

A Study on the Analysis of the Physical Health, Mental Health, and Subjective Well-being of Optometry Students

Ki-Hun Ye^{1,a} and Seon-Ahr Cho^{2,b,*}

¹Dept. of Optometry, Baekseok University, Professor, Cheonan 31065, Korea

²Dept. of Visual Optics, Kyungdong University, Professor, Munmak 26495, Korea

(Received January 30, 2020: Revised February 24, 2020: Accepted March 8, 2020)

Purpose: The purpose of this study is to analyze the physical health, mental health, and subjective well-being of optometry students in order to provide more differentiated help in regards to student life and career guidance. **Methods:** A total of 203 students, 105 male (51.7%) and 98 female (48.3%), in the optometry department were surveyed regarding their physical health, mental health, and subjective well-being. The survey results were analyzed according to grade, gender, religion, academic level, and economic level. A statistical analysis was conducted through the utilization of the SPSS software program. The significance level for all analyses was based on $p < 0.05$. **Results:** The results showed a mental health score of 4.04 for the fourth grade students, a physical health score of 4.05 for the female students, a physical health score of 4.15 for the 'religious' group, a physical health score of 2.59 for the academic group level labeled 'very good', and a mental health score of 3.45 for the economic group level labeled 'very good'. **Conclusions:** Out of all participants, the fourth grade students demonstrated the lowest scores for mental health. The male participants showed lower scores for both mental and physical health compared to the female participants. The religious group showed a lower score for physical health compared to the non-religious group. Furthermore, the academic level of 'very good' and the economic level of 'very good' demonstrated the lowest scores for physical health, mental health, and subjective well-being. Therefore, differentiation is recommended for each group of students in order to provide counseling and life guidance.

Key words: Physical health, Mental health, Subjective well-being, Optometry department

서 론

신체 건강의 개념은 기본적인 생명의 보호유지 그리고 모든 신체의 기능이 조화적 상태를 유지하여 기초적이고 일반적인 질병을 이겨내고 보통의 일상생활을 충분히 할 수 있는 육체적 상태를 말한다.^[1] 정신건강이란 말은 최초로 Adolf와 Beers에 의해서 처음 사용 되었으며, 1909년 미국 정신의학회의 시작으로 정신건강이라는 용어의 사용이 보편화되기 시작하였다.^[2] 정신건강의 개념은 언제나 독립적이며, 자주적으로 일을 처리해 나갈 수 있어야 한다. 타인과 조화되는 신체적, 지적, 정서적인 면에서 최적으로 발달된 상태로 그리고 성숙하고 원만한 가정생활과 사회생활을 유지할 수 있는 상태를 말한다.^[1] 주관적인 안녕에 대한 연구는 Diener(1984)에 의해 처음 연구되었으며, 그 후 주관적 안녕감에 영향을 미치는 변인들에 대한 많은 연구들이 진행되어 왔다. 주관적 안녕은 삶에 대한 만족도와

관련 되는 것으로 행복의 정도에 대한 판단에 의해 이루어지며, 개인의 외적인 경험보다는 삶에 대한 내적인 태도가 주관적 안녕감과 관련성이 더 높은 것으로 연구되었다.^[3]

대학생들은 시간적인 자유를 가지고 있지만 이러한 시간의 활용에 대한 책임은 그들의 몫으로 남게 된다. 그리고 대학이라는 환경은 학업, 복잡한 인간관계, 경제적 독립, 그리고 진로 및 취업 등과 같은 일들에 대한 고민과 갈등을 겪게 된다. 이러한 가운데 신체건강의 피로함과 심리적 다양한 증상(강박증, 적대감, 우울증, 편집증, 대인 예민증, 정신증, 공포증, 불안증 등)에 의해 정신건강은 영향을 받게 된다.^[4] 이처럼 대학생활은 인생의 가치관이 확립되어 가는 과정의 시기로 신체적 그리고 정신적 스트레스가 가속화하는 시기이기도 하다.

