

불안척도에 의한 대학생의 정신건강 평가

영남대학교 의과대학 정신과학교실

박병탁 · 이종범 · 정성덕

영남대학교 의과대학 예방의학교실

정 종 학

서 론

불안은 모든 정신질환의 원천일 뿐만 아니라 일반 정상인도 흔히 느낄 수 있는 가장 보편적인 인간정서 중의 하나이다. 불안 가운데는 현실적으로 평가될 수 있는 실제위험이 있고, 또 그 위협의 정도에서 벗어나지 않는 불안을 정상불안이라 하고 실제위험이 없거나 있어도 그 정도에서 벗어난 심한 불안을 신경증적 불안이라고 한다.¹⁾ 일반 집단에서 신경증적 불안장애로 진단될 수 있는 유병율은 약 2~4%로 추정된다.²⁾

불안의 원천에 대해서는 지금까지 심리적, 사회적 및 생물학적 방면에서 다각적인 검토가 있었는데 그 중 대표적인 것으로는 Freud 이후 많은 정신분석가들에 의해 제기된 역동적인 이론과 최근 활기를 띄고 있는 생물학적인 이론을 들 수 있다.

오늘 날 역동적인 이론에서는 불안을 크게 4 가지 범주, 즉 초자아불안(superego anxiety), 거세불안(castration anxiety), 격리불안(separation anxiety) 및 본능-충동불안(id or impulse anxiety)으로 나누며 이들은 조기성장과정의 연속선상 여러 단계에 따라 각기 그 특성을 갖게 된다.³⁾

그 중 Rank는 모든 불안의 기원을 출생시의 외상으로 까지 거슬러 올라가기도 했으며⁴⁾ Sullivan은 조기 모자관계의 중요성, 특히 어머니의 불안이 유아에게 전파되는 과정을 강조했다.⁵⁾ Horney는 배척적인 부모의 태도에 노출된 어린애는 막연한 고립감, 무력감으로 반응하게 되고 자신을 둘러싸고 있는 감정적인 적대적 세계에 대하여 두려움을 느끼게 된다고 하여 이를 기본불안

(basic anxiety)이라고 했다.⁶⁾

이런 여러 가지 원인으로 인한 조기성장과정의 외상은 장차 학동기, 청소년기, 성년기 및 노년기를 거치는 동안에 개인이 받게 되는 다양한 환경적 요인 및 스트레스에 의해 강화되거나 재발되어 급성 혹은 만성 불안증상으로 나타나며 더 나아가서 이들 불안은 여러 가지 정신질환의 중심요소가 된다는 것은 주지의 사실이다.

불안증상은 불안장애에서만 나타나는 것이 아니고 또 불안증상이 있다고 해서 반드시 불안장애로 진단되는 것도 아니다. 최근 미국 정신학회에서 분류한 불안장애의 범주는 다음과 같다. 우선 불안장애를 세가지 큰 범주, 즉 공포장애(phobic disorders), 불안신경증 혹은 불안상태(anxiety neuroses or anxiety states) 및 외상후 스트레스장애(post-traumatic stress disorders)로 나누고 있다. 이를 더 세분하여 공포장애에는 광장공포증(agoraphobia), 사회공포증(social phobia) 및 단순공포증(simple phobia)을 포함시켰고 불안신경증에는 공황장애(panic disorder), 범불안장애(generalized anxiety disorder) 및 강박장애(obsessive compulsive disorder)를 포함시켰으며 외상후 스트레스장애에는 급성(acute) 만성 혹은 지연성(chronic or delayed) 및 비전형 불안장애(atypical anxiety disorder)를 포함시켰다

이 중 가장 대표적이라고 할 수 있는 불안신경증의 증상으로는 막연한 불안감, 우려, 긴장에서부터 두통, 심계항진, 현훈, 발한, 피로감, 불면, 졸도감에 이르기 까지 다양하다. 불안신경증에서는 이런 불안증상들이 직접적으로 느껴지지만 불안을 처리하는 방법 즉, 개인의 성격이나 심리적 방어기제에 따라 기타 여러 가지 신경증이 발생

되며 또 근본 불안의 강도 및 지속성의 정도에 따라 신경증 이외의 다른 여러 가지 정신질환이 나타날 수도 있다

본 조사의 대상인 남녀 대학생들은 Erikson의 인격발달단계상 청소년 후기와 성년 초기에 해당되며, 또 이 시기에는 자아동일성(ego identity)의 확립 및 타인과의 친밀성이 가장 중요한 과제로 대두된다.⁷⁾ 이들은 개개인의 성장과정과 심리적, 사회적 배경에 따라 각기 다양한 정도의 불안을 갖고 있을 것으로 추정되며 같은 대학 생활을 하는 집단일지라도 남녀별, 학년별 혹은 소속 집단별로 각기 다른 양상의 불안을 갖고 있을 것으로 추정된다.

