한국청소년연구
Studies on Korean Youth
2004. Vol. 15. No.2. pp. 183-213

스트레스에 대한 대처전략의 중재효과: 남녀대학생의 차이를 중심으로

이 창 식* · 김 윤 정**

스트레스와 적응, 대처전략의 수준 및 이러한 수준이 대학생의 성별에 따라 차이가 있는가를 알아보고자 한다. 둘째, 성별에 따른 차이가 두드러지는 경우 스트레스-적응에서 대처전략의 중재효과가 대학생의 성별에 따라 다른가를 규명해보자 하고자 하였다.

연구결과 첫째, 대학생들은 학업스트레스를 가장 많이 경험하며, 남자대학생이 문제행동을 많이 하고, 학교생활, 대인관계, 성충동에서 스트레스를 많이 경험하나 대처전략에서는 여자대학생이 문제해결적 대처방식을 더 많이 사용하였다. 둘째, 대처전략의 주효과가 부분적으로 검증되었으며, 남자대학생에게는 문제해결적 대처가 자존감을 보호하고, 여학생은 문제해결적 대처와 정서보호적 대처가 자존감을 보호하는 것으로 나타났다. 셋째, 스트레스와 자존감간의 관계에서 정서보호대처의 중재효과가 발견되었다. 남학생의 경우 성충동에서 여자대학생의 경우 가족관계스트레스와 대인관계스트레스에서 정서보호대처전략을 사용하면 자존감이 향상되는 것으로 나타났다. 넷째, 스트레스와 문제행동간의 관계에서 문제해결대처 및 정서보호대처의 악화효과가 발견되었다. 남자대학생의 경우, 학교생활과 가족관계, 성충동 스트레스가 문제행동에 미치는 부정적인 영향이 대처전략을 사용하는 경우 더 악화되는 것으로 나타났다. 여자대학생의 경우 성충동이 심할 때 정서보호대처전략을 사용하는 것이 여자대학생의 문제행동을 가중시키는 것으로 나타났다.

주제어 : 대학생, 문제해결적 대처, 정서보호적 대처, 중재효과, 악화효과

---

* 한서대 청소년학과 교수
** 한서대 노인복지학과 조교수

I. 서론

지난 수십년간 스트레스와 적응(건강, 자존감, 우울감)간의 관계에 관심을 둔 연구들은 이 두 변수간의 관계가 낮다(상관관계가 보통 .10에서 .30 정도)고 지적해왔다. 스트레스란 욕구와 자원간의 불균형으로 인한 것으로서 욕구와 자원은 상황에 대한 평가에 상당한 영향을 받는다. 즉, 스트레스에 대한 평가에 따라 적응이 달라진다는 것을 의미한다. 따라서 학자들은 스트레스와 적응간의 관계를 중재하는 변수에 관심을 두어왔으며, 특히 대처전략에 관심을 두었다. 대처전략이란 내적·외적 스트레스를 다루기 위한 사고와 행동방식으로서(Sarid, Anson, Yaari, Margalith, 2004), 기존의 선행연구들은 왜 어떤 사람은 다른 사람에 비해 삶에서 경험하는 스트레스에 더 잘 적응하는가에 대한 통찰력을 제공해 주었다(Matheny, Aycock, Curlette, Junker, 2003). 그럼에도 스트레스와 적응간의 관계에서 대처전략의 중재적 역할은 규명한 연구는 드물다(Klag & Bradley, 2004). 따라서 본 논문은 대학생들을 대상으로 하여 대처전략의 중재적 역할을 명확하게 규명해보고자 하는데 있다.

대학생은 발달 단계적으로 후기 청소년기에 속하는 시기로 고등학교 때까지의 타율에 의한 수동적이고 의존적인 생활방식에서 자율적이고 독립적인 생활방식으로 전환해야 하며, 자아정체성 확립과 부모로부터의 심리적 독립과 같은 기본적인 발달과업을 성취해야 한다. 이러한 심리, 사회적 생활환경의 변화에 대한 적응 및 진로선택과 장래에 대한 불안 등으로 인하여 대학생들은 심리적 부담감을 갖고 많은 스트레스를 경험하게 된다(이은희, 2004). 대학생들의 스트레스를 다룬 기존의 연구들은 대학생들의 생활스트레스 중 학업 및 진로 등의 생활스트레스가 높다는 점을 지적하고 있다.

따라서 성인으로 가는 최종 과정에 있는 대학생들의 생활스트레스에의 대처는 매우 중요하다고 할 수 있다. Seiffge-Krenke(1993)는 청소년의 대

처방식에 대한 이해가 청소년이 신체적, 정신적으로 건강한 성인으로 성장할 수 있도록 개입하는 원동력이 된다고 보고하였다. 또한 Eisenberg, Fabes, 그리고 Guthjrie(1997)는 청소년기 동안 다양한 스트레스를 경험하기 때문에 적응적인 결과를 유도해 내고 적응 유연성을 증가시킬 수 있는 가능성을 높이기 위해 대처방식에 대한 개입은 특히 중요하게 고려되어져야 한다고 밝혔다.

스트레스에 대한 반응 또는 적응으로 본 연구에서는 자존감과 문제행동에 관심을 두고 있다. 자아존중감 수준이 낮거나 높은 사람은 자신에게 긍정적인 사건에 대해서는 긍정적인 반응을 보여주지만, 부정적 사건에 대해서는 자아존중감이 낮은 사람은 더욱 더 부정적인 반응을 보이는 반면, 자아존중감이 높은 사람은 부정적인 사건을 확대해서 지각하지 않고 그 영향을 덜 받는다(Brown & Mankowski, 1993). 또한, 스트레스는 문제행동으로 이어진다. 대개 청소년 문제행동은 개인, 가정, 친구, 학교 등의 요인들에 의해 영향 받는다고 언급되고 있다(한국청소년개발원, 1997). 스트레스와 청소년의 문제행동을 다룬 연구(김재엽, 1997)에서 이러한 요인들이 언급되고 있으며, 특히 사회적 스트레스는 스트레스 대처 방법 중 하나인 폭력행동과 밀접한 관계가 있음을 보여주었다. 따라서 본 연구에서는 문제행동을 스트레스에 대한 부정적인 적응으로 살펴보고자 한다.

이러한 선행연구들을 종합하여 본 연구에서는 대학생들을 대상으로 하여, 첫째, 대학생들이 경험하는 스트레스와 적응, 대처전략의 수준 및 이러한 수준이 대학생의 성별에 따라 차이가 있는가를 알아보고자 한다. 둘째, 성별에 따른 차이가 두드러지는 경우 스트레스-적응에서 대처전략의 중재효과가 대학생의 성별에 따라 다른가를 규명해보자 한다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 대학생의 스트레스

스트레스는 심리학을 포함한 정신병리학, 사회학 등 여러 분야에서 가장 많이 연구된 주제 중의 하나이다. 많은 연구만큼이나 다양한 정의가 사용되어져 왔지만, 일반적으로 스트레스는 '자신에게 가치 있는 목표가 위협받거나 손실되었을 때 또는 그 목표를 달성하기 위해 반드시 필요한 환경을 만들 수 없을 때의 정신적인 상태'를 의미한다(Hobfoll, 1998).

