

<http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2020.6.1.7>

JCCT 2020-2-2

## 지역아동센터 이용 아동의 스트레스가 생활만족도에 미치는 영향과 자아존중감의 매개효과

### The Effects of Stress of Children Using Community Child Centers on Life Satisfaction & Mediating Effects of Self-esteem

송기영\*

Keeyoung SONG

**요약** 우리는 이 논문에서 아동의 건강한 성장과 발달에 대한 관심으로부터 출발하여 지역아동센터를 이용하는 아동의 생활만족도를 높이는 것을 궁극적인 목적으로 수행하였다. 이를 위해 지역아동센터 이용 아동의 생활만족도에 대한 스트레스의 영향과 자아존중감의 매개효과를 분석하였다. 본 연구의 데이터는 지역아동센터 2기 아동패널조사 자료로서 대상은 2017년 참여자 438명이다. 자료 분석을 위해서는 SPSS 25.0과 SPSS PROCESS macro v2.16을 활용하였다.

연구결과 학업 스트레스는 생활만족도에 직접적으로 영향을 미쳤지만 자아존중감을 통해 생활만족도에 미치는 매개효과는 없는 것으로 나타났다. 그러나 친구 스트레스와 소비 스트레스의 경우 생활만족도에 대한 직접 영향력이 없지만 자아존중감을 매개로 하여 생활만족도에 영향을 미치는 결과를 보였다. 이러한 연구결과를 바탕으로 아동의 생활만족도를 증진시키는데 중요한 변수인 학업 스트레스 감소 및 자아존중감 제고를 위한 사회복지 정책 및 실천적 방안을 제언하였다.

**주요어 :** 스트레스, 생활만족도, 자아존중감, 지역아동센터

**Abstract** We aimed that increasing the life satisfaction of children using the Community Child Centers, starting from the interest in healthy growth and development of children. The research was conducted to analyze the effect of stress on the life satisfaction of children using the local children center and the mediated effect of self-esteem. The subjects of this study are 438 children who were surveyed in 2017. They were originally extracted from the 2<sup>nd</sup> survey of Community Child Center. For data analysis purposes, SPSS 25.0 and SPSS PROCESS macro v2.16 were used.

The results of this study are as followed. Firstly, school stress has direct influence on life satisfaction, but it has no indirect effect on life satisfaction through self-esteem. Secondly, friend stress and consumption stress have no direct influence on life satisfaction, but they have indirect effect on life satisfaction through self-esteem.

On the basis of the results, this study provided the social welfare policy and practical suggestions to reduce school stress and to enhance self-esteem, which are the key to achieving the life satisfaction of children.

**Key words :** Stress, Life Satisfaction, Self-esteem, Community Child Center

\*정회원, 오산대학교 실용사회복지학과 조교수  
접수일: 2019년 10월 30일, 수정완료일: 2019년 11월 20일  
게재확정일: 2019년 11월 26일

Received: October 30, 2019 / Revised: November 20, 2019  
Accepted: November 26, 2019

\*Corresponding Author: songleader@naver.com  
Dept. of Social Welfare, Osan Univ., Korea

## 1. 서 론

아동기는 청소년기로 넘어가는 과도기로 정서심리적으로 안정되지 못한 시기를 거치는데, 다양한 신체 및 심리·사회적 변화를 겪으면서 자아정체감 형성을 준비하는 시기이다[1]. 특히 지역아동센터를 이용하는 아동들은 경제적으로 빈곤하며, 교육적, 사회·문화적, 보건 등의 차원에서 결핍을 경험하고 있다[2].

