

Research Trends in Daily Stress Among Children and Adolescents: Articles Published from 2010 to 2020 in Korea

Sungmin Park¹, JungHa Lim²

Ph. D. Student, Department of Human Ecology, Graduate School of Korea University, Seoul, Korea¹

Professor, Department of Home Economics Education, Korea University, Seoul, Korea²

아동과 청소년의 일상적 스트레스에 관한 연구 동향: 2010-2020년 국내 학술지를 중심으로

박성민¹, 임정하²

고려대학교 대학원 생활과학과 박사과정생¹, 고려대학교 가정교육과 교수²

Objectives: This study examined current trends in the previous literature on daily stress among children and adolescents in Korea.

Methods: A literature search from 2010 to 2020 was performed in two electronic databases provided by the National Assembly Library and Korea Education and Research Information Service. One hundred fifteen published articles meeting the inclusion criteria were analyzed. A systematic review was conducted to evaluate trends several publications, methodology including study designs, instruments as well as data analysis, and characteristics of relevant variables.

Results: Studies on daily stress among children and adolescents were most frequently published in 2015. A large number of studies were conducted in social and natural sciences. Most of the studies collected data using the questionnaire method. Additionally, the self-report method was primarily used in studies involving adolescents, whereas the other-report was used in studies involving children. The number of studies targeting adolescents was higher than those targeting children. Regression and correlation analyses were most frequently used in quantitative data analyses. Most studies examined the associations between daily stress and emotional characteristics and psychological adjustment of children or adolescents and the effects of school-based intervention programs.

Conclusion: This study will enhance our understanding of the current trends in daily stress research among children and adolescents. Incorporating a comprehensive model with various study designs, data collection methods, and developmentally appropriate measurement tools would strengthen future research in this area.

Keywords: daily stress, research trends, children, adolescents, published articles

Introduction

현대 사회는 과거에 비해 점점 더 빠르게 변화하고 복잡해지며, 예측이 보다 어려워지고 있다. 이러한 사회를 살아가는 현

대인들은 일상생활에서 다양한 스트레스를 경험하는데, 이는 성인뿐 아니라 아동과 청소년도 마찬가지이다. 스트레스를 경험하는 대상의 연령이 점차 낮아져 어린 아동에게도 스트레스는 일상생활의 일부가 되었다(Brobeck, Marklund, Haraldsson,

Corresponding Author: JungHa Lim, Professor, Department of Home Economics Education, Korea University, 145, Anam-ro, Seongbuk-gu, Seoul, Korea
E-mail: jhlim@korea.ac.kr

©The Korean Association of Child Studies
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

& Berntsson, 2007). 우리나라는 다른 나라에 비해 변화속도가 빠른 편에 속하고, 성적, 출세, 소유 등을 강조하는 경쟁적인 사회로 평가된다(Hong, 2013). 한국교육과정평가원(C. Cho, Ku, Kim, Lee, & Lee, 2019)의 OECD 국제 학업성취도 평가 연구에 따르면, 우리나라 아동의 경우, 읽기와 수학능력에 있어서는 상위권의 수준을 나타내지만, 삶의 만족도 부문에 있어서는 OECD의 27개 국가들 중 가장 낮은 편에 속한다. 아동의 삶의 질적 수준을 국제적으로 비교한 연구(M. Kim, Kim, & Kim, 2018)에서도 우리나라 아동들의 신체적 건강 수준은 우수하지만, 과도한 학업 스트레스로 인해 놀이와 휴식, 여가가 박탈되어 심리적, 정서적 건강은 불만족스러운 수준이라고 하였다. 나아가 관련 연구들(Chai & Choi, 2018; K.-H. Cho & Go, 2012; A.-R. Han, 2020; D. Jang & Shin, 2017; Y. H. Kim, 2010; Omizo, Omizo, & Suzuki, 1988)에 따르면, 우리나라의 경우처럼 경쟁과 지적 발달을 강요하는 사회 분위기는 아동과 청소년에게 지속적으로 스트레스를 주는데, 반복적으로 누적된 일상적 스트레스는 삶의 질과 행복감에 악영향을 미친다. 이러한 결과들은 우리나라의 아동과 청소년이 느끼는 불균형적인 삶의 질에 주목해 일상에서 경험하는 스트레스에 관해 관심을 기울일 필요가 있음을 시사한다. 이에 본 연구에서는 학령 전 유아를 포함한 아동과 청소년을 대상으로 일상적 스트레스를 다룬 최근 연구들을 체계적으로 살펴보고자 한다.

스트레스는 대중적으로 많이 사용되는 용어지만, 이에 대한 학자들의 정의는 조금씩 차이가 있다. Lazarus와 Folkman (1984)은 스트레스를 개인이 가지고 있는 자원의 한계를 초과하여 개인의 안녕을 위협한다고 평가되는 환경과 개인 간의 특정한 관계라고 정의하였다. 이들은 스트레스를 강도와 빈도에 따라 심각한 스트레스와 누적된 생활 스트레스로 분류하였는데, 생활 스트레스도 빈번히 발생해 누적될 경우 심각한 스트레스처럼 개인의 건강과 적응에 큰 영향을 미칠 수 있다고 보았다. 다른 학자들도 누적된 생활 스트레스의 영향에 대하여 이와 유사한 주장을 한 바 있다(Rowlison & Felner, 1988; Tausing, 1982). 우리나라 학령기 아동을 대상으로 스트레스를 평가한 M. H. Han과 Yoo (1995)는 개인이 경험하는 스트레스를 재난적 사건, 주요한 생활사건, 일상적 스트레스로 구분하였는데, 이들 중 일상적 스트레스가 개인의 적응을 더 잘 예측하고 설명한다고 보고 이를 평가하였다. M. H. Han과 Yoo (1995)는 일상적 스트레스를 개인에게 부여되는 다양한 요구에 대응하는 과정에서 발생하는 압박감이나 긴장 등의 정신적, 신체적 반응으로 정의하였다. 그 밖에 Youm (1998)도 일상적 스트레스의 영향력에 초점을 두고 유아의 일상적 스트레스

를 평가하였다. Youm (1998)은 일상적 스트레스를 일상생활을 통해 경험하는 사소하지만 부담스러운 사건들로서 좌절감을 느끼게 하거나 민감하게 하거나 때로는 긴장감을 유발시키는 상태로 정의하였다.

적당한 수준의 스트레스는 생활에 긴장과 활력을 주기 때문에 순기능이 없는 것은 아니지만, 아동과 청소년의 경우, 조절능력이나 인지적, 행동적 대처전략이 형성되어가는 과정 중에 있으며, 성인보다 경험과 훈련이 부족하여 스트레스에 보다 취약할 수 있다. 아동은 드러나는 증상이나 표현 없이 일상적인 스트레스를 경험하기도 하고, 두통이나 복통, 천식 등 스트레스에 취약한 신체적 질병이나 증상을 나타내기도 한다(Brobeck et al., 2007). 아동은 일상에서 많은 스트레스를 경험할수록 학교생활에 잘 적응하지 못하고(Woo & Park, 2009), 우울이나 불안, 사회적 위축 등과 같은 내면적 문제, 공격성이나 반사회적 행동과 같은 외현적 문제 행동을 많이 나타낸다(Chan, Poon, & Tang, 2016; S. A. Kim & Song, 2012; Y.-O. Lee & Lee, 2011a). 뿐만 아니라 일상 스트레스 수준이 높을수록 정서조절능력이 떨어졌으며, 사회불안이 증가하거나 건강하지 못한 식습관과도 관련되는 것으로 나타났다(Hill, Moss, Sykes-Muskett, Conner, & O'Connor, 2018; J. H. Lim, Lee, Kim, Park, & Chung, 2015). 청소년이 경험하는 스트레스에 주목한 Y.-O. Lee와 Lee (2011a)는 스트레스로 야기되는 심리적 문제가 아동기보다 청소년기에 더 심각한 영향을 미치고, 그 영향력도 성인기로 쉽게 이어질 수 있으므로 이를 시급히 중재할 필요가 있다고 보았다. 이처럼 아동과 청소년의 일상적 스트레스는 발달단계에 따라 독특한 특성이 있으므로 성인의 일상적 스트레스 연구와 구분해 대상의 발달단계 특성을 고려하여 살펴볼 필요가 있다.

