

## 청소년의 학업스트레스와 학교생활적응의 관계에서 자아탄력성의 조절효과

김성봉, 성나미, 강진숙\*  
제주대학교 교육학과

### Moderating Effects of Ego-Resilience on the Relationship between Academic Stress and School Adjustment of Adolescent

Sung-Bong Kim, Na-Mi Seong, Jin-Suk Kang\*

Department of Education, Jeju National University

**요약** 대입지향의 학교교육의 현실에서 적지 않은 청소년들이 학업스트레스에 따른 학교생활부적응을 경험하고 있다. 학업스트레스와 학교생활적응과 관련한 연구들을 고찰한 결과, 자아탄력성은 학업스트레스를 완화하면서 학교생활적응을 도울 수 있는 조절변인임을 예측할 수 있다. 이에 본 연구에서는 청소년의 학업스트레스와 학교생활적응과의 관계에서 자아탄력성의 조절효과를 검증하는 것에 주목적을 두고, 제주지역 고등학교 1, 2학년을 대상으로 군집표집을 통해 496명을 추출하고, 변인 간 상관분석과 조절회귀분석을 하였다. 분석결과, 첫째, 학업스트레스와 학교생활적응 간 그리고 학업스트레스와 자아탄력성 간에는 부적 상관이 있는 반면, 학교생활적응과 자아탄력성 간에는 정적 상관을 보였다. 둘째, 학업스트레스와 학교생활적응과의 관계에서 자아탄력성 변인 전체의 조절효과는 통계적으로 유의하지 않았지만, 자아탄력성 하위요인의 하나인 낙관성에서 조절효과가 확인되었다. 이러한 결과는 많은 청소년들이 경험하는 학업스트레스를 조절하여 학교생활적응력을 높이기 위해서는 그들의 낙관성 수준을 높일 필요성이 있음을 시사한다. 결론적으로, 낙관성은 학업스트레스에 따른 학교생활부적응에 대한 하나의 보호요인이기 때문에 학교에서는 학생들의 낙관성을 보다 강화시키기 노력을 적극적으로 모색할 필요가 있음을 논의하였다.

**Abstract** Many adolescents in high schools are experiencing school maladjustment by academic stress under the reality of higher-education-oriented schooling. A review of studies of academic stress and school adjustment reveals that ego-optimism is predicted as one of the moderating variables to help adolescents lessen academic stress and increase their school adjustment. The main purpose of this study was to verify the moderating effects of ego-resilience on the relationship between academic stress and school adjustment of adolescents. For this, 496 high school students of tenth and eleventh grade were respectively collected through cluster sampling to be surveyed, and then correlation analysis and moderated regression analysis were conducted. The major findings were as follows. First, there was a negative relationship between academic stress and school adjustment and between academic stress and ego-resilience, but a positive relationship between school adjustment and ego-resilience. Second, the moderating effects of ego-resilience on the relationship between academic stress and school adjustment were not found, although optimism, one of ego-resilience's sub-factors, had a significant moderating effect on them, implying that adolescents' optimism should be enhanced to lessen academic stress and ensure they have a successful school life. The study concludes that optimism is a protective factor for school adjustment caused academic stress and thus schools need to make active efforts to enhance their students' optimism.

**Keywords** : adolescent, academic stress, school adjustment, ego-resilience, optimism

이 논문은 2016학년도 제주대학교 교원성과지원사업에 의하여 연구되었음

\*Corresponding Author : Jin-Suk Kang(Jeju National Univ.)

Tel: +82-10-8661-6546 email : k1003js@hanmail.net

Received July 12, 2017

Revised August 7, 2017

Accepted August 17, 2017

Published August 31, 2017

## 1. 서론

인간은 자신이 지닌 자원으로 내적 혹은 외적 요구를 감당하지 못할 때 스트레스를 경험한다[1]. 아동에서 성인으로 향하는 과도기의 청소년은 신체·정서적 변화와 함께 다양한 요구에 직면한다. 이 요구에 적절히 대응하지 못하는 청소년은 스트레스를 받을 수 있다. 최인재 등[2]에 따르면, 우리나라 청소년의 스트레스 인지율은 성인은 물론 외국 청소년에 비해 높다. 청소년이 겪는 스트레스 원인은 다양할 것이다. 연구결과[3-6]에 따르면, 학업스트레스가 가장 큰 요인이다. 이는 청소년기의 상당 시간을 ‘대학입시 지향’의 교실에서 보내야 하는 학교교육의 현실을 반영한 결과로 해석할 수도 있다.