자신에게 주어진 자유에 대한 책임과 자신의 미래를 위해 스스로 선택해야 할 많은 선택들 그리고 진로와 취업은 대학생들에게는 정신적으로 불안과 압박이 될 수 있다. 이

*Corresponding author: Seon-Ahr Cho, TEL: +82-33-738-1494, E-mail: csa@kduniv.ac.kr

Authors ORCID: ^ahttps://orcid.org/0000-0002-0029-1237, ^bhttps://orcid.org/0000-0001-9591-2835

러한 정신적인 자극의 스트레스는 신체건강에 상호작용의 영향을 주어 동반된다.^[5]

대학생들은 대학입시의 경쟁에서 벗어나자마자 사회경쟁의 전초전인 대학생활을 하게 된다. 이 시기는 마치 동전의 앞뒷면처럼 인생에서 가장 아름다운 청춘의 클라이막스인 시기이기도 하지만 앞으로의 도전을 위해 준비해야 하는 치열한 시기이기도 하다. 그리고 많은 학생들이 대학에 입학한 이후에 학점 관리, 자격증 시험 대비, 대외 활동 등을 통한 스펙 관리로 많은 노력을 하고 있다. 이러한 가운데 대학생들은 신체적, 정신적 그리고 자신의 삶에 대한 전반적인 안녕에 대해 많은 어려움을 겪게 될 것이며, 이는 주관적 안녕감에 부정적인 영향 줄 수 있다. Park^[6] 연구에서 다른 연령대 구성원들과 비교하여 대학생들의 안녕감 또는 삶에 대한 만족하는 수준이 낮은 것으로 보고되고 있다. 본 연구는 안경광학과 학생들의 신체 및 정신건강 그리고 주관적으로 지각하고 있는 삶의 안녕 척도 정도를 파악하고 대학생활의 관리방안에 대한 필요한 기초자료와 활용자료로 제시하고자 한다.

대상 및 방법

본 연구는 2018년 6월부터 2019년 6월까지 4년제 대학의 안경광학과 재학생 203명을 대상으로 안경광학과 학생들의 신체와 정신건강 그리고 주관적 안녕에 관하여 조사 연구하였다. 자신의 신체와 정신에 대해 자각적 수준에 의한 설문지의 답변으로 신체지각과 정서빈도 척도는 Hahn과 Jang^[7], Suk^[8] 연구에서 사용된 설문지를 통해 사용하였다. 주관적 안녕은 Emmons, Diener, Griffin & Larsen(1985)이 개발하고 Lee^[9]의 연구에서 사용한 평가 설문지를 사용하였다.

각 설문에 대한 답변은 전체 7점의 리커트 척도로 응답하도록 구성하였다. 구조화된 온라인 설문지를 통해 학생 스스로 기입하는 자기평가 기입법을 통해 설문지의 작성을 수집하였다. 점수가 높을수록 긍정의 답변으로 신체, 정신, 주관적 안녕 정도가 높은 것으로 평가하였다. SPSS 18.0 통계프로그램을 통해 자료를 분석하였다. 그리고 $p < 0.05$ 일 때, 유의수준으로 하였다.

결과 및 고찰

전체 대상자는 203명으로 1학년 67명(33.0%), 2학년 62명(30.5%), 3학년 45명(22.2%), 4학년 29명(14.3%)을 대상으로 하였다. 그 중 남학생이 105명(51.7%)이었으며, 여학생은 98명(48.3%)이었다. 종교의 유무에서 '있다' 그룹이 70명(34.5%), '없다' 그룹이 133명(65.5%)이었다. 학업수준은 '잘하는 편이다'라고 답한 군이 43명(21.3%) 그리고 못하는

Table 1. General characteristics

Classification	N (%)	
Grade	1 Grade	67 (33.0)
	2 Grade	62 (30.5)
	3 Grade	45 (22.2)
	4 Grade	29 (14.3)
Gender	Male	105 (51.7)
	Female	98 (48.3)
Religious or not	Have	70 (34.5)
	Don't have	133 (65.5)
Academic level	Very good	8 (3.9)
	Good	43 (21.2)
	Usually	127 (62.6)
	Bad	22 (10.8)
Economic level	Very bad	3 (1.5)
	Very good	5 (2.5)
	Good	23 (11.3)
	Usually	115 (56.7)
	Bad	52 (25.6)
	Very bad	8 (3.9)

편이다가 22명(10.8%)으로 나타났다. 경제수준은 '좋은 편이다' 23명(11.3%) 그리고 어려운 편이다 52명(25.6%)으로 나타났다. 연구 대상자의 일반적 특성을 Table 1에 나타내었다.