일상적 스트레스와 관련된 요인 또한 발달단계에 따라 차이가 있을 것으로 예측된다. 유아기에는 주양육자의 영향력이 크고, 점차 형제, 또래, 친구들과 상호작용을 시작하게 된다. 우리나라의 경우, 가정환경과 보육환경, 이를테면 어머니의 직업유무, 보육기관의 형태, 보육교사의 질, 학급 인원수, 재원 시간 등과 같은 요인들이 유아들의 일상적 스트레스와 밀접히 관련되는 것으로 나타났다(J. W. Kim, 2012; S. H. Park & Kim, 2003). 아동기에는 생활의 중심이 가정에서 학교로 옮겨지면서 사회적 반경이 확대된다. 이 시기에 아동들은 부모, 가정환경, 친구, 교사, 학교, 학업, 주변 환경 등 다양한 영역에서 일상적 스트레스를 경험하는데, 주로 부모의 양육태도, 학업과 관련된 압박, 사교육 시간, 외모 중심의 평가 등으로 인해 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다(A. Y. Kim, 2010; J.-K. Kim,

2009). 청소년기는 발달적으로 신체, 정서, 사회관계 면에서 급격한 변화가 나타나고, 이러한 변화에 적응하도록 요구받으면서 스트레스를 경험하는 시기이다. 특히, 입시와 관련하여 과중한 학업을 수행하며, 진로에 대한 탐색과 결정을 시작해야 하는 부담을 갖게 된다. 청소년들은 주로 부모, 학업, 친구, 외모, 물질 등의 요인으로 스트레스를 경험하는데 특히 학업 요인과 부모 요인이 가장 큰 스트레스원으로 나타났다(E. Jang, 2017; Y.-O. Lee & Lee, 2011a). 이처럼 아동과 청소년은 그 발달단계에 따라 개인적 요인과 환경적 요인의 영향을 받으며 각기 다른 요인이 스트레스와 밀접히 연관된다. 발달단계에 따라 어떤 스트레스 요인들을 중심으로 연구가 이루어졌는지 체계적으로 분석한다면 최근 연구들의 내용적 경향을 살필 수 있을 뿐 아니라 추후 일상적 스트레스 연구의 방향을 모색하는데 도움이 될 것이다.

우리나라에서 아동의 일상적 스트레스에 대한 연구는 1990년에 시작된 이래 지속적으로 연구가 수행되었고, 이들을 종합적으로 고찰해 동향을 살펴본 연구도 십여년 전에 한 차례 수행된 바 있다. 지난 1990년부터 2009년 사이 우리나라에서 발표된 유아와 아동 대상 일상적 스트레스 연구들을 분석한 Choi, Suh와 Kim (2010)은 아동의 일상적 스트레스에 대한 연구가 1990년부터 계속 증가하고 있는 추세를 보였고, 향후에도 지속적으로 증가할 것이라고 하였다. 또한 당시 연구자들은 유아의 스트레스 평가 시 부모보고나 교사보고 방식이 아닌 유아가 보고하는 방식의 면접용 도구개발이 필요하다고 제안하였는데, 그 후 이러한 면접용 평가도구(Oh, Lim, & Yi, 2016)가 개발되었다. 전반적으로 볼 때, Choi 등(2010)의 연구는 아동 대상 일상적 스트레스 관련 연구의 초기 이십 년에 대한 경향을 체계적으로 파악하고 문제점을 찾아내는 데 기여하였다. 하지만, 당시 아동 대상의 연구에 중점을 두었으므로 청소년 대상의 일상적 스트레스에 관한 연구들은 고찰에 포함되지 않았다. 청소년기는 생물학적, 인지적, 사회적 전환의 시기로, 특히 사춘기가 시작되는 청소년초기에는 많은 변화가 발생하고 그로 인해 일상에서 스트레스를 경험할 가능성이 높다(Newcomb, Huba, & Bentler, 1981). 따라서 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구들을 체계적으로 분석한다면 청소년의 스트레스 관련 지원책이나 예방책은 물론 청소년 삶의 질과 웰빙을 증진시키는데도 유용한 정보를 제공할 수 있을 것이다.

나아가 2010년 이후 환경의 변화를 고려하여, 보다 최근의 사회문화적 맥락에서 아동과 청소년을 대상으로 일상적 스트레스가 어떻게 연구되었는지 종합적으로 파악해 분석하고 추후 연구를 위한 제언이 필요한 시점이 되었다고 판단된다. 최

근 10여 년 동안 우리나라에서 두드러진 사회적 변화로는 저출산으로 인한 가구원 수 감소와 아동이나 청소년 자녀를 둔 맞벌이가구 비율의 증가를 들 수 있다(Statistics Korea, 2019). 이는 돌봄 형태의 변화와 아동 및 청소년의 일상생활에 변화를 가져왔다. 가령 2012년에 어린이집 영유아 보육료를 무상으로 지원하는 정책이 시행된 이래, 많은 유아들이 어린이집에서 보다 오랜 시간 생활하게 되었는데, 이는 아동의 일상생활과 스트레스가 그 이전과는 달라질 수 있음을 시사한다(E. R. Park & Rha, 2015). 학령기 아동의 경우, 지난 10여 년간 학업 관련 스트레스는 가중된 것으로 보인다. 유엔아동권리위원회가 최근까지 지속적인 우려를 표했음에도 불구하고, 우리나라의 지나친 경쟁적 교육환경은 크게 개선되지 못하였고, 오히려 아동과 청소년은 더욱 과도하게 학습하고, 높은 학업스트레스에 시달리고 있다(Y. Kim, Kim, Lee, & Kim, 2019). 그 뿐 아니라, 아동이 흔히 여가활동이라고 인식하는 TV나 비디오 시청, 인터넷 사용 등은 오히려 삶의 질에 부정적인 영향을 주는 것으로 보인다(M. Kim et al., 2018). 학업 시간의 증가와 여가활동 유형의 변화로 인한 신체활동이나 놀이의 결핍이 아동이나 청소년들에게 스트레스로 이어진다는 주장도 찾아볼 수 있다(I.-S. Kim, 2008, 2009).

그러므로, 본 연구에서는 최근 10여 년간의 사회문화적 변화가 아동과 청소년의 일상적 스트레스 관한 연구경향에도 변화를 미쳤을 것으로 예상하고, 2010년부터 2020년까지 국내 학술지에 발표된 연구들의 현황, 방법론적 경향, 내용적 경향을 종합적으로 분석하고자 한다. 최근에 수행된 연구들의 경향이 연구대상의 발달단계별로 볼 때 어떠한 현황을 보이는지 살펴보고, 방법론적 측면과 내용적 측면을 체계적으로 분석하여 국내 아동 및 청소년 대상의 일상적 스트레스 연구의 최근 10여 년간 경향을 파악하고 추후 연구를 위한 제언을 제시하고자 한다. 이를 위해 살펴볼 주요 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1

아동과 청소년의 일상적 스트레스와 관련된 최근 국내 연구의 발표현황은 어떠한가?

연구문제 2

아동과 청소년의 일상적 스트레스와 관련된 최근 국내 연구의 방법론적 경향은 어떠한가?

연구문제 3

아동과 청소년의 일상적 스트레스와 관련된 최근 국내 연구

의 내용적 경향은 어떠한가?

Methods

분석대상 및 자료수집

본 연구의 분석대상은 아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 국내 학술지 연구 논문 115편이다. 이 때 아동대상 논문의 범위에는 학령전 아동인 만 3-5세 유아와 학령기 아동인 초등학생을 대상으로 한 경우, 청소년대상 논문의 범위에는 중등교육기관에 재학 중인 중, 고등학생을 대상으로 한 경우로 하였다. 만 2세부터 5세까지의 영유아기를 함께 다룬 연구는 분석대상에 포함하였다. 본 연구자들은 이러한 대상을 포함한 국내 학술지 연구논문을 국회도서관과 한국교육학술정보원의 학술지 논문 데이터베이스를 이용해 두 차례에 걸쳐 수집하였다. 2020년 4월 1일부터 4월 30일에 2010년부터 2019년도에 발표된 논문들을 1차로 수집하였고, 2020년 12월 18일부터 12월 20일까지 2020년도에 발표된 논문들을 2차로 수집하였다. 2020년 12월 31일에 2차 수집 이후 추가 발표된 논문이 없음을 최종적으로 확인하였다.

선행연구(Choi et al., 2010)가 2009년까지의 논문을 대상으로 그 동향을 분석한 적이 있으므로, 본 연구에서는 그 이후인 2010년부터 현재까지의 논문을 다루고자 한다. 이에 학술지 논문 데이터베이스에서 논문 발행 연도를 2010년부터 2020년까지로 지정하고, 각각 자료명과 논문명에 '유아', '아동', '초등학생', '청소년', '중학생', '고등학생', '일상', '스트레스'를 조합하여 국내 학술지 논문을 검색한 결과, 총 279편이 나타났다. 세부적으로 살펴보면, 국회도서관 데이터베이스에서, 유아, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 46편, 아동, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 36편, 초등학생, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 7편, 청소년, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 33편, 중학생, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 6편, 고등학생, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 6편이 검색되어 총 134편을 찾을 수 있었다. 한국교육학술정보원의 데이터베이스에서는 유아, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 56편, 아동, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 37편, 초등학생, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 9편, 청소년, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 31편, 중학생, 일상, 스트레스를 조합하여 검색하였을 때 5편, 고등학생, 일상, 스트레스를 조합하여

검색하였을 때 7편이 검색되어 총 145편을 찾을 수 있었다. 이렇게 검색된 논문 중 논문 제목, 저자, 출판연도를 바탕으로 중복된 논문 143편과 학술지 게재 논문이 아닌 학술대회 발표자료 9편, 본 연구에서 살피고자 하는 일상적 스트레스와 무관하게 일상생활습관을 다룬 논문 1편, 문제행동을 다룬 논문 1편도 제외하였다. 연구 대상이 아동이나 청소년이 아닌 그들의 부모를 대상으로 한 논문 8편, 대학생 대상 논문 1편, 영아 대상 논문 1편 역시 제외하여 최종 115편의 논문을 본 연구의 분석자료로 선정하였다.

