

초등학교 고학년 학생의 과외학습에 따른 스트레스와 정신건강

김 은 주

한서대학교 간호학과

Stress and Mental Health by Extracurricular Learning in upper Grade Elementary School Students

Kim, Eun Ju

Department of Nursing, Hanseo University

ABSTRACT

Purpose: In an attempt to investigate the differences in the level of stress & mental health between extracurricular learning group and non-extracurricular learning group and level of stress and mental health by the extracurricular learning-related characteristics, this study was carried out in upper grade elementary students.

Method: The subjects were 241 students living in 4 small towns in 4th, 5th and 6th grade elementary students. The data were collected by using the questionnaires, and analyzed by SPSS / WIN 12.0 program.

Results: First, 64.7% of subjects were receiving extra-curricular learning, and extracurricular learning contents were the main curriculum and foreign language classes in many cases. Second, there were no differences in the level of stress and mental health between extracurricular learning group and non-extracurricular learning group, but also in the area of stress as physical, mental, emotional and behavioral stress. Third, extra-curricular learning satisfaction and learning effects are the major factor affecting mental and emotional stress and mental health. In other words, the group with high satisfaction and effectiveness by extra-curricular learning was less mentally and emotionally stressed and better for mental health than low group. Also, days per week for extracurricular learning affected physical stress and intention to continue extracurricular learning affected mental stress. Fourth, factors affecting whether the intention to continue extracurricular learning were the sex, decision-makers about whether they receive extracurricular learning, extracurricular learning satisfaction and duration of extracurricular learning.

Conclusion: From the above results, The fact that the upper grade elementary school students receiving the extracurricular learning did not affect on the stress and mental health. In case of extracurricular group, the effectiveness and satisfaction about extra-curricular learning were major factors affecting mental and emotional stress as well as mental health.

Key Words: Stress, Mental health, Extracurricular learning, Child

서 론

1. 연구의 필요성

2011년 우리나라 초등학교 사교육 참여율은 84.6%로 10명 중 8~9명은 사교육을 받았던 것으로 나타났다. 이는 중학

생 71.0%, 일반고 고등학생 58.7%보다도 높은 수치로 초등학교 대다수가 과외를 받거나 학원을 다니는 것을 당연하다고 여길 정도로 일반화되고 있는 실정이다(통계청, 2012).

본질적으로 과외학습은 학업성취가 부진한 일부 학생과 특기 개발을 희망하는 소수의 학생을 대상으로 학교교육과정과는 별도로 추가 지도하는 것을 의미하므로(교육학 용어사전,

Corresponding author: Eun Ju Kim

Department of Nursing, Hanseo University, 360 Daegok-ri, Haemi-myun, Seosan 356-706, Korea.
Tel: +82-41-660-1074, Fax: +82-41-660-1087, E-mail: eunjkim@hanseo.ac.kr

투고일: 2012년 5월 10일 / 심사완료일: 2012년 6월 15일 / 게재확정일: 2012년 6월 18일

1994), 학교 교육의 보완적인 역할을 하는 보조적 학습 행위를 하는 데에 그 의의가 있어야 한다. 그러나 우리나라는 입시위주의 교육풍토가 반영되어 교과학습 관련 과외학습이 큰 비중을 차지하고 있고 사교육비용도 학교 교과의 주요과목인 영어와 수학에 가장 많이 지출되고 있어(통계청, 2012), 성적향상 및 상급학교 입학시험 대비 등과 같은 목적으로 변질되어 운영되고 있음을 알 수 있다(임자성, 2005). 이러한 과도한 과외학습의 실태는 중·고등학생뿐만 아니라 초등학생까지 확대되고 일반화되어 있어 심각한 사회적 문제를 야기 시키고 있다.

초등학교 고학년 아동들은 사회적, 심리적 및 인지적 변화를 대폭적으로 겪으면서 자아 정체감의 형성을 준비하는 시기로 사소한 일이나 어른들의 지나친 관심, 일상생활, 학교생활, 운동, 질병 등과 같은 생활과 사건들이 심각한 스트레스 요인이 될 수 있다. 아동의 생활에서 생기는 스트레스 요인은 성인이 경험하는 스트레스 요인과 비슷하기는 하지만 아직 발달 단계에 있고 도움을 필요로 하는 시기라는 점과 아동들이 직면하는 많은 스트레스에 대한 이해가 부족하고 스트레스에 효과적으로 대처하는 능력이 부족하다는 관점에서 더욱 관심이 요구된다(Medeiro et al., 1983).

우리나라 초등학교 아동들은 입시위주의 교육 현실 속에서 공교육의 위기를 겪으며 자의 보다는 부모의 강요에 의해 학원 과외학습에 의존하며, 이로 인해 많은 정신적 스트레스를 받고 있다. 또한 이러한 스트레스는 아동의 학교적응에도 영향을 주게 되어 아동들은 학교생활에 부적응을 나타내며 학교교육의 위기, 교실붕괴의 우려마저 낳고 있다고 해도 과언이 아니다(배지연, 2004). 특히 고희순(2002)은 학원과 과외 학습을 받는 아동은 가정문제에서 가장 큰 스트레스를 받는데, 학원과 과외를 받으면 성적이 좋아 질 것이라는 부모님의 지나친 간섭과 과잉 기대, 가족끼리의 대화 시간 부족, 과외비 부담 등이 아동들에게 스트레스 요인으로 작용한다고 하였다. Elkind (1983)은 만성적인 스트레스를 받고 있는 아이들은 안정감이 없으며 잘 다투고 인내심이 없으며 공격적인 행동을 나타낸다고 하였다.

초등학생의 과외학습과 스트레스와의 관계에 대한 선행연구는 주로 과외학습 집단을 대상으로 과외학습 관련특성에 따른 스트레스 수준을 분석한 연구들로, 과외학습 개수(김현경, 2009), 과외시간(강인성, 2004; 권현자, 2008; 김현경, 2009; 홍정현, 2010), 주당 과외학습 받은 일자(허지원, 2009), 부모 강요 여부(허지원, 2009; 조영희, 2011) 등이 스트레스에 영향을 미친다고 한 바 있다.

