

# Effects of Perceived Stress and Ways of Coping on Symptoms of Stress and Drinking Related Problems among Female College Students

Kuem-Sun Han  
College of Nursing  
Korea University

Seung-Hee Yang  
Dept. of Nursing  
Dong-U College

Kyum-Koo Chon  
Dept. of Rehabilitation Psychology  
Daegu University

The purpose of the present study was to identify the relations among perceived stress, ways of coping, drinking related problems, and symptoms of stress by female college students. Participants were 436 college students at nursing school in S city. Major results revealed that (1) 92.43% of the participants have drunk alcohol, and 25.23% of the participants have experienced drinking related problems; (2) drinking related problems were shown to be significantly positive associations with perceived stress, emotion-focused coping, and symptoms of stress; (3) the perceived stress was significantly associated with drinking related problems, emotion-focused coping, and symptoms of stress; (4) the drinking related problem group showed higher levels of perceived stress, emotion-focused coping, and symptoms of stress than those of the comparison group; (5) perceived stress and emotion-focused coping accounted for 40.1% of the variance in symptoms of stress. In sum, the present study suggests that perceived stress and emotion-focused coping are significantly associated with drinking related problems as well as symptoms of stress among female college students.

*Keywords* : *Problem-Related Drinking, Perceived Stress, Ways of Coping, Symptoms of Stress, Female College Students*

- 전검규, 김교현, 조신웅, 노명래, 손정락(1994). 다차원적 대처 척도의 개발. 한국 심리학회지: 임상, 13, 114-135.
- 조금숙(1997). 간호사의 스트레스 지각정도, 대처유형, 사회적 지지 정도, 스트레스 증상간의 관계연구. 고려대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 최명환, 이태용(1997). 일부지역 고등학생들의 스트레스 수준과 대응전략에 관한 연구. 대한보건협회지, 23(2), 60-71.
- 탁진국(2000). 개인의 성격특성과 생활사건이 음주 동기에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 5(1), 73-83.
- 하나선, 한금선, 최정(1998). 간호학생의 스트레스 지각, 대처유형, 스트레스 반응간의 관계. 대한간호학회지, 28(2), 358-368.
- 한국 보건사회연구원(2002). 한국인의 건강행위 통계. <http://www.kihasa.re.kr/information/>에서 2003. 6. 20. 인출
- 한국 음주문화연구센터(2001). 알코올과 영향. <http://www.kodcar.or.kr/drink/kr/>에서 2003. 6. 20. 인출
- 한금선, 이평숙, 이용미(2000). 중년여성의 스트레스 증상관련 요인. 대한간호학회지, 30(6), 1427-1436.
- 한성현, 한동우(2001). 청소년의 음주관련 요인 분석. 대한 보건협회학술지, 27(2), 130-143.
- 허은정, 김명순, 김광기(2001). 일부지역 여성의 음주 양태 및 음주관련 문제. 한국보건간호학회지, 15(1), 202-215.
- Abrams, D. B., & Niaura, R. S. (1987). Social learning theory. In H. T. Blane & K. E. Leonard (Eds.), *Psychological theories of drinking and alcoholism* (pp.131-178). NY: Guilford Press.
- Bradizza, C. M., Reifman, A., & Barns, G. M. (1999). Social and coping reasons for drinking: Predicting alcohol misuse in adolescents. *Journal of Studies on Alcohol*, 60(4), 491-507.
- Carpenter, K. M., & Hasin, D. S. (1999). Drinking to cope with negative affect and DSM-IV alcohol use disorders: A test of three alternative explanations. *Journal of Studies on Alcohol*, 60(5), 694-708.
- Grilo, C. M., Becker, C. M., Fehon, D. C., Waler, M. L., Edell, W. S., & McGlashan, T. H. (1998). Psychiatric morbidity differences in male and female adolescent inpatients with alcohol use disorders. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(1), 29-41.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Levenstein, C., Prantera, V., Varvo, M., Scribano, E., & Betro, C. (1993). Development of the perceived stress questionnaire: A new tool for psychosomatic research. *Journal of Psychosomatic research*, 37(1), 19-32.
- Perkins, J. T., Smith, R. E., & Dodge, K. L. (1994). Gender differences in coping with stress. When stressors and appraisals do not differ. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(4), 421-430.
- Tyssen, R., Vaglum, P. A., Gronvold, O. G., & Ekeberg N. T. (1998). Use of alcohol to cope with tension, and its relation to gender, years in medical school and hazardous drinking: A study of two nation-wide Norwegian samples of medical students. *Addiction*, 93(9), 1341-1349.