대학생들이 대학생활에서 많이 경험하는 대표적인 스트레스로는 학업, 진로, 인간관계, 건강, 취업, 대인관계기술 등 생활스트레스로 밝혀졌고(이은희, 2004), 그 중에서도 대다수의 연구자들은 대학생들이 학업스트레스를 가장 많이 경험하고 있는 것으로 지적하였다. 또한 대학생들이 상담을 호소하는 영역 역시 학업과 진로로 밝혀져서(박외숙, 1995 ; 송현종, 1996), 우리나라 대학생들은 학업과 진로에서 가장 많은 고민을 하고 있는 것으로 보인다.

한편, 청소년기의 스트레스 중 성행동, 성욕구와 관련된 스트레스를 간과할 수 없다. 그러나 선행연구들은 생활사건 스트레스와 성행동을 별개의 문제로 다룸으로서 대학생들의 성욕구로 인한 스트레스에는 관심을 두고 있지 않다. 대학생 시기는 우리사회에서 성적 행동을 사회적으로 인정받는 성인도 아니고 그렇다고 청소년과 같이 성적으로 보호를 받아야 되는 시기도 아닌 아주 애매한 시기로서 남녀가 분리되었던 중·고등학교시기를 지나 남녀가 자유로이 함께하는 생활공간 속에서 성적 스트레스를 더 많이 경험할 수 있다. 따라서 본 연구에서의 스트레스는 생활스트레스와 성스트레스를 모두 포괄하였다.

2. 대학생의 스트레스 대처전략과 적응

스트레스의 원인은 생활사건 자체보다는 개인적 특성과 같은 심리적 원인을 강조한 학자들도 있다. 즉, 같은 사건이라 하더라도 어떤 사람에게는 높은 수준의 스트레스로 지각되는 반면 어떤 사람에게는 낮은 수준의 스트레스로 지각되기 때문이며(Sarason, 1984), 이와 관련하여 스트레스에 대한 대처에 학자들이 관심을 두어왔다.

대처란 '개인에게 부담이 되거나 자신이 소유한 자원을 넘어선다고 평가되는 특정한 외적·내적 요구를 관리하려는 인지적·행동적 노력'으로, 대처전략의 효과모델에는 주효과모델과 중재효과모델이 있다. 주효과(직접효과)모델이란 스트레스 사건이 얼마나 스트레스를 주는가 와는 무관하고 대처가 항상 좋은 결과를 가져온다고 본다. 반면, 중재효과(완충효과) 모델에서는 스트레스가 적응에 미치는 영향이 대처에 의해 중재 또는 조절된다고 주장한다. 따라서 스트레스 수준이 높을 때 대처방식이 스트레스의 부정적인 효과를 감소시킨다고 본다.

대처전략은 여러 하위차원으로 구분되며, 그 효과성이 다르다는데 연구자들의 의견이 일치하고 있다. Seiffge-Krenke(1995)에 따르면 청소년기에 문제해결 대처방식 모델은 기능적(정보 추구, 지지 수용, 문제 해결 노력)이지만 반면에, 대처방식 전략을 회피하는 것은 역기능적(회피, 철회)이라고 밝혔다. 간호대학생을 대상으로 한 Sarid 등(2004)의 연구결과나 국내의 이은희(2004), 최미경(2003)의 연구에서도 문제중심적 대처는 심리적 디스트레스를 감소시키나, 정서중심적 대처는 심리적 디스트레스를 증가시킨다고 함으로서, 문제중심적 대처방식이 보다 효율적이라는 결론을 제시하고 있다.

그러나 대처의 효과성은 스트레스 상황에 따라 다르다. 즉, 개인들이 위해적이거나, 위협적이거나, 도전적인 환경을 직접 수정할 수 있다고 평가할 때 일반적으로 문제중심적 대처를 사용하나, 이러한 조건들을 변화시키

기 위해 자신이 할 수 있는 일이 없다고 평가할 때는 정서중심적인 대처를 사용하는 경향이 있어(Lazarus & Folkman, 1984; Mattlin, Wathington, Kessler, 1990 ;Pearlin & Schooler, 1978), 스트레스 상황에 적합한 대처방식을 찾아내는 것이 중요하다는 점을 제시하고 있다.

스트레스에 대한 반응으로는 우울감이 대표적(이은희, 2004 ; Seiffge-Krenke, 1995)이나 이미 상당량의 연구가 축적되어 있어, 본 연구에서는 긍정적인 차원의 자아존중감과 부정적인 차원의 문제행동에 연구의 초점을 두고자 한다.

자아존중감과 스트레스와의 관계를 살펴본 Kliewer과 Sandler(1992)는 스트레스와 그로 인한 증상 즉 우울, 불안과의 관계에서 자아존중감의 역할의 중요성을 지적하고 있다. 즉 부정적 생활 사건의 경험이 적을 때는 자아존중감이 높은 집단이나 낮은 집단간에 심리적 증상에서 유의한 차이가 없었다. 그러나 스트레스가 높은 상황에서는 자아존중감이 낮은 집단은 자아존중감이 높은 집단들보다 심리적 증상이 현저하게 증가하고 있음을 보여주었다. 최미례와 이인혜(2003)는 자아존중감이 낮은 사람은 높은 사람들보다 스트레스를 경험함에 따라 우울 같은 정서를 더 많이 보이고 자아 존중감이 높은 사람은 스트레스 조건에서도 별 영향을 받지 않은 것으로 나타났다.

한편, 스트레스로 인한 문제행동이 발생될 우려도 간과할 수 없다. 청소년들은 청소년기 발달 특징적인 스트레스와 함께 입시 스트레스를 오랜 기간 경험함으로써 이 시기의 스트레스는 폭력행동을 비롯한 부적응 행동의 주 요인이 되고 있다(이미리, 2001). 청소년기 폭력행동은 다양한 스트레스에 적절하게 대처 할 수 없을 때 일어나는 부적응 행동의 한 형태로서(강영자, 이재연, 1996; 김정옥, 장덕희, 1999; 오치선, 조아미, 1996; 전귀연, 1998; Zuckerman, 1979), 폭력의 빈도나 정도가 이전보다 심각해져서 일시적으로 나타나는 개인적인 문제행동이나 대처행동으로 간주하기보다는 중요한 사회문제로 인식되어 전문적이고 적극적으로 중재의 필요성이 커졌다(이미리, 2001).

이상에서, 대처는 스트레스과정에서 중재적인 역할을 하며, 스트레스의 유형에 따라 효율적으로 중재적 역할을 하는 대처의 유형은 다르다는 사실을 알 수 있어 본 연구에서도 스트레스와 대처전략을 여러 개의 하위차원으로 나누어 분석함으로서 스트레스에 적합한 대처전략을 찾고자 한다. 또한 스트레스에 대한 적응은 자존감(긍정적인 차원)과 문제행동(부정적인 차원)으로 보고자 한다.

3. 스트레스 대처전략과 적응에서 남녀간의 차이

여학생은 남학생에 비해 스트레스에 취약(이경주, 1997)하고, 그 종류에 있어서도 차이가 난다. 여학생은 동일 사건을 남학생에 비해 4배나 더 스트레스를 느끼는 것으로 나타났으며(Seiffge-Krenke, 1995), 여자 청소년들은 남자 청소년들보다 가족관련 스트레스에 더 민감하고(이도영, 1990), 친구관계 및 대인관계에서도 여자 청소년들이 더 민감한 것으로 보고 되어(de Anda, Baroni, Buchwald, Morgan, Ow, Gold, Weiss, 2000 ; 김만지, 2002 재인용), 여학생들은 학업이나 취업, 진로보다는 가족이나 친구와 같이 대인관계에서의 스트레스에 더 취약한 것을 알 수 있다.