학업스트레스란 학업으로 인한 부정적 심리상태를 말한다. 즉, 학교 공부나 성적으로 인해 겪게 되는 정신적 부담, 근심, 긴장, 공포, 우울과 같은 불편한 심리다[7-8]. 과도한 학업스트레스는 대인관계 능력을 저하시키고 비행을 유도한다[9]. 그리고 학업스트레스 강도가 높아질수록 심리적 불안정으로 인한 우울[10-12]이나 자살[13-14] 등 심각한 문제행동으로도 나타난다. 요컨대, 학업스트레스를 적절히 해소하지 못하는 청소년의 경우 학교생활에 적응하지 못하면서 다양한 문제 상황에 노출될 수 있다는 것이다. 실제 많은 연구에서 학업스트레스가 학교부적응의 주요 원인임을 밝히고 있다[15-20].

학교생활적응이란 학생이 자신의 목표 충족을 위해 학교환경을 변화시키거나, 학교환경이 요구하는 역할 수행을 위해 적극적으로 수업에 참여하고, 교사나 또래와의 원만한 대인관계를 유지하며, 학교규칙을 준수하는 능동적 행동이다[21-22]. 그러므로 학생의 성공적인 학교생활적응은 학교에서의 긍정적 정서를 수반할 뿐만 아니라, 학교 안팎의 다양한 삶의 측면에서 발생하는 문제 해결에 도움이 될 수 있음을 시사한다. 그러나 연구[23-25]를 통해 알 수 있는 바, 적지 않은 청소년이 학교생활부적응으로 학업을 중단하고 있는 현실이다. 교육부[23]에 따르면, 2014학년도 학업중단 학생 수는 총 51,906명이며, 이 중 학교부적응으로 학업을 포기한 수는 9,781명으로 전체 대비 20%에 육박한다. 학교부적응과 그에 따른 학업 중단은 여러 가지 문제행동과 심각한 범죄로 발전될 가능성이 높고[26], 성인이 되어서도 다양한 형태의 사회부적응을 유발하는[27] 악순환을 낳을 수 있다.

연구[28-29]에 따르면, 청소년기의 성공적인 학교생활적응은 성인기의 사회적응을 좌우하는 결정적 지표다. 이런 맥락에서 청소년의 성공적인 학교생활적응은 청소년기의 중요한 발달과제가 된다. 그러나 과도한 입시경쟁의 현실에서 많은 청소년이 발달적 미성숙을 보이며 학업스트레스를 효과적으로 통제하지 못하고 있다. 이 문제 상황은 다시 상이한 차원의 스트레스 유발 기제로 작동함으로써 문제가 문제를 키우는 ‘눈덩이 효과’를 지닐 수 있다. 물론 모든 청소년이 이 효과에 의해 지배되는 것은 아니다. 보기에 따라 경미한 스트레스 상황에서조차 어떤 청소년은 건디지 못하고 부적응 상태에 빠지는 반면, 과도한 스트레스 상황 하에서도 심리적 안정을 잃지 않고 상황을 통제하며 잘 적응하는 청소년도 있다. 이 적응력의 차이는 결국 스트레스 상황에 대한 개인의 인식방식과 대처전략에 달려있다 할 것이다. 일찍이 Lazarus & Folkman[30]은 스트레스 대처자원을 신체적 자원, 물질적 자원, 심리적 자원, 환경적 자원, 유능성 자원으로 대별했는데, 이 중 스트레스 상황에 대한 개인의 인식방식과 대처전략에 영향을 주는 핵심 변인으로 최근 주목받는 것은 자아탄력성이라는 심리적 자원이다.

