

# 아동의 학업스트레스와 무망감\*

## - 우울기분에 대한 정서처리 양식의 중재효과 -

### Children's Academic Stress and Their Sense of Hopelessness

#### - The Effects of Moderator on Children's Emotional Processing Style as Manifested in a Depressed Mood -

나사렛대학교 아동학과

조교수 전숙영

Dept. of Child Studies, Korea Nazarene Univ.

Assistant Professor : Jeon, Sook-Young

---

#### <Abstract>

This study examined the relationship between children's academic stress and their sense of hopelessness. In order to expand the study on this relationship, special attention was given to the possible effects of moderators on children's emotional processing style as manifested in a depressed mood. The subjects were 424 5<sup>th</sup> and 6<sup>th</sup> graders(197boys and 227 girls) residing in Seoul City and Kyunggi Province, South Korea. It was found that the children's level of academic stress was significantly related to their sense of hopelessness. The results indicated that the higher the children's academic stress, the higher the levels of hopelessness they indicated. No significant effects from moderators as applied to a ruminative emotional processing style were found in the relationship between children's academic stress and their sense of hopelessness. In addition, children's reflective or distractive emotional processing styles were found to be a significant moderator in the relationship between their academic stress and hopelessness. These findings indicate that children's reflective or distractive emotional processing styles could function as a bumper for children who feel academic stress.

---

▲주요어(Key Words) : 학업스트레스(academic stress), 무망감(hopelessness), 반추적 정서처리 양식(ruminative emotional processing style), 반성적 정서처리 양식( reflective emotional processing style), 분산적 정서처리 양식(distractive emotional processing style)

## I. 서론

아동기의 안전하고 건강한 물리적, 심리적 환경은 아동의 발달을 위해 필수적이며, 이러한 이유로 아동의 건강한 발달과 환경에 대한 연구는 끊임없이 지속되고 있다. 최근 전 세계적으로

로 신종 인플루엔자의 확산에 대한 두려움이 커지고 있는 가운데, 우리나라에서도 이로 인해 일부지역에서 학교의 휴교령이라는 조치가 취해지기도 했으나 여전히 학원은 성행한다는 뉴스가 보도된 적이 있다. 교육열이 과한 우리나라 아동이 겪는 학업스트레스를 짐작케하는 뉴스이다.

학업스트레스는 학교 공부나 성적으로 인해 겪는 정신적 부담과 긴장, 근심, 공포, 우울, 초조감 등과 같은 편하지 못한 심리상태를 말한다(오미향, 천성문, 1994). 특히, 청소년기로의 전환을 앞두고 있는 학령 후기의 아동은 발달상 자아정체감의

---

\* 이 연구는 2009년도 나사렛대학교 학술연구비 지원에 의해 연구되었음

\*\* 주저자 · 교신저자 : 전숙영 (E-mail : sook0830@kornu.ac.kr)

형성을 위해 다양한 심리·사회적 및 신체와 인지적 변화를 겪는 불안정한 시기이다. 그 자체만으로도 스트레스를 겪을 수 있는 시기이나, 한국사회의 높은 입시경쟁의 교육체계 속에서 학업스트레스는 아동의 신체적, 정신적 건강상태에 영향을 미칠 만큼 크다고 해도 과언이 아닐 것이다. 최근에는 아동이 경험하는 스트레스와 아동의 심리적·신체적 건강에 관한 연구가 이루어졌으며(박미양, 표경식, 류소연, 2002), 특히 학령기 아동의 낮은 스트레스 수준은 아동의 건강과 밀접한 관련이 있음을 밝히고 있다(김치형, 2003; 박미숙, 2003). 즉, 스트레스는 아동의 사회적 적응과 문제행동을 예측하는 매우 설명력 있는 변인이고, 아동의 우울, 불안, 무력감과 같은 정서적 문제와 신체적 건강과 직,간접적으로 관련이 있음을 말한다.

이러한 스트레스 중 특히 학업스트레스는 학령 후기의 아동이 가장 흔하게 겪을 수 있는 스트레스로 아동의 자아존중감과 자기 효능감, 사회적 지지에 부정적 영향을 미치고 있음을 선행 연구들이 밝히고 있다(박현숙 등, 2002; 유지훈, 2001; 임자성, 2002). 좀 더 구체적으로 학업스트레스와 관련한 선행연구 결과를 보면, 초등학교생의 스트레스와 관련된 변인 중 가장 영향력이 높게 나타난 것은 학업에 대한 압력이며(황혜정, 2006), 미국 청소년에 비해 한국청소년의 높은 학업스트레스로 인한 건전한 여가시간의 부족은 우울정도를 더 높게 지각하게 하는 것으로 나타났다(Lee & Larson, 2000). 따라서 학령 후기의 아동이 겪고 있는 학업스트레스는 이들의 정서적 건강과 어떠한 관련이 있는지에 대한 연구가 필요하다.

이런 필요성에 의해 본 연구에서는 아동이 학업스트레스로 인해 영향 받을 수 있는 여러 가지 문제행동 중 우울을 일으키는 주요 요인인 무망감, 즉 미래에 대한 부정적 기대와 이에 대한 무력감에 대해 알아보려 한다. Abramson 등(1989)은 우울은 학습된 무기력만으로 설명될 수 없는 우울을 무망감으로 설명했다. 즉, '미래에 대한 부정적 기대'라는 상황을 통제하지 못할 것이라는 기대가 우울을 일으키는 요인이며, 스트레스 취약성 모형을 수용하여 무망감이론(Hopeless theory)을 발전시켰다. 인간은 부정적인 생활 사건들의 경험으로 무망감을 갖게 되고 이로 인해 우울증상이 나타나게 된다(Abramson et al., 1989)는 것이다. 무망감 이론은 스트레스 - 취약성 모형에 근거하기 때문에 무망감이 생겨나기 위해서는 부정적 생활사건과 우울 유발적 귀인양식 즉, 취약성을 함께 설명하고 있다. 이를 지지하는 또 다른 이론으로는 인지적 요인이 스트레스와 상호작용하여 우울을 발생시킨다고 설명하는 인지적 소질-스트레스 모델이다(Cole & Turner, 1993). 즉 종속변인에 대한 독립변인의 효과의 방향이나 강도에 영향을 미치는 중재변인을 포함하는 중재모델(Baron & Kenny, 1986)을 의미하며(이정운, 장미경, 2008, 재인용), 인지변인의 수준에 따라 스트레스가 무망감에 미치는 효과가 달라질 수 있음을 의미하는 것이다. 다시 말하면 부정적 생활사건, 즉 스트레스가 반드시 무망감을 발달시키는

것만은 아니라는 것이며, 스트레스가 개인에 따라서 성공적인 적응의 경험이 될 수도 있고, 부적응적인 결과로 이어지기도 한다는 것이다.

