일부 대학생들의 외로움이 음주, 흡연, 건강지각에 미치는 영향*

김욱수**

I. 서론

1. 연구의 필요성

외로움(loneliness)은 인간이 보편적으로 경험할 수 있는 불안정한 감정 중의 하나로 개인이 사회적 관계가
이 양적이나 질적으로 부족할 때 발생한다(Peplau & Perlman, 1982). 인간은 생애의 전 과정에 걸쳐 타인과
진미한 관계를 맺고 살아와 이러한 목표를 추구하기 위해 노력한다(Shearer & Davidhizer, 1994). 인간은
다른 사람들과의 접촉을通해서 수용, 지지, 사랑, 만족
감 등의 긍정적인 느낌을 획득할 수 있는데 타인과의 접
위험요소가 될 수 있어 수면장애, 우울, 약물남용, 자살, 거식중, 기타 정신적인 문제 등과 관련이 있다는 연구

남성자, 젊음수, 김태권, 계홍대(1995)의 조사연구에 의하면 우리나라 15-69세 성인 중 31.4%가 유주를
하고 있고 32.2%가 흡연을 하고 있으며, 연령별로는 20
대에서 음주율과 흡연율이 가장 높다고 한다. 음주와
흡연 등의 행위를 유발하는 요인은 여러 가지가 있는데
외로움도 음주나 흡연과 관련이 있다고 보고되고 있다
(Shapiro, Siegel, Scovill, & Hays, 1998 ; Stewart, 1996).

인간이 외로움을 경험하게 되면 이에 대한 부정적인
이해 방식으로 기인한 음주나 흡연, 스트레스 등에
서한 건강을 해칠 수 있다(김주희 & 강성희, 1994). 또
한 외로움이 경험하게 되면 대상자는 자신의 건강에 대해
더욱 열려하여 더 많은 증상을 느낄 수 있고, 자신의 건강
을 실제로 더 나쁘게 인지할 수 있다(Andersson, 1993 :
Mahon, Yarcheski, & Yarcheski, 1993). 따라서 외
로움은 인간의 신체 및 정신적 건강을 위협하여 대상자
의 심정을 덜어낼 수 있으므로 외로움에 대한 연구
는 대상자의 건강 유지에 중요한 뼈대어 실질적연구의
측면에서도 매우 중요하다고 본다.

청소년기는 본연의 연령층에 비해 외로움을 더 많이 경
증가되어 청소년의 건강과의 관계를 향하고 인정받고 실
어져 성인집단에 소속되어 있는 청소년을 가졌다. 그러
나 이러한 연구가 초صاد들로 외로움을 경험하게 되고 성
인기에서 미디어의 성향적 변화 외로움의 성향에 영향을
주게된다(Sullivan, 1953). 미국dml 어느 대학교 학생
의 30%가 외로움이 문제가 된 적이 있다고 응답하였다고

* 본 연구는 1997년도 이화여자대학교 코레 연구비에 의하여 수행되었다.
** 이화여자대학교 간호과학대학
한 것으로 보아(Brigham & Roberts, 1986) 외로움은 대학생들을 대상으로 한 연구에서 고려해 보어야 할 문 제가 여겨지다. 외로움을 예방하고 치료할 수 있는 많은 측면 방안과 치료법이 개발되기 위해서는 대상자가 외로움을 어느 정도 경험하고 있는지 파악하는 것이 매우 중요하다.

외로움은 건강을 위협하는 응주와 흡연에 영향을 줄 수 있고 외로움으로 인해 정신적 증상을 희석하고 건강을 나쁘게 만들 수 있으므로 이들 변수에 영향을 줄 수 있는 심리적 요소중 하나인 외로움에 대해 조사해 보는 것은 매우 중요하다고 본다. 외로움을 빈번하게 경험할 수 있는 청소년 휴가에 해당하는 대학생들을 대상 으로 외로움이 응주와 흡연의 정도, 건강지각에 미치는 영향에 대한 연구결과는 외로움의 정도로 대상자의 건강과 관련된 행위들을 예측하는 데 도움을 주어 간호사를 포함한 건강관리 전문인들이 그들의 대상자들을 이해하고 간호하는데 도움이 될 것이다.