자아탄력성이란 개인의 감정이나 정서를 조절하면서 환경을 적절히 변화시키는 능력을 말한다. 다시 말해, 넓은 의미로 외적, 내적 스트레스에 대해 유연하게 적응하는 개인의 심리적 자원이다[31]. Block & Block의 주장에 따르면[32], 자아탄력성은 좌절할 수도 있는 스트레스 상황에서도 유연하게 상황에 반응하도록 도우며, 변화강제적인 환경적 요구와 맞닥뜨렸을 때 자아통제 수준을 적절히 유지하도록 하는 개인의 역동적인 힘이다. 이런 맥락에서 청소년의 자아탄력성은 학업스트레스 상황에서 긍정적인 적응을 돕는 변인으로 보인다. 실제 연구 결과들을 보면, 자아탄력성이 높은 청소년은 스트레스가 가중되는 상황에 큰 영향을 받지 않고 잘 대처하며[33], 높은 자아존중감과 대인관계능력을 지니고 있어 삶의 부정적 사태에 직면해도 심리적 어려움이나 문제행동 없이 건강하게 성장한다[34]. 반면 자아탄력성이 낮은 청소년은 스트레스 상황에 민감하게 반응하면서 외적 환경 변화나 도전에 적절히 대응하지 못한다[35]. 학교생활적응과 자아탄력성의 관계에 대한 선행연구들을 보면, 자아탄력성이 높은 청소년일수록 학교생활에 잘 적응하고, 높은 학업성취도를 보이며, 학교규칙도 잘 지킨다[36-38]. 한편, 자아탄력성이 낮은 청소년의 경우 학교부

적응을 더욱 심화시키는 간접적인 효과를 보인다는 연구 결과[39-40]도 있다.

이상의 고찰을 토대로, 청소년의 자아탄력성은 학업스트레스와 학교생활적응의 관계를 증대하거나 완화하는 조절변인임을 예측해 볼 수 있다. 이와 관련한 선행연구가 있는지 검토한 결과, 아동 대상의 한 연구[41]를 제외하고 본 연구의 모형대로 조절효과를 분석한 연구는 찾기 어려웠다. 이에 본 연구에서는 고등학생 청소년을 대상으로 첫째, 학업스트레스, 학교생활적응, 자아탄력성 간에 어떤 상관관계가 있는지, 둘째, 자아탄력성은 학업스트레스와 학교생활적응의 관계에서 조절효과가 있는지 검증해보려고 한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구대상

본 연구의 대상은 2015년 12월 한 달 동안 군집표집을 통해 추출한 제주지역 일반계 고등학교 1, 2학년 재학생 496명이다. 자세한 사항은 Table 1에 있다.

Table 1. General Characteristics of participants(N=496)

	Spec.	N	%
gender	male	258	50.8
	female	238	49.2
grade	10th	252	52.0
	11th	244	48.0
school location	J city(6 schools)	377	76.1
	S city(3 schools)	119	23.9
All		496	100

### 2.2 측정도구

#### 2.2.1 학업스트레스 측정

학업스트레스를 측정하기 위해 오미향과 천성문[8]이 개발한 학업스트레스 척도를 사용했다. 본래 이 척도는 1부 학업스트레스 요인을 측정하는 11개의 하위척도 75 문항과 2부 학업스트레스 증상을 측정하는 3개의 하위척도 30문항으로 되어 있다. 본 연구가 학업스트레스 요인만을 측정하는 것이므로, 1부 학업스트레스 하위요인 중 입시경쟁 위주의 환경특성과 고등학생의 학업활동에 초점을 맞춘 5개 요인인, 성적, 시험, 수업, 공부, 진로로 총38개의 문항을 구성하고, 요인분석을 통해 문제가 없음을 확인하였다. 5점 척도이며, 점수가 높을수록 학업스트레스가 큰 것으로 해석되며, 본 연구의 Cronbach's

α 계수는 .94였다.

#### 2.2.2 학교생활적응 측정

김용래[42]가 제작한 학교생활적응 척도를 사용했다. 총 40개 문항으로 구성된 이 척도는 학교환경적응, 학교교사적응, 학교수업적응, 학교친구적응, 학교생활일반적응의 5개 하위요인으로 되어 있다. 5점 척도이며, 점수가 높을수록 학교생활적응력이 큰 것이며, 본 연구의 Cronbach's α 계수는 .95였다.

#### 2.2.3 자아탄력성 측정

Block & Kremem(1996)의 자아탄력성 척도(Ego-Resiliency Scale)를 박은희(1997)가 변안·수정하고, 청소년을 대상으로 송혜리[43]가 수정한 척도를 사용했다. 총 40개 문항으로, 대인관계, 활력성, 감정통제, 호기심, 낙관성의 5가지 하위요인으로 되어 있다. 5점 척도로 점수가 높을수록 자아탄력성이 큰 것이며, 본 연구의 Cronbach's α 계수는 .88이었다.