신체와 정신건강 척도 그리고 주관적 안녕척도 상관관계를 Table 2에 나타내었으며, 이들 요소간의 상관성이 통계적으로도 유의한 관계를 갖는 것으로 나타났다. 신체적 건강관리능력은 신체적 기능이 최적의 능력을 보유하고 그러한 능력을 갖기 위해 건강에 대한 정보와 지식을 습득하고 이행하며, 이러한 건강증진 활동을 할 수 있는 능력으로 정의한다. 최적의 신체적 기능은 건강에 대한 인지와 지각, 적절하고 다양한 식이 및 영양 조절, 규칙적인 운동, 신체적 회복능력, 조화로운 삶의 질 등의 결과로 이루어진다. 정신적 건강관리능력은 자신만의 목적이나 가치에 대한 긍정적 사고 그리고 직면한 삶의 상황에 대한 인식과 지식과

Table 2. Correlation between physical health, mental health, and subjective well-being scales

Classification	Physical health scale	Mental health scale	Subjective well-being scale
Physical health scale	1		
Mental health scale	.214** .002	1	
Subjective well-being scale	.591** .000	.327** .000	1

이에 대해 행동으로 표출되는 것이며, 이를 통해 다른 사람들과의 관계를 맺고, 스트레스를 조절하고 선택을 하는 방법 또한 결정할 수 있는 능력이다.^[1] 주관적 안녕감이 높은 사람은 신체건강과 정신적 건강이 높은 것으로 조사되었다.^[10]

학년에 따른 신체와 정신건강 척도 그리고 주관적 안녕 척도 평균 척도를 Table 3에 나타내었다. 신체건강 척도는 4학년이 4.43으로 가장 높은 수치로, 그리고 2학년이 4.14로 가장 낮은 수치로 나타났다. 정신건강 척도는 4학년이 4.04로 가장 낮은 수치로, 그리고 2학년이 4.22로 가장 높은 것으로 나타났다. 20대 청년층 중에서 대학생에 해당하는 경우 다른 연령대 보다 자신의 정신 건강에 대한 인식도는 낮은 것으로 보고되고 있으며,^[11] 이 시기의 정신 건강은 성인기의 과정과 성공적인 과업성취 및 사회생활에 영향을 줌으로 매우 중요한 의미를 갖는다고 할 수 있다.^[12-14] 주관적 안녕척도는 4학년이 4.96으로 가장 높은 수치를, 그리고 2학년이 4.41로 가장 낮은 수치로 나타났다. Kim^[15]의 연구에서 학년에 따른 주관적 안녕도의 분석에서 임상실습이 영향을 경험한 그룹에서 주관적 안녕이 높은 것으로 연구되었다. 본 연구에서도 임상 실습을 시작하는 3학년부터 주관적인 안녕도가 다소 증가하는 경향을 나타내었다.

학년별로 조사한 모든 다른 척도와 비교하여 정신건강 척도가 낮은 수치로 나타났으며, 그 중 4학년이 다소 낮은 정신건강 수치로 나타났지만 전체적인 신체와 주관적 안녕 척도에 대해서는 높은 수치로 안정적인 대학생활을 하고 있는 것으로 나타났다. 4학년의 정신건강 수치가 낮은 것은 국가고시에 대한 학업의 압박과 앞으로 진로와 취업의

압박으로 판단된다. 그리고 Lee^[14]의 연구에 의하면 전체적인 비합리적 신념이 높은 4학년 그룹이 정신건강 척도에서 낮은 점수로 나타난 것과 같은 결과로 나타났다.

성별에 따른 신체와 정신건강 척도 그리고 주관적 안녕 척도 평균을 Table 4에 나타내었다. Go^[16] 등의 연구와 Ye^[4] 등의 연구에 의하면 다양한 성별에 따른 신체와 정신건강에 대한 변수에서 성별에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있음이 나타났다. 성별에 따른 신체건강 척도를 보면 남학생 4.52와 여학생 4.05, 정신건강 척도는 남학생 4.17과 여학생 4.13 그리고 주관적 안녕척도는 남학생 4.46, 여학생 4.30으로 나타났다. 신체건강 척도 수치와 주관적 안녕척도 수치는 통계적으로 유의한 차이로 나타났다. 신체건강과 정신건강 그리고 주관적 안녕 모든 척도에서 모두 남학생이 여학생보다 높은 것으로 나타났다. Park^[17]의 연구에서 남학생이 여학생보다 전공 및 학과에 대한 분명한 소속감과 정체성을 갖는 것으로 조사되어 학교생활의 안정도와 적응도에 영향을 주는 것으로 연구되었다.

