

청소년 스트레스 요인분석에 따른 기독교 상담학적 방안

오 윤 선 교수
(Ph.D., 한국성서대학교)

국문초록

본 연구는 청소년 스트레스 요인분석에 따른 기독교 상담학적 해결 방안에 유용한 자료 마련을 위해서 조사연구의 방법이 적용되었다.

연구의 표집대상은 서울과 지방 시·군에 소재한 교회의 고등부에 출석한 청소년을 모집단으로 하되 지역을 고려하고 비율을 안배하여 확률표본 추출방식에 의해 무작위 표집방식을 적용하였다. 조사대상자의 전체 표집 인원은 25교회 410명이었다. 본 연구의 자료분석 방법은 SPSSWIN 13.0 통계 패키지 프로그램을 사용하여 분석하였다. 적용된 주요 통계기법은 빈도분석, 교차분석, t-검정, 일원변량분석을 사용하였다.

교차분석(crosstab analysis)은 집단의 특성을 유목별로 기술하기 위해 적용하였고, t-검정, 일원변량분석(one-way ANOVA)은 집단간의 평균차이를 검정하기 위해 적용하였으며, 두 집단간 차이의 통계적 유의수준은 5%로 하였다.

본 연구를 통해서 한국청소년들의 스트레스의 원인에 대하여 발달적인 측면과 사회구조와 환경적 측면을 살펴 본 결과 기독교 청소년들도 비기독교 청년들과 동일하게 성장에 따르는 발달적인 스트레스와 학교와 관계에 따르는 사회구조와 환경적 측면에 주어진 스트레스를 동일하게 나타내고 있었다. 이는 신앙 경력 및 부모신앙과 관계없이 개인 성향에 따라서 스트레스 수준에 차이가 있음을 의미 한다. 발달에 따른 스트레스에서 여학생들의 스트레스 지수는 신체와 관계적인 측면에서 남학생 보다 전반적으로 높게 나타났고, 실업계보다는 인문계 학생들의 스트레스 수준이 높게 측정되었다.

이제는 청소년상담을 위한 이론과 실제, 그리고 신앙적 인격을 갖춘 전문 상담지도자들을 양성하기 위해서 교회와 기독교 공동체가 협력해야 할 것이다. 아울러 청소년들의 특별한 사회성발달에 발맞춰서 또래상담 활성화, 체계적 사 이버상담을 통한 정보활동을 위해서도 지속적인 노력이 요구된다.

중심단어 : 청소년 스트레스, 요인분석, 기독교 상담학, 자료분석, 청소년상담

I. 여는 글

스트레스는 정도의 차이는 있지만 현대인 모두에게 직면된 문제이며, 직무나 생활의 만족과 상관없이 존재 한다고 볼 수 있다.¹⁾ 모든 인간에게 발생하는 스트레스는 그 개인이 어떻게 대처하느냐 하는 능력에 따라서 부정적 형태인 신체적, 정신적 질병으로 나타날 수 있고, 순기능적 스트레스(eustress)가 되어 긍정적인 자극이 되기도 한다. 지금까지 스트레스에 대한 연구를 보면, 스트레스 대부분이 신체적, 정신적 그리고 영적인 건강과 성장을 저해하는 장애 요인으로 많이 나타나고 있음을 본다. 특히, 최근에 이르러서는 스트레스에 대한 고통을 호소하는 사례가 증가하고 있다.

특히 청소년들은 정신적 성장과 육체적 성장사이의 발달적 문제로 인한 혼란과 더불어 과도한 학업이나 장래의 불확실성으로 인하여 심각한 스트레스 상황에 놓이게 되었다. 청소년들에게 있어서 과도한 스트레스는 인격발달과 정서발달에 나쁜 영향을 주고 올바른 자아형성에 많은 장애를 주게 된다. 뿐만 아니라 스트레스는 청소년들의 영적성장에도 부정적 영향을 미치고 청소년 문제 행동에도 핵심적인 원인 변수가 되고 있다. 따라서 본 연구의 목적은 청소년 전인건강에 중요한 변수가 되고 있는 스트레스에 대한 요인과 대처 방안의 차이를 분석함으로써 나타난 문제점을 통하여 기독교 상담학적 대안을 모색하고자 한다. 이러한 목적을 구체적으로 이루기 위해서 첫째, 기독교 청소년들의 발달적 측면의 스트레스와 사회, 문화, 환경적 측면의 스트레스를 각각의 영역별로 차이를 분석한다. 둘째, 기독교 청소년들의 스트레스 대처 방법에 대해서 부정적인 측면과 긍정적 측면을 중심으로 차이를 분석한다. 셋째, 이러한 분석 자료를 토대로 기독교 상담학적 방안으로 청소년들을 보다 건강하고 건전하게 잘 성장하도록 하여 하나님의 선한 뜻을 잘 이룰 수 있도록 한다.

II. 펴는 글

1. 스트레스의 이해

1) 스트레스의 일반적 개념이해

오늘날 일상용어로 사용하고 있는 스트레스(Stress)는 수세기 동안 다양한 의미로 사용됐다. 스트레스(Stress)의 어원은 라틴어의 “stinger”로 ‘팽팽하다(tight)’, ‘좁은(narrow)’이라는 뜻을 가지고 있는데, stinger는 후에 String, Strest, Staisse 등으로 쓰이다가 14세기에 ‘Stress’라는 용어가 일반적으로 사용되기 시작했다. 그리고 15세기경부터 영어권에서는 스트레스라는 용어가 압력(pressure), 또는 물리적 압박(physical strain)의 뜻으로 쓰이기 시작했으며, 17세기에는 그 의미가 공학이나 건축분야로부터 일반화되기 시작하여 고난(hardship), 곤경(strait), 역경(adversity) 등을 의미로 받아들여졌고, 18세기와 19세기에 와서는 한 개인의 신체(organs)나 정신적 힘(mental powers)에 대한 압박, 긴장 또는 힘든 노력(strong effort)을 나타내는 말로 사용되었다.²⁾ 그리고 20세기 초에 이르러서 스트레스의 개념은 의학적 의미가 첨부되어, 좋지 않은 건강상태나 정신질환의 의미가 내포되기 시작하였다.

스트레스에 대한 연구는 영국의 의학자인 William Osler가 1910년에 격심한 업무와 근심 속에 사는 유대인들에게 협심증 증세가 많은 것을 발견하고, 이러한 현상을 스트레스의 의미로 사용하면서 시작되었다.³⁾ 또한 1925년부터 하버드대학의 생리학자인 Walter Cannon이 자신의 실험에서 얻은 결과를 토대로 스트레스의 신호, 혹은 스트레스 요인은 “투쟁이나 도피나(fight or flight)”에 대한 우리 몸의 변화로 시작된다고 보고 반응에 관계되는 용어로 스트레스를 사용하였다.⁴⁾ 그리고 1930년대 후반부터 1940년대 전반에 걸쳐 캐나다 의사이며 내분비학자인 Hans Selye에 의해서 스트레스라는 용어를 현대적으로 사용하게 되었다. Hans Selye의 “The Stress of Life(1950)”가 발표된 이후 병리학, 생리학, 심리학, 행동과학, 사회학, 경영학 등 각 분야에서 스트레스에 관한 연구가 활발하게 진행 되었으며, 1980

년부터 스트레스학(Stressology)이라는 학문의 영역이 등장하게 되었고, 스트레스에 관련한 연구 논문과 저서가 현재 수십만 건에 이른다.

하지만 스트레스에 대해서 이렇게 많은 연구가 진행되고 있었음에도 불구하고 스트레스에 대한 명백한 개념정의와 포괄적 이론 정립이 쉽지 않은 것은 스트레스에 대응하는 개인의 대응과정과 자극의 특성에 따라 스트레스가 좌우되기 때문에 스트레스라는 용어에 대해서 명확한 정의를 내리는 것이 쉽지 않음을 알 수 있다.