분석절차

아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구의 동향을 분석하기 위하여 연구자들을 포함해 총 5인의 아동학전공 박사과 박사과정생이 분석에 참여하였다. 분석을 위한 예비 단계로서, 연구자들은 분석기준표와 분석지침안을 제작하여 아동학 전문가로부터 타당성을 확인했다. 기준표와 지침안을 바탕으로 분석자 훈련을 마친 후, 전체 자료의 10%인 12편을 무작위로 선정하여 분석자들이 독립적으로 평정하였다. 이 때 평정결과 일치율은 88%로 나타났고 불일치 항목에 대해 집중적 논의를 하고 훈련과정을 마쳤다.

분석을 위한 본 단계에서 연구자들은 논문 115편 전체를, 연구자들 외 3인의 분석자는 각각 36편, 36편, 43편을 독립적으로 분석하였다. 분석이 완료된 후, 동일자료에 대한 분석자 평정 일치율은 96%로 나타났다. 일치하지 않은 항목에 대해서는 2차례의 공동논의과정을 거쳐 분석 범주를 확정하였다.

분석기준

본 연구에서는 최근 11년간 아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구들의 동향을 파악하기 위해 논문의 발표현황, 연구방법, 연구내용을 다음과 같은 기준으로 분석하고 빈도와 백분율을 산출하였다. 각각의 구체적 분석기준은 다음과 같다.

연구발표 분석기준

연구의 발표 현황을 파악하기 위하여 논문이 발표된 시기와 연구가 이루어진 분야, 발표된 학술지의 한국연구재단 등재 여부를 중심으로 분석하였다. 먼저 학술지에 게재된 논문들의 발표 시기와 관련하여서는 2010년부터 2020년까지 각 연도별 빈도를 분석하였다. 다음으로, 발표된 논문이 어느 분야에서 연구

되었는지를 살피기 위해서 한국학술지인용색인의 분류기준을 활용하여 인문과학분야, 사회과학분야, 자연과학분야, 공학분야, 의학분야, 농수해양학분야, 예술체육학분야, 복합학분야의 총 8개 분야로 분류하여 분석하였다. 마지막으로, 논문이 발표된 학술지가 한국연구재단에 등재되었는지의 여부를 파악하기 위해, 논문이 게재된 시점을 기준으로 한국연구재단 등재지, 등재 후보지, 기타학술지로 분류하여 분석하였다.

연구방법 분석기준

연구의 방법론적 경향을 파악하기 위하여 먼저 논문들을 양적 연구, 질적 연구, 혼합연구로 구분한 후에, 각각의 특성에 적합한 분석기준을 세우고자 하였으나, 본 연구의 대상으로 수집된 115편의 논문에는 질적 연구나 혼합연구의 유형이 한 편도 포함되지 않았다. 논문 115편이 모두 양적 연구에 해당하였으므로, 이들의 연구유형과 연구대상, 자료분석방법, 측정도구, 연구설계를 중심으로 분석하였다. 첫째, 연구유형을 파악하기 위해 자료수집방법과 연구접근법으로 나누어 살펴보았다. O. Chung (2008)은 아동학의 연구유형을 관찰연구, 조사연구, 실험연구로 분류하고 조사연구를 질문지법과 면접법으로 나누어 설명하였다. 이에 본 연구에서는 자료수집방법을 관찰법, 질문지법, 면접법, 실험법에 문헌연구와 기타항목을 포함하여 총 6개 항목으로 분류하여 분석하였다. 다음으로, 연구접근법은 횡단적 접근법과 종단적 접근법으로 분류하여 분석하였다. 둘째, 연구대상인 아동과 청소년을 그 발달단계에 따라 3년 단위로 유아, 초등학교 저학년생, 초등학교 고학년생, 중학생과 고등학생으로 총 5개 항목으로 분류하여 분석하였다. 또한, 유아와 초등학교 저학년생을 함께 살핀 것과 같이 넓은 범위의 발달단계의 아동을 연구대상으로 삼은 경우는 중복측정하여 다중반응 빈도분석을 하였다. 각 논문에서 연구한 대상의 수도 분석하였는데, 아동과 그들의 어머니를 함께 다룬 연구라 하더라도, 일상적 스트레스를 측정할 아동과 청소년의 수만 계산하였다. 또한 연구대상의 특성을 일반아동, 장애아동, 다문화가정의 자녀, 한부모가정의 자녀, 기타항목으로 분류하여 분석하였다. 셋째, 연구에서 사용된 자료분석방법을 파악하기 위하여 t 검정, 변량분석, 반복측정 변량분석, 공변량분석, 상관분석, 회귀분석, 요인분석, 구조방정식 모형, 카이제곱 검정, 기타의 총 10개 항목으로 분류하여 분석하였으며 한 가지 이상의 분석방법을 사용한 경우 중복측정하여 다중반응 빈도 분석을 하였다. 넷째, 연구에서 아동과 청소년의 일상적 스트레스를 측정하기 위하여 어떤 도구들이 사용되었는지 파악

하였다. 먼저 측정방법이 자기보고식인지 타인보고식인지를 분류하였고, 타인보고식의 측정방법은 다시 부모평정, 교사평정, 면접 후 검사자 보고, 관찰 후 검사자 보고로 나누어 분석하였다. 더불어 사용된 측정도구별로 빈도를 기록하였는데, 각각의 측정도구를 그대로 사용하였는지 또는 수정, 보완하여 사용하였는지도 확인하였다. 각 논문에서 측정도구를 설명할 때, 신뢰도와 타당도를 기재하였는지의 여부도 파악하였다. 마지막으로, 연구설계를 파악하기 위하여 논문에서 다루어진 일상적 스트레스가 연구에서 독립변인, 종속변인, 매개변인, 조절변인 중 어떤 변인으로 지정되었는지 분류하여 분석하였으며, 그 밖에 다른 변인과의 관련성을 살핀 논문들은 기타항목으로 분류하였다. 예를 들어 일상적 스트레스가 한 연구에서 독립변인이면서 종속변인으로 다루어진 경우에는 중복측정하여 다중반응 빈도 분석을 실시하였다.

연구내용 분석기준

연구의 내용적 경향을 파악하기 위하여 스트레스와 관련하여 함께 다루어진 변인들의 특성을 살펴보았다. 연령, 성별, 출생 순위 등을 다룬 인구사회학적 특성, 신체발달, 인지발달, 정서 발달, 자아개념, 성격특성, 적응능력 등과 관련된 개인적 특성, 부모자녀관계, 형제관계, 또래관계, 교사와의 관계 등과 관련된 관계적 특성, 부모특성, 가족특성, 학교특성, 교사특성, 사회특성 등과 관련된 환경적 특성으로 분류하여 살펴보았으며, 기타항목도 포함하여 분석하였다. 논문에서 일상적 스트레스와 더불어 한 가지 이상의 변인들을 함께 다룬 경우에는 중복측정하여 다중반응 빈도분석을 실시하였다.

Results

아동과 청소년의 일상적 스트레스 관련 연구의 발표현황

아동과 청소년의 일상적 스트레스에 관한 연구들의 발표연도별 빈도를 분석하여 살펴본 결과는 Figure 1과 같다. 2010년부터 2020년까지 총 115편의 연구가 학술지에 게재되었다. 최근에 이르기까지 관련 연구가 꾸준히 수행되어 왔으나, 2015년에 가장 많은 연구가 발표된 이래, 그 이후부터는 논문의 수가 감소하다가 2020년에 약간 증가한 것으로 나타났다.

아동과 청소년의 일상적 스트레스 관련 연구는 80편

(69.6%)이 사회과학분야에서 연구되었고, 17편(15.7%)이 자연과학분야에서 연구된 것으로 나타났다. 사회과학분야에서는 대부분 교육학 분야에서, 자연과학분야에서는 생활과학분야의 아동학분야에서 연구되었다. 이외에도 복합학(4.3%), 의학(3.5%), 인문과학(1.7%), 농수해양학(1.7%), 공학(1.7%), 예술체육학(1.7%) 등 거의 모든 분야에서 연구들이 이루어졌다. 예를 들어, 농수해양학분야에서는 원예프로그램(S.-H. Park & Huh, 2010)이, 공학분야에서는 규칙적인 신체활동(J.-S. Park & Kim, 2010)이 유아의 일상적 스트레스에 미치는 영향을 살펴보았다. 예술체육학분야에서는 미용교육프로그램에 참여한 청소년의 일상적 스트레스가 자아존중감에 미치는 영향을 다루었다(M.-H. Kim & Choi, 2018). 논문이 발표된 학술지가 논문이 게재된 시점에 한국연구재단에 등재되었는지의 여부를 파악한 결과, 88편(76.5%)의 논문은 한국연구재단 등재지에 게재되었고, 13편(11.3%)의 논문은 등재 후보지에 게재되었으며, 14편(12.2%)의 논문은 기타학술지에 게재된 것으로 나타났다.

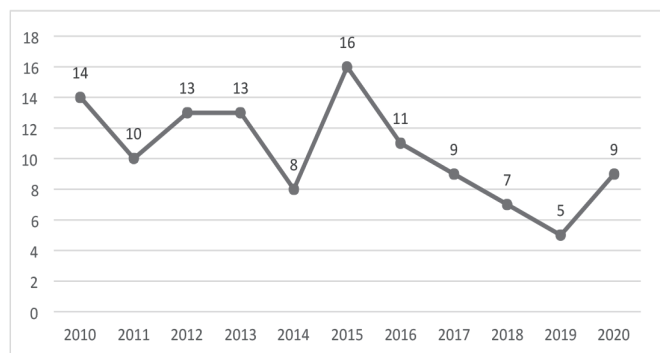


Figure 1. Number of studies on daily stress among children and adolescents.

