

아동의 자아탄력성과 사회적 지지가 시험불안 및 학교적응에 미치는 영향

The Effects of Children's Ego-Resilience and Social Support on
Exam Anxiety and School Adjustment

박정희(Jung Hee Park)¹⁾

박정미(Jung Mee Park)²⁾

ABSTRACT

The aim of this paper is to examine the effects of children's ego-resilience and social support on exam anxiety and school adjustment. The subjects of this study were 534, 5th and 6th grade students (275 boys and 259 girls) from the Pusan area. The results of this study revealed that the levels of Ego-resilience and social support correlated negatively with exam anxiety, and positively with school adjustment. Therefore the more ego-resilience and social support children felt that they had, the lower the levels of exam anxiety they experience, and the higher their levels of school adjustment. The influence of ego-resilience on exam anxiety was higher than that of social support and the influence of ego-resilience on school adjustment was similar to that of social support. The implications of the present study were also discussed.

Key Words : 자아탄력성(ego-resilience), 사회적 지지(social support), 시험불안(exam anxiety), 학교적응(school adjustment).

I. 서 론

얼마 전 국가수준 학업성취도평가가 전국 초·

중·고등학교에서 일제히 시행되었다. 시험선택권을 놓고 교육과학기술부와 일부 시·도 교육감이 마찰을 빚는 가운데, 성적에 대한 압박

¹⁾ 영진전문대학 유아교육과 아동창의성개발연구소

²⁾ 부산대학교 장수생명과학기술원

Corresponding Author : Jung Hee Park, Yeungin Children Creativity Development Institute, Yeungin College, 218 Bokhyun-dong, Buk-gu, Taegu 702-721, Korea
Email : pjh0405@yjc.ac.kr

감으로 상당수 초등학생들마저 야간자율학습을 강요당하고 있는 것으로 조사되었다(아시아경제, 2010.7.13). 서울시내 초교 106개, 중학교 76개, 고교 74개교 중 주말 또는 쉬는 토요일에 보충수업과 자율학습이 이뤄지는 학교가 고교 36%, 중학교 37%, 초교 8%나 됐고, 방과 후 활동이 교과 보충수업으로 교체된 학교도 중학교 54%, 초교 17%로 집계되었다(연합뉴스, 2010.6.22). 또 시험을 앞두고 초등학교의 수업 파행이 심각한 것으로 조사되었다. 서울시교육청이 서울시내 1,264개 초·중·고교의 32%에 해당하는 401개교를 대상으로 실태조사를 벌인 결과 모두 120건의 수업 파행 사례가 적발되었는데, 특히 초등학교의 수업 파행 사례가 81건으로 전체 적발 건수 중 3분의 2 이상을 차지하였다(서울경제, 2010.7.9).

학생의 학업성취 정도가 학교교육에서 차지하는 비중은 지대하며, 학업성취의 '절박한' 비중은 학생들로 하여금 시험불안을 야기하기에 충분한 요인이 되고 있다(박병기·임신일·김어진, 2008). 앞의 자료에서도 짐작할 수 있듯이 최근에는 중·고등학생의 전유물로 여겨지던 과중한 학업 스트레스가 초등학생들에게까지 영향을 미치는 추세이며, 초등학교 고학년이 될수록 학업에 관한 스트레스가 증가하고 있고, 특히 '시험'에 관한 스트레스를 많이 받는 것으로 나타나고 있다(전영석, 1997). 이러한 자료들은 스트레스를 연구함에 있어서 그 대상을 아동으로 낮출 필요가 있으며, 초등학교 고학년의 경우에는 학업성적 및 시험에 대한 걱정과 부담감, 공부에 대한 압박으로 인해 겪는 스트레스가 크므로 이를 중재할 만한 개입전략과 이에 관한 연구가 수행될 필요가 있음을 시사하고 있다. 아동의 생활이 시험에 의해 좌우되는 현실에서 시험불안이 연구의 주제로서 충실히 다루어져야 그 현상의 이해

와 극복방안의 마련에 다가설 수 있을 것이다.

