(주)	1만원 미만	83.4±19.5	8.166	0.000
	1~3만원	83.0±15.8		
	3만원이상	90.4±20.5		
학업성적	상	80.7±15.0	7.574	0.000
	중상	81.4±15.2		
	중하	88.3±17.9		
	하	87.8±22.7		
부모 흡연여부	모두 흡연	93.3±20.8	2.109	0.098
	부만 흡연	85.5±18.0		
	모만 흡연	88.5±18.8		
	흡연 안함	83.4±17.6		
부모 음주여부	모두 음주	86.2±18.1	1.052	0.369
	부만 음주	84.6±17.9		
	모만 음주	85.6±15.4		
	음주 안함	82.8±18.4		
가정의 분위기	화목하지 않음	87.4±19.8	2.545	0.079
	화목함	85.2±17.2		
	매우 화목함	82.4±17.8		
아버지 학력	중졸이하	83.1±11.7	1.900	0.129
	고졸	86.5±18.1		
	대졸	82.9±18.8		
	대학원이상	82.7±18.7		

표 5. 남학생의 특성과 건강위험행위 수준과의 관련성(계속)

변 수	구분	Mean±SD	F or t	p값
어머니 학력	중졸이하	84.2±13.2	0.118	0.949
	고졸	85.1±18.4		
	대졸	84.3±17.5		
	대학원이상	83.4±21.6		
부모 직업	모두 있음	85.6±18.2	1.645	0.178
	부만 있음	81.9±18.0		
	모만 있음	80.2±12.3		
	모두 없음	87.4±11.6		
가정 경제상태	상	91.8±27.2	2.284	0.078
	중상	84.1±17.5		
	중하	83.8±16.5		
	하	88.8±17.9		
부모관계 만족도	불만족	91.2±20.6	10.108	0.000
	약간 만족	87.2±17.7		
	매우 만족	82.0±16.7		
학교생활 만족도	즐겁지 않음	90.5±20.9	8.622	0.000
	즐거움	83.7±16.3		
	매우 즐거움	81.5±17.9		
친구관계 만족도	불만족	91.7±21.3	8.288	0.000
	약간 만족	86.7±18.4		
	매우 만족	82.0±16.4		
학 년	1학년	83.4±17.0	3.058	0.061
	2학년	86.2±18.7		

F. 여학생의 특성과 건강위험행위 수준과의 관련성

여학생의 특성에 따른 건강위험행위 수준은 학교생활만족도, 학업성적, 부모관계 만족도, 어머니의 학력, 부모 직업여부, 가정 분위기, 가정 경제 상태에 따라서 유의한 차이를 보였다. 학교생활 만족도에서는 학교생활이 즐겁지 않음 91.2±18.7점, 즐거움 84.4±13.4점, 매우 즐거움 83.6±16.3점으로 유의한 차이를 보였다($p=0.000$). 학업성적은 성적이 하인 경우 90.8±18.7점으로 가장 높았고 학업성적과 건강위험행위 점수가 유의한 관련을 보였다($p=0.015$). 부모관계 만족도에서는 불만족 99.2±22.9점, 약간 만족 86.9±15.0점, 매우만족 83.4±13.2점으로 유의한 관련을 보였고($p=0.000$), 어머니의 학력이 중졸이하인 경우의 건강위험행위 점수가 92.2±19.6점, 대학원 이상인 경우가 80.4±9.2점으로 낮아 어머니의 학력과 건강위험행위 점수는 유의한 관련을 보였다($p=0.021$). 부모 직업에 따른 건강위험행위 점수는 부모 모두 직업이 없는 경우가 108.6±31.3점으로 가장 높았고 부모 모두 직업이 있는 경우가 85.5±14.6점으로 부모의 직업과 유의한 관련이 있었다($p=0.003$). 가정 분위기는 화목하지 않음이 91.8±18.1점, 화목함 86.7±15.6점, 매우 화목함 82.2±12.4점으로 유의한 관련을 보였다($p=0.000$). 가정의 경제상태에 따른 건강위험행위 점수는 하 수준의 경제 상태인 경우가 93.0±25.8점으로 가장 높았고 중상인 경우가 84.1±14.2점으로 가장 낮아 경제상태와 유의한 관련을 보였다($p=0.050$). 그러나 용돈, 부모 흡연 여부, 부모 음주 여부, 아버지 학력, 친구관계 만족도, 학년은 유의한 관련이 없었다(표 6).

표 6. 여학생의 특성과 건강위험행위 수준과의 관련성

변 수	구 분	Mean±SD	F or t	p값
용돈(주)	1만원미만	84.2±15.4	1.185	0.307
	1~3만원	85.7±14.9		
	3만원이상	87.5±14.9		
학업성적	상	84.5±13.6	3.507	0.015
	중상	85.7±15.5		
	중하	83.9±13.2		
	하	90.8±18.7		
부모 흡연여부	모두 흡연	94.5±25.6	1.872	0.133
	부만 흡연	86.3±15.7		
	모만 흡연	81.5±14.8		
	흡연 안함	84.7±13.7		
부모 음주여부	모두 음주	87.1±16.0	0.962	0.410
	부만 음주	84.6±14.4		
	모만 음주	84.3±13.0		
	음주 안함	84.9±14.7		
가정의 분위기	화목하지 않음	91.8±18.1	9.408	0.000
	화목함	86.7±15.6		
	매우 화목함	82.2±12.4		
아버지 학력	중졸이하	89.1±19.2	0.938	0.422
	고졸	85.7±15.1		
	대졸	85.0±14.5		
	대학원이상	83.5±9.1		
어머니 학력	중졸이하	92.2±19.6	3.258	0.021
	고졸	85.9±15.3		
	대졸	84.1±13.2		
	대학원이상	80.4±9.2		

표 6. 여학생의 특성과 건강위험행위 수준과의 관련성(계속)