아동과 청소년의 일상적 스트레스 관련 연구의 방법론적 경향

아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구의 방법론적 경향에서는 연구의 유형, 유아, 아동, 청소년으로 구분한 연구대상, 자료분석 방법, 측정방법과 측정도구, 연구설계로 구분하여 살펴보았다. 구체적 분석결과는 다음과 같다.

연구유형

아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구들의 유형을 다음 두 가지 측면에서 살펴보았다. 먼저 자료수집방법을 보면,

전체 논문 115편 중 질문지법을 사용하여 자료를 수집한 논문이 87편(50.6%)으로 가장 많았고, 다음으로는 면접법이 43편(25.0%), 실험법이 28편(16.3%) 순으로 나타났다. 실험법을 사용한 논문들은 대부분 일상적 스트레스 완화 프로그램의 효과를 살핀 준실험연구들이었다. 관찰법을 사용한 연구와 문헌연구는 각각 3편(1.7%)씩으로 그 수가 가장 적게 나타났다. 문헌연구를 세부적으로 살펴보면 일상적 스트레스에 관한 동향연구 2편(Choi et al., 2010; H.-W. Nam & Kim, 2020)과 심리진단자료 및 일상적 스트레스에 대한 이론 고찰 연구 1편이 포함되었다(N. Kim, 2013). 덧붙여 전체 115편 중 70편(60.9%)의 논문은 한 가지 방법으로 자료를 수집하였고, 나머지 논문(39.1%)들은 두 가지 이상의 방법으로 자료를 수집한 것으로 나타났다. 예를 들어, 한 연구에서 실험법과 면접법을 함께 사용하거나(S.-H. Park & Huh, 2010), 실험법, 면접법, 질문지법을 동시에 사용하여 자료를 수집한 경우도 있었다(J.-Y. Lee & Jeon, 2015). 다음으로 연구접근법을 보면, 문헌연구를 제외한 112편의 논문 중, 111편의 논문이 횡단적 접근법을 사용하였고, 단 한 편의 논문만이 종단적으로 접근하여 일상적 스트레스의 지속성을 총 1년의 시간 간격을 두고 살펴보았다(J.-A. Lee & Chung, 2012).

연구대상

연구대상의 수와 발달단계별 대상 수, 연구대상의 연령범위, 연구대상의 일반적 특성별로 구분해 살펴보았다. 먼저, 아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구들에서 연구대상의 수는 최소 1명에서 최대 6598명으로 나타났다. 연구대상이 1명이었던 연구는 미술치료가 아동의 일상적 스트레스에 미치는 효과가 있는지를 치료 전후의 점수를 비교하여 분석한 연구였으며(Y.-O. Lee & Lee, 2011b), 연구대상이 6598명이었던 연구는 청소년의 패널자료를 수집하여 일상적 스트레스가 삶의 만족도에 미치는 영향을 분석한 연구였다(A.-R. Han, 2020). 연구대상자의 수를 50명 미만, 50명~100명미만, 100명~200명미만, 200명~300명미만, 300명~400명미만, 400명~500명미만, 500명이상으로 구분하여 분석하였을 때, 500명 이상으로 한 연구가 23편(20.2%)으로 가장 큰 비중을 차지하였고, 100-200명으로 한 연구가 21편(18.4%), 50명 미만으로 한 연구가 18편(15.8%)으로 그 다음 순으로 나타났다.

아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구들의 대상의 발달단계별 분포를 살펴본 결과는 Table 1에 제시되어 있다. 전체 115편의 논문 중 대상자가 청소년기인 연구가 58편

Table 1
Frequency on Developmental Stages of Participants by Publication Year

Stage	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	Total (%)
Early childhood	7	5	4	6	2	7	5	6	2	1	2	47 (32.9)
Middle childhood	5	5	6	3	2	8	2	1	2	2	2	38 (26.6)
Adolescence	8	2	3	5	7	7	5	3	5	3	10	58 (40.6)

Note. $N = 115$.
Duplicate responses were allowed.

(40.6%), 유아기인 경우가 47편(32.9%), 아동기인 경우가 38편(26.6%)으로 나타났다. 세부적으로 살펴보면, 청소년기의 경우, 중학생에 해당하는 청소년초기 대상 연구는 34편이었으며, 고등학생에 해당하는 청소년후기 대상 연구는 24편이었다. 아동기의 경우, 초등학교 고학년에 해당하는 아동중기 대상연구는 33편이었으나, 초등학교 저학년에 해당하는 아동초기 대상연구는 5편에 그쳤다.

대부분의 논문에서 연구대상의 연령 범위는 3년 이내였지만, 그 이상인 연구도 22편이 있었다. 즉 영아기에서 유아기까지 대상으로 한 논문이 1편, 유아기에서 아동초기까지를 대상으로 한 논문이 1편, 아동초기에서 청소년초기까지를 대상으로 한 논문이 2편, 아동초기에서 청소년후기까지 대상으로 한 논문이 1편, 아동중기에서 청소년초기까지 대상으로 한 논문이 1편, 아동중기에서 청소년후기까지 대상으로 한 논문이 1편, 청소년초기에서 청소년후기까지 대상으로 한 논문이 15편이었다.

경험적 자료를 분석한 연구에서 표집된 대상의 일반적 특성을 살펴보면, 98편의 논문에서 일반아동을 대상으로 하였고, 1편의 논문에서 장애아동을, 3편의 논문에서 다문화가정의 자녀를, 3편의 논문에서 한부모가정의 자녀를 표집한 것으로 나타났다. 그 외에 시설보호아동, 정신과 약물을 복용하는 등 임상적인 문제가 있는 아동, 도서지역의 아동, 저소득층 가정의 자녀, 알콜중독자의 자녀, 조기 유학 청소년 등이 포함된 연구도 있었다. 분석기준에 따르면, 대부분의 논문에서 연구대상은 단일 특성을 가진 대상들이었다. 하지만, 7편의 논문에서는 다문화가정 자녀와 한부모가정 자녀, 저소득층 가정의 자녀를 함께 살핀 연구도 있었으며, 일반 청소년과 조기 유학 청소년을 함께 분석한 연구도 찾아볼 수 있었다.

자료분석방법

아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구에서 자료분석방법을 중복측정하여 다중반응 빈도를 산출한 결과, 전체 115편의 논문 중 회귀분석은 65편(28.4%), 상관분석은 61편(26.6%), t 검증은 43편(18.8%), 변량분석은 16편(7%)의 논문에서 사용되었다. 즉 변인 간의 관련성을 중심으로 분석한 통계기법이 집단의 평균을 비교하는 기법보다 더 많이 사용되었다. 덧붙여, 한 가지 분석기법을 사용한 논문이 40편(34.8%)으로 가장 많았고, 두 가지 분석기법을 사용한 논문이 39편(33.9%)이었으며, 세 가지 분석기법을 사용한 논문이 23편(20%)인 것으로 나타났다. 다섯 가지 분석기법을 사용한 논문도 2편(1.7%)이 있었다.

측정방법

총 115편의 논문에서 아동과 청소년의 일상적 스트레스를 측정하는 논문은 문헌연구 3편을 제외하여 112편이었다. 일상적 스트레스 측정 방법을 살펴본 결과, 자기보고식 측정이 67편(59.8%), 타인보고식 측정이 45편(40.2%)인 것으로 나타났다. 타인보고식 측정에서는 면접 후 검사자 보고가 41편으로 가장 높은 비율을 차지하였고, 부모평정법을 사용한 논문은 2편, 교사평정법을 사용한 논문은 1편으로 나타났다. 아동과 청소년의 일상적 스트레스를 측정하는 방법을 연구대상의 발달단계별로 살펴본 결과는 Table 2에 제시되어 있다.

일상적 스트레스 측정방법은 연구대상의 발달단계에 따라 차이를 보였다. 아동중기부터 청소년후기까지의 대상으로 한 경우, 일상적 스트레스를 모두 자기보고식으로 측정하였다. 반면, 유아기를 대상으로 한 경우는 모두 타인보고식으로 측정되었으며, 주로 면접 후 검사자 보고로 측정되었다. 아동초

Table 2
Frequency on Source of Informants of the Daily Stress Inventory

Source	Developmental stage			Subtotal	Total (%)
	Early childhood	Middle childhood	Adolescence		
Self	0	35	54	67	67 (59.8)
Other					
Parent	2	0	0	2	45 (40.2)
Teacher	1	0	0	1	
Inspector after interview	41	1	0	42	
Inspector after observation	0	0	0	0	

Note. N = 112.
Subtotal and total were based on the number of articles.