시험불안은 자신의 능력에 대한 평가를 받는 시험이라고 하는 특수한 상황에서 개인의 경험과 결부되어 나타나는 여러 가지 종류의 신체적 또는 행동적인 반응을 말한다. 단순히 개인의 내적인 특성 뿐 아니라 부모를 포함한 외적인 환경에 의해 형성되고 발달하며 계속해서 영향을 받게 되기 때문에(조수철, 1991), 그 중재전략을 마련하기 위해서는 개인의 내적변인과 외적변인을 함께 연구할 필요가 있다. 또, 시험의 맥락은 그 시기에 따라 시험을 준비하는 과정에서 경험하는 불안과 시험을 치루는 과정에서 경험하는 불안으로 나누어 볼 수 있는데(박병기 외, 2008), 이주현과 이순목(2000)의 연구에서도 시험준비와 시험도중에 다르게 작동하는 목시지의 기제를 다룬 바 있다. 시험준비와 시험도중에 정보처리 기제가 다르다면 이는 두 상황에서 발생하는 시험불안의 내용이 다를 수 있다는 점을 시사하는 것이다.

그 동안의 아동 스트레스 관련 연구들(김향숙, 2006; 신은영, 1998; 심희옥, 1995; 한미현, 1996)은 주로 아동의 부적응 행동에 초점을 맞추어 왔으나, 인간의 적응을 이해하기 위해서는 정상 또는 긍정적인 측면을 측정하는 것이 바람직하다(이은지, 2002). 모든 사람이 긴장 상황에서 정신적, 신체적 어려움을 겪는 것은 아니며 오히려 이를 효과적으로 극복하여 성장과 성숙을 이룩하는 사람도 있기 때문이다.

최근 이수현과 최해림(2007)의 연구에서 시험불안에 대해서는 개인 내적변인인 자아탄력성의 영향력이 부모의 학습관여 형태와 같은 외적변인의 영향력에 비해 높았고, 학교적응에 대해서는 부모의 학습관여 형태와 같은 외적변인이 자아탄력성과 같은 개인내적 변인의 영향력이 조금 더 높은 것으로 나타났다. 그러나 이는 고등

학생을 대상으로 한 연구여서 아직까지 초등학생의 시험불안을 적응이라는 긍정적인 관점에서 다룬 연구는 거의 없었다.

아동을 대상으로 종단적 연구를 한 Block과 Block(1980)에 따르면, 자아 탄력적인 아동은 비 탄력적인 아동에 비해 더 안정적인 성격과 낮은 불안수준을 보이며, 높은 자신감과 자기 확신으로 자기 수용적일 뿐 아니라 학교나 사회에 대해 능동적으로 참여하는 것으로 나타났다. 자아 탄력적인 아동은 높은 창조성과 새로움을 추구하는 경향을 보이고, 또래관계에서도 적절하고 공감적인 정서표현 능력을 보이며, 인지적으로도 더 유능하고 영리하였다. 이들은 또한 효과적인 스트레스 대처능력과 다양한 문제해결 전략을 가지고 있어 스트레스 또는 문제 상황에서 보다 융통성 있고 통합된 수행능력을 보였다(이은미 · 박인진, 2002).

많은 연구들(Compas, 1987; Cowen, Wyman, Work, & Parker, 1990; Garmezy, 1993)이 자아탄력적인 아동들의 특징으로 학업에 있어 지적 성취도가 높고, 인지적 능력을 잘 활용하며, 집이나 학교 등에서 사회적 지지를 쉽게 얻는 경향이 있다고 보고하고 있다. 자아탄력성이 높은 아동은 시험으로 인한 스트레스를 적게 받으며, 시험으로 인한 스트레스가 유발되었을 때 신체화 증상을 적게 경험하였다(김교현 · 권선중 · 심미영, 2005). 또 자아탄력성이 높은 시설보호아동은 자아탄력성이 낮은 시설보호아동에 비해 사회적 적응을 더 잘 하였다(현은민 · 박혜영, 2005). 이러한 결과들은 자아탄력성이 아동이 갖는 긍정적인 적응 변인으로써 학업생활에서 오는 스트레스와 시험불안으로부터 아동을 보호하여 건강한 적응을 돕는 중요한 개인내적 자원임을 보여주는 것이다.