변 수	구 분	Mean±SD	F or t	p값
부모 직업	모두 있음	85.5±14.6	4.805	0.003
	부만 있음	85.5±15.0		
	모만 있음	83.7±11.5		
	모두 없음	108.6±31.3		
가정 경제상태	상	85.0±15.2	2.620	0.050
	중상	84.1±14.2		
	중하	87.1±15.1		
	하	93.0±25.8		
부모관계 만족도	불만족	99.2±22.9	18.027	0.000
	약간 만족	86.9±15.0		
	매우 만족	83.4±13.2		
학교생활 만족도	즐겁지 않음	91.2±18.7	8.014	0.000
	즐거움	84.4±13.4		
	매우 즐거움	83.6±16.3		
친구관계 만족도	불만족	87.9±15.4	2.330	0.098
	약간 만족	87.1±15.9		
	매우 만족	84.3±14.2		
학 년	1학년	84.6±16.3	2.463	0.117
	2학년	86.6±13.5		

G. 남학생의 우울 · 스트레스와 건강위험행위 수준과의 상관관계

남학생의 우울 및 스트레스와 건강위험행위 수준과의 상관관계를 분석한 결과는 다음과 같다. 우울과의 관련성에서는 스트레스 $r = 0.437$, 자살시도행위 $r = 0.419$, 건강위험 행위 $r = 0.357$, 불규칙한 식습관 행위 $r = 0.314$, 폭력행위 $r = 0.300$, 비 신체행위 $r = 0.271$, 안전위험행위 $r = 0.254$, 부적절한 체중감소 행위 $r = 0.251$, 음주행위 $r = 0.134$, 불법약물 사용 행위 $r = 0.131$, 흡연행위 $r = 0.127$ 의 순으로 관련성이 높았으며 모두 유의한 정적상관관계를 보였다($p < 0.01$). 스트레스와의 관련성에서는 스트레스와 자살시도행위 $r = 0.262$, 불규칙한 식습관 행위 $r = 0.243$, 건강위험 행위 $r = 0.242$, 비 신체행위 $r = 0.217$, 안전위험행위 $r = 0.207$, 폭력행위 $r = 0.154$, 부적절한 체중감소 행위 $r = 0.129$, 음주행위 $r = 0.108$ 는 유의한 정적상관관계를 보였다($p < 0.01$). 그러나 흡연행위 $r = 0.074$, 불법약물 사용 행위 $r = 0.046$ 는 유의한 상관이 없었다(표 7).

표 7. 남학생의 우울 · 스트레스와 건강위험행위수준과의 상관관계

건강위험행위 수준	우 울	스트레스
안전위험행위	0.245 ^{***}	0.207 ^{***}
폭력행위	0.300 ^{***}	0.154 ^{***}
자살시도 행위	0.419 ^{***}	0.262 ^{***}
흡연행위	0.127 ^{**}	0.074
음주행위	0.130 ^{**}	0.108 ^{**}
불법 약물 사용 행위	0.131 ^{**}	0.046
부적절한 체중감소 행위	0.251 ^{***}	0.129 ^{**}
불규칙한 식습관 행위	0.314 ^{***}	0.243 ^{***}
비신체 행위	0.271 ^{***}	0.217 ^{***}
건강위험 행위 총점	0.357 ^{***}	0.242 ^{***}

^{**} $p < 0.01$, ^{***} $p < 0.001$

H. 여학생의 우울 · 스트레스와 건강위험행위 수준과의 상관관계

여학생의 우울 및 스트레스와 건강위험행위 수준과의 상관관계를 분석한 결과는 다음과 같다. 우울과의 관련성에서는 자살시도행위 $r = 0.531$, 건강위험행위 $r = 0.381$, 스트레스 $r = 0.349$, 불규칙한 식습관 행위 $r = 0.296$, 폭력행위 $r = 0.248$, 안전위험행위 $r = 0.215$, 음주행위 $r = 0.214$, 비 신체행위 $r = 0.201$, 부적절한 체중감소 행위 $r = 0.195$, 흡연행위 $r = 0.170$, 불법약물 사용 행위 $r = 0.160$ 으로 모두 유의한 정적상관을 보였다($p < 0.01$). 스트레스와의 관련성에서는 자살시도행위 $r = 0.271$, 건강위험 행위 $r = 0.228$, 비신체행위행위 $r = 0.216$, 불규칙한 식습관 행위 $r = 0.211$, 안전위험행위 $r = 0.152$, 폭력행위 $r = 0.128$, 부적절한 체중감소 행위 $r = 0.111$, 불법약물 사용 행위 $r = 0.094$ 로 유의한 정적상관을 보였다($p < 0.01$). 그러나 음주행위 $r = 0.042$, 흡연행위 $r = 0.025$ 로 유의한 상관을 보이지 않았다(표 8).

표 8. 여학생의 우울 · 스트레스와 건강위험행위수준과의 상관관계

건강위험행위 수준	우울	스트레스
안전위험 행위	0.215 ^{***}	0.152 ^{**}
폭력 행위	0.248 ^{***}	0.128 ^{**}
자살시도 행위	0.531 ^{***}	0.271 ^{***}
흡연 행위	0.170 ^{***}	0.025
음주 행위	0.214 ^{***}	0.042
불법약물 사용 행위	0.160 ^{***}	0.094 [*]
부적절한 체중감소 행위	0.195 ^{***}	0.111 [*]
불규칙한 식습관 행위	0.296 ^{***}	0.211 ^{***}
비신체 행위	0.201 ^{***}	0.216 ^{***}
건강위험 행위 총점	0.381 ^{***}	0.228 ^{***}

^{*} $p < 0.05$, ^{***} $p < 0.001$

I. 남학생의 우울·스트레스와 건강위험행위 수준과의 회귀분석

남학생의 우울과 스트레스가 건강위험행위에 미치는 영향을 알아보기 위하여 건강위험행위에 영향을 미칠 것으로 예상되는 특성을 통제한 상태에서 다중회귀분석을 실시하였다. 분석결과 우울 점수가 높을수록 안전위험행위 ($p=0.001$), 폭력행위($p=0.000$), 자살시도행위($p=0.000$), 흡연행위($p=0.034$), 불법약물사용행위($p=0.019$), 부적절한 체중감소행위($p=0.000$), 불규칙한 식습관행위($p=0.000$), 비신체행위($p=0.001$), 건강위험행위($p=0.000$) 점수가 높았으며 스트레스 점수가 높을수록 안전위험행위 점수가 유의하게 높았다($p=0.036$) (표 9).