종교 여부 따른 신체와 정신건강 척도 그리고 주관적 안녕 척도 평균을 Table 5에 나타내었다. 종교는 현실 세계에 대한 이해의 틀을 제공해 주며 삶의 의미를 부여해 주는 역할을 한다.^[18] 종교 활동과 같은 사회, 심리적 참여는 좁아진 사회적 행동반경을 확장 시킬 수 있고 신체적, 경제적 노화로 인해 위축되었던 생활에 활력을 불어 넣을 수 있으며, 종교 활동을 통해 여가 선용과 상호 유대감을 증진 그리고 생활의 만족도를 높이며 삶의 의미를 느끼게 되고 사회 참여 향상에 따른 긍정적 자아성을 갖게 될 수 있는 것으로 연구되었다.^[19] 그리고 우울과 심리적 스트레

Table 3. Average physical health, mental health, and subjective well-being scales by grade level

Classification		Physical health scale		Mental health scale		Subjective well-being scale		Total	
Grade	N	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Grade 1	67	4.39	1.017	4.12	.523	4.47	1.134	4.33	.690
Grade 2	62	4.14	1.230	4.22	.645	4.41	1.138	4.26	.866
Grade 3	45	4.26	.962	4.18	.632	4.50	.978	4.31	.599
Grade 4	29	4.43	1.542	4.04	.700	4.96	1.447	4.39	.981
Total	203	4.29	1.157	4.15	.611	4.49	1.148	4.31	.772
<i>p</i>		.582		.606		.742		.885	

Table 4. Physical health, mental health, and subjective well-being scales by gender

Classification		Physical health scale		Mental health scale		Subjective well-being scale		Total	
Gender	N	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Male	105	4.52	1.120	4.17	.611	4.46	1.112	4.45	.807
Female	98	4.05	1.040	4.13	.613	4.30	1.116	4.16	.706
Total	203	4.29	1.150	4.15	.611	4.49	1.140	4.31	.772
<i>p</i>		.004		.656		.025		.008	

Table 5. Physical health, mental health, and subjective well-being scales by religion

Classification		Physical health scale		Mental health scale		Subjective well-being scale		Total	
Religion	N	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Have	70	4.15	1.194	4.25	.646	4.46	1.363	4.35	.100
Don't have	133	4.35	1.129	4.09	.554	4.39	.996	4.28	.062
Total	203	4.29	1.160	4.15	.612	4.49	1.150	4.31	.054
<i>p</i>		.085		.000		.027		.007	

스를 저하시키고,^[20-22] 종교는 삶의 질에 긍정적인 영향을 미치며^[23] 종교 활동을 활발히 할수록 유병률은 물론 사망률이 낮아지는^[24,25] 등 신체적 그리고 삶의 질 및 정신적 건강 유지에 도움을 주는 것으로 보고되고 있다. Jeong^[26] 등의 연구에 의하면 종교성 및 대학생의 종교가 참여와 신뢰에 미치는 영향에서 종교가 있을수록 사회참여율이 높은 것으로 나타났다. 종교 여부 따른 신체와 정신건강 척도 그리고 주관적 안녕 척도 평균에서 종교가 있는 그룹의 경우 신체건강 척도 4.15, 정신건강 척도 4.25, 그리고 주관적 안녕척도 4.46로 나타났다. 그러나 종교가 없는 그룹의 경우 신체건강 척도 4.35, 정신건강 척도 4.09, 그리고 주관적 안녕척도 4.39로 나타났다. 그리고 정신건강 척도와 주관적 안녕 척도에서 이러한 값에 대해 통계적으로도 유의한 차이로 나타났다. 종교가 있는 그룹이 비록 신체건강 척도가 낮았지만 정신건강과 주관적 안녕 척도는 높은 것으로 나타났다. Kim^[15] 연구에서도 종교를 가지고 있는 그룹에 주관적 안녕도가 높은 것으로 연구되어 종교가 삶의 질에 영향을 주어 보다 긍정적이고 만족스럽게 자각하게 만드는 것으로 판단된다.