초등학교에 입학하면서 아동은 가정 밖에서

보내는 시간이 많아지고, 학교, 사회, 그리고 또래 집단과 새로운 관계를 갖게 되어 많은 적응적 요구에 직면하게 되는데, 이러한 과정에서 때때로 부적응을 느낄 수 있다. 초등학생의 학교생활 적응은 자아탄력성과 같은 아동 자신의 개인내적인 특성 뿐 아니라 아동의 주변 환경과도 밀접한 관련성이 있다. 특히 아동은 성인과 달리 여러 형태의 스트레스를 스스로 통제하거나 극복하는데 어려움이 있어서 성인의 도움에 의존하는 경향이 있는데(Compas, 1987), 많은 연구들은 사회적 지지가 중요한 스트레스 중재변인임을 제시하고 있다(강성희 · 이재연, 1992; 김향숙, 2006; 심희옥, 1995; 한미현, 1996; Dubow & Ullman, 1989; Shermis & Webb, 1999). 사회적 지지는 좌절을 극복케 하고 문제해결 능력을 강화하며, 환경에 대한 적응력을 향상시키고 일상생활에서 경험하게 되는 스트레스를 낮추어주는 역할을 한다(백경애, 1997). 예컨대, 현은민과 박혜영(2005)의 연구에서 장기간 시설보호를 해야 하는 아동의 경우 심리적 · 물리적 환경에 불만족하더라도 부모나 친구 또는 교사가 규칙적으로 방문하여 정서적 지지와 적절한 도움을 제공하면 부정적인 결과가 완화되어 사회적 적응에 긍정적 영향을 주는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 학교생활 적응문제나 시험불안에 노출되어 있는 아동이라 할지라도 자신이 속한 환경내의 중요 타인들과 상호작용하면서 사회적 지지를 받으면 효과적으로 스트레스에 대처하고 극복할 수 있음을 의미하는 것이다.

스트레스와 적응에 관한 많은 심리학적 연구들(Kabasa, Maddi, & Kahn, 1982; Kessler, Price, & Wortman, 1985)이 스트레스 자체와 적응 간에는 직접적 관련성이 낮으며 오히려 개인의 적응력은 사회적 환경변인이나 개인의 성격 특성에 의해 더 많은 영향을 받는다고 주장하고

있다(Billings & Moos, 1981). 선행연구들로 비추어 볼 때 아동의 시험불안과 학교생활적응에는 자아탄력성과 사회적 지지가 모두 영향을 줄 것으로 예상된다. 하지만 우리나라의 시험불안과 학교생활적응에 관한 연구들은 이들과 관련된 하나의 변인과의 단선적인 관계만을 분석한 것이 대부분이고, 그 대상도 주로 중·고등학생이기 때문에 초등학생의 시험불안과 학교생활적응을 이해하고 돕기 위해서는 보다 넓은 시야를 가지고 아동 개인과 그들을 둘러싼 사회환경의 영향력까지 고려할 필요가 있을 것으로 보인다.

이에 본 연구에서는 조사대상의 연령을 낮추어 초등학교 5, 6학년을 대상으로 아동의 자아탄력성과 사회적 지지가 시험을 준비하는 과정과 시험을 치르는 과정에서 느끼는 불안 및 학업을 포함한 학교생활 적응에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 살펴보고자 한다. 이러한 연구의 목적을 달성하기 위해 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- <연구문제 1> 아동의 자아탄력성, 사회적 지지, 시험불안 및 학교적응의 관계는 어떠한가?
- <연구문제 2> 아동의 자아탄력성과 사회적 지지는 시험불안에 어떠한 영향을 미치는가?
- <연구문제 3> 아동의 자아탄력성과 사회적 지지는 학교적응에 어떠한 영향을 미치는가?