표 9. 남학생의 우울·스트레스와 건강위험행위 수준과의 회귀분석

변 수		B	t값	p값
안전위험행위	우울	0.099	3.502	0.001
	스트레스	0.020	2.105	0.036
폭력행위	우울	0.053	3.957	0.000
	스트레스	0.001	0.310	0.757
자살시도행위	우울	0.072	6.390	0.000
	스트레스	0.005	1.298	0.195
흡연행위	우울	0.058	2.121	0.034
	스트레스	0.002	0.171	0.865
음주행위	우울	0.029	1.690	0.092
	스트레스	0.006	1.071	0.284
불법 약물 사용	우울	0.029	2.358	0.019
	스트레스	-0.002	-0.493	0.622
부적절한 체중감소	우울	0.043	3.967	0.000
	스트레스	0.001	0.289	0.773
불규칙한 식습관	우울	0.151	4.770	0.000
	스트레스	0.016	1.530	0.127
비신체활동행위	우울	0.063	3.316	0.001
	스트레스	0.008	1.174	0.241
총 건강위험행위	우울	0.598	5.062	0.000
	스트레스	0.061	1.492	0.136

Adjust : 학년, 학교관계 만족도, 건강인식, 학업성적, 용돈, 친구관계 만족도,
 부모관계 만족도, 부모직업, 부모흡연, 가정 분위기, 가정경제

J. 여학생의 우울·스트레스와 건강위험행위 수준과 의 회귀분석

여학생의 우울과 스트레스가 건강위험행위에 미치는 영향을 알아보기 위하여 건강위험행위에 영향을 미칠 것으로 예상되는 특성을 통제 한 상태에서 다중회귀분석을 실시하였다. 분석결과 우울 점수가 높을수록 안전위험행위 ($p=0.000$), 불규칙한 식습관행위 ($p=0.000$), 비신체행위 ($p=0.002$), 건강위험행위 ($p=0.000$) 점수가 높았으며, 스트레스 점수가 높을수록 안전위험행위 ($p=0.024$), 불규칙한 식습관행위 ($p=0.003$), 비신체행위 ($p=0.002$), 건강위험행위 ($p=0.013$) 점수가 유의하게 높았다(표 10).

표 10. 여학생의 우울·스트레스와 건강위험행위 수준과의 회귀분석

변수	B	t값	p값	
안전위험행위	우울	0.095	4.081	0.000
	스트레스	0.020	2.268	0.024
폭력행위	우울	0.031	2.949	0.003
	스트레스	0.004	1.056	0.292
자살시도행위	우울	0.089	8.101	0.000
	스트레스	0.006	1.475	0.141
흡연행위	우울	0.023	1.593	0.112
	스트레스	-0.006	-1.035	0.301
음주행위	우울	-0.004	-0.911	0.363
	스트레스	0.040	3.136	0.002
불법 약물 사용	우울	0.004	1.068	0.286
	스트레스	0.015	1.519	0.129
부적절한 체중감소	우울	0.007	1.371	0.171
	스트레스	0.041	2.898	0.004
불규칙한 식습관	우울	0.038	2.960	0.003
	스트레스	0.146	4.265	0.000
비신체활동행위	우울	0.026	3.166	0.002
	스트레스	0.068	3.076	0.002
총 건강위험행위	우울	0.092	2.499	0.013
	스트레스	0.567	5.837	0.000

Adjust : 학년, 학교관계 만족도, 건강인식, 학업성적, 용돈, 친구관계 만족도,

부모관계만족도, 스트레스 정도, 부모직업, 부모흡연, 가정 분위기, 가정경제

IV. 고 찰

청소년기인 고등학생들이 급격한 신체적·정서적·사회적 변화 등으로 인해 겪게 되는 우울 및 스트레스를 해소하기 위하여 흡연·음주 등의 건강 위험행위에 빠져드는 경우가 있고 이로 인해 청소년들의 건강과 학업수행에 지장을 줄 뿐 아니라 사회의 문제로까지 이어지고 있다고 생각되어 본 연구에서는 고등학생들의 우울 및 스트레스와 건강위험행위와의 관련성을 파악하고자 했다.

본 연구에서 청소년의 건강위험행위 실태를 보면, 지난 1년간의 사고여부는 1회 이상의 사고는 231명(20.4%)으로, 손은성(2005)이 제시한 21.0%와 비슷하였다. 본 연구에서 일개월 동안의 하루 흡연량을 조사한 결과 흡연하지 않은 학생을 제외한 남학생의 매일흡연율은 12.3%, 여학생은 7.8%로 우리나라 남녀 청소년의 7.4%, 1.9%(청소년건강행태 온라인 조사, 2013)에 높은 분포를 보였다. 지난 30일 동안의 음주율은 남학생 17.0%, 여학생 11.1%로 남학생에서 유의하게 높아 우리나라 남녀 청소년의 현재음주율 19.4%, 12.8%(청소년건강온라인행태조사, 2013)와 비슷한 결과를 보였다.

우울과 각 건강위험행위와의 연관성을 보면, 본 연구에서 우울과 흡연행위는 유의한 관련이 있었다. 이는 우울이 흡연동기에 직접적으로 유의미한 영향을 미치고(유찬우와 김근향, 2014), 우울이 흡연시작의 예측인자이며(Breslau et al. 2000), 청소년에서의 우울과 흡연은 상호의존적인 관계(Martini et al. 2002)임을 밝힌 기존의 연구 결과와 일치하였다. 따라서 청소년기의 흡연을 예방하고 감소시키기 위한 방안으로 흡연 시작의 위험요소로 주목받고 있는 청소년 우울에 대한 적극적인 관심이 필요할 것(이혜순, 2014)으로 생각한다. 본 연구에서는 우울과 음주행위와는 남녀 모두에서 유의한 관련성을 보이지 않아 기존의 연구(김원경, 2014 ; 박남희, 2005)와는 다른 결과를 보였다. 하지만 청소년은 음주를 통해 자신의 부정적 정서를 회피 또는 조절하고자 하는 음주동기를 경험하게 되므로(유찬우와 김근향, 2014), 감정 변동이 심한 청소년에 있어서는 우울과 같은 정서적인 문제와 음주와의 관련성을 지속적으로 관심을 가지고 연구해야 할 것으로 생각한다. 본 연구에서는 우울이