이러한 관점에서 본 조사는 남녀 대학생들이 갖고 있는 불안의 정도 및 그 양상을 객관적인 방법으로 평가하여 그 결과를 여러 가지 측면에서 분석하였다.

조사대상 및 방법

1984년 9월 1일부터 9월 30일 까지 1개월간에 걸쳐 영남대학교 13개 단과대학 학생 18,819명중 3분의 1에 해당하는 학생을 층화추출하여 각 단과대학 조교 선생님들의 협조로 Zung이 고안한 불안척도(부표 참조)에 의한 설문지로 조사

를 실시 하였다 총 응답자 수는 5,869명으로 남학생은 전체 학생의 28.2%에 해당했고 여학생은 39.4%였으며, 남아 응답자 수는 전체학생의 31.2%에 해당했다(표 1). 학년별로는 남녀 합해서 1학년이 32.9%, 2학년이 36.1%, 3학년이 32.6%였고, 4학년이 20.3%였다(표 2).

연령별로는 19세가 20.5%, 20세가 22.5%, 21세가 13.9%, 22세가 8.1%로서 19세에서 22세가 전체의 65%였다(표 3).

지금까지 불안의 정도를 객관적으로 측정하는 방법들이 많은 학자들에 의해 연구되어 왔는데 그중 Zung⁸⁾이 고안한 자가평가 불안척도(self-rating anxiety scale: 이하 SAS 혹은 불안척도로 약함)는 그동안 보고된 여러 가지 방법 중에서 공통적이고 특징적인 증상들을 종합하여 작성된 것이다 또 이는 이미 국내에서도 빈번되어 빈번히 사용되어 왔으며 그 신뢰도와 타당성이 입증된 바 있다^{9~15)}(부표 1 참조). 상기 척도는 20개의 다양한 불안증상의 문항들로 구성되어 있으며 각 문항마다 피검자가 스스로 자신의 증상을 평가하여 그 정도에 따라 1~4점까지 채점한다. 따라서 점수의 총합이 최하 20점에서 최고 80점까지 산정되는데 평가된 점수가 높을수록 불안이 심한 상태로 간주된다. 특히 총점이 50점 이상일 경우에 이를 유의한 수준으로 삼았으며 이들 고

Table 1. Distribution of Respondents in the University Students by Attended College and Sex

College	No. of Attended Students			Respondents		
	Male	Female	Both	Male(%)	Female(%)	Both(%)
Liberal Arts	1,160	1,162	2,322	450(38.8)	550(47.3)	1,000(43.1)
Science	831	465	1,296	134(16.1)	91(19.6)	225(17.4)
Engineering	4,252	74	4,326	1,413(33.2)	31(41.9)	1,444(33.4)
Law & Political	763	24	787	100(13.1)	7(29.2)	107(13.6)
Commerce & Economics	1,483	17	1,500	409(27.6)	9(52.9)	418(27.9)
Medicine	292	40	332	206(70.5)	34(85.0)	240(72.3)
Pharmacy	109	271	380	48(44.0)	156(57.6)	204(53.7)
Agriculture	1,168	168	1,336	355(30.4)	38(22.6)	393(29.4)
Home Economics	0	808	808	0	413(51.1)	413(51.1)
Education	563	726	1,289	91(16.2)	260(35.8)	351(27.2)
Fine Arts	223	310	533	87(39.0)	139(44.8)	226(42.4)
Musics	111	465	576	48(43.2)	180(38.7)	228(39.6)
Evening Programs	2,850	484	3,334	552(19.4)	68(14.0)	620(18.6)
Total	13,805	5,014	18,819	3,893(28.2)	1,976(39.4)	5,869(31.2)

Table 2. Distribution of Respondents in the University Students by College Grade and Sex

College grade	No. of attended students			Respondents		
	Male	Female	Both	Male (%)	Female (%)	Both (%)
Freshman	4,198	1,451	5,649	1,355 (32.3)	504 (34.7)	1,859 (32.9)
Sophomore	3,723	1,472	5,195	1,137 (30.5)	740 (50.3)	1,877 (36.1)
Junior	3,040	1,168	4,208	901 (29.6)	469 (40.2)	1,370 (32.6)
Senior	2,844	923	3,767	500 (17.6)	263 (28.5)	763 (20.3)
Total	13,805	5,014	18,819	3,893 (28.2)	1,976 (39.4)	5,869 (31.2)