최근의 연구들에서도 스트레스에 대한 지각과 반응의 개인차에 주목하면서 스트레스와 부적응 문제의 인지적 중재변인을 탐색했고, 그 결과 스트레스와 우울 사이에 인지적 변인이 중요한 역할을 하고 있음을 보고하고 있다(김남재, 2002; 김병성, 2002; 배주미, 2000; Tram & Cole, 2000). 본 연구에서도 이러한 점에 관심을 가지며 아동의 학업스트레스와 무망감의 관계에 이를 중재하는 변인으로써 우울기분에 대한 정서처리 양식의 역할을 탐색해보고자 한다.

우울에 대한 정서처리 양식이란 사람들이 우울한 기분에 반응을 하는 일관된 양식이 있다고 가정한다. 즉, 우울의 지속과 심화에 있어 부정적인 영향을 미치는 내부 초점적 양식과 긍정적 영향을 미치는 외부 초점적 방식이 그것이다. 내부 초점적 반응양식은 말 그대로 우울과 관련된 사건에 초점을 맞추는 반응양식이며, 외부 초점적 반응양식은 우울과 관련된 사건에 초점을 맞추지 않고 외부에 초점을 두어 주의를 분산시키는 반응양식이다. 많은 선행연구 결과 내부 초점적 반응양식인 반추적 정서처리 양식은 자신의 부정적 정서와 문제 자체에 주의를 집중하게 되어(Nolen-Hoekseman, 1996) 우울 경향을 더 증가시킨다고 밝혀왔으며, 반면 주의 분산적 정서처리 양식은 우울을 경감시키고 우울의 지속시간이 짧아지도록 한다고 밝혀왔다(Nolen-Hoekseman, 1996; 2000).

그러나 이후 내부 초점적 정서처리 양식의 다른 측면 즉, 우울한 기분에 있더라도 우울 정서에 직면하고 이를 경험함으로써 오히려 자신과 문제에 대한 통찰력을 얻어 심리적 건강에 긍정적인 영향을 미친다는 결과를 또한 보고되었다(Hunt, 1998; Teasdale et al., 1994; Teasdale, 1999). 이에 대해 김진영(2000)은 내부 초점적 정서처리 양식에는 우울에 부정적 영향을 미치는 반추적 정서처리 양식 외에 기분 변화에 긍정적 영향을 미치는 반성적 정서처리 양식이 존재한다는 것을 제안하였다. 따라서 앞서 살펴본 아동의 학업스트레스와 반추적 정서처리 양식 역시 아동의 무망감을 이해하는데 중요한 변인으로 연구될 필요성이 있다 하겠다. 또한, 반성적 정서처리 양식과 주의 분산적 정서처리 양식은 아동의 학업스트레스와 무망감의 관계에서 중요하게 탐색해 볼 변인이라 할 수 있다.

요약하면, 본 연구에서는 건강한 자아정체감 형성을 시작해야 하는 발달적 전환기에 놓인 학령 후기 아동을 대상으로 아동이 지각한 학업스트레스와 아동의 무망감, 우울에 대한 정서처리 양식의 관계 및 상대적 영향력을 비교, 고찰하며, 아동의 무망감에 미치는 학업스트레스가 아동의 우울에 대한 정서처리 양식에 의해 중재되는지를 탐색하고자 한다. 이상에서 제기한 필요성에 따라 이 연구에서는 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

- <연구문제 1> 아동의 학업스트레스가 아동의 무망감에 미치는 영향력은 어떠한가?
- <연구문제 2> 아동의 학업스트레스와 무망감의 관계는 반추적 정서처리 양식에 의해 중재되는가?
- <연구문제 3> 아동의 학업스트레스와 무망감의 관계는 반성적 정서처리 양식에 의해 중재되는가?
- <연구문제 4> 아동의 학업스트레스와 무망감의 관계는 분산적 정서처리 양식에 의해 중재되는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

이 연구의 대상은 서울 및 경기도 초등학교 5, 6학년 아동 424명을 대상으로 하였다. 연구대상 아동의 성별 구성은 남아가 197명, 여아가 227명이었다. 연구대상을 학령기 후반의 초등학교 5, 6학년을 대상으로 한 이유는 중학교 진학을 앞두고 아동의 학업스트레스가 아동의 정서적 측면에 영향을 줄 수 있는 시기로 사료되기 때문이다. 특히 학령기 후기는 청년기로 들어서는 발달적 전환기로서 건강한 정서감을 갖고 건강한 자아정체감을 만들어가는 시기로 학업으로인한 스트레스가 강한 우리나라 현실에서 이들이 스트레스를 어떻게 받아들이며 통제하는지를 탐색하는 것이 중요하다고 판단되었기 때문이다.

2. 측정도구

이 연구에서 사용한 측정도구는 아동의 학업스트레스 척도, 무망감 척도, 우울에 대한 정서처리 양식 척도이다.

1) 학업스트레스

박용식(1996)이 제작한 학업스트레스를 유성은(2002)이 수정 보완한 학업스트레스 척도를 사용하였다. 이 도구는 부모로 인해 받는 학업스트레스, 교사와 관련하여 받는 학업스트레스, 친구로 인해 받는 학업스트레스의 3개 요인을 측정하며, 각 10문항씩 30문항으로 구성되어 있으며, 본 연구에서는 부모 및 교사 관련 학업스트레스 각 9문항, 친구관련 학업스트레스 7문항으로 구성하여 사용하였다. 각문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'의 리커트 척도로 응답하게 되어있으며, 최소 25점부터 최고 125점까지의 범위를 갖고 점수가 높을수록 학업스트레스를 많이 받고 있음을 의미한다. 척도를 이루는 문항들의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 부모관련 학업스트레스 .855, 교사관련 학업스트레스 .799, 친구관련 학업스트레스 .754이다.