### 2.3 자료 처리

SPSS 18.0을 이용해 첫째, 연구대상의 일반적 특성을 알아보기 위한 빈도분석, 둘째, 학업스트레스, 학교생활적응, 자아탄력성 간의 관계를 분석하기 위한 Pearson 상관분석, 셋째, 학업스트레스와 학교생활적응과의 관계에서 자아탄력성의 조절효과를 알아보기 위한 조절회귀 분석을 하였다. 회귀분석 시, 다중공선성의 문제와 회귀계수에 대한 해석의 용이성을 고려해 독립변인과 조절변인의 평균중심화를 하였다.

## 3. 연구결과 및 해석

### 3.1 변인 간 상관관계

변인 간 상관계수를 도출한 결과인 Table 2를 보면, 학업스트레스는 학교생활적응과 유의한 부적 상관이 있었고( $r=-.294, p<.01$ ), 자아탄력성의 하위요인인 대인관계( $r=-.195, p<.01$ ), 활력성( $r=-.277, p<.01$ ), 감정통제( $r=-.235, p<.01$ ), 호기심( $r=-.462, p<.01$ ), 낙관성( $r=-.103, p<.05$ )과도 유의한 부적상관을 보였다. 이 결과는 학업스트레스가 높을수록 학교생활적응이 어렵고 자아탄력성은 낮아짐을 의미한다.

**Table 2.** Relationship between Academic Stress, School Adjustment and Ego-Resilience(N=496)

Variable	1	2	3	4	5	6	7
1	1						
2	-.294**	1					
ego-resilience	3	-.195**	.584**	1			
	4	-.277**	.640**	.706**	1		
	5	-.235**	.331**	.304**	.313**	1	
	6	-.462**	.515**	.442**	.553**	.237**	1
	7	-.103*	.483**	.523**	.637**	.352**	.412**

\*\* $p < .01$ , \* $p < .05$  (1 academic stress, 2 school adjustment, 3 interpersonal relationship, 4 viability, 5 feeling control 6=curiosity, 7 optimism)

학교생활적응은 자아탄력성의 하위요인인 대인관계 ( $r=.584$ ,  $p < .01$ ), 활력성( $r=.640$ ,  $p < .01$ ), 감정통제 ( $r=.331$ ,  $p < .01$ ), 호기심( $r=.515$ ,  $p < .01$ ), 낙관성( $r=.483$ ,  $p < .01$ )과 유의한 정적상관을 보였다. 이는 자아탄력성이 높을수록 학교생활적응을 잘 한다는 것을 의미한다.

### 3.2 학업스트레스와 학교생활적응의 관계에서 자아탄력성의 조절효과

자아탄력성을 통으로 놓고 조절효과를 분석한 결과 통계적으로 유의하지 않았다. 이에 하위요인별로 다음과 같이 분석하였다. 1단계에서 학년과 성별을 통제변인으로 설정한 후 2단계에서 통제변인과 독립변인 투입, 3단계에서 통제변인, 독립변인, 조절변인 투입, 4단계에서 통제변인, 독립변인, 조절변인, 독립변인과 조절변인 간 상호작용항을 투입하였다. 그 결과 자아탄력성의 하위요인 중 낙관성이 통계적으로 유의하였다.

**Table 3.** Moderating Effects of Optimism on The Relationship between Academic Stress and School Adjustment(N=496)

model	predictors	school adjustment				F
		B	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$	
1	grade	-.125	-.107*	.013	.013	3.315*
	gender	.049	.042			
2	grade	-.157	-.134**	.110	.097	20.232***
	gender	.087	.074			
3	academic stress	-.265	-.314***	.313	.203	56.015***
	grade	-.119	-.102**			
4	gender	.113	.097*	.319	.006	45.969*
	academic stress1	-.225	-.266***			
4	optimism	.431	.455***	.319	.006	45.969*
	grade	-.117	-.101**			
	gender	.110	.095*			
	academic stress(A)	-.232	-.274***			
A*B	optimism(B)	.426	.450***			
	A*B	.095	.078*			