본 연구의 결과는 시험불안 및 학교적응에 어려움을 겪고 있는 아동들을 이해하고, 이들의 건강한 학교생활을 위한 적절한 개입 및 방향성을 모색하는 데 기초 자료로 활용될 수 있을 것으로 기대된다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 조사대상은 부산광역시에 소재한 3개 초등학교 5, 6학년 아동이었다. 총 600부의 설문지를 배부하여 550부를 수거하였으며, 그 중 불성실하게 응답하였거나 극단치를 나타낸 16명은 분석에서 제외되었다. 따라서 실제 분석에 활용된 조사 대상은 534명으로, 성별, 학년별 구체적인 분포는 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 조사대상자의 성별, 학년별 분포

학 년	성 별		전체
	남	여	
5학년	98	113	211
6학년	177	146	323
전 체	275	259	534

2. 측정도구

1) 자아탄력성

본 연구에서 사용한 초등학생의 자아탄력성 측정도구는 주소영과 이양희(2007)가 제작한 검사로, “매우 그렇다(5)에서 전혀 아니다(1)”의 5점 Likert 척도로 되어 있으며, 점수가 높을수록 자아가 탄력적이라고 해석할 수 있다. 총 30문항으로, 자기효능감(8문항), 부정적 감정의 인내(8문항), 긍정적 지지관계(4문항), 통제력(6문항), 자발성(4문항)으로 구성되어 있으며, 본 연구의 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .94로 양호한 수준을 나타냈다.

2) 사회적 지지

본 연구에서 사용한 사회적 지지 측정도구는 Dubow와 Ullman(1989)이 개발한 사회적 지지 평가 척도(Social Support Appraisal Scale : SSAS)를 한미현(1996)이 수정·보안한 것이었다. 이 척도의 점수는 “정말 그렇다(5)에서 전혀 그렇지 않다(1)”의 5점 Likert 척도로 되어있으며, 점수가 높을수록 사회적 지지를 많이 지각하는 것으로 해석할 수 있다. 총 24문항으로, 친구지지(8문항), 가족지지(8문항), 교사지지(8문항)로 구성되어 있으며, 본 연구의 전체 신뢰도(Cronbach’s α)는 .93으로 양호한 수준을 나타냈다.

3) 시험불안

본 연구에서 사용한 시험불안 측정도구는 박병기·임신일과 김어진(2008)이 제작한 검사로, 이 척도의 점수는 “확실히 그렇다(6)에서 확실히 아니다(1)”의 6점 Likert 척도로 되어 있으며, 점수가 높을수록 시험불안을 많이 지각하는 것으로 해석할 수 있다. 총 47문항으로, 맥락에 따라 시험을 준비하는 과정에서 경험하는 불안(24문항)과 시험을 치르는 과정에서 경험하는 불안(23문항)으로 나뉘어 측정되는데, 각각 인지적 반응(염려, 혼란), 정서적 반응(소심, 회피), 신체적 반응(생리증상, 행동증상)을 포함하고 있다. 본 연구의 전체 신뢰도(Cronbach’s α)는 .97로 양호한 수준을 나타냈다.

4) 학교적응

본 연구에서 사용한 학교적응 측정도구는 김아영(2002)이 제작한 검사로, “매우 그렇다(6)에서 전혀 아니다(1)”의 6점 Likert 척도로 되어 있으며, 점수가 높을수록 학교적응을 잘 하는 것으로 해석할 수 있다. 총 20문항으로, 교사관계(5

문항), 교우관계(5문항), 학교수업(5문항), 학교규칙(5문항)으로 구성되어 있으며, 본 연구의 전체 신뢰도(Cronbach’s α)는 .86으로 양호한 수준을 나타냈다.

3. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 다음과 같은 방법으로 분석되었다. 첫째, 자아탄력성, 사회적지지, 시험불안, 학교적응의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 둘째, 자아탄력성과 사회적지지가 시험불안에 미치는 영향을 알아보기 위해 표준 중다회귀분석을 실시하였다. 셋째, 자아탄력성과 사회적지지가 학교적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 표준 중다회귀분석을 실시하였다.

III 결과분석

1. 자아탄력성, 사회적지지, 시험불안, 학교적응의 관계

각 변인 간의 관계정도를 측정하기 위해 상관계수를 산출하였다. <표 2>에서 보듯이 자아탄력성과 학교적응 간($r = .72, p < .001$), 사회적 지지와 학교적응 간($r = .74, p < .001$)에는 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났으며, 자아탄력성과 사회적 지지 간($r = .61, p < .001$)에도 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 자아탄력성과 시험불안 간($r = -.35, p < .001$), 사회적 지지와 시험불안 간($r = -.28, p < .001$)의 상관관계는 자아탄력성과 학교적응 간, 사회적 지지와 학교적응 간의 상관관계에 비해 상대적으로 약한 편이지만 통계적으로 유의한 부적 상관이 있는 것으로

