

## 지체부자유 학생의 스트레스 수준 및 대처행동

정재권\*

우석대학교

이혜숙

명신대학교

정미영

대구대학교 재활과학과 박사과정

### 《요약》

본 연구는 지체부자유 학생의 스트레스 수준 및 대처행동 실태를 알아보기 위해 전국 지체부자유학교에서 중·고등부가 설치되어 있는 3개 학교 136명을 대상으로 하였다. 측정도구로는 스트레스 척도와 스트레스 대처 척도를 사용하여 스트레스 실태는 성별, 과정별, 장애유형별, 장애등급로 평균과 표준 편차를 구하고 유의차를 알아보기 위하여 t검증을 실시하였으며, 스트레스 대처 방식은 성별, 과정별, 장애유형별, 장애등급로 빈도와 %를 산출하여 해석하였다.

연구 결과를 토대로 얻어진 결론은 다음과 같다.

첫째, 지체부자유 학생들의 스트레스 수준은 약간 받는 것으로 나타났으나 변인별에 따라 다양하게 나타났다.

변인별로 여학생이 남학생보다 대인관계나 당면과제에 스트레스를 더 받고 있다. 지체부자유 학생이 뇌병변 학생보다 당면과제에 스트레스를 더 받고 있다. 1급이 2급보다 당면과제에 스트레스를 더 받고 있다.

둘째, 지체부자유 학생들의 스트레스 대처방법은 변인별에 따라 다양하게 나타났다.

변인별로 남학생은 스트레스 대처로 음식이나 TV/비디오시청을 하는데 비해 여학생은 음악을 듣는다. 과정별에서 중·고 공히 음악을 듣고 있으며, 장애유형별에서는 지체부자유학생은 음악을 듣는데 비해 뇌병변 학생은 음식물 섭취나 TV/비디오 시청을 하고 있다. 장애급수별로는 1급, 2급 공히 음악을 듣는 것으로 스트레스를 대처하고 있다.

주제어 : 지체부자유, 스트레스, 대처행동

\* 교신저자(cjk5207@woosuk.ac.kr)

## 1. 서론

### 1. 연구의 필요성

지체부자유는 그 종류나 원인 질환 등의 범위가 다양하고 장애의 정도나 부위가 광범위하여 일상생활이나 심리적 적응에 많은 제약을 받고 있다. 그러한 심리적 제약 중에는 심리적 긴장, 불안 및 갈등을 느끼게 되는데 이러한 긴장, 불안, 갈등이라고 하는 스트레스가 때로는 무의식중에 때로는 일상적 행동으로 표현되곤 한다.

특히 뇌성마비 학생 중에는 심한 장애 때문에 사회·정서적 발달의 모든 측면에서 어려움을 직면한다. 그들의 자율성 결여는 일상생활을 독립적으로 수행할 수 없기 때문에 스트레스를 받고, 대인관계에서 의사소통의 장애로 인하여 심리적 갈등이 가중된다(정재권·안병준, 2001).

스트레스라는 용어는 라틴어 stringer(팽팽하게 죄다)에서 유래하였는데(김옥분, 1998), 오랫동안 긴장, 피로, 탈진, 어려움, 곤란, 역경 또는 고생을 뜻하는 의미로 사용되어 왔다(최성윤, 1992).

스트레스에 대한 접근 방법도 다르게 정의되고 있는데 크게 세가지 기준으로 살펴보면, 첫째, 반응으로서의 스트레스이다. 비교적 초기의 개념으로 생물학, 의학 분야에서 많이 사용되는 것으로 어떤 자극에 대한 반응을 스트레스로 보거나 스트레스를 종속 변인으로 취급한다. 반응을 스트레스로 보는 이러한 입장은 스트레스 적응과 생리학, 해부학 등에 관한 이해를 증진시키는데 많은 공헌을 하였다.

그러나 스트레스 반응은 요구에 응하는 모든 신체적 반응이 스트레스가 되기 때문에 무엇이 긴장원이고 무엇이 반응인지 정확하게 구분하기 어려울 뿐 아니라 스트레스 적응과정에서 나타나는 개인의 인지적, 정서적 원인을 파악하기 어렵다는 비판을 듣고 있다(안민기, 2003).

둘째, 자극으로서의 스트레스이다. 심리학자들이 내리는 가장 보편적인 정의는 스트레스를 하나의 자극으로 보는 입장이다. 이것은 환경내의 자극을 독립변인으로 보고 자극을 곧 스트레스로 진단한다(Cox, 1991). 즉 자극 자체를 스트레스로 보고 이 스트레스가 독립변인이 되어 그것이 부적응 반응에 미치는 영향을 살펴보는 것으로 천재지변, 사랑하는 이의 죽음, 질병 등 일상적인 고민거리들을 예로 들 수 있다. 그러나 생활사건 자체를 스트레스로 보는 이 이론은 생활사건이 개인에게 어떤 심리적 의미를 갖는지를 고려하지 않는 점과 개인의 과거 경험에서 나타난 문제와 역사, 개인의 사회·경제적 배경, 대인관계의 조직망, 사회의 기대, 사회변화의 의미 등을 고려하지 않는 것이 문제점이다.

셋째, 역동적 상호작용으로서의 스트레스이다. 스트레스를 개인과 환경과의 역동적

인 상호작용으로 보는 관점으로 사회적·심리적·생리적인 체계를 모두 포함한다. 이것은 환경내의 자극 특성과 이에 관한 반응의 매개체로서 개인의 특성을 강조하고 있는데, 개인은 환경의 자극 요소와 그 반응을 직선적으로 매개할 뿐만 아니라 개인의 지각·인지나 스트레스에 대한 대처능력 등의 특징도 환경의 중요한 일부가 되며 환경에 영향을 준다는 견해이다.

이상에서 보는바와 같이 스트레스는 보는 관점에 따라 다양하게 정의될 수 있지만 개인의 스트레스 경험은 환경적 자극에서 생리적 반응에 이르기까지 전 과정을 포괄하고 있으므로 스트레스 개념은 이 일련의 과정 중 어느 부분을 강조하느냐에 따라 구분될 수 있다.