또한 이성순(2004)은 과외학습집단이 비과외학습 집단에 비해 스트레스를 더 많이 받을 것으로 예상하였으나 두 집단

간의 스트레스 수준 차이가 없었다고 한 바 있다. 이외는 같은 맥락으로 몇몇 연구결과에서는 초등학생들이 일반적으로 생각하는 것만큼 과외학습이 부담스럽다고 느끼기 보다는 과외학습은 필요하며 그 효과도 긍정적이라는 경향을 보이고 있어(이성순, 2004; 송은영, 2007; 권현자, 2008), 과외학습으로 인한 과중한 스트레스가 있으리라는 예상과는 또 다른 결과들도 제시되고 있다.

이러한 스트레스는 정신건강과도 밀접한 관련이 있다. 교육학 사전에 의하면, 정신건강이란 일상생활을 언제나 독립적, 자주적으로 처리해 나갈 수 있고, 스트레스에 대한 통제력을 갖추고 있으며, 원만한 개인생활과 사회생활을 할 수 있는 상태를 말한다(교육학 대백과사전, 1998). 따라서 과외학습으로 인한 스트레스는 아동의 정신건강에도 영향을 미칠 것으로 예상된다. 이에 대한 선행연구는 대부분 과외학습 관련특성에 따른 정신건강 수준에 대한 내용(강인성, 2004; 이경숙, 2006; 김현경, 2009)이 대부분이다.

초등학생들이 과외학습으로 스트레스를 받고 있는지 혹은 정신건강에 문제가 있는지에 대한 여부는 과외학습 집단과 비과외학습 집단의 스트레스 수준 및 정신건강 수준을 비교 분석하는 연구가 필요하다. 그러나 과외학습 집단만을 대상으로 대부분 과외학습 관련특성에 따른 스트레스와 정신건강 수준을 연구하였을 뿐 과외학습 집단과 비과외학습 집단의 스트레스 수준 및 정신건강을 비교한 논문은 거의 없는 실정이다.

따라서 본 연구에서는 초등학교 고학년 아동을 대상으로 과외학습 집단과 비과외학습 집단 간의 스트레스 수준 차이 및 정신건강 수준 차이를 분석하고, 또한 과외학습 집단을 대상으로 과외학습 관련특성에 따른 스트레스 수준 및 정신건강 수준을 파악하고자 한다. 이를 통해 과외학습이 초등학교 고학년 아동의 스트레스와 정신건강에 어떠한 영향을 미치는지를 분석하고, 스트레스와 정신건강에 영향을 미치는 과외학습에 따른 관련특성을 파악하여 건강한 학생으로 성장하도록 지도하기 위한 생활지도의 기초 자료로도 활용하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구는 4개 중소도시에 거주하는 4학년에서 6학년까지의 초등학교 고학년 아동을 대상으로 과외학습과 과외학습 관련특성에 따른 스트레스 수준 및 정신건강 수준을 파악하고, 과외학습 계속의향 여부에 영향하는 요인을 파악하기 위함이며 구체적인 목표는 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성과 과외학습 집단의 과외학습 관련

특성을 파악한다.

- 과외학습 집단과 비과외학습 집단 간의 스트레스 수준 차이 및 정신건강 수준 차이를 분석한다.
- 과외학습 집단을 대상으로 과외학습 관련특성에 따른 스트레스 수준 및 정신건강 수준을 파악한다.
- 과외학습 집단을 대상으로 과외학습 계속의향 여부에 영향을 미치는 요인을 규명한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 중소도시에 거주하는 초등학교 고학년 아동을 대상으로 과외학습과 과외학습 관련특성에 따른 스트레스 수준 및 정신건강 수준을 파악하고, 과외학습 계속의향 여부에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상

본 연구에서는 K, S1, S2 및 C시 등 우리나라 기초자치단체의 4개 중소도시에 거주하는 초등학교 4, 5, 6학년생 중 임의로 편의 추출된 260명을 조사하였으며, 이 중 응답이 미비한 19명을 제외한 241명을 연구대상으로 하였다. 연구표본의 크기는 과외학습 계속의향 여부에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 로지스틱 회귀분석 대상자의 크기를 기준으로 하였는데, 이는 본 연구대상자 중 비과외학습 집단을 제외한 과외학습 집단의 크기이다. 로지스틱 회귀분석을 위한 표본의 크기는 효과크기 보통수준인 .3, 유의수준은 .05, 검정력을 95% 기준으로 하여 G*Power 프로그램으로 산출하였다. 본 연구 241명의 대상자 중 과외학습 집단이 156명으로 이는 산출된 최소 표본 크기인 111명 크기를 만족시켰다.

3. 연구도구

1) 과외학습 관련특성

본 연구에서 사용된 과외학습에 대한 관련특성 파악을 위한 구조화된 설문지는 성, 학년, 과외학습 실시 여부, 과외학습 개수, 과외학습 받은 기간, 주당 과외학습 받은 일자, 과외학습 여부에 대한 의사결정자, 과외학습의 필요성, 과외학습에 대한 만족도, 과외학습의 효과 및 과외학습 계속의향 여부 등에 대한 문항으로 구성되었다.

2) 스트레스

과외학습으로 인하여 초등학교 고학년 아동에게 나타날 수 있는 스트레스 증후를 알아보기 위하여 박광수(2000)가 제작한 스트레스증후 검사지를 참조하여 이성순(2004)이 재구성한 도구를 사용하였다. 본 도구에서 스트레스 증후에 대한 문항은 신체적·정신적·감정적·행동적 영역으로 분류되어 각 영역별 5개 문항으로 총 20개 문항으로 구성되었으며, 각 내용에 대해 “그렇지 않다”는 1점, “조금 그렇다”는 2점, “매우 그렇다”는 3점의 총 3점 척도로, 점수가 높을수록 스트레스 지각수준이 높음을 뜻한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .84$ 이었다.

3) 정신건강

본 연구에서는 Derogatis (1971)의 정신건강진단검사(Symptom Checklist-90-Revision, SCL-90-R)를 김봉은(1988)이 우리나라 초등학교 아동 수준에 맞도록 선별한 도구를 수정 보완하여 사용하였다. 김봉은(1988)이 선별한 54개 문항은 신체화, 강박증, 대인예민성, 우울증, 불안, 적대감, 공포불안, 편집증, 정신증 등 9개 증상으로 분류되어진다. 본 연구자는 54개 문항 중 초등학생의 인지능력과 집중력 시간을 고려하여 증상별로 2~3개의 문항을 선별한 결과 이를 총 25개 문항으로 수정하였으며, 수정된 정신건강도구 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .95$ 이었다.