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

Table 3을 보면, 통제변인과 학업스트레스를 투입한 모형 2의 전체 설명력은 11.0%( $F= 20.232$ ,  $p < .001$ )로 유의하였다. 통제변인, 학업스트레스, 낙관성을 투입한 모형 3의 전체 설명력은 31.3%( $F= 56.015$ ,  $p < .001$ )로 유의하였다. 마지막으로 통제변인, 학업스트레스, 낙관성, 학업스트레스와 낙관성의 상호작용항을 투입한 모형 4의 전체 설명력은 31.9%( $F_{값}=45.969$ ,  $p < .05$ )로 유의하였다. 모형 2, 3, 4의 설명력을 비교해 보면, 3은 2에 비해 설명력이 20.3% 증가했고, 4는 3에 비해 0.6% 증가하면서 유의하였다. 이상의 결과를 토대로, 낙관성은 학업스트레스와 학교생활적응과의 관계에서 조절효과가 있다고 결론내릴 수 있다. 이는 동일한 학업스트레스를 경험하더라도 낙관성이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 학교생활에 잘 적응한다는 의미이다.

## 4. 논의 및 결론

이상의 연구결과에 기초해 몇 가지 논의하면 다음과 같다. 첫째, 학업스트레스와 학교생활적응 간의 부적 상관을 보인 결과는, 스트레스가 높을수록 학교생활적응에 어려움이 있다는 이예승[44], 국진희[45], 박선운[46]의 연구결과를 지지한다. 학업스트레스와 자아탄력성 역시 부적 상관을 보였는데, 이는 신용선[47]의 연구결과를 지지한다.

둘째, 학교생활적응과 자아탄력성은 정적 상관을 보인 것은, 고등학생의 자아탄력성 모든 영역과 학교생활적응의 관계에서 유의미한 정적상관을 보인 박영애[48], 차은주[49]의 연구결과를 지지한다.

셋째, 학업스트레스와 학교생활적응의 관계에서 자아탄력성의 하위요인인 낙관성의 조절효과가 나타난 결과는, 학교 공부나 성적으로 인해 스트레스 상황 하에서도 좌절하지 않고 미래의 삶을 긍정적으로 바라보는 신념을 가진, 낙관적 성향의 청소년이 적극적으로 수업에 참여하고, 교사나 또래와 원만한 관계를 유지하며, 학교 규칙도 잘 지킬 가능성을 시사한다. 또한 이 결과는 낙관성과 같은 긍정심리가 스트레스로부터 개인을 보호하는 완충 작용 역할을 한다는 Masten & Coatsworth[50]의 주장, 그리고 낙관성 수준이 높을수록 학업수행이 뛰어나고, 심리적 어려움을 덜 겪으며, 진로태도에 대한 성숙수준과 학교생활 만족도가 높다는 권혜경[51]의 연구결과와

맥을 같이 한다.

이상의 논의를 종합해 내릴 수 있는 결론은, 낙관성은 학업스트레스에 따른 학교생활부적응과 관련한 하나의 보호요인이며, 따라서 ‘입시지옥’이라는 오명을 받기도 하는 학교에서 학생들의 낙관성을 보다 강화시키기 위한 개입전략을 적극적으로 모색할 필요가 있다는 것이다. 단위학교 입장에서 입시경쟁은 불가피할지 모르나, 청소년의 건강한 성장은 국익과 직결됨을 숙고한다면 이러한 노력은 충분히 영예롭고 보상적이다. 낙관성은 고정불변의 것이 아니며, 얼마든지 개선의 여지가 있는 개인의 특질인[52] 까닭에 결코 어렵지만은 않은 수고일 것이다.

본 연구의 모형대로 분석한 선행연구를 찾기 어려운 상황에서, 고등학생 청소년을 대상으로 낙관성의 조절효과를 검증했다는 측면에서 본 연구의 의미를 찾을 수 있다. 그러나 특정 지역을 대상으로 했기 때문에 연구결과의 일반화에 신중해야 한다. 또한 아동을 대상으로 했던 연구[41]에서 감정통제라는 하위요인에서만 조절효과를 보인 것은, 대상이 다르긴 하나 낙관성에서만 조절효과를 보인 본 연구와 대비되며, 따라서 이에 대한 추후 연구도 진행되어야 할 것이다.