학업수준에 따른 신체와 정신건강 척도 그리고 주관적 안녕 척도를 Table 6에 나타내었다. 대부분의 학생들이 자신의 능력에 대한 객관적인 분석과 대학에 대한 확실한 정보 없이 수능의 결과에 따라 대학과 전공할 학문을 정하고, 자신의 미래에 대해 계획을 수립하지도 못한 채 대학과 학과를 선택하는 경향을 보이고 있다.^[27] 이러한 선택은 학생들이 자신의 자질과 적성을 대학생시기에 발전시키지 못하

게 되거나, 적성에 맞지 않아 고등교육을 중도에 포기하게 하는 요인이 된다.^[28] 현 사회는 치열한 경쟁사회로 돌입되어 청년 실업률이 높아지면서 대학생들은 취업을 위해 높은 스펙(spec) 실적을 요구받게 되었다. 따라서 대학생들은 학업에 대한 스트레스 그리고 취업과 진로에 대한 고민까지도 가중되어 심리적으로 어려움에 처하게 되었다. 이런 심리적, 사회관계적 환경은 대학생들에게 지나친 스트레스로 인지되어 자신감 저하, 심리적인 우울, 열등감, 자살, 성적 저하, 범죄행위 등 사회적 문제를 일으키게 된다.^[29]

학업수준에 따른 신체건강은 매우 잘한다 2.59, 잘하는 편이다 3.99, 보통이다 4.39, 못하는 편이다 4.77, 매우 못한다 5.66으로 나타났다. 그리고 정신건강 척도는 매우 잘한다 3.60, 잘하는 편이다 4.12, 보통이다 4.16, 못하는 편이다 4.39, 매우 못한다 4.25으로 나타났다. 주관적 안녕에서는 매우 잘한다 3.62, 잘하는 편이다 4.31, 보통이다 4.50, 못하는 편이다 5.00, 매우 못한다 5.08으로 나타났다. 모든 척도 평균에서 학업수준이 보통 초과 그룹은 낮은 수치를, 그리고 학업수준이 보통 미만 그룹에서는 가장 높은 수치로 나타났으며, 조사한 모든 척도에서도 유의한 차이의 결과로 나타났다. 학업수준이 높은 그룹일수록 학업에 대한 높은 스트레스 수준으로 인해 신체건강, 정신건강, 그리고 전체적인 주관적 안녕의 수치 모두에서 다소 낮은 것으로 조사되었다.

경제수준에 따른 신체와 정신건강 척도 그리고 주관적 안녕 척도를 Table 7에 나타내었다. WHO는 2030년에 우울증이 고소득 국가의 질병부담 1위 질환이 될 것으로 전

Table 6. Physical health, mental health, and subjective well-being scales by academic level

Classification		Physical health scale		Mental health scale		Subjective Well-being Scale		Total	
Academic level	N	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Very good	8	2.59	1.418	3.60	1.140	3.62	1.950	3.27	1.287
Good	43	3.99	1.198	4.12	.583	4.31	1.028	4.14	.663
Usually	127	4.39	.971	4.16	.541	4.50	1.036	4.35	.646
Bad	22	4.77	1.243	4.39	.725	5.00	1.451	4.72	1.000
Very bad	3	5.66	1.527	4.25	.433	5.08	.946	5.00	.866
Total	203	4.29	1.157	4.15	.611	4.49	1.148	4.31	.772
<i>p</i>		.000		.038		.029		.000	

Table 7. Physical health, mental health, and subjective well-being scales by economic level

Classification		Physical health scale		Mental health scale		Subjective well-being scale		Total	
Economic level	N	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Very good	5	4.00	2.128	3.45	1.371	3.90	1.719	3.78	1.665
Good	23	4.17	1.241	4.15	.492	4.04	.931	4.12	.695
Usually	115	4.30	.980	4.11	.537	4.44	.897	4.27	.608
Bad	52	4.25	1.307	4.25	.671	4.81	1.480	4.44	.928
Very bad	8	4.96	1.583	4.51	.602	5.34	1.362	4.94	.940
Total	203	4.29	1.157	4.15	.611	4.49	1.148	4.31	.772
<i>p</i>		.505		.022		.006		.027	