높을수록 자살시도행위가 높았다. 이러한 결과는 우울과 자살생각이 밀접한 관계가 있다고 보고한 김성희(2009), 청소년의 자살생각에 가장 직접적인 영향요인은 우울이라고 보고한 이은숙(2007), 우울은 직접적으로 청소년의 자살생각에 영향을 준다는 김인규(2007)의 연구 결과와 일치하는 결과를 보였다. 따라서 청소년에 있어 우울을 예방하고 관리하는 것은 자살충동을 예측하는 위험요인(정혜경 2003)을 관리한다는 측면에서 효과적인 예방방법이라 할 수 있을 것이다. 본 연구에서는 남녀 학생 모두에서 우울과 불규칙한 식습관과 유의한 관련을 보였다. 이러한 결과는 우울이 높을수록 불규칙한 식습관 행위가 높았으며 섭식장애 위험군이 많았다고 보고한 최현미(2008)와 우울과 섭식행동에 유의한 관계가 있다고 보고한 천숙희(2007)의 연구와 일치하는 결과를 보였다. 또한 식습관이 좋으면 우울수준이 낮았고(최진희, 2008) 여학생의 우울이 높을수록 식행동이 좋지 않다고 보고한 박지은(2009)의 보고와 일치하였다. 본 연구에서는 우울이 폭력행위 점수와도 유의한 관련을 보여, 우울과 청소년기 폭력의 높은 상관성을 보고한 Kaltiala등(2010), 우울 수준이 높은 남자 청소년들은 선제공격을 더 많이 한다고 보고한 신현숙(2012)의 연구결과와 일치하였다. 이는 우울이 공격성에 영향을 주어 부정적인 영향을 주기 때문(김동기와 최윤정, 2012 ; 김태순과 강차연, 2008)으로 판단된다. 따라서 청소년에 있어 우울에 대한 적절한 관리가 적절한 규제가 이루어지지 않는다면 충동적이고 공격적인 행동으로 이어질수도 있으므로(Ferguson et al., 2005), 우울에 대한 적절한 관리가 중요할 것으로 생각한다. 본 연구에서는 남학생에서 우울과 불법약물사용과 유의한 관련을 보였다. 이는 우울이 높을수록 불법약물 사용 행위 점수가 높아 청소년 우울증은 약물남용을 동반하며(Pamella JB & William RB, 1998), 약물을 사용하는 청소년은 우울이 높다(김소야자 등, 2000)는 결과와 일치하였다. 본 연구에서는 우울이 높을수록 건강위험 행위 점수가 유의하게 높았다. 이는 우울경험이 있는 경우 건강위험행위 비율이 높았다고 보고한 윤희원(2011)의 연구와 동일하였다. 따라서 갈등과 위기를 경험하는 청소년들의 건강위험행위를 감소시키기 위해서는 효과적인 교육의 장인 학교(고유경, 2006)를 중심으로 제도적으로 적절한 우울 관리 대책이 세워져야 할 것(남한희, 2011)으로 판단된다.

스트레스와 건강위험행위와의 관련성은 남학생은 안전위험행위, 여학생

에서는 안전위험행위, 음주행위, 부적절한 체중감소, 불규칙한 식습관, 비신체 활동행위 그리고 전체 건강위험행위와 유의한 관련을 보였다. 본 연구에서는 스트레스 수준이 높아질수록 음주행위 점수가 유의하게 증가하여 전통적으로 음주가 스트레스 해소의 가장 용이한 수단으로 인식되어 왔으며 이러한 사회적인 스트레스에 대한 인식 부족과 스트레스 관리법에 대한 잘못된 견해가 지나친 음주를 초래하기 때문이다(한금선 등, 2003). 스트레스를 해소하기 위한 음주가 오히려 음주를 더 많이 하는 악순환을 초래하므로(이정찬 등, 2011) 청소년들의 음주 문제를 해결하기 위해서는 스트레스를 해소하기 위한 적절한 대책이 마련되어야 할 것으로 생각한다. 본 연구에서는 스트레스가 불규칙한 식습관과 유의한 관련이 있는 것으로 나타났다. 이민영 등(2013)은 우리나라 청소년을 대상으로 한 연구에서 스트레스가 부정적인 식습관과 관련이 있다고 하였으며, 특히 청소년에서는 학업, 성적, 진로 등의 스트레스와 더불어 간식과 탄산 음료 등의 섭취가 불규칙한 식습관을 야기한다고 하였다. 따라서 청소년의 과도한 스트레스가 불규칙한 식습관을 조장하므로 적극적인 스트레스 관리를 통해 규칙적인 식사습관을 기르도록 노력해야 할 것으로 생각한다.

본 연구의 제한점으로는, 본 연구는 단면 연구로서 우울 및 스트레스와 연관성을 보인 다양한 건강위험행위와의 원인결과 관계를 가정할 수 없다는 점이다. 또한 일개 농촌 지역의 청소년을 대상으로 한 연구이기 때문에 특성이 다른 도시 지역의 청소년에서 이 결과를 적용하기에는 무리가 있다는 점일 것이다. 그러나 본 연구는 이러한 제한점에도 불구하고 남녀 청소년을 구분하여 건강위험행위의 실태를 파악하고, 우울 및 스트레스와 다양한 건강위험행위와의 연관성을 종합적으로 구명하였다는데 의의가 있다고 생각한다.

V. 요약 및 결론

본 연구는 전라남도 일 개 군의 고등학교 전체 1, 2학년 학생 1,134명을 대상으로 자기기입식 설문조사를 실시하여 남녀별로 건강위험행위의 실태를 파악하고, 우울 및 스트레스와 건강위험행위와의 관련성을 파악하여 고등학생의 건강행위를 개선하기 위한 기초자료를 제공하고자 시행되었다. 빈도분석, χ^2 -test, t-test, ANOVA, 상관분석 그리고 다중회귀분석을 통한 중요한 결과는 다음과 같다.