외로움에 대한 연구는 1950년대 후반부터 시작되어 현재까지 미국과 유럽에서 연구자들은 외로움에 대해 이론개발과 연구에 많은 노력을 기울여 왔다. 이에 비해 우리나라에서는 외로움에 대한 연구가 매우 부족한 실정이며 특히 대학생들이 경험하는 외로움이 건강에 어떠한 관련이 있는지에 대한 연구는 거의 없는 실정인 것으로 나타나고 있다. 따라서 대학생들의 외로움에 대한 연구는 청소년 휴가에 있는 대학생들을 이해하고 연구하는데 기초자료로 도움이 될 것이며, 그들의 건강과 관련된 문제의 해결에 필요한 이론적 근거를 제공할 수 있을 것이다.

본 연구의 목적은 대학생들이 느끼는 외로움의 정도가 응주, 흡연, 건강지각에 미치는 영향에 대해 조사하는 것이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

1) 일부 대학생들이 경험하는 외로움, 응주, 흡연, 건강지각 정도를 알아보는 것이다.
2) 일부 대학생들의 일반적 배경과 외로움, 응주, 흡연 및 건강지각과의 관계를 알아보는 것이다.
3) 일부 대학생들의 외로움의 정도가 응주, 흡연, 건강지각에 영향을 미치는지 알아보는 것이다.

2. 응어의 정의


응주: 응주는 지난 1달 동안 1주일동안 단위로 마신 술의 평균 단위(drinks)를 의미하는데 1단위는 맥주 1병, 포도주 1잔, 소주나 양주 1잔(소주전)에 해당한다.

흡연: 흡연은 지난 1달 동안 1주일동안 단위로 피문 담배의 평균 갯수를 의미한다.


II. 문헌 고찰

1. 외로움

인간은 계속적으로 태도와 건강과의 체질과의 관계를 갖고자 하는 욕구를 가지고 이를 만족시키고 살아가다 태도의 결측은 수용, 지지, 사랑, 만족감 등의 느낌을 제공하며 태도의 결측에 있어 어떠한 변화나 상실은 인간적 결측과 철학적 유지를 방해하여 결국 외로움을 느끼게 할 수 있다(Shaver, Davidheizer, 1994). 외로움과 같이 스트레스를 주는 삶의 경험은 신체적, 정신적 건강문 제를 악화할 수 있으며(DeBerard & Kleinhein, 1995), 외로움이 지속될 경우 개인의 신체적 안녕을 위협하여 자살의 위험을 증가시킬 수 있다(Jinorn & Rudd, 1996).

내각에서 시범을 해보는 학생들이 tableau에서 시범을 해보는 학생들에 비해 외로움의 정도가 더 낮았다고 보고하였다.


2. 외로움과 음주, 흡연

외로움 매 사람들에 어떤 행동을 취하게 되며 이를 대처방안이라 하는데 외로움의 대처방안중 어떤 방안들은 도움을 주나 어떤 방안들은 부정적인 결과를 초래한다(김주희, 강성희, 1994). 부정적인 대처방안에는 탈석적인 행동이 포함되며 음주나 흡연행위 등이 이에 해당한다.

이러한 음주나 흡연 등의 건강 위험행위에 영향을 미칠 수 있다. 인간은 외로움에 적응하기 위해서 술을 마실 수 있기 때문에 외로움은 중독 음주문제로의 관문으로 여겨지기도 한다(Akerlind & Hornquist, 1992).


3. 외로움과 건강지각

본 연구에서 건강지각이란 자신의 건강에 대한 주관적 평가를 말하며 증상유형(symptom pattern)과 주
3. 연구 도구


음주: 음주는 지난 1달 동안 1주일을 단위로 마신 술의 평균 당위(drinks)를 측정하였다. 1 drink는 맥주 1개, 포도주 1잔, 소주나 양주 1잔(소주잔)에 해당한다.

