한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2019. Vol. 24, No. 3, 569 - 586

한국판 청소년용 지각된 스트레스 척도의 타당화 연구†

윤 정 미
서울여자대학교 아동학과
아동심리학전공 박사과정

김 진 영‡
서울여자대학교 심리치료학과 교수

본 연구의 목적은 지각된 스트레스 척도(Perceived Stress Scale; PSS)를 국내 청소년에게 맞게 수정한 뒤 타당화하는 것이다. 먼저 청소년기 최저 연령이라 볼 수 있는 중학교 1학년생의 단어 이해 수준을 고려하기 위하여 초등연세사전을 활용하여 14개의 문항 번역을 검토하였다. 이후 타당도 검증을 위해 중학생 646명과 고등학생 444명, 총 1,090명(남학생=520명, 여학생=570명)을 대상으로 지각된 스트레스 및 일상적 스트레스, 긍정적 정신건강, 우울, 불안, 자존감을 측정하였다. 문항-총점 상관분석, 내적일치도 분석 및 탐색적·확인적 요인분석 결과, 한국판 청소년용 지각된 스트레스 척도는 10문항으로 구성될 때 청소년에게 가장 적합하였으며, 수용 가능한 수준의 내적 일치도를 보였고, 부정적 지각과 긍정적 지각, 총 2개의 하위 요인을 가지고 있는 것으로 나타났다. 지각된 스트레스 척도는 일상적 스트레스 및 정신장애, 우울, 불안과는 유의한 정적 상관을, 정신건강 및 자존감과는 유의한 부적 상관을 보여 준거 관련 타당도가 검증되었다. 지각된 스트레스 척도와 일상적 스트레스 척도를 비교분석한 결과, 각 준거변인들에 대하여 일상적 스트레스 척도가 설명을 한 이후에도 지각된 스트레스 척도의 설명력이 유의하게 증가되는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 토대로 본 연구의 의의와 제한점에 대하여 논의하였다.

주요어 : 청소년, 지각된 스트레스, 척도 타당화, 청소년 스트레스, 정신건강

† 이 논문은 2019학년도 서울여자대학교 교내학술연구비의 지원을 받았음.
‡ 교신저자(Corresponding author) : 김진영, (01797) 서울특별시 노원구 화랑로 621 서울여자대학교 심리치료학과 교수, TEL: 02-970-5558, E-mail: kimjy@swu.ac.kr

www.kci.go.kr

청소년기는 아동기에서 벗어나 생물학적 성숙을 시작하였으나 아직 성인기의 역할과 책임감을 획득하지 못한 시기로, 생물학적·행동적·사회적 변화들이 상호작용하는 과도기로서 이해될 수 있다(Steinberg et al., 2015). 이 복잡한 시기를 거쳐 가는 동안 큰 어려움을 경험하지 않는 청소년들도 많으나, 한편으로는 상당한 비율의 청소년들이 높은 스트레스와 정서적 혼란을 경험한다(Dahl, 2004). 국내 청소년의 정신건강 관련 통계들에서도 이러한 양상을 살펴볼 수 있다. 43.2%의 아동·청소년들은 삶에 “매우 만족”하고 있는 반면(염유식, 김경미, 2018), 40.4%의 청소년들은 스트레스를 “많이” 또는 “대단히 많이” 경험하고 있다(보건복지부, 2018).

다양한 문헌들에서 이와 같은 청소년기 스트레스 경험이 정신건강 문제들과 관련되는 것으로 보고되어왔다. 예컨대, 청소년기의 높은 스트레스는 뇌 발달에 부정적인 영향을 미쳐 정서조절 문제의 위험도를 증가시키며, 이로 인해 우울, 불안, 자살 등의 정신건강 관련 문제가 야기된다(Dvir, Ford, Hill, & Frazier, 2014). 국내에서도 청소년의 스트레스는 안녕감(송지원, 조한익, 2018) 및 자아존중감과 부적인 관계를 보이며(김은진, 2015), 우울과, 불안, 비행행동, 자살(박병선, 심성지, 배성우, 2018; 이지연, 김효창, 현명호, 2005) 뿐만 아니라, 도박행동(남전아, 채규만, 2012)과 흡연행동(함진선, 현명호, 임영식, 2005)에도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이처럼 스트레스가 광범위한 영역에 걸쳐 청소년에게 미치는 부정적인 영향을 고려해볼 때, 청소년의 정신건강 향상을 위하여 스트레스에 주목할 필요가 있다.

그러나 국내에서 청소년기 스트레스 연구를 수행할 때 겪게 되는 어려움 중 하나는 활용되고 있는 척도들이 청소년을 대상으로 타당화되지 않았다는 것이다. 예로 국내에서 자주 활용되고 있는 한국청소년패널조사(한국청소년정책연구원, 2008)의 스트레스 척도를 들 수 있다. 이는 국내 스트레스 연구들을 토대로 문항을 구성하여 신뢰도 검증만 이루어진 것(김준호, 이동원, 1996)을 수정한 척도이다. 또한 아동용 일상적 스트레스 척도(한미현, 유안진, 1995)를 수정한 척도도 청소년 연구에서 활용되고 있으나(예컨대 송지원, 조한익, 2018) 청소년을 대상으로 타당화된 바가 없다. 이와 같이 심리측정적 속성이 확인된 청소년기 스트레스 척도가 부족하므로, 청소년을 대상으로 한 스트레스 척도의 타당화 연구가 필요한 실정이다.

과학적으로 스트레스를 다루기 위한 기초 작업으로 많은 연구자들이 스트레스를 정의하고 타당한 측정도구를 개발하고자 시도해왔다. 오늘날 심리학 분야에서 가장 일반적으로 받아들여지고 있는 스트레스의 정의는 Lazarus와 Folkman (1984)의 정의다. 이들에 따르면 스트레스 경험에는 객관적인 사건 발생의 유무 그 자체보다 개인이 사건과 자신의 자원을 어떻게 평가하는지가 중요하며, 그러한 평가에 따라 자신의 스트레스 수준을 지각하게 된다. 따라서 스트레스는 개인이 상황을 위협적이거나 요구적인 것으로 판단할 때, 그리고 이에 대한 대처에 사용가능한 자원이 불충분하다고 판단할 때 발생한다(Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983; Lazarus & Folkman, 1984).

이러한 정의에 근거하여 스트레스의 지각된 수준을 측정하는 다양한 척도들이 개발되어 왔다.

www.kci.go.kr

본 논문에서는 연구의 목적 및 척도의 실용성 측면에서, 지역사회표본을 대상으로 스트레스를 단일하게 측정하도록 개발된 척도만을 포함시켜 살펴보았다. 이러한 스트레스 척도들의 문항구성 방식은 크게 두 가지의 종류로 나뉠 수 있다(Cohen, Gianaros, & Manuck, 2016). 첫째로는 주요 스트레스 생활사건 목록에 기반하여 개발된 척도로, Kanner, Coyne, Schaefer, 그리고 Lazarus(1981)의 일상적 스트레스 척도(Daily Hassles Scale)를 예로 들 수 있다. 이러한 척도들은 삶의 영역별로 일어날 수 있는 스트레스 사건을 제시하고 개인이 주관적으로 각 사건에 대한 스트레스 수준을 평가하도록 구성되어 있다. 둘째로는 구체적인 사건을 제시하지 않고 개인이 전반적으로 지각하는 스트레스 수준을 측정하는 척도를 들 수 있다. 이와 같은 접근으로 개발된 척도의 예로는 Cohen 등(1983)의 지각된 스트레스 척도(Perceived Stress Scale)가 있다.