본 정신건강 도구에서는 정신건강에 대한 각 내용에 대해 “전혀 없다”는 0점, “약간 있다”는 1점, “비교적 심하다”는 2점, “아주 심하다”는 3점의 4점 척도로 점수가 높을수록 정신 건강 상태가 좋지 않음을 뜻한다.

4. 자료수집

자료 수집은 2011년 7월 15일부터 8월 20일까지 실시되었으며, 대상자는 중소도시 4개시에 거주하는 4, 5, 6학년 초등학교 고학년 아동으로서 각 지역소재의 교회 초등부에 다니는 260명을 조사면접자가 직접 구조화된 설문지로 자료수집 하였다. 간호학 전공 학생들로 구성된 조사면접자는 총 4명으로 설문 조사에 대한 사전교육을 받고 투입됨으로서 자료수집 절차상의 오차를 최소화 시키고 자료수집자 간 신뢰도를 높이고자 하였다. 모든 자료수집과정에서 연구 목적과 설문지 내용을 설명하였고, 회수된 자료는 익명으로 처리됨을 알린 후 연구 참여에 동의하여 서면동의서에 승인한 자를 대상으로 하였다.

5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 12.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 과외학습 관련특성은 실수, 백분율로 분석하였으며, 과외학습 집단과 비과외학습 집단 간의 스트레스 수준 차이 및 정신건강 수준 차이는 t-test, 과외학습 관련특성에 따른 스트레스 수준 및 정신건강 수준의 차이는 t-test와 ANOVA로 분석하였다. 또한 로지스틱 회귀분석(Logistic Regression Analysis)을 통해 과외학습 계속의향 여부에 영향하는 요인들을 선별하여 분석하였으며, 본 로지스틱 회귀분석의 모형은 Hosmer and Lemeshow test로 모델 적합도 검정한 결과, p 값이 .05보다 커서 통계적 모델이 적합한 것으로 판정되었다. 로지스틱 회귀분석에서 종속변수는 과외학습 계속여부 의향이며, 모델에 변수를 투입하기 전에 본 독립변수들 간의 Pearson correlation coefficient r 의 최대수치가 .700 이하로 문제가 없음을 확인하였고, 투입된 독립변수들 간 다중공선성 여부를 검정한 결과 모든 독립변수들의 분산팽창지수가 2.7 이하로 다중공선성은 없었다.

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성과 과외학습 관련특성

전체 대상자 중 남학생은 49.0%, 여학생은 51.0%이었으며, 4학년은 31.1%, 5학년은 23.2%, 6학년은 45.7%이었다.

과외학습을 받았던 경험이 있거나 현재 과외학습을 받고 있는 자는 64.7%이었으며, 이 중 82.7%가 주요교과를 과외학습을 받고 있었고, 외국어는 57.7%, 미술은 10.9%, 음악은 23.7%, 체육관련 과외학습은 20.5%가 받고 있었다.

과외학습 유형의 개수는 1~2개가 61.5%로 가장 많았고, 5개 이상이 넘는 경우도 15.4%이었다. 과외학습 받은 기간은 1~3년까지가 55.8%로 가장 많았으며, 주당 과외학습 받은 일자는 3~5일이 67.9%로 가장 많았다.

과외학습을 본인이 원하여 한 경우가 35.3%, 부모가 원해서 한 경우는 64.7%이었으며, 과외학습이 필요하다고 인식하는 경우는 62.8%이었다. 과외학습에 만족하는 경우는 55.8%이었으며 불만족하는 경우는 9.0%에 불과했다. 또한 과외학습이 효과가 있다고 응답한 경우는 91.0%로 높았고, 5.8%만이 효과가 없다고 하였다. 또한 이후에 계속적으로 과외학습을 받을 의향이 있는 학생은 51.9%이었다(Table 1).

2. 과외학습 집단과 비과외학습 집단 간의 스트레스와 정신건강

과외학습 집단과 비과외학습 집단 간의 스트레스 수준을 비교하였을 때, 유의한 차이가 없었다($p=.469$). 신체적·정신적·감정적·행동적영역 등 4개의 스트레스 하위영역별로도 유의한 차이가 없었다. 또한 과외학습 집단과 비과외학습 집단 간의 정신건강 수준을 비교하였을 때, 두 집단 간에도 유의한 차이가 없었다($p=.114$)(Table 2).

3. 과외학습 관련특성에 따른 스트레스와 정신건강

초등학생의 과외학습 관련특성에 따른 스트레스 수준을 보면, 과외학습에 대한 만족도에 따라 정신적($p<.001$), 정서적 영역($p<.001$)의 스트레스 수준에 차이가 있었으며, 또한 과외학습의 효과에 따라 정신적($p<.001$), 정서적 영역($p<.001$)의 스트레스 수준에 차이가 있었다. 즉, 과외학습에 대한 만족도와 효과가 큰 집단이 낮은 집단에 비해 정신적·정서적 영역의 스트레스를 낮게 지각하고 있었다.

또한 주당 과외학습 받는 일자가 6일 이상인 경우는 5일 이하에 비해 신체적영역의 스트레스 수준이 높았으며($p<.05$), 과외학습을 계속할 의향이 있는 집단은 없는 집단에 비해 정신적 영역의 스트레스를 낮게 지각하고 있었다($p<.05$).

반면에 성별, 학년별, 과외학습 개수, 과외학습 받은 기간, 과외학습 여부에 대한 의사결정자, 과외학습 필요성 여부는 대상자의 스트레스 수준에 영향을 미치지 않았다.

초등학생의 과외학습에 따른 정신건강 수준을 보면, 과외학습에 대한 만족도($p<.05$)와 효과($p<.001$)에 따라 정신건강 수준의 차이가 있었으며, 만족도와 효과가 큰 집단이 낮은 집단에 비해 클 때 정신건강 수준이 낮아 정신건강상태가 양호하였다. 반면에 성별, 학년별, 과외학습 개수, 과외학습 받은 기간, 주당 과외학습 받은 일자, 과외학습 여부에 대한 의사결정자, 과외학습 필요성 여부, 과외학습 계속의향 여부는 대상자의 정신건강 수준에 영향을 미치지 않았다(Table 3).