흡연: 흡연은 지난 1달 동안 1주일을 단위로 피연 품매의 평균 갯수를 측정하였다.


4. 자료수집 방법 및 절차

본 연구의 자료수집은 1993년 4월에서 5월까지 약 한 달간 실시되었다. 우선적으로 대상 대학의 특정 학과목
담당교수에게 사전 동의를 얻고 수업 후 담당 교수가 대상학생들에게 본 연구의 목적을 설명한 후 연구에 동의하는 학생들에게 연구등록서를 포함한 질문지를 배부하고 직접 작성하게 한 후 회수하였으며 회수된 자료는 익명으로 처리되었다. 총 460부를 배부하여 420부가 회수되었으나 이 중 응답비율이 불완전한 설문지가 제외하고 417부가 자료분석에 사용되었다.

5. 자료 분석

수집된 자료의 통계처리는 SPSS/WIN을 사용하였으며 유의수준은 .05을 기준으로 하였다.

1) 일반적 배경, 외로움, 음주, 흡연, 건강지각(증상유형, 주관적인 건강)을 각각하기 위해 범위, 인도, 평균과 표준편차를 구하였다.

2) 일반적 배경과 음주, 흡연, 건강지각과의 관계를 알아보기 위해 Pearson Correlation Coefficients, t-test, ANOVA, Duncan test를 실시하였다.

3) 외로움이 음주, 흡연, 건강지각에 미치는 영향을 알아보기 위해 Simple Linear Regression을 실시하였다.

6. 연구의 제한점

1) 서울과 지방에 위치한 대학 중 4개교에서 대상자를 랜덤 추출하여 결과를 확대 해석할 수 없다.

2) 한국인이 경험하는 외로움을 측정할 때 외국에서 개발된 외로움 측정도구를 사용하였으므로 외로움의 문화적 측면의 이해에 있어 제한점이 있다.

Ⅳ. 결과

1. 대상자의 일반적 특성

대상자의 일반적 특성으로는 연령, 성별, 종교, 주거 형태 등을 조사하였으며 그 결과는 (표1)과 같다. 대상자 417명의 연령은 18세에서 26세로 분포되어 있으며 평균연령은 21.07세였다. 성별로는 남자가 52.8%이고 여성이 47.2%을 차지하였다. 종교의 분포도 장려 돈 농 종교를 가지고 있는 대상자는 56.9%였으며 이중 기독교도가 34.3%로 가장 많았다.

주거형태는 부모형제와 함께 사는 대상자가 70.0%로 가장 많았으며 10.8%는 혼자 산다고 하였으며 6.5%는 형제와 함께 살고 있었다. 12.7%는 기숙사에서 살거나 친구와 함께 또는 친척집에서 사는 것으로 나타났다. 대상자 중 84.7%가 지난 한달간 음주를 하였고 32.9%가 지난 한달간 흡연의 경험을 가지고 있었다.

<table>
<thead>
<tr>
<th>표 1</th>
<th>대상자의 일반적 배경 (N=417)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>성별</td>
<td>남자</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>여자</td>
</tr>
<tr>
<td>종교</td>
<td>기독교</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>가톨릭</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>불교</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>임무</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>무교담</td>
</tr>
<tr>
<td>주거형태</td>
<td>혼자 산다</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>형제와 산다</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>부모, 형제와 산다</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>기타</td>
</tr>
<tr>
<td>술주유</td>
<td>주</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>무</td>
</tr>
<tr>
<td>흡연</td>
<td>주</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>무</td>
</tr>
</tbody>
</table>