스트레스 사건에 대한 대처양식도 여학생들은 남학생에 비해 적극적 대처보다는 회피적 대처행동이 우세하게 나타났으며(이소은, 1990), McCubin과 Patterson(1987), 이도영(1990)은 남학생보다 여학생이 타인과의 상호작용을 통해 문제해결을 할 가능성이 높다고 보고하였다. 성관련 스트레스에서도 남녀간의 대처방식에 차이가 난다. 여학생들은 남학생들과는 달리 성적 충동을 표출함에 있어 자위행위나 성행위 대신 공상적 방식으로 표출한다(김성애, 이명화, 유외숙, 정연희, 2002).

그러나 이러한 선행연구들은 주로 청소년기 즉, 중고등학생들을 대상으로 하고 있는데, 대학생은 중고등학생과 달리 남녀가 따로 분리되어 생활하기보다는 함께 생활하는 경우가 많아, 스트레스와 대처, 적응에서의 남학생과

여학생간의 차이가 대학생들에게도 그대로 적용되는가를 밝혀보고자 한다.

이에 따라 본 연구에서는 남학생과 여학생의 스트레스 수준 및 스트레스 유형을 살펴 본 뒤, 스트레스-적응간의 관계에서 대처의 효율성을 파악하기 위해 남학생과 여학생 따로 분석하였다.

Ⅲ. 연구방법

1. 자료수집방법

본 연구는 충청남도의 한 대학교에서 전공과 학년이 고루 분포하도록 편의표집한 대학생 400명을 대상으로 설문하였으며, 설문지에 누락된 문항이 많거나 불성실한 설문지를 제외하고 최종 분석에 사용한 설문지는 373부이다.

2. 측정도구

모든 측정도구는 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 그러한 경향이 높다는 것을 의미하며, 척도의 신뢰도는 Cronbach's α 값을 산출하였다.

1) 스트레스

이재연(1999)이 제작한 대학생을 위한 스트레스 척도와 박영숙과 전영민(2002)의 성충동성 척도를 수정 보완하였다. 스트레스의 하위요인으로는 학교생활 스트레스와 가족관계 스트레스, 대인관계 스트레스 및 성 스트

레스의 4개 하위영역으로 나누었으며, 신뢰도 분석 과정에서 신뢰도를 떨어뜨리는 3개 문항은 분석에서 제외하였다. 각각의 신뢰도는 학교생활 스트레스는 .79, 가족관계 스트레스 .78, 대인관계 스트레스 .79, 성 스트레스는 . 97이었다.

2) 대처전략

스트레스에 대한 대처전략 척도는 Lazarus와 Folkman(1984)의 대처 척도를 수정 번안한 것을 사용하였는데 요인분석을 실시한 결과 요인부하량이 .40이상의 문항들을 중심으로 문제해결적 대처전략과 정서보호적 대처전략의 두 개의 요인을 추출하였다. 신뢰도는 각각 .88, .80이었다. 문제해결적 대처전략은 스트레스의 원인을 수정하거나 해결하기 위한 대처전략을 의미하고, 정서보호적 대처전략은 스트레스로 인한 자신의 정서적 디스트레스를 감소시키거나 없애기 위한 대처전략을 의미한다.

3) 적응

스트레스에 대한 적응으로는 긍정적 차원의 자아존중감과 부정적 차원의 문제행동을 사용하였다. 자아존중감은 Rosenberg(1965)의 자존감 척도를 김윤정(1999)의 연구에서 사용한 10문항이며, 신뢰도는 .86이다.

문제행동은 이경상 등(2002)이 사용한 문항 중 대학생의 문제행동으로 보기 어려운 "흡연"과 "음주"를 삭제한 5문항을 사용하였다. 척도는 5점 Likert이며, 신뢰도 Cronbach's α는 .75이다.

3. 연구대상의 특징

연구대상 대학생은 성별로는 남자가 35.1%, 여자 64.9%로 여자가 많았

으며, 학년별로는 4학년이 33.6%, 2학년 24.8%순이었고, 학부별로는 보건학부가 26.5%로 가장 많았다. 부와 모의 학력은 각각 고졸이 54.6%와 64.3%로 가장 많았으며, 부의 직업은 사무직이 41.9%, 모의 직업은 전업주부가 47.6%로 가장 많았다. 가정의 생활수준은 중간이라고 응답한 비율이 82.2%로 가장 많은 분포를 보였고, 거주지는 대도시 44.1%, 중소도시 40.2%로 나타나 대부분이 도시에 거주하였다. 그리고 조사대상은 종교가 없는 학생이 46.3%로 가장 높았고, 다음 기독교 26.3%, 불교 14.2% 순이였다.

4. 분석방법

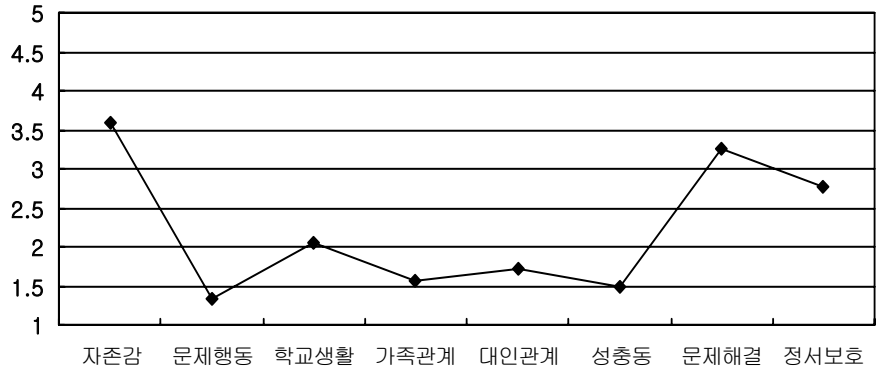
대처의 중재효과를 검증하기 위한 중재모델이란, 종속변인에 대한 독립변인의 효과의 방향이나 강도에 영향을 미치는 중재변인을 포함하는 모델을 의미하며(Baron & Kenny, 1986), 변량분석과 회귀분석, 상관관계분석을 이용하여 분석할 수 있다. 그 중에서 중다회귀분석을 이용하는 방법이 가장 적합하다(Gottlieb, 1983). 중다회귀분석을 이용하는 방법은 적응수준을 종속변수로 투입하고, 스트레스변수와 스트레스 × 대처전략의 상호작용 변수를 독립변수로 투입하는 방법이다. 여기서 대처전략의 중재효과가 있다는 것은 상호작용변수가 종속변수에 미치는 효과가 유의한 것을 의미하는 것으로 가장 광범위하게 쓰인다.

본 연구에서는 연구대상자들의 스트레스 수준과 대처전략, 그리고 적응의 수준을 알아보기 위해 빈도분석과 평균차이검증을 실시하였고, 스트레스와 대처전략이 남자대학생의 자존감과 문제행동에 미치는 영향과 남여대학생을 대상으로 하여 스트레스 대처전략의 중재효과를 확인하기 위해 중다회귀분석을 사용하였다.

IV. 연구결과

1. 스트레스와 대처전략, 적응의 일반적 경향

분석을 하기에 앞서 본 연구대상자들의 스트레스 수준과 대처전략, 그리고 적응의 수준을 알아보았고(1), 다음으로는 이러한 변수들이 남녀간 차이가 있는가를 분석했다(표1).