국내에서는 청소년기 스트레스 측정에 전자의 방식으로 구성된 일상적 스트레스 척도를 주로 활용하고 있다. 이들은 주로 부모 및 또래, 학업, 외모 등의 영역 별로 스트레스 상황을 제시한다. 예를 들어 한국청소년패널조사(2008)의 스트레스 척도는 17문항으로, “공부가 지겨워서 스트레스를 받는다”, “갖고 싶은 물건을 갖지 못해서 스트레스를 받는다”와 같은 문항을 제시한다. 일상적 스트레스 척도(한미현, 유안진, 1995)는 36문항으로 “나는 부모님과 충분한 이야기를 나누지 못해 불만이다”, “친구들이 나를 따돌리는 것 같아 속상하다”와 같은 문항이 제시된다.

위와 같은 스트레스 척도들은 청소년들이 어떠한 영역에서 스트레스를 받고 있는지를 확인하는 데 유용할 수 있다. 그러나 Cohen(1986), 그리고 Cohen 등(1983)은 이러한 척도의 취약점을 언급하였다. 그 중 하나는 이러한 척도들이 Lazarus와 Folkman(1984)의 정의에 얼마나 부합하는지에 대한 것이다. 앞에서 언급한 바와 같이, 스트레스 경험에는 사건 자체보다는 개인의 ‘평가’가 중요하다. 그러나 이러한 척도들의 경우, 개인에게 중요한 사건들을 모두 포함할 수 없으며, 제시된 각 사건들이 개인에게 얼마나 중요한지 또한 측정하기 어렵다. 이는 스트레스 경험에 대한 사건 자체의 영향력을 다소 강조하는 접근이며, 따라서 스트레스의 정의를 충실히 반영하지 못하는 경향이 있다(Cohen, 1986).

또한 이와 같은 척도들은 척도의 경제성 면에서 취약한 경향이 있다(Cohen, 1986; Cohen et al., 1983). 구체적으로, 이들은 목록화되지 않은 사건으로부터의 스트레스나, 만성적으로 경험되는 스트레스 등에 민감하지 않을 수 있다(Cohen et al., 1983). 따라서 이와 같은 방식으로 척도를 구성하는 경우 신뢰롭게 스트레스를 측정하기 위해서 보다 많은 사건들을 포함해야 하지만, 문항이 많아질수록 경제성은 저하된다는 단점이 있다.

Cohen 등(1983)은 이러한 점들을 고려하여 Lazarus와 Folkman(1984)의 스트레스 이론을 따르는 척도를 개발하고자 하였다. Lazarus와 Folkman(1984)은 스트레스를 경험하게 되는 인지평가 과정을 두 단계로 설명하였다. 1차적으로 개인은 처한 상황이 자신에게 부정적인지 또는 긍정적인지를 평가한 후, 부정적인 상황이라면 그것이 위협적인 것인지 또는 극복 가능한 것인지를 판단한다. 2차적으로 개인은 자신의 대처 자원과 가능한 선택에 대한 평가를 하게 된다. 이에 따라

www.kci.go.kr

Cohen 등(1983)은 지각된 스트레스 척도(the Perceived Stress Scale: PSS, 전체 문항 내용은 부록 참조)를 개발하였다. 즉 PSS의 문항들은 상황을 위협적인 것으로 평가하거나 자신의 대처 자원이 부족하다고 느끼는 것, 그리고 상황을 극복 가능한 것으로 평가하거나 대처할 수 있다고 느끼는 것 모두를 포함하도록 구성되어 있다. 선행연구(박준호, 서영석, 2010; Cohen et al., 1983)에서 전자는 부정적 지각 요인으로 후자는 긍정적 지각 요인으로 명명되었다. 긍정적 지각 요인은 역채점되며 총점을 계산하여 스트레스 평가 과정을 모두 반영하고자 하였다.

스트레스가 이러한 두 요인으로 구성되어 있다는 PSS의 신뢰도 및 타당도는 다양한 국가들에서 검증되어 왔다. 예컨대, 미국(Cohen & Williamson, 1988), 프랑스(Lesage, Berjot, & Deschamps, 2012), 중국(Leung, Lam, & Chan, 2010), 한국(박준호, 서영석, 2010; Lee, Chung, Suh, & Jung, 2015) 등의 연구를 들 수 있다. 더불어 간명성을 증가시키기 위한 10문항의 축약형(이하 PSS-10, 표 2 및 부록 참조) 또한 타당화된 바 있다(Cohen & Williamson, 1988; Lesage et al., 2012; Leung et al., 2010). PSS 타당화 논문들을 종합적으로 검토한 연구(Lee, 2012)에 따르면 PSS의 2요인 구조는 타당하였으며, 내적 일치도 및 검사-재검사 신뢰도도 .70 이상으로 양호하였고, 우울, 불안 및 전반적 건강 등과 중간 또는 강한 상관을 보였다.

종합하여 볼 때, PSS의 장점을 다음과 같이 정리할 수 있다. 첫째로, PSS는 구체적인 사건을 제시하는 척도들에 비해 문항 수가 적어 척도의 경제성에서 장점이 있다. 둘째로, PSS는 사건을 제시하지 않으며 개인이 어떻게 '평가'하는지에 초점을 두기 때문에 지각된 스트레스 수준을 더 잘 확인할 수 있다. 셋째로, PSS는 좋은 심리측정적 속성을 가진 것으로 증명되어 왔다. 넷째로, PSS는 다양한 국가에서 성인을 대상으로 활용되고 있으므로(예컨대, Cohen et al., 2016; Lesage et al., 2012; Leung et al., 2010) 국가들 간 또는 발달시기들 간(성인-청소년) 스트레스 수준의 비교가 가능하다.

국내에서도 PSS 타당화 연구가 진행된 바 있다. 박준호와 서영석(2010)은 대학생을 대상으로 PSS의 타당화 연구를 진행하였다. 이들은 간명성을 위하여 심리측정적으로 더 좋은 문항 10개를 선정한 뒤 요인분석 및 공존 타당도를 확인하여 한국판 PSS-10(Korean Version of Perceived Stress Scale-10: KPSS-10, 표 2 및 부록 참조)을 제안하였다. KPSS-10은 국외의 PSS 타당화 연구들과 같이 안정적인 2요인 구조로 나타났으며, 내적 일치도는 .70 이상이었고 우울, 불안, 부정정서 및 긍정정서, 사회적 지지와 유의한 상관관계를 보였다. Lee 등(2015)은 만성질환 환자를 대상으로 PSS-14모형과, 국외에서 타당화된 바 있는 PSS-10모형의 타당도를 검증하였다. 두 모형의 적합도 모두 다소 양호하지 못하여 표본에 맞게 모형을 다소 수정하였으며, 우울과 중간 정도의 상관이 있는 것으로 보고하였다.