2) 무망감

아동용 무망감 척도(Hopelessness Scale for Children : HSC)는 Beck 등(1974)은 성인의 무망감을 측정하기 위해 만든 이후, Kazdin 등(1986)이 이를 수정·보완하여 아동의 우울증 영역 중 인지적 증상인 아동들의 미래에 대한 부정적인 기대나 생각 즉, 무망감과 관련된 인지를 평가하기 위해 만들었다. 이 연구에서는 신민섭·김민경(1994)이 번안하여 수정·보완한 아동용 무망감 척도를 사용하였으며, 척도는 총 17문항으로 구성되어 있으며 이중 15문항을 사용하였다. 검사 대상 연령은 만 7세 이상이며, '예(1점)', '아니오(0점)'로 응답하도록 되어있고 최소 0점에서부터 최고 15점의 범위를 갖으며, 점수가 높을수록 무망감이 높음을 의미한다. 척도를 이루는 문항들의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .693이다.

3) 우울기분에 대한 정서처리 양식

우울기분에 대한 정서처리 양식 척도(Response to Depressed mood Questionnaire)는 Noen-Hoeksema와 Morrow(1991)의 반응양식 질문지(Response Style Questionnaire)를 김진영(2000)이 요인 분석하여 반추적 정서처리방식, 반성적 정서처리방식, 분산적 정서처리방식을 측정하도록 개발한 것을 사용하였다. RDQ는 총 3개의 요인을 측정하며 각각 10문항씩 총 30문항으로 구성된 자기기보고식 5점 척도이다. 반추적 처리방식은 자신의 부족함이나 무가치함에 대해 반복적으로 몰두하는 반응양식으로 우울한 기분이 촉발되었을 때 자신에 대한 부정적 생각에 몰두함으로써 우울을 지속 혹은 강화시키는 부정적인 자기초점적 주의와 일치한다. 반성적 정서처리방식은 우울한 기분을 촉발했던 사건에 대해 사건의 다른 의미나 사건에 대한 자신의 생각의 객관성이나 타당성을 검토하는 경향을 의미한다. 분산적 정서처리 양식은 우울한 기분에서 벗어나기 위해 다른 즐거운 활동에 참여하는 반응양식이다. 각 하위요인의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 반추적 정서처리 양식 .820, 반성적 정서처리 양식 .775, 분산적 정서처리 양식 .782이다.

3. 연구절차 및 분석방법

이 연구를 위해 사용한 자료는 서울 및 경기도 소재의 초등학교 4개 교의 5,6학년 남녀아동을 대상으로 실시하였다. 본 연구에 사용된 질문지는 연구목적에 충분히 이해한 각 학교 담임교사의 도움을 받아 아동에게 배부되었으며 배부된 질문지는 현장에서 응답하도록 한 후 회수하였다. 회수한 질문지 459부 중 부실 기재된 자료를 제외한 후 424명의 자료가 SPSSWIN프로그램으로 분석되었다. 연구문제의 고찰에 앞서 척도의 신뢰도를 알아보기 위해Cronbach's  $\alpha$  내적 합치도를 산출하였으며, 연구대상자의 특성 파악을 위해 빈도분석을 그리고 각 변수의 평균 및 표준편차를 구하였다. 구체적 연구문제를 고찰하기

위해 상관관계, 위계적 회귀분석을 실시하여 중재효과를 분석하였다. 또한 상호작용효과를 그래프로 작성하기 위해 Aiken과 West(1991)의 지침에 따라 두 집단으로 나누어 회귀분석을 실시하여 표준화계수를 비교하였다.

III. 연구결과 및 해석

1. 아동의 학업스트레스, 우울기분에 대한 정서처리 양식, 무망감의 경향

이 연구에서 다루고 있는 변수들의 평균과 표준편차를 분석해보았으며, 결과는 <표 1>과 같다.

아동의 전체 학업스트레스 평균은 2.26(0.71)으로 보통 수준 이하로 나타났고, 부모관련 스트레스의 점수 평균은 2.44(0.92)로 전체 학업스트레스 중 가장 높게 나타났다.

한편, 우울기분에 대한 정서처리 양식을 살펴보면 우울한 기분에서 벗어나기 위해 다른 즐거운 활동에 참여하는 정서처리 양식인 분산적 정서처리 양식의 평균 점수가 3.34로 나타나 반추적 정서처리 양식(M=2.79)과 반성적 정서처리 양식(M=3.19)보다 높게 나타났다.

아동의 우울증 영역 중 인지적 증상인 아동들의 미래에 대한 부정적인 기대나 생각을 측정하는 무망감의 평균 점수를 보면

.22로 나타났다.

2. 아동의 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향력

여기에서는 아동의 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향을 분석해보기 전에 아동의 학업스트레스와 아동의 무망감 간의 관계가 어떻게 관련되는지 알아보기 위하여 피어슨 상관계수를 산출하였다. 분석결과 <표 2>에서 제시된 바와 같이 아동의 부모관련 학업스트레스(r=.305, p<.001)는 무망감과 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 교사관련 학업스트레스(r=.238, p<.001)와 친구관련 학업스트레스(r=.143, p<.001) 역시 미래에 대한 부정적 기대나 생각인 무망감과 정적인 상관관계가 있음을 확인할 수 있었다. 즉, 아동은 부모와 교사 친구로 인해 받는 학업스트레스를 많이 받을수록 무망감 역시 높게 지각하고 있음을 알 수 있으며, 특히 부모로 인해 받는 학업스트레스가 다른 학업스트레스에 비해 무망감과 더 밀접한 관련이 있음을 알 수 있다.