2. 외로움, 음주, 흡연, 건강지각의 정도

본 연구에서 대상자의 외로움의 평균점수는 40.82였 다. RULS로 외로움을 측정할 때 가능한 점수의 범위는 20-80점인데 본 연구의 측정 점수는 20-70점으로 나타났다. 음주량은 지난 한달간 1주일에 평균 몇 단위를 마셨는지를 조사하였다. 대상자 417명중 음주를 한다고 음단한 음주자는 353명의 평균 음주량은 1주일을 기준으 로 5.2단위였으며 음주의 범위는 1~80이었다. 흡연정 도는 흡연을 하지 않았다. 평균 0.5~20갑인 것으로 나타났다. 건강지각 중 종양유형은 가능한 범위 16~64점중 16~52점으 로 측정되었고 평균은 26.05로 나타났다. 주관적 건강은 평균 3.01로 대체적으로 건강은 좋은 편이라고 느끼고 있었다(표2).
3. 일반적 특성과 외로움, 음주, 흡연, 건강지각

대상자의 연령은 음주, 흡연, 중상유형과 유의한 관계가 있었다. 연령이 많아질수록 음주수 (r = .11, p = .003)와 흡연 (r = .33, p = .000)의 정도가 높은 경향이 있었고 중상수준 (r = -.13, p = .002)은 덜하는 것으로 나타났다. 성별은 외로움, 음주, 흡연, 중상유형, 주관적 건강과 유의한 관계가 있었다. 여성인 경우 남성들이 비해 이로음의 정도가 더 높았고 (t = -2.09, p = .038) 중상유형 (t = -2.84, p = .005)이 더 많았으며 건강 (t = 4.68, p = .000)도 더 나아들 것으로 지속하였다. 남성인 경우 음주 (t = 7.76, p = .000)와 흡연 (t = 11.10, p = .000)의 정도가 여 성에 비해 더 높은 것으로 나타났다. 주거지대는 외로움 (F = 3.74, p = .011)과 유의한 관계가 있었다. 주거지대는 위해 Duncan test를 실시하였는데 부모형태와 함께 사는 대상자들이 저유 (가족사, 친척, 친구)가 동반된 대상자들보다 외로움의 정도가 0.05 수준에서 유의하게 더 낮은 것으로 나타났다. 주거지대에 따른 범주는 유의한 관계가 없었다. 종교와 외로움, 음주, 흡연, 건강지각과는 유의한 관계가 없는 것으로 나타났다(표 3).

〈표 3〉 일반적 특성에 따른 외로움, 음주, 흡연, 건강지각

<table>
<thead>
<tr>
<th>일반적 특성</th>
<th>외로움</th>
<th>음주</th>
<th>흡연</th>
<th>중상유형</th>
<th>주관적 건강</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>연령</td>
<td>Mean±SD</td>
<td>F.t.r</td>
<td>Mean±SD</td>
<td>F.t.r</td>
<td>Mean±SD</td>
</tr>
<tr>
<td>학생 남자</td>
<td>39.90±9.36</td>
<td>t = -2.09*</td>
<td>7.38±10.30</td>
<td>t = 7.76**</td>
<td>3.03±3.73</td>
</tr>
<tr>
<td>여자</td>
<td>41.85±9.65</td>
<td>1.65±2.92</td>
<td>.15±.85</td>
<td>26.97±5.85</td>
<td>2.79±8.33</td>
</tr>
<tr>
<td>종교 기독교</td>
<td>40.38±9.73</td>
<td>F = .68</td>
<td>3.95±9.20</td>
<td>F = .76</td>
<td>1.90±2.54</td>
</tr>
<tr>
<td>캐서린</td>
<td>39.74±8.34</td>
<td>4.91±7.72</td>
<td>1.86±4.55</td>
<td>26.07±6.01</td>
<td>2.96±8.91</td>
</tr>
<tr>
<td>불교</td>
<td>40.57±10.09</td>
<td>4.05±2.54</td>
<td>1.32±2.50</td>
<td>27.14±7.92</td>
<td>2.84±8.80</td>
</tr>
<tr>
<td>무</td>
<td>41.53±9.69</td>
<td>5.29±8.48</td>
<td>2.05±3.07</td>
<td>26.22±6.45</td>
<td>3.01±0.97</td>
</tr>
<tr>
<td>주거 혼자산다</td>
<td>42.78±10.56</td>
<td>F = 3.74*</td>
<td>3.29±4.09</td>
<td>F = 1.32</td>
<td>1.53±2.30</td>
</tr>
<tr>
<td>생활 환경과 함께</td>
<td>43.26±8.82</td>
<td>2.67±5.90</td>
<td>.85±2.18</td>
<td>27.74±7.96</td>
<td>2.93±8.87</td>
</tr>
<tr>
<td>부모와 함께</td>
<td>39.61±9.29</td>
<td>4.86±8.83</td>
<td>1.77±3.34</td>
<td>25.65±6.13</td>
<td>3.04±0.92</td>
</tr>
<tr>
<td>기타</td>
<td>43.47±9.60</td>
<td>5.85±9.45</td>
<td>1.66±2.90</td>
<td>26.54±7.25</td>
<td>3.04±.94</td>
</tr>
</tbody>
</table>