## References

- [1] Lazarus, R. S. & Folkman, S. *Stress, Appraisal and coping*. New York: Springer Publishing, 1984.
- [2] I. J. Choi, G. B. Lee, C. S. Kim, J. H. Kim. *Index survey(V) on Korean adolescents*. National Youth Policy Institute, 2010.
- [3] E. M. Lim, S. S. Chung. The Changes of youths' stress and depression and the Long-term effects of stress on the depression. *Korean journal of youth studies*, vol. 16, no. 3, pp. 99-121, 2009.
- [4] I. J. Choi, S. H. Mow. *A study on support plans for enhancing mental health of children and adolescents*. National Youth Policy Institute, 2013.
- [5] M. K. Kim, Y. H. Kim, S. R. Hwang, I. J. Chung. The Effect of School Grades on Academic Stress in Adolescence: Focusing on the Moderating Effect of Gender. *Journal of Adolescent Welfare* vol. 14, no. 4, pp. 165-187, 2012.
- [6] I. S. Lee. Academic Stress, Coping Method, and Stress Symptoms of High School Students. *THE KOREAN SOCIETY OF SCHOOL HEALTH*, vol. 19, no. 2, pp. 25-36, 2006.
- [7] H. J. Kim. The Relationships Among High School Students' Academic Stress, Self-esteem and Problem-solving Ability. *Major in Counseling Psychology Graduate School of Dankook University*, 2006.
- [8] M. H. Oh, S. M. Chum. Analysis of Academic Stressors and Symptoms of Juveniles and Effects of Meditation Training on Academic Stress Reduction. *Human Understanding*, vol. 15, pp. 63-69. 1994.
- [9] S. Ho. Kang, E. J. Jung. A study on the relationship among stress, academic achievement and mental hygiene of high school students. *Journal of Educational Psychology*, vol. 13, no. 4, pp. 405-424. 1999.
- [10] M. S. Yoon, H. J. Cho, H. H. Lee. Effects of Study Stress and Peer Attachment on Adolescent's Depression : The Mediating Effects of Internet Usage and Alcohol Use. *SOCIAL SCIENCE RESEARCH*, vol. 25, no. 2, pp. 131-156, INSTITUTE KYUNGSUNG UNIVERSITY, 2009.
- [11] E. H. Lee, T. S. Choi, M. J. Seo. Effects of Stress Related to School, Self - Esteem , Parent - Children Communication and Parents' Internal Support of Adolescent Depression. *Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy*, vol. 12, no. 2, 69-84. 2000.
- [12] K. U. Jung. *Moderating Effect of Character Strengths on High School Student's Academic Stress and Subjective Well-being*. Department of Psychology, Graduate School, Pusan National University, 2014.
- [13] K. U. Moon. The Effect of Academic Stress on Suicidal Impulse in Adolescence: Mediating Roles of Parent and Peer Attachment. *Korean Association of Child Studies*, vol. 27, no. 5, pp. 143-157. 2006.
- [14] S. W. Lee, Y. E. Jang. A Study on the Effect of Adolescent's Academic Stress to Suicidal Ideation: Moderating Effect of Family Cohesion. *Korean journal of youth studies*, vol. 18, no. 11, pp. 111-136, 2011.
- [15] U. S. Moon. *A structural analysis of the social and psychological variables related to adolescents' school adjustment behaviors*. Department of Education, Graduate School, Chungnam University, 2002.
- [16] H. K. Shin. The Relationship of Academic Stress , Negative Affectivity , Alexithymia , and Perceived Parenting Behavior to Somatization in Adolescents. *Korean Journal of Clinical Psychology*, vol. 21, no. 1, pp. 171-187, 2002.
- [17] Y. A. Ah, W. C. Jeong. The Mediating Effect of Internet Addiction between Academic Stress and School Maladjustment in Adolescence. *Korean journal of youth studies*, vol. 18, no. 2, pp. 27-50, 2011.
- [18] H. M. Yoon, B. K. Park. Factors Associated with Adolescents' Problem Behaviors. *Korean journal of social welfare studies*, vol. 28, pp. 133-164, 2005.
- [19] J. H. Jung. *A Study intorelations among academic stress, school adjustment and academic achievement of middle school students*. Major in Education of Social Studies, Graduate School of Education, Changwon National University, 2009.
- [20] E. J. Jo, H. K. Lee. The effects of school maladjustment on risk behavior, family, and school factor by Korean adolescents' panel data. *Korean journal of youth studies*, vol. 14, no. 4, pp. 59-80, 2007.
- [21] Y. S. Kim, I. S. Um. A Study on the relationship between stress and school adaptation to student's in