다음으로는 본 연구의 목적인 아동이 지각한 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향에 대한 아동의 우울기분에 대한 정서처리 양식의 중재효과를 분석해보기 전에 무망감에 영향을 미치는 학업스트레스가 무엇인지를 살펴보고자 부모관련, 교사관련, 친구관련 학업스트레스를 각각 독립변수로 투입하여 그 영향력을 검증해보았다. <표 2>의 상관관계의 결과 독립변

<표 1> 아동의 학업스트레스, 우울기분에 대한 정서처리양식, 무망감

M(SD)

전체	학업스트레스			우울기분에 대한 정서처리양식			무망감
	부모관련	교사관련	친구관련	반추적 정서처리양식	반성적 정서처리양식	분산적 정서처리양식	
2.26 (0.71)	2.44 (0.92)	2.21 0(.79)	2.18 (0.76)	2.79 (1.0)	3.19 (1.18)	3.34 (0.89)	.22 (0.16)

<표 2> 아동의 학업스트레스와 무망감의 상관관계

	1	2	3	4
1. 부모관련 학업스트레스	1			
2. 교사관련 학업스트레스	.677***	1		
3. 친구관련 학업스트레스	.573***	.631***	1	
4. 무망감	.305***	.238***	.143***	1

\*\*\*p<.001

<표 3> 아동의 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향

독립변수	Beta	R <sup>2</sup> (adjR <sup>2</sup> )	F
부모관련 학업스트레스	.288***		
교사관련 학업스트레스	.094	0.99(.092)	33.01***
친구관련 학업스트레스	-.081		

\*\*\*p<.001

인간의 상관이 다소 높아 다중공선성의 문제를 확인하기 위해 Durbin-Watson 검증을 했으며, 그 결과 통계량이 2.047로 정상 분포 곡선을 의미하는 2에 가깝다. 이는 잔차에 대한 상관관계가 없음을 의미하므로 이 회귀모형이 적합함을 의미한다.

그 결과 아동의 학업스트레스의 하위변인 중 부모관련 학업스트레스만이 아동의 무망감을 예측하는 변수로 나타났다. 즉, 부모로 인해 받는 학업스트레스( $\beta=.288, p<.001$ )는 아동의 우울 증 영역 중 인지적 증상인 아동들의 미래에 대한 부정적인 기대나 생각을 나타내는 무망감을 증가시킨다고 볼 수 있다.

3. 아동이 지각하는 부모관련 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향에 대한 우울기분에 대한 정서처리양식의 중재효과

1) 아동이 지각하는 부모관련 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향에 대한 반추적 정서처리양식의 중재효과

여기에서는 본 연구의 목적인 우울기분에 대한 정서처리양식의 중재효과를 분석하고자 앞서 분석한 결과를 토대로 아동의 학업스트레스 중 무망감에 영향을 미치는 변인으로 밝혀진 부모관련 학업스트레스만을 독립변수로 하여 무망감에 미치는 영향에 대한 우울기분의 정서처리 양식의 중재효과를 분석하고자 한다. Baron과 Kenny(1986)에 의하면 중재변인의 효과 검증은 위계적 회귀분석으로 가능하다. 먼저 1단계에서 종속변인에 대한 독립변인과 조절변인의 효과를 통제한 후, 2단계에서 둘 간의 상호작용항의 효과가 유의해야 한다. 이에 근거하여 본 연구에서는 종속변인인 무망감과 독립변인인 학업스트레스 사이에서 우울 기분에 대한 정서처리 양식의 중재효과를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.

<표 4>에서 보는 바와 같이 1단계에서 부모관련 학업스트레스와 반추적 정서처리 양식을 독립변수로 투입하였으며, 2단계에서는 부모관련 학업스트레스와 반추적 정서처리 양식의 상호작용항을 추가로 투입하여 아동의 무망감에 미치는 영향력을 살펴보았다. 그 결과 아동의 반추적 정서처리 양식은 부모관련 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향을 중재하지 않는

것으로 나타났다. 자세히 살펴보면 부모관련 학업스트레스가 높을수록( $\beta=.296, p<.001$ ) 아동은 무망감을 더 높게 지각하나, 반추적 정서처리 양식은 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며, 상호작용항이 추가되어도 설명력을(8.9%→8.7%)높이지 못하는 것으로 나타났다. 즉, 아동이 받는 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향은 아동의 반추적 정서처리 양식에 따라 달라지지 않는다.

2) 아동이 지각하는 부모관련 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향에 대한 반성적 정서처리양식의 중재효과

다음은 아동의 학업스트레스 중 부모와 관련된 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향력이 아동의 반성적 정서처리 양식에 따라 다르게 나타나는지를 알아보았다. 위계적 회귀분석의 단계는 1단계에서 부모관련 학업스트레스와 반성적 정서처리 양식을 독립변수로 투입하였으며, 2단계에서는 부모관련 학업스트레스와 반성적 정서처리 양식의 상호작용항을 추가로 투입하여 아동의 무망감에 미치는 영향력을 살펴보았다.

그 결과 <표 5>에서 보는 바와 같이 1단계에서 부모관련 학업스트레스( $\beta=.284, p<.001$ )와 반성적 정서처리 양식( $\beta=.224, p<.001$ )은 아동의 무망감을 유의하게 예측하는 변인으로 나타났다. 즉, 부모관련 학업스트레스가 높을수록 아동은 미래에 대한 기대에 부정적 생각을 더 많이 하며, 반성적 정서처리 양식 즉, 우울한 기분을 촉발했던 사건에 대해 사건의 다른 의미나 사건에 대한 자신의 생각의 객관성이나 타당성을 검토하는 경향의 정서처리 양식을 많이 사용할수록 아동의 무망감 경험은 적어지는 것으로 나타났다.