스트레스라는 용어를 현대적으로 사용한 Hans Selye에 의하면 스트레스는 “삶의 순간 가운데 인체에 주어지는 내적, 외적 자극에 의해 가해지는 어떤 요구에 대한 비 특정적인 생리적, 심리적 반응”이라고 하였다. Holmes와 Rahe는 스트레스를 “개인의 계속적인 삶의 양식에 변화를 요구하는 일련의 환경”이라고 하였고, Evan은 “복잡한 생활사건에서 생겨나는 압박감”으로, Menerney⁵⁾는 “스트레스란 환경에 대한 우리 몸의 신체적, 물리적 화학반응”이라고 정의 하였다. 그리고 Graham-Bonnie는 “개인이 원하지 않는 불쾌한 결과를 초래하는 유해한 외부자극”으로 정의한다. Hall과 Mansfield에 따르면 스트레스는 어떤 개체에 작용하는 외적인 힘이고 이런 외적 힘에 의해 나타나는 내적 체계의 변화를 긴장이라고 정의하면서 스트레스와 긴장을 구분하였다. 현대 학자들은 스트레스는 근본적으로 개개인에 따라서 구별되어 정의되어야 하며 또한 핵심적인(focal) 개인과 그의 환경이라는 두 가지 특성에 관계되어져서 이해해야만 한다는 것이 지배적인 견해이다.

스트레스에 대한 포괄적인 이해는 학자마다 아직도 논란의 여지가 있지만 스트레스에 관한 많은 연구들은 근원으로서의 스트레스(Stimulus-based Model of Stress), 반응으로서의 스트레스(Response-based Model of stress), 환경과 개체 사이의 상호작용(Transactional Model of Stress) 으로서의 스트레스라는 3가지 category로 나누어서 정의하는 경우가 많다. 근원, 반응, 상호역동으로서의 스트레스 각 모델의 개념을 종합해 본다면 일반적으로 사용하는 의미의 스트레스는 우리에게 가해지는 외부적인 영향을 의미하며 스트레스는 주로 일반적인 요구에 대하여 개인이 반응하는 과정에서 생긴다고

할 수 있다. 이렇게 해서 생긴 스트레스는 인간에게 항상 존재하는 것으로 개인이 대응하여야 할 위협이 더욱 강화될 때 개체에 미치는 자극에 대한 신체의 적응과 반작용으로 긴장을 일으키는 역동적인 힘이다. 이와 동시에 생리, 심리, 사회적 체계에 부과되는 환경적 자극과 개인 내부에서의 요구로 인하여 각 개인이 경험하는 심리적 긴장감의 반응수준의 양적 측정이라고 할 수 있다.⁶⁾

2) 스트레스의 기독교적 이해

영적, 대인적, 심리적으로 완전한 조화를 경험한 타락 이전의 상태에서의 인간에게는 스트레스가 존재하지 않았다. 인간이 죄로 말미암아 영적, 관계적, 심리적 파괴와 혼돈을 경험하게 되고 하나님과 완전한 친밀성 및 신뢰와 사랑의 관계가 깨어지게 되면서 고립을 경험하게 되었다. 그리고 하나님의 형상대로 지음 받은 참(합리적인) 자아가 거짓(불합리한)자아와 대립하는 상태에 빠지게 된다. 거짓 자아는 자아 중심적이고 불합리한 사고방식으로 뒤틀려 있기에 타락한 이후 인간의 경험은 주로 평안과 기쁨보다는 스트레스와 고통으로 채워진다.

그래서 신학자 Paul Tillich는 인간에게 주어진 스트레스는 심리 영적인 부족에서 비롯된 존재론적 문제라고 하였다. Paul Tillich가 주장하는 존재론적 불안의 세 가지 주요 근원은, 첫 번째 죽음과 운명의 위협(공평감과 초월감의 문제에 해당되는 것으로 볼 수 있는 주제), 두 번째 죄책감과 정죄의 경험(용납감과 공평감의 부족에 관계되는 문제), 세 번째 삶에서 당면하는 공허와 무의미(가치감과 초월감의 부족에 해당되는 문제)를 가리킨다. Bugental은 이에 더 나아가서 Paul Tillich의 존재론적인 불안의 네 번째 근원으로는 고립과 외로움의 위협을 암시하고 있다는 제안을 했다.⁷⁾

성경에서 말하는 스트레스는 표면적 문제와 근본적 문제로 나누어 생각할 수 있는데, 근본적인 문제는 죄에서 비롯된 문제이고, 표면적 문제란 인간의 가치의식의 충족이라고 볼 수 있다. Crabb은 표면적 문제의 가치충족에 대해서 중요성(significance)과 안전(security)에 두었는데 이 또한 인간이 타

락하기 전에는 모두 충족되었으나 인간이 타락한 이후에는 파괴되고 말았다고 하였다.⁸⁾ Jay E. Adams는 인간들이 표면적인 문제 감정에 대항하는 수단으로서 무책임한 생활 방식을 추구하게 되고, 이러한 생활 방식으로 삶의 갈등이 야기되어 표면적 문제로 나타나고 있는 것에 대해서 근본적인 문제로 오해하고 있다고 하였다.⁹⁾

죄(罪)의 문제를 해결하기 전에는 인간의 본질적인 문제를 해결할 수가 없는데, Clinebell은 죄(罪)는 사람이 소유한 내적인 자유의 정도가 무엇이든 지 간에 그것을 오용한 결과에서 사람은 상처를 입게 된다고 하였다. 그리고 인간의 창조된 전인성과 거룩성의 손상과 결핍내지는 파괴를 가져오는 모든 죄는 스트레스를 가져온다고 하였다.¹⁰⁾ 뿐만 아니라 악과 불신앙이 스트레스의 발생 원인이 되고¹¹⁾, 과육과 번민 또한 스트레스의 원인이 된다. 과육은 스트레스 뿐만 아니라 불안, 의기소침, 실망, 원망, 비탄 등의 신체와 영혼에 상처를 주게 된다(약1:15; 잠 17:22). 이외에도 기독교인에게는 삶의 목적이 그리스도의 분량에까지 이르는 거룩함에 있으므로 만일 우리의 영이 거룩함(Holiness)과 완전성(Wholeness)에서 멀어질 때에 죄악에 빠지고 결국 우리의 전인은 병들고 만다. 무엇보다도 하나님과 사람과의 관계, 사람과 사람의 관계가 바르지 못할 때 스트레스적 반응을 보이게 된다. 그리고 가치의 혼돈에서 스트레스를 받게 된다. 인간이 진리의 본질인 하나님 중심의 생활에서 벗어나게 되면 그의 가치관은 혼돈과 공허가 생기게 된다.

2. 청소년의 스트레스 요인

오늘날 많은 청소년들이 끊임없이 변화하는 사회 속에서 불안감과 스트레스를 경험하고 있다. 스트레스 유발요인을 외적요인(external stressor)과 내적요인(internal stressor)로 구분하기도 하고, 육체적 원인, 심리적 원인, 환경적 원인, 신앙적 원인 등으로 나누어서 구분하기도 한다. 그러나 청소년이라는 특성을 감안 할 때 청소년의 스트레스의 문제는 발달적 측면에 따른 요인과 사회구조와 환경적 요인에 따른 스트레스 요인으로 구분하는 것이

바람직하다고 생각 된다.