<표 2> 자아탄력성, 사회적지지, 시험불안, 학교적응 간의 상관계수

(N = 534)

	자아탄력성	사회적지지	시험준비 불안	시험도중 불안	시험불안 전체	학교적응
자아탄력성	-	.61***	-.38***	-.31***	-.35***	.72***
사회적지지		-	-.29***	-.26***	-.28***	.74***
시험준비 불안			-	.90***	.97***	-.39***
시험도중 불안				-	.98***	-.34***
시험불안 전체					-	-.37***
학교적응						-

***p < .001.

나타나, 자아탄력성과 사회적 지지가 높을수록 학교적응 정도는 높아지고 시험불안은 낮아짐을 보여주었다. 시험불안을 시험준비 불안과 시험도중 불안으로 분류하여 각 변인 간 상관을 살펴본 경우에서도 마찬가지로 결과 패턴이 나타났다.

2. 자아탄력성과 사회적지지가 시험불안에 미치는 영향

자아탄력성과 사회적지지가 시험불안에 미치는 영향을 알아보기 위해 표준 중다회귀분석을 실시하였다. <표 3>은 자아탄력성과 사회적 지지가 시험불안에 미치는 영향을 좀 더 구체적으로

로 살펴보기 위해 종속변인을 시험불안 전체와 시험준비 불안, 시험도중 불안으로 나누어 제시한 것이다. 먼저 자아탄력성과 사회적 지지가 시험불안 전체에 미치는 영향을 알아본 결과, 자아탄력성과 사회적 지지는 시험불안 전체에 대해 13%의 설명력을 가지며, 자아탄력성($\beta = -.29, p < .001$)과 사회적 지지($\beta = -.11, p < .05$) 두 변인 모두 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 상대적으로는 개인 내적변인인 자아탄력성이 개인 외적 변인인 사회적 지지보다 시험불안 전체에 미치는 영향력이 더 큰 것으로 나타났다. 구체적으로, 자아탄력성과 사회적 지지가 시험준비 불안에 미치는 영향을 알아본 결과에서는,

<표 3> 자아탄력성과 사회적 지지가 시험불안에 미치는 영향

종속변인	예언변인	β	t	R ²	F
시험불안 전체	(Constant)		19.71		
	자아탄력성	-.29	-5.55***	.130	39.60***
	사회적지지	-.11	-2.09*		
시험준비 불안	(Constant)		21.03		
	자아탄력성	-.33	-6.43***	.149	46.37***
	사회적지지	-.09	-1.72		
시험도중 불안	(Constant)		17.43		
	자아탄력성	-.23	-4.45***	.102	30.21***
	사회적지지	-.12	-2.31*		

*p < .05. ***p < .001.

자아탄력성과 사회적 지지가 시험준비 불안에 대해 15%의 설명력을 가지며, 자아탄력성($\beta = -.33, p < .001$)만 시험준비 불안에 유의한 부적 영향을 미치고 사회적 지지는 시험준비 불안에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 또, 자아탄력성과 사회적 지지가 시험도중 불안에 미치는 영향을 알아본 결과에서는 자아탄력성과 사회적 지지가 시험도중 불안에 대해 10%의 설명력을 가지며, 자아탄력성($\beta = -.23, p < .001$)과 사회적 지지($\beta = -.12, p < .05$) 모두 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 상대적으로는 개인 내적변인인 자아탄력성이 개인 외적 변인인 사회적 지지보다 시험도중 불안에 미치는 영향력이 더 큰 것으로 나타났다.

3. 자아탄력성과 사회적지지가 학교적응에 미치는 영향

마지막으로, 자아탄력성과 사회적 지지가 학교적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 표준 중다회귀분석을 실시한 결과는 <표 4>와 같았다. 자아탄력성과 사회적 지지는 학교적응에 대해 66%의 설명력을 가지며, 자아탄력성($\beta = .43, p < .001$)과 사회적 지지($\beta = .48, p < .001$) 두 변인 모두 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 상대적으로는 개인 외적 변인인 사회적 지지가 개인 내적변인인 자아탄력성 보다 학교적응에 미치는 영향력이 더 큰 것으로 나타났으나

큰 차이 없이 비슷하였다.