스트레스의 특징에 대하여 이재창 등(1995)은 첫째, 스트레스하면 큰 재앙이나 위기만 생각하기 쉬우나 매일 매일의 작은 사건들이 모두 스트레스가 될 수 있다. 둘째, 스트레스는 심리적 스트레스와 신체적 스트레스를 모두 생각할 수 있다. 셋째, 스트레스는 항상 부정적인 것만은 아니다. 넷째, 스트레스는 개인의 주관적인 평가에 달려 있으므로 상대적일 수 있다. 다섯째, 스트레스를 외부로부터 주어지는 것으로만 생각하기 쉬우나 자기 스스로 만드는 경우도 많다. 여섯째, 스트레스에 대한 우리의 반응은 복잡하여 감정적, 행동적 측면뿐만 아니라 신체적 측면에도 부정적 영향을 주게 된다.

모든 인간은 자신에 대해 긍정적으로 생각하고 스스로의 능력을 인정할 때 무슨 일을 하든 최선을 다하게 된다. 또한 사회성 발달을 통하여 특정 시기마다 중요하게 발달시키는 과제가 있으며 그것을 성공적으로 발달시키면 원만한 사회생활을 영위할 수 있고, 성공적으로 발달시키지 못하면 사회생활에 어려움을 겪는다. 그리고 청소년기는 심리적, 생리적, 인지적 변화를 경험하면서 자아정체감을 형성해 나가는 시기이므로 어느 발달단계보다 높은 스트레스를 경험하는 시기에 해당한다. 더 나아가 급변하는 사회변화와 불확실한 미래, 신체적인 장애와 대인관계 등은 오늘날의 지체부자유 청소년들에게 스트레스 원인으로 부각되고 있다.

스트레스 요인으로 황정규(1990)는 가정, 학교, 사회, 동성친구, 이성친구, 자기자신을 들고, 오가실과 한정석(1990)은 학교성적, 형제간의 불화, 이사, 이성친구의 사귀, 외모의 변화, 가까운 친척의 사망을 들었고, 류수영(1993)은 가족관계, 친구관계, 이성관계, 교사관계, 학업문제, 오락 및 여가활용문제, 건강 및 신체발육 문제, 일상생활문제 등을 들었고, 안경숙(1993)은 가족이나 친척과 관련된 요인, 친구와 관련된 요인, 학업이나 학교와 관련된 요인, 이성친구와 관련된 요인을 들고 있음을 볼 때 가정, 학교, 사회에 관련된 요인들로 구분하고 있다.

청소년기는 중·고등학교에 해당하는 시기로 신체적·성적·인지적 기능에 변화가 있고, 아울러 사회적 요구의 증진에 따라 독립하려는 욕구가 강해지며, 친구와 성인과의 관계에 변화를 경험하며, 성적적응·교육 그리고 직업에 대한 준비를 하는 등 많은 적응적 요구를 겪게 된다. 또한 이 시기는 양성간의 새롭고 뚜렷한 신체적 차이를 일으키

는 변혁의 시기이며, 반항과 순응의 시기이기도 하다(김은경, 2002).

이러한 변혁과 반항, 그리고 순응의 시기라고 할 수 있는 청소년기는 시기적으로 갖고 있는 특징만으로도 다양한 스트레스를 유발할 수 있는데, 지체부자유 청소년들은 사회·정서적 발달의 모든 측면에서 어려움에 직면한다. 그들의 자율성 결여는 일상생활을 독립적으로 수행할 수 없으며, 그들이 발견하는 정체감은 신체적 장애로 인한 부정적 영향이 긍정적 영향보다 더 많이 인식되기 때문이다. 또한 직업에 대한 일반적인 욕구가 충족되기 어렵고, 자신들의 자연스러운 성적 욕구를 적절히 표현하지 못하므로 좌절을 겪게 된다(정재권·안병준, 2001).

청소년기에 스트레스를 경험하는 일들을 보면 황정규(1990)는 동성친구와의 관계, 학업성적, 선생님과의 관계, 부모와의 관계, 신체 변화 등에서 스트레스를 많이 느낀다고 했으며, 김창기(1992)는 청소년들이 사회문제, 진학문제, 친구문제, 이성문제, 가정문제, 용돈문제 등의 순으로 스트레스를 많이 경험하며, 남자가 여자에 비해 이성문제, 여자는 남자에 비해 진학문제에 예민한 반응을 보인다고 하였다. 박명재(1993)는 중·고생들이 가족문제, 학교문제, 신체변화에 따른 문제 등에서 스트레스를 많이 느끼며, 백양희·최외선(1996)은 농촌 고교생을 대상으로 연구한 결과 학업문제, 장래문제, 생활태도문제, 교우문제, 자신감문제, 가정문제 순으로 스트레스를 느낀다고 했다. 송금희(1998)는 일반 중학교 학생들의 스트레스 심각성에 대해 동성친구관계, 학업문제에서 가장 높았고, 이어서 교사와의관계, 오락 및 여가활동문제, 가족관계, 일상생활관계, 이성 친구관계, 건강 및 신체발육문제 등의 순으로 스트레스를 심각하게 받아들이고 있음을 보고하였다. 김은경(2002)은 시각장애 청소년과 일반 청소년의 스트레스의 연구에서 시각장애 청소년들은 일반 청소년에 비해 가족관련, 친구관련, 학교관련, 일상생활관련의 하위영역에서는 유사한 스트레스 수준을 경험하는 반면, 신체관련 영역에서 높은 스트레스를 받고, 여학생의 스트레스 수준이 남학생에 비해 전반적으로 높은 것으로 보고하고 있다. 안민기(2003)는 초등학교 학생들의 스트레스 연구에서 초등학교 학생들은 학교생활 영역에서 학업, 적응, 진로의 문제로 스트레스를 받고 있다고 했다.

일반적으로 장애학생은 일반학생 보다 사회생활에서 더 어려움을 겪는 이유를 첫째, 개인이 가진 결함 자체가 사회생활에서 요구하는 여러 가지 기능 발휘를 방해받기 때문이며, 둘째, 장애에 대한 사회심리학적인 영향 때문이다. 우리 신체의 각 부분은 행동의 주요 수단으로 사용되고 있고, 이러한 각 부분의 결함으로 인하여 기능상에 이상이 생기면 정상적인 사회생활을 하는데 방해 받는 것은 당연하다(교육부, 2000).