1) 발달특성에 따른 스트레스 요인

청소년 발달 특성에 따른 스트레스의 첫 번째 요인은 신체 및 성적 성숙과 정서적 성숙에 따라서 나타난다고 볼 수 있다. 제 2차 성 특징이 나타나는 사춘기의 청소년들은 생리적 발달 속도가 유·아동기나 성인기에 비해 상당히 빠른 시기이다. 그러나 이시기는 신체적 발달의 속도가 빠른 상황과 더불어 정서적 발달 간에도 불균형이 일정하게 일어나는 시기이다. 생리적 발달에 의해 신체적 발달은 성인과 같지만, 그들이 성인들에게 보여주는 행동은 아직 어린이처럼 미숙할 수 있다. 그리고 신체적 발달에 비해 성격의 발달이나 사회성의 발달이 더딜 수 있다. 이렇게 신체적 발달과 정서적 발달 간의 지체현상이 일어날 때 청소년들은 자아중심성을 잃게 된다. 이러한 심신발달상의 특징자체가 그들을 당황하게 하고 당혹스럽게 하며, 처신하기 어렵게 하고 있다. 따라서 그때부터 청소년들은 심각한 스트레스에 시달리게 되며 결국 생리적 발달과 성격발달간의 불균형은 청소년들 스스로에게 스트레스를 유발시키는 요인으로 작용하게 되는 것이다.

그리고 청소년들은 아동기 때와는 달리 인지구조에 있어서 '형식적 조작 사고구조'를 가지게 된다. 한 사물에 대해 여러 가지 새로운 생각들을 만들어내기에 그들에게는 모든 가능성이 열리게 되는 것이다. 그런데 성인들이 청소년들의 형식적 조작사고와 그에 대한 가능성에 따른 사고와 행동들을 그들이 만들어내는 사회문제의 시각으로 간주해 버리고¹²⁾, 도전적이고 반항적이며 버릇이 없다는 편견과 더불어 견제와 충고, 염려와 비난을 받게 될 때 청소년들에게는 스트레스요인(stressor)으로 등장하게 된다.

그리고 청소년기부터 발달하기 시작해서 성인이 되기 전에 정착되는 자아 정체성은 청소년들에게 혼란된 감정 상태를 가지게 하는 스트레스를 원인이 되고, 아동기와 달리 청소년기에는 자아 중심적 사고가 발달하여 스스로 자아 중심성의 평형 상태를 깨트리게 되는 경우가 많이 생김으로 갈등적 스트레스를 많이 받기도 한다.

뿐만 아니라 청소년기의 발달 특성 가운데 특유의 이타주의 적이면서도 동시에 독립적 성향이 있는 감정의 양면성으로 인해 스트레스를 받는다. 이렇듯 상반되는 의존과 독립, 순종과 반항, 안일과 개척, 자만과 자기비하의 감정 사이를 왕래함으로 스스로에게 정신적인 긴장과 고통을 주는 것이다. 이런 사고는 청소년 스스로 독립된 개체로서 부모로부터 독립해 나가려고 할 때 더욱 빈번하게 나타난다. 왜냐하면 독립을 주장할수록 반대로 의존하고 수용하려는 심성이 한쪽에 강하게 자리 잡고 있기 때문이다. 동시에 이러한 감정이 자신감의 결여를 초래하게 되고 청소년들은 그에 대한 보상심리로 자기들만의 이상적인 모델을 만들어 놓고 연예인 스타나 정치적, 종교적 이데올로기 등에 맹목적으로 추종하려는 경향이 생겨나는 것이다.

이러한 권위와 자신을 연관 지음으로써 개인적 자신감이나 성취욕을 대리 충족시킬 수 있다. 즉, 청소년기는 우상이나 스타를 만들어내는 세대로 스타나 집단 등의 정체를 자기 것으로 차용하려는 욕구가 강하다. 동시에 그것이 제대로 충족되지 않을 때 청소년들은 또 한번 새롭게 좌절하고 괴로워한다. 이로부터 자기중심성에 불균형이 생기게 되고, 그때부터 스스로를 질책하는 스트레스를 받게 된다.¹³⁾

2) 사회구조와 환경적 특성에 따른 스트레스 요인

청소년들의 사회구조와 문화에 따른 스트레스 요인으로는 가정, 학교, 사회생활에서 주어진 문제, 그리고 교회 청소년들은 교회 공동체 내에서의 갈등과 긴장으로 인한 문제 등이다.

가정으로부터의 스트레스 요인은 부모나 가족의 태도와 관계정립이 어떠한가에 따라 청소년들의 스트레스로 인한 증상이 악화되거나 호전된다. 만약 부모가 자녀에게 관심을 주지 않거나 이해하지 못하고 자녀들 스스로 자신의 문제를 털어놓도록 도와주지 않는다면, 자녀가 겪고 있는 스트레스로 인한 증상들을 알지 못할 뿐 아니라, 전혀 도움이 되어주지 못할 것이다. 그리고 청소년들의 성장에 있어서 학교만큼 큰 영향을 미치는 곳도 없다. 학교는 청소년 발달에 있어서 가장 중요한 시기인 아동기와 청소년기의 대부분을

보내는 생활의 장이다. 더욱이 우리나라 경우, 입시 위주의 교육여건과 청소년들을 위한 여가시설의 미비 등으로 인해, 학교의 중요성은 더욱더 가중되고 있는 실정이다. 그렇기에 학교는 청소년들에게 스트레스의 원천으로 기능할 수밖에 없다.¹⁴⁾

청소년들에게 있어서 또 하나의 심각한 문제는 우리의 학교 교육환경이 매우 비인간적이고 비교육적이라는 점이다. 특히 학교의 물리적 환경 그 자체가 탈교육적이다. 학교 시설의 노후화, 그리고 학교 주변의 유해환경은 바로 폐쇄된 교육환경을 대변하는 사례이다. 이렇듯 학교제도와 조직은 청소년의 문제를 해소시켜 준다고 인정되기보다는 오히려 청소년 비행과 문제의 근원지라고 비판되고 있다. 학생들에게 심리적인 갈등이나 긴장을 주는 요인들 중에서 사문화적 요인 역시 무시할 것이 못된다. 문화 요인들 중에서 가장 막강한 영향력을 발휘하는 것이 있다면 그것은 단연코 청소년들이 즐겨 찾는 영상문화 매체들이다. 이러한 대중매체는 학교와는 아주 다른 방법으로 청소년들을 스트레스 상황으로 재촉한다.

3. 연구방법

1) 연구방법 및 표집

본 연구는 청소년 스트레스 요인분석에 따른 기독교 상담학적 해결 방안에 유용한 자료를 마련을 위해서 조사연구의 방법이 적용되었다.

본 연구에서는 표집대상을 서울과 지방 시·군(전남, 전북, 경북, 충남 지역)에 소재한 교회의 고등부에 출석한 청소년을 모집단으로 하되 지역을 고려하고 비율을 안배하여 확률표본 추출방식에 의해 무작위 표집방식을 적용하였다. 조사기간은 2007년 3월 10일 - 2007년 3월 25일까지 실시되었으며, 조사대상자의 전체 표집 인원은 25교회 420명이었으나 손상된 10부를 제외하고 최종적으로 410부를 분석하였다.

2) 조사도구 구성과 타당도 및 신뢰도

본 연구를 위해서 사용된 스트레스 요인에 관한 측정 도구는 원호택·이민규¹⁵⁾가 개발한 도구를 중심으로 하여, T.H. Holmes와 R.H. Rahe(1967)가 개발하였고, 우리나라에서 김기태¹⁶⁾가 사용한 도구를 참조 보완 수정하여 실시한 53문항의 Cronbach's α 계수는 .831로 나타났다.

스트레스 대처방법에 관한 측정도구는 Lazarus, Folkman 등이 1980년에 개발하여, 우리나라에서는 김창대(1986), 이장호, 김정희(1986), 김정희(1987) 등이 번안하여 사용된 바 있는 도구를 본 연구자가 재구성하여 실시한 50문항의 Cronbach's α 계수는 .842로 나타났다. 이상과 같은 척도들은 모두 자기보고식 5점 Likert 척도로 구성되었다.