4. 과외학습 계속의향 여부에 영향하는 요인

과외학습 계속여부 의향에 영향을 미치는 요인은 성별, 과외학습 여부에 대한 의사결정자, 과외학습 만족도, 과외학습 받은 기간이었다. 즉, 과외학습을 계속 받을 의향은 여학생이 남학생보다 2.9배($p=.025$) 높았으며, 본인의 의사로 과외학

<Table 1> General & Extracurricular Learning Characteristics

(N=241 or 156)

Characteristics	Categories	n (%)	
Gender	Male	118 (49.0)	
	Female	123 (51.0)	
Elementary school grade	4	75 (31.1)	
	5	56 (23.2)	
	6	110 (45.7)	
Extracurricular learning	Have	156 (64.7)	
	Have not	85 (35.3)	
Contents of extracurricular learning	Major subject	Have	129 (82.7)
		Have not	27 (17.3)
	Foreign language	Have	90 (57.7)
		Have not	66 (42.3)
	Art	Have	17 (10.9)
		Have not	139 (89.1)
	Music	Have	37 (23.7)
		Have not	119 (76.3)
	Sports-related	Have	32 (20.5)
		Have not	124 (79.5)
	Number of extracurricular learning type	≤ 2	96 (61.5)
		3~4	36 (23.1)
≥ 5		24 (15.4)	
Duration of extracurricular learning (year)	< 1	36 (23.0)	
	1~3	87 (55.8)	
	> 3	33 (21.2)	
Days per week for extracurricular learning (day)	≤ 2	38 (24.4)	
	3~5	106 (67.9)	
	≥ 6	12 (7.7)	
Decision-makers about whether they receive extracurricular learning	Parents' opinion	101 (64.7)	
	Self opinion	55 (35.3)	
Necessity of extracurricular learning	Need	98 (62.8)	
	Need not	58 (37.2)	
Satisfaction on extracurricular learning	Satisfied	87 (55.7)	
	Medium	55 (35.3)	
	Not satisfied	14 (9.0)	
Effect of extracurricular learning	Effective	142 (91.0)	
	Medium	5 (3.2)	
	Effective not	9 (5.8)	
Intention to continue extracurricular learning	Have	81 (51.9)	
	Have not	75 (48.1)	

습을 받은 경우 부모의 의사로 하는 것에 비해 15.5배($p < .001$) 높았다. 또한 과외학습에 만족하지 못하는 경우에 비해 만족도가 보통인 경우는 10.9배($p < .001$), 만족하는 경우는 16.6배($p < .001$) 높았으며, 과외학습 받은 기간이 3년 초과된 경우와 비교하여 1~3년인 경우는 4.3배($p = .032$), 1년 미

만인 경우는 11.4배($p = .004$)로 높아 과외학습 받은 기간이 짧은 경우 과외학습을 계속 받을 의향이 높았다. 반면에 과외학습 계속여부 의향에 스트레스나 정신건강 수준은 영향을 미치지 않았다(Table 4).

Table 2. Differences of Level in Stress & Mental Health between Extracurricular Learning Group and Non-extracurricular Learning Group (N=241)

Variables	Categories	Extracurricular learning group	Non-extracurricular learning group	t	p
		M±SD	M±SD		
Stress	Total	1.3±0.29	1.4±0.31	0.53	.469
	Physical	1.4±0.37	1.4±0.40	0.11	.783
	Mental	1.4±0.37	1.4±0.37	0.01	.920
	Emotional	1.3±0.44	1.3±0.46	0.37	.541
	Behavioral	1.3±0.26	1.3±0.32	3.99	.126
Mental health		6.9±10.14	7.7±9.68	0.11	.114

고찰

과외과외는 자라나는 아동과 청소년의 전인적 성장에 장애가 된다. 건강한 신체와 정서, 민주 시민의 자질은 친구들과 어울려 놀며, 자연과 접하며, 다양한 문화적 경험을 쌓을 때 함양된다. 하루 종일 학교에서 공부하고 또 나머지 시간은 저녁 늦게까지, 주말까지 폐쇄된 공간 속에서 교과학습을 위한 과외와 학원에 시달릴 경우 전인적인 성장에 어려움이 있다(김영철, 2001).

본 연구의 대상자인 초등학교 4, 5, 6학년 아동 중 과외학습을 받고 있는 자는 64.7%였으며, 이 중 대부분이 예체능보다는 주요교과 또는 외국어 과외학습을 받고 있었다. 이는 많은 선행 연구(이성순, 2004; 송은영, 2007; 권현자, 2008; 조영희, 2011)에서 제시된 바와 같이 초등학생에게도 과외학습이 주로 성적향상과 선행학습을 위한 수단으로 활용되고 있다는 것을 단적으로 보여주는 결과이다.

뿐만 아니라 대상자가 과외학습 받은 기간은 1~3년까지가 55.8%, 주당 과외학습 받은 일자는 3~5일이 67.9%로 가장 많았고, 64.7%가 부모의 의사에 따라 과외학습을 받고 있었다. 일주일에 5일 이상 과외를 받는 아동이 전체의 61.0%로 나타난 허지원(2009)의 연구결과와 같이 초등학생의 과외수익상은 부모들의 과잉기대에 따른 양육과 더불어 과외학습에 많은 시간을 투자하고 있는 등 초등학교 때부터 과열된 과외학습을 받고 있었다. 그래도 본 연구의 과외학습률은 광역시에 거주하는 5, 6학년을 대상으로 한 이성순(2004)의 86.5%, 허지원(2009)의 85.2%에 비해 낮은 수치로, 본 연구가 일부 읍, 면도 포함된 중소도시에 거주하는 자를 대상으로 하였기 때문에 지역별 차이가 반영되었을 것으로 사료된다.

