

## 초등학생의 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향

최혜선  
우석대학교 간호학과

### The Influence of Stress and Parent-Child Relationship on Elementary School Students' School Adjustment

Hye Seon Choi  
Department of Nursing, Woosuk University

#### ABSTRACT

**Objectives:** The purpose of this study is to develop programs that help students adjust to school and provide basic data for the students who have difficulty adjusting to school by analyzing the influence of elementary school students' stress and their relationship with parents on school adjustment.

**Methods:** The study surveyed fourth graders in 3 elementary schools in G district. The researcher used convenience sampling to select the 3 elementary schools. The combined 158 students were selected for the analysis, and the survey was conducted for a month in September 2011. The stress monitoring tool used in the 5th year of Korean Youth Panel Survey was mobilized to measure levels of stress among the participants. To measure the parent-child relationship, the Korean Parent-Child Relationships Scale was used. For the measurement of school adjustment, a tool designed to identify the school adjustment of elementary school students was used. The SPSS 21 software and a two-sided test under the significance level of  $\alpha=0.05$  were used to analyze data. The regression analysis was also used to identify the relative influence of the stress and parent-child relationship on children's adjustment to school.

**Results:** The regression analysis has found the following: the higher peer stress ( $B=-0.175$ ) and parental strictness ( $B=-0.159$ ) grow, the lower the level of school adjustment gets; the higher the level of intimacy between parent and child gets, the higher the level of school adjustment grows; and intimacy between parent and child ( $\beta$

접수일 : 2015년 2월 13일, 수정일 : 2015년 4월 9일, 채택일 : 2015년 4월 15일

교신저자 : 최혜선(565-701, 전라북도 완주군 삼례읍 삼례로 443)

Tel: 063-290-1628 FAX: 063-290-1548 E-mail: hschoi@woosuk.ac.kr

\* 본 연구는 2014년 아동간호학회 동계학술대회 포스터 발표내용의 일부분을 수정·보완하였음.

=0.400) has the largest influence on the child's school adjustment.

**Conclusions:** For elementary school students to be well adjusted to school, their stress and relationships with their parents should be managed. In particular, using the programs that can reduce stress from peers and increase parent-child intimacy will be effective in helping students adjust to school.

**Key words:** Child, Parent Child Relationship, School Adjustment, Stress, Students

## I. 서론

아동은 초등학교에 입학하면 가정에서 학교라는 새로운 환경에 적응을 해야 한다. 아동은 학교 환경 속에서 교사 및 또래와 함께 지내며 새로운 인간관계를 맺고 학교 규칙과 자신들만의 규칙을 만들어 지키는 과정 등을 통해서 사회 구성원이 되기 위한 기술들을 발달시킨다. 또한 아동은 학교에서 사회의 가치를 배우고 자아개념을 발달시킨다. 즉 학교는 가정과 함께 아동의 신체적, 심리적, 사회적 발달에 영향을 주는 중요한 곳이다(Durlak 등, 2011; Hockenberry와 Wilson, 2013). 하지만 학교가 아동의 성장·발달에 긍정적인 영향을 주는 것만은 아니다. 실례로 학교에서 아동은 교사로부터 인정을 받기 위해 친구들과 경쟁하면서 심리적인 압박을 받게 되고, 학업 성적으로 고민하게 된다. 그리고 또래 친구들과 잘 어울리지 못하거나 놀림을 당하기도 하는데, 이는 아동의 자아개념 발달에 상당히 위협적으로 작용한다. 또한 이러한 상황은 아동의 스트레스를 가중 시키는 원인이 되기도 한다. 그러므로 아동의 원활한 성장·발달을 위해서는 학교생활에 잘 적응 하도록 돕는 것이 반드시 필요하다(Hockenberry와 Wilson, 2013).

이와 같이 아동의 성장·발달에 필수 불가결한 학교생활적응은 아동 개인의 요구와 학교환경에서의 요구를 조화롭게 해결하며 만족감을 느끼는 학교환경과 아동 사이에 균형을 이룬 상태를 말한다(오유정과 문혁준, 2013; 이귀옥과 이미리, 2013).

하지만 국내 아동의 학교생활적응 실태는 그리 좋지 않다. 2012년 전국의 초, 중, 고등학교 학생들을 대상으로 조사한 정서·행동 특성검사 결과에서 우울증 징후나 폭력 성향을 보여 지속적인 상담과 관리가 필요한 '관심군' 학생은 16.3%, 심층 상담 등의 집중관리가 필요한 '주의군' 학생은 4.5%로 나타났다. 심지어 초등학생들조차도 '관심군'이 16.6%, '주의군'이 2.4%인 것으로 조사되었다(김태균, 연합신문 2013년 2월 8일자). 뿐만 아니라 2012년 아동·청소년의 민주시민역량 국제비교 및 지원체계 개발 연구보고서에 따르면 학교 내 교사와 학생들과의 관계에 대한 인식에서 한국은 교사와 학생간의 친밀감이 매우 낮은 것으로 나타났다(이종원 등, 2012). 이처럼 국내 아동의 학교생활적응 수준은 낮은 편이다. 따라서 이를 해결하기 위한 다양한 연구와 정부 차원의 지원 및 정책 마련이 필요한 상황이다(최태진과 이희영, 2013).

