

대학생의 적극적 대처방식이 주관적 행복감에 미치는 영향: 학업탄력성의 매개효과

The Effects of Active Coping Strategy on Subjective Happiness in College Student: Mediated Effect of Academic Resilience

권재환, 이윤지
동신대학교

Jae-Hwan Kwon(jhkwon@dsu.ac.kr), Yun-Ji Lee(yunji5233@naver.com)

요약

본 연구는 대학생을 대상으로 적극적 대처방식, 학업탄력성과 주관적 행복감의 관계모형을 설정하고, 적극적 대처방식과 주관적 행복감의 관계에서 학업탄력성의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위하여 대학생 400명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 연구모형을 검증하기 위하여 상관분석과 구조방정식 모형(SEM) 분석을 실시하였다. 본 연구를 통하여 얻어진 결과는 다음과 같다. 첫째, 적극적 대처방식의 수준이 높을수록 학업탄력성과 주관적 행복감이 높은 것으로 나타났다. 둘째, 학업탄력성이 높을수록 주관적 행복감이 높은 것으로 나타났다. 셋째, 적극적 대처방식을 예언변인으로, 학업탄력성을 매개변인으로, 주관적 행복감을 결과변인으로 설정한 모형은 완전매개효과가 있는 것으로 나타났다. 따라서 적극적 대처방식은 주관적 행복감에 미치는 직접적인 영향력은 없지만, 학업탄력성을 높여서 주관적 행복감에 간접적인 영향을 미치는 것을 확인하였다. 본 연구의 결과는 대학생의 행복감 증진을 위한 연구과 교육의 기초자료를 제공하고 이들의 행복감 증진과 대학생활 적응을 위한 교육상담 및 훈련 프로그램의 개발에 도움이 될 것으로 기대한다.

■ 중심어 : | 스트레스 | 적극적 대처방식 | 학업탄력성 | 주관적 행복감 |

Abstract

This study was conducted in order to test a model in relation to active coping strategy, academic resilience, and subjective happiness in college students. Also, sought to test the mediating effects of academic resilience in the relationship between active coping strategy and subjective happiness. Data was collected through a self-report questionnaire which was administered to 400 college students. Correlational analysis and structure equation modeling analysis were conducted to test the research models. The results were as follows: First, as the level of active coping strategy increased, the level of academic resilience and subjective happiness increased. Second, as the level of academic resilience increased, the level of subjective happiness increased. Third, the model with active coping strategy as a prophetic variable, academic resilience as a mediating variable, and subjective happiness as a result variable showed a full mediating effect. Thus, although active coping strategy has no direct influence on subjective happiness, it has an indirect effect on subjective happiness by enhancing academic resilience. The results of this study are expected to provide basic data on research and education for the improvement of happiness in college students and to help them develop educational counseling and training programs for improving their happiness and adapting to college life.

■ keyword : | Stress | Active Coping Strategy | Academic Resilience | Subjective Happiness |

1. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

생활수준의 향상으로 행복에 대한 관심이 높아지고 있다. 인간은 누구나 행복한 삶을 살기 원하고 이를 위해 삶의 과정에서 노력한다. ‘행복(happiness)’이라는 개념은 주관적 특성을 가지고 있기 때문에 주관적 안녕감(subjective well-being), 심리적 안녕감(psychological well-being), 삶의 만족도(life satisfaction), 삶의 질(subjective quality of life) 등 다양한 용어들과 혼용되어 사용되고 있다[1]. 일부 연구에서는 행복의 개념을 삶의 긍정성을 반영하는 개인 내의 심리적 변인인 주관적 안녕감의 의미와 유사하다고 보며[2][3], 안녕(well-being)이라는 용어와 서로 맞바꾸어도 상관없는 포괄적인 개념으로 보고 있다[4].

인간에게 행복은 긍정적 정서경험뿐만 아니라 삶의 목표를 향해 나아가고 있다는 인식이기도 하다[5]. 즉, 인간은 삶의 목표에 도전하고 성장을 경험하면서도 행복을 느낀다. 이 접근은 행복을 개념화하기 위해 자기결정이론(self-determination theory)을 채택한다[6-8]. 자기결정이론은 최적의 기능과 건강을 증진시키는 심리적 과정을 밝히기 위해 인간을 성장 지향적인 유기체로 가정하는 유기체-변증법적 메타이론을 사용한다[6]. 즉, 자기결정이론에서는 행복은 자율성과 역량의 영역에서 성취와도 관련이 있음을 강조한다. 이러한 관점에서 개인의 탄력성을 주목할 필요가 있다. 탄력성이란 심각한 역경이나 외상을 겪을 때 개인이 긍정적인 행동적응을 보이는 역동적 과정이며[9], 위협적인 환경이나 도전에도 불구하고 성공적인 적응을 한 결과이기도 하다[10]. 즉, 탄력성은 역경의 노출과 그 역경의 긍정적 조정 결과에 관한 2차원적 구성개념[11]이라고 볼 수 있다.

또한 행복에 관한 논의에서 중요한 것은 삶의 과정에서 누구나 경험하는 스트레스이다. 인간은 살아가면서 다양한 스트레스를 경험하며 살 수밖에 없다. 그러나 이로 인해 모든 사람이 정신건강이나 적응의 문제를 초래하지는 않으며, 같은 스트레스 상황에서도 개인의 심리적·환경적 자원에 따라 부적응적인 증상을 보일 수도

있고 그렇지 않을 수도 있다[12].

그렇다면 스트레스 상황에 적극적으로 대처할수록 높은 행복감을 보이고 반대로 스트레스에 적극적 대처를 하지 못할수록 낮은 행복감을 보일 것인가? 이 물음에 대한 일관되지 않은 연구결과들이 있다. 적극적 대처방식이 행복에 긍정적인 영향을 미친다는 연구들[13-18]이 있는가 하면, 적극적 대처나 사회적 지지 추구 대처와 같은 긍정적 스트레스 대처행동이 심리적 안녕감과 직접적인 관련이 없는 것으로 나타난 연구[19]도 있다. 즉, 스트레스에 대한 적극적 대처방식이 개인의 행복에 영향을 미치지만 다른 변인들의 작용으로 인해 그 결과가 다르게 나타날 가능성이 있다고 볼 수 있다. 따라서 이 두 변인을 매개하는 제 3의 변인들을 찾아내고 그 영향력을 파악한다면 적극적 대처를 잘 하지 못하는 사람들에게도 교육이나 상담적 접근을 통하여 행복감을 얻을 수 있도록 도움을 줄 수 있으므로 교육 현장이나 상담장면에서 유용하게 활용할 수 있는 자료가 될 것이기 때문이다.