〔그림 1〕 스트레스(학교, 가족, 대인, 성충동)와 대처전략(문제해결, 정서보호), 적응(자존감, 문제행동)

그림1에서 보는 바와 같이 3점을 중앙값으로 봤을 때, 스트레스 수준은 낮은 것으로 나타났다. 그 중에서 학교생활스트레스 수준이 가장 높고 대인관계와 가족관계, 성충도 순으로 나타났다. 다음으로 대처전략의 수준 중 문제해결적 대처가 정서보호적 대처보다 높게 나타났다. 또한 적응에서 자존감 수준은 3.61점으로 중간 이상의 수준을 보이며, 문제행동은 상당히 낮은 수준인 것으로 나타났다.

다음으로 스트레스, 적응, 대처전략이 남녀학생간에 차이가 있는가를 분

석하였다. 표 1에서 보듯이 적응은 문제행동에서, 스트레스는 학업, 대인관계, 성충동에서, 대처는 문제해결 대처에서 남녀간 차이가 나타났다. 남자대학생이 여자대학생에 비해 문제행동을 많이 하고, 학교생활, 대인관계, 성충동에서 스트레스를 많이 경험하나 대처전략에서는 여자대학생이 남자대학생에 비해 문제해결적 대처방식을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다. 반면 자존감과 가족관계 스트레스, 정서보호대처전략에서는 성차이가 나타나지 않았다.

이상에서 스트레스와 대처전략, 적응에서 성별에 따른 차이가 확인됨에 따라, 대처전략의 중재효과는 남녀학생을 따로 분리하여 분석하였다.

<표 1> 스트레스와 대처전략, 적응의 남녀간 차이

<n=373>

		성별	N	Mean	SD	t값
적응	자존감	남자	130	3.5569	.67740	-1.089
		여자	240	3.6331	.57342	
	문제행동	남자	130	1.6150	.68959	6.611***
		여자	239	1.1905	.33353	
스트레스	학교생활	남자	130	2.1378	.53398	2.157*
		여자	240	2.0219	.40723	
	가족관계	남자	130	1.6340	.63664	1.507
		여자	240	1.5365	.50673	
	대인관계	남자	129	1.7780	.52433	2.090*
		여자	239	1.6684	.38422	
	성충동	남자	130	2.0053	.74135	11.076***
		여자	240	1.2205	.43653	
스트레스 대처전략	문제해결	남자	130	3.1391	.65783	-2.495*
		여자	240	3.3058	.52072	
	정서보호	남자	130	2.7768	.59080	.019
		여자	240	2.7757	.51568	

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

2. 남자대학생의 스트레스-적응에서 대처전략의 중재적 역할

남자대학생을 대상으로 대처전략의 중재효과를 파악하기 앞서 스트레스와 대처전략이 남자대학생의 자존감과 문제행동에 미치는 영향을 살펴보았다(표 2).

표 2에서 보는 바와 같이 학교생활스트레스와 성충동, 문제해결 대처는 남자대학생의 자존감에 유의미한 예측을 하였고, 대인관계스트레스와 성충동은 문제행동에 유의미한 예측을 하였다. 즉, 학교생활에 대한 스트레스가 낮을수록, 성충동이 심할수록, 문제해결적 대처를 많이 사용할수록 자아존중감이 향상된다. 반면 대인관계스트레스를 많이 경험하고 성충동이 강할수록 문제행동을 더 많이 일으키는 것으로 나타났다. 따라서 스트레스와 자존감에서 문제해결적 대처의 긍정적인 주효과를 확인하였으나, 스트레스와 문제행동에서는 대처의 주효과를 확인하지 못하였다.

<표 2> 남자대학생의 스트레스와 대처전략이 적응에 미치는 영향

<n=130>

	자존감		문제행동	
	B	Beta	B	Beta
학교생활	-.443	-.344***	.747	.061
가족관계	-.114	-.105	.205	.198
대인관계	-.080	-.062	.290	.234*
성충동	.141	.154*	.247	.284**
문제해결대처	.375	.364***	.023	.023
정서보호대처	-.152	-.131	-.079	-.007
회귀상수	3.800		.034	
R2	.395***		.325 ***	

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

다음으로는 남자대학생을 대상으로 하여 대처전략의 중재효과를 확인하

기 위해 16번의 중다회귀분석을 실시하였다. 즉 4개의 스트레스 하위변인과 2개의 대처전략, 2개의 적응변수별로 중다회귀분석을 실시한 결과 표 3에서와 같이 5개의 중재효과가 확인되었다. 회귀분석을 통한 상호작용효과의 검증에서 주효과는 해석하지 않으며, 상호작용효과의 패턴만을 해석하는 것이 일반적(House, 1981; Vaux, 1988; Wheaton, 1985)이어서, 본 연구에서도 패턴을 중심으로 해석하였다(표 3, 그림 2, 3, 4, 5, 6).

먼저 성충동과 자존감간의 관계에서 정서보호 대처전략의 긍정적인 효과가 발견되었다. 즉 성충동이 자존감에 미치는 부정적인 영향이 정서보호대처전략의 사용으로 중재되는 것으로 나타났다. 스트레스 4개변수와 정서보호 대처, 성충동과 정서보호 대처의 결합변인이 자존감을 31.4% 설명하였다. 그림 2를 보면 성충동이 강할수록 정서보호대처전략을 사용하면 남자대학생의 자존감이 향상된다는 것을 알 수 있다(표3, 그림2).

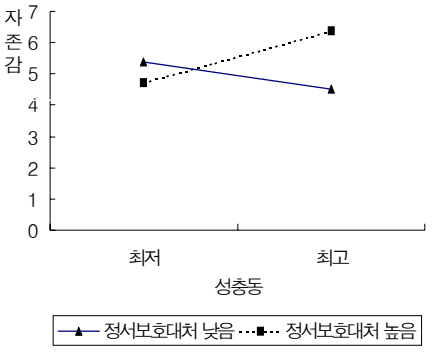
<표 3> 남자대학생의 스트레스-적응에서 대처전략의 중재적 역할

<n=130>

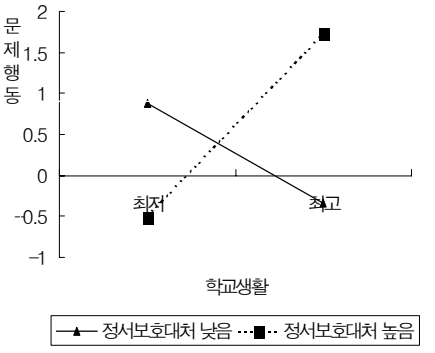
	자존감	문제행동			
	B(Beta)	B(Beta)	B(Beta)	B(Beta)	B(Beta)
학교생활	-.461(-.363)**	-.814(-.636)*	.134(.105)	.092(.072)	.087(.071)
가족관계	-.208(-.192)	.116(.106)	-.633(-.580)	-.842(-.773)*	.169(.164)
대인관계	-.183(-.141)	.280(.215)*	.218(.167)	.277(.212)	.260(.210)*
성충동	-.522(-571)*	.270(.293)***	.279(.303***)	.249(.271)**	-.616(-.707)*
문제해결대처			-.361(-.349)		
정서보호대처	-.415(-.359)	-.717(-.614)**		-.556(-.476)**	-.590(-.536)**
학교생활*정서보호		.336(1.166)**			
가족관계*문제해결			.269(.814)*		
가족관계*정서보호				.347(1.200)**	
성충동*정서보호	.232(.916)*				.306(1.264)**
회귀상수	6.0904***	2.078	1.183	1.727**	1.806
R2	.314***	.349***	.331***	.357***	.375***