한편, 2단계의 상호작용항의 추가로 반성적 정서처리양식의 영향력은 통계적으로 사라졌으며, 두변인의 상호작용항( $\beta=-.438, p<.001$ )이 무망감을 유의하게 예측하는 변인으로 나타났으며, 설명력(13.9%→15.1%)도 증가했다. 즉, 반성적 정서처리 양식 자체가 아동의 무망감에 영향을 준다고 보다는 부모관련 학업스트레스와 함께 작용할 때 영향을 주고 있음을 알 수 있다. 부모관련 학업스트레스가 높아도 반성적 정서처리 양식을 통해 무망감의 경험을 감소시킬 수 있으며, 반성적 정서처리 양식을 덜 사용하는 경우 학업스트레스는 무망감의 경험을 증가시킨

<표 4> 부모관련 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향에 대한 반추적 정서처리 양식의 중재효과

독립변수	Beta	R <sup>2</sup> (adjR <sup>2</sup> )	F
1단계			
부모관련 학업스트레스	.296 ***	.093(.089)	21.661***
반추적 정서처리 양식	.019		
2단계			
부모관련 학업스트레스(A)	.315 **	.093(.087)	14.414***
반추적 정서처리 양식(B)	.036		
A×B	-.032		

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

&lt;표 5&gt; 부모관련 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향에 대한 반성적 정서처리양식의 중재효과

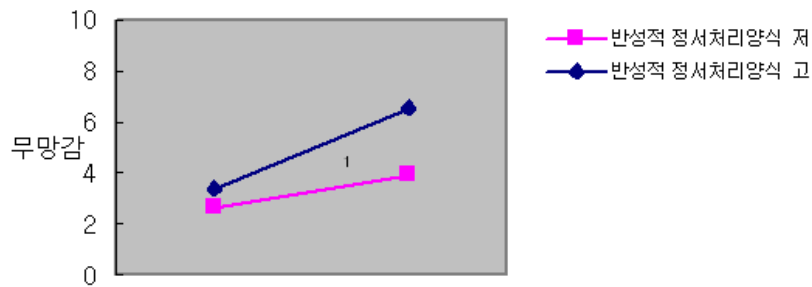
독립변수	Beta	R <sup>2</sup> (adjR <sup>2</sup> )	F
1단계			
부모관련 학업스트레스	.284 ***	.143(.139)	35.019***
반성적 정서처리 양식	-.224 ***		
2단계			
부모관련 학업스트레스(A)	.606 ***	.157(.151)	26.100***
반성적 정서처리 양식(B)	.080		
A×B	-.438 **		

\*p&lt;.05, \*\*p&lt;.01, \*\*\*p&lt;.001

&lt;표 6&gt; 부모관련 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향에 대한 분산적 정서처리 양식의 중재효과

독립변수	Beta	R <sup>2</sup> (adjR <sup>2</sup> )	F
1단계			
부모관련 학업스트레스	.280 ***	.165(.161)	41.490***
분산적 정서처리 양식	-.269 ***		
2단계			
부모관련 학업스트레스(A)	.570 ***	.170(.164)	28.751***
분산적 정서처리 양식(B)	-.068		
A×B	-.346 *		

\*p&lt;.05, \*\*p&lt;.01, \*\*\*p&lt;.001



&lt;그림 1&gt; 반성적 정서처리 양식에 따른 아동의 학업스트레스와 무망감의 관계

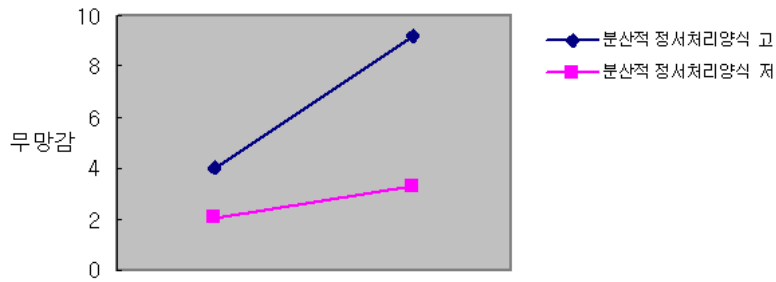
다고 볼 수 있다.

부모관련 학업스트레스와 반성적 정서처리 양식간의 상호작용이 무망감을 유의하게 예측하는 변인으로 나타났으므로, 부모관련 학업스트레스가 아동의 무망감에 미치는 영향이 반성적 정서처리 양식에 따라 어떻게 다른지를 알아보기 위하여 Aiken과 West(1991)의 지침에 따라 상호작용 그래프를 작성하기 위하여 다음과 같이 회귀분석을 실시하였다. 반성적 정서처리양식을 많이 사용하는 집단을 중앙값보다 1표준편차 높은 집단을 기준으로 그 이상의 값을 갖는 아동들의 집단으로 하고, 반성적 정서처리 양식을 적게 사용하는 집단은 중앙값보다 1표준편차 낮은 값을 기준으로 그 이하의 값을 갖는 아동들의 집단으로 구분하였다. 그 다음으로 이 두 집단 각각에 대해 부모관련 학업스트레스를 독립변수로하여 무망감을 예측하는

회귀분석을 실시하여 표준회귀계수를 산출 비교함으로써 부모관련 학업스트레스가 아동의 무망감에 미치는 영향이 반성적 정서처리양식에 따라 차이가 있는지를 알아보았다.

그 결과 <그림 1>에서 보는 바와 같이 반성적 정서처리 양식을 많이 사용하는 아동 집단( $\beta=.2944$ ,  $p<.001$ )이 낮게 지각한 아동집단( $\beta=.383$ ,  $p<.001$ )보다 부모관련 학업스트레스가 무망감에 미치는 정도가 작은 것으로 나타났다.

마지막으로 부모관련 학업스트레스가 아동의 무망감에 미치는 영향을 분산적 정서처리 양식이 중재하는지를 알아보았다. 그 결과 <표 6>에서 보는 바와 같이 1단계에서 부모관련 학업스트레스( $\beta=.280$ ,  $p<.001$ )와 분산적 정서처리 양식( $\beta=-.269$ ,  $p<.001$ )은 아동의 무망감을 유의하게 예측하는 변인으로 나타났다. 즉, 부모관련 학업스트레스가 높을수록 아동은 미래에 대한



<그림 2> 분산적 정서처리양식에 따른 아동의 학업스트레스와 무망감의 관계

기대에 부정적 생각을 더 많이 하며, 분산적 정서처리 양식 즉, 우울한 기분을 벗어나기 위해 다른 즐거운 활동에 참여하는 등의 정서처리 양식을 많이 사용할수록 아동의 무망감 경험은 적어지는 것으로 나타났다.