이에 본 연구에서는 다양한 탄력성 중에서 대학생 집단의 행복을 예언하는 중요변인인 학업탄력성에 주목해 보고자 한다. 일상생활에서 학업이 차지하는 비중이 높은 대학생들에게는 학업탄력성이 가장 중요하고 필요한 탄력성이라고 볼 수 있기 때문이다. 그러나 우리나라 학생들의 가장 큰 스트레스 요인인 학업상황에 적용시킬 수 있는 학업탄력성에 대한 연구는 많이 이루어지지 않은 실정이다[20]. 특히 대학 입학에 위한 경쟁이 치열한 우리나라의 학생들은 학업에 에너지를 과도하게 쏟으며 엄청난 스트레스에 당면해 있으나 가정과 학교 및 사회에서는 이들의 문제를 해결해주거나 바르게 지도하기보다는 이들의 문제를 비난하거나 대학입학 후에 저절로 해결될 것으로 보고 방치하고 있는 실정이다[21]. 따라서 이들의 학업탄력성이 적극적 대처방식과 주관적 행복감의 관계에서 어떤 역할을 하는지 알아볼 필요가 있다.

2. 연구문제

그동안 스트레스 대처방식과 행복을 다룬 연구들은 스트레스 대처방식과 학업적 자기효능감 및 행복의 관

계[14], 학업 스트레스와 정신적 웰빙의 관계에서 학업 탄력성의 조절효과를 검증한 연구[20] 등 일부 유사한 연구들이 이루어져 왔으나, 적극적 대처방식과 학업탄력성 및 주관적 행복감의 인과적 관계를 종합적으로 다룬 연구는 없는 실정이다. 이에 본 연구에서는 대학생을 대상으로 하여 스트레스에 대한 적극적 대처방식과 학업탄력성이 주관적 행복감에 미치는 영향을 살펴보고, 적극대처와 주관적 행복감의 관계에서 학업탄력성이 어떤 역할을 하는지 밝혀보고자 한다. 이를 통하여 스트레스에 대한 적극적 대처방식이 학업탄력성 및 주관적 행복에 미치는 인과적 관계를 확인하는 이론적 근거를 제공하고, 교육이나 상담장면에 적용을 위한 자료를 얻고자 한다.

본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 적극적 스트레스 대처방식에 대한 학업탄력성과 주관적 행복감과의 관계는 어떠한가? 둘째, 대학생의 적극적 스트레스 대처방식과 주관적 행복감의 관계에서 학업탄력성의 매개효과는 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. 스트레스 대처방식과 주관적 행복감

현대인들은 크고 작은 스트레스를 경험하면서 살아간다. 그러나 스트레스를 경험하는 정도는 개인마다 다르며 이로 인해 모든 사람이 정신건강이나 적응의 문제를 초래하지는 않는다[12]. 이는 스트레스에 대처하는 개인적·심리적 자원이 다르기 때문이다[22][23]. 스트레스 상황을 성공적으로 극복하고 적응하는 경우가 있는가 하면, 이로 인해 부적응적인 양상을 보이거나 심리적 안녕감을 상실하기도 한다[15]. 따라서 행복감은 스트레스 자체보다는 개인의 내면적 특성이나[24] 대처능력에 의해 결정된다[14][15][17].

이와 같이 스트레스는 정서적·행동적 문제를 일으킬 수 있지만 스트레스 상황을 어떻게 대처하느냐에 따라 스트레스를 받은 후에 나타나는 결과는 개인마다 다르다[25]. 따라서 스트레스는 그 자체가 부적응의 직접적인 원인이 아니라 개인이 스트레스를 어떻게 평가하고

받아들이는가, 즉 그에 대한 대처가 적응에 영향을 미치므로 스트레스 대처방식은 개인의 행복에 매우 중요하게 작용하는 요인이다[14].

스트레스 상황에서 적극적 대처방식을 사용하는 사람은 소극적 대처방식을 사용하는 사람에 비해서 더 적응적이고 더 높은 수준의 심리적 안녕감을 보인다[16]. 대학생을 대상으로 한 국내 연구들에서도 문제중심적 대처나 사회적 지지추구 대처와 같은 적극적 대처방식을 사용하면 심리적 안녕감이 높은 반면 정서중심적 대처와 소망적 사고대처와 같은 소극적 대처방식을 사용하면 심리적 안녕감이 낮다는 연구들이 보고되었다[17][18]. 이는 문제상황에서 회피적 대처방식을 택하기 보다는 적극적인 대처방안을 선택하면 난관을 극복해가는 과정에서 발휘되는 자신감, 통제감, 긍정성 등의 요인으로 인해 더 높은 안녕감을 경험하게 된다는 것을 의미한다[26]. 결국 스트레스 자체와 행복 간에는 직접적인 관련성이 낮지만 사회적 환경요인이나 개인의 성격특성 등에 의해 영향을 받기 때문에[27] 적극적 대처 능력은 개인의 행복에 영향을 미치는 요인이다.

2. 적극적 대처, 학업탄력성 및 주관적 행복감의 관계

지금까지 행복과 관련하여 탄력성을 다룬 연구들은 개인의 기질이나 특성에 중점을 둔 자아탄력성을 중심으로 연구가 이루어졌다[9]. 자아탄력성은 개인의 심리적으로 잘 적응하도록 돕는 역할을 하며[28], 스트레스 사건을 잘 대처하는 개인의 특성 또는 전략으로 알려져 있다[13][29]. 이런 의미에서 자아탄력성은 개인의 긍정적인 적응요소로서 스트레스에 노출된 현대생활에 건강하게 적응하기 위해 함양해야 할 개인의 중요한 성격 자원이라고 할 수 있다[30]. 이와 같이 자아탄력성은 성격적 자원으로 볼 수 있지만, 자아의 탄력성이 아닌 탄력성 그 자체는 개인과 환경이 상호작용을 하는 가운데 시간에 걸쳐 변화하는 특성을 가지고 있다[31]. 즉, 자아탄력성은 탄력성의 일반적인 측면만을 다루고 있기 때문에 최근에는 개인이 처한 환경에 따라 그 위험요소가 달라지는 환경적 맥락을 고려하여 ‘학업탄력성’, ‘정서적 탄력성’, ‘행동적 탄력성’ 등과 같이 세분화하여 사

용하고 있는 추세이다[9]. 최근 탄력성 연구에서도 개인이 처한 환경에 따라 위험요소가 달라지기 때문에 환경적 맥락을 잘 분석하고 이에 맞는 탄력적 특성을 제시해야 함을 지적하고 있다[32].