원고 접수: 2003년 10월 25일

수정원고 접수: 2003년 12월 6일

게재 결정: 2003년 12월 12일

한편, 본 연구에서는 음주관련 문제와 문제 중심적 대처 간에 유의한 상관관계를 보이지 않았는데, 이는 부분적으로 본 연구에서 사용한 대처 유형이 너무 단순하게 접근한 결과일 수 있겠다(전경구, 1992). 따라서 추후에는 보다 세분화된 대처 척도(전경구, 김교현, 조신웅, 노명래, 손정락, 1994; 전경구, 김교현, 이준석, 제출중)를 사용함으로써 본 연구에 대한 반복 검증을 시도할 필요가 있겠다. 동일한 맥락에서 대학생들을 대상으로 개발된 보다 세분화된 생활 스트레스 척도(전경구, 김교현, 이준석, 2000)를 사용함으로써 스트레스, 대처, 및 준거 변인 간에 보다 명확한 관계를 파악할 필요가 있겠다.

본 연구의 결과를 종합해 볼 때, 여대생의 경우 스트레스 지각이 높을수록, 그리고 정서 중심적 대처를 많이 사용할수록, 스트레스 증상이 높아지는 것으로 나타났다. 아울러, 음주관련 문제가 있는 집단일수록 스트레스 지각 정도가 높고, 주로 정서 중심적 대처를 이용하고, 스트레스 증상 정도가 높아지는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여대생의 음주가 다양한 스트레스에 대한 하나의 대처 유형임을 암시해 주고 있다. 따라서 사회적으로 점차 심각한 문제로 대두되고 있는 여대생의 음주관련 문제를 해결하기 위해서는 스트레스에 대한 효과적인 대처를 훈련시키는 것이 필요하며, 더 나아가서 여대생을 위한 스트레스 관리 프로그램의 개발을 모색할 필요가 있겠다.

### 참 고 문 헌

김경빈, 한광수, 이정국, 이민규, 김유광, 김철규(1991).

한국형 알코올 중독 선별검사 제작을 위한 예비연구(III). 신경정신의학, 30(3), 569-581.

김옥수, 김계하(2001). 여대생과 직장여성들의 사회적지지, 우울, 음주, 흡연에 대한 비교 연구. 성인간호학회지, 13(3), 363-372.

김용석(2001). 대처수단으로서의 음주동기와 음주행위/음주문제간의 관계. 정신보건과 사회 사업, 9, 5-23.

민은정, 홍창희, 이민영(2001). 아버지의 문제성 음주가 청소년 자녀의 적응에 미치는 영향: 부모의 갈등과 가족 기능을 매개변인으로. 한국심리학회지: 임상, 20(1), 121-132.

박중순(2000). 대학생 문제음주에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 대한보건협회학회지, 26(4), 393-413.

신행우(1999). 성격특성이 음주문제에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 18(1), 105-122.

이민규(1993). 음주행동과 관련된 심리사회적 요인. 한국심리학회지: 임상, 12(1), 165-179.

이기학, 김윤경, 한종철(1997). 여성흡연자의 흡연동기와 음주 및 섭취효능감과의 관계연구. 한국심리학회지: 건강, 2(1), 220-229.

안향란, 배행자, 김은심(1999). C시 음주노인의 자아존중감과 음주상태와의 상관관계. 정신간호학회지, 8(2), 478-491.

이미형, 이영자, 정혜선(1999). 대학생의 알코올성 장애 정도와 정신건강. 정신간호학회지, 8(1), 97-107.

전경구(1992). 대처 기제 이해를 위한 포괄적 시론: 제어 이론적 조망. 한국 심리학회지: 임상, 11, 176-195.

전경구, 김교현, 이준석(2000). 개정판 대학생용 생활 스트레스 척도 개발 연구. 한국 심리학회지: 건강, 5, 316-335.