국내의 PSS 타당화 연구를 종합하여 보면, 국외 연구와 유사하게 국내에서도 PSS가 정신건강 관련 변인들과 유의미한 관계가 있었다. 그러나 이 연구들은 청소년을 대상으로 하지 않았기 때문에 PSS를 청소년에게 활용하기에는 어려움이 있다. 따라서 청소년을 대상으로 PSS의 타당도를

www.kci.go.kr

확인해야 할 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 국내 청소년의 스트레스 수준을 측정하기 위하여 청소년을 대상으로 PSS를 타당화하고자 한다. 이를 위하여 14문항의 PSS가 청소년에게 적합한지를 확인하고, 준거변인으로서 앞서 언급된, 스트레스와 밀접한 관련성이 있는 정신건강 관련 변인(즉 우울, 불안, 자아존중감, 정신건강)을 활용하고자 한다. 또한 박준호, 서영석(2010)에 따르면 지각된 스트레스의 두 하위 요인이 다소 독립적인 역할을 하는 것으로 시사되었으므로, 본 연구에서도 두 하위 요인이 각기 다른 역할을 하는지 확인해보고자 한다. 마지막으로, PSS의 준거변인에 대한 고유의 설명력을 확인하기 위하여 다른 문항구성방법을 토대로 하는 일상적 스트레스 척도와 PSS를 비교하고자 한다.

방 법

연구참여자

본 연구에서는 1개 중학교 1~3학년생 789명과 1개 고등학교 1~2학년생 521명, 총 1,310명을 대상으로 연구 목적을 설명한 후 설문지를 실시하였다. 이 중 결측치가 있거나 불성실한 자료는 총 220부(16.7%)였다. 따라서 분석에는 이를 제외한 총 1,090부(남학생 520명, 여학생 570명)가 활용되었다. 연구 참여자들에게는 설문 결과에 대한 피드백을 제공하였다.

한편 본 연구에서는 표본을 분할하여 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석을 모두 실시하는 교차타당화 방법을 사용하였다. 이를 위하여 1,090명을 두 개의 하위 표본으로 나누었다. 이 때 학교급 및 성별의 비율을 전체 표본의 비율과 유사하도록 설정한 후 무선적으로 30%의 자료를 추출하였다. 문항선정 및 탐색적 요인분석을 위한 표본인 30% 표본에는 총 328명(남학생 153명, 여학생 175명)이 포함되었다. 확인적 요인분석을 위한 표본인 나머지 70% 표본에는 총 762명(남학생 367명, 여학생 395명)이 포함되었다.

또한 척도의 검사-재검사 신뢰도 검증을 위하여 1차 측정을 완료한 일부 참여자를 대상으로 3개월 후에 2차 측정을 실시하였다. 본 연구에서는 부득이하게 고등학생을 대상으로만 재검사를 실시할 수 있었다. 수거된 462부의 설문지 중 1차시기 또는 2차시기의 자료가 없거나, 결측치가 있는 자료 69부를 제외한 393부(남학생 160명, 여학생 233명)를 분석에 활용하였다.

측정도구

청소년용 지각된 스트레스 척도. 본 연구에서는 Cohen, Kamarck, 그리고 Mermelstein (1983)의 지각된 스트레스 척도의 14문항을 청소년에게 적합하도록 번안한 청소년용 지각된 스트레스 척도를 사용하였다(Korean Version of Perceived Stress Scale for Adolescents: KPSS-A). PSS는 '지난 한 달 동안 다음과 같은 방식으로 얼마나 자주 느끼거나 생각했는지'를 5점 Likert 척도(0=전혀 없었다, 1=거의 없었다, 2=가끔 있었다, 3=꽤 자주 있었다, 4=매우 자주 있었다)로 평정하도록 제시된다. 이 척도는 2개의 하위요인(부정적 지각과 긍정적 지각)으로 구성되어 있으며 요인별로 7문항씩, 총 14문항을 포함하고 있다. 긍

www.kci.go.kr

정적 지각 문항은 역채점 되어, 총합 점수가 높을수록 지각된 스트레스 수준이 더 높은 것으로 해석된다. Cohen 등(1983)에서 내적 일치도(*Cronbach's α*)는 표본에 따라 .84~.86으로 나타났으며, 국내 대학생 대상 타당화 연구(박준호, 서영석, 2010)에서는 부정적 지각이 .76, 긍정적 지각이 .75로 보고되었다.

문항 번안 및 수정에는 본 연구의 저자들과 임상심리전문가 1인이 참여하였으며, 동아연세 초등국어사전(연세대학교 언어정보연구원, 2017)의 정의를 참고하였다. 초등국어사전을 사용한 것은 청소년기 최저 연령이라 볼 수 있는 중학교 1학년생들이 원활하게 문항을 이해할 수 있도록 하기 위함이다. 또한 보다 적합한 문항 수정을 위해 국내 대학생을 대상으로 한 PSS 타당화 연구(박준호, 서영석, 2010)의 문항을 함께 검토하였다.

문항 번안 및 검토 과정은 다음과 같다. 첫 번째로 각 문항의 단어들이 동아연세 초등국어사전(연세대학교 언어정보연구원, 2017)에 수록되어 있는지 확인하였다. 예를 들면 문항 9번의 “control”을 번안한 “컨트롤”(박준호, 서영석, 2010)이라는 단어는 사전에 수록되어 있지 않으므로, 의미적으로 유사한 “다루다”를 활용하여 수정하였다. 두 번째로 원척도 단어의 맥락적 의미와 동아연세 초등국어 사전에서의 정의가 의미적으로 동일한지를 확인하였다. 예컨대, 11번 문항의 “통제할 수 없는 범위”(박준호, 서영석, 2010)에서 “통제”의 맥락적 의미는 동아연세 초등국어사전에서 통제의 정의(“질서, 제도, 규범 등을 어기지 않게 다스리는 것”)와 불일치하는 것으로 판단되었다. 따라서 “어찌할 수 없는 일”로 수정하였다. 이러한 과정을 통해 수정된 문항은 2번, 9번, 10번, 11번, 13번이었다.

일상적 스트레스 척도. KPSS-A의 준거 관련 타당도 확인과 척도 비교를 위하여 한국청소년정책연구원(2008)의 일상적 스트레스 척도(Daily Stress Scale)를 활용하였다. 이 척도는 PSS와 달리 청소년기에 다섯 가지 영역(부모, 학업, 친구, 외모, 물질)에서 흔히 겪을 수 있는 스트레스 사건을 제시한 후, 평소에 각 상황이 얼마나 자주 발생하였는지를 5점 Likert 척도(1=그런 적 없다~5=항상 그렇다)로 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 내적 일치도(*Cronbach's α*)는 .90이었다.

청소년용 긍정적 정신건강 척도. 준거변인으로서 청소년의 정신건강 수준을 살펴보기 위하여 청소년용 긍정적 정신건강 척도(Positive Mental Health Scale for Adolescents)를 활용하였다. 이 척도는 Keyes 등(2008)이 개발하고 임영진, 고영건, 신희천, 조용래(2010)가 성인용 긍정적 정신건강 척도로 타당화한 것을 고영건(2015)이 청소년용으로 수정하여 표준화한 것이다. 이 척도는 2개의 하위 척도(정신적 웰빙과 정신장애)로 구성되어 있으며 총 25문항을 포함하고 있다. 정신적 웰빙은 세 가지 하위 요인(정서적 안녕감, 심리적 안녕감, 사회적 안녕감), 총 14문항으로 구성되어 있으며 지난 한 달 동안 각 문항을 얼마나 자주 경험했는지 Likert 6점 척도(1=전혀 없음~6=매일)로 평가하도록 제시된다. 정신장애는 총 11문항으로, 평소에 각 문항과 같은 증상을 얼마나 느꼈는지 Likert 5점 척도(1=전혀 아니다~5=매우 그렇다)로 평가하도록 제시된다. 본 연구에서 내적 일치도(*Cronbach's α*)는 정신적 웰빙이 .93,

www.kci.go.kr

정신장애가 .87로 나타났다.