학업탄력성(academic resilience)은 회복탄력성에서 유래된 개념으로[33], 학업현장에서의 좌절이나 스트레스 상황을 효과적으로 다룰 수 있는 능력[34] 또는 교육과정에서 주요한 도전으로 보여지는 매우 심각하거나 또는 만성적인 어려움을 극복하는 능력으로 정의한다[35]. Gizir와 Aydin(2009)는 학업탄력성에 기여하는 보호요인으로 학업능력에 대한 긍정적 자아개념, 높은 학업적 기대, 내적 통제소재, 미래에 대한 희망 등을 들었다[36]. Schelble, Franks와 Miller(2010)의 연구에 의하면 자기조절을 잘 할수록 학업탄력성이 높은 것으로 나타났다[37], 대학생을 대상으로 한 Foshee(2013)의 연구에서는 개인의 정서적 특성과 학업탄력성의 결합은 학업수행에 긍정적인 영향을 주는 요인으로 나타났다[38]. 또한 박진영(2012)의 연구에서는 학업탄력성이 높은 사람은 스트레스에 대한 다양한 문제해결전략을 지니는 것으로 나타났으며[39], 김미향(2014)의 연구에 의하면 학업탄력성은 성적 스트레스로 인한 정신적 안녕감과 학업 스트레스로 인한 정서적 안녕감의 저하를 완화시키는 역할을 하는 것으로 나타났다[20]. 이와 같이 적극적 대처방식은 학업적 자기효능감과 같은 개인의 긍정적 자원을 향상시켜주고[14], 학업탄력성은 심리적·정서적 안녕감의 저하를 완화시키는 역할을 하기 때문에[20] 성격적 자원인 자아탄력성과 달리 개인이 처한 환경적 맥락에서의 탄력성인 학업탄력성은 스트레스에 대한 대처방식과 주관적 행복감의 관계를 매개하는 역할을 할 수 있을 것으로 추론해 볼 수 있다.

한편, 스트레스 대처와 행복감을 다룬 대부분의 연구들은 적극적 대처방식이 행복이나 심리적 안녕감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타난 반면[13-18], 위종희와 조규관(2014)의 연구에서는 스트레스 대처행동이 심리적 안녕감에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 그리고 이 결과를 통하여 스트레스를 처리하는 방법이 미숙한 경우에는 긍정적인 스트레스 대처방식을 가지고 있다고 하더라도 이것이 행복과 직접 연결되지

않는다고 주장하였다[19]. 즉, 스트레스에 대해 적극적으로 대처하더라도 학업탄력성이 부족하면 주관적 행복감에 영향을 미치지 못할 수도 있다는 것이다. 결과적으로 스트레스에 대한 적극적 대처방식과 학업탄력성이 주관적 행복감에 영향을 미치는 위계적 경로를 가정할 수 있다.

III. 연구방법

1. 연구모형의 설정

본 연구는 선행연구들을 토대로 하여 적극적 대처방식이 주관적 행복감에 직접적인 영향을 미치기도 하고 학업탄력성을 통하여 간접적으로도 영향을 미치기도 한다는 부분매개모형을 연구모형으로 설정하였다[그림 1]. 구조방정식 모형검증에서는 설정한 연구모형보다 적합도가 더 높은 모형이 존재할 가능성이 있고, 적합도의 차이가 없으면서도 더 간명한 모형이 설립할 가능성도 있기 때문에 연구모형의 대안모형을 함께 제시하여 최종모형을 결정하는 경쟁모델전략을 사용한다[40]. 본 연구에서는 선행변인인 적극적 대처방식이 학업탄력성을 통하여 간접적으로만 주관적 행복감에 영향을 미칠 수 있다는 완전매개모형을 경쟁모형으로 설정하였다[그림 2].

경쟁모형의 설정 근거는 스트레스에 대한 적극적 대처나 사회적 지지 추구 대처와 같은 긍정적 스트레스 대처가 심리적 안녕감과 직접적인 관련이 없는 것으로 나타난 위종희와 조규관(2014)의 연구결과에 근거를 두었다. 즉, 적극적 대처방식은 주관적 행복감에 직접 영향을 미치지 못하지만[19] 성적이나 학업스트레스로 인한 정서적 안녕의 저하를 완화시키는 역할을 하는 학업탄력성[20]을 통해 간접적으로 주관적 행복감에 영향을 미친다는 완전매개모형을 경쟁모형으로 설정하였다.



그림 1. 연구모형

그림 2. 경쟁모형

2. 연구대상

본 연구는 J도 소재 4년제 대학의 1학년에 재학 중인 대학생 400명을 대상으로 하였다. 대학에서 본 연구자가 진행하는 비교과 교육 프로그램에 자발적으로 참여한 학생들을 대상으로 총 13회에 걸쳐서 설문조사를 실시하였다. 한 회기 당 설문에 참여한 학생은 40명 내외였으며, 조사기간은 2016학년도 2학기부터 2017학년도 1학기까지였다.

참가자들에게 본 연구의 목적을 설명하고 동의를 구한 후 질문지법에 의해 실시하였다. 회수된 질문지 중 성실하게 응답하지 않은 자료 10부와 극단값을 가진 응답자료 5부를 제외한 385명의 자료를 최종적으로 분석에 사용하였다. 연구대상의 성별분포는 남학생 149명(38.7%), 여학생 236명(61.3%)이고, 평균연령은 만 18.8세(SD = 2.68)였다.

3. 측정도구

3.1 적극적 대처방식 척도

적극적 대처방식을 측정하기 위한 척도는 Folkman과 Lazarus(1985)가 개발한 스트레스 대처방식 척도(The way of Stress Coping Checklist)[41]를 박주영(1995)이 선별 구성한 24문항[42]을 사용하였다. 이 척도는 크게 스트레스에 대한 적극대처 2개 요인(문제중심적 대처, 사회적 지지 추구)과 소극대처 2개 요인(정서완화적 대처, 소망적 사고)의 네 개 하위요인 총 24문항으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 대학생의 스트레스 대처방식과 주관적 행복감의 관계에서 학업탄력성의 매개효과를 살펴보려는 목적을 가지고 있으므로, 건강한 적응을 통하여 행복감에 영향을 미칠 것으로 판단되는 적극적 대처방식을 측정하는 12문항(문제중심적 대처 6문항, 사회적 지지 추구 6문항)을 분석에 사용하였다.

‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 6점까지의 6점 Likert 척도로 점수가 높을수록 그 대처방식을 많이 사용하는 것을 의미한다. 박주영(1995)의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .81이었고, 하위요인별로는 ‘문제중심적 대처’ .62, ‘사회적 지지 추구’ .69였다

[42]. 본 연구에서의 전체 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .76, ‘문제중심적 대처’ .73, ‘사회적 지지 추구’ .80이었다.

3.2 학업탄력성 척도

학업탄력성을 측정하기 위해 김누리(2008)가 개발한 학업탄력성 척도 29문항[32] 중 사회적 관계를 측정하는 ‘친구지지’와 ‘부모지지’ 관련 10문항을 제외한 20문항을 사용하였다. 분석에 사용한 척도는 학업에 대한 인지적·정서적 탄력성을 측정하는 문항들로, ‘학습조절’, ‘자기통제’, ‘긍정적 태도’, ‘과제책임감’의 하위요인으로 구성되어 있다. ‘학습조절’은 5개의 문항으로 학습자 스스로가 학업상황에 있어 중요한 결정을 내리고 시간과 공부관리 그리고 노력관리와 같은 자원관리 전략을 사용함으로써 공부활동을 계획하고 조정하며 장면과 요구에 따라 조절할 줄 아는 특성을 의미한다. ‘자기통제’는 6문항으로 자신의 강점과 성공했던 경험 등을 떠올리며 스스로 감정을 조절하고 안정성을 찾아가는 특성을 의미한다. ‘긍정적 태도’는 5문항으로 어려움 속에서도 자신감을 갖고 쉽게 포기하지 않는 특성을 의미한다. ‘과제책임감’은 4문항으로 어려움과 압박의 학업상황 속에서도 주어진 과제 및 공부를 끝까지 해나가는 능력을 의미한다.