이와 더불어 아동의 학교생활적응에서 스트레스를 빼 놓을 수 없는데, 스트레스는 다양한 원인으로부터 발생한다. 특히 아동의 스트레스는 입시위주의 교육환경, 가족환경과 대인관계 등 아동을 둘러싼 환경이나 타인과의 관계에 의해 주로 발생한다(Cohen, 2003). 그리고 지속적인 스트레스는 아동의 성장발달과 건강상태에도 부정적인 영향을 주며(김미예, 2005), 낮은 자아존중감과 부모 및 또래와의 관계에서 부적절한 특성을 보이고, 학교에 적응하지 못하며 일탈 경험을 높일 수 있다(권은영과 정현희, 2011). 무엇보다도 초등학교 4학년은 저학

년에서 고학년으로 변화하는 시기로 저학년 때보다 학습할 내용이 많아지고 학습 내용도 심화되어 보다 높은 학업 능력이 요구된다. 이를 반영하듯 선행연구에서 초등학교 고학년은 학업 스트레스가 가장 높았고(최혜선과 이미경, 2012), 초등학교 4학년의 전반적인 스트레스는 5, 6학년보다 높게 경험하는 것으로 보고되었다(정동화, 2003). 이와 같은 이유로 이 시기 아동은 스트레스와 학교생활적응에 대한 관심이 더욱 절실한 실정이다. 또한 2010년부터 매년 시행되고 있는 한국 아동청소년 패널 조사의 주요 연령에 초등학교 4학년이 포함되어 있어 학령기 아동의 정서 상태와 학교생활에 대한 이해와 비교 분석을 위해서 초등학교 4학년을 살펴보는 것은 의미가 있다.

그동안 초등학생의 성장·발달에 중요한 학교생활 적응을 돕기 위해 다양한 연구들이 시도되었다(박상희, 2009; 임선아, 2014). 그중에서도 아동과 청소년의 학교생활적응에 영향을 미치는 변인에 대한 메타 분석을 한 최근 연구 결과가 흥미로운데, 아동의 학교생활적응 관련 변인을 개인, 가족, 학교 이렇게 3가지로 분류하였다(이지언 등, 2014). 첫 번째로 개인 요인에서는 자아탄력성, 자아효능감, 외모만족, 자아존중감이 학교생활적응에 영향을 주었고, 두 번째로 가족 요인에서는 친밀한 부모자녀 관계, 부모 감독, 가족 지지, 부모 공감 순으로 아동의 학교생활적응에 영향을 주었으며, 세 번째로 학교 요인에서는 교사 지지, 교우 관계, 교사와 학생 관계 순으로 학교생활적응에 큰 영향을 주는 것으로 나타났다(이지언 등, 2014). 즉 아동의 학교생활적응은 단일요인이 아닌 개인, 부모, 그리고 학교라는 다차원적인 요인과 상호작용을 하면서 서로의 관계를 통해 영향을 주고 있는 것으로 나타났다(이귀옥과 이미리, 2013; 이정윤과 이경아, 2004; 임선아, 2014). 그리고 가정과 학교 변인 모두에서 아동과의 관계가 가장 중요한 요인으로 나타났다(이지언 등, 2014).

또한 많은 선행 연구에서 아동의 학교생활적응을 높이기 위해서는 아동 개인뿐만 아니라, 가정에

대해서도 관심을 가져야 한다고 주장하고 있다(양숙경과 문혁준, 2009; 이정윤과 이경아, 2004; Grolnick 등, 2009; Pomerantz 등, 2012). 다시 말해, 아동의 학교생활적응을 이해하기 위해서는 개인 요인과 함께 부모자녀관계 요인도 함께 고려되어야 한다는 것이다. 하지만 어렵게도 지금까지 진행된 초등학생의 스트레스와 학교생활적응의 관련 연구는 부족하며(박영아, 2014; 우소연과 박경자, 2009), 초등학생의 학교생활적응에 영향을 주는 메타분석 연구에서조차 개인 변인 중, 스트레스 요인은 포함되지 않았다(이지언 등, 2014). 또한 초등학생을 대상으로 한 스트레스와 학교생활적응 관련 선행 연구는 주로 5, 6학년으로 진행되었다(박영아, 2014; 최혜선과 이미경, 2012). 따라서 초등학교 고학년이 시작되는 4학년 아동의 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향에 대한 조사가 필요하다.

이에 본 연구에서는 초등학교 4학년을 대상으로 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향을 분석하여 아동의 학교생활적응을 높이는 데 도움을 줄 수 있는 프로그램 개발을 위한 기초 자료를 제공하고자 한다.

## II. 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 초등학생이 경험하는 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위한 상관성 조사연구이다.

### 2. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 G시 3개 초등학교 4학년 아동을 대상으로 조사하였다. 연구대상 초등학교는 조사연구의 수행 가능 여부를 검토하여 연구자가 임의로 선정하였다. 이후 각 학교 보건교사를 통해 학교별로 4

학년 2개 학급을 편의 표출하였으며, 해당 학급의 학생 전체를 대상으로 2011년 9월 한 달간 설문조사를 진행하였다. 자료 수집을 위해 조사 시작 전에 연구대상 초등학교의 학교장, 담임교사와 보건교사에게 동의를 얻었다. 또한 연구대상 아동과 어머니에게 설명서와 동의서를 배부하고 본 연구의 목적, 조사 내용, 비밀유지 등에 대해 설명한 후, 자발적으로 참여를 동의한 아동과 부모로부터 서면 동의를 받아 진행되었다.