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

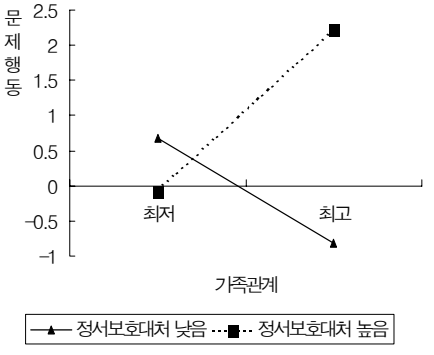
한편, 스트레스가 문제행동에 미치는 부정적인 영향이 대처전략의 사용으로 악화되는 것으로 나타났다. 즉 학교생활과 가족관계, 성충동에서 정서보호 대처전략의 악화효과와 가족관계 스트레스에서 정서보호 대처전략의 악화효과가 확인되었다. 각 모델의 설명력은 30%이상으로 높은 설명력을 보여준다.



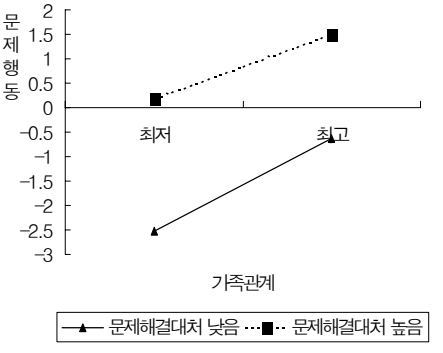
〔그림 2〕 성충동과 자존감간의 관계에서 정서보호대처의 중재효과:남학생



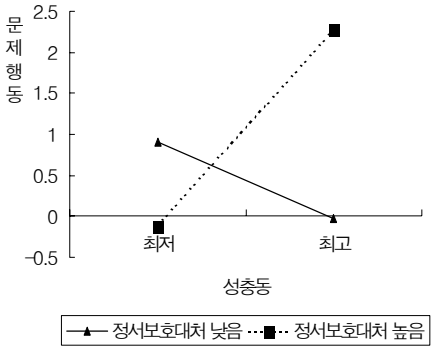
〔그림 3〕 학교생활과 문제행동간의 관계에서 정서보호대처의 악화효과:남학생



〔그림 4〕 가족관계와 문제행동관계에서 문제해결대처의 악화효과:남학생



〔그림 5〕 가족관계와 문제행동 관계에서 정서보호대처의 악화효과:남학생



〔그림 6〕 성충동과 문제행동관계에서
정서보호대처의 악화효과:남학생

구체적으로 표3과 그림 3, 4, 5, 6을 보면, 남자대학생들이 학교생활로 인한 스트레스에서 정서보호대처를 많이 사용할수록 문제행동이 심해지고, 가족관계스트레스에서는 문제해결대처와, 정서보호대처를 많이 사용할수록 문제행동이 증가하며, 성충동에서도 정서보호대처를 많이 사용할수록 문제행동이 증가하는 것으로 나타났다. 이는 대처의 완충효과가 아닌 역완충효과 또는 악화효과로서 대처의 부정적인 측면을 드러내는 것이다. 따라서 스트레스가 약할 때는 대처전략을 많이 사용하고, 적게 사용하는 것에 따라 문제행동이 크게 영향 받지 않으나, 스트레스가 심할 경우 대처전략을 많이 사용할수록 오히려 문제행동이 증가하는 것을 알 수 있다.

한편, 대인관계스트레스를 경험할 때는 대처전략의 유의한 중재효과가 발견되지 않았다.

3. 여자대학생의 스트레스-적응에서 대처전략의 중재적 역할

여자대학생을 대상으로 대처전략의 중재효과를 확인하기 앞서 스트레스

와 대처전략이 여자대학생의 자존감과 문제행동에 미치는 영향을 살펴본 결과는 표 4와 같다.

<표 4> 여자대학생의 스트레스와 대처전략이 적응에 미치는 영향

<n=240>

	자존감		문제행동	
	B	Beta	B	Beta
학교생활	-.212	-.154*	.013	.016
가족관계	-.154	-.138*	.073	.118
대인관계	-.014	-.010	.167	.205**
성충동	.141	.101	.260	.337***
문제해결대처	.383	.350***	.031	.052
정서보호대처	-.353	-.322***	-.024	-.040
회귀상수	3.859***		.415*	
R2	.331***		.250***	

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

표 4에서 보는 바와 같이 여자대학생의 자존감에는 학교생활스트레스, 가족관계스트레스, 문제해결대처, 정서보호대처가 유의한 영향을 미쳤다. 즉 학교생활스트레스와 가족관계스트레스가 심할수록 자존감이 떨어지며, 또한 문제해결대처를 많이 사용하고, 정서보호대처를 적게 사용할수록 자존감이 향상되는 것으로 나타나서, 스트레스와 자존감간의 관계에서 대처전략의 주효과가 확인되었다. 문제행동의 경우에는 대인관계스트레스와 성충동이 높을수록 문제행동이 증가하나 대처전략의 주효과는 발견되지 않았다.

다음으로는 여자대학생을 대상으로 하여 대처전략의 중재효과를 확인하기 위해 16번의 중다회귀분석을 실시하였다. 즉 4개의 스트레스 하위변인과 2개의 대처전략, 2개의 적응변수별로 중다회귀분석을 실시한 결과 표

3에서와 같이 3개의 중재효과가 확인되었다(표 5, 그림 7, 8, 9).

먼저 가족관계와 자존감간의 관계, 그리고 대인관계와 자존감간의 관계에서 정서보호 대처전략의 긍정적인 효과가 발견되었다. 즉 가족관계와 정서보호대처전략, 대인관계와 정서보호 대처전략이 상호작용하여 자존감을 유의미하게 예측하였으며, 스트레스 4개변수와 정서보호 대처, 가족관계와 정서보호 대처의 결합변인이 자존감을 23.4% 설명하였다. 또한 스트레스 4개변수와 정서보호 대처, 대인관계와 정서보호 대처의 결합변인이 자존감을 25.6% 설명하였다(표 5).

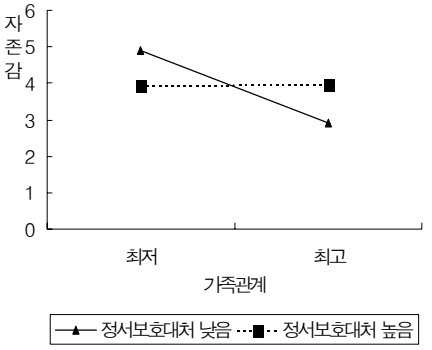
그림 7, 8을 보면 가족관계스트레스가 심할수록 정서보호대처전략을 사용하면 여자대학생의 자존감이 향상되며, 같은 방식으로 대인관계스트레스가 심할수록 정서보호대처전략을 사용하면 여자대학생의 자존감이 향상된다는 것을 알 수 있다(표 5, 그림 7, 8).