3) 자료분석 기법

본 연구의 자료분석 방법은 SPSSWIN 13.0 통계 패키지 프로그램을 사용하여 분석하였다. 적용된 주요 통계기법은 빈도분석, 교차분석, t-검정, 일원변량분석을 사용하였다.

교차분석(crosstab analysis)은 집단의 특성을 유목별로 기술하기 위해 적용하였고, t-검정, 일원변량분석(one-way ANOVA)은 집단간의 평균차이를 검정하기 위해 적용하였으며, 두 집단간 차이의 통계적 유의수준은 5%로 하였다.

4. 연구의 결과 분석 및 해석

1) 조사대상자의 일반적 특성

본 연구의 일반적 특성은 <표-1>에서 보는 바와 같다. 조사대상자 가운데 남학생은 210명(51.22%) 여학생은 200명(48.78%)으로 총합 883명이었다. 조사에 응답한 청소년들을 계열별로 보면 인문계가 285명(69.51%)로 실업계 125명(30.49%)보다 상대적으로 많았다. 학년별로는 고2학년이 198명(48.29%)으로 가장 많았으며, 다음 순서로는 고1학년 134명(32.68%)였다.

지역별로는 서울이 260명(63.41%)로 지방 170명(41.46%)보다 상대적으로 많았다. 신앙경력은 모태 신앙 201명(49.02%)이고, 10년 이상이 112명(27.32%)로 대체적으로 신앙경력이 오래 되었음을 알 수 있었다. 응답자 부모들 가운데 양부모 모두 기독교 신앙을 가진자는 279명(68.05%)이며, 한 부모 신앙인 94명(22.93%)으로 대부분 신앙적 가정에서 성장하고 있다고 볼 수 있다.

〈표-1〉 조사대상자 일반적 현황

구 분	인구학적 특성	빈 도	구성비(%)
성별	남학생	210	51.22%
	여학생	200	48.78%
계열별	인문계	285	69.51%
	실업계	125	30.49%
학년별	고1	134	32.68%
	고2	198	48.29%
	고3	78	19.02%
지역별	서울	260	63.41%
	지방	170	41.46%
신앙경력	모태신앙	201	49.02%
	10년 이상	112	27.32%
	10년 미만	65	15.85%
	5년 미만	23	5.61%
	1년 미만	9	2.20%
부모종교유무	두분 모두기독교	279	68.05%
	한분만 기독교	94	22.93%
	두분모두 비기독교	37	9.02%

2) 청소년 스트레스 요인분석

각 변인별 스트레스 요인의 차이를 파악하기 위해 일원변량분석과 t-검증을 실시한 결과 발달적 스트레스는 <표-2>와 같고, 사회구조와 환경적 스트레스는 <표-3>과 같다.

〈표-2〉 청소년 발달적 스트레스

구분		성 별:1.남(2여)		계열:1.인문계(2.실업계)		지역:1.서울(2.지방)		
		GM:1=2.012=2.25		GM:1=2.122=2.10		GM:1=2.042=1.95		
		t=-2.04 * p=.023		t= .57 p=.285		t=-1.84 * p=0.36		
		M	SD	M	SD	M	SD	
발달적 스트레스	신체/건강	외모열등감	2.11(2.59)	1.24(1.24)	2.38(2.55)	1.13(1.40)	2.37(2.45)	1.22(1.25)
		신체비만	2.20(2.55)	1.22(1.26)	2.29(2.20)	1.16(1.33)	2.22(2.31)	1.20(1.24)
		신체허약	2.18(2.41)	1.32(1.32)	2.35(2.14)	1.34(1.35)	2.31(2.34)	1.31(1.35)
		수면부족	2.98(3.01)	1.34(1.35)	2.97(3.05)	1.26(1.40)	3.01(3.07)	1.30(1.34)
	성/이성	이성호기심	2.29(2.12)	1.21(1.08)	2.28(2.23)	1.16(1.22)	2.08(2.28)	1.09(1.22)
		이성친구	1.64(1.84)	1.02(1.15)	1.60(1.84)	.94(1.24)	1.74(1.68)	1.12(1.08)
		자위행위	1.52(1.24)	1.00(.67)	1.44(1.46)	.81(.96)	1.33(1.46)	.82(1.00)
		성적매력부족	1.77(1.65)	1.07(.91)	1.87(1.86)	.76(1.18)	1.68(1.72)	1.01(1.08)
	사회성/친구	사회적열등감	1.79(2.42)	.99(1.03)	1.95(1.82)	.97(1.05)	1.88(1.91)	1.02(1.01)
		비사교성	2.02(2.33)	1.07(1.05)	1.98(2.17)	.93(1.17)	2.01(2.15)	.96(1.13)
		친구와불편함	1.68(2.38)	1.04(1.15)	1.92(1.93)	1.06(1.12)	1.80(2.06)	1.05(1.12)
		친구경쟁관계	1.78(1.97)	1.05(1.07)	2.43(1.82)	1.03(1.08)	1.87(2.01)	1.03(1.10)
	정체성	친구실망	2.01(2.51)	1.20(1.23)	2.31(2.28)	1.16(1.27)	2.21(.31)	1.20(1.24)
		존재감회의	1.77(1.74)	1.12(1.08)	1.73(1.70)	1.67(1.16)	1.73(1.67)	1.13(1.12)
		정체성혼란	2.42(2.36)	1.30(1.22)	2.33(2.49)	2.51(1.39)	2.22(2.34)	1.29(1.31)

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

〈표-2〉에서 보는 바와 같이 기독교 청소년의 발달적 스트레스 수준을 검증한 결과 여학생집단이 남학생 집단보다 평균점 2.25로 상대적으로 높은 경향을 보이고 있고, 일원변량분석 결과 t값이 -2.04로 0.5% 수준에서 통계적으로도 유의미한 것으로 확인되었다.

지역별 스트레스 수준에 대한 평균점수에 있어서도 서울에 거주하는 청소년이 2.04로 지방 거주 청소년들 보다 상대적으로 높은 경향을 보였으며, 두 집단 평균차이는 일원변량분석 결과 t값이 1.84로 0.5% 수준에서 통계적으로도 유의미한 것으로 확인되었다. 한편, 계열별 두 집단 간의 스트레스 수준 차이를 확인한 결과 인문계가 실업계보다는 상대적으로 높았으나 통계적으로는 무의미한 차이를 나타냈다. 우리나라 청소년들의 발달적 스트레스 요

인 가운데 가장 높은 수준은 신체·건강 영역에 수면부족(남2.98, 여3.01)으로 과중한 학업에 시달리고 있다는 증거로 받아들여진다. 그리고 남학생에 비해 여학생이 외모열등감(2.59)과 신체비만(2.55)에 상대적으로 더 민감함을 보이고 있음을 알 수 있다. 이상의 결과를 토대로 할 때, 한국 기독교 청소년들의 발달적 스트레스는 여학생에 속한 범주와 서울 거주 학생들의 스트레스 수준이 상대적으로 높고, 수면부족이 성별, 계열별, 지역별 모두에서 다른변인 수준보다 상대적으로 높다고 할 수 있다.

청소년 발달적 스트레스에 이어 사회구조와 환경적 스트레스 요인에 따른 차이를 파악하기 위해 일원변량분석과 t-검증을 실시한 결과는 <표-3>과 같다.