스트레스에 대한 하위 영역에 대한 연구들을 보면 송금희(1998)는 중학교 학생이 겪는 스트레스와 대처방법에 대한 연구에서 김은경(2002)는 시각장애 청소년과 일반청소년의 스트레스 수준 및 대처행동의 차이에서 성별, 학년별, 거주 지역별로 보았고, 이경혜(2002)는 학습우수아와 학습부진아의 스트레스 수준 및 학교생활 적응에 대한 연구에서 성별, 학년별, 아버지의 학력별, 학교의 형태별로 보았으며, 안민기(2003)는 초등학

교 학생의 스트레스 요인과 대처방안에 대한 연구에서 성별에 대해서 알아보았다. 이러한 점에 비추어 본 연구에서는 성별, 과정별 장애유형별, 장애등급별로 알아보고자 한다.

그러나 스트레스 상황에서 중요한 것은 스트레스를 어떻게 감소시킬 수 있으며, 어떻게 하면 효율적으로 스트레스를 대처할 수 있는가하는 것이다. 다시 말해서 개인이 자기의 기능을 최대로 발휘할 수 있는 최적수준의 스트레스를 찾아내어 최선으로 적응시키는 방법을 모색하는 것이 중요하다(장인숙, 2001).

스트레스 요인이란 스트레스 반응을 일으키게 하는 상황과 사건 또는 사람 등의 자극을 말하는 것으로 같은 사건에 대한 스트레스라 할지라도 그것에 대한 개인의 반응과 스트레스 수준이 다르듯이 스트레스를 일으키는 요인 및 유형의 범주 또한 다양하다. 오가실과 한정석(1990)은 학생들이 일상생활 중에 직면하는 스트레스 요인들은 학교성적, 형제간의 불화, 이사, 이성친구의 사귀, 외모의 변화, 가까운 친척의 사망 등을 들고 있고, 류수영(1993)은 가족관계, 친구관계, 이성관계, 교사관계, 학업문제, 오락 및 여가활동문제, 건강 및 신체발육문제, 일상생활문제 등으로 구분했으며, 안경숙(1993)은 가족이나 친척과 관련된 요인, 친구와 관련된 요인, 학업이나 학교와 관련된 요인, 이성친구와 관련된 요인으로 구분하고 있다. 이러한 요인들을 바탕으로 몇 가지로 구분하여 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 가족 관계로 가정은 가장 기본적인 사회 활동 기관으로 가정환경은 인격 형성의 가장 기본이 되는 장으로 개인의 정신건강에 절대적인 영향을 미친다. 주거문제, 개인 공간, 여가활동, 동물사육 등의 경제적 요인, 부모의 편애, 무관심, 지나친 간섭 등의 부모요인, 형제간의 비교, 불화, 열등감 등의 형제요인, 부모 불화, 공부 강요, 대화 부족, 예의 등의 가정 분위기 요인 등으로 인한 스트레스를 들 수 있다.

둘째, 친구 관계로 동성 친구와 이성 친구로 구분할 수 있는데 동성 친구의 경우가 시기가 되면 여러 종류의 능력에 맞추어 친구관계가 조직되거나 그것에 대응해서 친구관계도 재편성 된다. 그러나 집단행동이 비행이나 비정상적인 모습을 보이거나 집단이 폐쇄적일 때 또는 집단으로부터 무리한 요구를 받을 때 등은 집단 그 자체가 학생에게 스트레스로 작용한다(윤국진, 1995). 그리고 이성 친구 간에 생길 수 있는 여러 가지 스트레스를 받게 된다.

셋째, 오락 및 여가활동의 문제로 오늘날 인터넷을 통한 많은 정보들은 경험을 확장시켜 주고 있지만 지적, 정서적으로 미쳐 받아들일 준비가 되어있지 못한 정보들을 학생들에게 제공하기 때문에 놀이를 통해 스트레스를 해소할 시간을 뺏으므로 학생들의 스트레스는 가중된다.

넷째, 건강 및 신체발육으로 키, 몸무게, 용모, 질병, 장애, 허약 체질 등에 대한 요인으로 스트레스를 경험하게 된다.

이와 같이 스트레스의 개념이 다양한 만큼 이에 대응하는 대처방법도 다양하다.

개인이 스트레스를 받는 상황에 처하게 되면 그 상황으로부터 벗어나기 위하여 어떤 행동을 취하게 되는데 그 요인이 무엇이든 간에 이에 대처하게 된다. 그러므로 스트레스 대처행동은 스트레스 요인으로부터 피해를 최소화하기 위해 개인이 행하는 노력으로 스트레스를 어떻게 행하느냐에 따라 오히려 성장의 촉진이 되기도 한다.

전통적으로 대처는 방어 혹은 자아과정의 관점, 성격 특성의 관점, 상황지향적 관점에서 개념화되고 있다(안민기, 2003).

첫째, 방어 혹은 자아과정의 관점에서 대처 행동은 자아 방어적 과정이므로 기능은 긴장감소를 위한 것이라고 주장하면서 역동심리학의 근간을 이루고 있는 방어기제들이 스트레스 대처작용으로 파악하고 있다. 이러한 입장은 정서적 측면에 초점을 두는 긴장 해소와 함께 문제해결 기능의 과정이 포함되어야 한다는 지적을 받고 있다.

둘째, 성격 또는 기질적 관점에서의 대처행동은 개인의 성격 특성이 스트레스 대응 효과 즉 적응에 영향을 준다는 주장이다. 이러한 관점에서는 특정한 성격적, 기질적 특성을 가진 사람들은 모든 상황에서 일단 태도나 행동을 보일 것이라는 가정 하에서 대처가 변하는 점과 한 개인의 생활과정을 다루는데 사용되는 다차원적 대처과정을 적절히 반영하지 못하는데 지적을 받고 있다.

셋째, 상황 지향적 관점은 외과적 수술, 신체적 장애, 질병과 같은 특별한 위기를 경험하는 사람들이 사용하는 대처과정에 관심을 둔다. 이 입장은 특정한 위기 상황이 전개되어 가는 과정에서 사람들이 이에 대응하여 사용하는 전략 즉 대인관계의 수립, 정보추구, 자존심의 유지, 올바른 의사결정, 좋은 기분의 유지 등으로 대처를 범주화하여 설명하고 있으며 특정의 스트레스 상황이 필연적으로 갖게 되는 부정적 효과를 완화시키는데 사용되는 대처전략을 밝히고 있다. 이 관점 또한 특정 상황에서의 소규모의 적응 전략을 매개로 하는 대처행동을 다룸으로써 일반화가 어렵다는 문제점을 지니고 있다.