한국판 역학연구 우울척도 개정판. 준거변인으로서 청소년의 우울을 측정하기 위하여 한국판 역학연구 우울척도 개정판(Korean Version of Center for Epidemiologic Studies Depression Scale-Revised)을 사용하였다. 역학연구 우울척도 개정판은 DSM-IV의 개정된 우울 진단기준이 반영되도록 Eaton, Smith, Ybarra, Muntaner, 그리고 Tien(2004)이 역학연구 우울척도(Radloff, 1977)를 수정·보완한 것으로, 국내에서는 이산 등(2016)이 번안하였다. 총 20문항을 5점 Likert 척도(0=1일 미만, 1=1~2일, 2=3~4일, 3=5~7일, 4=2주간 매일)로 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 내적 일치도(*Cronbach's* α)는 .91로 나타났다.

외현 불안 척도. 준거변인으로서 청소년기 불안을 측정하기 위하여 Bending(1956)의 단축형 외현 불안 척도를 이용승(2000)이 번안한 외현 불안 척도(Taylor's Manifest Anxiety Scale)를 사용하였다. 이는 총 20문항으로 구성되어 있으며, 각 문항에 예 또는 아니오로 응답하도록 되어 있다. 총점은 "예"에 해당하는 개수를 합산하여 산출한다. 본 연구에서 내적 일치도(*Cronbach's* α)는 .86으로 나타났다.

Rosenberg의 자아존중감 척도. 준거변인으로 청소년의 자아존중감을 측정하기 위하여, 전병재(1974)가 번안하고 타당화한 Rosenberg의 자아존중감 척도(Rosenberg's Self Esteem Scale)를 사용하였다. 이 척도는 자신을 가치 있고 긍정적인 존재로 지각하는 정도를 측정하며, 긍정적 자아존중감 5문항과 부정적 자아존중감 5문항(역채점), 총 10문항을 포함한다. 문항 평정은 원척도와 동일하게 4점 Likert로 구성하였으며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 내적 일치도(*Cronbach's* α)는 .86으로 나타났다.

통계분석 및 분석절차

통계분석에는 SPSS Statistics 20와 Stata SE 15를 사용하였다. SPSS Statistics 20을 통해 기술통계, 상관분석, 신뢰도 검증 및 탐색적 요인분석을 수행하였다. Stata SE 15를 통해 표본의 무선적 분할, 확인적 요인분석 및 위계적 회귀분석을 수행하였다.

분석절차는 다음과 같다. 첫째로, 학교급 및 성별 비율을 고려한 후 무선적으로 추출된 30%의 자료를 대상으로 14문항의 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 문항 변별도 확인을 위하여 문항-총점 상관 분석을 하였다. 이후 두 분석의 결과를 토대로 최종 문항을 선정하였다. 탐색적 요인분석 시 요인 추출에는 최대우도법을 사용하였다. 또한 국내 선행연구(박준호, 서영석, 2010)를 참고하여 PSS의 하위 요인들이 독립적인 것으로 가정하고 직각회전(Varimax)을 적용하였다.

둘째로, 교차타당화를 위하여 나머지 70%의 자료를 대상으로 문항의 내적 일치도(*Cronbach's* α) 및 확인적 요인분석을 실시하였다. 모형의 적합도 지수의 양호도 평가에는 홍세희(2000)의 권고를 참고하였다. CFI(Comparative Fit Index) 및 TLI(Tucker-Lewis Index)는 .90

www.kci.go.kr

이상일 때 양호하며, RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation)는 .05보다 작을 때 양호하고 .08보다 작으면 수용가능하다고 보았다. 그러나 RMSEA 값이 적절하더라도 90% 신뢰구간의 최대값이 .08을 넘어서면 모형에 문제가 있는 것으로 볼 수 있다(Hu & Bentler, 1999). 더불어 본 연구에서는 SRMR(Standardized Root Mean Square residual)을 함께 고려하였다. SRMR은 잠재 구조 및 요인 공변량에 민감하므로 검증하려는 모형이 조정되어야 할 필요가 있는지 여부를 확인할 수 있으며 .08보다 작을 때 적합한 것으로 볼 수 있다(Hu & Bentler, 1999).

PSS의 경우 본 연구에서 도출된 모형 외에 다른 문항구조의 단축형들이 국내외에서 사용되고 있으므로, 참고를 위하여 본 연구의 모형(KPSS-A)뿐만 아니라, PSS-10(Cohen & Williamson, 1988)과 KPSS-10(박준호, 서영석, 2010) 모형에 대한 적합도 지수를 함께 제시하였다.

셋째로, 준거 관련 타당도 검증 및 검사-재검사 신뢰도 확인을 위하여 Pearson의 적률 상관계수 및 급내 상관계수(Intraclass correlation coefficients: ICC)를 산출하였다.

넷째로, 국내 청소년에게 적합하도록 수정된 지각된 스트레스 척도(KPSS-A)와 일상적 스트레스 척도의 비교를 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 성별과 학교급을 1단계, 일상적 스트레스 척도를 2단계로, KPSS-A를 3단계로 투입하였으며 결과변수로 정신적 웰빙, 정신장애, 우울, 불안, 자존감을 사용하였다.

마지막으로, 지각된 스트레스의 두 하위 요인 간 차이가 있는지 확인하기 위하여 위계적 회귀분석을 진행하였으며, 1단계로 성별과 학교급을 투입한 후, 2단계로 일상적 스트레스를, 3단계 및 4단계에 두 하위요인 각각을 투입하였다.

결 과

문항선정 및 탐색적 요인분석

14문항에 대한 탐색적 요인분석 전, 요인분석의 적절성을 검토한 결과, KMO 값은 .85였으며 Bartlett 구형성 검정 결과 또한 타당하여 본 자료

표 1. KPSS-A-10의 하위요인 및 확인적 요인분석 결과 (N=762)

	문항내용	요인1	요인2
3.	초조하거나 스트레스가 쌓인다고 느낀 적은 얼마나 있었나요?	.71	
1.	예상치 못한 일이 생겨서 기분 나빠진 적이 얼마나 있었나요?	.69	
14.	어려운 일이 너무 많이 쌓여서 극복할 수 없다고 느낀 적이 얼마나 있었나요?	.68	
2.	중요한 일들을 잘 해낼 수 없다고 느낀 적은 얼마나 있었나요?	.64	
11.	당신이 어찌 할 수 없는 일 때문에 화가 난 적이 얼마나 있었나요?	.63	
8.	해야 할 모든 일들을 다 대처할 수 없다고 느낀 적은 얼마나 있었나요?	.63	
10.	모든 일들을 잘 다루고 있다고 느낀 적이 얼마나 있었나요?		.77
7.	자신의 뜻대로 일이 진행된다고 느낀 적은 얼마나 있었나요?		.76
6.	개인적인 문제를 처리하는 능력에 대해 자신감을 느낀 적은 얼마나 있었나요?		.71
13.	시간 관리를 잘하고 있다고 생각했던 적이 얼마나 있었나요?		.49