Table 3 Age Distribution of Respondents in the University Students by Sex

Age (yrs.)	Male		Female		Both	
	No.	(%)	No.	(%)	No.	(%)
—18	306	(7.9)	232	(11.7)	538	(9.2)
19	740	(19.0)	462	(23.4)	1,202	(20.5)
20	732	(18.8)	586	(29.7)	1,318	(22.5)
21	436	(11.2)	380	(19.2)	816	(13.9)
22	256	(6.6)	219	(11.1)	475	(8.1)
23	208	(5.3)	60	(3.0)	268	(4.6)
24	382	(9.8)	24	(1.2)	406	(6.9)
25	405	(10.4)	6	(0.3)	411	(7.0)
26—	428	(11.0)	7	(0.4)	435	(7.4)
Total	3,893	(100.0)	1,976	(100.0)	5,869	(100.0)

특점 학생들은 따로 추출하여 전체집단과 비교하였다

본 조사에서 수집된 자료는 전산처리하여 각 요인별 유의차는 변량분석(ANOVA)을 적용하였으며 남녀간의 비교에는 t검정을 시행하였다

성 적

SAS로 평가된 남자 대학생군(추후 남대생으로 약함)의 평균 총점은 36.92 ± 7.07 이었고 여자 대학생군(추후 여대생으로 약함)은 39.63 ± 7.51 로 여대생이 다소 높았으며 이는 통계적으로 유의한 차이를 보였다 ($P < 0.001$).

항목별 성적중 남대생이 높게 평가한 상위 항목들은 발한(sweating), 우려(apprehension), 안절부절(restlessness), 불면(Insomnia), 호흡곤란(dyspnea) 등이었고, 여대생에서 높게 평가된 증

상도 동일 항목이나 그 순서만 차이가 있을 뿐이었다 특히 여대생에서는 불안감(anxiousness), 두려움(fear), 공황(panic), 정신적 붕괴(mental disintegration), 진전(tremors), 전신통증(body aches and pains), 피로(fatigue), 심계항진(palpitation), 현훈(dizziness), 졸도감(faintness), 호흡곤란(dyspnea), 이상감각(paresthesias), 소화불량(indigestion), 빈뇨(urinary frequency), 안면홍조(facial flushing) 및 악몽(nightmare) 등이 남대생 보다 더 높게 나타났다(표 4).

남대생의 평균 총점 분포는 20점대 13.2%, 30점대 54.4%, 40점대 27.2%, 50점대 4.6%, 60점대 0.5% 및 70점대 0.1%로서 50점 이상의 고득점자가 5.2%였다. 여대생은 20점대 7.3%, 30점대 45.9%, 40점대 36.7%, 50점대 9.3%, 60점대 0.8%, 70점대 0.1%로서 50점 이상의 경우가 10.2%로 나타나서 남대생 보다 고득점률이 높았다(표 5).

Table 4 Mean and Standard Deviation Scores of Zung's Self-Rating Anxiety Scale (SAS) in Male and Female College Students

Items of SAS	Male (N=3,893) M±SD	Female (N=1,976) M±SD
1. Anxiousness	1.81±0.78	2.00±0.80***
2. Fear	1.60±0.71	1.86±0.75***
3. Panic	1.50±0.70	1.77±0.81***
4. Mental disintegration	1.27±0.60	1.41±0.69***
5. Apprehension	2.98±0.99	2.98±0.96
6. Tremors	1.17±0.45	1.23±0.51***
7. Body aches & pains	1.67±0.78	1.91±0.79***
8. Fatigue	1.71±0.85	1.89±0.89***
9. Restlessness	2.81±1.02**	2.73±0.99
10. Palpitation	1.56±0.68	1.69±0.70***
11. Dizziness	1.22±0.52	1.50±0.72***
12. Faintness	1.14±0.40	1.29±0.53***
13. Dyspnea	2.37±1.18	2.74±1.15***
14. Paresthesias	1.32±0.60	1.40±0.65***
15. Indigestion	1.55±0.82	1.88±0.96***
16. Urinary frequency	1.75±0.90	1.81±0.94*
17. Sweating	3.75±0.90***	3.35±1.05
18. Face flushing	1.86±0.86	2.04±0.94***
19. Insomnia	2.68±1.19***	2.56±1.16
20. Nightmare	1.40±0.67	1.58±0.75***
Total	36.92±7.07	39.63±7.51***