*p < .05, **p < .01

4. 음주, 흡연, 건강지각의 예측자로서의 외로움

이로움이 건강위험요인이며 건강지각을 예측하는 기능을 알기 위해 단순회귀 분석을 실시한 결과는〈표 4〉와 같다. 외로움은 흡연을 제외하고 음주, 중상유형, 주관적 건강에 유의한 영향을 수 있는 것으로 나타났다. 외로움의 정도가 높은 대상자들은 음주할 경향이 있음을 나타냈다 (F = 9.29, p = .003). 또한 외로움의 정도가 높은 대상자들은 음주상황이 증가하였고 (F = 10.28*, p < .01), 건강지각의 정도가 높았다 (F = 22.20*, p < .01).

(표 4) 음주, 흡연과 건강지각 예측을 위한 단순회귀분석

<table>
<thead>
<tr>
<th>외로움 Mean±SD</th>
<th>음주</th>
<th>흡연</th>
<th>중상유형</th>
<th>건강지각</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>F</td>
<td>.25</td>
<td>.10</td>
<td>.27</td>
<td>.38</td>
</tr>
<tr>
<td>K square</td>
<td>.06</td>
<td>.01</td>
<td>.01</td>
<td>.14</td>
</tr>
<tr>
<td>Beta</td>
<td>-.25*</td>
<td>-.008</td>
<td>.27*</td>
<td>-.38*</td>
</tr>
<tr>
<td>F</td>
<td>9.29*</td>
<td>1.33</td>
<td>10.28*</td>
<td>22.20*</td>
</tr>
</tbody>
</table>

*p < .01
상이 유명이 많이 나타났고 ($r=10.28, p=0.002$) 건강은 더 좋지 않은 것으로 지각하였다 ($F=22.21, p=0.002$).

V. 논의


상대적 중 84.7%가 지난 한 달간 응급을 하였다고 응답하였고 이들의 평균 응급판은 1주일을 기준으로 5.52단위였으며 응급실의 범위는 1~80 unit으로 나타났다. 응급의 결과로 임의로 지난 한 달간 1주일에 평균 5.47의 담배를 피웠는데, 이들 응급의 범위는 0.5~20단일 것으로 나왔다. 응급과의 연관성을 보이지 않았으나 응급을 하거나 응급을 하지 못한 학생들도 있다는 점을 확인할 수 있다. 남경동 등(1995)은 1995년도 국민건강 및 보건의행태조사에서 15-19세에서는 9.6%, 그리고 20대에서는 29.4%가 합리적 응급을 하였으며, 응급의 경우 15-24세에서 19.8%가 사망사고 응급을 하였고 보고하였는데 이들 응급건과 의료용의 범위를 본 연구의 대상자들의 응급수와 응급을 이 높게 나타낼 수 있어 대학생들의 응급과 응급에 영향을 미치는 요인이 대학생들의 응급과 응급수와 응급이 건강에 미치는 영향에 대해 추후연구가 필요하다고 여겨진다.

건강상각은 중상증상환은 가능한 범위 16-64점 중 평균 26.05로 나타났고 주관적 건강은 평균 3.01로 보아 대체적으로 건강은 좋은 편이라고 느껴졌다.


