

일상생활 스트레스 척도와 스트레스에 대한 시각형 아날로그 척도의 연관성

강정수, 박용준, 김정아, 윤도경, 최윤선, 조경환, 홍명호*

고려대학교 의과대학 가정의학교실

연구 배경: 일차 진료에서 스트레스를 측정하는 것은 중요한 문제이나 현재 개발된 대부분의 스트레스 측정도구는 생활사건에 기초한 것으로 문항이 많아 시간이 많이 걸린다. 반면 스트레스가 개인의 주관적인 지각에 의한다는 관점에 근거하여 주관적인 지각을 수치화하는 스트레스 측정도구를 개발하면 쉽게 스트레스를 측정할 수 있을 것이다. 본 연구에서는 측정이 간편한 시각형 아날로그 척도를 이용한 스트레스 측정치와 생활사건에 기초한 한국형 일상생활 척도 점수간의 연관성을 규명하여 스트레스 측정도구로서 시각형 아날로그 척도의 가능성을 알아보고자 한다.

방법: 2002년 3월부터 5월까지 일개 대학병원에 종합검진을 위해 방문한 외래환자를 대상으로 일상생활 스트레스 및 우울, 불안 그리고 시각형 아날로그 척도에 의한 스트레스에 대해 설문지를 작성하도록 하였다. 한국형 일상생활 스트레스 척도의 영향점수, 사건점수와 시각형 아날로그 척도의 측정치 그리고 우울척도와 불안척도의 점수를 각각 상관분석 하였다.

결과: 분석대상 24례중 남자는 13명, 여자는 11명이었고 연령은 50대가 41.7%로 가장 많았고, 대부분(79.1%) 기혼상태였으며, 교육수준은 대졸이 37.6%, 고졸 29.1%, 중졸 이하가 29.1%였다. 한국형 일상생활 스트레스 척도의 영향점수, 사건점수와 시각형 아날로그척도 점수의 상관계수는 각각 0.630 ($P<0.01$), 0.485 ($P<0.05$)로 높은 상관성을 보였으며 시각형 아날로그 척도 점수와 우울점수, 불안점수의 상관계수도 각각 0.506 ($P<0.05$), 0.597 ($P<0.01$)로 높게 나타났다.

결론: 한국형 일상생활 스트레스 척도의 사건점수, 영향점수와 시각형 아날로그 척도 점수가 높은 상관성을 보여, 시각형 아날로그 척도가 스트레스 측정 도구로서 가능성이 있음을 확인하였다.

중심단어: 스트레스, 시각형 아날로그 척도, 한국어판 일상생활 스트레스 척도, 우울, 불안