Table 3
Frequency on Daily Stress Scale

Scale	Rater	Version	Developmental stage			Total (%)
			Early childhood	Middle childhood	Adolescence	
Classroom Child Stress Behavior Instrument (Burts, Hart, Charlerworth, & Kirk, 1990)	Observer	Original	0	0	0	1 (0.9)
		Modified	1	0	0	
Daily Hassles Scale for Children in Korea (M. H. Han & Yoo, 1995)	Child	Original	0	11	6	29 (26.1)
		Modified	0	5	15	
Preschool Children's Daily Stress Scale (Youm, 1998)	Interviewer	Original	24	1	0	37 (33.3)
		Modified	13	0	0	
Hassles Scale for School Age Children (Min & Yoo, 1998)	Child	Original	0	3	0	6 (5.4)
		Modified	0	3	0	
Daily Stress Scale for Preschool Children (Oh, Lim, & Yi, 2016)	Interviewer	Original	3	0	0	3 (2.7)
		Modified	0	0	0	
Panel data			1	7	18	15 (13.5)
Others			2	6	17	20 (18.0)
Total			44	36	57	111 (100.0)

Note. N = 111.
Total was based on the number of articles.

기의 경우, 자기보고식 측정방법과 타인보고식 측정방법이 함께 사용된 것으로 나타났다.

측정도구

전체 115편의 논문에서 아동과 청소년의 일상적 스트레스 측정도구를 사용한 논문은 111편이었다. 그 중 Youm (1998)이 개발한 ‘유아의 일상적 스트레스 척도’가 가장 많이 사용되었는데, 37편(33.3%)의 연구에서 사용된 것으로 나타났다. 다음으로 많이 사용된 척도는 M. H. Han과 Yoo (1995)가 개발한 ‘한국아동의 일상적 스트레스 척도’로서, 29편(26.1%)의 연구에서 사용되었다. 또한 15편(13.5%)의 연구에서는 패널자료

의 하위문항들, 즉 아동과 청소년의 일상적 스트레스와 관련된 문항들이 사용되었다. 일상적 스트레스 측정도구를 원칙도 그대로 사용하였는지, 수정 및 보완하여 사용하였는지를 분류하여 연구대상의 발달단계별로 그 빈도를 분석한 결과는 Table 3에 제시되어 있다.

일상적 스트레스를 평가하기 위한 측정도구는 연구대상의 발달단계에 따라 사용빈도가 다르게 나타났다. 유아기를 대상으로 한 연구에서는 Youm (1998)의 척도가 주로 사용되었고, 아동초기에 해당하는 초등학교 저학년생을 대상으로 한 연구에서는 Youm (1998)의 척도와 M. H. Han과 Yoo (1995)의 척도가 각각 1편씩 사용되었다. 아동중기부터 청소년후기까지 M. H. Han과 Yoo (1995)의 척도가 주로 사용되었는데, 청소년기

Table 4
Frequency on Type of Variables for Daily Stress

Type of variable	Developmental stage			Total (%)
	Early childhood	Middle childhood	Adolescence	
Independent	6	19	42	49 (42.2)
Dependent	36	17	8	57 (49.1)
Mediator	1	3	7	8 (6.9)
Moderator	0	0	0	0 (0.0)
Others	1	0	1	2 (1.7)

Note. N = 111.

Duplicate responses were allowed.

가 대상일 경우에는 M. H. Han과 Yoo (1995)의 척도를 수정, 보완하여 사용한 경향이 있었다. 척도를 수정, 보완하여 사용한 경우의 예를 들면, 선행연구를 근거로 일부요인만 선택하여 사용하거나 일부 문항을 삭제하여 사용한 경우도 있었으며, 지역적 특성이나 대상의 특성에 맞게 문항의 표현을 수정한 경우도 있었다. 또한 청소년기 대상 연구들은 유아기나 아동기 대상 연구들보다 패널자료의 하위문항을 사용하여 일상적 스트레스를 측정하는 경우가 많았다. 그 밖에, 아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 논문에서 측정도구에 대해 기술할 때, 신뢰도 정보는 103편(92.8%)의 논문에서 보고되었으나, 타당도 정보는 8편(7.2%)의 논문에서만 찾아볼 수 있었다. 특히 원척도를 수정, 보완하여 사용한 논문 37편 중 타당도를 제시한 논문은 4편이었다.

연구설계

아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구의 설계 경향을 살펴보고자 일상적 스트레스가 독립변인, 종속변인, 매개변인, 조절변인 중 어떤 변인으로 지정되어 있는지를 분석하였다. 그 결과, 106편(95.5%)의 논문에서 일상적 스트레스는 한 가지 변인으로 지정되었으며, 4편(3.6%)의 논문에서는 두 가지 변인으로 지정되었음을 알 수 있었다. 두 가지 변인으로 지정된 4편의 논문 모두에서 일상적 스트레스는 독립변인으로, 종속변인으로도 사용되었다. 일상적 스트레스 변인이 어떤 변인으로 지정되었는가를 중복측정하여 다중반응 빈도를 산출한 결과, 전체 115편의 논문 중 종속변인으로 지정된 연구가 57편(49.1%)으로 가장 많았으며, 독립변인으로 지정된 연구가 49편(42.2%)으로 그 다음 순으로 나타났다. 매개변인이었던 연구는 8편(6.9%)이었으며, 조절변인이었던 연구는 한편도 없었다. 일상적 스트레스가 독립변인, 종속변인, 매개

변인, 조절변인 중 어떤 변인으로 지정되었는지를 연구대상의 발달단계별로 살펴본 결과는 Table 4에 제시되어 있다.

유아기대상 연구에서는 일상적 스트레스가 주로 종속변인으로 지정되었으며, 아동기대상 연구에서는 독립변인과 종속변인이 비슷한 비율로 지정되었다. 청소년기대상 연구에서는 일상적 스트레스가 주로 독립변인의 역할을 하는 것으로 나타났다. 일상적 스트레스가 매개변인으로 지정된 논문 8편 중에서 7편이 청소년기를 대상으로 한 연구였다.

아동과 청소년의 일상적 스트레스 관련 연구의 내용적 경향

아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구에서 내용적 경향을 살펴기 위하여 함께 다루어진 변인의 특성을 살펴보았다. 문헌연구를 제외한 112편의 논문을 살펴본 결과, 한 편의 논문에서 일상적 스트레스와 함께 다루어진 변인의 수는 최소 1개에서 최대 13개까지로 나타났다.

본 연구에서는 일상적 스트레스와 함께 다루어진 변인의 특성을 인구학적 특성, 개인적 특성, 관계적 특성, 환경적 특성으로 구분해 살펴보았다. 이 중 일상적 스트레스와 개인적 특성 변인을 함께 다룬 연구가 약 52%로 가장 많은 것으로 나타났다. 환경적 특성 변인을 함께 다룬 연구는 약 22%로 두 번째로 많았으며, 관계적 특성 변인을 함께 다룬 연구는 약 10%로 적었다. 여기서 개인적 특성 변인은 개인의 발달특성과 관련된 것으로, 신체발달, 인지발달, 정서발달, 자아개념, 성격특성, 적응능력 등이 이에 포함된다. 개인적 특성 중에서는 정서발달(28.4%)과 적응능력(21.9%)에 관한 변인이 일상적 스트레스와 함께 가장 많이 다루어진 것으로 나타났다. 정서발달과 관련된 변인으로는 정서성, 정서인식, 정서조절 등이 다루어졌고, 적응능력과 관련된 변인으로는 심리사회적 적응, 학

Table 5
Distribution of the Characteristics of Variables Used in the Study

	Variables	Developmental stage			Subtotal	Total (%)
		Early childhood	Middle childhood	Adolescence		
Demographic	Sex	8	9	12	23	48 (16.2)
	Age/Grade	5	10	8	16	
	Birth order	2	2	0	4	
	Others	2	1	2	5	
Personal	Physical development	4	2	7	9	155 (52.4)
	Cognitive development	3	4	8	12	
	Emotional development	10	18	26	44	
	Social development	3	1	0	4	
	Self	5	9	14	22	
	Personality	3	0	7	7	
	Adjustment	8	12	24	34	
	Experience	0	3	11	9	
	Others	1	9	9	14	
Relational	Parent-child	2	5	5	8	28 (9.5)
	Sibling	0	0	0	0	
	Peer	6	7	1	12	
	Teacher	2	5	0	7	
	Others	0	0	2	1	
Environmental	Parent	8	7	1	16	64 (21.6)
	Family	0	3	6	5	
	School	22	0	4	24	
	Teacher	2	0	2	3	
	Social	0	1	3	4	
	Others	4	7	3	12	
Others		1	0	0	1	1 (0.3)

Note. N = 112.

Duplicate responses were allowed.

교생활적응, 문제행동 등이 다루어졌다. 환경적 특성 변인은 아동과 청소년을 둘러싸고 있는 주요 발달환경, 즉 부모, 가족, 학교, 교사, 사회맥락의 특성을 의미한다. 본 연구 결과, 환경적 특성 중에서는 학교특성이 가장 많이 다루어졌고, 학교 특성 중에서 학교에서 시행하는 프로그램이 사용된 경우가 많았다. 관계적 특성 변인은 부모자녀관계, 형제관계, 또래관계, 교사와의 관계를 말한다. 관계적 특성 변인 중 가장 많이 다루어진 변인은 또래관계였고, 형제관계는 최근 10년간 한 번도 다루어지지 않은 것으로 나타났다. 그 밖에 인구사회학적 변인 중에서는 성별이 가장 많이 다루어졌다. 연구에서 일상적 스트레스와 함께 다루어진 변인을 상세하게 구분하여 그 빈도를

연구대상의 발달단계별로 살펴본 결과는 Table 5에 제시되어 있다.