남자인 경우 응급과 응급의 정도가 여성이 미화 더 높은 것으로 나타난 것은 여학생의 경향(남경동 등, 1995; 신문주, 1994; 천희숙, 1994)에 일치하며 이러한 결과는 본 연구에의 후속 연구가 필요하다고 본다.

부모형제와 함께 거주하는 경우 가족, 친교, 친구와 함께 거주하는 대학생들 보다 의료용의 정도가 더 낮은 것으로 나타났는데 이는 함께 사는 사람들의 제고 행복의 지향과 같은 결과에 기인하고 있다고 본다.

트래스 감에 반응하여 음주를 하는 반면에 외롭지 않다고 느끼는 사람은 집단적인 사회적 활동에 참여하기 위해 술을 마시는 경향이 있다고 주장하였다. 이러한 주장은 근거로 연구결과를 해석한다면 대학생들은 혼자서 술을 마시는 것보다 집단적으로 모여 음주를 하기 때문에 외로움이 증가 mailed으로 느끼는 사람들이 술을 더 마시는 것으로 해석된다. 또한 그 결정적 집단 활동에 참여하고 술을 많이 마시는 대학생은 그 집단의 소속감이나 지지 등으로 인해 외로움을 덜 느낄 수도 있다고 해석된다.

본 연구의 대상자들은 외로움의 정도가 높은 대상자들은 증상유형을 더 많이 보고하였고 건강은 더 좋지 않은 것으로 각각하였다. 이러한 결과는 신체적 증상에 대한 요소는 정신 사회적인 요소에 의한 영향을 받을 수 있어 외로움이 많이 느끼는 사람은 자신의 건강에 대해 더 엄격하며 더 많은 증상을 보고하고 건강도 더 나쁘게 인식할 수 있다는 연구결과들과 일치하는 것이다(Kim, 1989; Mahon et al., 1993; Mechanic, 1980).

Ⅵ. 결론 및 제언

본 연구는 예측보다는 의외로의 정도가 음주, 흡연, 및 건강지표에 영향을 미치는지를 알아보기 위해 서울과 대학에 위치한 4개의 대학에 재학중인 남녀 대학생 417명을 대상으로 실시하였다.

대상자의 평균 연령은 21.07세로 남자는 52.8%이고 여자는 47.2%로 차지하였고 각각 한국동 대학원 84.7%가 음주를 하였고 32.9%가 흡연을 한 것으로 나타났다. 일반적으로 외로움 평균점수는 40.62로 대상자들은 중간정도의 외로움을 경험한 것인 것을 알 수 있었다. 음주자의 경우 평균 음주량은 5.52배 있으며 음주자들은 일주일에 평균 5.08개의 담배를 피운 것으로 나타났다. 건강지표를 축정하기 위해 증상 유형과 주관적 건강을 조사한 결과 증상유형도 낮게 보고되었고 대체적으로 대상자는 건강은 좋은 편으로 느끼고 있었다.

연령이 많아질수록 음주는 흡연의 정도가 높였으며 증상호소도 늘어난 것으로 나타났다. 여성의 경우 남성

참고 문헌

본 연구는 예측보다는 의외로의 정도가 음주, 흡연, 및 건강지표에 영향을 미치는지를 알아보기 위해 서울과 대학에 위치한 4개의 대학에 재학중인 남녀 대학생 417명을 대상으로 실시하였다.

대상자의 평균 연령은 21.07세로 남자는 52.8%이고 여자는 47.2%로 차지하였고 각각 한국동 대학원 84.7%가 음주를 하였고 32.9%가 흡연을 한 것으로 나타났다. 일반적으로 외로움 평균점수는 40.62로 대상자들은 중간정도의 외로움을 경험한 것인 것을 알 수 있었다. 음주자의 경우 평균 음주량은 5.52배 있으며 음주자들은 일주일에 평균 5.08개의 담배를 피운 것으로 나타났다. 건강지표를 축정하기 위해 증상 유형과 주관적 건강을 조사한 결과 증상유형도 낮게 보고되었고 대체적으로 대상자는 건강은 좋은 편으로 느끼고 있었다.