남학생의 우울 점수가 높을수록 안전위험행위, 폭력행위, 자살시도행위, 흡연행위, 불법약물사용행위, 부적절한 체중감소행위, 불규칙한 식습관행위, 비신체활동행위, 건강위험행위점수가 높았으며 스트레스 점수가 높을수록 안전위험행위 점수가 유의하게 높았다($p < 0.01$). 여학생에서는 우울 점수가 높을수록 안전위험행위, 불규칙한 식습관행위, 비신체활동행위, 건강위험행위 점수가 높았으며, 스트레스 점수가 높을수록 안전위험행위, 불규칙한 식습관행위, 비신체활동행위, 건강위험행위 점수가 유의하게 높았다($p < 0.01$).

이상의 연구 결과로 고등학생의 우울 및 스트레스와 건강위험행위는 유의한 연관성이 있어 건강위험행위의 개선을 위해서는 우울과 스트레스의 적절한 관리가 필요할 것으로 생각한다.

참고문헌

- 고유경, 유일영, 강경화, 임지영, 김민정, 유현정. 중학교 청소년의 고위험 건강 행위 관련요인. 아동간호학회지 2006; 12(3) 341-350
- 김기정. 고등학생의 우울에 영향을 미치는 요인 : 위협요인·취약요인·보호요인을 중심으로. 청주대학교 대학원. 박사학위 논문. 2009
- 김동기, 최윤정. 청소년의 스트레스 유형이 공격성에 미치는 영향 및 우울의 매개효과에 관한 연구. 청소년학연구학회지. 2012; 19(6) 249-268
- 김동순, 김유숙. 우리나라 청소년의 흡연경험과 인터넷 중독과의 관련성. 한국전자통신학회지. 2012; 7(4) : 937-944
- 김문실. 일부 여대생의 흡연경험에 관한 연구. 한국간호과학회지. 1997; 27(2):315-328
- 김미선. 국내 청소년의 건강위험행동에 영향을 미치는 요인. 건양대학교 보건복지대학원 석사학위논문. 2013
- 김복열, 대도시 청소년의 정신건강과 흡연 및 음주행위와의 관련성. 수원대학교 사회복지대학원. 석사학위논문. 2014
- 김성진. 고교생의 스트레스 요인과 스트레스 대처방식 및 학교생활 적응에 관한 연구. 강원대학교 교육대학원 석사학위논문. 2005
- 김소야자, 공성숙, 김명아. 청소년의 약물남용 실태와 심리적 변인에 관한 연구. 정신간호학회지 2000; 9(3)344-356
- 김인규. 청소년의 자살생각에 대한 구조모형. 한국상담학회지 2006; 7(4): 1189-1202
- 김원경. 청소년 음주행동 영향요인의 성별 비교. 한국심리학회지 2014; 19(3)191-210
- 김애정. 학교폭력의 사회복지적 대처방안에 관한 연구. 한신대학교 사회복지 실천대학원 석사학위논문. 2003
- 김종현. 청소년의 건강위험행동 실태조사. 한양대학교대학원 석사학위논문. 2004
- 김태석, 김대진. 흡연과 우울증간의 관련성. 대한정신약물학회지 2007; 18(6) 393-398
- 김태순, 강차연. 고등학생의 우울과 공격성. 심리치료학회지 2008; 8(1) 85-100
- 남한희. 스트레스 요인이 청소년의 우울과 비행에 미치는 영향. 한세대학교

- 사회복지대학원. 석사학위 논문. 2011
- 박남희. 성별에 따른 청소년의 흡연 음주와 심리사회적 요인과의 관계연구. 보건교육건강증진학회지 2005; 22(4) 123-136
- 박소현. 연관성 분석을 이용한 한국인의 건강위험행위 군집현상 연구. 서울대학교 대학원 박사학위논문. 2014
- 박순영. 청소년들의 스트레스 수준과 대처양식에 관한 연구. 강원대학교 교육대학원 석사학위논문. 1998
- 박은옥. 지역별 청소년 건강위험행위 비교. 대한간호학회지 2010; 40(1) : 14-23
- 박은옥. 청소년 우울경험과 관련요인분석. 한국학교보건학회지 2009; 22(1) 85-95
- 박지은, 김성주, 조여원. 여고생의 BMI에 따른 스트레스, 우울, 폭식 및 식행동에 관한 연구 대한지역사회영양학회지. 2009; 14(2) : 175-181
- 송선희, 하은혜, 송동호, 성인남성의 흡연과 관련된 심리 사회학적 변인. 한국심리학회지 2002 ; 7(3): 447-461.
- 손은성. 고등학생의 건강위험 행위에 영향을 미치는 요인. 대한보건협회지. 2005:31(1):37-45.
- 신현숙. 남자 청소년의 우울과 공격행동의 관계에서 부모양육행도의 조절효과. 청소년연구학회지 2012; 19(2) : 1-27
- 안진숙. 서울시 고등학생의 건강위험행위에 관한 연구. 가톨릭대학교 산업보건대학원 석사학위논문. 2003
- 유재순. 초기 청소년의 건강위험 행위에 영향을 미치는 요인. 지역사회간호학회지 2009 ; 20(3) : 296-306.
- 유희찬, 김근향. 고등학생의 우울 및 불안이 음주동기 및 흡연동기에 미치는 영향. 한국청소년연구학회지 2014; 통권 제 73호 47-77
- 윤희원. 우리나라 청소년의 건강위험행위와 자살생각과의 관련성에 관한 연구. 고려대학교 보건대학원. 석사학위 논문. 2011
- 이민영, 최은니, 정원균, 손정희, 장세진. 우리나라 청소년의 스트레스 인지 수준이 식습관 및 구강건강행태에 미치는 영향. 한국치위생학회지 2013; 13(4) 440-448
- 이용교, 김영자, 김형수, 남국희, 박영석, 이형하, 임성욱, 정광익, 조준. 청소년 문제