본 연구의 조사 대상자수는 166명이었으나, 그 중 불완전한 자료 8부를 제외한 총 158명을 최종분석에 사용하였다. 본 연구에서 요구되는 표본수는 Cohen(2013)의 Power analysis 공식에 근거한 G\*Power 3.1.7 프로그램을 사용하여 양측 유의수준 0.05, 검정력 0.90, 상관분석의 중간 효과크기 0.30으로 설정하였을 때 109명으로 산출되었다. 이에 본 연구의 표본 크기는 적절하다고 할 수 있다.

### 3. 연구 도구

#### 1) 일반적 특성

본 연구에서 일반적 특성은 아동의 성별, 주관적으로 느끼는 학교성적과 삶에 대한 만족도, 부모님의 학력과 직업, 총 7문항을 조사하였다.

#### 2) 스트레스

본 연구에서 스트레스는 한국청소년패널조사 5차년도에 사용한 스트레스 도구(이경상 등, 2004)로 측정하였다. 이 도구는 부모 스트레스(3문항), 학업 스트레스(4문항), 친구 스트레스(3문항), 외모 스트레스(4문항), 용돈 스트레스(2문항), 총 5개 하위영역의 16문항으로 구성되어 있다.

부모 스트레스와 관련된 대표적인 문항은 '부모님의 지나친 간섭으로 스트레스를 받는다'가 포함되었고, 학업 스트레스와 관련된 대표적인 문항은 '학교성적이 좋지 않아서 스트레스를 받는다'가 포함되었으며, 친구 스트레스와 관련된 대표적인 문

항은 '친구에게 놀림이나 무시를 당해서 스트레스를 받는다'의 문항이 포함되었다. 외모 스트레스와 관련된 대표적인 문항은 '얼굴 생김새 때문에 스트레스를 받는다'가 포함되었고, 용돈 스트레스와 관련된 대표적인 문항은 '용돈이 부족해서 스트레스를 받는다'의 문항이 포함되었다.

모든 문항은 '그런 적 없다' 1점에서 '항상 그렇다' 5점으로 점수가 높을수록 스트레스 수준이 높음을 의미한다. 도구 전체 신뢰도는 선행연구(최혜선과 이미경, 2012)에서 Cronbach's  $\alpha=0.899$ 이었으며, 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha=0.895$ 이었다. 본 연구에서 하위영역별 신뢰도는 부모 스트레스 Cronbach's  $\alpha=0.782$ , '학업 스트레스' Cronbach's  $\alpha=0.837$ , '친구 스트레스' Cronbach's  $\alpha=0.807$ , '외모 스트레스' Cronbach's  $\alpha=0.737$ , '용돈 스트레스' Cronbach's  $\alpha=0.765$ 이었다.

#### 3) 부모자녀관계

본 연구에서 부모자녀관계는 한국형 부모-자녀관계 척도(최인재, 2007)를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 친밀(7문항), 헌신(6문항), 존경(4문항), 엄격(3문항), 총 4개 하위영역의 20문항으로 구성되어 있다. 최인재(2007) 연구에서 도구 전체 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha=0.95$ 이었으며, 하위영역별 신뢰도는 '친밀' Cronbach's  $\alpha=0.92$ , '헌신' Cronbach's  $\alpha=0.89$ , '존경' Cronbach's  $\alpha=0.87$ , '엄격' Cronbach's  $\alpha=0.79$ 이었다.

부모자녀관계 중 친밀과 관련된 대표적인 문항은 '부모님은 나를 가장 잘 아는 친한 친구 같은 분이시다'가 포함되었고, 헌신과 관련된 대표적인 문항은 '부모님은 나에게 헌신적이시다'가 포함되었다. 존경과 관련된 대표적인 문항은 '부모님은 존경스럽고 본받고 싶은 분이시다'의 문항이 포함되었으며, 엄격과 관련된 대표적인 문항은 '부모님은 나를 엄하게 다루셔서 무섭게 느껴진다'의 문항이 포함되었다.

모든 문항은 '전혀 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점으로 측정하고, 부정적인 문항은 역환산하여 점

수가 높을수록 부모자녀관계가 좋은 것을 의미한다. 본 연구에서 도구 전체 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = 0.915$ 이었으며, 하위영역별 신뢰도는 '친밀' Cronbach's  $\alpha = 0.907$ , '헌신' Cronbach's  $\alpha = 0.864$ , '존경' Cronbach's  $\alpha = 0.756$ , '엄격' Cronbach's  $\alpha = 0.824$ 이었다.

#### 4) 학교생활적응

본 연구에서 학교생활적응은 학생들의 학교생활 적응 정도를 측정하기 위해 김아영(2002)이 개발한 도구로 측정하였다. 이 도구는 교사관계(5문항), 교우관계(5문항), 학교수업(5문항), 학교규칙(5문항), 총 4개 하위영역의 20문항으로 구성되어 있다. 김아영(2002)의 연구에서 도구 전체 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = 0.83$ 이었으며, 하위영역별 신뢰도는 '교사관계' Cronbach's  $\alpha = 0.80$ , '교우관계' Cronbach's  $\alpha = 0.80$ , '학교수업' Cronbach's  $\alpha = 0.80$ , '학교규칙' Cronbach's  $\alpha = 0.72$ 이었다.

교사관계와 관련된 대표적인 문항은 '나와 선생님의 관계는 원만하다'가 포함되었고, 교우관계와 관련된 대표적인 문항은 '학교에서 친구들과 잘 어울려 생활한다'가 포함되었다. 학교수업과 관련된 대표적인 문항은 '나는 학교생활 중 수업시간이 가장 즐겁다'가 포함되었으며, 학교규칙과 관련된 대표적인 문항은 '나는 등교시간을 잘 지킨다'가 포함되었다.