주. 요인1 = 부정적 지각, 요인2 = 긍정적 지각

www.kci.go.kr

는 요인분석에 적합한 것으로 나타났다, $p < .001$. 고유값(eigenvalue)은 2요인일 때 3.55, 3요인일 때 .87로 2요인이 가장 적절하였으며, 누적 설명량은 45.17%이었다. 요인부하량은 12번 문항을 제외하고 모두 각 요인에 .50대 이상이었다. 1요인(긍정적 지각)은 .52~.76이었고, 2요인(부정적 지각)은 .61~.76이었다. 12번 문항의 경우 1요인에서 -.47, 2요인에서 .31로, 두 요인 간 부하량 절대값의 차이가 크지 않아 한 요인에 잘 부하되지 않는 것으로 나타났다.

문항-총점 상관분석 결과, 총점과 상관계수가 .30 미만인 문항은 4번, 5번, 9번, 12번인 것으로 나타났다, 각각 $r =$ .22, .16, .20, -.11. 두 분석의 결과 모두를 고려하여 4번, 5번, 9번, 12번을 이후 분석에서 제외시키고 총 10문항을 사용하였다. 10문항에 대한 문항-총점 상관분석 결과, 모든 문항이 .30대 이상이었다.

내적 일치도 분석 및 확인적 요인분석

교차 타당화를 위하여 70% 자료를 대상으로 척도의 내적 일치도 분석 및 확인적 요인분석을 실시하였다. 확인적 요인분석 결과는 표 1 및 표 2에 제시하였다. KPSS-A-10의 내적 일치도는 .77이었으며 요인부하량은 .40대 이상으로, 모두 수용 가능한 수준으로 나타났다. 모형적합도 또한

표 2. PSS의 확인적 요인분석의 모형 적합도 지수 비교 (N=762)

	χ^2	RMSEA (90%신뢰구간)	CFI	TLI	SRMR
KPPS-A-10	142.00***	.07 (.05~.08)	.95	.94	.05
PSS-10	180.04***	.08 (.06~.09)	.94	.92	.06
KPSS-10	276.37***	.10 (.09~.11)	.91	.88	.08

주. KPPS-A-10=4, 5, 9, 12번 문항 제외 척도(본 연구의 청소년용 PSS 10문항 모형) / PSS-10=4, 5, 12, 13번 문항 제외 척도(Cohen & Williamson, 1988) / KPSS-10=8, 9, 12, 13번 문항 제외 척도(박준호, 서영석, 2010)
***$p < .001$.

표 3. KPSS-A-10 및 준거 척도들 간 상관관계 (N=1,090)

		KPSS-A-10			일상적 스트레스
		총합	부정적 지각	긍정적 지각	
KPSS-A-10	총합				.59***
	부정적 지각	.86***			.57***
	긍정적 지각	.66***	.18***		.30***
준거변인	정신적 웰빙	-.60***	-.42***	-.52***	-.49***
	정신 장애	.63***	.62***	.30***	.64***
	우울	.58***	.58***	.25***	.52***
	불안	.66***	.60***	.40***	.54***
	자존감	-.68***	-.53***	-.54***	-.56***

주. KPSS-A-10의 긍정적 지각은 역코딩되어 점수가 높을수록 스트레스 수준이 높다고 봄.
***$p < .001$.

www.kci.go.kr

양호하거나 수용 가능한 수준이었다. 따라서 KPSS-A-10 모형을 최종 모형으로 선정하였다.

국내외에서 사용되고 있는 다른 버전의 PSS의 모형적합도를 살펴본 결과, PSS-10와 KPSS-10 모두 비교적 양호하지 않은 것으로 나타났다.

검사-재검사 신뢰도

검사-재검사 신뢰도 분석 결과, Pearson 상관계수의 경우, 부정적 지각이 .62, $p < .001$, 긍정적 지각이 .59, $p < .001$, 전체 총합이 .69, $p < .001$이었다. ICC의 경우, 부정적 지각이 .77, 긍정적 지각이 .74, 전체 총합은 .82로 나타났다. 따라서 본 척도의 검사-재검사 신뢰도는 수용 가능한 수준인 것으로 보인다.

표 4. 준거 변인에 대한 위계적 회귀분석 결과 (N=1,090)

결과변수	예측변수	1	2	3
정신장애	성별	-.08**	.03	.06**
	학교급	-.11***	-.10***	-.13***
	일상적 스트레스		.64***	.40***
	KPSS-A-10			.41***
	$R^2(\triangle R^2)$	.02	.42(.40***)	.52(.11***)
정신적 웰빙	성별	.18***	.10***	.06*
	학교급	.01	.00	.04
	일상적 스트레스		-.47***	-.20***
	KPSS-A-10			-.47***
	$R^2(\triangle R^2)$	.03	.25(.22***)	.39(.14***)
우울	성별	-.15***	-.06*	-.03
	학교급	-.07*	-.06*	-.09***
	일상적 스트레스		.51***	.26***
	KPSS-A-10			.42***
	$R^2(\triangle R^2)$	.03	.28(.25***)	.39(.11***)
불안	성별	-.14***	-.05	-.00
	학교급	.04	.05	.01
	일상적 스트레스		.53***	.23***
	KPSS-A-10			.53***
	$R^2(\triangle R^2)$	.02	.29(.28***)	.47(.18***)
자존감	성별	.12***	.03	-.02
	학교급	-.04	-.05*	-.01
	일상적 스트레스		-.56***	-.25***
	KPSS-A-10			-.54***
	$R^2(\triangle R^2)$	.02	.32(.30***)	.51(.19***)

주. 각 예측변수의 회귀계수는 표준화된 회귀계수(β)임
*$p < .05$, **$p < .01$, ***$p < .001$.

www.kci.go.kr

준거 관련 타당도 분석

KPSS-A-10의 준거 관련 타당도 검증을 위하여 정신적 웰빙, 정신 장애, 불안, 우울, 자존감 그리고 일상적 스트레스의 상관관계를 분석한 결과는 표 3과 같다. 모든 상관계수가 유의도 .001 수준에서 유의하였다. Cohen(1988)의 상관계수 크기에 대한 해석 지침에 따라 본연구의 결과를 보았을 때, KPSS-A-10의 하위요인인 긍정적 지각과 부정적 지각 간 상관계수는 작은 것으로 볼 수 있다, $r =$ .18. 또한 KPSS-A-10의 하위요인인 긍정적 지각의 경우 정신장애, 우울, 불안과의 상관계수는 보통 수준인 것으로 나타났다, 각각 $r =$ .30, .25, .40. 이 외의 다른 변수들 간 상관계수의 크기는 모두 큰 것으로 나타났다.