전경구, 김교현, 이준석(제출중). 개정판 다차원적 대처 척도.

2001)와 맥락을 같이 하고 있었다. 주요 음주 동기로서 '편안해 지기 위하여' '학업의 부담에서 벗어나기 위하여'에서처럼 여대생의 주요 음주 동기가 스트레스에 대한 하나의 대처 방법으로 사용되고 있음을 시사하고 있다. 이러한 결과는 여성이 남성에 비해 대처 수단으로 음주를 하는 경우가 더 많고(김용석, 2001), 정서적 갈등, 정서적 불안정, 소외감, 스트레스 생활 사건에 직면했을 때 음주관련 문제가 더 높게 나타난다는 이전 연구들(박중순, 2000; 이미형, 이영자, 정혜선, 1999; 한성현, 한동우, 2001)을 지지하고 있다. 한편, 최초 음주 시기는 대부분 중·고등학교 재학 당시 시작하는 것으로 나타나서, 최초 음주 연령이 계속 저 연령화 되어 간다는 결과와 일치하고 있다(한국 음주문화센터 연구, 2001; 한성현, 한동우, 2001). 아울러, 이러한 결과는 청소년 시기에 음주에 대한 적절한 교육이 이루어져야 함을 시사해 준다.

음주관련 문제와 대처 유형 간에 연관성을 살펴본 결과 음주관련 문제 정도가 높을수록 정서 중심적 대처를 많이 사용하는 것으로 나타나서, 음주가 정서 중심적 대처의 한 유형임을 암시하고 있었다(Bradizza, Reifman, & Barnes, 1999; Carpenter & Hasin, 1999). 한편, 음주관련 문제와 스트레스 지각 정도 간의 연관성을 살펴본 결과, 스트레스 지각 정도가 높을수록 음주관련 문제 정도가 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 스트레스에 대한 지각 정도가 높은 경우 음주 빈도가 높아진다는 연구(김용석, 2001)와 유사한 방향을 보여주고 있다. 또한 스트레스 지각 정도가 높을수록 정서 중심적 대처를 많이 하고, 스트레스 증상 정도가 높아지는 것으로 나타났는데, 이는

간호학생을 대상으로 연구한 하나선, 한금선, 및 최정(1998), 그리고 간호사를 대상으로 연구한 조금숙(1997)과 부합되는 연구 결과이다.

음주관련 문제가 있는 여대생과 음주관련 문제가 없는 여대생을 비교한 결과, 음주관련 문제가 있는 여대생 집단이 스트레스 증상 정도가 더 높게 나타났다. 이러한 결과는 여대생이 음주를 통해 자신의 스트레스를 해결하려고 시도하지만, 결과적으로 비효과적인 대처를 하기 때문에 스트레스 증상 정도가 높게 나타날 수 있음을 암시하고 있다. 아울러, 음주동기가 좌절감과 불안을 완화시키려는 수단으로 음주를 한 경우에 스트레스 지각정도가 높아지고, 대처의 한 방법으로 음주를 한 경우에 문제성 음주 형태가 더 많이 발생할 수 있음을 시사하고 있다. 그리고 이러한 결과는 정서적으로 안정되지 못한 사람일수록 걱정거리를 잊기 위해서, 기분이 좋아지기 위해서, 그리고 소외되지 않기 위해서 술을 마시는 경향이 있고, 특히 평소에 걱정을 많이 하는 사람은 다른 이유보다도 걱정거리를 잊기 위해서 술을 마시는 경향이 있음을 보고한 탁진국(2000)의 연구결과와 부합된다.

스트레스 지각과 정서 중심적 대처가 스트레스 증상의 40.1% 변량을 유의하게 예언하는 변인으로 나타났고, 신체적 스트레스 증상의 29.6%, 정서적 스트레스 증상의 45.0%, 그리고 인지적 스트레스 증상의 35.3%를 각각 설명하는 것으로 나타났다. 특히, 정서 중심적 대처가 스트레스 증상(전체, 신체적, 정서적, 인지적 증상)과 음주관련 문제를 잘 예언하고 있어서 추후에 여대생을 위한 스트레스 관리 프로그램 개발에서 정서적 접근이 강조되어야 함을 암시하고 있다.