<표 5> 여자대학생의 스트레스-적응에서 대처전략의 중재적 역할

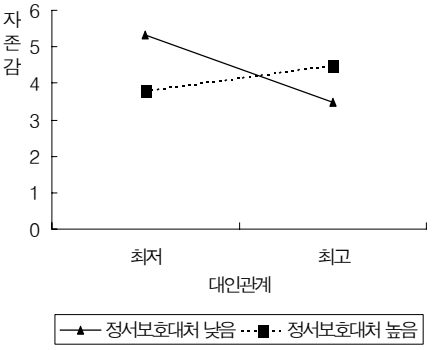
<n=240>

	자존감		문제행동
	B(Beta)	B(Beta)	B(Beta)
학교생활	-.261(-.185)**	-.234(-.173)*	.039(.052)
가족관계	-.906(-.799)*	-.237(-.209)**	.050(.082)
대인관계	-.135(-.090)	-1.657(-1.108)**	.106(.130)
성충동	.155(.117)*	.135(.102)	-1.102(-1.430)***
정서보호대처	-.571(-.511)**	-1.056(-.944)***	-.585(-.962)
가족관계*정서보호	.235(.776)*		
대인관계*정서보호		.534(1.505)***	
성충동*정서보호			.489(2.085)
회귀상수	6.154***	7.504	2.161***
R2	.234***	.256***	.348***

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

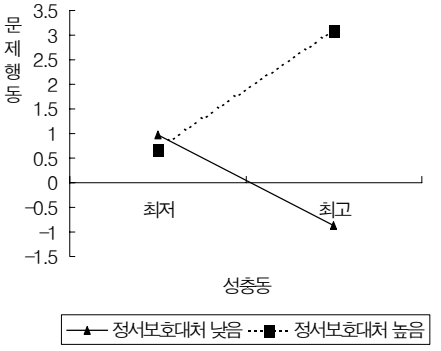


〔그림 7〕 가족관계와 자존감간의 관계에서 정서보호대처의 중재효과:여학생



〔그림 8〕 대인관계와 자존감간의 관계에서 정서보호대처의 중재효과:여학생

또한 성충동이 문제행동에 미치는 부정적인 영향이 정서보호대처전략의 사용으로 오히려 악화되는 것으로 나타났다. 즉 성충동이 심할 때 정서보호대처전략을 사용하는 것이 여자대학생의 문제행동을 가중시킨다는 것으로 정서보호대처전략의 부정적인 효과가 나타났으며 모델의 설명력은 34.8%이다(표 5, 그림 9).



〔그림 9〕 성충동과 문제행동관계에서 정서보호대처의 악화효과:여학생

V. 논의 및 결론

첫째, 본 연구의 대학생들은 학업스트레스를 가장 많이 경험하며, 이에 대한 대처전략으로 문제해결방식을 주로 사용하고, 자존감 수준은 중간이상이나 문제행동은 거의 하지 않는 것으로 나타났다. 이처럼 대학생들이 학교생활스트레스가 높은 것은 대학생의 스트레스를 분석 한 선행연구(박외숙, 1995; 송현종, 1996; 이은희, 2004)의 결과와 일치한다. 또한 대학생들의 대처전략에서 문제중심적 대처방식을 정서중심적 대처방식보다 높다는 이은희(2004)의 연구결과와 일치한다.

둘째, 스트레스와 대처전략, 적응에서 성별에 따른 차이가 확인되었다. 남자대학생이 여자대학생에 비해 문제행동을 많이 하고, 학교생활, 대인관계, 성충동에서 스트레스를 많이 경험하나 대처전략에서는 여자대학생이 남자대학생에 비해 문제해결적 대처방식을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이러한 본 연구의 결과는 선행연구와는 반대의 결과이다. 즉, 선행연구들은 여학생이 남학생에 비해 가족관계와 대인관계에서 더 많은 스트레스를 경험하며(이도영, 1990; de Anda, Baroni, Buchwald, Morgan, Ow, Gold, & Weiss, 2000; 김만지, 2002 재인용), 여학생이 남학생에 비해 문제회피적 혹은 정서중심적 대처방식을 더 많이 사용하는 것(이도영, 1990; 이소은, 1990;. Patterson & McCubin, 1987)으로 보고 되어, 본 연구와는 상반된 결과이다.

이러한 차이는 연구대상의 차이에서 기인한다. 스트레스나 대처전략 및 적응에서 남녀간의 성별 차이를 발견한 연구들은 주로 중고등학생을 대상으로 한 경우가 대부분이라는 점이다. 즉 중고등학생의 경우, 여학생이 남학생에 비해 급격한 생리적, 심리적 변화가 일찍 시작하여 스트레스가 높은 반면 변화에 따른 스트레스에 잘 적응하지 못하기 때문에 스트레서에 부정적인 반응을 보인다(윤혜정, 1993; 이경주, 1997)는 것이다. 그러나 본 연구의 대상인 남자 대학생의 경우 여자 대학생에 비해 학교생활이나 직

업, 군복무, 결혼 등의 문제로 스트레스를 더 많이 경험하게 되며, 이에 따라 남자 대학생들이 전반적으로 여자 대학생에 비해 스트레스를 많이 받는다고 볼 수 있다.

셋째, 대처전략의 주효과가 부분적으로 검증되었으며, 남자대학생과 여자대학생간에 다른 양상을 보인다. 부분적이긴 하나 남학생에게는 문제해결적 대처가 자존감을 보호하고, 여학생은 문제해결적 대처와 정서보호적 대처가 자존감을 보호한다는 연구결과는 스트레스 상황에서 남학생에 비해 여학생이 유리할 수 있음을 보여준다. Caspi와 Moffit(1993), McCrae(1989)는 같은 상황에서 다양한 대처방식을 사용하는 것이 성공적으로 적응할 가능성을 증가시킨다고 하였다. 따라서 문제해결대처와 정서보호대처 두 가지를 모두 사용하는 여학생의 경우 스트레스 상황에 더 잘 적응할 것으로 예측이 가능하다.

한편, 스트레스-문제행동간의 관계에서 대처의 주효과는 검증되지 않았다. 즉, 스트레스로 문제행동은 증가하지만 대처의 긍정적 혹은 부정적 효과가 유의하지 않다는 것은 스트레스-문제행동간의 관계는 스트레스가 높은 상황에서만 의미가 있다는 것을 암시한다. 즉 스트레스가 높을 때만 문제행동으로 발전되고, 그러한 상황에서 대처의 효과가 검증될 수 있음을 암시하는 것으로 대처의 주효과가 아니라 중재효과가 있을 수 있음을 시사한다.

넷째, 스트레스와 자존감간의 관계에서 정서보호대처의 중재효과가 발견되었다. 남자대학생의 경우 성충동에서, 여자대학생의 경우 가족관계스트레스와 대인관계 스트레스에서 정서보호대처전략을 사용하면 자존감이 향상되는 것으로 나타났다. 이처럼 스트레스상황에서 정서보호대처전략의 긍정적인 효과는 정서적 표현의 긍정적인 효과에서 찾아볼 수 있다. 즉, 정서의 표현, 감정의 표출은 심리적·정서적 복지감을 향상시키며(Pennebaker, 1997), 정서적 대처방식 역시 심리적 적응과 관련(Stanton, Danoff-Burg, Cameron, Bishop, Collins, Kirk, Sworowski, 2000)되기 때문이다. 학교생

활, 가족관계, 대인관계로 인한 갈등을 경험하고 있는 대학생들을 대상으로 하여 상담을 하는 경우, 문제해결을 위한 직접적인 노력보다는 대학생들의 정서를 보호해 줌으로서 떨어진 자존감을 향상시킬 수 있을 것으로 여겨진다. 그런데 이러한 긍정적인 효과는 남성에 비해 여성의 경우 더 두드러지는 것으로 알려져 있다. 즉, 여성은 남성에 비해 자신의 감정 표출을 자주 하며, 이러한 감정의 표현을 자주 하는 여성은 디스트레스 수준이 낮다(Kring, Smith, Neale, 1994 ; Zakowski, Valdimarsdottir, Bovbjerg, 2001)고 알려져 있어, 스트레스 상황에서 여자대학생이 보다 잘 적응할 수 있음을 시사한다.