초등학생 시기부터 많은 시간이 투자한 과열된 과외학습은 초등학생에게 심각한 신체적, 정신적 스트레스 요인이 될 수

있다. 스트레스란 생활에서 생겨나는 압박감으로 적정수준까지는 생활하는데 원동력이 되지만 이 수준을 넘어설 때에는 효율성이 사라지며, 지속되면 생리적, 심리적 건강상의 문제가 생겨 각종 질병들을 유발하는 원인이 될 수 있다. 이경숙(2001)은 초등학교 아동이 인식하는 과외학습 스트레스 증후로 가장 높은 빈도를 나타낸 것은 '짜증이 자주 난다'로서 전체 아동의 81.5%에 해당했으며, 그 외에도 괜히 불안하며, 조그만 사건에도 심장이 크게 뛰거나 괜히 떨거나 손톱을 물어뜯는 등의 반응들을 보였다고 하였다.

본 연구에서는 과외학습 집단과 비과외학습 집단 간의 스트레스 수준 차이를 분석한 결과, 두 집단 간 스트레스 수준 차이는 없었으며, 또한 스트레스의 신체적·정신적·감정적·행동적 영역별로도 스트레스 수준 차이가 없었다. 이러한 결과는 이성순(2004)의 연구결과와 일치하는 것으로, 과외학습을 받는다는 것은 초등학교 고학년 아동의 스트레스 수준에 영향을 미치지 않았다.

강인성(2004)은 초등학교 6학년을 대상으로 과외학습 집단과 비과외학습 집단 간 정신건강 수준 차이를 분석한 결과, 두 집단 간 차이는 없다고 한 바 있다. 본 연구에서도 두 집단 간 정신건강 수준의 차이가 없어, 과외학습을 한다는 자체가 초등학교 고학년 아동들의 정신건강에 영향을 미치지 않은 것으로 나타났다.

그러나 과외학습 집단만을 대상으로 과외학습 관련요인에 따른 스트레스 수준을 분석한 결과, 과외학습에 대한 만족도와 과외학습효과에 따라 영역별 스트레스 수준에 차이가 있었다. 즉, 과외학습에 대한 효과가 높고 또한 만족도가 높은 경우는 낮은 경우에 비해 정신적·정서적 영역의 스트레스를 낮게 지각하고 있었다. 이는 임자성(2003)이 자신의 학업능력을 우수하다고 인지하거나 학업성적이 우수할 것이라 예측하는 아동의 경우에는 그렇지 않은 아동에 비해 많은 양의 과외학습

Table 3. Stress and Mental Health by Extracurricular Learning Characteristics (N=241 or 156)

Variables	Categories	Stress								Mental health	
		Physical		Mental		Emotional		Behavioral		M±SD	t or F
		M±SD	t or F	M±SD	t or F	M±SD	t or F	M±SD	t or F		
Gender	Male	1.4±0.39	0.23	1.4±0.40	0.93	1.3±0.46	0.31	1.3±0.29	0.44	7.5±10.36	0.90
	Female	1.3±0.28		1.4±0.35		1.3±0.43		1.3±0.28		6.9±9.60	
Elementary school grade	4	1.4±0.38	1.29	1.4±0.38	0.72	1.3±0.46	2.56	1.3±0.29	1.43	7.1±11.10	1.77
	5	1.3±0.35		1.4±0.38		1.3±0.38		1.2±0.30		5.2±6.61	
	6	1.4±0.39		1.4±0.37		1.4±0.46		1.3±0.27		8.3±10.48	
Decision-makers about whether they receive EL	Parents' opinion	1.4±0.39	2.72	1.3±0.36	0.38	1.3±0.44	0.41	1.3±0.27	0.36	6.6±9.52	0.98
	Self opinion	1.3±0.32		1.4±0.39		1.3±0.44		1.3±0.25		7.4±11.25	
Duration of EL (year)	< 1	1.4±0.32	0.43	1.4±0.40	0.03	1.3±0.49	0.38	1.3±0.31	1.67	8.6±14.74	0.63
	1~3	1.4±0.38		1.4±0.36		1.3±0.45		1.2±0.24		6.4±8.88	
	> 3	1.4±0.39		1.4±0.38		1.3±0.35		1.3±0.25		6.3±6.63	
Days per week for EL (day)	≤ 2	1.4±0.36	4.42*	1.3±0.37	2.11	1.3±0.47	2.03	1.3±0.30	1.56	7.7±14.02	1.11
	3~5	1.4±0.34		1.4±0.34		1.4±0.38		1.2±0.24		6.2±7.31	
	≥ 6	1.7±0.52		1.6±0.56		1.6±0.73		1.3±0.31		10.5±15.99	
		1.4±0.38	0.01	1.4±0.37	0.14	1.3±0.44	0.35	1.3±0.27	0.01	7.3±11.58	0.46
Number of EL type	3~4	1.4±0.33		1.4±0.35		1.4±0.39		1.3±0.26		7.0±7.20	
	≥ 5	1.4±0.41		1.4±0.40		1.3±0.50		1.3±0.24		5.1±7.42	
		1.4±0.37	0.87	1.3±0.36	0.11	1.3±0.42	0.47	1.3±0.26	0.25	7.0±10.05	0.00
Necessity of EL	Need	1.4±0.37		1.4±0.38		1.3±0.46		1.3±0.26		6.8±10.37	
	Need not	1.4±0.37		1.4±0.38		1.3±0.46		1.3±0.26		6.8±10.37	
Satisfaction on EL	Satisfied	1.4±0.34	0.63	1.3±0.30	7.57***	1.2±0.34	4.83**	1.3±0.27	0.01	5.4±7.79	4.08*
	Medium	1.4±0.42		1.5±0.41		1.4±0.51		1.3±0.25		7.6±10.44	
	Not Satisfied	1.4±0.40		1.6±0.46		1.6±0.55		1.3±0.28		13.4±17.58	
Effect of EL	Effective	1.4±0.36	0.97	1.3±0.32	11.67***	1.3±0.36	11.66***	1.3±0.27	0.14	5.9±8.28	9.96***
	Medium	1.5±0.36		1.4±0.61		1.5±0.76		1.3±0.23		9.2±12.56	
	Effective not	1.6±0.58		1.9±0.61		1.9±0.81		1.2±0.23		20.6±21.80	
Intention to continue EL	Have	1.4±0.34	2.56	1.3±0.30	5.09*	1.3±0.39	1.25	1.3±0.27	0.44	5.8±8.25	3.98
	Have not	1.4±0.40		1.5±0.42		1.4±0.49		1.3±0.25		8.1±11.79	

EL=extracurricular learning.