SD: Standard Deviation
M: Mean

* p < 0.05

** p < 0.01

*** p < 0.001

Table 5. Total Score Distribution of Zung's Self-Rating Anxiety Scale in Male and Female College Students

Total score	Male (N=3,893)	Female (N=1,976)
	No. (%)	No. (%)
20-29	516 (13.2)	144 (7.3)
30-39	2,118 (54.4)	906 (45.9)
40-49	1,058 (27.2)	725 (36.7)
50-59	180 (4.6)	183 (9.3)
60-69	19 (0.5)	16 (0.8)
70-80	2 (0.1)	2 (0.1)

사회정신의학적인 요인과 불안성적의 상호관계를 분석한 결과는 다음과 같다

먼저 대학별로는 남대생의 경우 법정대생들의 평균총점이 38.5로서 가장 높았고, 여대생의 경우 야간강좌생들의 평균총점이 41.1로 가장 높았다.

학년별로는 남대생의 경우 1학년의 평균 총점이 37.6으로 가장 높았고, 고학년이 될 수록 차츰 불안성적이 낮아져서 학년에 따른 불안성적은 통계적으로 유의한 차이를 보였다(P<0.001). 여대생의 경우는 학년에 따른 불안성적은 유의한 차이를 보이지 않았다.

성장지 별로는 남대생의 경우 대도시 및 중소도시가 59.2%, 읍,면지역이 40.9%인데 비해 여대생은 대도시 및 중소도시가 75.9%, 읍,면지역이 24.1%로 나타났으며 이에 따른 불안성적은 남녀 각각 유의한 차이를 보이지 않았다.

출신 고등학교 소재지 별로는 대도시 및 중소

도시가 남대생의 90.9%, 여대생의 93.4%로 대부분을 차지했는데 소재지에 따른 불안성적은 남녀 각각 유의한 차이를 보이지 않았다.

현거주지 별로는 남대생의 경우 자가 59.6%, 자취 25.9%, 친척집 혹은 하숙이 9.5%, 기숙사 혹은 기타가 4.9%였으며, 이에 따른 불안성적의 차이는 유의하지 않았다. 여대생의 경우 자가 77.1%, 자취 17.1%, 친척집 혹은 하숙이 3.4%, 기숙사 혹은 기타가 2.4%였는데 불안성적은 기숙사 혹은 기타에서 높게 나타났으나 ($P < 0.001$) 사례수가 적어 의미는 적다고 본다.

종교 별로는 남대생의 경우 무종교 59.2%, 불교 17.1%, 개신교 16.0%, 천주교 6.7%, 기타가 1.0%였다 여대생은 무종교 56.8%, 개신교 19.6%, 불교 12.7%, 천주교 10.5%, 기타가 0.4%로서 종교에 따른 불안성적의 차이는 남녀 각각 유의하지 않았다.

소속대학 선택에 따른 만족도에서 남대생은 보통이 50.1%, 만족이 33.7%, 불만이 16.2%였고

여대생은 보통 54.0%, 만족 32.5%, 불만 13.6%로 나타났으며, 남녀 모두 불만인 경우 높은 불안성적을 보였으며 ($P < 0.001$) 또 고득점자도 많았다

소속학과에 대한 만족도는 남대생은 보통이 47.5%, 만족이 39.4%, 불만이 12.1%였고, 여대생은 보통 50.0%, 만족 35.3%, 불만 14.7%로 나타났으며 이에 따른 불안성적은 남녀 모두 불만인 경우 높았으며 고득점자도 많았다 ($P < 0.001$).

과거, 현재, 미래의 자기상에 대하여 비판적인 경우는 남대생의 19.2%, 16.2% 및 8.3%로 각각 나타났고 여대생은 11.9%, 14.9% 및 8.6%로 각각 나타났으며 낙관적이거나 보통인 경우보다 비판적인 집단에서 높은 불안성적을 보였으며 ($P < 0.001$) 또 고득점자도 많았다.

학비 부담자에 따른 성적은 남대생의 경우 부모가 87.7%, 형제자매가 5.4%, 본인부담이 3.6% 및 장학금이 3.3%로 이에 따른 불안성적의 차이는 유의하지 않았다. 여대생의 경우 부모 92.1

Table 6. Mean scores of Zung's self-rating anxiety scale in the college students by psychosocial factors and sex.