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 개인 내적 성격자원인 자아탄력성과 개인 외적 환경자원인 사회적 지지가 초등학교 5, 6학년 아동의 시험불안 및 학교적응에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 살펴보고자 하였다. 본 연구의 결과를 토대로 논의를 하면 다음과 같다.

첫째, 자아탄력성과 사회적 지지는 시험불안과는 유의한 부적상관이, 학교적응과는 유의한 정적상관이 있어서 아동의 자아탄력성과 사회적 지지가 높으면 시험불안은 적고 학교생활 적응을 더 잘하는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 자아탄력 수준이 높은 아동은 학교생활 적응도 잘 한다는 고근종(2006)의 연구나 전반적으로 높은 사회적 지지를 받는 아동이 낮은 사회적 지지를 받는 아동보다 학교생활 적응수준이 높다는 방수산(2008)의 연구와 일치하는 것이며, 자아탄력성이 사회적 지지와 상호작용하여 학교생활에 만족을 준다는 송영경(2006)의 연구결과를 지지하는 것이다. 이는 아동의 자아탄력성과 사회적 지지가 높을수록 시험불안은 적어지고 학교생활 적응력은 높아진다는 것을 의미하는 것이며, 자아탄력성이 낮은 아동은 스트레스 상황을 민감하게 받아들여므로 사회적 지지로 환

<표 4> 자아탄력성과 사회적 지지가 학교적응에 미치는 영향

종속변인	예언변인	β	t	R^2	F
	(Constant)		2.39		
학교적응	자아탄력성	.43	13.24***	.66	512.19***
	사회적지지	.48	14.92***		

*** $p < .001$.

경에 대한 적응력을 향상시키고 스트레스를 낮추어 주어 학교생활에 보다 잘 적응하도록 하는 적절한 개입이 필요함을 시사하는 것이다.

둘째, 자아탄력성과 사회적 지지는 시험불안을 감소시키는 데 영향을 미치며, 상대적으로 자아탄력성이 사회적 지지보다 시험불안을 감소시키는 데 더 영향력이 큰 것으로 밝혀져 개인 외적 변인인 사회적 지지보다 개인 내적 변인인 자아탄력성이 극도의 긴장 상태인 시험 상황에서 불안을 낮추는 데 더 효과가 크다는 것을 알 수 있었다. 이러한 결과는 자아탄력적인 사람들은 불안에 취약하지 않고 외적인 위협에도 효과적으로 대처한다는 선행연구(고은정, 1997)의 결과를 지지하는 것으로, 개인 내적 변인인 자아탄력성을 키울 수 있도록 도와주어 학업스트레스로 인한 부적응 현상을 미연에 방지하고 학교생활에도 잘 적응하며 건강한 초등학교 생활을 잘 해낼 수 있도록 이끌어 줘야 함을 시사하는 것이다.

셋째, 아동의 자아탄력성과 사회적 지지 모두 학교생활 적응에 매우 유의한 영향을 미치는데, 상대적으로는 개인 외적 변인인 사회적 지지가 개인 내적 변인인 자아탄력성보다 학교적응에 영향력이 더 큰 것으로 나타났으나 큰 차이 없이 비슷하였다. 이러한 결과는 자아탄력성이 높을수록 학교생활에 더 잘 적응한다는 구자은(2000)과 박연수(2003)의 연구결과를 지지하는 것이며, 고등학생을 대상으로 자아탄력성이 높을수록 시험불안은 낮아지고, 학교적응력은 높아진다고 보고한 이수현과 최해림(2007)의 연구결과를 초등학교생에게까지 확장시켜 주는 것이다.

요컨대, 아동의 개인적 특성인 자아탄력성은 시험불안 감소와 학교생활 적응에 중요한 영향을 미칠 뿐만 아니라 아동에게 중요한 가족이나 또래 및 교사의 물질적 혹은 정서적인 지지를 얻음으로써 아동은 학업에 대한 스트레스와 시험

불안을 극복하고 학교생활에 더 잘 적응할 수 있다. 따라서, 시험불안과 학교생활에 대한 부적응을 겪고 있는 아동에 대하여 자아 기능을 효율적이고 원활하게 돕거나 주변의 격려, 지원, 공감적 이해, 인정, 수용 등을 통해 지지를 받도록 개입하는 것은 시험불안을 감소시키고 학교생활 적응 수준을 높이는데 효과적이다.