모든 문항은 '전혀 아니다' 1점에서 '매우 그렇다' 6점으로 측정하고, 부정적인 문항은 역환산하여 점수가 높을수록 해당 영역의 학교생활적응 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 도구 전체 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha = 0.915$ 이었으며, 하위영역별 신뢰도는 '교사관계' Cronbach's  $\alpha = 0.818$ , '교우관계' Cronbach's  $\alpha = 0.790$ , '학교수업' Cronbach's  $\alpha = 0.787$ , '학교규칙' Cronbach's  $\alpha = 0.734$ 이었다.

#### 4. 자료 분석

모든 자료는 SPSS 21 프로그램을 사용하여  $\alpha = 0.05$ 의 유의수준에서 양측검정으로 분석하였다.

연구대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율로, 스트레스, 부모자녀관계와 학교생활적응 정도는 평균과 표준편차로 분석하였다. 그리고 스트레스, 부모자녀관계, 학교생활적응의 상관관계는 Pearson's correlation을 이용하여 분석하였고, 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다.

### III. 연구결과

#### 1. 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자의 성별은 남학생이 44.3%, 여학생이 55.7%였다.

부모님 관련 특성에서 학력은 아버지(82.9%)와 어머니(79.1%) 모두 전문대졸 이상이 가장 많았다. 직업은 아버지가 회사원(65.2%)이 가장 많았으며 응답자의 대부분이 직업이 있는 것으로 나타났다. 반면 어머니는 회사원 32.9%, 주부 39.2%인 것으로 나타났다.

대상자 아동이 생각하는 주관적인 학교 성적은 보통이다(63.9%), 잘 한다(29.1%), 못 한다(7.0%) 순으로 나타났고, 주관적인 삶에 대한 만족도는 만족한다(73.4%), 보통이다(18.4%), 만족하지 못한다(6.3%) 순으로 대체적으로 삶에 대해 만족하는 것으로 나타났다<표 1>.

<표 1> 대상자의 일반적 특성

(N=158)		
일반적 특성	구분	실수 (%)
성별	남	70 (44.3)
	여	88 (55.7)
아버지의 학력*	고졸 이하	6 (03.8)
	전문대졸 이상	131 (82.9)
어머니의 학력*	고졸 이하	10 (06.3)
	전문대졸 이상	125 (79.1)

일반적 특성	구분	실수 (%)
아버지의 직업*	자영업	30 (19.0)
	회사원	103 (65.2)
	기타	18 (11.4)
어머니의 직업*	자영업	20 (12.7)
	회사원	52 (32.9)
	주부	62 (39.2)
	기타	19 (12.0)
학교 성적	잘 한다	46 (29.1)
	보통이다	101 (63.9)
	못 한다	11 (07.0)
주관적인	만족한다	116 (73.4)
삶에 대한 만족도*	보통이다	29 (18.4)
	만족하지 못한다	10 (06.3)

\* 무응답 제외

## 2. 스트레스, 부모자녀관계와 학교생활적응 정도

본 연구 대상자의 스트레스 전체 점수는 평균 1.81점이었다. 스트레스 하위 영역별 평균 점수는 학업 스트레스(2.13점), 부모 스트레스(1.84점), 친구 스트레스(1.76점), 용돈 스트레스(1.69점), 외모 스트레스(1.59점) 순으로 높게 나타났다.

부모자녀관계 전체 점수는 평균 3.94점이었다. 부모자녀관계 하위 영역별 평균 점수는 존경(4.03점), 헌신(3.93점), 친밀(3.89점), 엄격(2.05점) 순으로 높게 나타났다.

학교생활적응 전체 점수는 평균 4.35점이었다. 학교생활적응 하위 영역별 평균점수는 학교규칙(4.52점), 교우관계(4.44점), 학교수업(4.31점), 교사관계(4.13점)의 순으로 높게 나타났다<표 2>.

<표 2> 대상자의 스트레스, 부모자녀관계와 학교 생활적응 정도

(N=158)		
항목	평균	표준편차
스트레스 전체 (5점 만점)	1.81	0.64
학업 스트레스	2.13	0.90
부모 스트레스	1.84	0.79
친구 스트레스	1.76	0.91
외모 스트레스	1.59	0.75
용돈 스트레스	1.69	0.91
부모자녀관계 전체 (5점 만점)	3.94	0.64
친밀	3.89	0.85
헌신	3.93	0.79
존경	4.03	0.70
엄격	2.05	0.97
학교생활적응 전체 (6점 만점)	4.35	0.79
교사관계	4.13	1.04
교우관계	4.44	0.97
학교수업	4.31	0.90
학교규칙	4.52	0.85

## 3. 스트레스, 부모자녀관계와 학교생활적응의 상관관계

본 연구에서 스트레스는 부모자녀관계( $r=-0.399$ ), 학교생활적응( $r=-0.458$ )과 통계적으로 유의한 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다( $p<0.001$ ). 즉 아동의 스트레스가 높아질수록 부모자녀관계는 좋지 않으며 학교생활적응도 잘 하지 못하는 것으로 나타났다.

반면 부모자녀관계는 학교생활적응( $r=0.656$ )과 통계적으로 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다( $p<0.001$ ). 즉 부모자녀관계가 좋을수록 학교생활적응도 잘하는 것으로 나타났다<표 3>.