이러한 점에 비추어볼 때 본 연구에서는 대처행동을 스트레스상황에 대해 이를 처리하기 위한 개인의 의도적인 모든 인지적, 행동적 노력으로 규정 하고자 한다.

이러한 스트레스를 적절하게 예방하고 당면한 스트레스에 효과적으로 대응해야 하는데 일반 학생들의 스트레스 대처에 대한 연구는 활발하게 이루어지고 있으나 지체부자유 학생들에 대한 연구는 부족한 실정이다.

따라서 본 연구는 지체부자유 학생들이 일상생활에서 지각하는 스트레스에 초점을 두고 이러한 스트레스를 대처하고 조정할 수 있는 방법을 탐색하여 지체부자유 학생들의 생활 만족도를 높여 건전한 사회인으로 성장할 수 있도록 지도에 기초자료를 제공하는데 의의가 있다.

## 2. 연구의 목적

본 연구는 지체부자유학생들이 당면하고 있는 스트레스 실태와 대처방법을 알아보는 데 있으며 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 지체부자유 학생들의 스트레스 실태를 성별, 과정별, 장애유형별, 장애등급별에 따라 알아본다.

둘째, 지체부자유 학생들의 스트레스 대처방법을 성별, 과정별, 장애유형별, 장애등급별에 따라 알아본다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구 대상

본 연구의 대상은 전국 지체부자유학교에서 중·고등부가 설치되어 있는 경기도 M지체부자유학교와 S지체부자유학교, 대구의 B지체부자유학교 중·고등부에 재학하고 있는 지체부자유학생 136명을 대상으로 성별, 과정별, 장애유형별, 장애등급별로 구분하여 조사하였다. 과정별에서 중·고만 대상으로 한 것은 초등부의 경우 문장을 읽고 답할 수 있는 아동들이 다수 있기 때문에 본 연구에서는 문장을 읽고 답할 수 있는 중·고등학생들로 한정하였다. 장애유형별은 일반적으로 뇌성마비라고 할 때 경련형, 무정위운동형, 운동실조형 등으로 구분할 수 있으나 본 연구에서는 보건복지부에서 제시하고 있는 지체부자유와 뇌병변장애로 구분하여 제시하고 있는 것을 중심으로 하였다. 조사대상의 구체적인 실태는 <표1>과 같다.

구분	성별		과정별		장애유형별		장애등급별	
	남	여	중	고	지체부자유	뇌병변	1급	2급
인원	76	60	59	77	98	38	70	66
비율	55.88	44.12	43.38	56.62	72.06	27.94	51.47	48.53

### 2. 측정도구

#### 1) 스트레스 척도

스트레스 척도는 송금희(1998)의 중학교 학생이 겪는 스트레스와 대처방법에 대한

연구에서 사용한 도구를 지체부자유학생들에게 맞게 수정 보완하여 사용하였는데 각 문항은 학생들이 스트레스에 대한 심각성을 4단계 척도(0=전혀 없음, 1=약간 받음, 2=상당히 받음, 3=아주 많이 받음)로 평정하도록 구성되었다. 영역별 내용은 <표2>와 같다.

<표2>

영역별 내용

영역	대인관계	문항수	당면과제	문항수
내용	가족관계	18	학업문제	8
	동성친구 관계	7	오락 및 여가활용 문제	4
	이성친구 관계	3	건강 및 신체발육 문제	7
	교사와의 관계	7	일상생활 문제	14
계		35	계	33

2) 스트레스 대처 척도

스트레스 대처 방법에 대한 척도는 김은경(2002)의 시각장애 청소년과 일반 청소년의 스트레스 수준 및 대처행동의 차이에서 사용한 도구를 지체부자유학생들이 이해하기 쉽도록 수정 보완하여 사용하였다. 스트레스를 받거나 고민이 생길 때 어떤 방법으로 행동하는가를 알아보기 위해 총 17개 항목 중 가장 많이 활용하는 것 2개를 선택하도록 했다. 선택된 대처방법의 응답율을 고려하여 총 8개의 군집으로 구분하였다.

3. 자료 분석

본 조사에서 얻어진 스트레스 실태는 성별, 과정별, 장애유형별, 장애등급로 평균과 표준 편차를 구하고 유의차를 알아보기 위하여 t검증을 실시하였으며, 스트레스 대처 방식은 성별, 과정별, 장애유형별, 장애등급로 빈도와 %를 산출하여 해석하였다. 통계처리는 SPSS 12.0을 통하여 실시하였다.

III. 결과 및 해석

1. 지체부자유 학생들의 스트레스 실태

1) 성별에 따른 스트레스 실태

성별에 따른 스트레스 결과는 <표3>과 같다.



<표3> 성별에 따른 스트레스 결과

영역	내용	남		여		t
		M	SD	M	SD	
대인관계	가족관계	0.93	1.05	1.13	1.09	-4.79*
	동성 친구관계	1.23	1.13	1.37	1.08	-1.98*
	이성 친구관계	0.99	1.09	1.03	1.04	-.303
	교사와의 관계	0.92	1.01	1.11	1.06	-2.86**
	계	0.99	1.07	1.17	1.08	-5.66*
당면과제	학업 문제	1.15	1.14	1.42	1.06	-4.05*
	오락 및 여가활동 문제	1.12	1.11	0.96	0.99	1.72
	건강 및 신체발육 문제	1.06	1.11	1.19	1.07	-1.92
	일상생활 문제	0.96	1.07	1.09	1.04	-2.78**
	계	1.04	1.10	1.18	1.06	-4.13*

\*p<.05    \*\*p<.01

<표3>에서 보는바와 같이 대인관계 영역에서 가족관계, 동성친구 관계는 여학생이 5% 수준에서 스트레스를 더 받는 것으로 나타났고, 교사와의 관계에서는 여학생이 1% 수준에서 스트레스를 더 받는 것으로 나타났으며, 전체적으로 볼 때 대인관계는 여학생이 1% 수준에서 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다.