아동은 예전보다 신체적 성장이 빨라져서 사춘기를 겪는 시기가 앞당겨지고 입시 위주의 경쟁 환경에서 학업에 대한 압력이 증가하고 있는 등 성인들에 버금가는 스트레스를 경험한다. 아동기의 스트레스란 아동이 주어진 환경에 적응해 가는 과정 중에 요구되는 각종 과제에 적절히 대처하기 어려울 때 신체적, 정신적으로 긴장된 상태를 의미한다[3]. 아동이 경험하는 스트레스는 가족의 사망, 부모의 이혼과 같은 심각한 사건뿐만 아니라, 성적, 부모와의 갈등, 학교생활, 외모, 친구, 가정 형편과 같은 평범한 일상생활 속에서 대부분 발생한다[4]. 즉, 아동은 유아기 때 또래나 이웃, 가정에 한정되어 있던 생활환경이 학교라는 보다 넓은 범위로 확장되어 주요 생활사건뿐만 아니라, 일상적인 생활사건에서도 다양한 스트레스를 겪게 된다[5]. 특히 학령기 후기 아동은 입시와 학업에 대한 과중한 부담 등으로 부모는 물론 친구, 교사로부터도 많은 스트레스를 경험하며, 정서사회적인 문제가 생성된다[6]. 아울러 급변하는 사회적 환경으로 인해 아동에게 요구되는 기대가 높아져 충분한 준비 시간을 갖지 못한 상태에서 다방면에서 해내야 하는 과제가 많아 아동이 겪는 스트레스 정도는 매우 높다고 할 수 있다[7]. 이러한 스트레스가 누적되거나 정도가 심해지면 주요한 생활사건보다 더 아동에게 위협적일 수 있다[8].

그러나 아동은 성인과 달리 사회적 기술과 경험이 적고, 인지력이 낮으며, 활동성이 제한되기 때문에 같은 상황에서 아동이 사용하는 대처행동은 성인의 대처 행동과는 질적인 차이가 있으며[9], 발달 단계상 스트레스에 대해 이해하기 어렵고, 효과적인 대처 능력이 부족하다[10].

아동의 스트레스는 청소년이나 성인에 비해 관심을 덜 받아왔으나, 최근 스트레스에 대한 이목이 집중되고 스트레스가 적응이나 정신건강을 유의미하게 예

측한다는 연구들이 발표되면서 아동을 대상으로 한 스트레스 연구들이 증가하고 있다[1].

한편 스트레스는 삶의 질과 생활만족도를 낮추는 매우 중요한 요인으로 선행연구들은 스트레스가 다양한 차원에서 개인의 삶에 신체적, 심리적 부적응 문제 등을 일으키고, 부정적 영향을 미친다고 보고하고 있다[11].

아동의 생활만족도를 떨어뜨리는 스트레스는 대처와 관리가 필요한데, 많은 연구에서 아동이 스트레스 상황에 적절하게 적응하기 위한 가장 중요한 내적 자원은 자아존중감이며, 스트레스 상황에서 스트레스를 이겨내고 보호하는 요인이라고 주장하고 있다[12].

그러나 스트레스는 자신을 보호하기 위해 가장 중요한 내적자원인 자아존중감을 떨어뜨린다는 논의가 있다[13]. 스트레스가 높을수록 자아존중감은 낮아지고, 낮아진 자아존중감은 부적응을 증가시킨다고 할 수 있다[14].

한편 자아존중감과 관련된 다수의 연구에서 자아존중감은 생활만족도를 높이는 요인으로 나타났다[15]. 즉, 자아존중감이 생활만족도와 관련성이 크다는 것과 자아존중감이 높을수록 생활만족도가 높게 나타난다는 결과를 보였다[16].

이처럼 아동의 스트레스, 자아존중감 및 생활만족도 간의 상호관련성에 기초해 볼 때, 아동의 스트레스는 생활만족도에 직·간접적으로 영향을 미칠 수 있으며, 자아존중감은 스트레스와 생활만족도 간의 관계에서 완충 역할을 한다고 가정할 수 있다. 따라서 아동의 생활만족도를 증진시키기 위해서는 여러 가지문제와 스트레스 상황에도 불구하고 이를 극복하고 적응할 수 있는 능력, 즉, 자아존중감을 향상시켜야 한다[17]. 다시 말해, 낮은 자아존중감을 가진 아동은 스트레스 환경에서 쉽게 포기하거나 좌절하고 미성숙하고 부적절한 회피적 행동으로 반응하는 반면에[18], 스트레스가 높더라도 자아존중감이 높은 아동의 경우에는 자아존중감이 매개역할을 하여 생활만족도를 증진시킬 수 있기 때문이다[19].