Factors	Male (N=3, 893)			Female (N=1, 976)		
	No. of subjects (%)	Mean score	No. of subjects score 50 & over (%)	No. of subjects (%)	Mean score	No. of subjects score 50 & over (%)
School grade						
Freshman	1355 (34.8)***	37.6	80 (5.9)	504 (25.5)	39.5	47 (9.3)
Sophomore	1137 (29.2)	37.2	60 (5.3)	740 (37.5)	39.9	80 (10.8)
Junior	901 (23.1)	36.2	44 (4.9)	469 (23.7)	39.5	48 (10.2)
Senior	500 (12.8)	35.8	17 (3.4)	263 (13.3)	39.4	26 (9.9)
Maturation location						
Myun	1105 (28.4)	37.3	67 (6.1)	254 (12.9)	40.2	26 (10.2)
Up	485 (12.5)	36.9	19 (3.9)	221 (11.2)	39.5	22 (10.0)
City	498 (12.8)	37.0	26 (5.2)	305 (15.4)	40.3	32 (10.5)
Large city	1805 (46.4)	36.7	89 (4.9)	1196 (60.5)	39.4	121 (10.1)
Location of high school from which graduated						
Myun	114 (2.9)	37.3	6 (5.3)	33 (1.7)	40.2	3 (9.1)
Up	239 (6.1)	37.5	12 (5.0)	98 (5.0)	39.6	8 (8.2)
City	683 (17.5)	37.3	38 (5.6)	311 (15.7)	39.8	29 (9.3)
Large city	2857 (73.4)	36.7	145 (5.1)	1534 (77.7)	39.6	161 (10.5)
Residence						
Own house	2322 (59.6)	36.7	110 (4.7)	1524 (77.1)	39.3	145 (9.5)

Relatives & boarding	369(9.5)	36.8	21(5.7)	68(3.4)	40.4	4(5.9)
Self-cooking	1010(25.9)	37.4	62(6.1)	338(17.1)	40.6	44(13.0)
Dormitory	122(3.1)	36.1	6(4.9)	41(2.1)	42.2	6(14.6)
Others	70(1.8)	36.6	2(2.9)	5(0.3)***	46.6	2(40.0)
Religion						
Protestant	624(16.0)	36.4	37(5.9)	387(19.6)	39.4	36(9.3)
Catholic	259(6.7)	36.8	13(5.0)	208(10.5)	40.4	25(12.0)
Buddist	667(17.1)	37.1	35(5.3)	251(12.7)	39.4	28(11.2)
Others	39(1.0)	36.4	1(2.6)	7(0.4)	40.4	0(0.0)
None	2304(59.2)	37.0	115(5.0)	1123(56.8)	39.6	112(10.0)
Satisfaction with college						
Dissatisfied	631(16.2)***	39.0	57(9.0)	268(13.6)***	41.7	42(15.7)
Mediate	1950(50.1)	37.1	97(5.0)	1066(54.0)	39.6	109(6.5)
Satisfied	1312(33.7)	35.6	47(3.6)	642(32.5)	38.8	50(7.8)
Satisfaction with department						
Dissatisfied	508(12.1)***	39.3	50(9.8)	291(14.7)***	41.8	49(16.8)
Mediate	1850(47.5)	37.3	91(4.7)	987(50.0)	39.8	101(10.2)
Satisfied	1535(39.4)	35.7	60(3.9)	698(35.3)	38.5	51(7.3)
Past self-image						
Pessimistic	19.2(749)***	40.1	87(18.2)	236(11.9)***	43.4	50(21.2)
Uncertain	59.7(2325)	36.3	81(3.5)	1268(64.2)	39.3	115(9.1)
Optimistic	21.0(819)	35.8	33(4.0)	472(23.9)	38.6	36(7.6)
Present self-image						
Pessimistic	629(16.2)***	41.6	94(15.0)	294(14.9)***	44.9	89(30.3)
Uncertain	2666(68.5)	36.5	91(3.4)	1441(72.9)	39.2	101(7.0)
Optimistic	598(15.4)	33.9	16(2.7)	241(12.2)	35.8	11(4.6)
Future self-image						
Pessimistic	8.3(323)***	42.2	55(17.0)	170(8.6)***	44.7	46(27.1)
Uncertain	52.9(2061)	37.6	100(4.9)	1115(56.4)	39.9	98(8.8)
Optimistic	38.8(1509)	39.9	46(3.1)	691(35.0)	37.9	57(8.3)
Educational fee from						
Parents	87.7(3414)	37.0	181(5.3)	1820(92.1)	39.6	183(10.1)
Brothers & sisters	5.4(211)	36.4	11(5.2)	24(1.2)*	44.2	4(16.7)
Scholarship fund	3.3(129)	35.9	3(2.3)	101(5.1)	38.9	12(11.9)
Self	3.6(139)	36.0	6(4.3)	31(1.6)	39.8	2(6.5)
Spending money per month(won)						
Under 10,000	3.8(148)	38.4	12(8.1)	39(2.0)	39.8	6(15.4)
10,000-29,000	24.4(948)	37.2	51(5.4)	478(24.2)	39.1	34(7.1)
30,000-49,000	39.5(1539)	36.9	72(4.7)	927(46.9)	39.6	92(10.0)
50,000-69,000	19.3(750)	36.5	32(4.2)	341(17.3)	39.5	38(11.1)
70,000-90,000	9.9(351)	36.8	21(6.0)	138(7.0)	40.9	21(15.2)
Over 100,000	4.0(157)	36.9	13(8.3)	53(2.7)	41.6	10(18.9)