<표-3> 청소년 사회구조와 환경적 스트레스

구분		성 별:1.남(2여)		계열:1.인문계(2.실업계)		지역:1.서울(2.지방)		
		GM:1=2.29 2=2.27		GM:1=2.77 2=2.31		GM:1=2.43 2=2.31		
		t=.44 p=.332		t=-2.21 * p=.015		t=-2.04 * p=.019		
		M	SD	M	SD	M	SD	
사회구조와 환경적 스트레스	학교생활	선생님편애	2.09(2.12)	1.22(1.27)	2.10(2.31)	1.15(1.36)	2.35(2.27)	1.20(1.34)
		경직된 학교	2.21(2.86)	1.34(1.37)	2.25(2.95)	1.29(1.46)	2.95(2.81)	1.35(1.37)
		성적중시	2.89(2.78)	1.37(1.36)	3.30(2.53)	1.24(1.38)	3.01(2.87)	1.36(1.36)
		학교가 싫음	2.38(2.48)	1.35(1.30)	2.50(2.90)	1.21(1.45)	2.51(2.40)	1.32(1.33)
	학업	공부싫음	2.96(2.93)	1.13(1.03)	2.93(2.95)	2.81(1.13)	2.93(2.96)	1.06(1.07)
		공부집중안됨	3.23(3.14)	2.02(1.11)	3.01(3.68)	1.07(1.24)	3.20(3.11)	1.13(1.16)
		성적좋지않음	2.92(3.11)	1.19(1.16)	3.32(3.21)	1.13(1.17)	3.16(3.21)	1.15(1.23)
		성적비교	2.65(2.54)	1.33(1.31)	2.71(2.65)	1.27(1.38)	2.77(2.67)	1.12(1.28)
	학교폭력	공부방법모름	2.95(2.85)	1.17(1.13)	2.97(3.85)	1.21(1.20)	2.90(2.89)	1.17(1.13)
		괴롭힘	1.80(1.52)	2.01(1.03)	1.41(2.34)	.75(1.40)	1.57(1.87)	.93(1.30)
		불량배위험	1.33(1.20)	0.82(0.71)	1.15(2.45)	.56(.94)	1.21(1.41)	.63(.88)
		왕따	1.51(1.41)	0.86(0.91)	1.37(1.92)	.70(1.02)	1.39(1.47)	.84(.87)
가정문제	가족편애	1.60(1.65)	.87(.98)	1.50(1.81)	.81(1.04)	1.62(1.86)	.92(.94)	
	무관심	1.57(1.63)	.98(.96)	1.44(2.84)	.82(1.10)	1.69(1.57)	.93(.98)	
	가정경제힘듦	1.17(1.12)	2.12(1.14)	1.43(2.87)	.78(.94)	1.70(1.41)	.94(.77)	

부모관계	부모실직	1.58(1.67)	1.04(1.06)	1.37(1.89)	.87(1.22)	1.54(1.52)	1.01(1.10)
	용돈부족	2.34(2.31)	1.34(1.23)	2.23(2.91)	1.40(1.45)	2.52(2.08)	1.34(1.24)
	부모이해부족	2.45(2.54)	1.23(1.32)	2.46(3.20)	1.20(1.35)	2.55(2.40)	1.30(1.20)
	부모대화부족	2.25(2.05)	1.19(1.15)	2.14(3.42)	1.03(1.36)	2.13(2.14)	1.16(1.17)
	부모기대감	2.70(2.70)	1.23(1.23)	2.97(2.44)	1.16(1.29)	2.88(2.67)	1.21(1.25)
	서로시간부족	2.11(2.06)	1.14(1.14)	2.26(3.97)	1.07(1.25)	2.13(1.85)	1.17(1.12)
	부모진로주도	1.97(1.77)	1.22(1.10)	2.28(2.02)	1.04(1.31)	1.98(1.86)	1.18(1.16)
	부모공부강조	2.34(2.04)	1.21(1.12)	2.54(2.07)	1.14(1.23)	2.48(2.10)	1.20(1.14)
진로	진학진로염려	3.43(3.60)	1.27(1.21)	3.72(3.92)	1.07(1.37)	3.67(3.40)	1.16(1.17)
	목표 없음	3.16(3.12)	1.46(1.30)	3.05(3.60)	1.39(1.44)	3.01(3.25)	1.43(1.45)
	미래걱정	3.57(3.40)	1.35(1.33)	3.50(3.64)	1.23(1.40)	3.41(3.65)	1.34(1.30)
신앙	신앙회의	1.51(1.72)	.96(1.10)	1.46(1.76)	.93(1.14)	1.74(1.43)	1.01(.89)
	부모강요신앙	1.38(1.28)	.92(1.26)	1.24(1.43)	.75(.93)	1.33(1.31)	.86(.83)

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

<표-3>에서 보는 바와 같이 기독교 청소년의 사회구조와 환경적 스트레스 수준을 검증 한 결과 인문계 학생집단이 실업계 학생집단보다 평균점 2.77로 상대적으로 높은 경향을 보이고 있고, 일원변량분석 결과 t값이 -2.21로 0.5% 수준에서 통계적으로도 유의미한 것으로 확인되었다. 지역별 스트레스 수준에 대한 평균점수에 있어서도 서울에 거주하는 청소년이 2.32로 지방 거주 청소년들 보다 상대적으로 높은 경향을 보였으며, 두 집단 평균차이는 일원변량분석 결과 t값이 -2.04로 0.5% 수준에서 통계적으로도 유의미한 것으로 확인되었다. 한편, 성별 두 집단 간의 스트레스 수준 차이를 확인한 여학생이 남학생 보다는 상대적으로 높았으나 발달적 스트레스와 달리 통계적으로는 무의미한 차이를 나타냈다.

우리나라 청소년들의 사회구조와 환경적 요인에 따라 나타난 스트레스요인은 성별, 계열별, 지역별 모두 학업, 성적, 진로로 공부와 관련한 스트레스가 가장 높은 것으로 나타났고, 신앙과 관련된 스트레스는 상대적으로 낮게 나타났다.

3) 청소년 스트레스 대처방법에 대한 분석

청소년 스트레스 대처방법에 따른 변위별 차이를 파악하기 위해 일원변량 분석과 t-검증을 실시한 결과 부적정적 대처는 <표-4>와 같고, 적응적 대처는 <표-5>과 같다.

<표-4> 청소년 스트레스 부적응적 대처

구 분	성 별:1.남(2.여)		계열:1.인문계(2.실업계)		지역:1.서울(2.지방)		
	GM:1=2.28 2=2.44		GM:1=2.41 2=2.32		GM:1=2.36 2=2.34		
	t=2.93 * * p=.004		t=2.24 * p=.013		t= 1.82 p=.071		
	M	SD	M	SD	M	SD	
스 트 레 스 부 적 응 적 대 처	화냄	2.95(3.25)	1.10(1.16)	3.26(2.93)	1.09(1.18)	3.13(3.04)	1.16(1.14)
	울어버림	1.51(2.85)	.85(1.31)	2.05(2.14)	1.20(1.33)	2.06(2.16)	1.26(1.32)
	큰소리	2.67(2.37)	1.30(1.22)	2.49(2.54)	1.23(1.29)	2.54(2.47)	1.25(1.29)
	T.V,영화	2.41(2.38)	1.30(1.32)	2.44(2.32)	1.29(1.32)	2.45(2.31)	1.35(1.27)
	담배/술	2.24(1.68)	1.32(1.08)	1.67(2.37)	1.06(1.42)	1.97(1.98)	1.29(1.31)
	잠잔다	2.85(3.42)	1.26(1.32)	3.35(2.87)	1.05(1.36)	3.24(2.91)	1.47(1.42)
	쇼핑	1.75(2.18)	1.01(1.26)	1.95(1.94)	1.25(1.22)	2.04(1.85)	1.23(1.08)
	길 배회	2.08(2.01)	1.21(1.25)	2.10(1.97)	1.12(1.30)	1.94(2.17)	1.24(1.29)
	약먹음	1.15(1.12)	.62(.57)	1.08(1.22)	1.24(1.23)	1.12(1.18)	.67(.81)
	음식먹음	1.94(2.33)	1.21(1.30)	2.19(2.04)	.05(.75)	2.14(2.09)	1.25(1.28)
	참음	2.78(2.95)	1.31(1.40)	2.98(2.69)	1.26(1.25)	2.88(2.79)	1.39(1.36)
	낙서	1.70(2.37)	1.13(1.39)	2.08(1.95)	1.29(1.47)	1.95(2.15)	1.21(1.32)
	공상	2.55(2.76)	1.02(1.46)	2.90(2.37)	1.26(1.27)	2.64(2.67)	1.40(1.37)
	걱정	2.65(2.93)	1.30(1.32)	2.80(2.72)	1.40(1.37)	2.65(2.87)	1.30(1.35)
게임	2.95(2.01)	1.12(1.20)	2.78(2.77)	1.25(1.42)	2.69(2.45)	1.12(1.24)	