당면과제 영역에서는 오락 및 여가활동 문제와 건강 및 신체발육 문제에서는 통계적으로 유의한 차가 나타나지 않았으나 학업문제에서는 5% 수준에서 여학생이 스트레스를 더 받는 것으로 나타났고, 일상생활 문제에서는 1% 수준에서 여학생이 스트레스를 더 받는 것으로 나타났으며, 전체적으로 당면 과제는 5% 수준에서 여학생이 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다.

## 2) 과정별에 따른 스트레스 실태

과정별에 따른 스트레스 결과는 <표4>와 같다.

<표4>에서 볼 때 대인관계 영역에서는 가족관계, 동성 친구관계, 교사와의 관계 공히 중학생이 고등학생 보다 높게 나타났으나 통계적으로 유의한 차가 나타나지 않았다. 이성 친구관계에서는 고등학생이 중학생 보다 높게 나타났으나 통계적으로는 유의한 차가 나타나지 않았다. 전체적으로 중학생이 고등학생 보다 높게 나타났으나 통계적으로 유의한 차가 나타나지 않았다.

당면 과제 영역에서는 학업 문제는 고등학생이 중학생 보다 높게 나타났으나 통계적으로는 유의한 차가 나타나지 않았고, 오락 및 여가활동 문제, 건강 및 신체발육 문제, 일상생활 문제는 공히 중학생이 고등학생 보다 높게 나타났으나 통계적으로는 유의

한 차가 나타나지 않았다. 전체적으로 고등학생이 중학생 보다 높게 나타났으나 통계적으로는 유의한 차가 나타나지 않았다.

<표4> 과정별에 따른 스트레스 결과

영역	내용	중		고		t
		M	SD	M	SD	
대인관계	가족관계	1.05	1.03	0.99	1.10	1.40
	동성 친구관계	1.32	1.07	1.27	1.14	.75
	이성 친구관계	0.92	0.99	1.08	1.11	-1.48
	교사와의 관계	1.03	0.97	0.99	1.09	.584
	계	1.09	1.03	1.05	1.11	1.17
당면과제	학업 문제	1.21	1.08	1.32	1.14	-1.68
	오락 및 여가활동 문제	1.10	1.04	1.00	1.08	1.07
	건강 및 신체발육 문제	1.13	1.08	1.11	1.11	.24
	일상생활 문제	1.02	1.06	1.01	1.06	.21
	계	1.10	1.07	1.11	1.10	-.24

3) 장애유형별에 따른 스트레스 실태

장애유형별에 따른 스트레스 결과는 <표5>와 같다.

<표5> 장애유형별에 따른 스트레스 결과

영역	내용	지체부자유		뇌병변		t
		M	SD	M	SD	
대인관계	가족관계	1.02	1.05	1.02	1.13	-.08
	동성 친구관계	1.25	1.08	1.38	1.19	-1.64
	이성 친구관계	1.05	1.08	0.90	1.02	1.26
	교사와의 관계	1.07	1.05	0.84	0.99	3.09**
	계	1.08	1.06	1.04	1.12	1.28
당면과제	학업 문제	1.33	1.10	1.11	1.13	3.06**
	오락 및 여가활동 문제	1.04	1.05	1.07	1.10	-.36
	건강 및 신체발육 문제	1.15	1.08	1.03	1.13	1.49
	일상생활 문제	1.04	1.06	0.96	1.07	1.39
	계	1.13	1.08	1.03	1.10	2.99**

\*\*p<.01

<표5>에서와 같이 대인관계 영역에서 가족관계, 동성 친구 관계에서는 뇌병변 학생이 지체부자유학생 보다 높게 나타났으나 통계적으로는 유의한 차가 나타나지 않았고, 이성 친구관계, 교사와의 관계는 뇌병변 학생이 지체부자유학생 보다 높게 나타났고 교사와의 관계에서 1% 수준의 유의한 차가 나타나 지체부자유학생이 뇌병변 학생 보다 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다. 전체적으로 지체부자유 학생이 뇌병변 학생보다 높게 나타났으나 통계적으로는 유의한 차가 나타나지 않았다.

당면과제 영역에서는 학업문제, 건강 및 신체발육 문제, 일상생활 문제에서 지체부자유학생이 뇌병변 학생보다 높게 나타났으나 학업문제에서만 1% 수준의 유의한 차가 나타났고, 오락 및 여가활동 문제는 뇌병변 학생이 지체부자유 학생보다 높게 나타났으나 통계적으로 유의한 차가 나타나지 않았다. 전체적으로는 1% 수준에서 지체부자유 학생이 뇌병변 학생보다 높게 나타나 지체부자유 학생이 당면 과제에 스트레스를 받고 있는 것으로 나타났다.

4) 장애등급별에 따른 스트레스 실태

장애등급별에 따른 스트레스 결과는 <표6>과 같다.

<표6> 장애등급별에 따른 스트레스 결과

영역	내용	1급		2급		t
		M	SD	M	SD	
대인관계	가족관계	1.03	1.07	1.00	1.07	.55
	동성 친구관계	1.26	1.12	1.33	1.10	-.97
	이성 친구관계	1.06	1.07	0.96	1.06	1.02
	교사와의 관계	1.07	1.05	0.93	1.02	2.06*
	계	1.08	1.08	1.05	1.07	1.13
당면과제	학업 문제	1.36	1.10	1.17	1.12	2.99**
	오락 및 여가활동 문제	1.11	1.09	0.98	1.02	1.39
	건강 및 신체발육 문제	1.16	1.11	1.08	1.09	1.11
	일상생활 문제	1.02	1.06	1.01	1.06	.33
	계	1.15	1.09	1.06	1.08	2.71**

\*p<.05 \*\*p<.01

<표6>에서와 같이 대인관계 영역은 가족관계, 이성 친구관계, 교사와의 관계는 1급이 2급보다 더 높게 나타났고, 교사와의 관계에서 1% 수준의 유의한 차가 나타나 장애가 무거울수록 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다. 동성친구 관계는 2급이 1급보다 더 높게 나타났으나 통계적으로는 유의한 차가 나타나지 않았다. 대인관계 전체는 1급

이 2급보다 높게 나타났으나 통계적으로 유의한 차가 나타나지 않았다.