* : P < 0.05

** : P < 0.01

*** : P < 0.001

%, 장학금 5.1%, 본인부담 1.6% 및 형제자매 1.2%이었으며 형제자매로 부터 학비를 타는 여학생들이 높은 불안성적을 보였다 ($P < 0.05$).

월잡비 별로는 3~5만원이 남대생의 39.5%, 여대생의 46.9%으로 가장 많았으나 월잡비에 따른 불안성적은 남녀 모두에서 유의한 차이가 없었다 (표 6).

고 찰

본 조사 결과에서 남녀 대학생의 불안 평균 총점이 36.92 ± 7.07 , 39.63 ± 7.51 로 나타나서 여대생의 불안성적이 더 높았고 따라서 모든 사회정신의학적 요인별 비교에서도 여대생이 대개 더 높은 점수를 나타내었다 이는 불안장애의 역학상 여성이 남성보다 2 배 이상의 유병률을 나타내는 것과 일치한다¹⁾ 또 이 등¹³⁾이 노인을 대상으로 조사한 결과 남자 노인 41.12, 여자 노인 44.92와 비교할 때 남녀 대학생의 불안성적이 훨씬 낮았으며 왕⁹⁾이 조사한 정상인 남녀군 38.402 \pm 7.698, 여자군 39.934 \pm 8.142 보다 다소 낮게 나타났는데 왕의 조사에서도 지적되었듯이 일반 정상인군에서는 연령이 증가함에 따라 불안성적이 증가하는 경향을 보였다. 이에 비해 정¹²⁾이 여대생과 여성 근로자를 대상으로 조사한 결과 여대생 39.16 \pm 7.36, 여성근로자 39.44 \pm 6.68로 나타나서 비슷한 연령군 간에는 그 성적도 비슷하게 나타났다

본 조사에서 높게 평가된 항목은 발한, 우려, 안절부절, 불면, 호흡곤란이었고 낮게 평가된 항목은 이상감각, 정신적 붕괴, 진전, 졸도감, 현훈 등이었는데 남녀간에 다만 그 순위만 다를 뿐 비슷한 양상을 보였다. 이는 정¹²⁾과 이 등¹³⁾이 조사한 결과와도 상하위 항목이 일치하여 한국인의 불안양상이 연령이나 직업에 관계없이 유사하다는 점을 시사해 주며 이는 추후 더 많은 연구가 필요할 것으로 본다 다만 여대생에서 불안감, 두려움, 공황, 정신적 붕괴, 진전 등 대부분의 항목에서 남대생 보다 높게 나타나서 여대생의 증상이 더 다양하고 심하다는 것을 시사해 주는 바이다.

불안의 총점이 50점 이상인 경우가 남대생의 5.2% (201명), 여대생의 10.2% (201명)으로 전체 대상자 5,869명 중 6.9% (402명)이었는데 이는 불안장애의 유병률 2~4% 보다 더 높았다 물론

Zung의 불안척도상 50점 이상의 고득점자가 모두 불안장애로 진단되지는 않을 것이나 추후 이들 고득점자들은 별도로 정신의학적 면접과 제반 심리검사를 통한 추적조사가 요구되는 바이다.