- DaeGu area. *The Journal of Pubic Welfare Administration*, vol. 23, no. 1, pp. 73-91, 2013.
- [22] J. H. Lim, K. M. Kim, J. E. Song, Y. K. Na, M. X. Tan. The effects of basic psychological needs and hopes on the school adjustment levels of adolescents. *Studies on Korean Youth*, vol. 25, no. 1, pp. 29-57. 2014.
- [23] Ministry Education. *News items: 2014 presentation on school-leaving current status of elementary and secondary school students*. Ministry Education, 2014.
- [24] Y. H. Kim, B. Y. Choe, I. H. Lee. Analysis on the Life Condition and Needs of School Dropout Adolescents. *Journal of Adolescent Welfare*, vol. 15 no. 4, pp. 1-29, 2013.
- [25] J. H. Kim, S. B. Kim, I. K. Jung. The mediating effect of stress coping strategies on the relationship between academic stress and the school adjustment in Korean adolescents. *Studies on Korean Youth*, vol. 25 no. 4, pp. 241-269, 2014.  
DOI: <https://doi.org/10.14816/sky.2014.25.4.241>
- [26] S. H. Han. *A study on high school students' school maladjustment: focusing on academic high school female students*. Graduate School of Human and Information, Korea University, 2007.
- [27] K. H. Hong. *The Influences of Daily Stress on School Adjustment for Children: Focused on The Buffering Effects of Ego-Resilience* -. Department of Social Welfare, The Graduate School, Catholic University of Daegu, 2011.
- [28] Y. J. Kang, J. W. Moon. Family Related Factors' Influences on School Adjustment among Korean Middle School and High School Students. *Studies on Korean Youth*, vol. 16, no. 1, pp. 283-316. 2005.
- [29] M. S. Sung, S. O. Lee, M. S. Jung, U. Jung. A Study on School Social Work Practice Model for School Maladjustment Adolescents. *Journal of School Social Work*, no. 1, pp. 179-223, The Korean Society of School Social Work, 1998.
- [30] Lazarus, R., & Folkman, S. *Stress appraisal and coping*. Translated by J. H. Lee, Daekwang Press, 1984,
- [31] H. J. KIM. *Effects of Adolescents' Attachment to Parents and their School Stress on Depression : focusing on control effects of ego-resilience*. Department of Family Housing Studies, Family Welfare Consultation, Graduate School, Yeungnam University, 2014.
- [32] Block, J. H., & Block, J.(The role of ego-control and ego-resiliency in th organization of behavior. In W. A. Collins(Ed), *Minnesota Symposia on Child Psychology*, vol. 131, pp. 39-101, 1980.
- [33] Luthar, S. S. Vulnerability and resilience: A study of high-risk adolescents. *Child Development*, vol. 62, pp. 600-616. 1991.  
DOI: <https://doi.org/10.2307/1131134>
- [34] H. S. Sin, B. Y. Gu. Students at high risk of dropping out of school: Do they differ from school dropouts and low-risk students? *The Korean Journal of Educational Psychology*, vol. 16 no. 3, pp. 121-145, 2002.
- [35] Y. J. Shin. *The Study on relationships among parental child-rearing attitude, self-resilience and school adjustment of elementary school students*. Major in Elementary School Counselling, Graduate School of Education, Gongju National University of Education, 2005.
- [36] C. S. Kang. *The Relationships between Adolescents' Ego-resilience and School Adjustment*. Department of Counseling Psychology, Graduate School of Education, Kong-ju National University, 2008.
- [37] Y. S. Lee. *A study on School Stress, Self-resilience and School adaptation of Adolescents - with female students at high school* - Department of Social Welfare, The Graduate School of Social Welfare, Ewha Woman's University, 2004.
- [38] H. J. Ha, W. M. Park, M. S. Park, S. M. Cheon. Effects of Perceived Social Support and Ego-resilience on School Adjustment of Middle School Students. *The Journal of Korean Forum*, vol. 7, No. 1, pp. 1-19, 2008.
- [39] Y. J. Lee, J. Y. Shin. Relationship Between Ego-Resilience, School Life Maladjustment, and Parental Educational Attitude of Junior High School Students. *Social Science Research*, vol. 5, pp. 111-127, Institute Catholic University of Taegu Hyosung, 2006.
- [40] S. M. Jung, O. K. Cho. The Relationship of Perceived Parental Conflicts, Resilience, School Maladjustment in Middle School Students. *Educational Research*, vol. 18, pp. 131-158, Institute Kyung Nam University, 2009.
- [41] S. J. Kim, S. H. Kim. The Moderating Effects of Ego-Resilience on the Relationship between Academic Stress and School Adjustment of Elementary School Children. *Korean journal of youth studies*, vol. 22, no. 2, pp. 49-70, 2015.
- [42] Y. R. Kim. An Analysis on the Validation of School Learning Motivation Scale(A) & School-Related Coping Scale(B) and Relations Between (A) & (B). *HongIk University Educational Research*, no. 17, pp. 3-37. 2000.
- [43] H. R. Song. *The Relationship between The Group ostracizing and Adolescent's Ego-Resiliency and school-adjustment*. Major in Counseling Psychology Education, The Graduate school of Education, Sungkyunkwan University, 2010.
- [44] Y. S. Lee. *A study on School Stress, Self-resilience and School adaptation of Adolescents - with female students at high school* -. Department of Social Welfare, The Graduate School of Social Welfare, Ewha Woman's University, 2004.
- [45] J. H. Kuk. *The Impact of School Stress among Middle/High School Students on School Adjustment - Mediating Effect of Personality Strengths* -. Major in Counseling Psychology, Graduate School of Education, Korea National University of Education, Chung-Buk, Korea.
- [46] S. Y. Park. *Influence of Stress of Male High School Students on Adaptation to School Life(Modifying Effect of Locus of contro, Emotional Regulation Strategies and Self-Control)*, Major in Counseling Psychology, Graduate School of Education, Korea National University of Education, Chung-Buk, KOREA, 2013.
- [47] Y. S. Shin. *The Effect of Adolescents' Academic Stress, Resilience, Coping Strategies on the Test Anxiety*. Major in Educational Psychology, Graduate School of Gangnam University, 2014.