이 연구의 제한점과 그에 따른 제언을 하자면 첫째, 본 연구에서는 자아탄력성, 사회적 지지, 학교적응의 경우 그 하위요인별로 구체적인 관계성을 알아보기 보다는 총점으로 살펴보았기 때문에 한계가 있다. 특히 요즘처럼 교육에 대한 부모의 적극적 개입이 큰 시점에서는 사회적 지지의 총점을 내기 보다는 사회적 지지의 원천을 부모, 친구, 교사로 구분하고 각 원천에 따른 영향력을 구체적으로 살펴볼 필요가 있을 것이다.

둘째, 본 연구의 대상은 부산지역에 소재한 초등학교 3곳에서 표집된 5, 6학년 아동 600명이었다. 표본으로서 꽤 많은 수이기는 하지만 임의 표집됨에 따라 이 연구의 결과를 일반화하는 데에는 한계가 따른다. 따라서 앞으로의 연구에서는 보다 다양한 지역과 학년을 대상으로 본 연구의 결과를 재확인할 필요가 있을 것이다.

셋째, 본 연구와 같은 기초연구를 시작으로 자아탄력성과 사회적 지지에 대한 연구가 활발해져서 각 변인들을 긍정적인 방향으로 이끌어 줄 수 있는 프로그램의 모색이 필요할 것이다. 자아탄력성과 사회적 지지는 아동의 시험불안과 학교적응을 설명할 수 있는 중요한 예측변인으로서, 시험불안이나 학교 부적응으로 인해 야기될 수 있는 아동의 심리사회적 문제를 예방하고, 이들의 적응을 돕기 위한 중요한 자원이 될 수 있다. 아동의 자아탄력성과 사회성을 증진시키기 위한 프로그램이 개발되어서 가정과 학교, 또한 지역사회 안에서 시험불안과 학교 부적응 문제

를 예방할 수 있어야 할 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 시험 불안 및 학교적응에 대한 아동의 자아탄력성과 사회적 지지의 영향력을 밝힘으로써 자아탄력성과 사회적 지지가 스트레스로 유발될 수 있는 시험불안을 예방하고 아동이 학교에 보다 잘 적응할 수 있도록 돕는 적응기제임을 입증하여 이에 대한 적절한 개입 및 방향성 모색에 필요한 기초 자료를 제공하였다는 점에서 그 의의를 찾을 수 있다.