이들 각각의 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 6점까지의 6점 Likert 척도로 점수가 높을수록 학업탄력성이 높은 것으로 해석한다. 학업탄력성 척도의 개발당시 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .72였으며, 하위요인별로는 ‘학습조절’ .78, ‘자기통제’ .78, ‘긍정적 태도’ .77, ‘과제책임감’ .72였다[37]. 본 연구에서의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .88이었고, 하위요인별로는 ‘학습조절’ .80, ‘자기통제’ .65, ‘긍정적 태도’ .76, ‘과제책임감’ .74였다.

3.3 주관적 행복감 척도

대학생의 주관적 행복감을 측정하기 위하여 Hills와 Argyle(2002)의 옥스퍼드 행복질문지(The Oxford Happiness Questionnaire)[43]를 허승연(2009)이 번안한 척도[44]를 사용하였다. ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(6점)’의 6점 Likert식 척도로 ‘자기통제’

11문항, ‘긍정적 정서’ 6문항, ‘자신감’ 12문항의 3가지 하위요인 29문항으로 구성되어 있다.

각각의 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점에서 ‘매우 그렇다’ 6점까지의 6점 Likert 척도로 점수가 높을수록 주관적 행복감이 높다고 해석할 수 있다. 허승연(2009)의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach’s α)는 .93이었다[44]. 본 연구에서의 전체 신뢰도 계수(Cronbach’s α)는 .93, ‘자기통제’ .80, ‘긍정적 정서’ .84, ‘자신감’ .87이었다.

4. 자료분석

수집한 자료는 통계 프로그램 SPSS 21.0과 AMOS 21.0을 사용하여 분석하였다. 먼저 측정도구의 신뢰도를 알아보기 위하여 Cronbach’s α 를 산출하였다. 각 변인 간 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson의 적률상관계수를 구하였다. 다음으로 연구모형을 검증하기 위해 구조방정식 모형(Structural Equation Modeling; SEM)을 통한 분석을 실시하였다.

연구모형의 타당성을 입증하기 위하여 경쟁모형과 χ^2 차이검증을 통하여 비교하였다. 구조모형의 적합도 평가를 위하여 χ^2 검증과 적합도 지수들 중 TLI, CFI, RMSEA를 사용하였다. 또한 경로의 효과성을 분해하고 매개효과의 유의미성을 검증하기 위하여 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 활용하였다.

IV. 연구결과

1. 적극적 대처방식, 학업탄력성, 주관적 행복감의 상관계수

측정변인들의 기술통계 및 상관분석을 실시한 결과는 [표 1]과 같다. 구조방정식모형 분석을 위해서는 잠재변인을 직접 측정하는 관측변인들이 정규분포를 가져야 한다[40]. 관측변인들은 각 척도의 하위요인으로 문항묶음을 하였다. 최대우도추정(Maximum Likelihood Estimation)의 절차를 활용하여 측정모형의 적합도를 분석할 때, 관측변인들이 다변량 정규성 가정에 위배되면 모수치가 왜곡되어 추정되기 때문이다. 따

라서 먼저 관측변인의 왜도(skewness)와 첨도(kurtosis)를 통하여 측정모형의 정규성을 검토하였다. 관측변인의 왜도가 2 미만이고, 첨도가 7 미만일 때 구조방정식 모형의 모수치를 제대로 추정할 수 있는데[50], 본 연구에서 측정된 관측변인들의 왜도(-.86~-.20)와 첨도(-.13~4.59)의 절대값이 모두 기준을 초과하지 않아서 측정모형의 정규성 가정이 확인되었다.

상관분석 결과를 살펴보면, 적극적 대처방식 하위요인들은 학업탄력성과 주관적 행복감의 모든 하위요인들과 유의미한 정적 상관관계를 보이는 것으로 나타났다. 이는 스트레스에 적극적으로 대처할수록 학업탄력성과 주관적 행복감이 높아짐을 의미한다. 학업탄력성의 하위요인들도 주관적 행복감의 하위요인들과 모두 정적 상관관계를 보이는 것으로 나타났다. 따라서 학업탄력성이 높을수록 주관적 행복감이 높아진다는 것을 알 수 있다.

표 1. 적극적 대처방식, 학업탄력성, 주관적 행복감의 상관계수

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	1								
2.		.43**1							
3.			.52** .26**1						
4.				.51** .37** .49**1					
5.					.47** .29** .50** .50**1				
6.						.47** .27** .48** .47** .54** 1			
7.							.40** .27** .40** .45** .78** .45**1		
8.								.30** .34** .23** .46** .58** .31** .64**1	
9.									.48** .31** .44** .51** .80** .49** .85** .73**1
M	3.94	3.99	3.66	4.52	4.08	4.27	3.95	4.61	3.97
SD	.77	.86	1.05	.68	.87	.84	.74	.83	.77
왜도	-.15	-.52	-.20	-.86	-.72	-.64	-.51	-.84	-.48
첨도	.14	.84	-.13	4.59	1.54	1.48	1.69	2.11	1.47

** $p < .01$

변인: 1. 문제중심 대처, 2. 사회적 지지 추구, 3. 학습조절, 4. 자기통제, 5. 긍정적 태도, 6. 과제책임감, 7. 자기통제, 8. 긍정적 정서, 9. 자신감

잠재변인별 확인적 요인분석 결과는 [표 2]와 같다. 각 잠재변수에서 관측변수로 가는 경로들의 표준화된 요인부하량이 모두 .5 이상의 값을 보이고[40] 통계적으로 유의미하여 문항의 집중타당성이 입증되었다.

표 2. 잠재변인별 확인적 요인분석

잠재변인	측정변인	Estimate		S.E.	C.R.
		B	β		
적극적 대처방식	문제중심 대처	1			
	사회적 지지 추구	.693	.516	.085	8.185***
	학습조절	1			
학업 탄력성	자기통제	.663	.721	.057	11.649***
	긍정적 태도	.827	.705	.076	10.907***
	과제책임감	.800	.701	.072	11.106***
주관적 행복감	자기통제	1			
	긍정적 정서	.963	.737	.054	17.873***
	자신감	1.203	.993	.044	27.049***

*** $p < .001$

2. 적극적 대처방식, 학업탄력성, 주관적 행복감의 측정모형 검증

2.1 적극적 대처방식, 학업탄력성, 주관적 행복감의 구조모형 적합도

적극적 대처방식과 학업탄력성이 주관적 행복감에 미치는 직·간접적 영향을 검증하기 위하여 선행연구를 토대로 설정한 연구모형이 수집된 자료에 일치하는지 모형검증을 실시하였다. 위의 [표 1]에 나타난 바와 같이 측정모형의 정규성 가정이 확인되었기 때문에 최대우도법(Maximum Likelihood Method)을 사용하여 구조모형의 적합도를 검증하였다. 스트레스 적극대처를 예언변수로, 학업탄력성을 매개변수로 하고, 주관적 행복감을 결과변수로 설정한 연구모형과 경쟁모형의 적합도를 분석한 결과는 [표 3]과 같다.