- 와 청소년 복지. 인간과 복지. 2002
- 이정찬, 박재산, 김귀현. 스트레스, 삶의 질, 가족관계 만족도가 흡연량 및 음주량에 미치는 영향 : 주관적 건강상태의 매개효과를 중심으로. 대한보건연구 2011; 37(1), 29-43
- 이충원. 중소도시에 소재한 일개 공업계 고교생의 건강위험행동조사. 계명의대 논문집 19(1), 113-158. 2000
- 이혜순. 청소년의 우울 및 충동성이 흡연에 미치는 영향. 스트레스연구 2014; 22(2) 67-76
- 임성택, 김진호, 정의석. 청소년의 생활스트레스와 우울의 관계에 대한 완벽성향의 조절효과. 청소년복지연구 2011; 13(3) 243-260
- 장영숙. 실업계 고등학생의 자아존중감 및 스트레스 수준과 문제행동과의 관계. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문. 2002
- 전경구, 이민규. 한국판 CES-D 개발 연구 1. 한국심리학회지 1992; 11(1) 65-76
- 정혜란. 남자고등학생의 스트레스와 흡연과의 관련성 영남대학교 환경대학원 석사학위논문. 2001
- 질병관리본부. 2014 청소년 건강행태 온라인 조사. <http://www.cdc.go.kr>
- 최진, 김미예, 고등학교 청소년의 건강위험행위에 영향을 미치는 요인. 아동간호학회지 2009; 15(2) 182-189
- 최진희. 광주지역 청소년의 식습관과 체중조절 실태에 관한 연구. 목포대학교 교육대학원. 석사학위논문. 2008
- 한금선, 양승희, 전경구. 스트레스 지각과 대처가 여대생의 스트레스 증상과 음주관련 문제에 미치는 영향. 한국심리학회지 2003;8(3) 565-579
- Breslau N, Johnson EO. Predicting smoking cessation and major depression in nicotine-dependent smoker. Am. J. Public Health.2000;90: 1122-1127
- Drobes D·J, Concurrer Alcohol and Tabacco dependent Mechanism and Treatment.2002
- Ferguson, C. J., San Miguel, C., & Hartley, R. C. A multivariate analysis of youth violence and aggression: The influence of family, peers,

- depression, and media violence. *Criminal Justice Rev*, 2009; 6, 904-908.
- Goodman E & Capitman J, Depressive symptom and cigarette smoking and among teens. *Pediatrics*, 2000; 106(4), 748-775.
- Holmes, R., & Rahe, R. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Kaltiala-Heino, R., Frojd, S., & Mzrttunen, M. Involvement in bullying and depression in a 2-year follow-up in middle adolescence. *European Child and Adolescents Psychiatry*. 2010; 19(1), 45-55.
- Kim BG. Relationship among family functioning, adolescent's depression, and their drinking and Smoking. Improving the youth welfare. Dongguk university. 2001
- Martini S, Wagner FA, Anthony JC. The association of tobacco smoking and depression in adolescence : Evidence from the United States. *Substance Use and Misuse*. 2002; 37:1853-1867
- Pamella JB, William RB. Depression in the Adolescent Patient. *Adolesc Med : State of the Art Rev* 1998; 9:351-62.

부 록

설 문 지

안녕하십니까?

바쁘신 가운데 귀중한 시간을 내어 설문에 응해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

저는 조선대학교 대학원 보건학 박사과정에 재학중인 연구자로 학위 논문을 준비하고 있습니다. 본 설문지는 고등학생의 우울 및 스트레스와 건강위험행위와의 관련성에 대한 연구로 귀하의 소중한 의견을 연구 자료로 사용하기 위해 만들어졌습니다.

귀하께서 응답하신 내용은 익명으로 통계 처리되어 오직 순수한 학문적 목적을 위한 자료로만 사용될 것이며 절대 개인에 관한 어떠한 인적사항이나 정보도 유출하지 않을 것을 약속드리오니 평소 느낀 대로 솔직하고 빠짐없이 질문에 응답해 주시면 감사하겠습니다.

문항이 많아 다소 힘드시거나 귀찮게 느껴질 수 있으나 결과의 정확도를 위하여 한 문항도 빠짐없는 귀하의 성의 있는 답변을 부탁드립니다.

바쁘신 중에도 귀중한 시간을 내어 주셔서 진심으로 감사드립니다.

2014년 6월

조선대학교 대학원 보건학과

연구자 : 김보은

연락처 : 010-2631-9811

본인에게 해당되는 번호에 표시(✓)하여 주십시오.

1. 성 별 : ①남 ②여

2. 학 년 : ① 1학년 ② 2학년

3. 학교 생활 만족도는 어디에 해당합니까?
 ①정말 즐겁지 않다. ② 즐겁지 않다. ③ 즐겁다. ④ 매우 즐겁다.

4. 현재 본인의 건강상태는 어디에 해당합니까?
 ① 매우 건강한 편이다. ② 건강한 편이다.
 ③ 건강하지 못한 편이다. ④ 매우 건강하지 못한 편이다.

5. 자신의 체형에 대한 생각은 어디에 해당합니까?
 ① 매우 마른편이다. ② 약간 마른 편이다.
 ③ 약간 살찐 편이다 ④ 매우 살찐 편이다.

6. 최근의 학업성적은 어디에 해당합니까?
 ① 상(상위 0~25%) ② 중상(상위 26~50%)
 ③ 중하(상위 51~75%) ④ 하(상위 76~100%)

7. 본인의 용돈(1주일)은 어디에 해당합니까?
 ① 1만원 미만 ② 1만원 이상-2만원 미만 ③ 2만원 이상-3만원 미만
 ④ 3만원 이상-4만원 미만 ⑤ 4만원 이상

8. 친구관계 만족도는 어디에 해당합니까?
 ①전혀 만족하지 않는다. ② 만족하지 않는다.
 ③ 약간 만족한다. ④ 매우 만족한다.

9. 부모님과의 관계만족도는 어디에 해당합니까?
 ①전혀 만족하지 않는다. ② 만족하지 않는다.
 ③ 약간 만족한다. ④ 매우 만족한다.