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

Table 4. Factors Affecting on Intention to Continue Extracurricular Learning (Logistic Regression)

(N=156)

Variables	Categories	OR (95% CI)	p
Gender	Male	Ref	
	Female	2.9 (1.147~7.511)	.025
Decision-makers about whether they receive EL	Parents' opinion	Ref	
	Self opinion	15.5 (5.336~44.951)	< .001
Satisfaction on EL	Satisfied not	Ref	
	Medium	10.9 (4.003~29.552)	< .001
	Satisfied	16.6 (6.919~46.44)	< .001
Duration of EL (year)	≤ 1	11.4 (2.207~59.354)	.004
	1-4	4.3 (1.131~16.493)	.032
	≥ 4	Ref	

EL=extracurricular learning.

을 받고 있지만, 이에 대한 자발성이 높고, 과외학습에 대한 긍정적인 인식을 하고 있으며, 과외학습에 대한 스트레스를 낮게 지각하고 있었던 연구결과와 비슷한 맥락이다. 즉, 임자성(2003)의 연구에서는 과외학습 주당 총 시간과 주당 일수에 따라 과외학습 스트레스 상, 하 집단 간의 차이가 없었던 결과와는 달리 학업성취와 관련된 외부요인을 배제한 상황인 학업자아개념을 통제한 후에는 두 집단 간의 차이가 나타났다. 즉, 학교성적 및 학습 능력과 관련한 요인을 배제한 상황에서는 과외학습을 많이 받고 있는 아동이 과외로 인한 스트레스를 높게 지각하고 있다는 결과를 보여주어 아동이 과외로 인한 스트레스를 높게 지각하고 있음에도 학교성적 및 학습 능력과 관련한 요인에 의해 스트레스 지각 수준이 달라짐을 보여주는 것이다. 이는 본 연구에서 초등학교 고학년 아동의 과외학습에 따른 정신적·정서적 영역의 스트레스 수준은 과외학습의 효과와 만족도에 의해 좌우되는 것으로 나타난 결과와 상응한 내용으로, 과외학습에 따른 학업성취요인이 스트레스 수준, 특히 정신적·정서적 영역의 스트레스 수준에 주요한 영향요인임을 알 수 있었다.

또한 본 연구에서 주당 과외학습 받는 일자가 6일 이상인 경우는 5일 이하에 비해 정신적·감정적·행동적 스트레스 영역은 차이가 없었으나 신체적 영역의 스트레스를 높게 지각하고 있었다. 즉, 이는 과외시간이 많으면 적은 집단에 비해 신체적 스트레스 증상이 나타난다고 한 이성순(2004)의 연구와 같은 결과로, 본 연구에서도 과도한 과외학습의 양은 신체적 피로감 등을 야기 시켜 감기에도 잘 걸리며, 두통, 복통 등을 자주 호소하는 것으로 나타났다. 또한 과외학습을 계속할 의향이 없는 집단은 의향이 있는 집단에 비해 정신적 영역의 스트레스를 높게 지각하여 상대적으로 정신적인 불안정한 증후가 더 많이 나타났다. 그러나 선행연구를 통해 아동의 스트레스

수준에 영향을 미치었던 과외학습 개수, 과외학습 받은 기간, 과외학습 여부에 대한 의사결정자 등의 과외학습 관련특성들은 본 연구에서는 영향을 미치지 않아 지속적인 연구를 통한 규명이 필요하다고 사료된다.

김현경(2009)은 과외학습을 받음으로 학교성적이 향상되었다고 생각하는지 여부와 학교수업에 대한 흥미도 변화정도에 따라 정신건강수준이 차이를 보인다고 하였는데, 본 연구에서도 과외학습에 대한 효과가 높고 또한 만족도가 높은 경우는 낮은 경우에 비해 정신건강이 양호하였다. 그 외의 성별, 학년별, 과외학습 개수, 과외학습 받은 기간, 주당 과외학습 받는 일자, 과외학습 여부에 대한 의사결정자, 과외학습 필요성 여부, 과외학습 계속여부 의향은 대상자의 정신건강 수준에 영향을 미치지 않았다. 물론 일부 선행 연구에서 과외학습 개수(강인성, 2004), 과외학습 받은 기간(강인성, 2004), 과외학습 필요성 여부(강인성, 2004; 김현경, 2009), 과외학습 스트레스 수준(이경숙, 2006)에 따라 과외학습을 하는 아동의 정신건강 수준에 차이가 있었지만 본 연구에서는 이러한 관련 요인들이 대상자의 정신건강 수준에 영향을 미치지 않아 이에 대해서는 지속적인 연구를 통한 규명이 필요하다고 본다.

본 연구에서 과외학습 계속의향 여부에 영향을 미치는 요인은 성별, 과외학습 여부에 대한 의사결정자, 과외학습 만족도, 과외학습 받은 기간이었으며, 스트레스와 정신건강 수준은 영향을 미치지 않았다. 즉, 여학생인 경우, 본인의 의사로 과외학습을 받은 경우, 과외학습 만족도가 높은 경우, 지금까지 과외학습 받은 기간이 짧은 경우에 과외학습을 계속 하겠다는 의향이 높았다.

대부분 초등학생들은 부모의 권유에 의해서 과외를 시작하게 되었다고 한다(송은영, 2007; 조영희, 2011). 이렇게 아동의 의사를 고려하지 않은 부모의 일방적인 과외학습은 아동의

과외학습 스트레스를 높이는 경우가 있으며(강인성, 2004; 허지원, 2009; 조영희, 2011), 학습에 대한 흥미 및 학습동기, 자율학습행동에 어려움을 겪게 하는 등 학습태도와 학습습관에 부정적 영향을 미칠 수 있다고 하였다(허지원, 2009). 본 연구에서도 본인의 의사로 자율적으로 과외학습을 받은 경우는 부모의 의사에 따라 한 것에 비해 계속 과외학습을 받겠다고 하는 경우가 15.5배 높아, 강제적으로 받는 과외학습이 아닌 본인의 의사에 의한 과외학습의 경우 긍정적인 양상을 보였다. 또한 계속 과외학습을 받겠다고 하는 경우가 과외학습 받은 기간이 3년 초과된 경우에 비해 1년 미만인 경우는 11.4배로 높아, 과외학습 받은 기간이 오래된 경우는 과외학습을 하고 싶지 않은 부정적인 인식을 갖고 있는 것으로 나타났다.