함께 다루어진 변인의 특성을 연구대상의 발달단계별로 살펴본 결과, 주로 유아기대상 연구에서 교육기관의 특성을 많이 다룬 것으로 나타났다. 이 결과는 유아교육기관에서 시행하는 프로그램의 효과를 검증하는 연구가 많이 이루어졌기 때문인 것으로 보인다. 예를 들어, 공을 활용한 신체활동이나 요가활동, 원예활동 프로그램, 숲체험 활동, 보육기관에서의 놀이치료 등 교육기관에서 시행하는 특정 프로그램이 유아의 일상적 스트레스에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 살펴본 연구들이 22편에 이르렀다. 그밖에, 또래관계 변인은 유아기와 아

동기대상 연구에서 많이 다루어졌고, 청소년기대상 연구에서는 환경적 특성을 가진 변인보다 개인적 특성을 가진 변인이 더 많이 다루어진 것으로 나타났다.

덧붙여, 연구시기에 따른 연구 내용의 차이를 살펴보기 위하여 2010년과 2020년에 일상적 스트레스와 함께 다루어진 변인의 특성을 비교하였다. 그 결과, 인구학적 특성 변인의 사용비율이 전체 변인의 17.9%에서 3.6%로 감소하였으며, 개인적 특성 변인에는 인지발달, 정서발달, 자아개념, 경험과 관련된 변인들의 사용비율이 증가하였다. 특히 환경적 특성 변인 중 학교특성이 28.6%에서 66.7%로 크게 증가하였다.

Discussion

본 연구에서는 최근 11년 동안 국내 학술지에 발표된 아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구들의 경향을 살펴보기 위해 논문들의 발표현황과 방법론적 측면 및 내용적 측면을 중심으로 분석하였다. 주요 연구결과를 토대로 논의하고, 이 연구의 결론을 도출하고자 한다. 앞서 이루어진 선행연구(Choi et al., 2010)는 유아와 학령기 아동의 일상적 스트레스에 관한 연구들의 시기별 동향, 연구대상, 연구 내용, 연구방법, 측정도구를 중심으로 분석하였으므로, 본 연구의 분석항목과 유사하여, 본 연구결과를 논의함에 유용한 자료가 된다.

먼저, 아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구들의 발표경향을 살펴본 결과, 2010년 이후 11년간 총 115편이 국내 학술지에 발표되었다. 연도별 발표 빈도를 살펴보면 2010년 이후 꾸준히 수행되어 오다가 2015년에 가장 많은 연구가 발표된 이래, 다소 감소하는 경향을 보였다. Choi 등(2010)의 동향 연구에서는 유아와 학령기 아동의 일상적 스트레스를 다룬 연구들의 발표 경향을 5년 단위로 분석한 바 있다. 그 결과와 본 연구에서 청소년을 제외하고 유아와 학령기 아동을 대상으로 한 연구의 발표현황을 비교하면 약 30년간의 발표현황을 파악할 수 있다. 이를 종합하면, 우리나라에서 유아와 학령기 아동의 일상적 스트레스를 다룬 연구는 1990년대부터 증가하다가 2010년에서 2014년까지 5년간 가장 많이 수행되었고, 2015년부터 2019년까지는 약간 감소하여 2005년부터 2009년까지 수행된 연구의 수와 비슷한 수준에 이른 것을 알 수 있었다. 현재 기준으로 약 20-30년 전에 수행된 청소년 대상 연구의 동향을 분석한 자료는 찾아볼 수 없다. 그러나 본 연구에서 분석된 최근 11년간의 발표경향을 기준으로 보면, 청소년 대상 연구들 역시 최근까지 지속적으로 수행되어 왔

며, 2020년에 가장 많은 연구가 이루어진 것으로 나타났다. 이는 2015년 이후 감소세였던 아동과 청소년의 일상적 스트레스에 관한 연구의 최근 발표경향에 변화를 제공하였다. 청소년의 삶의 질과 밀접한 일상적 스트레스에 대해 최근에 다시 학계가 관심을 가지게 된 것이므로, 추후 발표 현황과 연구방향을 지켜볼 필요가 있겠다.

아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구들은 주로 사회과학분야 중 교육학 분야와 자연과학분야 중 생활과학분야에서 연구되었고, 복합학, 의약학, 인문과학, 농수해양학, 공학, 예술체육학 등 거의 모든 분야에서 일부 다루어졌다. 이는 아동과 청소년의 일상적 스트레스라는 연구주제가 여러 학문분야와 연관될 수 있으며 여러 측면에서 조명해보고 다학제적으로도 연구할 수 있는 주제임을 시사한다. 특히, 일상적 스트레스를 감소시키고 조절할 수 있는 방안으로 농수해양학분야와 예술체육학 분야에서 원예프로그램이나 미용교육 프로그램을 제시한 것과 같이(M.-H. Kim & Choi, 2018; S.-H. Park & Huh, 2010), 여러 연구분야에서 다양한 형태의 스트레스 완화 및 조절 프로그램이 개발되기를 기대한다.

다음으로, 연구의 방법론적 경향을 살펴본 결과, 최근 11년간 아동과 청소년의 일상적 스트레스를 다룬 연구들은 모두 양적 연구로 분류되었다. 연구에 사용된 자료들은 주로 질문지법과 면접법, 실험법을 통해 횡단적으로 수집되었다. 자료수집방법 중 질문지법이 가장 높은 비율을 차지하고 있지만, 1990년부터 2009년의 연구동향 분석결과(Choi et al., 2010)와 비교하였을 때, 질문지법의 비율은 줄어들었고, 대신 면접법과 실험법의 비율이 증가하는 경향을 나타냈다. 그 원인을 다음과 같이 추론할 수 있다. 첫째, 유아를 대상으로 한 연구가 증가하였기 때문이다. 질문지 답변 능력이 부족한 유아의 경우, 대부분 면접법을 통해 자료가 수집된 것으로 나타났다. 둘째, 프로그램의 효과를 검증하기 위한 실험연구의 수가 증가하였기 때문이다. 반면, 관찰법을 사용한 비율은 10여 년 전의 결과보다 감소하였는데, 이는 관찰법을 기초로 한 대표적인 측정도구인 CCSBI (Classroom Child Stress Behavior Instrument)의 사용이 감소한 것도 하나의 이유로 볼 수 있다. 10여 년 전 연구에서는 전체의 7%의 논문에서 CCSBI가 사용되었으나, 본 연구에서는 사용비율이 1%에도 미치지 못하였다. CCSBI는 유아교육기관의 학급 내에서만 유아를 관찰함으로써 유아의 스트레스 행동을 측정하는 척도이기 때문에 기관 밖에서의 스트레스 행동을 측정하기 어렵다는 특성이 있다.

연구의 대상을 살펴본 결과, 최근 십여년간은 청소년 대상의 일상적 스트레스 연구가 유아나 아동대상의 연구보다 더

많이 진행된 것을 알 수 있다. 초등학교 저학년에 해당하는 아동초기 대상 연구는 1990년부터 2009년의 연구동향 분석결과와 동일하게, 그 수가 가장 적은 것으로 나타났다. 아동초기는 생활환경이 학교라는 넓은 범위로 확대됨에 따라 물리적, 심리적 변화를 크게 경험하는 시기로, 이 시기에 경험하는 일상적 스트레스 역시 높을 것으로 예상되지만, 이에 대한 연구는 많이 이루어지지 않았다. 이는 아동초기인 초등저학년생들을 대상으로 한 일상적 스트레스 측정도구의 부재와도 밀접한 연관이 있을 것으로 생각된다. Youm (1998)의 척도와 Oh 등 (2016)의 척도는 유아를 대상으로 개발되었다. M. H. Han과 Yoo (1995)의 척도는 질문지 답변 능력을 고려하여 초등학교 저학년생을 제외하고 4학년부터 6학년까지의 아동을 대상으로 개발되었다. Min과 Yoo (1998)의 척도 역시, 초등학교 중기와 후기를 대표하는 3학년과 6학년 아동을 대상으로 개발되었기 때문에, 현재 초등학교 1학년부터 2학년 아동의 일상적 스트레스를 평가하는 측정도구는 찾아보기 어렵다. 이에 초등학교 저학년생의 일상적 스트레스를 평가할 수 있는 측정도구가 필요하다고 여겨진다.

아동과 청소년 대상의 일상적 스트레스 연구에서 사용된 주요통계분석기법을 살펴본 결과, 회귀분석과 상관분석이 가장 많이 사용되었고, t 검증과 변량분석이 그 다음으로 많이 사용된 것으로 나타났다. 즉, 집단의 평균을 비교하는 기법보다 변인 간의 관련성을 분석한 기법이 많이 사용되었음을 알 수 있었다. 이는 개인의 일상적 스트레스가 무엇에 영향을 받으며, 어디에 영향을 미치는지를 파악하고자 한 경우가 많았기 때문일 것이다. 그러나 종합적 특성을 고려한 연구모형을 제안하여 통합적으로 검증하고자 하는 시도는 상대적으로 저조한 편이므로, 추후에는 다각도의 특성들을 포함한 일상적 스트레스 관련 구조에 대한 모형이 필요할 것으로 판단된다.