중재효과를 검증하기 위하여 2단계에 상호작용항을 추가로 분산적 정서처리 양식이 부모관련 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향을 중재하는 지를 검증한 결과, 분산적 정서처리 양식의 영향력은 통계적으로 사라졌으며, 두변인의 상호작용항( $\beta = -.346, p < .05$ )이 무망감을 유의하게 예측하는 변인으로 나타났으며 설명력(16.1% → 16.4%)도 증가했다. 즉, 분산적 정서처리 양식 자체가 아동의 무망감에 영향을 준다고 보다는 부모관련 학업스트레스와 함께 작용할 때 영향을 주고 있음을 알 수 있다. 부모관련 학업스트레스가 높아도 분산적 정서처리의 양식을 사용하는 것으로 무망감의 경험을 감소시킬 수 있음을 의미한다.

부모관련 학업스트레스와 아동의 무망감 간의 관계가 분산적 정서처리 양식에 의해 중재되는 것으로 나타났으므로 아동이 지각한 부모관련 학업스트레스가 아동의 무망감에 미치는 영향력이 분산적 정서처리 양식에 따라 어떻게 다른지를 구체적으로 살펴보기 위하여 분산적 정서처리 양식을 많이 사용하는 집단과 적게 사용하는 집단으로 나누어 각각의 집단에 대해 부모관련 학업스트레스를 독립변수로 하고 아동의 무망감을 종속변수로 하는 회귀분석을 실시하여 표준회귀계수를 비교해보았다.

<그림 2>에서 보는 바와 같이 반성적 정서처리 양식을 많이 사용하는 아동 집단( $\beta = .358, p < .001$ )이 낮게 지각한 아동집단( $\beta = .549, p < .01$ )보다 부모관련 학업스트레스가 무망감에 미치는 정도가 작은 것으로 나타났다.

IV. 논의 및 결론

이 연구에서는 발달적 전환기라고 볼 수 있는 학령 후기의 아동이 지각하는 학업스트레스가 아동의 무망감과 어떻게 관련되는지 알아보고, 부모관련 학업스트레스 상황에서 우울기

분에 대한 정서처리 양식이 무망감에 미치는 영향을 중재하는 지를 검증해보았다. 본 연구에서 밝혀진 연구결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 아동의 학업스트레스 중 부모와 관련하여 받는 학업스트레스가 가장 높게 나타났으며, 다음으로는 교사 관련 학업스트레스, 친구관련 학업스트레스인 것으로 나타났다. 우울기분에 대한 정서처리 양식을 살펴본 결과 아동들은 우울한 기분에서 벗어나기 위해 다른 즐거운 활동에 참여하는 주의 분산적 정서처리 양식을 반추적 정서처리 양식과 반성적 정서처리 양식보다 더 많이 하는 것으로 나타났다. 본 연구의 이러한 결과는 아동은 보다 자기 내적인 측면에 초점을 두는 반추적, 반성적 처리양식보다는 외부초점이 중점인 분산적 정서처리 양식을 사용하고 있는 것을 말해주는 결과이다. 아동기는 발달상에 놓여있으며, 자신의 내적인 면에 초점을 두는 양식의 발달이 발달하지 못한 것에 기인하는 결과일 가능성이 있으나, 이는 아동을 대상으로 한 정서처리 양식에 대한 후속연구가 좀 더 축적되어야 논의될 수 있는 부분일 것이다.

둘째, 아동이 지각한 학업스트레스와 무망감은 정적인 상관관계를 보이는 것으로 나타났으며, 이러한 관계는 특히 부모로 인해 받는 학업스트레스에서 더 뚜렷하다. 이는 아동이 학업스트레스를 높게 지각할수록 무망감 역시 높게 지각하는 것을 의미하며, 높은 학업스트레스는 우울과 정적관련이 있음을 밝힌 연구결과(Lee & Larson, 2000)를 지지한다. 또한 학업스트레스가 자아존중감, 자기효능감, 사회적 지지에 부정적인 영향을 미치며(박현숙 등, 2002; 유지훈, 2001; 임자성, 2002), 아동이 경험하는 스트레스는 심리적·신체적 건강에 부정적 영향을 준다는 연구결과(김치형, 2003; 박미숙, 2003; 박미양 등, 2002)와 같은 맥락에서 해석될 수 있다. 즉 본연구의 이러한 결과는 성인에게만 해당된다고 생각했던 스트레스의 영향이 아동의 건강한 발달에 영향을 줄 수 있음을 의미한다고 볼 수 있다. 특히 학령 후기는 발달 시기적으로도 자아정체감을 획득하기 위한 심리적, 신체적으로 불안정한 시기이므로 이시기에 가중되는 학업스트레스는 아동의 건강한 발달에 부정적 영향을 줄 수 있으므로, 이에 대한 개입프로그램 및 사회적 분위기의 전환이 요구된다고 판단된다.

셋째, 아동의 무망감을 예측하는 변인을 탐색해본 결과 학업 스트레스의 하위요인 중 부모관련 학업스트레스만이 의미 있는 변인인 것으로 밝혀졌다. 즉, 부모로 인해 받는 학업스트레스는 아동의 우울증 영역 중 인지적 증상인 아동들의 미래에 대한 부정적인 기대나 생각을 나타내는 무망감을 증가시킨다고 볼 수 있다. 이러한 결과는 부모의 높은 학업성취압력은 아동의 스트레스를 증가시킨다는 연구결과(최경숙, 2007)를 지지한다. 즉, 아동이 받는 수많은 스트레스 중 부모의 학업압력은 아동에게 매우 높은 수준의 스트레스 원으로 지각됨을 의미한다. 현대사회에서는 자녀의 수도 적고 그에 따라 자녀에게 거는 기대 역시 크기 때문에 자칫 잘못하면 기대가 부담을 넘어 스트레스로 작용할 위험이 증가하므로 이에 대한 부모교육이 절실하다고 보겠다. 신중 바이러스의 두려움 보다 학업성적이 떨어지는 두려움이 더 크게 작용하는 현실에서 아동의 건강한 발달에 무엇이 중요한지 다시 한 번 생각해볼 필요가 있음을 시사 하는 연구결과라 할 수 있다.