상기의 결과를 종합하여 보면, 초등학교 고학년 아동들은 과외학습을 한다는 그 사실만으로 스트레스를 받거나 정신건강상의 문제가 야기되지는 않았다. 또한 계속적인 과외학습 여부를 결정하는 데에도 과외학습으로 인한 스트레스나 정신건강 수준이 문제시 되지 않았다. 오히려 이성순(2004), 송은영(2007), 허지원(2009) 등의 선행연구에서 대다수의 학생들이 과외학습이 필요하며 과외학습이 학업성적 향상에 도움이 된다고 한바 있듯이, 본 연구에서도 대상자 중 9.0%만이 과외학습에 불만족하다고 인식하고 있었으며, 91.0%는 과외학습이 효과가 있다고 하였고, 과외학습이 필요하다고 인식하는 경우는 62.8%, 또한 이후에 계속적으로 과외학습을 받을 의향이 있는 학생은 51.9%로 전반적으로 과외학습에 대해 긍정적인 인식수준을 보여주고 있어, 아동들이 과외학습을 부담스러워 할 것이라는 일반적인 인식과는 다른 양상을 보여주고 있다.

이와는 달리 과외학습집단을 대상으로 과외학습 관련특성에 따라 분석한 경우에서는 과외학습의 효과와 만족도가 대상자의 정신적·정서적 영역의 스트레스뿐만 아니라 정신건강 수준에도 영향을 미치는 주요한 요인이었다. 즉, 과외학습에 의해 성적이 향상되거나 학습능력이 신장되었고 또한 과외학습에 대한 만족도가 높은 집단은 낮은 집단에 비해 정신적·정서적 영역의 스트레스를 덜 받고 정신건강 상태도 양호한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 점차 과외학습이 일반화되고 있는 현실을 반영하여 초등학교생들도 과외학습을 학교성적 향상이나 선행학습이나 입시준비를 위해 당연한 것으로 받아들이는 태도도 영향이 있는 것으로 사료된다. 성용구(1993)도 초등학교생의 과외학습이 학교교육의 보충, 심화라는 본래의 목적을 벗어나 남이 하니까 나도 한다는 식으로 변질되고 있어 과외학습의 목적성을 상실하고 있는 것이 큰 문제점이라고 한

바 있다. 이는 학교 교육의 보완적인 역할을 하는 보조적 학습 행위인 과외학습의 본질적 목적을 벗어나 성적향상 등과 같은 목적으로 변질되고 과열되어 파행적으로 운영되는 양상을 근본적으로 변화시키기 전에는 해결하기 어려운 문제로 보인다. 따라서 장기적으로는 과외학습이 공교육을 보완해 주는 순기능적 역할로 확대할 수 있는 방안의 연구와 정책적 유도가 필요하며, 단기적으로는 부모와 아동 본인들이 발달 단계와 적성, 학습수준 등을 고려하여 개개인에게 맞는 과외학습의 형태와 과외시간 등을 결정해야 할 것이다. 특히 초등학교 시기에는 아동들의 특기와 흥미를 살린 다양한 경험을 시켜주는 과외형태가 필요하며, 아동들의 전인적인 성장에 중점을 둔 과외학습이 요구된다.

요약 및 결론

본 연구는 초등학교 고학년 아동을 대상으로 과외학습과 과외학습 관련특성에 따른 스트레스와 정신건강 수준을 파악하고, 과외학습 계속의향 여부에 영향하는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다. 중소도시 4개시에 거주하는 초등학교 고학년 아동 241명을 대상으로 하였으며, 스트레스는 박광수(2000)가 제작한 스트레스증후 검사지를 참조하여 이성순(2004)이 재구성한 도구를, 정신건강은 정신건강진단검사(Symptom Checklist-90-Revision, SCR-90)를 김봉은(1988)이 우리나라 초등학교 아동 수준에 맞도록 선별한 도구를 연구자가 수정 보완하여 사용하였다. 이에 따른 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 초등학교 4, 5, 6학년 아동 중 과외학습을 받고 있는 자는 64.7%였으며, 이 중 대부분이 예체능보다는 주요교과나 외국어 과외학습을 받고 있었다. 과외학습 받은 기간은 1~3년까지가 55.8%로 가장 많았으며, 주당 과외학습 받은 일자는 3~5일이 67.9%로 가장 많았고, 64.7%가 부모의 의사에 따라 과외학습을 받고 있었다.

둘째, 과외학습 집단과 비과외학습 집단 간의 스트레스 수준 차이를 분석한 결과, 두 집단 간 스트레스 수준 차이는 없었으며, 또한 스트레스의 신체적·정신적·감정적·행동적 영역 별로도 스트레스 수준 차이가 없어 초등학교 고학년 아동들에게 과외학습은 스트레스 요인이 되지 않았다. 또한 과외학습 집단과 비과외학습 집단 간 정신건강 수준 차이도 없어 과외학습이 초등학교 고학년 아동들의 정신건강에 영향을 미치지 않은 것으로 나타났다.

셋째, 과외학습 집단만을 대상으로 과외학습 관련특성에

따른 스트레스와 정신건강 수준을 분석한 결과, 과외학습에 대한 만족도와 과외학습 효과에 따라 영역별 스트레스와 정신건강 수준에 차이가 있었다. 즉, 과외학습에 대한 효과와 만족도가 높은 경우는 낮은 경우에 비해 정신적·정서적 영역의 스트레스를 낮게 지각하고 있었으며, 정신건강이 양호하였다. 또한 주당 과외학습 받는 일자가 6일 이상인 경우는 5일 이하에 비해 신체적영역의 스트레스를 높게 지각하고 있었다. 또한 과외학습을 계속할 의향이 없는 집단은 의향이 있는 집단에 비해 정신적 영역의 스트레스를 높게 지각하고 있었다.