당면과제 영역에서는 학업문제, 오락 및 여가활동 문제, 건강 및 신체발유 문제, 일상생활 문제 공히 1급이 2급보다 높게 나타났으나 학업 문제에서 1% 수준의 유의한 차가 나타나 1급이 2급보다 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다. 전체적으로 1급이 2급보다 높게 나타났고 통계적으로 1% 수준의 유의한 차가 나타나 1급이 2급보다 스트레스를 더 받는 것으로 나타났다.

## 2. 지체부자유학생들의 스트레스 대처 방법

### 1) 성별에 따른 스트레스 대처 방식

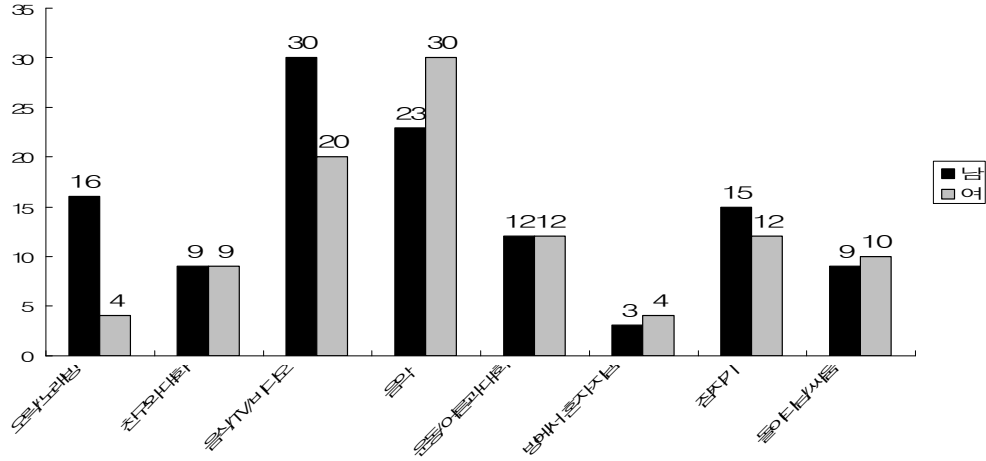
성별에 따른 스트레스 대처 결과는 <표7>과 같다.

<표7> 성별에 따른 스트레스 대처 결과

대처방식	집 단	
	남	여
오락/노래방	16(13.67)	4(3.96)
친구와 대화	9(7.69)	9(8.91)
음식/TV/비디오	30(25.64)	20(19.80)
음악	23(19.65)	30(29.70)
운동/어른과의 대화	12(10.25)	12(11.88)
방에서 혼자 지냄	3(2.56)	4(3.96)
잠자기	15(12.82)	12(11.88)
돌아다님/싸움	9(7.67)	10(9.90)
전체	117(100.0)	101(100.0)

( )은 %임.

<표7>에서와 같이 스트레스 대처 결과를 보면 남학생은 음식/TV/비디오, 음악, 오락/노래방 순으로 음식/TV/비디오가 가장 높게 나타났고, 여학생은 음악, 음식/TV/비디오, 운동/어른과의 대화, 잠자기 순으로 음악이 가장 높게 나타났다.



<그림1> 성별에 따른 스트레스 대처 결과

2) 과정별에 따른 스트레스 대처 방식

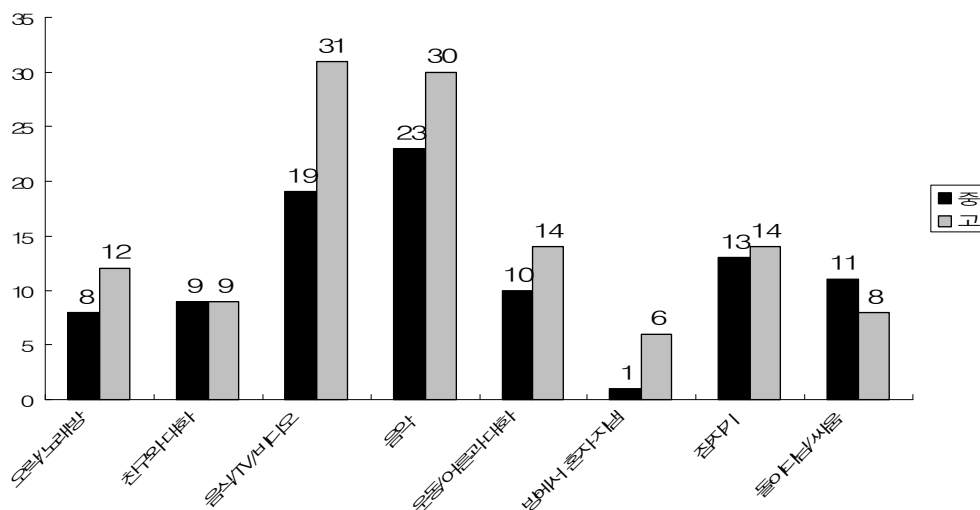
과정별에 따른 대처 결과는 <표8>과 같다.

<표8> 과정별에 따른 스트레스 대처 결과

대처방식	집 단	
	중	고
오락/노래방	8(8.51)	12(9.68)
친구와 대화	9(9.57)	9(7.26)
음식/TV/비디오	19(20.21)	31(25.0)
음악	23(24.47)	30(24.19)
운동/어른과의 대화	10(10.64)	14(11.29)
방에서 혼자 지냄	1(1.06)	6(4.84)
잠자기	13(13.83)	14(11.29)
돌아다님/싸움	11(11.70)	8(6.45)
전체	94(100.0)	124(100.0)

( )은 %임.

<표8>에서 과정별에 따른 스트레스 대처 결과를 보면 중학생은 음악, 음식/TV/비디오, 잠자기 순으로 음악을 듣는 것이 가장 높게 나타났고, 고등학생은 음식/TV/비디오, 음악, 운동/어른과의 대화, 잠자기 순으로 음식/TV/비디오가 가장 높게 나타났다.



<그림2> 과정 별에 따른 스트레스 대처 결과

### 3) 장애유형별에 따른 스트레스 대처 방식

장애유형별에 따른 대처 결과는 <표9>와 같다.