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

〈표-5〉 청소년 스트레스 적응적 대처

구분		성 별:1.남(2여)		계열:1.인문계(2.실업계)		지역:1.서울(2.지방)	
		GM:1=2.52 2=2.35		GM:1=2.50 2=2.38		GM:1=2.49 2=2.40	
		t= 2.09 * p=.019		t=-1.85 * p=.035		t= -1.60 p=.057	
		M	SD	M	SD	M	SD
적응적 대처	취미	3.05(3.01)	1.43(1.42)	3.28(2.77)	1.32(1.48)	3.13(2.93)	1.43(1.41)
	운동	2.85(1.82)	1.37(1.14)	2.34(2.37)	1.32(1.36)	2.40(2.30)	1.37(1.30)
	독서	1.98(1.99)	1.23(1.22)	1.97(1.98)	1.19(1.24)	2.03(1.94)	1.24(1.17)
	수용	2.68(2.80)	1.23(1.24)	2.78(2.67)	1.16(1.32)	2.79(2.65)	1.25(1.22)
	돌아봄	2.54(2.60)	1.24(1.19)	2.56(2.56)	1.18(1.22)	2.57(2.55)	1.21(1.22)
	기도/찬양	2.82(2.53)	1.31(1.33)	2.90(2.72)	1.27(1.30)	2.85(2.78)	1.30(1.31)
	상담	1.70(1.72)	1.71(1.52)	1.65(1.62)	1.68(1.61)	1.68(1.62)	1.60(1.75)

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

<표-4>에서 보는 바와 같이 청소년 스트레스 대처방법에 따른 부적응적 대처에 대한 변위별 차이를 파악하기 위해 일원변량분석과 t-검증을 실시한 결과 여학생 집단이 남학생 집단보다 평균점 2.44로 상대적으로 높은 경향을 보이고 있고, 일원변량분석 결과 t값이 -2.93로 0.1% 수준에서 통계적으로도 유의미한 것으로 확인되었다.

계열별 스트레스 부적응적 대처 수준에 대한 평균점수에 있어서는 인문계 청소년 2.41로 실업계 청소년 보다 상대적으로 높은 경향을 보였으며, 두 집단 평균차이는 일원변량분석 결과 t값이 2.09로 0.5% 수준에서 통계적으로도 유의미한 것으로 확인되었다.

한편, <표-4>에서 나타난 청소년 스트레스 적응적 대처에 따른 변위별 차이를 파악하기 위해 일원변량분석과 t-검증을 실시한 결과 부적응과 달리 남학생 집단이 여학생 집단보다 평균점 2.52로 상대적으로 높은 경향을 보이고 있고, 일원변량분석 결과 t값이 1.85로 0.5% 수준에서 통계적으로도 유의미한 것으로 확인되었다. 계열별 두 집단 간의 스트레스 수준 차이를 확인한 결과 부적응과 동일하게 인문계가 실업계 집단보다 평균점 2.50로 상대적으로 높은 경향을 보이고 있고, 일원변량분석 결과 t값이 2.09로 0.5%수

준에서 통계적으로도 유의미한 것으로 확인되었다.

우리나라 청소년들의 스트레스 대처는 남학생보다 여학생이 더 부정적 대처방법을 사용하고 있으며, 계열별에서는 인문계가 실업계보다 부정적인 대처와 긍정적인 대처를 함께 사용하는 것으로 나타났다. 이는 인문계학생들이 학업과 관련 된 스트레스가 더 심해서 오는 결과라고 생각 된다. 긍정적인 대처 가운데 상담영역이 상대적으로 낮은 이유는 아직까지 한국청소년들에게 상담에 대한 이해 부족과 이에 따른 구체적인 대안이 마련되지 못하고 있음을 반증 하고 있다고 하겠다.

5. 논의 및 기독교 상담학적 방안

1) 논의

본 연구를 통해서 한국청소년들의 스트레스의 원인에 대하여 발달적인 측면과 사회구조와 환경적 측면을 살펴 본 결과 기독교 청소년들도 비기독교 청년들과 동일하게 성장에 따르는 발달적인 스트레스와 학교와 관계에 따르는 사회구조와 환경적 측면에 주어진 스트레스가 동일하게 나타나고 있었다. 이는 신앙경력 및 부모신앙과 관계없이 개인 성향에 따라서 스트레스 수준에 차이가 있음을 의미 한다.

발달에 따른 스트레스에서 여학생과 남학생의 특성에 따라 약간의 차이가 있지만 여학생들의 스트레스 지수는 신체와 관계적인 측면에서 전반적으로 높게 나타나고 있음을 알 수 있다. 그리고 연구자는 실업계 학생들의 비행수준이 인문계보다 상대적으로 높게 나타나는 연구가 많았기에 실업계 학생들의 스트레스 수준도 인문계보다 높을 것이라 예측 했으나 본 연구결과 인문계 학생들의 스트레스 수준이 높게 측정되었다. 이는 스트레스와 분노처리에 따라서 결과가 다르게 나타나고 있음을 의미한다.

지금 한국 청소년들은 학업과 진로 그리고 성장과정에 따른 높은 스트레스를 순기능적으로 풀거나 문제감정이 생겼을 때 직접적으로 전문가의 도움을 받는데 많은 한계가 있음을 알 수 있다. 이러한 측면에서 한국교회는 기

독교 청소년들을 향한 전문 상담을 통해서 스트레스에 따른 문제감정과 생각 그리고 행동을 순기능적으로 처리 할 수 방안이 모색 되도록 해야 할 것이다.

2) 기독교 상담학적 방안

첫째, 기독교 청소년 상담을 위한 시스템 구축과 상담 시설 확보가 시급하다. 어느 시대보다 다양한 위기 상황에 노출된 청소년을 효율적으로 상담하고 지도하기 위해서는 어느 한 기관이 아닌 가정과 학교 그리고 교회가 삼위일체가 되어 체계적이고 구체적인 통합적 시스템을 구축하도록 해야 한다. 그래서 도움이 필요한 청소년에 대해서는 폭 넓은 지지집단이 구축되어 즉각적이고 지속적인 도움과 상담이 실시되어야 한다. 그래서 청소년들이 발달적 스트레스와 사회 환경적 스트레스를 맞이한다고 할지라도 역기능적이거나 부정적으로 반응하지 않고 문제를 잘 해결 갈 수 있도록 돕기 위한 제도적 장치가 필요하다고 하겠다. 이렇게 되기 위해서는 가족과 친구들과뿐만 아니라 교회가 커다란 지지집단이 되어야 한다. 교회는 다양한 사람들이 모여 있기에 위기해결의 소중한 자원이 된다. 목사, 주일학교 부장, 교사 등 교회지도자들을 통하여 도움을 줄 수 있는 사람을 소개받을 수 있을 것이다.