망하고 있으며, 다양한 선행연구에서 교육, 소득과 재산, 직위 및 직업, 주거 등의 사회경제적 변수들이 불안, 우울, 자존감, 약물 의존 및 알코올 등의 정신건강 면에서 적절하지 않은 관계를 나타내는 것으로 발표되었다.^[30] 경제적 건강관리능력은 질병을 치료하거나 예방할 수 있는 건강보험, 신용 또는 자금의 능력을 포함한다. 건강상태는 경제적 건강관리능력이 낮을수록 건강에 좀 더 심각하게 영향을 주는 것으로 나타났으며 사회경제적 발달 상태와 관련성이 있는 것으로 나타났다.

경제 수준에 따른 신체건강 척도 평균에서 매우 좋다 4.00, 좋은 편이다 4.17, 보통이다 4.30, 어려운 편이다 4.25, 매우 어려운 편이다 4.96으로 나타났다. 정신건강 척도 평균에서는 매우 좋다 3.45, 좋은 편이다 4.15, 보통이다 4.11, 어려운 편이다 4.25, 매우 어려운 편이다 4.51로 나타났다. 주관적 안녕 척도 평균에서는 매우 좋다 3.90, 좋은 편이다 4.04, 보통이다 4.44, 어려운 편이다 4.81, 매우 어려운 편이다 5.34로 나타났다. 그리고 정신건강 척도와 주관적 안녕 척도에서 이러한 값에 대해 통계적으로도 유의한 차이로 나타났다. 모든 척도 평균에서 경제수준이 매우 좋다 그룹이 가장 낮은 수치의 척도를, 그리고 경제 수준이 매우 어려운 편이다 그룹에서 가장 높은 것으로 나타났다. 이는 경제적 수준이 상대적으로 높을수록 현재 누리는 많은 혜택을 미래에도 누릴 수 있을지 불안해하는 심리적 부담감이 가중되어 나타난다고 사료된다.^[31]

결 론

4학년은 대학생들의 마지막으로 신체적 그리고 주관적 안녕 척도에서는 다소 안정적 척도를 나타내었지만 정신건강 척도에서 가장 낮은 척도의 결과를 나타낸 것은 고학년에 따른 학업과 취업 등의 압박에 의한 것으로 판단된다. 성별에 따라 신체적, 정신적, 그리고 주관적 안녕의 모든 요소에서 남학생이 여학생보다 다소 높은 결과를 나타내었다. 이러한 점은 성별에 대한 특성으로 판단되며,

특히 여학생에 대한 좀 더 주위 깊은 관심과 지도가 필요할 것으로 판단된다. 종교가 있다는 것은 삶을 의지한 대상이 있는 것으로 다소 마음은 평안을 얻을 수 있는 수단에 의한 것으로 종교를 가지고 있는 그룹의 정신적 그리고 주관적 안녕에서 다소 긍정적인 결과로 나타났다. 학업 수준에 따른 모든 척도 평균에서 매우 잘한다 그룹은 가장 낮은 수치를, 그리고 매우 못한다 그룹은 가장 높은 수치로 나타났다. 경제 수준에 따른 모든 척도 평균에서 매우 좋다 그룹이 수치가 가장 낮은 수치를, 그리고 매우 어려운 편이다 그룹에서 가장 높은 수치로 나타났다.

본 연구는 이러한 일반적 특성의 요인 분석을 통해 안경광학과 학생들의 신체 및 정신적 그리고 주관적 안녕에 대한 기초 자료제공 뿐만 아니라 차별화된 학생 지도 및 관리 감독에 도움이 될 것으로 사료된다. 또한 앞으로 실제적으로 주관적 안녕감을 향상시킬 수 있는 개인 및 집단 프로그램 개발에 대한 연구가 시급하다고 사료된다.

감사의 글

본 연구는 2020년 경동대학교 교내학술지원비로 연구되었습니다.