일상적 스트레스 측정방법은 연구대상의 발달단계와 연관이 있었다. 유아 대상 연구에서는 주로 면접 후 검사자가 보고하는 타인보고식 측정방법을 사용하였고(Oh et al., 2016; Youm, 1998), 아동중기부터 청소년후기까지는 자기보고식 측정방법을 사용하였다(M. H. Han & Yoo, 1995; Min & Yoo, 1998). 청소년 대상 연구에서는 아동중기를 대상으로 개발된 M. H. Han과 Yoo (1995)의 척도를 수정, 보완해서 사용하거나 패널자료를 활용하는 경향이 나타났는데, 이는 선행 연구(Choi et al., 2010)에서의 지적과 마찬가지로, 문항의 타당성에 문제가 있을 수 있다. 따라서, 청소년 대상 일상적 스트레스를 측정할 수 있는 신뢰할 수 있고 타당한 평가도구의 개발이 요구된다.

아동과 청소년의 일상적 스트레스에 관한 연구설계의 경향을 살펴본 결과, 일상적 스트레스 변인은 주로 종속변인이나 독립변인으로 사용되었다. 1990년부터 2009년의 연구동향(Choi et al., 2010)에서 종속변인으로서의 역할비율이 독립변인으로서의 역할비율보다 현저하게 높았던 것과 비교하면, 최근 10년 동안의 연구에서는 독립변인으로서의 사용 비율이 증가하였음을 알 수 있다. 이러한 현상은 본 연구에서 청소년을 대상으로 하는 연구를 분석대상에 포함하였기 때문에 나타났을 수도 있다. 유아를 대상으로 하는 논문에서는 일상적 스트레스가 주로 종속변인으로 지정되어 스트레스에 영향을 미치는 특성을 찾고자 하는 시도가 많았다. 하지만, 점차 대상 연령이 높아져 청소년기에 이르면 주로 독립변인으로 지정되어 일상적 스트레스가 미치는 영향에 대해 살핀 연구가 많은 것으로 나타났다. 이는 연구자들이 어린 연령이 대상인 경우에는 일상적 스트레스의 원인을 찾아 가급적 그 영향을 줄이고자 하는데 관심이 있고, 연령이 높아지면 일상적 스트레스가 개인과 삶의 어떠한 부분에 영향을 미치는지, 스트레스의 결과에 관심을 갖는 것으로 해석된다. 한편 일상적 스트레스가 매개변인으로 지정된 비율은 선행연구(Choi et al., 2010)와 비슷한 수준으로 낮았다. 이는 특정 독립변인이 종속변인에 미치는 영향에서 일상적 스트레스 수준이 매개의 역할을 하는지에 대해 살펴본 연구가 많지는 않았다는 것이다. 나아가, 일상적 스트레스 수준이 어떠한 때 특정 독립변인과 종속변인 간의 관련성이 나타나는지를 밝히고자 시도한 연구는 찾아볼 수 없었다. 일상적 스트레스 수준이 특정 독립변인과 상호작용하여 종속변인에 영향을 미칠 수 있음을 고려할 때, 추후 일상적 스트레스 수준의 조절 효과를 살펴보는 연구가 필요하다고 생각된다.

끝으로, 아동과 청소년의 일상적 스트레스에 관한 연구를 내용적 측면에서 분석한 결과, 전반적으로 각 발달단계 모두 개인적 특성을 포함한 연구가 가장 많았고, 환경적 특성, 관계적 특성 순으로 나타났다. 이러한 결과는 1990년부터 2009년의 연구동향 분석결과(Choi et al., 2010)와는 차이가 있다. 당시에는 일상적 스트레스와 함께 환경적 특성변인이 가장 많이 연구된 것으로 나타났다. 그러나 청소년대상 연구를 포함하여 최근 연구의 경향을 살펴본 결과, 개인적 특성을 가진 변인이 가장 많이 다루어졌고, 여전히 관계적 특성은 상대적으로 적게 다루어졌다. 연구대상의 발달단계별로 구분해 살펴보면, 유아기 대상 연구에서는 개인적 특성변인과 환경적 특성변인의 비율이 비슷하였지만, 아동기 대상 연구에서는 개인적 특성변인이 환경적 특성변인보다 약 3배 이상, 청소년기 대상 연구에서는 약 5.5배 이상 많이 다루어진 것으로 나타났다.

그 원인으로는 유아기 대상 연구에서는 교육기관에서의 프로그램 효과를 검증한 준실험연구들이 꾸준히 수행된 반면, 아동기와 청소년기 대상 연구에서는 실험연구가 매우 적게 수행되었기 때문으로 볼 수 있다. 또한 청소년기 대상 연구에서 비중있게 다루어진 변인들 중, 자아개념이나 적응능력과 관련된 변인들은 청소년기의 발달과업과 밀접하며, 연령이 증가할수록 개인 고유의 특성으로 자리잡기 때문으로 해석할 수 있다. 한편, 형제 유무에 따라 아동의 스트레스 수준이 달라지며, 형제 관계 내에서 비교를 경험하거나 형제가 자신의 요구를 들어주지 않을 때, 스트레스를 경험한다고 밝힌 선행 연구(H. Lee, 1994)가 있음에도 불구하고, 최근 10년 동안에는 형제 관계를 포함해 일상적 스트레스를 다룬 후속 연구는 진행되지 않았다.

이상의 논의를 바탕으로 추후 연구를 위한 제언을 정리해 보면 다음과 같다. 첫째, 일상적 스트레스에 관해 질적 연구의 접근방식을 통해 보다 자연스러운 맥락에서 탐색적이고 발견적인 연구를 시도할 필요가 있겠다. 둘째, 진일보한 양적 연구를 수행하기 위해서도 다양한 측면의 시도가 필요하다. 보다 정확한 측정치를 얻기 위해 다양한 자료수집방법을 고안해야 할 것이다. 특히 아동중기나 청소년기를 대상으로 일상적 스트레스를 연구할 때, 질문지에만 의존하지 않고 다양한 자료수집방법을 사용해야 한다. 뿐만 아니라 여러 연령층을 대상으로 한 연구의 활성화를 위하여, 아동초기와 청소년기 대상으로 일상적 스트레스를 측정하는 도구가 개발되어야 할 것이다. 셋째, 일상적 스트레스와 다른 특성들 사이의 단편적 관련성 정보를 제공하는 연구를 넘어, 통합적 연구모형을 구축하고 이를 검증하고자 하는 시도가 필요하다. 나아가 연구설계 시 일상적 스트레스를 매개 또는 조절변인으로 지정하여 관련된 기제를 설명하거나 어떤 조건에서 해당 특성이 더 중요한 역할을 하는지 밝히고자 하는 노력이 요구된다. 넷째, 기존 연구들에서 파악된 아동과 청소년의 개인적 특성이나 환경적 특성, 나아가 관계적 특성을 종합적으로 고려해 일상적 스트레스를 다루는 포괄적 접근 방식을 시도할 수 있을 것이다.

본 연구에서는 2010년에서 2020년까지 국내 학술지에 발표된 논문만을 분석대상으로 하였다. 학위논문 중 학술지에 발표되지 않은 논문은 본 연구의 대상에서 제외되었기 때문에 아동과 청소년의 일상적 스트레스에 관한 모든 연구를 포함하지 못하였다. 또한 일상적 스트레스를 다룬 개별 연구들의 결과를 분석하지 못하였다는 제한점이 있다. 그러나 본 연구에서는 최근 11년간 아동과 청소년 대상 일상적 스트레스 연구의 변화 경향을 선행된 연구와 비교하여 체계적으로 분석하였

다. 특히 아동을 대상으로 한 연구들과 청소년을 대상으로 한 연구들의 경향을 비교해 분석하였다. 따라서 이들의 동향을 토대로 일상적 스트레스를 다루는 후속 연구에 대한 방향을 제시하였다는 점에서 의의를 찾을 수 있다.