다섯째, 스트레스와 문제행동간의 관계에서 문제해결대처 및 정서보호대처의 악화효과가 발견되었다. 남자대학생의 경우 학교생활로 인한 스트레스에서 정서보호대처를 많이 사용할수록 문제행동이 심해지고, 가족관계스트레스에서는 문제해결대처와 정서보호대처를 많이 사용할수록 문제행동이 증가하며, 성충동에서도 정서보호대처를 많이 사용할수록 문제행동이 증가하는 것으로 나타났다. 여자대학생의 경우 성충동이 심할 때 정서보호대처전략을 사용하는 것이 여자대학생의 문제행동을 가중시키는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 이은희(2004)의 연구결과와 유사하다. 이은희(2004)는 대학생을 대상으로 하여 스트레스-우울감간의 관계에서 대처방식의 중재효과를 검증하였는데, 그 결과 장래문제 스트레스에 대한 지각이 우울에 미치는 영향을 문제중심적 대처방식이 역완충시키는 효과가 있음을 보고하였다.

이처럼 스트레스 조절변수들의 악화효과는 대개 취약한 집단을 대상으로 한 경우 발견된다. 예를 들어, 남자노인의 성스트레스에 관한 김용미(2004)의 연구에서도 문제중심적 대처방식의 악화효과가 발견되었으며, 와병노인들을 대상으로 한 김윤정(1999)의 연구에서도 사회적 지지의 악화효과가 발견되었다. 또한 외국의 논문(Krause, 1997; Krause & Liang, 1993; Revicki & Mitchell, 1990)에서도 이러한 경향이 발견되었다. 이들

연구는 주로 기능적으로나 경제적으로 취약한 노인들을 대상으로 한 경우 사회적 지지의 악화효과가 발견되었다. 즉, 취약한 집단이거나 노인의 성 스트레스와 같이 노인 개인의 신체적 여건이나 사회적 여건으로 제한적일 경우 대처나 사회적지지 등 조절변수의 스트레스 악화효과가 나타나는 것을 알 수 있다.

그러나 대학생들에게서 대처의 악화효과가 나타난 것은 우리 사회에 상당한 함의를 갖는다. 그 하나는 대학생들이 자신들이 겪고 있는 스트레스를 개인적인 이유가 아닌 가족이나 사회 등 다른 곳으로 그 원인을 돌리고 탓을 함으로서, 어찌할 수 없다는 무기력하고 패배적인 사고를 갖는 것으로 설명이 가능하다. 이에 따라 스트레스가 강할수록 대처방식을 많이 사용하는 것이 오히려 문제행동을 증가시키게 되는 것이다. 즉 대처전략의 사용이 또 하나의 스트레서(stressor)로 작용하는 것으로, 우리나라 대학생들의 스트레스에 대한 취약성과 무기력함을 엿볼 수 있다. 따라서 대처방식의 사용이 정서적 신체적 병리 증상을 더 악화시키는 것이다.

여섯째, 정서보호대처의 효과성이 심리적 적응 유형에 따라 다른 것으로 나타났다. 정서보호대처의 긍정적 효과만이 아니라 부정적 중재효과(악화효과)도 검증되었다. 정서보호대처는 스트레스-자존감에서는 자존감을 향상시키는 긍정적인 역할을 하나, 스트레스-문제행동에서는 문제행동을 증가시키는 부정적인 역할을 하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 스트레스 유형에 따라 사용하는 대처방식에는 차이(이소은, 1990)가 있을 뿐 아니라, 같은 대처방식이라 해도 스트레스로 인한 적응에는 다른 효과를 가질 수 있음을 보여주는 것이다. 즉 높은 스트레스 상황에서 정서보호대처는 자존감은 보호하나 문제행동을 증가시킨다는 것으로 스트레스 상황과 심리적 적응간의 관계에서 대처전략의 양면성을 보여주는 결과이다. 이는 문제중심적인 대처와 정서중심적인 대처는 스트레스와의 조우를 통하여 서로 영향을 주며, 서로를 촉진할 수도 있고 방해할 수도 있다며 대처의 효율성도 상황에 따라 가변적이라는 Lazarus와 Folkman(1984)의 주

장을 뒷받침한다.

이처럼 본 연구는 대학생을 대상으로 하여 대처의 중재효과를 규명하고 이러한 효과가 남녀학생에 따라 다르다는 점을 밝혀냄으로서, 대처전략의 중재효과에 대한 이론적 기여를 하였다. 그럼에도 본 연구의 대상이 충청도권에 제한되어 있어 연구의 결과를 확대해석함에 있어 상당한 신중을 기해야 하며, 따라서 차후의 연구에서는 보다 다양한 대상으로 하여 스트레스에 대한 대처전략의 중재역할을 규명하기를 기대한다.

참 고 문 헌

강영자, 이재연(1996). 일상생활에서 스트레스원과 대처방안에 관한 일반 청소년과 비행 청소년의 비교연구. 대한가정학회지, 34(5). 307-326.

김만지 (2002). 청소년의 가족관련 스트레스와 사회적지지가 대처방식에 미치는 영향, 대한가정학회지, 40(3), 55-66.

김성애, 이명화, 유외숙, 정연희 (2002). 청소년 성심리검사에 대한 성교육 및 성상담 전문가 집단 자문, 2002년도 가족아카데미아 성전문가 2회 세미나 자료집.

김윤정 (1999). 사회적지지 관점으로 본 가족부양이 노인의 정신건강에 미치는 영향. 이화여대박사학위논문.

김재엽(1997). 사회적 스트레스와 가정폭력에 관한 연구, 한국가족치료학회, 5.

김용미(2004). 남자노인의 성 스트레스가 우울감에 미치는 영향. 한서대학교 석사학위논문.

김정옥, 장덕희(1999). 가정 폭력이 청소년 학교에 미치는 영향. 가족관계학회지, 4(2). 153-183.

박영숙, 전영민 (2002). 고등학생용 성심리검사의 개발, 한국심리학회지 : 임상, 21(4), 891-909.

박영숙, 전영민 (2001). 청소년 성심리검사의 신뢰도와 요인구조, 한국심리학회지 : 임상, 20(4), 775-793.

박외숙(1995). 울산대학교 학생들의 문제 유형별 심각성 정도와 교내 상담실 방문을 통한 상담요청의지. 학생생활연구보, 12. 51-69.

송현종(1996). 내담자의 호소에 나타난 대학생들의 문제분석. 학생생활연구, 8. 43-63.

오친선, 조아미(1996). 기획논문: 전자영상매체가 청소년의 폭력성에 미치는 영향 연구. 한국인간관계학보, 1. 1-18.