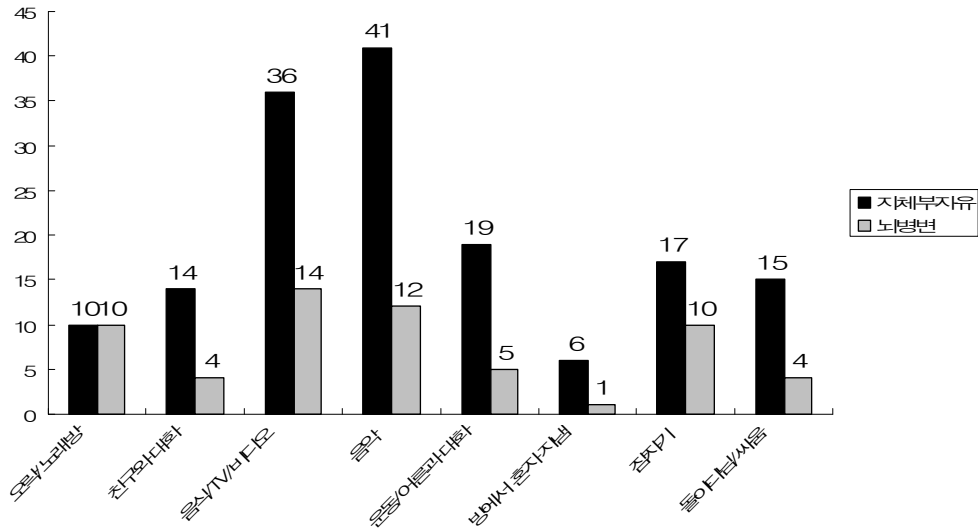
<표9> 장애유형별에 따른 스트레스 대처 결과

대처방식	집 단	
	지체부자유	뇌병변
오락/노래방	10(6.33)	10(16.67)
친구와 대화	14(8.86)	4(6.67)
음식/TV/비디오	36(22.78)	14(23.33)
음악	41(25.95)	12(20.0)
운동/어른과의 대화	19(12.03)	5(8.33)
방에서 혼자 지냄	6(3.79)	1(1.67)
잠자기	17(10.76)	10(16.67)
돌아다님/싸움	15(9.49)	4(6.67)
전체	158(100.0)	60(100.0)

( )은 %임.

<표9>에서 장애유형별에 따른 대처 결과를 보면 지체부자유학생은 음악, 음식/TV/비디오, 운동/어른과의 대화 순으로 음악이 가장 높고, 뇌병변 학생은 음식/TV/비디오,

음악, 오락/노래방, 잠자기 순으로 음식/TV/비디오가 가장 높게 나타났다.



<그림3> 장애유형별에 따른 스트레스 대처 결과

### 3) 장애등급별에 따른 스트레스 대처 방식

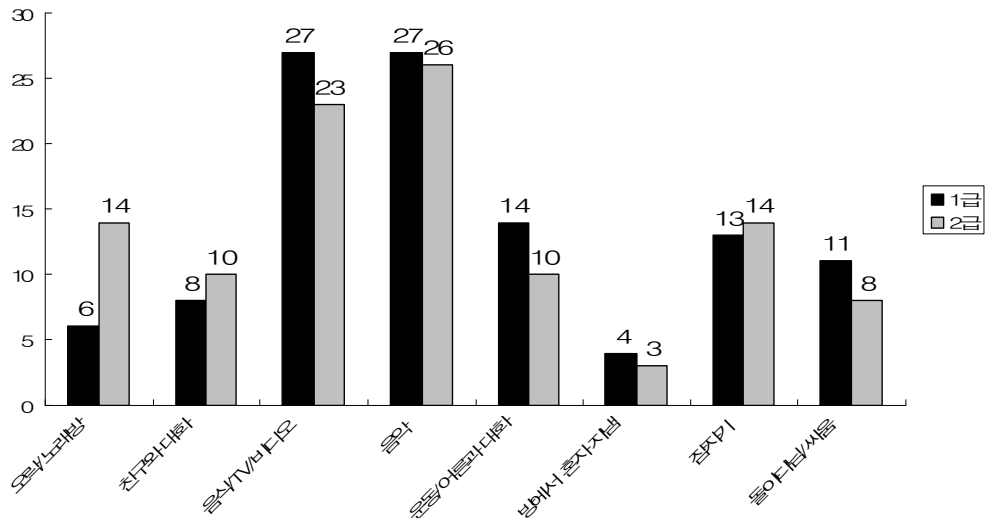
장애등급별에 따른 대처 결과는 <표10>과 같다.

<표10> 장애등급별에 따른 스트레스 대처 결과

대처방식	집 단	
	1급	2급
오락/노래방	6(5.45)	14(13.08)
친구와 대화	8(7.27)	10(9.35)
음식/TV/비디오	27(24.55)	23(21.49)
음악	27(24.55)	26(24.30)
운동/어른과의 대화	14(12.73)	10(9.35)
방에서 혼자 지냄	4(3.64)	3(2.80)
잠자기	13(11.82)	14(13.08)
돌아다님/싸움	11(10.0)	8(7.48)
전체	110(100.0)	107(100.0)

( )은 %임.

<표10>에서 장애등급별에 따른 스트레스 대처 결과를 보면 1급은 음식/TV/비디오, 음악, 운동/어른과의 대화, 잠자기 순으로 음식/TV/비디오와 음악이 가장 높게 나타났고, 2급은 음악, 음식/TV/비디오, 오락/노래방, 잠자기 순으로 음악이 가장 높게 나타났다.



<그림4> 장애등급별에 따른 스트레스 대처 결과

#### IV. 결론 및 제언

본 연구는 지체부자유 학생의 스트레스 수준 및 대처행동 실태를 알아보기 위해 전국 지체부자유학교에서 중·고등부가 설치되어 있는 3개 학교 136명을 대상으로 하였다. 측정도구로는 스트레스 척도와 스트레스 대처 척도를 사용하여 스트레스 실태는 성별, 과정별, 장애유형별, 장애등급로 평균과 표준 편차를 구하고 유의차를 알아보기 위하여 t검증을 실시하였으며, 스트레스 대처 방식은 성별, 과정별, 장애유형별, 장애등급로 빈도와 %를 산출하여 해석하였다.

연구 결과를 토대로 얻어진 결론은 다음과 같다.

첫째, 지체부자유 학생들의 스트레스 수준은 약간 받는 것으로 나타났으나 변인별에 따라 다양하게 나타났다.