- [48] Y. A. Park. *The Mediating Effects of Ego-resiliency, Social Support in the Relation between Stress and School Adjustment : With its Focus on Adolescents Living in Orphanages*. Department of Psychology, Graduate School, Kyungpook National University, Daegu, Korea, 2010.
- [49] U. J. Cha. *The Relationship Between Ego-Resilience, Academic Failure Tolerance and School Adjustment Among Academic Highschool Students*. Major in Counseling Psychology, The Graduate School of Education, Ewha Womans University, 2010.
- [50] Masten과 Coatsworth(1998) Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, vol. 53, pp. 205-220, 1998.  
DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.53.2.205>
- [51] H. K. Kwon. The Effect of Optimism on the Career Attitude Maturity and Degree of Satisfaction toward school - Mediated by Achievement Motivation and Ego Strength -, MASTER OF COUNSELING PSYCHOLOGY, THE CATHOLIC UNIVERSITY OF KOREA, 2004.
- [52] Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of general psychology*, vol 9, no. 2, pp. 111-131, 2005.  
DOI: <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>

**김 성 봉(Sung-Bong Kim)**

[정회원]



- 1994년 8월 : 한양대학교 대학원 교육학과(교육학석사)
- 2004년 2월 : 한양대학교 대학원 교육학과 교육학박사)
- 2005년 3월 ~ 현재 : 제주대학교 교육대학원 교육학과 교수

<관심분야>

도박중독, 긍정심리학, 마음챙김

**성 나 미(Na-Mi Seong)**

[정회원]



- 2016년 8월 : 제주대학교 교육대학원 상담심리전공 졸업

<관심분야>

상담심리, 청소년교육.

**강 진 숙(Jin-Suk Kang)**

[정회원]



- 2009년 8월 : 제주대학교 교육대학원 교육학과 (교육학 석사)
- 2014년 2월 : 제주대학교 대학원 교육학과 (교육학 박사 수료)
- 2012년 9월 ~ 현재 : 제주대학교 교육학과 강사

<관심분야>

교육심리, 긍정심리, 문화예술교육