연구모형인 부분매개모형의 χ^2 값은 34.447($df = 15$), 경쟁모형인 완전매개모형의 χ^2 값은 34.452($df = 16$)였으며 각각 $p < .001$ 수준에서 유의미하였다. 증분적합지수인 TLI와 CFI는 .95 이상일 때 아주 좋은 적합도, .90 이상이면 좋은 적합도로 간주한다. 절대적합지수인 RMSEA는 값이 작을수록 좋은 적합도로 해석하는데 .05보다 작으면 좋은 적합도, .08보다 작으면 괜찮은 적합도, .10보다 작으면 보통의 적합도, .10보다 크면 나쁜 적합도로 판단한다[45]. 연구모형과 경쟁모형 모두 TLI와 CFI는 아주 좋은 적합도를 보이고 있고, RMSEA도 괜찮은 적합도를 보이는 것으로 나타나 두 모형 모두 충분한 적합도를 보이는 것으로 나타났다.

표 3. 연구모형과 경쟁모형의 적합도 지수

구조모형	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
기준값	-	-	.9 이상	.9 이상	.1 이하
연구모형 (부분매개모형)	34.447	15	.977	.990	.058 (.033-.084)
경쟁모형 (완전매개모형)	34.452	16	.980	.991	.055 (.029-.080)
판정	$p < .001$	-	적합	적합	수용

적극적 대처방식과 학업탄력성 및 주관적 행복감 간 경로계수의 유의도를 검증한 결과는 [표 4]와 같다. (적극적 대처방식 → 학업탄력성), (학업탄력성 → 주관적 행복감)의 경로계수가 유의미한 것으로 나타났다($p < .001$). 그러나 (적극적 대처방식 → 주관적 행복감)의 경로는 통계적으로 유의미하지 않았다. 따라서 적극적 대처방식은 주관적 행복감에 직접 영향을 미치지 않고 학업탄력성을 매개로 하여 간접적으로만 영향을 미치는 것으로 나타났다. 연구모형의 표준화 구조계수를 포함한 경로도는 [그림 3]과 같다.

표 4. 연구모형의 경로계수

경로	B	β	S.E.	C.R.
학업탄력성 ← 적극적 대처방식	.980	.845	.120	8.135***
주관적 행복감 ← 적극적 대처방식	-.009	-.009	.120	-.075NS
주관적 행복감 ← 학업탄력성	.622	.721	.123	5.071***

*** $p < .001$

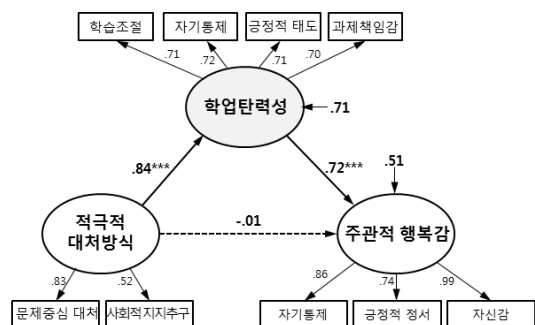


그림 3. 연구모형의 표준화 구조계수

2.2 최종모형의 채택 및 매개효과 검증

최종모형을 채택하기 위하여 연구모형과 경쟁모형의 χ^2 값을 비교하였다. 일반적으로 χ^2 값의 차이가 자유도 1일 때 임계값인 3.84보다 크면 부분매개모형을 채택하

고 3.84보다 작으면 더 간명한 모형인 완전매개모형을 채택한다[46]. 두 모형 간의 χ^2 값의 차이가 .005로 임계값보다 작은 것으로 나타나 완전매개모형을 더 적합한 모형으로 채택하였다. 표준화 구조계수를 포함한 최종 모형의 경로도는 [그림 4]와 같다.

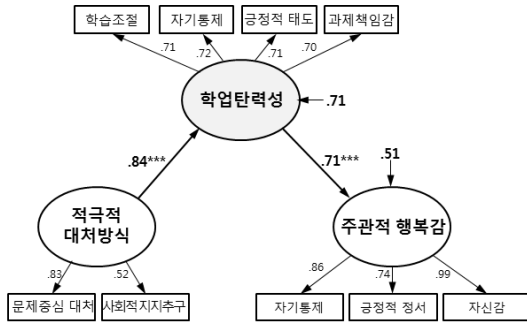


그림 4. 최종모형의 표준화 구조계수

최종모형의 각 경로간의 직접효과, 간접효과, 총효과를 알아보고 모형에 포함된 매개효과의 유의도 검증을 위하여 부트스트래핑(bootstrapping)을 이용하여 인과적 효과 분해를 한 결과는 [표 5]와 같다. 먼저 적극적 대처방식은 학업탄력성에 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .844, p < .001$). 그리고 스트레스 적극대처는 주관적 행복감에 직접적인 영향력은 유의미하지 않았으나($\beta = -.009, NS$), 학업탄력성을 통한 간접효과 영향으로($\beta = .601, p < .001$) 주관적 행복감에 미치는 총효과는 유의미한 것으로 나타났다($\beta = .592, p < .001$). 매개효과의 유의미성은 95% 신뢰구간(CI)이 0을 포함하지 않을 때 통계적으로 유의미한 것으로 간주하는데, (적극적 대처방식 → 학업탄력성 → 주관적 행복감) 경로의 신뢰구간이 (.308, 2.600)인 것으로 나타나 매개효과가 유의미한 것으로 나타났다($p < .001$). 또한 학업탄력성도 주관적 행복감에 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .712, p < .001$). 해석하면, 적극적 대처방식은 주관적 행복감에 직접 영향을 미치지 않지만 학업탄력성에 영향을 미쳐서 이를 통하여 주관적 행복감에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 적극적 대처방식과 주관적 행복감의 관계에서 학업탄력성이 매개적 역할을 하는 요인이라는 것이 검증되었다.

최종모형의 다중상관치(squared multiple correlation; SMC)를 산출한 결과, 적극적 대처방식이 학업탄력성을 설명하는 변량은 71%, 주관적 행복감을 설명하는 변량은 51%인 것으로 나타났다. 따라서 적극적 대처방식은 주관적 행복감에 대한 간접적 영향력보다는 학업탄력성에 더 많은 영향을 미치는 요인인 것으로 나타났다.