일상적 스트레스 척도와의 비교

위계적 회귀분석의 결과는 표 4에 제시하였다. 분석 결과, 성별 및 학교급 뿐만 아니라 일상적 스트레스 척도가 각 준거변인을 설명한 이후에도 KPSS-A-10이 평균 14%를 더 설명하는 것으로 나타났다. 구체적으로, 정신장애는 약 11%, 정신적 웰빙은 약 14%, 우울은 약 11%, 불안은 약 18%, 자존감은 약 19%를 추가적으로 더 설명하였다.

PSS 하위요인 간 차이

준거변인에 대하여 KPSS-A-10의 두 하위요인의 역할이 달라지는지를 확인하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 긍정적인 특성 변인인 정신적 웰빙 및 자존감의 경우 부정적 지각의 추가적 설명량이 각각 2.77%, 6.15%, $p < .001$인데 비해 긍정적 지각은 각각 15.35%, 14.62%, $p < .001$인 것으로 나타났다. 반대로 부정적 특성 변인인 우울, 불안, 정신장애의 경우 부정적 지각의 추가적 설명량이 각각 12.08%, 12.27%, 10.19%, $p < .001$인데 반해 긍정적 지각은 각각 0.99%, 5.65%, 1.46%, $p < .001$인 것으로 나타났다. 따라서 KPSS-A-10의 두 하위 요인이 준거변인의 특성에 따라 달리 영향을 미치는 것으로 나타났다.

논 의

본 연구의 목적은 전반적인 지각된 스트레스를 측정할 수 있으며 국내외에서 광범위하게 사용되고 있는 지각된 스트레스 척도(Perceived Stress Scale: PSS)를 국내 청소년을 대상으로 타당화하는 것이다. 이를 위하여 문항-총점 간 상관분석, 신뢰도 분석, 요인분석 및 위계적 회귀 분석 등의 다양한 통계분석방법을 실시하였다.

본 연구의 결과에 따르면, 10개의 문항으로 구성된 KPPS-A-10은 2요인(긍정적 지각, 부정적 지각)의 타당한 척도인 것으로 볼 수 있다. KPSS-A-10의 2요인모형은 선행연구(박준호, 서영석, 2010; Cohen et al., 1983; Cohen & Williamson, 1988; Lee, 2012)와 유사하게 양호한 요인 부하량과 수용가능한 수준의 내적 일치도를 보였으며, 검사-재검사 신뢰도도 양호하였다. 또한 선행 연구의 PSS-10 및 KPSS-10과 동일한 문항 구성의 모형들에 비해 KPSS-A-10의 모형적합도가 상대적으로 가장 양호한 것으로 나타났다.

www.kci.go.kr

국내 청소년에게 적합하도록 구성된 KPSS-A-10에서 제외된 문항은 4번, 5번, 9번, 12번으로, 이는 국외의 PSS-10에서 제외된 문항 중 세 개의 문항(4, 5, 12)과 그리고 KPSS-10에서 제외된 두 개의 문항(9, 12)과 일치한다. 부정적 지각에 포함되는 12번 문항은 국내외 연구 모두에서 심리측정적 속성이 좋지 않은 것으로 제시되고 있다. 이는 문항 내용(“끝마쳐야 할 일들을 생각한 적이 얼마나 있었나요?”)이 다른 문항들에 비해 부정적 또는 긍정적 특성 중 한 가지를 강하게 나타낸다기보다 다소 중립적인 의미를 전달하기 때문으로 보인다. 5번 문항도 이와 유사하게 다른 긍정적 지각 문항들의 기술(예컨대 “시간 관리를 잘 하고”)에 비해 다소 중립적인 기술(“중요한 변화”)을 사용하여 총점과의 상관이 낮았을 가능성이 있다. 또한 긍정적 지각 요인의 문항들 중 4번과 9번 문항만이 부정적인 단어(예, 짜증나는 일)와 긍정적인 단어(예, 성공적으로 처리)를 함께 한 문장 내에 포함시켜 제시하고 있다. 이러한 문장 구조로 인하여 이 두 문항은 다른 문항들에 비해 PSS가 측정할 것으로 기대되는 스트레스 요인을 잘 측정하지 못하는 것으로 추측할 수 있다.

준거 관련 타당도 분석 결과, 청소년의 지각된 스트레스 수준은 일상적 스트레스 수준, 정신장애 증상, 우울 및 불안과 유의한 정적 상관을 보였다. 반면 정신적 웰빙 및 자아존중감과는 유의한 부적 상관을 보였다. 이는 높은 수준의 스트레스가 정신장애 관련 증상 수준이 높은 것 또는 긍정적인 심리특성 수준이 낮은 것과 관련된다는 선행연구들(김은진, 2015; 박병선 등, 2018; 송지원, 조한익, 2018; Cohen et al., 1983; Dvir et al., 2014)과 일치한다. 이러한 척도들과의 유의한 상관은 KPSS-A-10이 준거 관련 타당도를 확보하고 있는 척도임을 시사한다.

다음으로 국내 청소년의 스트레스 측정에 활용하고 있는 일상적 스트레스 척도와 KPSS-A-10을 비교한 결과, 두 척도는 각기 스트레스의 다른 측면을 측정하며 정신적 웰빙, 자존감, 정신장애, 우울 및 불안에 대하여 독립적인 역할을 하는 것으로 나타났다. 이 두 척도는 모두 Lazarus와 Folkman(1984)의 스트레스 정의에 기반하여 스트레스를 지각하는 정도를 측정하므로 개념적으로 중첩되는 측면이 있다. 그러나 앞에서 언급했던 바와 같이, KPSS-A-10은 특정한 상황이 아니라 상황적 요구에 대한 전반적인 지각 수준을 측정하고 따라서 일상적 스트레스 척도에서는 측정하지 못하고 있는 스트레스의 또 다른 일면을 측정하고 있는 것으로 볼 수 있다. Cohen(1986), 그리고 Cohen과 Williamson(1988)이 주장한 바와 같이 일상적 스트레스 척도는 PSS와 달리 스트레스를 받는다고 느끼는 삶의 영역을 더 잘 반영하는 것일 수 있다.

이러한 맥락에서 Cohen과 Williamson(1988), 그리고 Cohen 등(1983)은 다음과 같은 상황에서 PSS가 특히 유용할 것이라고 권고하였다. 첫째로, 스트레스와 질환의 관계를 중재한다고 알려진 요인들이 스트레스 지각을 통해 작동하는지, 또는 다른 경로가 있는지 살펴보는데 PSS가 특히 더 유용하다고 보았다. 둘째로, 객관적인 스트레스 수준이나 사건과 달리 스트레스에 대한 지각된 평가의 역할과 관련된 연구에서 본 척도가 더욱 의미를 갖게 된다고 하였다. 따라서 객관적인 스트레스 측정 도구와 함께 사용된다면, 스트레스에 대한 개인적 평가와 실제 스트레스 수준이 건강

www.kci.go.kr

관련 결과변인들에 미치는 영향력이나 경로를 비교할 수 있다는 이점이 있다. 셋째로, 본 척도는 다른 스트레스 척도들에 비하여 적은 문항으로 전반적인 스트레스 수준을 쉽게 측정할 수 있으므로, 보다 다양한 장면에서 활용하기에 편리하다는 장점이 있다. 넷째로, 본 척도는 성격요인이나, 스트레스 대처 수준, 그리고 객관적인 스트레스 사건의 결과변인으로서 스트레스의 경험된 수준을 측정하는데 매우 유용할 수 있다. 따라서 KPSS-A-10은 스트레스 감소 및 대처와 관련된 개입의 결과를 측정하는 목적으로도 유용하게 활용될 수 있을 것이다.