윤혜정(1993). 청소년의 일상적 스트레스와 사회 관계망지지 지각. 서울대학교 석사학위논문.

이경상, 하병수, 이혜연, 서정아, 백지숙, 최형주(2002). 청소년패널조사 I -1차년도 경과 보고서-. 한국청소년개발원 연구보고 02-R 16.

이경주(1997). 청소년의 스트레스와 사회적지지 및 행동문제. 전남대학교 박사학위논문.

이광규 (1985). 변동사회와 한국인의 갈등, 서울 : 문학예술사.

이미리(2001). 초기 청소년의 스트레스와 폭력행동과의 관계에 대한 일상생활활동 경험의 중재효과. 아동학회지, 22(4). 167-188.

이도영(1990). 고등학교 학생들의 스트레스 수준과 그 대처반응에 관한 연구. 인하대학교 석사학위논문.

이소은(1990). 스트레스 상황에 대한 아동 및 청소년의 대처 방식. 서울대학교 석사학위논문.

이은희(2004). 대학생들이 경험하는 생활스트레스와 우울: 공변량 구조모형을 통한 대처 방식의 조절효과 검증. 한국심리학회지: 건강, 9(1). 25-52.

이재연(1999). 청소년의 스트레스에 관한 연구, 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.

전귀연(1998). 가족구조환경, 물질주의 및 청소년비행간의 관계. 대한가정학회지, 36(3). 147-159.

최미경(2003). 대학생의 자각 증상과 우울 및 스트레스와 대처행동과의 관계. 대한간호학회지, 33(3). 433-439.

최미례, 이인혜(2003). 스트레스와 우울의 관계에 대한 자아존중감의 중재효과와 매개효과. 한국심리학회지: 임상, 22(2). 363-383.

하미진(2001). 중학생의 대착과 자아존중감이 스트레스 대처 방식에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.

한국청소년개발원(1997). 청소년 문제행동의 이해와 지도, 연구보고서.

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1173-1182.

Brown, J. D., & Mankowski, T. A. (1993). Self-esteem, mood, and self-evaluation: Changes in mood and the way you see you. *Journal of Personality and Social Psychology, 64,* 421-430.

Caspi, A. & Moffitt, T. E. (1993). When do individual differences matter? A paradoxical theory of personality coherence. *Psychological Inquiry*, 4(4), 247-271.

Eisenberg, N., Fabes, R. A. & Guthjrie, I K.(1997). Coping with stress: The roles of regulation and development. In S. A. Wolchik & I. N. Sandler(Eds.), *The handbook of children's coping*. New York: Plenum.

Gottlieb, B. H.(1983). *Social support strategies*. Beverly Hills, CA: SAGE.

Hobfoll, S. E.(1998). *Stress, culture, and community: The psychology and philosophy of stress*. New York: Plenum Press.

House, S.(1981). *Work, stress and social support. Reading,* MA: Addison Wesley.

Klag, S. & Bradley, G.(2004). The role of hardiness in stress and illness: an exploration of the effect of negative affectivity and gender. *British Journal of Health Psychology, 9*. 137-161.

Krause, N.(1997. Anticipated support, received support, and economic stress among older adults, *Journal of Gerontology*, 52(6). 284-293.

Krause, N. & Liang, J.(1993). Stem, social support, and psychological distress among Chinese elderly. *Journal of Gerontology: Psychological*

Science, 48. 282-291.

Kring, A. M., Smith, D. A. & Neale, J. M.(1994). Individual differences in dispositional expressiveness: development of validation of an emotional expressivity scale. *Journal of Personality and Social Psychology, 66(5).* 934-949.

Lazarus, R. S. & Folkman, S.(1984). *Stress, appraisal, and coping*, N. Y. : Springer Publishing.

Matheny, K.B., Aycock, D.W., Curlette, W.L., & Junker, G.N.(2003). The coping resources inventory for stress: a measure of received resourcefulness. *Journal of Clinical Psychology, 59(12).* 1261-1277.

Mattlin, J. A., Wathington, E., & Kellser, R. C.(1990). Situational determinants of coping and coping effectiveness. *Journal of Health and Social Behavior, 31.* 103-122.

McCubbin, H., & Patterson, J.(1987). Adolescent coping style and behaviors: conceptualization and measurement. *Journal of Adolescence, 10.* 163-185.

McCrae, R. R. (1989). Age differences and changes in the use of coping mechanisms. *Journal of Gerontology, 44(6),* 161-169.

Pearlin, L. I. & Schooler, C. (1978). The structure of coping, *Journal of Health and Social Behavior, 19.* 2-24.

Pennebaker, J. W.(1997). Writing about emotional experiences as a t herapeutic process. *Psychological Science, 8(3).* 162-166.

Revicki, D. A. & Mitchell, J. P.(1990). Strain, social support, and mental health in rural elderly individuals. *Journal of Gerontology, 45(6).* 267-274.

Sarason, I. G.(1984). Stress anxiety and cognitive interference: reaction to tests. *Journal of Personality and Social Psychology, 46(4).*

929-938.

Sarid, O., Anson, O., Yaari, A., & Margalith, M.(2004). Coping styles and changes in humoral reacting during academic stress. *Psychology, Health and Medicine, 9(1),* 85-98.

Seiffge-Krenke, I. (1995). *Stress, coping, and relationships in adolescence.* Erlbaum,, Hillsdale, NJ.

Stanton, A. L., Danoff-Burg, S., Cameron, C. L., Bishop, M., Collins, C. A., Kirk, S. B., & Sworowski, L. A.(2000). Emotionally expressive coping predicts psychological and physical adjustment to breast cancer. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 68,* 875-882.

Vaux, A.(1988). *Social support: theory, research, and intervention.* New York: Praeger.

Wheaton, B.(1985). Models of the stress-buffering functions of coping resources, *Journal of Health and Social Behavior, 26.* 352-364.

Zakowski, S. G., Valdimarsdottir, H. & Bovbjerg,D.(2001). Emotional expressivity and intrusive thoughts in women with family histories of breast cancer: application of a cognitive processing model. *British Journal of Health Psychology, 6.* 151-165.

Zuckerman, M.(1979). Sensation seeking. In H. London & J. Exner(eds.), *Dimension of Personality.* NY: Wiely.

ABSTRACT

Moderated Effects of Coping Strategies of Stress: Based on Gender Differences of University Students

Lee, Chang-Seek* · Kim, Yun-Jeong*

This study examined differences of stress, adjustment, and coping strategies by gender, and then if differences were manifest, moderated effects of coping strategies of stress among a sample of 373 university students.

First, university students had the highest score on academic stress. Second, main effects of coping strategies were tested. For male, problem-focused coping style, and for female, both of problem-focused coping style and emotion-focused coping style protected their self-esteem. Third, moderated effects of emotion-focused coping style were found from the relationship of stress and self-esteem. The self-esteem was improved when sexual impulse for male and family-related stress and human relationship stress for female were used. Fourth, noxious effects of problem-focused coping style and emotion-focused coping style were found from the relationship of stress and problem-focused coping style. For male, when stress from school life, family relationship and sexual impulse affected negative effects on problem behaviors,

* Hanseo University

coping strategies became worse. But for female, when sexual impulse was high, emotion-focused coping style increased problem behaviors.

Key Words: university student, problem-focused coping, emotion-focused coping, moderated effect, noxious effect

투고일 : 10월 29일, 심사일 : 12월 9일, 심사완료일 : 12월 23일