<표 3> 스트레스, 부모자녀관계와 학교생활적응의 상관관계

(N=158)			
	스트레스	부모자녀 관계	학교생활 적응
스트레스	1		
부모자녀관계	-0.399*	1	
학교생활적응	-0.458*	0.656*	1

\* p<0.001

#### 4. 스트레스, 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향

스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위한 회귀분석을 실시하기 위하여 종속변수의 자기상관과 독립변수 간의 다중공선성 검토를 하였다. 종속변수의 자기상관은 Durbin-Watson 지수를 이용하였으며, Durbin-Watson

지수가 1.994로 나타나 자기상관 없이 독립적이었다. 독립변수 간 다중공선성은 VIF(분산팽창요인) 지수를 이용하였고, VIF 지수는 1.359 ~ 2.302 로 모두 10 미만이므로 다중공선성이 없는 것으로 나타났다. 따라서 본 데이터는 회귀분석을 실시하기에 적합하였다.

이에 다중회귀분석을 실시한 결과, 친구 스트레스(p=0.015), 부모자녀관계에서 친밀(p<0.001), 엄격(p=0.005)이 학교생활적응에 유의한 영향을 주었다. 즉 친구 스트레스가 높을수록(B=-0.175), 부모의 엄격이 높을수록(B=-0.159) 학교생활적응은 낮아지며, 부모자녀의 친밀이 높을수록(B=0.375) 학교생활적응이 높아지는 것으로 나타났다. 이들 변수가 학교생활적응을 설명하는 설명력의 정도는 47.7% 이며, 부모자녀의 친밀( $\beta=0.400$ )이 학교생활적응에 가장 큰 영향을 주는 것으로 나타났다<표 4>.

<표 4> 스트레스, 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향

(N=158)						
	B	SE	$\beta$	t	p	VIF
상수	2.647	0.412		6.429	<0.001	
학업 스트레스	-0.084	0.069	-0.095	-1.225	0.223	1.809
부모 스트레스	0.098	0.078	0.098	1.260	0.210	1.815
친구 스트레스	-0.175	0.071	-0.200	-2.460	0.015	1.988
외모 스트레스	-0.012	0.081	-0.011	-0.142	0.887	1.779
용돈 스트레스	0.008	0.064	0.009	0.123	0.903	1.637
친밀	0.375	0.082	0.400	4.594	<0.001	2.277
헌신	0.147	0.081	0.146	1.809	0.073	1.953
존경	0.077	0.100	0.068	0.772	0.441	2.302
엄격	-0.159	0.055	-0.194	-2.877	0.005	1.359
adj R <sup>2</sup> = 0.477      F = 16.892      p<0.001						

### IV. 논의

대한민국 부모들이 자녀들의 학교생활적응을 돕

기 위해 고투하고 있다. 이를 반영하듯 인터넷에는 각종 학교적응능력 향상 프로그램이 넘쳐나고, 서점가에는 내 아이를 위한 학교생활적응 관련 책자

들이 눈에 띈다. 하지만 모든 부모들이 공감하듯 다양한 체험 프로그램에 참여해 보고 노하우가 담긴 책의 내용을 직접 적용해 보아도 우리 아이의 학교생활적응을 성공시키기란 쉽지 않은 일이다. 초등학생의 학교생활적응이 중요한 이유는 여러 가지가 있겠지만 이 시기에 습득한 적응 행동이 청소년기와 성인기의 사회생활 적응에 직접적인 영향을 주기 때문일 것이다(Hockenberry와 Wilson, 2013). 또한 초등학생의 학교생활 부적응은 아동기 문제로만 끝나는 것이 아니라, 이후의 인지적 발달, 사회·심리적 발달에도 영향을 주고 나아가 성인기 정신건강에까지도 영향을 주기 때문이다(최태진과 이희영, 2013). 더욱이 학업을 중요시 여기는 국내 교육 풍토를 생각해 보면 아동이 학교에서 적응을 잘해야 한다고 생각하는 것은 당연한 일이다. 하지만 최근 아동·청소년 대상 연구에서 학교생활 부적응 문제가 크게 조명 받고 있다. 이는 아동기 학교생활적응을 중요하게 생각하고 관리하고 있음에도 불구하고 학교생활 부적응 문제가 꾸준히 증가하고 있기 때문이다. 또한 날로 심각해지는 아동의 스트레스는 더 이상 성인의 문제로만 볼 수 없다. 2014년 청소년 실태조사 결과에 따르면 9-12세 아동은 최근 1년간 일상생활에서 한두 번 이상 스트레스를 느낀다는 비율이 78.6%로 나타났다. 심지어 스트레스로 인해 일상생활에 지장이 있을 정도로 연속적으로 2주 이상 슬프거나 절망감을 느낀 비율은 22.6%나 되었다.

이와 같은 현 문제에 기초하여 본 연구에서는 초등학생이 경험하는 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향에 대해 조사하고 분석해 보았다.