넷째, 반추적 정서처리 양식은 아동의 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향을 증대하지 않는 것으로 나타났다. 즉, 반추적 정서처리 양식의 사용 여부와는 상관없이 아동의 무망감은 학업스트레스에 영향을 받는다고 볼 수 있다. 이러한 결과는 반추적 정서처리 양식이 우울한 기분이 지속되거나 악화되는데 중요한 영향을 미친다는 연구결과(Ingram, 1990; Lewinsohn, et al., 1995; Nolen-Hoeksema, 1991; Pyszczynski & Greenberg, 1987)와 일치하지 않는다. 또한, 아동의 학업스트레스가 아동의 우울에 미치는 영향에 대한 부정적 자동적 사고의 매개효과를 입증한 연구결과(김예원, 2007; 김희영, 2003; 남영옥·윤혜미, 2007; 조용래, 2006)와도 같은 맥락에서 해석되지 않는 결과이다. 그러나 비합리적 신념은 아동의 학업스트레스와 우울간의 관계를 매개하지 않는다는 결과(김예원, 2007)의 결과와는 일치하는 것으로 나타났다. 이렇듯 아동의 스트레스와 부적응적 문제에 대한 인지적 요인의 검증 결과가 선행연구의 것과 일치하지 않는 것은 인지적 과정이나 인지적 내용 자체, 특히 반추적 정서처리 양식과 같은 자기 초점적 방식에서의 정서처리 양식은 아직 학령기 후기 아동에게는 완전하게 습득되지 못한 인지양식일 가능성 역시 배제 할 수 없다. 따라서 이 부분에 대한 논의는 추후 연구에서 보다 연구되어 다시 고찰할 필요가 있겠다.

다섯째, 아동의 학업스트레스와 무망감의 관계에서 반성적 정서처리 양식의 중재효과를 분석해본 결과 학업스트레스와 반성적 정서처리양식의 상호작용 효과가 통계적으로 의미 있는 것으로 나타났다. 즉, 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향을 반성적 정서처리 양식이 완충해주는 역할을 하여 보호요인으로 작용함을 확인할 수 있었다. 이러한 결과는 내부초점의 반응양식이라 하더라도 우울한 정서를 직면하고 이를 경험함으로써 오히려 자신과 문제에 대한 통찰력을 얻어 심리적 건강에 긍정적인 영향을 미친다는 결과(Hunt, 1998; Teasdale, et al.,

1994; Teasdale, 1999)를 지지한다. 이는 반성적 정서처리 양식을 많이 하는 대학생이 문제해결력이 높다는 선행연구의 결과(김수진, 2008)와 반성적 정서처리 양식의 사용은 우울한 기분을 감소시킨다는 실험연구결과(김진영, 2000)와 같은 맥락에서 해석될 수 있다. 따라서 치열한 입시 경쟁 속에서 과열된 학업성취 압력과 스트레스를 겪고 있는 아동의 건강한 발달을 위해서 근본적으로 사회적 분위기가 해결되어야겠지만, 아동들이 이러한 스트레스를 잘 다루고 오히려 긍정적으로 사용할 수 있도록 도움을 주는 프로그램을 개발하고 교육해야 할 것이다.

마지막으로, 아동의 학업스트레스와 무망감의 관계에서 분산적 정서처리 양식의 중재효과를 분석해본 결과 학업스트레스와 분산적 정서처리 양식의 상호작용 효과는 통계적으로 의미 있었다. 즉, 분산적 정서처리 양식은 학업스트레스가 무망감에 미치는 부정적 영향을 완충해주는 보호요인임을 알 수 있었다. 특히 반성적 정서처리 양식과 비교해 볼때 분산적 정서처리 양식은 학업스트레스가 무망감에 미치는 영향을 증대하는 효과가 더 크게 나타났다. 즉, 분산적 정서처리 양식을 잘 활용하지 않는 아동일수록 학업스트레스가 무망감에 미치는 부정적 영향에 더 취약하며, 많이 활용할수록 부정적 영향은 감소함을 알 수 있다. 이러한 결과는 아동기에는 우울기분에 대한 정서처리 양식 중 반추적 정서처리 양식과 반성적 정서처리 양식보다는 분산적 정서처리 양식을 더 많이 사용하고 있는 본 연구의 결과에 기인한 것으로 해석되나, 이에 대한 논의는 추후 연구가 축적 되어야 결론내릴 수 있을 것이다.

이 연구의 제한점과 이를 보완하기 위한 연구방향을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 이 연구에서 사용된 자료는 횡단적 자료이므로 이를 분석한 결과를 토대로 변수들 간의 인과관계에 대해 결론을 내릴 수는 없다. 즉, 학업스트레스가 높은 아동이 무망감을 더 높게 지각할 수도 있고, 무망감을 더 높게 지각하는 아동일수록 학업스트레스가 더 높을 수 있다는 점이다. 이에 대해서는 추후의 종단적 연구를 통해 고찰할 필요가 있다. 둘째, 학업스트레스와 관련된 다른 환경적 변인들을 함께 고찰하지 못했다는 점이다. 이에 대해 추후 연구에서는 다양한 변인들을 함께 고려하여 그 관계를 규명해야 할 것이다.

본 연구는 학업성취 압력이 점차 저 연령화 되어가는 현대사회에서 아동이 겪을 수 있는 생활스트레스 사건 중 학업스트레스와 아동의 건강한 심리적, 정서적 발달과 관련된 무망감간의 관계를 아동의 우울에 대한 정서처리 양식의 중재효과를 검증해봄으로써 보다 심도 깊은 자료를 제공했다는 데 연구의 의의를 찾을 수 있다.