여대생에 있어서 기숙사에 있거나 기타 형태로 거주하는 경우 불안점수가 더 높이나 나타난 것은 사례수가 적어 의미는 적다고 볼 수 있으나 추후 기숙사 생활이나 기타 형태로 거주하는 여대생을 집중적으로 연구해 볼 필요가 있을 것이다. 또 여대생에서 학비부담자가 형제자매일 경우 높은 불안성적을 보였는데 부모가 학비를 부담할 경우 큰 부담감을 느끼지 않고 전통적인 부모-자녀간의 상호 의존관계가 지속되는데 비해 형제자매간에는 여러 가지 미묘한 갈등요소가 작용한다고 보겠다

남대생에서는 학년이 높아질 수록 불안이 감소하는 경향을 보였다 또 남녀 재학생 모두 과거, 현재보다 미래의 자기상에 낙관적인 경우가 많았고 비판적인 경우가 적었는데 이런 현상은 대학교육과정이 자신의 새로운 가치관 확립 및 미래에 대한 희망을 일깨워 준 결과라고 추정해 볼 수 있다. 그러나 과거, 현재, 미래의 자기상이 비판적인 경우가 다수 있었고 또 이들의 불안성적이 유의하게 높았다는 사실에 주목해야 할 것이다. 아울러 소속대학 및 학과에 불만이 있는 경우도 15% 내외가 되며, 또 이들의 불안성적이 높았다는 사실로 미루어 볼 때 입학 당시 대학별로 적절한 orientation과 상담을 통해 대학에 대한 올바른 이해와 보다 강한 소속감 및 긍정적인 자기 가치 정립을 위한 대책이 필요하다고 본다 이러한 대책이 적절히 수행되었을 때 정서적으로 불안정한 학생수가 감소될 것으로 예상된다. 높은 불안점수를 나타낸 학생들에 대해서는 추후 조사로 지침을 마련하여 적절한 조치를 취해 주므로 보다 효율적인 대학생활이 성취될 것으로 기대한다.

요 약

영남대학교에 재학하고 있는 남녀 대학생 중 5,869명(남대생 : 3,893명, 여대생 : 1,976명)을 조사 표본으로 Zung의 불안척도를 사용하여 조사한 결과는 다음과 같다

불안성적의 평균점수는 남대생 36.92 ± 7.07 , 여대생 39.63 ± 7.51 이며 남녀 대학생 간에 유의한

차이를 보였다 ($P < 0.001$).

불안의 항목별 성적은 남녀 공통적으로 발한, 우려, 안절부절, 불면, 호흡곤란에서 높았으며 이상감각, 정신적 붕괴, 진전, 졸도감, 현훈 등은 낮았다. 그러나 남녀간의 비교에서는 여대생이 더 심하고 다양한 증상을 나타내었다.

불안성적 분포상 50점 이상인 경우는 남대생의 5.2%, 여대생의 10.2%로 여대생에서 고득점자가 많았다.

남대생에서는 학년이 올라갈 수록 불안성적이 감소하는 경향을 보였다.

여대생에서는 기숙사와 기타 형태로 거주하는 경우 및 형제자매가 학비를 부담하는 경우에 불안 성적이 높았다.

남녀 모두 자신의 소속학과나 대학에 불만이 있는 경우 및 과거, 현재, 미래의 자기상이 비관적인 경우에 불안성적이 높았다.

참 고 문 헌

1. Kolb, L. C, and Brodie, H. K. H. :Modern Clinical Psychiatry, 10th ed. W. B. Saunders Company, Philadelphia, 1982.
2. American Psychiatric Association:Diagnosis and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-III), 3rd ed., American Psychiatric Association, Washington, D. C., 1980.
3. Nemiah, J. C. :Anxiety states, In Comprehensive Textbook of Psychiatry, 4th ed, H. I. Kaplan, and B. J. Sadock, Editors, Williams & Wilkins, Baltimore, 1985. pp. 883-894.
4. Rank, O. :The truma of birth, Robert Brunner, N. Y. 1952.
5. Sullivan, H. S. :The interpersonal theory of psychiatry, W. W. Norton & company Inc., N. Y. 1953.
6. Horney, K. :New ways in psychoanalysis, W. W. Norton & Company, Inc., N. Y. 1939.
7. Erikson, E. :Identity and the life cycle, Internatianal Univ. Press, Inc., N, Y, 1959.
8. Zung, W. W. K. :A rating instrument for axiety disorders, Psychosomatics, 12:371-379, 1971.
9. 왕성근 :정신과 외래환자의 Self-Rating Anxiety Scale에 의한 불안에 관한 연구, 신경정신의학, 17(2):179-191, 1978.
10. 이재광 :근로청소년의 불안성향과 산업재해와의 상관관계, 신경정신의학, 19(2): 69-84, 1980.
11. 정성덕, 민성걸, 유계준, 김주덕, 유준 :나환자의 불안과 우울에 관한 연구, 대한나학회지, 15(1): 73-82, 1982.
12. 정성덕 :여성근로자와 여대생의 불안과 우울에 관한 조사, 신경정신의학, 22(2): 265-274, 1983.
13. 이종훈, 박병탁, 정성덕, 강복수, 정종학 :불안척도에 의한 노인들의 정신건강, 영남의 대학술지, 1 (1): 121-128, 1984.
14. 이종범, 정성덕 :노인의 불안과 우울에 관한 연구, 신경정신의학, 24(3): 431-444, 1985.
15. 서혜수, 이종범, 정성덕 :여성근로자의 불안에 관한 조사, 경북대학교 의과대학 신경정신의학교실, 대화, 2 (2): 13-23, 1985.
16. 정성덕, 정종학, 이종범 :영남대학교 재학생의 정신건강에 관한 연구, 영남대학교 학생생활연구소, 학생연구, 16(1): 29-41, 1985.