요약하면 적극적 대처방식은 주관적 행복감에 미치는 직접적인 영향력은 없지만, 학업탄력성을 높여서 주관적 행복감에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 적극적 대처방식은 학업탄력성과 주관적 행복감에 의미 있는 영향요인이라는 것이 증명되었다.

표 5. 최종모형의 인과적 효과 분해

경로	직접 효과	간접 효과	총 효과	SMC
학업탄력성 ← 적극적 대처방식	.844***	-	.844***	.713
주관적 행복감 ← 적극적 대처방식	-.009	.601***	.592***	.507
주관적 행복감 ← 학업탄력성	.712***	-	.712***	

** $p < .01$, *** $p < .001$, Bootstrap = 500, 추정치는 표준화계수임

V. 논의 및 결론

본 연구에서는 적극적 대처방식이 학업탄력성과 주관적 행복감에 어떤 영향을 미치는지 알아보고, 적극적 대처방식과 주관적 행복감의 관계에서 학업탄력성의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위하여 인과적 관계모형을 설정하고 모형의 적합도와 경로계수의 효과 검증을 실시하였다. 본 연구를 통해 밝혀진 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 적극적 대처방식은 주관적 행복감에 직접적인 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이는 스트레스에 대한 긍정적 대처행동이 심리적 안녕감과 직접적인 관련이 없다는 위중희와 조규관(2014)의 연구와 일치하는 것이다[19]. 그동안의 여러 연구들을 통해서 적극적 대처방식은 개인의 행복에 긍정적인 영향을 미친다는 것이 밝혀진 바 있으나[13-18], 본 연구의 결과를 통해 이 두 요인의 관계에서 제3의 변인이 매개적 역할을 하고 있음을 경험적 연구를 통해 확인하였다. 즉, 스트레스에 적극적으로 대처할수록 높은 행복감을 가질 수 있지만

적극적 대처방식 자체가 개인의 행복감에 직접적으로 기여하는 요인은 아니라는 것이다.

둘째, 학업탄력성은 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 자아탄력성이 행복에 기여하는 요인이라는 여러 연구들을 부분적으로 지지하며[13][19][31], 탄력성은 개인이 심리적으로 잘 적응하도록 돕는 역할을 한다는 Block과 Kremen(1996)의 연구와 일치하는 것이다[28]. 특히 학업탄력성은 학생 집단에게는 행복을 설명하는 중요한 요인이라고 할 수 있다. 우리나라 대학생들이 경험하는 스트레스 지각의 우선순위를 분석한 문미숙(2007)의 연구를 살펴보면 학업문제와 장애 진로문제를 가장 심각한 문제로 꼽고 있다[47]. 따라서 본 연구의 결과는 대학생 집단의 학업탄력성은 주관적 행복감을 설명하는 주요 요인이라는 것을 다시 한 번 입증하였으며, 개인의 주관적 행복은 자율성과 역량의 영역에서 성취와도 관련이 있음을 강조한 자기결정이론[6-8]을 뒷받침한다.

셋째, 적극적 대처방식과 주관적 행복감의 관계에서 학업탄력성의 매개효과가 유의미한 것으로 나타났다. 위에서 논의한 바와 같이 적극적 대처방식은 주관적 행복감에 직접적인 영향력이 유의미하지 못하였다. 그러나 적극적 대처방식이 학업탄력성을 높여주고, 이를 통해 주관적 행복감에 간접적으로 긍정적인 영향을 미친다는 완전매개효과를 확인하였다. 이는 학업능력에 대한 긍정적 자아개념, 높은 학업적 기대, 내적 통제소재, 미래에 대한 희망 등과 같은 요소들이 학업탄력성에 기여한다는 Gizir와 Aydin(2009)의 연구 결과와 유사한 맥락에서 해석해 볼 수 있다[36]. 그리고 자기조절을 잘 할수록 학업탄력성이 높은 것으로 나타난 Schelble, Franks와 Miller(2010)의 연구와 부분적으로 일치하며 [37], 학업탄력성이 성적이나 학업 스트레스로 인한 정신적·정서적 안녕의 저하를 완화시키는 역할을 하는 것으로 나타난 김미향(2014)의 연구와도 부분적으로 일치하는 것이다[20]. 또한 적극적 대처나 사회적 지지 추구 대처와 같은 긍정적 스트레스 대처행동이 심리적 안녕감과 직접적인 관련이 없다는 위종희와 조규관(2014)의 연구를 뒷받침하는 것이다[19]. 이러한 결과는 스트레스 상황에서 적극적 대처방식을 사용하더라도 학업탄

력성과 같은 긍정심리학적 역량이 뒷받침 되었을 때만이 주관적 행복감을 높일 수 있다는 것을 시사한다.

넷째, 그동안 학업탄력성이 아닌 자아탄력성을 다룬 선행연구들은 자아탄력성이 스트레스나 스트레스 대처에 영향을 미치는 선행변인으로 보아왔지만[13][29], 개인의 성격적 자원으로 간주되는 자아탄력성[30]과는 달리 개인이 처한 환경적 맥락에서의 탄력성 중의 하나인 학업탄력성[34][35]을 매개변인으로 설정한 본 연구에서는 적극적 대처방식과 주관적 행복감의 관계에서 학업탄력성이 매개자 역할을 하는 것으로 나타났다. 즉, 탄력성은 역경의 노출과 그 역경의 긍정적 조정 결과에 관한 2차원적 구성개념이며[11] 개인의 고유한 성격적 특성인 자아탄력성과 개인이 처한 환경적 맥락에서 나타나는 학업탄력성은 개인의 심리적·환경적 차원에서 다르게 작용하는 요인임을 알 수 있었다.

이상의 논의를 바탕으로 한 본 연구의 결론은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 스트레스에 적극적으로 대처할수록 높은 행복감을 보이고 반대로 스트레스에 적극적 대처를 잘 하지 못할수록 낮은 행복감을 보일 것인가에 대한 일관되지 않은 연구결과들에 대한 의문에서 시작되었다. 적극적 대처방식이 개인의 주관적 행복감에 직접적인 영향력은 없지만 학업탄력성과 같은 개인이 처한 환경적 맥락에서의 긍정적 자원에 영향을 미쳐서 간접적인 영향을 미치기 때문에 학교현장이나 심리상담 장면에서 학습자들이 스트레스에 적극적 대처할 수 있는 구체적인 교육 프로그램이 모색되어야 한다. 행복에 영향을 미치는 개인 내적 특성을 강화시킬 수 있는 스트레스 대처훈련 프로그램이나 행복증진 프로그램 등과 같은 기존에 개발된 프로그램의 확대와 함께 개인이 겪는 스트레스를 정확히 분석하고 이를 문제중심적으로 해결할 수 있는 교육과 훈련, 주변의 의미 있는 인적 자원에게 도움행동을 구하는 방법 등에 대한 교육을 통해 스트레스 상황을 지혜롭게 해결하는 방법에 대한 체험중심의 교육이 필요하다. 우선 행복의 요소는 개인마다 다르기 때문에[48] 자신의 행복 요소를 찾기 위한 자기이해 활동과 미래 행복 계획 세우기, 낙관성과 자기존중감 향상 활동, 그리고 대인관계에서 의사소통의 중요성을 인식하고 사회적 문제해결능력을 높일 수 있는

효과적인 의사소통기술 훈련 등이 선행될 필요가 있다. 또한 자기주도적 학습방법 및 전략에 대한 교육 및 학습코칭, 진로체험이나 인턴십 프로그램 등과 같은 체험 중심의 학습·진로 프로그램을 통해 학업에 대한 긍정적 동기유발 및 자기조절능력을 향상하고, 성공경험을 축적할 수 있는 기회를 풍부하게 가질 수 있는 지원체계가 구축되어야 할 것이다.