넷째, 과외학습 계속여부 의향에 영향을 미치는 요인은 성별, 과외학습 여부에 대한 의사결정자, 과외학습 만족도, 과외학습 받은 기간이었으며, 여학생인 경우, 본인의 의사로 과외학습을 받은 경우, 과외학습 만족도가 높은 경우, 지금까지 과외학습 받은 기간이 짧은 경우 과외학습을 계속 하겠다는 의향이 높았다. 그러나 스트레스와 정신건강 수준은 영향을 미치지 않았다.

이상의 결과를 보면, 초등학교 고학년 아동들은 과외학습을 한다는 그 사실만으로 스트레스를 받거나 정신건강상의 문제가 야기되지는 않았으며, 또한 지속적인 과외학습 여부를 결정하는 데에도 과외학습으로 인한 스트레스나 정신건강 수준이 문제시 되지 않았다. 오히려 과외학습의 필요성, 과외학습에 대한 만족도, 과외학습의 효과 및 과외학습 계속여부의 향을 통해서 보면, 전반적으로 과외학습에 대해 긍정적인 인식수준을 보여주고 있었다.

과외학습 집단의 경우, 과외학습의 효과와 만족도가 대상자의 정신적·정서적 영역의 스트레스뿐만 아니라 정신건강 수준에 영향을 주는 주요한 요인이었다. 즉, 과외학습에 의해 성적이 향상되거나 학습능력이 신장되었고 또한 과외학습에 대한 만족도가 높은 집단은 낮은 집단에 비해 정신적·정서적 영역의 스트레스를 덜 받고 정신건강 상태도 양호한 것으로 나타났다.

결론적으로, 이러한 결과는 초등학교생들도 과외학습을 학교 성적 향상이나 선행학습이나 입시준비를 위해 당연한 것으로 받아들이는 태도를 갖고 있는 때문인 것으로 보인다. 때문에 부족한 지식을 보충하거나 확장시킴으로써 학교 교육의 보완적인 역할을 하는 과외학습이 지닌 본질적인 목적을 되살리기 위해 근본적으로 과외학습의 기능을 공교육을 보완해 주는 순기능적 역할로 확대할 수 있는 방안의 연구와 정책적 유도가 필요하다. 또한 초등학교생의 발달 단계와 적성, 학습수준, 자율성 등을 고려하여 개개인에게 맞는 과외학습의 형태와 과외시간 등을 결정하여 과행적이며 과열된 과외학습이 되지 않도록 해야 할 것이다.

참고문헌

- 강인성(2004). **초등학생의 과외학습 스트레스와 정신건강의 관계**. 공주대학교, 석사학위논문, 공주.
- 고형순(2002). **학원과의 학습이 아동의 스트레스에 미치는 영향**. 제주대학교, 석사학위논문, 서울.
- 김경숙(2006). **초등학생의 과외학습 스트레스가 정신건강 및 학교생활 적응에 미치는 영향**. 건국대학교, 석사학위논문, 서울.
- 김봉은(1988). **아동의 정신건강에 관한 연구**. 고려대학교, 석사학위논문, 서울.
- 김영철(2001). 우리나라 교육시장의 종합 진단. **교육개발**, 5·6, 20-21.
- 김현경(2009). **초등학생의 과외학습에 따른 과외학습 스트레스와 정신건강**. 전북대학교, 석사학위논문, 전주.
- 권현자(2008). **초등학생 고학년의 과외학습 실태와 스트레스에 관한 연구**. 영남대학교, 석사학위논문, 경산.
- 박광수(2000). **초등학생의 스트레스 요인 및 증후와 학교적응과의 관계**. 영남대학교, 석사학위논문, 경산.
- 배지연(2004). **초등학생의 학원과의 학습 스트레스와 자기통제력 및 학교적응과의 관계**. 한양대학교 교육대학원, 석사학위논문, 서울.
- 백경애(1997). **초등학교 아동의 스트레스와 사회적 지지와의 관계**. 한국교원대학교 교육대학원, 석사학위논문, 서울.
- 서울대학교 교육연구소(1994). **교육학 용어사전**, 서울: 하우.
- 서울대학교 교육연구소(199). **교육학 대백과 사전**, 서울: 하우.
- 성용구(1993). 우리나라 도시지역 초등학교생들의 과외학습 활동의 파행적 현상 연구. **초등교육논총**, 5(2), 91-120.
- 송은영(2007). **초등학생의 과외 특성에 따른 과외 스트레스 및 학업 자아개념과의 관계**. 춘천교육대학교, 석사학위논문, 춘천.
- 이경숙(2001). **초등학교 아동이 인식하는 과외 스트레스에 관한 조사 연구**. 숙명여자대학교 교육대학원, 석사학위논문, 서울.
- 이성순(2004). **초등학생의 과외학습과 스트레스 및 학교적응에 관한 연구**. 대전대학교, 석사학위논문, 대전.
- 임자성(2003). **초등학생의 과외학습 스트레스와 관련한 심리적 특성 연구**. 성신여자대학교 대학원, 석사학위논문, 서울.
- 임자성(2005). **초등학생의 과외학습 스트레스와 관련한 심리적 특성 연구**. **한국심리학회지**, 10(3), 295-311.
- 조영희(2011). **초등학생의 사교육실태, 결정요인, 아동스트레스**. 성균관대학교, 석사학위논문, 서울.
- 홍정현(2010). **초등학생에서 과외학습량, 스트레스, 식생활과의 관련성에 관한 연구**. 경희대학교, 석사학위논문, 서울.
- 허지원(2009). **초등학생의 과외학습 스트레스가 학습태도 및 학습습관에 미치는 영향**. 부산대학교, 석사학위논문, 부산.
- 통계청(2012). **통계청 사교육비조사 결과[Online]**. Available: <http://www.kostat.go.kr/> [2012, April 25].
- Derogatis, L. R. (1971). *SCL-90 Manual-I*, Baltimore, John Hopkins Univ. Clinical Psychometrics Research Unit.
- Elkind, D. (1983). *The hurried child*, New York: Management & Music Publishing, Inc.
- Medeiro, D. C., Babara, J. P., & Welch, L. D. (1983). *Children under stress*, Englewood Cliffs: Prentice-Hall, Inc.