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

References

In English

- Brobeck, E., Marklund, B., Haraldsson, K., & Berntsson, L. (2007). Stress in children: How fifth-year pupils experience stress in everyday life. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 21(1), 3-9. doi:10.1111/j.1471-6712.2007.00445.x
- Burts, D. C., Hart, C. H., Charlerworth, R., & Kirk, L. (1990). A comparison of frequencies of stress behaviors observed in kindergarten children in classroom with developmentally appropriate versus developmentally inappropriate instrumental practices. *Early Childhood Research Quarterly*, 51(3), 407-423. doi:10.1016/0885-2006(90)90030-5
- Chan, S. M., Poon, S. F., & Tang, E. M. H. (2016). Daily hassles, cognitive emotion regulation and anxiety in children. *Vulnerable Children & Youth Studies*, 11(3), 238-250. doi:10.1080/17450128.2016.1214887
- Hill, D. C., Moss, R. H., Sykes-Muskett, B., Conner, M., & O'Connor, D. B. (2018). Stress and eating behaviors in children and adolescents: Systematic review and meta-analysis. *Appetite*, 123, 14-22. doi:10.1016/j.appet.2017.11.109
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Newcomb, M. D., Huba, G. J., & Bentler, P. M. (1981). A multidimensional assessment of stressful life events among adolescent: Derivation and correlates. *Journal of Health and Social Behavior*, 22(4), 400-415. doi:10.2307/2136681
- Omizo, M. M., Omizo S. A., & Suzuki, L. A. (1988). Children and stress: An exploratory study of stressors and symptoms. *The School Counselor*, 35(4), 267-274.
- Rowlison, R. T., & Felner, R. D. (1988). Major life events, hassles, and adaptation in adolescence: Confounding in the conceptualization and measurement of life stress and adjustment revisited. *Journal of Personality and Social*

Psychology, 55(3), 432-444. doi:10.1037/0022-3514.55.3.432

Tausig, M. (1982). Measuring life events. *Journal of Health and Social Behavior*, 23(1), 52-64. doi:10.2307/2136389

In Korean

Chai, H.-Y., & Choi, M.-Y. (2018). Effects of perceived daily stress and sense of humor on quality of life among school-age children. *Child Health Nursing Research*, 24(1), 18-26. doi:10.4094/chnr.2018.24.1.18

Cho, C., Ku, N. W., Kim, H., Lee, S., & Lee, I. (2019). *OECD programme for international students assessment: An analysis of PISA 2018 results* (Report No. 2019-11). Retrieved from KICE website: <http://www.kice.re.kr/resrchBoard/view.do?seq=600&cs=kice&m=030101>

Cho, K.-H., & Ko, J.-H. (2012). The role of positive attitude in the relationship between adolescents' experience of negative life events and happiness. *Journal of Humanities of Kyungnam University*, 30, 91-116.

Choi, N., Suh, J.-H., & Kim, J.-K. (2010). A trends analysis of research on children's daily stress. *Journal of Families and Better Life*, 28(2), 97-110.

Chung, O. (2008). *Adonghag yeongubangbeopron* [아동학 연구방법론]. Seoul: Hakjisa.

Han, A.-R. (2020). The effect of adolescents' daily stress on life satisfaction: The moderating effects of optimism and family relationship quality. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 20(7), 411-429.

Han, M. H., & Yoo, A. J. (1995). Development of daily hassles scale for children in Korea. *International Journal of Human Ecology*, 33(4), 49-64.

Hong, Y.-G. (2013). Social conflict caused by education and conflict-overcoming through education: Education-and social-philosophical as well as education-sociological reflections on Korean education as mechanism of social exclusion and its implosive innovation. *Journal of The Society of Philosophical Study*, 100, 329-360.

Jang, D., & Shin, H. (2017). The mediating effects of child and adolescent stress on life satisfaction: elementary, middle and high school group analysis through emotion regulation and family intimacy. *Journal of Parent Education*, 9(4), 191-216.

Jang, E. (2017). Relationships between internalizing, externalizing problems and adolescents sex, grade, stress factor. *Korean Journal of Educational Research*, 38(1), 57-76.

Kim, A.-Y. (2010). *The relationships of children's private education experiences, ego-resiliency and parents' peer attachment to children's daily stress* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T12275831>

Kim, I.-S. (2008). A study of stress factors of elementary school children due to participation of physical activities after class. *The Korean Journal of the Elementary Physical Education*, 14(2), 43-53.

Kim, I.-S. (2009). A comparative study between Korea and America elementary school children's stress factors according to physical activities. *Korean Journal of Sport Psychology*, 20(1), 139-152.

Kim, J.-K. (2009). The anxiety-depression according to children's ordinary stress: Focused on exploring the mediation variable. *Journal of Korean Home Management Association*, 27(2), 227-241.

Kim, J. W. (2012). *The effect of hours in child care centers on children's daily stress and the moderating effects of child care environment* (Doctoral dissertation). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T12857869>

Kim, M., Kim, H. J., & Kim, A. (2018). International comparison on the children's quality of life and the impacts of play and leisure activities on it. *The Journal of Eurasian Studies*, 15(3), 29-59. doi:10.31203/aepa.2018.15.3.002

Kim, M.-H., & Choi, E.-J. (2018). A study on the factors affecting self-esteem of middle and high school students participating in after-school beauty education program. *The Korean Society Of Beauty and Art*, 19(4), 69-79. doi:10.18693/jksba.2018.19.4.69

Kim, N. (2013). A study on the preschool children's daily stress and PPAT (A Person Picking and Apple from Tree) assessment. *Journal of Psychotherapy*, 13(2), 161-178.

Kim, S. A., & Song, H. (2012). The effects of children's daily hassles and cognitive emotion regulation strategies on children's emotional and behavioral problems. *Human Life Sciences*, 15, 121-135.

Kim, Y., Kim, H., Lee, M., & Kim, J. (2019). *Adong · cheongsongyeon gwonlie gwanhan gugjehyeobyag ibaeng yeongu-hangug adong-cheongsongyeon ingwonsiltae 2019 chonggwalgogoseo* [아동·청소년 권리에 관한 국제협약 이행 연구-한국 아동·청소년 인권실태 2019 총괄보고서] (Report No. 19-R12). Retrieved from National Youth Policy Institute website: https://www.nypi.re.kr/brdr/boardrView.do?menu_nix=409771b7&brd_id=BDIDX_PJk7xvf7L096m1g7Phd3YC&cont_idx=663&seltab_idx=0&edomweivgp=R

Kim, Y. H. (2010). The relation of daily stress and ego-resilience to the happiness of children and adolescents. *Korean Journal of Youth Studies*, 17(12), 287-307.

Lee, H. (1994). A study of daily hassles of young children. *Dong Gwang*, 91, 23-40.

Lee, J.-A., & Chung, H.-H. (2012). A short-term longitudinal study on the structural relations among children's daily hassles, cognitive vulnerability and depression. *Korean Journal of Counseling*, 13(2), 935-952. doi:10.15703/

- kjc.13.2.201204.935
- Lee, J.-Y., & Jeon, Y.-S. (2015). The effects of group art therapy using logotherapy on the daily stress and meaning of life of middle school students. *Korean Journal of Art Therapy*, 22(1), 159-180. doi:10.35594/kata.2015.22.1.008
- Lee, Y.-O., & Lee, J.-S. (2011a). A study of the difference by development stages on daily stress, perceived environment, psychological problem of child adolescents. *Korean Journal of Child Psychotherapy*, 6(1), 53-79.
- Lee, Y.-O., & Lee, J.-S. (2011b). The effect of art therapy on the problems in externalization, social competence, daily stress of the institutionalized children. *Korean Journal of Art Therapy*, 18(2), 267-286. doi:10.35594/kata.2011.18.2.003
- Lim, J. H., Lee, J. Y., Kim, S. M., Park, J. S., & Chung, Y. J. (2015). The relationship between daily hassles and social anxiety of children: The mediating effect of internal locus of control. *The Korean Journal of Human Development*, 22(3), 135-157. doi:10.15284/kjhd.2015.22.3.135
- Min, H. Y., & Yoo, A. J. (1998). Development of a daily hassles scale for school age children. *Korean Journal of Child Studies*, 19(2), 77-96.
- Nam, H.-W., & Kim, Y.-M. (2020). An analysis of research trends in daily stress among young children: 2000 to 2019. *Korean Journal of Child Care and Education*, 123, 107-135. doi:10.37918/kce.2020.07.123.107
- Oh, J.-E., Lim, Y.-J., & Yi, S.-H. (2016). The development and validation of a daily stress scale for preschool children. *The Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education*, 21(1), 457-474. doi:10.20437/koaece21-1-19
- Park, E. R., & Rha, J. H. (2015). The effect of 3-5 year olds' time in daycare centers and peer competence on daily stress. *Korean Journal of Child Studies*, 36(1), 85-98. doi:10.5723/kjcs.2015.36.1.85
- Park, J.-S., & Kim, W.-J. (2010). Effects of regular physical activities on young children's basic motor skills and daily stress. *Journal of Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 11(11), 4197-4206. doi:10.5762/kais.2010.11.11.4197
- Park, S.-H., & Huh, M.-R. (2010). Effects of horticultural program on the preschool children's emotional intelligence and daily stress. *Korean Journal of Horticultural Science & Technology*, 28(1), 144-149.
- Park, S. H., & Kim, K. W. (2003). An analysis of microsystem variables affecting children's daily hassles. *Korean Journal of Child Studies*, 24(4), 1-14.
- Statistics Korea. (2019). *2019nyeon ingujutaegchongjosa gyeolgwa <Deunglolsenseoseu bangsig>*[2019년 인구주택총조사 결과 <등록센서스 방식>]. Retrieved from Statistic Korea website: http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/1/2/2/index.board?bmode=read&bSeq=&aSeq=384690&pageNo=1&rowNum=10&navCount=10&currPg=&searchInfo=&sTarget=title&sTxt=
- Woo, S. Y., & Park, K. J. (2009). Self-control and sense of humor as moderating factors for negative effects of daily hassles on school adjustment for children. *Korean Journal of Child Studies*, 30(2), 113-127.
- Youm, H. K. (1998). The study for the development of Preschool Children's Daily Stress Scale. *The Korean Journal of Psychology: Developmental*, 11(1), 67-82.

ORCID

JungHa Lim <https://orcid.org/0000-0002-0638-0687>
 Sungmin Park <https://orcid.org/0000-0001-6291-1561>

Received December 31, 2020

Revision received January 21, 2021

Accepted January 23, 2021