그 첫 번째 결과로 본 연구에서 초등학교 4학년은 학업 스트레스가 가장 높은 것으로 나타났다. 이는 초등학교 고학년 아동에서 학업 관련 스트레스가 가장 높다고 보고한 선행연구와 동일한 결과였다(최혜선과 이미경, 2012). 이러한 결과는 우리나라 입시제도와 성적지상주의가 초등학생에게

지 영향을 주고 있는 것으로 생각된다. 특히 한국의 많은 부모들은 자녀가 성공하기 위해서는 성적이 중요하다고 강조하고 시험 성적으로 아동을 평가하는 경향이 있다. 그리고 아동에게 더 높은 성적을 기대하면서 심리적인 압박을 가하고 학업에 대해 지나치게 통제하고 감독한다. 이러한 부모의 행동이 아동의 학업 스트레스를 가중시키는 것으로 생각된다. 더욱이 초등학교 4학년은 저학년에서 고학년으로 변화하는 시기로, 저학년 때보다 학습할 내용이 많아지고 학습 내용도 심화되어 보다 높은 학업 능력이 요구된다. 결국 이러한 환경들이 아동에게 복합적으로 영향을 주어 아동이 경험하는 스트레스 중, 학업 스트레스가 높아진 결과를 초래한 것으로 보인다. 그리고 본 연구에서 초등학생의 부모자녀관계는 존경, 헌신, 친밀, 엄격 순으로 높게 나타났는데, 오유정과 문혁준(2013)의 연구에서 친밀, 지지, 허용, 지원과 같은 긍정적인 부모자녀관계의 점수가 높게 나타난 결과와 유사하였다. 또한 초등학생의 학교생활적응은 4.35점으로 전체 평균인 3점보다 높은 것으로 나타났다. 그리고 학교규칙, 교우관계, 학교수업, 교사관계의 순으로 높게 나타났는데, 신진희(2005)의 연구에서 4학년 아동의 학교생활적응 평균 점수가 4.49점인 것과 하위영역에서 학교규칙이 가장 높고 교사관계가 가장 낮다고 조사된 결과와 유사하였다. 이러한 결과는 과거에 비해 부모자녀관계가 권위적이기보다는 민주적으로 변화된 가정환경을 꼽을 수 있겠다. 그리고 초등학생들이 학교생활적응에서 유독 학교규칙에 대한 적응력이 높은 이유는 이 시기 아동들의 발달 단계상 정해진 규칙을 잘 준수하는 특성이 그대로 반영된 결과로 보여진다(Hockenberry와 Wilson, 2013).

두 번째로 스트레스, 부모자녀관계, 학교생활적응의 상관관계를 살펴보았는데, 본 연구에서는 초등학생의 스트레스가 높을수록 학교생활적응은 잘하지 못하는 것으로 나타났다. 이는 스트레스와 학교적응 간에 유의한 부적 상관관계가 있다고 보고



한 선행연구들과 동일한 결과였다(박영아, 2014; 우소연과 박경자, 2009; Morales와 Guerra 2006). 또한 초등학생의 스트레스가 높을수록 부모자녀관계도 좋지 않은 것으로 나타났는데, 이는 Barnett(2008)의 연구에서 개방적인 태도와 긍정적인 관심을 보인 부모자녀관계를 가진 아동은 스트레스 수준이 낮으며, 방임의 태도를 보인 부모자녀관계를 가진 아동은 스트레스 수준이 높다는 연구 결과와 유사하였다. 그리고 초등학생이 지각하는 부모자녀관계가 좋을수록 학교생활적응을 잘하는 것으로 나타났다. 이는 부모의 양육태도가 긍정적이고 수용적이며 민주적일 때 아동의 학교생활적응을 돕는다는 기존 연구결과들을 지지한다(임선아, 2014; Amato와 Fowler, 2002). 그리고 초등학교 고학년층 대상으로 부모자녀관계와 학교생활적응 간의 관계를 살펴본 오유정과 문혁준(2013)의 연구결과에서 아동과 부모자녀관계가 좋을수록 학교생활적응을 잘 한다는 결론과도 동일하였다.

마지막으로 본 연구에서 초등학생의 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 상대적 영향을 분석한 결과, 친구 스트레스 그리고 아동이 지각한 부모자녀관계에서 친밀과 엄격한 경우에만 학교생활적응에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 즉 부모자녀관계가 친밀할수록 학교생활적응을 잘하는 반면, 친구 스트레스가 높고 엄격한 부모자녀관계일수록 학교생활적응은 잘 하지 못하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 초등학생의 또래 애착이 높을수록 그리고 부모 방임이 낮을수록 학교생활적응이 높다고 보고한 최근 연구와 유사한 결과였다(이귀옥과 이미리, 2013). 무엇보다도 초등학생의 학교생활적응에 가장 큰 영향을 주는 요인은 부모자녀관계의 친밀 정도였다. 이는 조수현과 이숙(2013) 연구에서 부모자녀관계가 신뢰적이며 안정적인수록 학교생활적응을 잘하고, 아동의 학교생활적응을 가장 잘 설명하는 변인이 부모와의 애착이라고 보고한 결과와 유사하였다. 그리고 양숙경과 문혁준(2009)의 연구에서 아동의 학교생활적

응을 이해하기 위해서는 개인 요인뿐만 아니라 부모자녀관계 요인도 함께 고려되어야 한다고 보고하였는데, 본 연구의 결과와도 그 맥을 같이 한다고 볼 수 있다(이정윤과 이경아, 2004; Grolnick 등, 2009; Pomerantz 등, 2012). 또한 최근 여성가족부에서 실시한 청소년 종합실태조사에서도 9-12세 아동은 부모와의 대화가 많은 친밀한 관계일수록 스트레스는 낮고 학교생활 만족도는 높아지는 결과를 보여 초등학생의 학교생활적응에서 부모자녀관계가 가장 중요한 요인임을 지지하고 있다(여성가족부, 2014).