더불어 발달적 전환기에 있는 학령 후기 아동에게 미래에 대한 희망감은 그 무엇보다도 중요함에도 불구하고 이들이 학업스트레스로 인해 무망감이라는 미래에 대한 부정적 기대를 발달시킬 수 있다는 점을 규명하였다. 이러한 연구는 후속연구의 중요한 자료가 될 뿐만 아니라 학령기 아동의 심리적



건강을 위한 예방 및 상담프로그램에 유용한 정보를 제공할 수 있을 것으로 기대된다. 나아가 사회문화적으로 왜곡되고 지나치게 과열된 학업성취에 대한 사회현상을 비판하고, 건강한 발달과 성장을 위한 '학업'의 이미지를 담아내는 사회적 분위기를 위한 기초자료로 활용될 수 있을 것을 기대한다.

【참 고 문 헌】

김남재(2002). 생활스트레스와 우울증상의 관계에서 자동적 사고의 역할. **한국심리학회지:건강**, 7(2), 181-195.

김병성(2002). 중학생의 성공·실패 지각에 따른 귀인유형과 스트레스 수준 및 대처양식과의 관계연구. 한국교원대학교 석사학위논문.

김수진(2008). 반추적, 반성적, 주의전환적 반응양식에 따른 문제해결력의 차이. 가톨릭대학교 석사학위논문.

김예원(2007). 아동의 학업스트레스가 우울에 미치는 영향에서 부정적 인지의 매개효과. 숙명여자대학교 석사 학위 논문.

김진영(2000). 우울한 기분에 대한 두 가지 내부초점적 반응양식. 서울대학교 석사학위논문.

김치형(2003). 스트레스 및 대처방식이 초등학생의 문제행동에 미치는 영향. 춘천대학교 석사학위논문.

김희영(2003). 초등학생의 비합리적 신념과 학교생활 적응과의 관계. 전남대학교 석사학위논문.

남영옥·윤혜미(2007). 청소년의 위험행동 관련요인: 심리정서적 특성의 매개경로를 중심으로. **한국아동복지학회**, 23, 127-153.

박미숙(2003). 학령후기 아동의 스트레스와 건강지각 및 건강 증진행위에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.

박미양·표경식·류소연(2002). 일부 초등학생의 스트레스와 건강문제에 관한 연구. **조선대학교 의대논문집**, 27(2), 57-67.

박용식(1996). 아동의 학업스트레스와 학업성적과의 관계. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.

박현숙·배영주·정선영(2002). 간호대학생의 자아존중감, 자기 효능감, 대응방법 및 학업·취업스트레스에 관한 연구. **정신간호학회**, 1(3), 352-362.

배주미(2000). 아동 및 청소년의 우울증상과 인지변인의 지속성과 상호예측-18개월 추적연구. 연세대학교 박사학 위 논문.

신민섭·김민경(1994). 아동기 우울증의 평가. **소아청소년정신 의학**, 5(1), 12-27.

오미향·천성문(1994). 청소년의 학업스트레스요인 및 증산 분석과 그 감소를 위한 명상훈련의 효과. **서강대학교 생활상담**, 15.

유성은(2000). 아동이 지각한 학업스트레스 정도와 내외통 제 소재가 학습동기에 미치는 영향. 대구가톨릭 대학교 석사학위논문.

유지훈(2001). 성취목표와 사회적 지지가 학업스트레스 및 수행에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위논문.

이정윤·장미경(2008). 기혼여성의 부모역할 스트레스와 우울의 관계: 부모역할 자긍심의 매개 및 중재효과. **상담학 연구**, 9(2), 339-352.

임자성(2002). 초등학생의 과외학습실태와 관련된 심리적 특성 연구. 성신여자대학교 석사학위논문.

조용래(2006). 역기능적 신념과 발표상황의 불안반응간의 관계에서 부정적 자동적 사고의 매개효과. **한국심리학회지: 임상**, 25(1), 205-219.

최경숙(2007). 부모의 학업성취 압력과 아동의 스트레스와 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위 논문.

황혜정(2006). 초등학생과 중학생의 스트레스와 이에 영향을 미치는 변인에 관한 연구. **초등교육연구**, 19(1), 193-216.

Abramson, L. Y., Metasky, G. I., & Alloy. L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, 96, 358-372.

Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple Regression: Testing and interpreting interactions*, Thousand Oaks: Sage.

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1173-1182.

Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 42(6), 861-865.

Cole, D. A., & Turner, H. E. (1993). Models of cognitive mediation and moderation in child depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 271-281.

Hunt, M. G. (1998). The only way out is through: emotional processing and recovery after a depressing life event. *Behavior Research and Therapy*, 36, 361-384.

Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: review and a conceptual model. *Psychological Bulletin*, 107, 156-176.

Kazdin, A. E., Rogers, A., & Colbus, D. (1986). The hopelessness scale for children: psychometric characteristic and concurrent validity, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46, 305-315.

Lewinsohn, P. M., Hoberman, H., Teri, L., & Hautzinger, M. (1995). *An integrative theory of depression*. N.Y.: Academic Press.

- Lee, M., & Larson, R. (2000). The Korean examination hell: long hours of studying, distress, and depression, *Journal of Youth and Adolescence*, 29(2), 249-271.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Response to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 569-582.
- Nolen-Hoekseman, S. (1996). *Chewing the cud and other ruminations*. In Wyer, R. S.(Ed.), *Advances in Social Cognition*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Nolen-Hoekseman, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety. depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 504-511.
- Pyszczynski, T., & Greenberg, J. (1987). Self-regulatory preservation and the depressive self-focusing style: A self-awareness theory of reactive depression. *Psychological Bulletin*, 102, 122-138.
- Teasdale, J. D. (1999). Emotional processing, three models of mind and the prevention of relapse in depression. *Behaviour Research and Therapy*, 37, S53-S57.
- Teasdale, J. D., Segal, Z., & Williams, M. G. (1994). How does cognitive therapy prevent depressive relapse and why should attentional control(mindfulness) training help? *Behavior Research and Therapy*, 33, 25-39.
- Tram, J. M., & Cole, D. A.(2000). Self-perceived competence and the relation between life events and depression symptoms in adolescence: Mediator or moderator?, *Journal of Abnormal Pathology*, 109, 753-760.

- 접수일 : 2009년 09월 14일  
 심사일 : 2009년 10월 05일  
 심사완료일 : 2009년 12월 01일