둘째, 대학생의 학업탄력성을 증진시킬 수 있는 교육 프로그램 개발과 적용방안의 모색이 필요하다. 본 연구를 통해 학업탄력성은 개인의 학업성취도와 관련한 주요 자원일 뿐만 아니라 개인의 행복감 증진에 기여하는 요인임을 확인하였다. 따라서 학습과 관련한 정규 교과목 및 비교과 프로그램에 ‘자기조절 학습전략’, ‘자기통제 전략’, ‘긍정적 태도 갖기’, ‘과제에 대한 책임감 증진’ 등과 같은 학업탄력성을 증진할 수 있는 교수요목이 포함되어야 한다.

셋째, 고등교육이 보편화 교육단계로 접어들어 이례로 학습문제를 지니고 있는 대학생들이 많다. 이로 인해 최근에는 많은 대학에서 학습기술이나 학습전략과 관련한 교과·비교과 프로그램들을 시행하고 있다. 그러나 학업 관련 문제는 원인도 다양하고 개인차도 크기 때문에 다수에게 일괄적으로 적용하는 프로그램은 한계가 있다. 따라서 학업관련 문제영역이나 개인차에 따라 선택적으로 적용할 수 있는 세분화된 교육 프로그램의 개발이 필요하다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 대학생을 대상으로 실시한 것이기 때문에 이 결과를 일반화하여 해석하는데 유의할 필요가 있다. 행복 증진을 위한 방안을 수립하는데 보다 더 의미 있게 적용하기 위해서는 초·중·고등학생 등 다른 학교급으로 확대하여 실시한다면 연령의 변화나 학교급에 따른 변화양상을 비교·분석해볼 수 있는 좋은 주제가 될 것으로 본다. 둘째, 본 연구에서는 행복과 관련한 자기결정이론에 바탕을 두고 스트레스 적극적 대처방식과 주관적 행복감의 관계를 매개하는 요인으로 성취와 관련한 요인인 학업탄력성만을 설정하였다. 그러나 인간의 삶이 점점 더 복잡하고 다양화되고 있는 시점에서 학업탄력성 이외에도 다양한 매개

적 요인들이 있을 것이다. 따라서 추후의 연구에서는 적극적 대처방식과 행복을 매개하는 정서요인이나 환경요인 등 여러 측면들을 포함한 연구의 확장이 필요할 것으로 본다. 아울러 질적 연구를 병행하여 실시한다면 양적 연구에서 발견하기 어려운 새로운 변인들을 추가로 탐색해볼 수 있을 것이다. 셋째, 본 연구에서는 적극적 대처방식과 학업탄력성 및 주관적 행복감의 경로모형을 검증함에 있어서 연구대상의 스트레스 수준이나 학업성취도 등과 같은 요인들은 연구문제에 포함하지 않았다. 그런데 적극적 대처방식이나 학업탄력성은 개인의 스트레스 수준이나 학업성취도의 영향을 받을 가능성이 높다. 따라서 추후 연구에서는 개인의 스트레스 수준이나 학업성취도를 연구문제에 포함한다면 좋은 연구주제가 될 것으로 본다.

본 연구는 스트레스에 적극적으로 대처할수록 높은 행복감을 보이고 반대로 스트레스에 적극적 대처를 잘하지 못할수록 낮은 행복감을 보일 것인가에 대한 일치되지 않은 연구결과들에 대한 의문에서 시작되었다. 최근까지 적극적 대처방식과 학업탄력성 및 주관적 행복감과의 인과적 관계를 종합적으로 다룬 연구가 없는 실정에서 본 연구에서는 대학생을 대상으로 적극적 대처방식이 학업탄력성과 주관적 행복감에 어떤 영향을 미치는지, 그리고 적극적 대처방식과 주관적 행복감의 관계에서 학업탄력성이 어떤 역할을 하는지 밝혀보고자 하였다. 본 연구의 결과는 대학생의 행복감 증진을 위한 연구 및 교육의 기초자료를 제공하고 이들의 행복감 증진과 대학생활 적응을 위한 교육상담 및 훈련 프로그램의 개발에 도움이 될 것으로 기대한다.

참 고 문 헌

- [1] 권석만, “심리학의 관점에서 본 욕망과 행복의 관계,” 철학사상, 제36권, pp.121-152, 2010.
- [2] M. Argyle, *The Psychology of Happiness*, New York: Taylor & Francis Inc, 2001.
- [3] E. Diener, S. Oishi, and R. Lucas, "Personality, culture, and subjective well-being: Emotional