이상의 결과를 통해 초등학생의 학교생활적응을 높이기 위해서는 스트레스와 부모자녀관계에 대한 관리가 함께 필요한 것을 알 수 있었다. 특별히 또래 집단에서 발생할 수 있는 친구 스트레스를 감소시키고, 부모자녀관계에서 친밀감을 높이는 것이 학교생활적응에 도움이 될 수 있음을 확인하였다. 따라서 아동의 학교생활적응을 높이기 위해서는 학교에서만 아니라 가정에서도 관심을 갖고 학교생활적응 프로그램에 참여해야 하며 특별히 학교는 가정에서의 아동과 부모자녀 관계에 대해 지속적으로 관리하는 것이 필요하다. 즉 초등학생의 학교생활적응 프로그램은 개인 요인인 스트레스 관리뿐만 아니라, 가족 요인의 부모자녀관계가 친밀해 질 수 있도록 프로그램을 개발하여 접근하는 것이 보다 효과적일 것이다. 또한 교육정책에 아동의 학교생활적응을 돕기 위한 다양한 활동을 계획하여 시행하되, 먼저 아동이 경험하는 스트레스와 부모자녀관계 정도를 지속적으로 파악하고 그 결과에 따라 적절한 중재를 지원해야 하며 필요시 정신보건센터와 같은 유관기관을 학교와 가정에 연계하여 교육과 상담 및 자원을 제공해야 할 것이다. 특히 초등학교의 학교생활적응은 중·고등학교의 학교생활적응의 토대가 되고 나아가 사회생활적응으로까지 연결된다는 점을 고려할 때, 초등학교 아동의 학교생활적응에 부정적인 영향을 미치는 요인으로 나타난 스트레스와 부모자녀관계에 대해 사

회적으로도 관심을 갖고 아동의 스트레스와 부정적인 부모자녀관계가 개선될 수 있는 방안을 적극적으로 모색하고 프로그램을 개발해야 할 것이다.

끝으로 본 연구의 제한점으로는 이 연구의 결과만으로 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향력을 일반화하기 어렵다. 그리고 아동이 지각한 내용을 스스로 판단하여 응답하는 자가보고형 설문지를 사용하였기 때문에 잘못 응답할 가능성을 배제할 수 없다. 따라서 후속연구에서는 이러한 제한점을 보완하기 위해 심층 면접과 같은 다양한 질적 연구 방법을 적용하고 부모와 교사의 객관적인 평가를 추가하여 분석할 필요가 있다. 또한 일개 지역의 초등학교 세 곳의 4학년 아동을 연구 대상으로 선정하였기 때문에 지역적인 특성과 연령의 제한이 있어 일반화하기에 무리가 있다. 그러므로 향후 연구에서는 다양한 지역의 아동을 대상으로 한 반복 연구가 필요하다. 그리고 학교생활적응을 이해하기 위해서 더욱 다양한 변인들을 고려하여 연구할 필요가 있다. 하지만 이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 아동의 학교생활적응에 영향을 미치는 주요 변인인 스트레스와 부모자녀관계와의 영향력을 분석함으로써 아동의 학교생활적응을 돕기 위한 새로운 방향을 제시하였다는 데 의의가 있다.

## V. 결론

본 연구는 초등학생이 경험하는 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향을 파악하기 위한 상관성 조사연구이다. 본 연구에서 초등학생의 스트레스는 학업 스트레스가 가장 높았고, 다음으로 부모 스트레스가 높은 것으로 나타났다. 부모자녀관계는 존경, 헌신, 친밀, 엄격 순으로 나타났다. 학교생활적응은 학교규칙이 가장 높았다. 그리고 초등학생의 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 상대적 영향을 분석한 결과,

친구 스트레스가 높을수록 그리고 부모의 엄격이 높을수록 학교생활적응은 낮았으며, 부모자녀관계가 친밀할수록 학교생활적응이 높았고, 부모자녀의 친밀이 학교생활적응에 가장 큰 영향을 주는 것으로 나타났다.

이상의 본 연구 결과를 통해 친구 스트레스와 부모자녀관계의 친밀 정도가 초등학생의 학교생활적응에 영향을 주는 중요한 요인임을 확인하였다. 이는 초등학생의 학교생활적응을 높이기 위해서는 학교와 가정에서 아동의 스트레스 관리와 긍정적인 부모자녀관계가 형성될 수 있도록 하는 것이 무엇보다도 중요함을 시사한다. 그러므로 초등학생의 학교생활적응을 효과적으로 관리하기 위해서는 관련 프로그램을 개발 시, 아동의 스트레스와 부모자녀관계를 함께 고려해야 할 것이다. 예를 들어 각 학교에서는 초등학교 고학년을 대상으로 스트레스 바르게 인식하기, 긍정적으로 스트레스 대처하기 등과 같은 초등학생 정신건강 증진을 위한 보건교육 내용을 강화하고 보건교사를 주축으로 보다 적극적인 정신건강 관리를 해야 할 것이다. 또한 관련 유관기관과 연계하여 또래집단과 원만한 관계 형성하기, 긍정적인 부모자녀관계 형성하기와 같은 대인관계 프로그램을 운영해야 할 것이다. 나아가 이러한 프로그램을 교육정책에도 반영하여 추진해야 할 것이다.

마지막으로 본 연구의 결과를 토대로 다음과 같이 제언한다.

첫째, 다양한 지역의 아동을 대상으로 스트레스와 부모자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향에 대한 추가 반복 연구가 필요하다.