마지막으로, 박준호와 서영석(2010)이 제안한 바에 따라 KPSS-A-10의 두 하위 요인 간 차이가 있는지 살펴본 결과, 두 요인의 독립성이 시사되었다. 본 연구 결과, 정신적 웰빙 및 자존감과 같은 긍정적인 심리특성 변인에서는 긍정적 지각의 추가적 설명량이 부정적 지각보다 더 많았던 반면, 우울 및 불안과 같은 부정적인 심리특성 변인에서는 부정적 지각의 추가적 설명량이 더 많았다. 박준호, 서영석(2010)에 따르면 부정적 지각 요인은 일상에서 통제나 예측이 어렵다고 지각하는 정도를 측정하여, 긍정적인 심리상태 보다는 불안 및 우울 등의 심리적 고통을 잘 설명한다. 반면, 긍정적 지각은 일상에서 일어나는 일들을 효과적으로 대처하고 있다고 지각하는 정도를 측정하여 심리적 고통보다 긍정적인 심리상태를 더 잘 설명하는 것일 수 있다.

PSS의 두 하위요인의 기능과 관련하여, Cohen과 Williamson(1988)의 연구에서도 부정적 지각과 긍정적 지각의 총 변량에 대한 누적 설명량이 달라 두 지각 간 차이가 시사되었다. 그러나 이들은 척도의 목적이 스트레스의 지각에 대한 측정이므로 두 요인 간 구분은 무의미하다고 보았다. 이후 두 하위요인 간 차이에 대하여 깊게 탐색한 연구는 부족하나, 선행 연구(박준호, 서영석, 2010; Cohen & Williamson, 1988)와 본 연구의 결과로 미루어 보았을 때, 이 두 하위요인이 건강 관련 결과변인들에 각기 어떠한 영향을 미치는지에 대한 추가적인 연구가 진행될 필요가 있겠다. 이러한 추후 연구는 스트레스 감소와 관련된 개입의 방향성을 각 하위요인에 맞게 두 방향으로 설정할 수 있는 이론적 기반을 제시하여 보다 효과적으로 스트레스를 감소시키는 데 도움이 될 것으로 기대된다.

본 연구는 국내외에서 광범위하게 활용되고 있는 PSS를 국내 청소년에게 활용할 수 있도록 타당화하는 첫 연구였다는 점에서 의미가 있다. 연구 결과, KPSS-A-10은 청소년기의 전반적인 스트레스를 타당하게 측정할 수 있는 척도로 확인되었으며, 이는 앞으로의 청소년기 스트레스 관련 연구의 활성화에 도움이 될 것이다. 또한 PSS가 성인기 및 청소년기 스트레스 연구에 활발히 사용되는 데 비해 국내 타당화 연구가 매우 적어, 국내에 적합한 PSS의 요인구조에 대한 합의가 이루어지지 않은 실정이다. 본 연구의 결과가 이러한 합의에 도달하기 위한 자료를 제공하였다는 점에서 의미가 있다고 볼 수 있다.

본 연구의 제한점 및 추후 연구 방향성에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, KPSS-A-10의 내적 일치도가 .77로서 양호한 수준인 데 비해 두 하위요인 간의 상관이 낮은 점과 KPSS-A-10의 긍정적 지각요인과 일상적 스트레스 척도(DSS) 간 상관이 .30대인 것을 고려했을 때, 추후 연구에서 긍

www.kci.go.kr

정적 지각요인을 스트레스의 하위요인으로 간주하는 것의 적절성에 대한 검토가 필요해 보인다. 둘째, 탐색적 요인분석 및 확인적 요인분석 진행에 동일한 표본을 분할하여 사용하였다는 점에서 한계가 있다. 이 방법은 유용하기도 하지만, 어느 관측치가 어느 하위표본에 포함되느냐에 따라 검정오차율의 검증추정치에 변동이 있을 수도 있다는 취약점을 지니고 있다. 본 연구에서는 이러한 점을 보완하기 위하여 분할이 비교적 전체 표본과 유사한 구조를 띄도록 성별 및 학교급의 비율을 맞추어 무선적으로 추출하였으나, 보다 좋은 타당성 확보를 위하여 추후에 반복검증이 필요할 것으로 보인다. 마지막으로, 본 연구에서는 여러 인구통계학적 변인을 고려하지 못했다는 제한점이 있다. 추후 보다 다양한 인구통계학적 변인을 고려하여 본 연구결과를 반복검증해야 할 필요가 있다.

참 고 문 헌

고영건 (2015). 청소년을 위한 긍정적 정신건강 척도의 표준화 연구. 서울: 아산사회복지재단.

김은진 (2015). 청소년기 부모애착, 자아존중감, 분노, 스트레스 관계에 대한 종단연구. 한국청소년연구, 26(4), 239-266.

김준호, 이동원 (1996). 청소년의 긴장과 비행. 형사정책연구원 연구총서, 13-165.

남전아, 채규만 (2012). 스트레스와 청소년 도박행동의 관계 충동성의 매개효과와 모 애착의 중재효과. 한국심리학회지: 건강, 17(3), 643-657.

박병선, 심성지, 배성우 (2018). 일반긴장이론에 근거한 청소년의 비행과 자살성에 영향을 미치는 요인의 구조적 관계 분석-성별 및 학교급간 차이를 중심으로. 학교사회복지, 41, 101-126.

박준호, 서영석 (2010). 대학생을 대상으로 한 한국판 지각된 스트레스 척도 타당화 연구. 한국심리학회지: 일반, 29(3), 611-629.

보건복지부 (2018). 청소년건강행태조사. http://kostat.go.kr/portal/korea/index.action에서 2019.01.29. 자료 얻음.

송지원, 조한익 (2018). 청소년의 일상적 스트레스가 심리적 안녕감에 미치는 영향: 인지적 정서조절전략의 매개효과. 청소년학연구, 25(8), 103-129.

염유식, 김경미 (2018). 한국 어린이·청소년 행복지수 국제비교연구 조사결과 보고서(2018년 제10차). 서울: (재)한국방정환재단, 연세대학교 사회발전연구소.

연세대학교 언어정보연구원 (2017). 동아연세 초등국어사전. 서울: 두산동아.

이산, 오승택, 류소연, 전진용, 이건석, 이은, 박진영, 이상욱, 최원정 (2016). 한국판 역학연구 우울척도 개정판(K-CESD-R)의 표준화 연구. 한국정신신체의학회, 24(1), 83-93.

이용승 (2000). 범불안장애. 서울: 학지사.

이지연, 김효창, 현명호 (2005). 스트레스, 부모-자녀간 의사소통 및 청소년 자살 생각간의 관계. 한국심리학회지: 건강, 10(4), 375-394.

임영진, 고영건, 신희천, 조용래. (2012). 정신적 웰빙 척도 (MHC- SF) 의 한국어판 타당화 연구. 한국심리학회지: 일반, 31(2), 369-386.

전병재 (1974). 자아존중감 도구측정. 연세논총.