10. 평소에 느끼는 스트레스 정도는 무엇입니까?
 ① 대단히 많이 느낀다. ② 많이 느낀다. ③ 조금 느낀다.
 ④ 별로 느끼지 않는다 ⑤ 전혀 느끼지 않는다
11. 부모님의 최종 학력은 무엇입니까?:
 아버지 : ① 중졸이하 ② 고등학교 졸업 ③ 대학교 졸업 ④ 대학원이상.
 어머니 : ① 중졸이하 ② 고등학교 졸업 ③ 대학교 졸업 ④ 대학원이상.
12. 부모님의 직업은 무엇입니까?
 아버지 : ① 있음 ② 없음
 어머니 : ① 있음 ② 없음
13. 부모의 현재 흡연상태는 무엇입니까?
 아버지 : ① 피운다 ② 피우지 않는다
 어머니 : ① 피운다 ② 피우지 않는다
14. 부모의 현재 음주상태는 무엇입니까?
 아버지 : ① 마신다 ② 마시지 않는다
 어머니 : ① 마신다 ② 마시지 않는다
15. 가정의 분위기는 어떻게 생각하십니까?
 ① 전혀 화목하지 않다 ② 대체로 화목하지 않다
 ③ 대체로 화목하다 ④ 매우 화목하다
16. 가정의 경제적 상태는 어떻게 생각하십니까?
 ① 상 ② 중상 ③ 중하 ④ 하

본인에게 해당되는 번호에 표시(√)하여 주십시오.

1. 사고(교통사고 입원, 계단에서 넘어져 다리 부러짐, 화상 등)를 경험한 적이
있니까? (지난 1년 동안)
①없다 ② 1회 ③ 2회 ④3회 ⑤4회 ⑥5회 이상
2. 신체적 싸움(맞거나 때리거나)을 한 적이 있습니까?(지난 1년 동안)
①없다 ② 1-3회 ③4-6회 ④7-9회 ⑤10-12회 ⑥13회 이상
3. 실제 자살시도를 해 본 경험이 있습니까?(지난 1년 동안)
①없다 ② 1회 ③ 2회 ④3회 ⑤4회 ⑥5회 이상
4. 하루 동안의 흡연 정도는 어디에 해당합니까?(지난 30일 동안)
①전혀 피워본 적이 없다 ②1-4개피 ③5-10 개피
④11-15개피 ⑤16-19개피 ⑥20개피 이상
5. 최초 흡연 시기는 어디에 해당합니까?
①없다 ②초등학교이하 ③중1 ④중2 ⑤중3 ⑥고1 ⑦고2
6. 음주 정도는 어디에 해당합니까?(지난 30일 동안)
①전혀 마시지 않았다 ②1-7일(1주일) ③8-14일(2주일)
④15-21일(3주일) ⑤22일 이상(매일)
7. 최초 음주 시기는 어디에 해당합니까?
①없다 ②초등학교이하 ③중1 ④중2 ⑤중3 ⑥고1 ⑦고2
8. 불법약물(각성제, 수면제, 본드, 부탄가스 대마초, 필로폰, 진통제, 기타 불법약
물) 사용해본 경험이 있습니까?(지난 30일 동안)
①전혀 사용하지 않았다 ②1-7일(1주일) ③8-14일(2주일)
④15-21일(3주일) ⑤22일 이상(매일)
9. 최초 불법약물 사용 시기는 어디에 해당합니까?
①없다 ②초등학교 ③중1 ④중2 ⑤중3 ⑥고1 ⑦고2
10. 자신의 체중은 어디에 해당합니까?
①아주 저체중 ②약간 저체중 ③정상체중 ④약간 과체중 ⑤아주 과체중

11. 아침식사는 어디에 해당합니까?(지난 30일 동안)

- ①전혀 하지 않았다 ②1-7일(1주일) ③8-14일(2주일)
④15-21일(3주일) ⑤22일 이상(매일)

12.규칙적인 운동(1주일에 5일 이상, 30분 이상 운동, 걷기포함)을 하고 있습니까?

- ① 5일 미만/주 ② 5일 이상/주 ③ 안함

귀하의 건강위험행위와 일치하는 곳에 (✓)표를 해 주십시오

번호	문항	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	대체로 그렇다	항상 그렇다
1	스포츠(농구, 축구, 피구 등)를 과격하게 한다.				
2	때리고 주먹으로 치고 발로 차는 등 몸싸움을 한다.				
3	가출한 적이 있다.				
4	스트레스를 받으면 담배를 피운다.				
5	모임에서 가끔 맥주 한 두 잔정도 마신다.				
6	본드나 부탄가스를 흡입한다.				
7	체중증가를 막기 위해 무리한 운동을 한다.				
8	하루 세끼를 챙겨 먹지 않는다.				
9	잠자는 시간과 일어나는 시간이 불규칙하다.				
10	체육시간에 운동장에서 과격한 운동이나 장난을 친다.				
11	상처를 줄 수 있는 물건(몽둥이, 칼)을 가지고 다닌 적이 있다.				
12	슬픔이나 절망감을 느낀 적이 있다.				
13	하루에 담배 한 두 개피 피운다.				
14	모임에서 거의 항상 맥주 두 잔정도 마신다.				
15	수면제를 사용한다.				
16	체중증가를 막기 위해 음식섭취나 칼로리를 줄이거나 저 지방 음식을 섭취한다.				
17	불규칙적인 시간에 식사를 한다.				
18	활동 시 신체 각 부위를 골고루 움직이기 귀찮다.				
19	신호를 지키지 않고 길을 건너거나 횡단보도를 건넌다.				
20	흥기로 위험받거나 손상을 당한 적이 있다.				
21	심각하게 자살 시도를 생각한 적이 있다.				
22	친구가 담배를 권하면 담배를 피운다.				
23	가끔 친구들과 포도주 한두 잔 마신다.				
24	환각에 빠지려고 감기약(진해제) 등의 약을 복용한다.				
25	체중증가를 막기 위해 굶는다.				
26	아침을 먹지 않는다.				
27	일주일애 4시간 정도 땀이 날 때까지 운동을 하지 않는다.				
28	안전요원이나 어른이 없는 곳에서 수영을 한다.				
29	친구가 나에게 험담, 욕설, 폭언을 한다.				
30	자살계획을 세워본 적이 있다.				
31	모임에서 담배 한 두 개피 피운다.				