연령이 많아질수록 음주는 흡연의 정도가 높였으며 증상호소도 늘어난 것으로 나타났다. 여성의 경우 남성

참고 문헌

본 연구는 예측보다는 의외로의 정도가 음주, 흡연, 및 건강지표에 영향을 미치는지를 알아보기 위해 서울과 대학에 위치한 4개의 대학에 재학중인 남녀 대학생 417명을 대상으로 실시하였다.

대상자의 평균 연령은 21.07세로 남자는 52.8%이고 여자는 47.2%로 차지하였고 각각 한국동 대학원 84.7%가 음주를 하였고 32.9%가 흡연을 한 것으로 나타났다. 일반적으로 외로움 평균점수는 40.62로 대상자들은 중간정도의 외로움을 경험한 것인 것을 알 수 있었다. 음주자의 경우 평균 음주량은 5.52배 있으며 음주자들은 일주일에 평균 5.08개의 담배를 피운 것으로 나타났다. 건강지표를 축정하기 위해 증상 유형과 주관적 건강을 조사한 결과 증상유형도 낮게 보고되었고 대체적으로 대상자는 건강은 좋은 편으로 느끼고 있었다.

연령이 많아질수록 음주는 흡연의 정도가 높였으며 증상호소도늘어난 것으로 나타났다. 여성의 경우 남성

참고 문헌

본 연구는 예측보다는 의외로의 정도가 음주, 흡연, 및 건강지표에 영향을 미치는지를 알아보기 위해 서울과 대학에 위치한 4개의 대학에 재학중인 남녀 대학생 417명을 대상으로 실시하였다.

대상자의 평균 연령은 21.07세로 남자는 52.8%이고 여자는 47.2%로 차지하였고 각각 한국동 대학원 84.7%가 음주를 하였고 32.9%가 흡연을 한 것으로 나타났다. 일반적으로 외로움 평균점수는 40.62로 대상자들은 중간정도의 외로움을 경험한 것인 것을 알 수 있었다. 음주자의 경우 평균 음주량은 5.52배 있으며 음주자들은 일주일에 평균 5.08개의 담배를 피운 것으로 나타났다. 건강지표를 축정하기 위해 증상 유형과 주관적 건강을 조사한 결과 증상유형도 낮게 보고되었고 대체적으로 대상자는 건강은 좋은 편으로 느끼고 있었다.

연령이 많아질수록 음주는 흡연의 정도가 높였으며 증상호소도늘어난 것으로 나타났다. 여성의 경우 남성

참고 문헌

본 연구는 예측보다는 의외로의 정도가 음주, 흡연, 및 건강지표에 영향을 미치는지를 알아보기 위해 서울과 대학에 위치한 4개의 대학에 재학중인 남녀 대학생 417명을 대상으로 실시하였다.

대상자의 평균 연령은 21.07세로 남자는 52.8%이고 여자는 47.2%로 차지하였고 각각 한국동 대학원 84.7%가 음주를 하였고 32.9%가 흡연을 한 것으로 나타났다. 일반적으로 외로움 평균점수는 40.62로 대상자들은 중간정도의 외로움을 경험한 것인 것을 알 수 있었다. 음주자의 경우 평균 음주량은 5.52배 있으며 음주자들은 일주일에 평균 5.08개의 담배를 피운 것으로 나타났다. 건강지표를 축정하기 위해 증상 유형과 주관적 건강을 조사한 결과 증상유형도 낮게 보고되었고 대체적으로 대상자는 건강은 좋은 편으로 느끼고 있었다.

연령이 많아질수록 음주는 흡연의 정도가 높았으며 증상호소도늘어난 것으로 나타났다. 여성의 경우 남성

참고 문헌

본 연구는 예측보다는 의외로의 정도가 음주, 흡연, 및 건강지표에 영향을 미치는지를 알아보기 위해 서울과 대학에 위치한 4개의 대학에 재학중인 남녀 대학생 417명을 대상으로 실시하였다.