참 고 문 헌

- 강성희 · 이재연(1992). 아동의 적응에 있어서 사회적 지지와 사회적 문제해결 기술의 스트레스 완충 효과에 대한 연구. **아동학회지** 13(2), 175-188.
- 고근중(2006). 저소득층 가정 아동의 사회적 지지, 자아탄력성 및 학교생활적응의 관계. 충북대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 고은정(1997). 애착유형에 따른 자아탄력성과 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 구자은(2000). 자아탄력성, 긍정적 정서 및 사회적 지지와 청소년의 가정생활 적응 및 학교생활 적응과의 관계. 부산대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김교현 · 권선중 · 심미영(2005). 초등학생의 시험스트레스와 신체화 증상 : 자아탄력성의 중재효과. **한국심리학회지 : 건강**, 10(1), 113-126.
- 김아영(2002). 학업동기 척도 표준화 연구. **교육평가연구**, 15(1), 157-184.
- 김향숙(2006). 아동의 스트레스가 행동문제에 미치는 영향 : 자아존중감 및 사회적 지지의 중재효과. 부산대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박병기 · 임신일 · 김어진(2008). 시험불안의 재개념화에 의한 척도개발 및 요인구조 탐색. **교육심리연구**, 22(1), 87-109.
- 박연수(2003). 이혼가정 청소년의 학교적응에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 방수산(2008). 초등학생의 자아탄력성, 사회적 지지 및 학교생활적응과의 관계. 대구교육대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 백경애(1997). 초등학교 아동의 스트레스와 사회적 지지와의 관계. 한국교원대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 서울경제(2010.7.9). 일제고사 대비 초등학교 수업 파행 심각. [http : //economy.hankooki.com/lpage/society/201007/e2010070919002293820.htm](http://economy.hankooki.com/lpage/society/201007/e2010070919002293820.htm)에서 2010년 8월 31일 인출.
- 송영경(2006). 초등학생의 자아탄력성과 사회적 지지 및 학교적응. 충북대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 신은영(1998). 한국 아동의 스트레스 대처모델에 관한 시도적 구성. 부산대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 심희옥(1995). 청소년의 스트레스와 사회적 지원 및 부적응. **아동학회지**, 16(1), 89-98.
- 아시아경제(2010.7.13). 일제고사 시행에 교사들 “이렇게까지 해야 하나...”. [http : //www.asiae.co.kr/news/view.htm?idxno=2010071314554858462](http://www.asiae.co.kr/news/view.htm?idxno=2010071314554858462)에서 2010년 8월 31일 인출.
- 연합뉴스(2010.6.22). “일제고사 때문에 초등생도 야간자습”. [http : //news.naver.com/main/read.nhn?mode=LSD&mid=sec&sid1=102&oid=001&aid=0003343801](http://news.naver.com/main/read.nhn?mode=LSD&mid=sec&sid1=102&oid=001&aid=0003343801)에서 2010년 8월 31일 인출.
- 이수현 · 최해림(2007). 고등학생이 지각한 부모의 학습참여 형태, 자아탄력성, 시험불안 및 학교적응이 관계. **한국심리학회지 : 상담 및 심리치료**, 19(2), 321-337.
- 이은미 · 박인전(2002). 부모-자녀 유대관계와 아동의 자아탄력성과의 관계. **한국가족복지학**, 7(1), 3-24.
- 이은지(2002). 아동기 스트레스와 적응과의 관계 : 개인적 요인 및 환경적 요인의 스트레스 중재효과를 중심으로. 부산대학교 대학원 석사학위 청구논문.

- 이주현 · 이순목(2000). 시험불안과 목시지의 관계성에 대한 포괄적 설명 모형. *교육심리연구*, **14**(3), 57-82.
- 전영석(1997). 아동이 인식한 부모의 교육적 기대와 시험에 대한 스트레스와의 관계 연구. 수원대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 조수철(1991). 시험불안의 개념과 이론. *소아 · 청소년 정신의학*, **2**(1), 3-10.
- 주소영 · 이양희(2007). 아동용 탄력성척도 개발 및 타당화 : 초등학교 4-6학년용. *아동학회지*, **28**(2), 91-113.
- 한미현(1996). 아동의 스트레스 및 사회적 지지 지각과 행동 문제. 서울대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 현은민 · 박혜영(2005). 시설보호아동 · 청소년의 자아탄력성과 사회적 적응에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, **23**(1).
- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *Journal of Behavioral Medicine*, **4**, 139-157.
- Block, J. H., & Block, H. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins (Ed), *Minnesota symposia on Child Psychology*, **13**, 39-101. Hillsdale, NJ : Erlbaum.
- Compas, B. E. (1987). Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, **101**(3), 393-403.
- Cowen, E. F. Wyman, P. A., Work, W. C., & Parker, G. R. (1990). The Rochester Child Resilience Project (RCRP) : Overview and summary of first year findings. *Development and Psychopathology*, **2**, 193-212.
- Dubow, E. F., & Ullman, D. G. (1989). Assessing Social Support in elementary school children : The survey of children's Social Support. *Journal of Clinical Child Psychology*, **18**, 52-64.
- Garnezy, N. (1993). Children in poverty : Resilience despite risk. *Psychiatry*, **56**, 127-136.
- Kabasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health : A prospective study. *Journal of Personality and Social psychology*, **42**, 168-172.
- Kessler, R. C., Price, R. H., & Wortman, C. B. (1985). Social factors in psychopathology : Stress, social support, and coping process. *Annual Review of Psychology*, **36**, 531-572.
- Shermis, M. D., & Webb, P. M. (1999). Stress-buffering factors related to adolescent coping : A Path Analysis. *Adolescence*, **20**, 247-271.

2010년 8월 31일 투고, 2010년 11월 16일 수정
2010년 11월 18일 채택