그리고 상담자가 개인적으로 아는 자 중 도움을 줄 수 있는 사람과 때로는 비슷한 위기를 극복한 사람들에게 도움을 청할 수도 있다. 그러므로 상담자는 지지집단의 도움을 받을 때내담자의 사생활을 지켜 주어야하고 지지집단의 자원파일이나 색인을 만들어 놓고 적절하게 활용할 수 있어야 할 것이다. 뿐만 아니라 청소년들을 위한 상담이 활성화 되려고 하면 청소년들을 위한 상담 공간을 확보해야 한다. 왜냐하면 비밀을 보장받지 못하는 매우 부자연스러운 장소에서는 위기에 처한 청소년 내담자가 마음 문을 열기가 쉽지 않기 때문이다.

둘째, 기독교청소년을 위한 전문 상담자를 양육이 매우 시급하다고 하겠다. 지금 청소년들의 문제는 더욱 심각해지고 있으나 이들을 지도하고 상담

해서 문제를 해결 해 줄 전문가는 한국교회에 너무나 부족하다. 청소년 상담 자전문가를 두지 못한 실정에서 다양한 위기에 처한 청소년들을 교회가 감당하기는 역부족이다.

현재 우리나라 중·고등학교에 청소년들을 위한 상담실이 있지만 상담실을 능동적으로 찾는 학생은 지극히 제한적이다. 학생들이 학교에서 상담을 하는 케이스는 자발적이든지 비자발적이든 간에 대부분 진학문제로 담임선생님과 상담이 이루어지는 정도이다. 그러나 상담을 전문적으로 공부하지 않은 대부분의 교사들은 학생들의 성적 정도에 따라서 진학진도를 하는 실정이다. 교회에 출석하고 있는 청소년들 가운데도 다양한 심리적인 문제가 있음에도 대부분의 교회가 이러한 문제를 다루어줄 전문가가 없는 실정이다. 기독교 상담은 영혼을 다루는 매우 귀중한 사역임으로 전문가들이 정한 규정과 기준에 의해서 정해진 교육, 실습, 각종 훈련을 잘 받아야 한다. 전문적인 교육을 받지 않고 상담을 하다보면 공감대 형성과 전문기술이 부족하여 상담자와 내담자 모두 어려움을 겪게 될 수 있다. 특별히 1990년 이후 새로운 신세대 패러다임이 형성된 청소년 심리, 정서문제와 가족구조와 관련하여 청소년 문제를 다룰 수 있는 기독교 전문상담자 양성은 매우 시급하다고 볼 수 있다.

셋째, 청소년 사이버 상담을 활성화시킴으로 시간과 비용을 절감 할 수 있다. 사이버 상담은 익명성, 단회성, 문자를 통한 의사소통 등의 측면에서 한계를 가지고 있지만 대면상담을 거부하는 청소년들에게 정보제공과 관계형성의 기회제공을 위해서는 유익한 도구가 될 수 있다. 사이버 세계는 탈역제성, 시공의 초월성, 문자기반 의사소통 등의 특성 때문에 학생들로 하여금 자신의 심리상태를 가장 편안하고 솔직하게 털어놓게 하는 매체이다. 청소년을 지도하는 목회자나 교사 그리고 부모들은 사이버상담을 통하여 학생들을 위한 신앙과 인성지도 뿐만 아니라 학생심리상태와 집단역동을 이해할 수 있는 자료를 얻을 수 있다. 교회에서 청소년을 대상으로 하는 상담으로는 게시판에 통한 상담, E-mail을 통한 상담, 채팅을 통한 상담, 컴퓨터에 스피커와 마이크를 설치하여 실시간으로 음성을 통한 상담을 적극적으로 활용해

서 청소년 스트레스 문제를 비롯해서 다양한 문제를 도울 수 있다.

넷째, 청소년 또래상담(Peer counseling)을 통한 청소년 상담문화를 활성화 시켜야 한다. 청소년들은 자신들에게 문제가 생겼을 때 스스로 상담자를 찾아오는 경우는 적고 가장 많은 경우가 친구를 찾는 것을 본다. 그러므로 기독교 청소년들을 또래 상담자로 잘 양육한다면 또래의 문제를 도와 줄 뿐만 아니라 관계전도를 위해서 매우 효율적 방법이 될 수 있을 것이다. 그러므로 또래상담의 활성화는 전문적인 도움을 필요로 하는 청소년들과 전문가 집단과의 교량 역할을 가능케 한다는 점에서 청소년 상담활동을 극대화 시킬 수 있다.

실제로 미국이나 캐나다의 경우 또래상담의 효과로 인해 청소년 문제가 상당히 해결되고 이에 따라 주정부 차원에서 또래상담 사업을 공식적으로 지원하는 등 그 성과가 입증된 바 있다. 특히, 장기간의 연구를 통해 또래상담자가 속한 집단에서 10대들의 출석률이 높아졌고 책임질 줄 아는 행동이 많아지고 비행을 피하는 경향이 높아졌으며 학업에 더 많은 관심을 두게 되었다.¹⁷⁾

우리나라 청소년들의 또래상담 효과검증연구를 볼 때¹⁸⁾, 또래상담자들의 도움을 받는 학생들이 외로움이 감소하고 학교생활 만족에 유의미한 향상이 있음을 볼 수 있다. 교회와 기독교 공동체에서 청소년 또래상담을 통해서 어려움을 지닌 청소년들이 손쉽게 다른 또래들의 도움을 받아 어려움을 해결할 수 있도록 한다면 청소년 문제해결 및 예방에 크게 기여할 수 있을 것이다. 뿐만 아니라 또래상담은 한정된 상담인력으로 인해 소수에게만 제공되는 상담의 혜택을 다수의 청소년들에게 제공함으로써 청소년 상담을 활성화 시키는데 기여할 수 있을 것이다.

기독교 청소년 또래 상담을 활성화 시키고 지속적으로 발전시키기 위해서는 제자상담과 같은 형태를 통한 체계적 훈련과 한국교회와 학교실정에 맞는 프로그램 개발과 지속적인 양육 과정 또한 중요하다고 하겠다.¹⁹⁾

III. 닫는 글

청소년기는 인간 발달단계 가운데서 가장 구별되는 독립된 발달단계로써 특별한 관심과 이해, 지원이 필요한 시기이다. 특히 우리의 사회구조 내에서의 학벌제일주의, 부모의 과도한 교육열, 특수한 대학 제도로 대부분의 청소년들이 학업문제로 인해 정도의 차이는 있지만 스트레스를 받고 있다. 일상적으로 기독교청소년들은 일반청소년들이 인지하는 스트레스 수준과 차이가 있을 것이라는 예상과는 달리 우리나라 기독교청소년들 절대 다수가 발달적 스트레스와 사회, 문화, 환경적 스트레스를 받고 있음을 확인 할 수 있었다. 그리고 스트레스 대처 방법에 있어서도 비기독교적 청소년들과 동일하게 부정적인 대처방법을 많이 사용하고 있음을 알 수 있었다. 특히 교회 내에서 청소년들의 스트레스로 인한 문제를 비롯해서 청소년 문제가 상담을 통한 문제 해결이 미약하다는 실정을 발견 할 수 있었다. 청소년들이 교회의 신앙적인 문제로 인한 스트레스는 매우 적은 것으로 나타났지만 스트레스를 신앙적 방법으로 해결하는 데는 매우 미약함을 볼 수 있다. 이는 한국교회 신앙지도가 하나님과 관계적 측면보다는 이론적이고 지성적 측면이 강조함에서 온 결과라고 생각된다.