- and cognitive evaluation of life," Annual Review of Psychology, Vol.54, No.1, pp.403-425, 2003.
- [4] M. E. P. Seligman, "Positive Psychology: An introduction," American Psychologist, Vol.55, pp.5-14, 2000.
- [5] C. Tkach and S. Lyubomirsky, "How do people pursue happiness?: Relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being," Journal of Happiness Studies, Vol.7, pp.183-225, 2006.
- [6] E. L. Deci and R. M. Ryan, "The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior," Psychological Inquiry, Vol.11, No.4, pp.227-268, 2000.
- [7] C. L. M. Keyes, "The mental health continuum: From languishing to flourishing in life," Journal of Health and Social Behavior, Vol.43, pp.207-222, 2002.
- [8] R. M. Ryan and E. L. Deci, "Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being," American Psychologist, Vol.55, No.1, pp.68-78, 2000.
- [9] S. S. Luthar, D. Cicchetti, and B. Becker, "The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work," Child Development, Vol.71, No.3, pp.543-562, 2000.
- [10] A. S. Masten, K. M. Best, and N. Garmezy, "Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity," Development and Psychopathology, Vol.2, pp.425-444, 1990.
- [11] S. S. Luthar and D. Cicchetti, "The construct of resilience: Implications for interventions and social policies," Development and Psychopathology, Vol.12, pp.857-885, 2000.
- [12] 김경희, 권재환, "대학생의 학업 및 진로스트레스, 수용행동과 심리적 안녕감의 관계모형 검증," 인간발달연구, 제21권, 제4호, pp.43-60, 2014.
- [13] 안진향, 자아탄력성이 심리적 안녕감에 미치는 영향-적극적 대처방식의 매개효과, 성신여자대학교, 석사학위논문, 2015.
- [14] 서유리, 중학생의 스트레스 대처방식과 학업적 자기효능감 및 행복의 관계, 경성대학교, 석사학위논문, 2012.
- [15] 이하나, 정현주, 이기학, 이학주, "대학생의 자아탄력성, 행복감과 스트레스 지각 및 대처와의 관계," 상담학연구, 제7권, 제3호, pp.701-713, 2006.
- [16] D. J. Terry, L. Tonge, and V. J. Callan, "Employee adjustment to stress: The role of coping resources, situational factors, and coping responses," Anxiety, Stress & Coping, Vol.8, No.1, pp.1-24, 1995.
- [17] 김정문, 불안정 애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향-자동적 사고, 정서 인식, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식의 매개효과를 중심으로. 한양대학교, 박사학위논문, 2010.
- [18] 이자영, 인지적 정서조절전략과 스트레스 대처방식이 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향-사회적 지지를 매개로 하여, 대구대학교, 박사학위논문, 2013.
- [19] 위종희, 조규판, "아동이 지각한 가족건강성, 자아탄력성, 사회적 지지, 스트레스 대처행동 및 심리적 안녕감 간의 구조관계분석," 학습자중심교과교육연구, 제14권, 제8호, pp.237-264, 2014.
- [20] 김미향, 청소년의 학업 스트레스가 정신적 웰빙에 미치는 효과: 학업탄력성의 조절효과, 경남대학교, 석사학위논문, 2014.
- [21] 전경숙, 정태연, "한국 청소년의 행복을 결정하는 요인들," 한국심리학회지: 사회문제, 제15권, 제1호, pp.133-153, 2009.
- [22] K. L. Kumper, *Factors and processes contributing to resilience : The resilience framework. In M. D. Glantz & J. L. Johnson(Eds.). Resilience and development: Positive life adaptations* (pp.179-224), New

- York: Kluwer academic, 1999.
- [23] R. Loeber, "Development and risk factors of juvenile antisocial behavior and delinquency," *Clinical Psychology Review*, Vol.10, pp.1-41, 1990.
- [24] 구재선, 김의철, "심리적 특성, 생활 경험, 행복의 통합적 관계," *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 제20권, 제4호, pp.1-18, 2006.
- [25] B. E. Compas, V. L. Malcarne, and K. M. Fondacaro, "Coping with stressful events in older children and young adolescents," *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol.56, pp.405-411, 1988.
- [26] 강명희, 이수연, "청소년의 학업스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 희망 및 자아탄력성의 매개효과," *청소년학연구*, 제20권, 제6호, pp.265-293, 2013.
- [27] A. G. Billings and R. H. Moos, "The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events," *Journal of Behavioral Medicine*, Vol.4, pp.139-157, 1981.
- [28] J. Block and A. M. Kremen, "IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.70, pp.349-361, 1996.
- [29] 김보라, *자아탄력성이 외상 후 성장에 미치는 영향: 삶의 의미의 매개효과*, 아주대학교, 석사학위논문, 2010.
- [30] 장경문, "자아탄력성과 스트레스대처방식 및 심리적 성장환경의 관계," *청소년학연구*, 제10권, 제4호, pp.143-161, 2003.
- [31] 최지연, *대학생의 부정정서가 심리적 안녕감에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과*, 숙명여자대학교, 2012.
- [32] 김누리, *학업탄력성척도 개발 및 타당화*, 숙명여자대학교, 박사학위논문, 2008.
- [33] 손현정, *간호대학생의 MBTI 성격유형에 따른 스트레스 대처방식과 학업탄력성*, 가톨릭관동대학교, 석사학위논문, 2015.
- [34] A. J. Martin and H. W. Marsh, *Academic resilience and the four Cs: confidence, control, composure, and commitment*, Auckland, NZ: University of Western Sydney, Australia, 2003.
- [35] A. J. Martin and H. W. Marsh, "Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach," *Psychology in the Schools*, Vol.43, No.3, pp.267-281, 2006.
- [36] C. A. Gizir and G. Aydin, "Protective Factors Contributing to the Academic Resilience of Students Living in Poverty in Turkey," *Professional School Counseling*, Vol.13, No.1, pp.38-49, 2009.
- [37] J. L. Schelble, B. A. Franks, and M. D. Miller, "Emotion Dysregulation and Academic Resilience in Maltreated Children," *Child & Youth Care Forum*, Vol.39, No.4, pp.289-303, 2010.
- [38] C. M. Foshee, *Conditions that Promote the Academic Performance of College Students in a Remedial Mathematics Course: Academic Competence, Academic Resilience, and the Learning Environment*, Arizona State University, Educational Technology, Dissertation, 2013.
- [39] 박진영, "지역대학 성인대학생의 대학생활적응에 대한 사회적 지원, 학업탄력성, 자아존중감의 영향력 분석," *한국지방자치학회지*, 제14권, 제3호, pp.47-75, 2012.
- [40] 우종필, *구조방정식모델 개념과 이해*, 서울: 한나레아카데미, 2012.
- [41] S. Folkman and R. S. Lazarus, "If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination," *Journal of Personality and Social Psychology*,

Vol.48, pp.150-170, 1985.

- [42] 박주영, *A·B 성격유형·자아정체감·스트레스 대처간의 관계연구*, 숙명여자대학교, 석사학위논문, 1995.
- [43] P. Hills and M. Argyle, "The oxford happiness questionnaire: acompact scale for the measurement of psychological well-being," *Personality and Individual Differences*, Vol.33, pp.1073-1082, 2002.
- [44] 허승연, *청소년의 행복에 영향을 미치는 생태체계 변인*, 숙명여자대학교, 박사학위논문, 2009.
- [45] 홍세희, "구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거," *한국심리학회지: 임상*, 제19권, pp.161-178, 2000.
- [46] 김계수, *구조방정식모형 분석*, 서울: 한나래아카데미, 2010.
- [47] 문미숙, "대학생의 스트레스경험 및 대처행동 조사," *충주대학교논문집*, 제42권, pp.611-621, 2007.
- [48] 장진우, 이운주, "대학생을 위한 행복증진 집단상담 프로그램 개발 및 효과," *청소년상담연구*, 제17권, 제2호, pp.121-138, 2009.

이 윤 지(Yun-Ji Lee)

정회원



- 2006년 2월 : 동신대학교 상담심리학과(상담심리학석사)
- 2017년 9월 : 동신대학교 교육학과(교육학박사과정)
- 2017년 3월 : YJ 심리상담연구소장

<관심분야> : 청소년상담, 교육상담, 인성교육

저 자 소 개

권 재 환(Jae-Hwan Kwon)

정회원



- 1993년 2월 : 연세대학교 상담교육전공(교육학석사)
- 2005년 2월 : 전남대학교 교육학과(교육학박사)
- 2007년 4월 ~ 현재 : 동신대학교 상담심리학과 교수

<관심분야> : 학교상담, 학습상담, 인성교육, 교육프로그램 및 콘텐츠 개발