

중학생의 학업 스트레스와 우울의 관계

정하윤 · 마도훈

pp. 45-47 · DOI 10.99999/h.2014.16.3.045

국문초록

이 연구는 중학교 2학년 학생 305명을 대상으로 학업 스트레스와 우울의 관계를 알아보았다. 학업 스트레스는 학업스트레스 척도로, 우울은 청소년 우울 문항으로 측정하여 상관분석을 하였다. 그 결과 학업 스트레스가 높을수록 우울 점수가 높았고($r = .46$), 하위 요인 가운데 성적 부담과의 상관이 가장 컸다. 중학생의 학업 스트레스를 낮추는 개입이 우울 예방에도 도움이 될 수 있음을 논의하였다.

주제어 학업 스트레스, 우울, 중학생

I. 서론

중학생은 학교 시험과 진학 준비가 겹치는 시기를 지난다. 학업 스트레스가 정서에 미치는 영향은 고등학생을 대상으로 한 연구가 많고, 중학생을 대상으로 한 연구는 상대적으로 적다.

이 연구는 중학교 2학년의 학업 스트레스와 우울의 관계를 확인한다.

II. 연구 방법

1. 연구 대상

이 연구는 조사연구로 수행하였다. 수도권 중학교 4곳의 2학년 학급을 편의 표집하여 2013년 10월에 설문을 실시하였다. 회수된 305부를 모두 분석에 사용하였다. 남학생은 152명, 여학생은 153명이었다.

2. 측정 도구

학업 스트레스는 서하진과 방도운(2012)이 개발한 학업스트레스 척도(20문항, 5점 척도)로 측정하였다. 이 연구에서 내적 합치도(Cronbach α)는 .91이었다. 우울은 청소년 우울 문항 12개(5점 척도)로 측정하였고 α 는 .88이었다.

3. 분석 방법

자료는 Pearson 상관분석으로 분석하였고 유의수준은 .05로 하였다.

III. 연구 결과

학업 스트레스와 우울의 상관은 $r = .46$ ($p < .001$)이었다. 하위 요인별로는 성적 부담의 상관이 가장 컸고, 시간 부족과 부모 기대가 뒤를 이었다.

표 1. 학업 스트레스 하위 요인과 우울의 상관

하위 요인	r	p
성적 부담	.43	< .001
시간 부족	.38	< .001
부모 기대	.35	< .001

IV. 논의

학업 스트레스가 높은 중학생이 우울 점수도 높다는 결과는 한 시점의 조사에서 확인한 관련이며, 원인과 결과를 뜻하지 않는다. 후속 연구에서는 같은 학생을 따라가는 자료가 필요하다.