번호	문항	전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	대체로 그렇다	항상 그렇다
32	혼자서 술을 마신다.				
33	히로뽕을 사용한다.				
34	체중증가를 막기 위해 다이어트 약을 섭취한다.				
35	자극성이 강한 음식(맵고, 짠고, 단음식)을 먹는다.				
36	여가시간에 거의 걷지 않는다.				
37	집안에서 뛰어다닌다.				
38	금연장소에서도 담배를 피우고 싶은 욕구가 생긴다.				
39	각성제를 복용한다.				
40	하루에 콜라나 커피를 한 잔 이상 마신다.				
41	성냥, 라이타로 불장난을 한다.				
42	기물을 파괴하거나 남의 물건 훔치는 등 법을 어긴 적이 있다.				
43	아파서 누워 있을 때도 흡연을 한다.				
44	토할 정도로 술을 마신다.				
45	대마초(마리화나)를 피운다				
46	편식이나 과식을 한다.				
47	놀이기구(그네, 미끄럼틀, 철봉 등)를 타다 뛰어내리거나 장난을 한다.				
48	담배연기를 깊이 들이 마신다.				
49	두통이나 생리통 등이 있을 때 참지 않고 진통제를 복용한다.				
50	고기와 야채를 골고루 먹지 않는다.				
51	도로나 거리 중앙에서 자전거를 타거나 논다.				
52	위험하거나 때려서 물건이나 돈을 빼앗긴 적이 있다.				
53	몸이 아파서 입맛이 없을 때 식사를 거른다.				
54	청소시간에 교실, 복도, 계단에서 뛰거나 장난을 한다.				
55	자살을 시도한 적이 있다.				
56	독한 담배를 선호한다.				
57	길거리 음식을 자주 사먹는다.				
58	독한 술(소주, 위스키, 진 등)을 5잔 이상 마신다.				
59	의사가 다른 사람에게 처방 해준 약을 먹는다.				
60	체중증가를 막기 위해 토하거나 설사약을 먹는다.				
61	밤참을 먹는다.				
62	매일 규칙적인 운동(줄넘기, 자전거 타기, 공놀이, 기타)을 하지 않는다.				

지난 1주일 동안 느끼고 행동한 것을 가장 잘 나타낸 곳에 (✓)표를 해 주십시오

번호	문항	거의 드물게 (1일 이하)	때로 (1-2일)	상당히 (3-4일)	대부분 (5-7일)
1	평소에는 성가시지 않았던 일이 성가시게 느껴졌다.	1	2	3	4
2	별로 먹고 싶지 않았다. 입맛이 없었다.	1	2	3	4
3	가족이나 친구가 도와주더라도 울적한 기분을 떨칠 수 없었다.	1	2	3	4
4	나도 다른 사람만큼 기분이 좋았다.	1	2	3	4
5	하고 있는 일에 마음을 집중하기가 어려웠다.	1	2	3	4
6	우울했다.	1	2	3	4
7	하는 일마다 힘들게 느껴졌다.	1	2	3	4
8	미래에 대해 희망적으로 느꼈다	1	2	3	4
9	내 인생은 실패작이라고 생각했다	1	2	3	4
10	무서움을 느꼈다	1	2	3	4
11	잠을 설쳤다.	1	2	3	4
12	행복했다	1	2	3	4
13	평소보다 말을 적게 했다. :말수가 줄었다.	1	2	3	4
14	외로움을 느꼈다.	1	2	3	4
15	사람들이 불친절했다	1	2	3	4
16	인생이 즐거웠다.	1	2	3	4
17	울음을 터트린 적이 있었다.	1	2	3	4
18	슬픔을 느꼈다.	1	2	3	4
19	사람들이 나를 싫어한다고 느꼈다.	1	2	3	4
20	일을 제대로 진척시킬 수 없었다.	1	2	3	4

귀하의 생각과 일치하는 곳에 (√)표를 해 주십시오

번호	문항	스트레스 정도				
		전혀 않음	조금	보통	많이	매우 심하게
1	부모님이 공부나 행동에 대한 관심, 간섭을 했을 때	1	2	3	4	5
2	부모님이 나를 사랑하지 않고 무관심하여 대화가 통하지 않을 때	1	2	3	4	5
3	부모님이 나의 능력보다 큰 기대를 하셔서	1	2	3	4	5
4	부모님께 매를 맞거나 꾸중을 들어서	1	2	3	4	5
5	부모님이 용돈을 적게 주셨을 때	1	2	3	4	5
6	부모님이 형제, 자매간에 비교, 편애를 하셔서	1	2	3	4	5
7	부모나 가족의 질병, 사고, 재혼, 가출 등이 있었을 때	1	2	3	4	5
8	부모님이 사이가 안 좋아 싸우셨을 때	1	2	3	4	5
9	형제 자매간의 싸움 때문에	1	2	3	4	5
10	부모가 사업에 실패했거나 실직 등으로 경제적인 어려움 때문에	1	2	3	4	5
11	시험을 못 봐서 성적이 떨어지거나 오르지 않았을 때	1	2	3	4	5
12	효과적인 공부방법을 몰랐을 때	1	2	3	4	5
13	열심히 한 만큼 성적이 오르지 않았을 때	1	2	3	4	5
14	진로문제가 걱정될 때	1	2	3	4	5
15	선생님이 학생을 차별 대우 하셨을 때	1	2	3	4	5
16	선생님이 학생을 무시하거나 비인격적인 대우(구타, 폭언)을 하셨을 때	1	2	3	4	5
17	선생님이 학생에게 무관심하거나 성의 없는 수업을 하셨을 때	1	2	3	4	5
18	선후배와의 갈등 및 불량배의 폭행, 금품갈취, 불량서클 가입을 강요당했을 때	1	2	3	4	5
19	귀중한 소지품을 잃어버렸을 때	1	2	3	4	5
20	학교환경이 비좁고 시끄럽고 삭막해서	1	2	3	4	5
21	틀에 박힌 학교생활 때문에	1	2	3	4	5
22	이성친구와 사귀고 싶으나 기회가 없어서	1	2	3	4	5
23	이성친구와 사귀었을 때	1	2	3	4	5
24	싫은 이성친구가 접근해 왔을 때	1	2	3	4	5
25	이성친구로부터 실연, 이별, 배신 등을 당했을 때	1	2	3	4	5
26	이성친구를 짝사랑 했을 때	1	2	3	4	5