

자아탄력성에 영향을 미치는 요인에 관한 연구

엄 인 숙(영남외국어대학교 교수)

청소년의 문제는 날로 증가하고 있는 실정이며 대부분은 그들의 주요한 생활공간인 가정과 학교에서 찾아볼 수 있다. 가정에서는 부모와의 역기능적 의사소통으로 인한 높은 스트레스로, 학교에서는 학교생활부적응으로 인해 많은 청소년이 일탈을 하고 있는 실정이다. 따라서 본 연구에서는 청소년의 주요 생활공간인 가정과 학교에서 자아탄력성에 긍정적 혹은 부정적 반응을 하는 주요변수를 파악하여 청소년의 자아탄력성을 향상시킬 수 있는 방안을 모색할 것이다.

조사방법은 대구의 중·고등학교 청소년을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 자아탄력성 척도로는 Block과 Kremen(1996)이 개발한 자아탄력성 척도로서 자기-통제 수준을 조정하는 역동적인 능력이나 자아탄력성 정도를 측정하기 위한 것이다. 스트레스에 관한 척도는 청소년의 일상적인 스트레스를 측정하기 위하여 변영주(1995)의 연구에서 사용한 척도를 이용하였다. 부모와의 의사소통척도는 의사소통척도(PACI) 중 청소년 자녀용 설문지를 이용하였다. 청소년의 학교생활적응을 측정하기 위하여 총 5개의 하위영역인 학교생활적응, 학교친구적응, 학교수업적응, 학교환경적응, 학교교사적응 등으로 구성되어 있다.

첫째, 자아탄력성에 유의한 영향을 미친 요인들로는 스트레스 하위요인 중 자아영역스트레스가 있었다. 둘째, 학교생활적응 하위요인 중에서는 학교생활적응과 학교친구적응이 있었다. 셋째, 부모의사소통에서는 아버지개방형의사소통과 아버지폐쇄형의사소통이 자아탄력성에 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 넷째, 회귀분석을 실시한 결과, 학교친구적응이 가장 높게 나타며, 그 다음으로 자아영역스트레스, 아버지폐쇄형의사소통, 아버지개방형의사소통, 학교생활적응의 순으로 나타났다.

청소년기는 가정과 학교를 중심으로 자신의 참모습과 삶에 대한 의미, 자신의 미래 등과 같은 자아정체성을 확립하는 매우 중요한 시기이다. 청소년들의 자아탄력성을 향상시키는 방안을 모색하는 것은 그들이 직면해 있는 급속한 환경변화에 적응하는데 중요한 역할을 할 수 있을 것으로 사료된다.

청소년의 자아탄력성을 높이기 위해서는 제일 먼저 학교친구적응에 신경을 써야 할 것이다. 학교친구적응은 부모의 개방형의사소통과 관련이 있는 것으로 궁극적으로 부모의 개방형의사소통이 먼저 선행이 된다면 학교친구적응, 그리고 자아탄력성 형성에 긍정적이 될 것이다. 둘째, 자아영역스트레스는 자신의 능력이나 성격에 관련되거나 자신의 외모, 삶의 목표에 대한 갈등 등과 같은 관련된 스트레스이기 때문에 선생님의 지속적인 관심과 상담을 통해서 극복해야 할 것이며, 셋째, 부모와 자녀간의 개방형의사소통은 청소년의 자아탄력성 형성에 빠질 수 없는 중요한 요소이기 때문에 부모를 대상으로 자녀와의 개방형 의사소통 기술과 같은 대화교육을 시킨다면 청소년의 자아탄력성 형성에 매우 도움이 될 것으로 판단된다.