— Abstract —

A Study on Anxiety in College Students

Byung Tak Park, Jong Bum Lee, and Sung Douk Cheung

*Department of Psychiatry
College of Medicine, Yeungnam University
Taegu, Korea*

Jong Hak Chung

*Department of Preventive Medicine and Public Health
College of Medicine, Yeungnam University
Taegu, Korea*

The authors studied anxiety, using Zung's Self-Rating Anxiety Scale (SAS), in the subjects of 3,893 male and 1,976 female college students of Yeungnam University. The authors collected the reports of SAS during the periods from October to November, 1984, and applied ANOVA and t-test on the anxiety scores in order to compare them between various psychosocial factors, and sexes.

The results could be summarized as follows:

There was significant difference in the mean averages of total anxiety scores between male and female students; male students scored 36.92 ± 7.07 , female students scored 39.63 ± 7.51 , $p < 0.001$.

The anxiety scores relating to the items of sweating, apprehension, restlessness, insomnia, dyspnea were relatively higher in both groups.

The anxiety scores in the items of paresthesias, mental disintegration, tremors, faintness, dizziness were lower in both groups.

Two hundred and one male students (5.2%) showed seriously high anxiety scores of 50 or higher, while 201 female students (10.2%) showed the same scores. So the authors inferred that the features of anxiety symptoms were much the same in our country, but females showed more various symptoms and higher level of anxiety than males.

In a comparison between male students in different school grades, freshmen showed the highest level of anxiety scores and as the grades of the students became higher, the levels of anxiety scores were lower.

The female students who resided in dormitory or other residences, and whose educational fees were paid by brothers or sisters, showed higher level of anxiety scores.

There was a strong tendency toward higher anxiety scores in the students who were dissatisfied with their colleges or departments, and who had pessimistic views of self image in the past, present, or future, in both groups.

- 부 표 -

Self-Rating Anxiety Scale (자가평가 불안척도)

	(1) 아니다 (2) 때로 그렇다 (3) 자주 그렇다 (4) 항상 그렇다	
1. Anxiousness	1. 나는 요즈음 전보다 신경질적이고 불안하다.	
2. Fear	2. 나는 공연히 두려워진다.	
3. Panic	3. 나는 사소한 일에 당황하고 어쩔 줄 모른다.	
4. Mental disintegration	4. 나는 신경이 극도로 약해져서 마음을 가눌 수 없다.	
5. Apprehension	5. 나는 만사가 순조로울 것 같다.	
6. Tremors	6. 나는 손발이 떨리고 안절부절하다.	
7. Body aches & pains	7. 나는 머리가 아프고 목덜미가 무겁거나 혹시 허리가 아프다.	
8. Fatigue	8. 나는 이유없이 몸이 약하고 피곤하다	
9. Restlessness	9. 나는 마음이 안정되고 편하게 오래 앉아 있을 수 있다	
10. Palpitation	10. 나는 가슴이 두근거린다	
11. Dizziness	11. 나는 어지러워서 고생한다.	
12. Faintness	12. 나는 졸도하거나 졸도할 것 같이 느낄 때가 있다.	
13. Dyspnea	13. 나는 가슴이 답답하지는 않다	
14. Paresthesias	14. 나는 손에 쥐가 나거나 저려서 고생을 한다.	
15. Indigestion	15. 나는 소화가 잘되어 고생을 한다.	
16. Urinary frequency	16. 나는 소변을 자주 본다.	
17. Sweating	17. 내 손은 보통 덥고 땀이 나지 않는다.	
18. Face flushing	18. 나는 얼굴이 쉽게 붉어지고 화끈거린다.	
19. Insomnia	19. 나는 쉽게 잠이 들고 깊이 잔다.	
20. Nightmare	20. 나는 꿈자리가 사납다.	