대상자의 평균 연령은 21.07세로 남자는 52.8%이고 여자는 47.2%로 차지하였고 각각 한국동 대학원 84.7%가 음주를 하였고 32.9%가 흡연을 한 것으로 나타났다. 일반적으로 외로움 평균점수는 40.62로 대상자들은 중간정도의 외로움을 경험한 것인 것을 알 수 있었다. 음주자의 경우 평균 음주량은 5.52배 있으며 음주자들은 일주일에 평균 5.08개의 담배를 피운 것으로 나타났다. 건강지표를 축정하기 위해 증상 유형과 주관적 건강을 조사한 결과 증상유형도 낮게 보고되었고 대체적으로 대상자는 건강은 좋은 편으로 느끼고 있었다.

연령이 많아질수록 음주는 흡연의 정도가 높았으며 증상호소도늘어난 것으로 나타났다. 여성의 경우 남성

참고 문헌

본 연구는 예측보다는 의외로의 정도가 음주, 흡연, 및 건강지표에 영향을 미치는지를 알아보기 위해 서울과 대학에 위치한 4개의 대학에 재학중인 남녀 대학생 417명을 대상으로 실시하였다.

대상자의 평균 연령은 21.07세로 남자는 52.8%이고 여자는 47.2%로 차지하였고 각각 한국동 대학원 84.7%가 음주를 하였고 32.9%가 흡연을 한 것으로 나타났다. 일반적으로 외로움 평균점수는 40.62로 대상자들은 중간정도의 외로움을 경험한 것인 것을 알 수 있었다. 음주자의 경우 평균 음주량은 5.52배 있으며 음주자들은 일주일에 평균 5.08개의 담배를 피운 것으로 나타났다. 건강지표를 축정하기 위해 증상 유형과 주관적 건강을 조사한 결과 증상유형도 낮게 보고되었고 대체적으로 대상자는 건강은 좋은 편으로 느끼고 있었다.
of Gerontology, 36, 342–348.


Schwarzer, R., Jerusalem, M., & Kleine, D. (1990). Predicting adolescent health complaints by personality and behaviors. Psychology and Health,

Shearer, R., & Davidhizer, R. (1994). It can be never be the way it was: Helping elderly women adjust to change and loss. Home Health Care Nurse, 12(4), 60–63.


Abstract:

**Key concept:** Loneliness, Alcohol drinking, Smoking, Health perception, College student

The Effects of Loneliness on Alcohol Drinking, Smoking, and Health Perception in College Students

Kim, Ok Soo *

The purpose of this study was to determine the effects of loneliness on drinking, smoking, and health perception (symptom pattern & subjective health) in college students. The convenience sample consisted of 417 college students attending four universities.

The Revised UCLA Loneliness Scale (RULS) and the Symptom Pattern Scale were used to collect the data. In this study, 84.7% of the subjects used alcohol, with a mean of 5.52 drinks per week, and 32.9% of the subjects smoked for a mean of 5.08 cigarette packs per week during the previous month. The mean score loneliness measured by the RULS was 40.82, indicating that the subjects were moderately lonely. The majority of the subjects had a low level of symptom pattern and evaluated their health as either very good or good.

The level of alcohol drinking and the smoking increased and symptom pattern decreased with age. Female students were lonelier than male students in this study. Also, the female students had a lower level of symptom pattern and evaluated their health worse than the male students.

Male students consumed more alcohol and smoked more cigarette than female students. Living arrangement was significantly related to the level of loneliness. The subjects who lived with their parents and siblings were less lonely than those who lived with their friends, or relatives or who lived in a dormitory. Age and religion were not related to the level of loneliness.

The level of loneliness influenced drinking, symptom pattern, and subjective health. The study found that subjects who were more lonely consumed alcohol less, had a higher level of symptom pattern, and perceived their health worse than those who were less lonely. Smoking was not influenced by loneliness in this study.

* College of Nursing Science, Ewha Womans University