REFERENCES

- [1] Baumeister H, Bengel J. Psycho-social correlates of health and health behaviors: challenges and methodological pitfalls. *Int J Public Health*. 2007;52(1):6-7. DOI: <https://doi.org/10.1007/s00038-006-6103-5>
- [2] OH HS. The study on relationship between school stress and stress coping behavior & mental-physical health about students of high school. MA Thesis. Kangwon National University, Chunchon. 2008;1-30.
- [3] Kim GH. The Effect of college student's focusing manner on subjective well-being. MA Thesis. Duksung Women's University, Seoul. 2017;1-35.
- [4] Ye KH, Cho SA. Study on mental health of students of

- the department of optometry at a university by gender. *Korean J Vis Sci*. 2018;20(4):483-495. DOI: <https://doi.org/10.17337/jmbi.2018.20.4.483>
- [5] Noh MO. The effects of the anxiety-state of the 3rd year girl students of physical -psychic health. MA Thesis. Ewha Women's University, Seoul. 1984;1-40.
- [6] Park SY. Self-construal and subjective well-being: with a focus on male and female college students in two regions. *Korean Journal of Youth Studies*. 2005;12(3):71-92.
- [7] Hahn DW, Jang EY. Effects of social comparison motive and forced social comparison upon subjective well-being and health perception. *Korean Journal of Health Psychology*. 2003;8(3):619-644.
- [8] Suk JK. A structural analysis on childcare teacher's subjective well-being and social support, ego-resilience, job stress. MA Thesis. Daegu Catholic University, Gyeongsan. 2019;1-25.
- [9] Lee YS. A study on the influence on the subjective well-being of the emotional expression ambivalence and the experience avoidance of college students : through the control variable of interpersonal relationship problems. MA Thesis. Shinhan University, Gyeonggi. 2015;1-31.
- [10] Roh YC, Kim HS. The mediating effect of optimism on the relationship between parents attachment and subjective well-being in upper grade elementary school students. *Korean Journal of Counseling*. 2012;13(6):2625-2640. DOI: <https://doi.org/10.15703/kjc.13.6.201212.2625>
- [11] Statistics Korea. Survey of Economically Active Population, 2014. <http://kostat.go.kr>(12 March 2020).
- [12] Kim IH. Mental health of adolescents in a community. *J Agric Med Community Health*. 2009;34(2):234-243. DOI: <https://doi.org/10.5393/JAMCH.2009.34.2.234>
- [13] Kang JH. A study on the relationships among perceived parental child-rearing attitudes, self-esteem, decision-making styles, stress-coping strategies, and mental health by college students. MA Thesis. Kon-Kuk University, Seoul. 2006;1-37.
- [14] Yi HJ. The effect of irrational belief on mental health of college students. MA Thesis. Ewha Womans University, Seoul. 2000;1-45.
- [15] Kim HJ. Relationship among subjective well-being, self-identity and family function of nursing students. *Journal of Korea Contents Association*. 2014;14(2):376-386. DOI: <https://doi.org/10.5392/jkca.2014.14.02.376>
- [16] Go HY, Sung HK, Kim M, et al. Cross-sectional study about stress and health recognition in korean medicine student by gender. *J Korean Med*. 2018;39(2):80-91. DOI: <https://doi.org/10.1093/geronb/56.6.S326>
- [17] Park AC. Analysis of influence of adjustments in family and college on individuation and ego identity in college students. *The Korean Journal of Educational Psychology*. 2005;19(2):519-542.
- [18] Kim SJ. Path analysis of religious activity effect on the quality of life of the elderly. *Journal of Welfare for the Aged Institute*. 2006;33:29-50.
- [19] Son YJ. A study on the effect of changes in religion on life satisfaction. *Journal of Welfare for the Aged Institute*. 2007;36:181-200.
- [20] Kim YS. Effects of life-events and depression on low-income single mothers: focused on moderating effects of spiritual well-being. *Korean J Fam Soc Work*. 2010;28(28):187-218. DOI: <https://doi.org/10.16975/kjfs.w.2010.28.007>
- [21] Jun HJ. Longitudinal effects of religious activities on mental health among older women in USA. *Journal of Welfare for the Aged Institute*. 2004;25:169-186.
- [22] Idler EL, Kasl SV, Hays JC. Patterns of religious practice and belief in the last year of life. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2001;56(6):S326-S334. DOI: <https://doi.org/10.1093/geronb/56.6.S326>
- [23] Kim MS, Park MJ. The impact of religion on the quality of life of the elderly. *J Korean Geriatr Soc*. 2000;20(2):29-47.
- [24] Wagner JD, Lorion RP. Correlates of death anxiety in elderly persons. *J Clin Psychol*. 1984;40(5):1235-1241. DOI: [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198409\)40:5<1235:aid-jclp2270400519>3.0.co;2-p](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198409)40:5<1235:aid-jclp2270400519>3.0.co;2-p)
- [25] Levin JS. How religion influences morbidity and health: reflections on natural history, salutogenesis and host resistance. *Soc Sci Med*. 1996;43(5):849-864. DOI: [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(96\)00150-5](https://doi.org/10.1016/0277-9536(96)00150-5)
- [26] Jeong SH, Cho KD. A study on the effects of religion and religiosity on the trust and participation of university students. *J Asian Stud*. 2016;19(3):115-146. DOI: <https://doi.org/10.21740/jas.2016.08.19.3.115>
- [27] Kim SJ, Moon HK. Status and consciousness of freshman year 2004. *The Journal of Creativity Development Research*. 2005;8:1-48.
- [28] Park YT. The development of programs for adolescents' choice of major study in university. *Research Review*. 2000;26:51-112.
- [29] Jang SM, Kyoung SY. The job-seeking stress and addictive behaviors among college students: focused on the mediating effect of anxiety. *Health and Social Welfare Review*. 2013;33(4):518-546. DOI: <https://doi.org/10.15709/hswr.2013.33.4.518>
- [30] Kim JH, You JW, Song IH. Effects of socioeconomic deprivation on depressive mood: analysis of the moderating effect of age. *Health and Social Welfare Review*. 2015;35(3):42-70. DOI: <https://doi.org/10.15709/hswr.2015.35.3.42>
- [31] Yu B, Shin S. The effects of parents-children communication styles according to family background on teacher-students relationships and occupational aspirations. *Studies on Korean Youth*. 2012;23(4):51-77.