현재 기독교 청소년 상담에 대한 필요는 그 어느 때보다 요구 되고 있음에도 불구하고 실제적으로 상담이 효율적으로 이루어지지 못하고 있는 것은 전문가 부족과 아울러 내담자의 상담에 대한 이해부족에서 연유 된다고 하겠다. 청소년들의 심리적 거리를 좁히지 못한 상황에서 성인의 눈높이로 상담이 실시된다면 앞으로도 청소년들의 자발적인 상담은 쉽지 않을 것이다. 이제는 청소년 상담을 위한 이론과 실제, 그리고 신앙적 인격을 갖춘 전문 상담지도자들을 양성하기 위해서 교회와 기독교공동체가 협력해야 할 것이다. 아울러 청소년들의 특별한 사회성발달에 발맞춰서 또래상담 활성화, 체계적 사이버상담을 통한 정보활동을 위해서도 지속적인 노력이 요구 된다.

청소년들은 무한한 에너지로 뭉쳐진 미래시대의 주역이지만 현실적으로

많은 스트레스가 가중 되어 있다. 그러므로 청소년들을 그대로 방치하면 극단적이고 파괴적인 결과를 초래 할 수도 있다. 이제 우리는 천하보다 한 생명을 귀중하게 여기는 주님의 심장으로 이 나라의 청소년들을 섬기는 시대적 선한 청지가 되어야 할 것이다.

【 참고문헌 】

- Blonna, Richard. *Coping With Stress in a Changing*. Louis: Mosby, 1996.
- Lloyd-Jones, Martin D. *Spiritual Depression*. Michigan: Eerdmans, 1982.
- Furman, W & Buhrmester, D. "children's perceptions of the personal relationships in their social networks." *Developmental Psychology*. 제6권(1985).
- Hulme, William E. *Managing Stress in Ministry*. San Francisco: Harper & Row, 1985.
- Roskies, Ethel. *Stress Management for the Healthy Type*. New York: Guilford. 1987.
- Richard S. Lazarus & Susan Folkman, *stress, appraisal and Coping*. New York: Springer. 1984.
- Selye, Hans, *The Stress of Life. revised edition*. New York: McGraw-Hil. 1984.
- Greenberg, Sheldon F. & J. Valletutti, *Stress and the helping Professions*. London: Paul. 1980.
- William E. Hulme, *Managing Stress in Ministry*. New York: Harper & Row, 1985.
- Adams, Jay E. *Counseling, The Chirstian Counselor's Manual*. 정정숙 역. 『상담학 개론』. 서울: 베다니, 1992.
- Clinebell, Howard J. *Pastoar and Local Communityl*. 오성춘 역. 『목회와 지역 사회』. 서울: 대한기독교출판사, 1985.
- Crabb, J Lawrence. *The Effective Biblical Counseling*. 정정숙 역. 『성경적 상담학』. 서울: 총신대학 출판부, 1982.
- Richard S. Lazarus & Craeg Ellison. *Stress*. 김만풍 역. 『스트레스와 안정』. 서울: 두란노, 1997.
- 안병희, "고등학교 학생에 있어서 갈등실태에 관한 연구". 석사학위논문: 고려대학교대학원, 1983.
- 오윤선. 『기독교 상담심리학의 이해』. 서울: 예영 B&P, 2007.

- 김기태. 『위기 개입론』. 서울: 신광문화사, 1984.
- 원호택, 이민규. “고등학교 학생들의 스트레스”. 배영사. 「중원 황응연 박사 정년 기념 논총」. (1995): 374-398.
- 이상희. “중·고등학교에서의 또래상담 효과검증연구”. 한국상담학회. 「한국상담학 연구」. 제1권(2000): 75-92.
- 한준상, 『학교 스트레스』. 서울: 연세대학교 출판부, 1995.

[후 주]

- 1) William E. Hulme, *Managing Stress in Ministry* (San Francisco: Harper & Row, 1985), 133.
- 2) Richard S. Lazarus & Susan Folkman, *stress, appraisal and Coping* (New York: Springer, 1984), 2.
- 3) 한준상, 『학교 스트레스』 (서울: 연세대학교 출판부, 1995), 11-12.
- 4) William E. Hulme, *Managing Stress in Ministry* (New York: Harper & Row, 1985), 17.
- 5) Sheldon F. Greenberg & J. Valletutti, *Stress and the helping Professions* (Baltimore London: Paul, 1980), 1.
- 6) Lazarus & Folkman, 30-35.
- 7) Craeg Ellison, *Stress*, 김만풍 역, 『스트레스와 안정』 (서울: 두란노, 1997), 36.
- 8) Lawrence J. Crabb, *The Effective Biblical Counseling*, 정정숙 역, 『성경적 상담학』 (서울: 총신대학 출판부, 1982), 155.
- 9) Lawrence J. Crabb, *The Chirstian Counselor's Manual*, 정정숙 역, 『상담학 개론』 (서울: 베다니, 1992), 196.
- 10) Howard J. Clinebell, *Pastoar and Local Community*, 오성춘 역, 『목회와 지역사회』 (서울: 대한기독교출판사, 1985), 141.
- 11) Martin D. Lloyd-Jones, *Spiritual Depression* (Michigan: Eerdmans, 1982), 16-20.
- 12) 한준상, 『학교 스트레스』, 50.
- 13) 안병희, “고등학교 학생에 있어서 갈등실태에 관한 연구” (석사학위논문: 고려대학교 대학원, 1983), 34.
- 14) 한준상, 『학교 스트레스』, 101.
- 15) 원호택, 이민규, “고등학교 학생들의 스트레스”, 배영사, 「중원 황응연박사 정년기념 논총」(1995): 374-398.
- 16) 김기태, 『위기 개입론』 (서울: 신광문화사, 1984), 51-83
- 17) Grant, T. H, *Peer. assistance and leadership(PAL)program*. Paper presented at the Annual NPHA Conference.1987, 114-119.
- 18) 이상희, “중·고등학교에서의 또래상담 효과검증연구”, 한국상담학회, 「한국상담학 연

구」 제1권(2000): 75-92.
19) 오윤선, 『기독교 상담심리학의 이해』 (서울: 예영 B&P, 2007), 124-56.

【 Abstract 】

A Study on the Christian Counseling and Factors Analysis
in adolescent Stress

Oh Yoon Sun
(Korean Bible University)

The purpose for this study was to determine a scheme on the for christian counseling and factors Analysis according to adolescent stress. The specific objectives of this study were 1) to analyze the difference factors of the christian adolescents stress according to the levels of variable and 2) to analyze the difference on the relievable reaction of the Christian Adolescence according to the evels of variable. 3) A study on the for counselling in christian Adolescents of stress.

Data were collected from 420 randomly sampled the high school students in selected 25 church from Seoul and city and district in locality. After data cleaning, 410 questionnaires were used for data analysis. The SPSSWIN 13.0 program was used in analyzing the data, and a series of statistical tests were conducted including frequency, percentile, t-test, ANOVA, correlation analysis. The statistical significance level was .05.

The major findings of this study were as follows:

The degree of general stress is 2.10. we revealed the fact that the Adolescents are exposed to diverse stressors. The stress caused from studying and the future/advance Problem. The more stress a student feel from his/hes parents.

In relation to the stress type of adolescent according to factors analysis, the level of respondents identified with the category was as a "girls' high school and general high school" marked relatively higher point. The stress degree from serving on religious is very low.

The area of adolescent counseling is the most active one of various counsel-

ing activities in Church. But it is unfortunate that few studies on characteristic adolescent counsel been conducted and this has resulted in a low interest of counseling student and practitioners have taken the area hard difficult. Finally, it suggests some priority projects for method of christian adolescent counseling.

Key words: adolescent stress, Factors Analysis, christian counseling, data analysis, adolescent counseling.