한국청소년정책연구원 (2008). 한국청소년패널조사. https://www.nypi.re.kr/archive/에서 2019.01.29. 자료 얻음.

한미현, 유안진 (1995). 한국아동의 일상적 스트레스 척도의 개발. *Family and Environment Research, 33*(4), 49-64.

함진선, 현명호, 임영식 (2005). 스트레스, 중요타인의 흡연 및 흡연에 대한 신념이 청소년 흡연행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 11(1), 191-207.

홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *Korean Journal of Clinical*

www.kci.go.kr

Psychology, 19(1), 161-177.

Bending, A. W. (1956). The development of short form of the manifest anxiety scale. *Journal of Consulting Psychology, 20*(5), 384.

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.).* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Cohen, S. (1986). Contrasting the Hassles Scale and the Perceived Stress Scale: Who's really measuring appraised stress? *The American Psychologist, 41*(6), 716-718.

Cohen, S., & Williamson, G. (1988). Perceived stress in a probability sample of the United States. In S. Spacapan, & S. Oskamp(Ed.), *The social psychology of health: Claremont symposium on applied social psychology*(pp.385-396). Newbury Park, CA: Sage.

Cohen, S., Gianaros, P. J., & Manuck, S. B. (2016). A stage model of stress and disease. *Perspectives on Psychological Science, 11*(4), 456-463

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior, 24*(4), 385-396.

Dahl, R. E. (2004). Adolescent brain development: a period of vulnerabilities and opportunities. Keynote address. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1021*(1), 1-22.

Dvir, Y., Ford, J. D., Hill, M., & Frazier, J. A. (2014). Childhood maltreatment, emotional dysregulation, and psychiatric comorbidities. *Harvard Review of Psychiatry, 22*(3), 149.

Eaton, W. W., Smith, C., Ybarra, M., Muntaner, C., & Tien, A. (2004). Center for Epidemiologic Studies Depression Scale: review and revision (CESD and CESD-R). In Maruish, M. E(Ed.). *User of psychological testing for treatment planning and outcomes assessment, 3rd ed*(pp. 363-377). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: a Multidisciplinary Journal, 6*(1), 1-55.

Kanner, A. D., Coyne, J. C., Schaefer, C., & Lazarus, R. S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: Daily Hassles and Uplifts versus Major Life Events. *Journal of Behavioral Medicine, 4*(1), 1-39.

Keyes, C. L., Wissing, M., Potgieter, J. P., Temane, M., Kruger, A., & Van Rooy, S. (2008). Evaluation of the mental health continuum–short form (MHC–SF) in setswana speaking South Africans. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 15*(3), 181-192.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Coping and Adaptation. In W. D. Gentry(Ed.), *The Handbook of behavioral medicine*(pp. 282-325). New York, NY: Guilford.

Lee, E. (2012). Review of the psychometric evidence of the perceived stress scale. *Asian Nursing Research, 6,* 121-127.

Lee, E. H., Chung, B. Y., Suh, C. H., & Jung, J. Y. (2015). Korean versions of the perceived stress scale (PSS 14, 10 and 4): psychometric evaluation in patients with chronic disease. *Scandinavian Journal of Caring Sciences, 29*(1), 183-192.

Lesage, F., Berjot, S., & Deschamps, F. (2012). Psychometric properties of the French versions of the perceived stress scale. *International Journal of Occupational Medicine, 25,* 178-184.

Leung, D. Y., Lam, T., & Chan, S. S. (2010). Three versions of perceived stress scale: Validation in a sample of Chinese cardiac patients who smoke. *BioMed Central Public Health, 10,* 513.

Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report

www.kci.go.kr

depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*(3), 385-401.

Steinberg, L., Dahl, R., Keating, D., Kupfer, D. J., Masten, A. S., & Pine, D. S. (2015). The study of developmental psychopathology in adolescence: Integrating affective neuroscience with the study of context. In D. Cicchetti & D. J. Cohen(Ed.), *Developmental psycho- pathology, volume 2: Devel- opmental neuroscience, 2/E* (pp. 710-741). John Wiley and Sons Ltd..

원고접수일: 2019년 3월 30일
논문심사일: 2019년 5월 6일
게재결정일: 2019년 7월 24일

www.kci.go.kr

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2019. Vol. 24, No. 3, 569 - 586

Validation Study of the Korean Version of Perceived Stress Scale for Adolescents

Jeong-mi Yoon
PH. D. Student,
Department of Child Studies,
Seoul Women's University

Jin-young Kim
Professor,
Department of Psychotherapy,
Seoul Women's University

The Perceived Stress Scale (PSS) that measures an individual's global appraisal of stress is one of the most commonly used stress scales. The purpose of this study was to revise and validate the Korean Version of Perceived Stress Scale for adolescents. The translation was conducted with reference to a Korean language dictionary for elementary school students in consideration of early adolescents' fluency with words. A total of 1,090 middle and high school students (520 males and 570 females) participated in this study. The item-total correlation and factor analysis of PSS revealed that the 10-item scale and two-factor structure were most suitable for adolescents. The internal consistency and the test-retest reliability for a duration of three months were acceptable. Also, according to the result of correlation analysis to confirm the criterion-related validity, the PSS had significantly positive correlations with daily stress, mental illness, depression, and anxiety, while significantly negative correlations with mental well-being and self-esteem. In comparison of the PSS with the Daily Stress Scale, the explanation power of PSS to each criterion variable significantly increased after considering the Daily Stress Scale. Last, these results were compared with the findings of previous research and the implications and limitations of this study were discussed.

Keywords: *Adolescents, Perceived Stress, Validation Study, Adolescent Stress, Mental Health*

www.kci.go.kr

부 록

지각된 스트레스 척도 (14문항)

◆ 다음 문항을 읽고 지난 한 달 동안 여러분이 다음과 같은 방식으로 얼마나 자주 느끼거나 생각했는지를 표시해 주세요.

문 항		전혀 없었다	거의 없었다	가끔 있었다	꽤 자주 있었다	매우 자주 있었다
1.	예상치 못한 일이 생겨서 기분 나빠진 적이 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
2.	중요한 일들을 잘 해낼 수 없다고 느낀 적은 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
3.	초조하거나 스트레스가 쌓인다고 느낀 적은 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
*4.	짜증나고 성가신 일들을 성공적으로 처리한 적이 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
*5.	생활 속에서 일어난 중요한 변화들을 효과적으로 대처한 적이 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
6.	개인적인 문제를 처리하는 능력에 대해 자신감을 느낀 적은 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
7.	자신의 뜻대로 일이 진행된다고 느낀 적은 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
8.	해야 할 모든 일들을 다 대처할 수 없다고 느낀 적은 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
*9.	생활 속에서 짜증나는 일들을 잘 다룰 수 있었던 적이 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
10.	모든 일들을 잘 다루고 있다고 느낀 적이 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
11.	당신이 어찌 할 수 없는 일 때문에 화가 난 적이 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
*12.	끝마쳐야 할 일들을 생각한 적이 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
13.	시간 관리를 잘하고 있다고 생각했던 적이 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④
14.	어려운 일이 너무 많이 쌓여서 극복할 수 없다고 느낀 적이 얼마나 있었나요?	⓪	①	②	③	④

주. * KPPS-A-10에 포함되지 않은 문항

www.kci.go.kr