안경광학과 학생들의 신체 및 정신건강 그리고 주관적 안녕에 관한 연구

이기훈¹, 조선아^{2,*}

¹백석대학교 안경광학과, 교수, 천안 31065

²경동대학교 안경광학과, 교수, 문막 26495

투고일(2020년 1월 30일), 수정일(2020년 2월 24일), 게재확정일(2020년 3월 8일)

목적: 본 연구는 안경광학과 학생들의 신체 및 정신건강 그리고 주관적 안녕에 관한 요인을 분석하여 학생 생활 지도 및 진로지도에 좀 더 차별화된 도움을 주고자 한다. **방법:** 안경광학과 남학생 105명(51.7%)과 여학생 98명(48.3%) 전체 203명을 대상으로 신체와 정신건강 그리고 주관적 안녕에 관하여 설문하여 학년, 성별, 종교 유무, 학업수준 그리고 경제 수준 등으로 나누어 비교 분석하였다. SPSS를 통해 통계적으로 분석하였다. 유의수준은 $p < 0.05$ 를 기준으로 하였다. **결과:** 안경광학과 학생들은 4학년 정신건강 척도 4.04로 나타났으며 여성 신체건강 척도 4.05로, '종교 있다' 그룹의 신체건강 척도 4.15로 나타났으며 학업수준 '매우 잘한다' 그룹의 신체건강 척도 2.59로 나타났다. 또한 경제 수준 '매우 좋다'의 정신건강 척도 3.45로 나타났다. **결론:** 안경광학과의 학생들 중 4학년의 경우 정신건강 척도가 가장 낮게, 여성은 모든 척도에서 가장 낮게, '종교 있다' 그룹은 신체건강 척도가 가장 낮게 나타났다. 또한 학업 수준 '매우 잘한다' 와 경제 수준 '매우 좋다' 그룹이 모든 항목의 척도에서 가장 낮은 수치를 나타내었다. 이에 학생 상담과 생활 지도에 그룹에 따라 차별성이 필요할 것으로 사료된다.

주제어: 신체건강, 정신건강, 주관적 안녕 척도, 안경광학과