여학생이 남학생보다 대인관계나 당면과제에 스트레스를 더 받고 있다. 지체부자유 학생이 뇌병변 학생보다 당면과제에 스트레스를 더 받고 있다. 1급이 2급보다 당면과제에 스트레스를 더 받고 있다.



이러한 결과들은 여학생이 남학생보다 스트레스 수준이 높다는 선행연구들과도 일치한다.(이경혜, 2002; 김은경, 2002; 안민기, 2003). 장애가 무거울수록 스트레스를 더 많이 지각한다는(김은경, 2002) 연구 결과와도 일치한다.

둘째, 지체부자유 학생들의 스트레스 대처방법은 변인별에 따라 다양하게 나타났다.

남학생은 스트레스 대처로 음식이나 TV/비디오시청을 하는데 비해 여학생은 음악을 듣는다. 과정별에서 중·고 공히 음악을 듣고 있으며, 장애유형별에서는 지체부자유 학생은 음악을 듣는데 비해 뇌병변 학생은 음식물 섭취나 TV/비디오 시청을 하고 있다. 장애급수별로는 1급, 2급 공히 음악을 듣는 것으로 스트레스를 대처하고 있다.

스트레스 대처 방법이 주로 음식물 섭취, 음악, TV/비디오 시청으로 나타났는데 이는 운동장애 때문으로 보이며, 시각장애의 경우는 음악을 듣거나 친구와의 대화를 통해 스트레스에 대처한다는 응답율이 높은 반면에 일반 청소년들은 전자오락/노래방을 통해 스트레스에 대처하고 있다(김은경, 2002)을 볼 때 집단 간에 차이가 있음을 알 수 있다.

본 연구의 추진 과정과 결론을 토대로 다음 몇 가지를 제안하고자 한다.

첫째, 본 연구의 대상을 질문지를 이해하고 답할 수 있는 중·고등부 학생을 대상으로 하였는데 초등부 학생을 대상으로 하는 연구가 수행될 필요가 있다.

둘째, 한 가정에 지체부자유 장애가 있을 때 본인뿐만 아니라 부모와 형제들도 스트레스를 받기 쉬운데 이에 대한 연구가 이루어질 필요가 있다.

## 참고문헌

- 교육부(2000). **심리·행동 적응훈련 교사용 지도서**. 교육부.
- 김옥분(1998). 초등학교 교사의 학교 스트레스 분석 연구. 미간행 석사학위논문. 아주대학교 대학원.
- 김은경(2002). 시각장애 청소년과 일반청소년의 스트레스 수준 및 대처행동의 차이. 미간행 석사학위논문. 전남대학교 교육대학원.
- 김창기(1992). 청소년들의 스트레스 요인 및 적응 방법에 대한 고찰: 서울지역 남·여 고등학교 재학생을 중심으로. 미간행 석사학위논문. 건국대학교 교육대학원.
- 류수영(1993). 국민학교 고학년 생활 스트레스 척도의 개발을 위한 예비연구. 미간행 석사학위논문. 충남대학교 교육대학원.
- 박명재(1993). 중·고등학교 학생들의 스트레스 유형과 강도. 미간행 석사학위논문. 순천향대학교 지역사회개발대학원.
- 백양희·최외선(1996). 농촌 학생들의 스트레스. **대한가정학회지**, 107, 33-47.
- 송금희(1998). 중학교 학생이 겪는 스트레스와 대처방법에 대한 연구. 미간행 석사학위논문. 전남대학교 교육대학원.
- 안경숙(1993). 아동의 스트레스와 행동문제간의 관계연구. 미간행석사학위논문. 서울여자대학교 대학원.
- 안민기(2003). 초등학교 학생의 스트레스 요인과 대처방안에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 관동대학교 교육대학원.

- 오가실·한정석(1990). 스트레스 생활사건, 건강문제, 대응, 사회적 지지와의 관계. **간호학회지**, 20(3), 414-429.
- 윤국진(1995). 국민학생의 스트레스 경험수준과 학교생활 적응과의 관계. 미간행 석사학위논문. 공주대학교 교육대학원.
- 이재창 외 5인(1995). **인간이해를 위한 심리학**. 서울: 문음사.
- 장인숙(2001). 자녀양육에 대한 죄책감, 격리불안 및 양육스트레스가 양육태도에 미치는 영향: 취업모와 비취업모를 대상으로. 미간행 석사학위논문. 한양대학교 교육대학원.
- 정재권·안병준(2001). **지체부자유아 심리 이해**. 서울: 학지사.
- 최성윤(1992). 아동기 스트레스에 관한 연구. 미간행 석사학위논문. 한국교원대학교 대학원.
- 황정규(1990). 한국 학생의 스트레스 측정과 형성. **서울대학교 사대논총**, 제41집.
- Cox, T.(1991). *Stress(9th Ed.)*. London: MacMillan Education Ltd.

## Stress levels and coping actions of Physical handicapped students

**Chung, Jae-Kweon**

Woosuk University

**Lee, Hea-Suk**

Myungshin University

**Chung, Mi-Young**

Daegu University

### <Abstract>

This research was done to study the actual conditions of stress levels and coping actions of physical handicapped students. The source is from the 136 students in three different high schools and middle schools where there are special educations. The stress scale and stress coping scale were used for the measuring tool. Furthermore the average and standard deviation of stress condition was obtained through sex, process, handicap types, and handicap levels. t-verification was used to get the significance differences. And Stress coping method was obtained with the frequency and percentage resulted from sex, process, handicap type, and handicap level.

The conclusions from the research are as follows.

First, the physical handicapped students get little stress, but they vary depending on different class. Female students get more stress from personal relationships and confrontations than male students. The physical handicapped students get more stress from confrontations than students with mental paralysis. 1st degree handicaps get more stress than 2nd degree handicaps in confrontations.

Second, the method of coping actions for the stresses of handicaps varies depending on the class. For stress coping, male students eat or watch TV/videos, but female students listen to music. In the process, middle and high school students mostly listen to music. For handicap types, handicapped students listen to music

44 특수교육 저널 : 이론과 실천(제9권 2호)

while students with paralysis mostly eat or watch TV/videos. As for the handi level, 1st and 2nd degrees listen to music to cope with stress.

**Key Words:** physical handicapped, stress, coping actions.

---

논문 접수: 2008. 4. 5    심사 시작: 2008. 5. 13    게재 확정: 2008. 6. 20