둘째, 다양한 연령의 아동 및 청소년을 대상으로 학교생활적응에 영향을 미치는 주요 요인과 이들 요인들과의 관계 및 연령대별 차이를 규명하는 연구가 필요하다.

셋째, 연령대별 특성을 반영한 학교생활적응 측정 도구 개발이 필요하다.

넷째, 본 연구에서 파악된 스트레스와 부모자녀

관계에 따라 차별화된 학교생활적응 프로그램 개발이 필요하다.

### 참고문헌

1. 권은영, 정현희. 초기 청소년의 스트레스 변화유형에 따른 심리사회적 적응. *청소년학연구* 2011;18(6):29-54.
2. 김미예. 학령기 아동의 스트레스와 대처행동 및 건강문제. *Child Health Nursing Research* 2005; 11(1):83-89.
3. 김아영. 학업동기 척도 표준화 연구. *교육평가연구* 2002;15(1):157-184.
4. 김태균. 심각한 청소년 정신건강관리 강화해야. *연합신문* 2013년 2월 8일자
5. 박상희. 초등학생의 자아탄력성, 실패내성, 학교적응 관계 연구. *초등교육학연구* 2009;16(2):59-81.
6. 박영아. 아동의 자아탄력성이 학교적응에 미치는 영향: 자아개념에 의한 스트레스의 조절된 매개효과. *아동학회지* 2014;35(3):1-14.
7. 신진희. 학년에 따른 아동의 자아존중감과 학교생활적응과의 관계[석사학위논문]. 서울: 이화여자대학교 교육대학원, 2005.
8. 양숙경, 문혁준. 아동의 학교적응에 대한 사회인구학적 변인, 아동이 지각한 부모-자녀관계의 사회적 자본과 자아탄력성의 영향. *Family and Environment Research* 2009;47(7):59-71.
9. 여성가족부. 2014 청소년 종합실태조사. 서울: 여성가족부, 2014.
10. 오유정, 문혁준. 어머니의 취업여부, 아동의 인터넷 몰입정도, 탄력성, 부모-자녀관계가 학교생활적응에 미치는 영향. *한국생활과학회지* 2013; 22(6):559-569.
11. 우소연, 박경자. 학령 후기 아동의 일상적 스트레스가 학교생활적응에 미치는 영향을 증재하는 보호요인: 자기통제력과 유머감각. *아동학회지* 2009;30(2):113-127.
12. 이경상, 조혜영, 박현수. 한국 청소년 패널조사(KYPS) II-조사 개요 보고서. 한국청소년개발원 연구보고서 2004:1-339.
13. 이귀옥, 이미리. 초등학교 저학년, 고학년, 그리고 중학생의 학교적응에 미치는 개인, 가족, 학교 변인 탐색. *생애학회지* 2013;3(1):13-28.
14. 이정운, 이경아. 초등학생의 학교적응과 관련된 개인 및 가족요인. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료* 2004;16(2):261-276.
15. 이종원, 김준홍, 이재연. 아동·청소년의 민주시민역량 국제비교 및 지원체계 개발 연구 II. 한국청소년개발원 연구보고서 2012:1-269.
16. 이지언, 정익중, 백종림. 학교적응의 예측변인에 대한 메타분석. *아동학회지* 2014;35(2):1-23.
17. 임선아. (구조관계모형 검증을 통한) 부모의 민주적, 비민주적 양육태도가 초등학교 아동의 자기조절능력과 학교적응력 및 학업성취에 미치는 영향 분석. *초등교육연구* 2014;27(2):73-93.
18. 정동화. 아동의 스트레스와 정신건강의 관계. *교육문제연구* 2003;19:157-183.
19. 조수현, 이숙. 부, 모애착과 자아탄력성이 초등학생의 학교생활적응에 미치는 영향. *놀이치료연구* 2013;17(3):23-40.
20. 최인재. 한국형 부모-자녀관계 척도개발 연구. *청소년상담연구* 2007;15(2):45-56.
21. 최태진, 이희영. 한국판 맥기-맨그램 학교적응 검사(MISA)의 타당화를 위한 예비연구. *아동교육* 2013;22(3):21-35.
22. 최혜선, 이미경. 학령기 아동의 스트레스와 대처 및 자살 생각: 대구·경북 지역을 중심으로. *한국학교보건학회지* 2012;25(1):85-94.
23. Amato PR, Fowler F. Parenting practices, child adjustment, and family diversity. *Journal of Marriage and Family* 2002;64(3):703-716.
24. Barnett MA. Economic disadvantage in complex family systems: Expansion of family stress models. *Clinical child and family psychology review*

- 2008;11(3):145-161.
25. Cohen A. Coping with stress and surviving challenging times. *Child Care Information Exchange* 2003:41-43.
26. Cohen J. Statistical power analysis for the behavioral sciences. London: Routledge, 2013.
27. Durlak JA, Weissberg RP, Dymnicki AB, Taylor RD, Schellinger KB. The Impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development* 2011;82(1): 405-432.
28. Grolnick WS, Friendly R, Bellas V. Parenting and children's motivation at school. London: Routledge, 2009.
29. Hockenberry MJ, Wilson D. 29. Hockenberry MJ, Wilson D. Nursing care of infants and children. 9th ed. NY: Elsevier, 2013.
30. Morales JR, Guerra NG. Effects of multiple context and cumulative stress on urban children's adjustment in elementary school. *Child Development* 2006;77(4):907-923.
31. Pomerantz EM, Kim EM, Cheung CSS. Parents' involvement in children's learning. Washington: American psychological association, 2012.