아동의 건강한 성장과 발달을 도모하기 위해서 그들이 경험하는 스트레스에 대한 정확한 이해가 우선적으로 요구되며, 스트레스로 인한 정서적, 신체적 문제를 조기에 예방하기 위해 아동들의 스트레스 실태를 파악하고 자아존중감 및 생활만족도와의 관계를 연구

하는 것은 아동의 삶의 질 제고 차원에서 그 의의가 있다고 할 수 있다.

이러한 맥락에서 본 연구에서는 아동의 스트레스가 생활만족도에 미치는 영향과 자아존중감의 매개효과를 알아봄으로써 아동의 생활만족도를 증진하기 위한 개입 방안을 모색하는데 그 목적이 있다. 이를 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 아동의 스트레스는 생활만족도에 영향을 미치는가? 둘째, 아동의 스트레스는 자아존중감에 영향을 미치는가? 셋째, 아동의 자아존중감은 생활만족도에 영향을 미치는가? 넷째, 스트레스와 생활만족도의 관계에서 자아존중감은 매개효과를 갖는가?

## II. 문헌연구

### 1. 스트레스, 생활만족도, 자아존중감의 관계

일반적으로 우울감, 긴장, 스트레스, 학교일탈 등의 변수들은 생활만족도와 부정적(-) 상관관계를 보이며 [20], 학업 성취, 자아존중감, 부모 관계, 친구 관계, 사회적 지지 등은 생활만족도와 긍정적(+) 상관관계를 갖는 변인들로 밝혀져 왔다[21].

우리나라 아동 및 청소년의 삶의 만족도가 낮은 원인은 공부압력, 학교폭력, 따돌림, 갈등적 인간관계, 건전한 여가문화의 부재와 같이 일상적으로 겪게 되는 다양한 문제들이 상대적으로 많기 때문이다[22]. 이러한 문제는 총체적으로 스트레스 원인으로 표현될 수 있으며, 스트레스는 심리적, 신체적, 사회적 문제를 초래한다[23]. 따라서 스트레스로 인해 아동의 삶의 질이 저하되고 생활만족도 등이 낮게 나타나는 것이다.

특히 아동은 급격한 사회 변화를 겪으면서 부모, 학업, 친구, 외모, 소비 등 다양한 부분에서 스트레스에 노출되어 있다. 일부 주요 선행 연구는 공통적으로 아동의 스트레스를 부모 스트레스, 학업 스트레스, 친구 스트레스, 외모 스트레스, 소비 스트레스 등의 하위 요인들로 나누고, 이들이 생활 만족도를 떨어뜨리는 요소를 설명하였다[24].

이처럼 아동 청소년의 생활만족도는 스트레스와 부적 관계를 갖고 있어 스트레스가 높을수록 생활만족도는 낮아지는 경향이 있다.

한편 자아존중감도 스트레스에 의해 영향을 받는

다. 즉 스트레스가 높을수록 자아존중감은 낮아진다 [25]. 스트레스는 인간이 살아가면서 피할 수 없는 사건이고, 이를 어떻게 인식하고 적응하느냐가 아동 및 청소년 시기에는 매우 중요하며 이는 자아존중감과도 관계가 깊다[26]. 아동의 스트레스와 자아존중감 간의 관계에 대한 선행연구에서는 높은 스트레스가 자아존중감을 떨어뜨리는 결과를 나타냈다[26, 27].

이처럼 아동의 스트레스는 자아존중감을 저하시켜 아동 자신과 사회에 대한 부정적인 시각을 줄 수 있는 반면, 높은 자아존중감은 스트레스로부터 아동을 보호하는 요인으로도 예측된다[28]. 또한 자아존중감은 대인관계를 원만하게 하며, 건강한 성격 발달과 정신건강에 기초가 된다. 또한 인간 행동과 적응에 영향을 미치며, 안녕감을 느끼게 하는 중요한 요인이다[29]. 따라서 생활만족도와 밀접한 관련이 있다. 이처럼 자아존중감이 생활만족도와 밀접한 관련이 있다는 것이 선행연구 결과 보고되고 있다. 즉 자아존중감이 높을수록 생활만족도가 대체로 높았다[15].

## III. 연구방법

### 1. 연구모형

본 연구는 스트레스의 하위 유형을 학업 스트레스, 친구 스트레스, 외모 스트레스, 소비 스트레스로 구성하여 이를 다중 독립변인으로 설정하였다. 또한 자아존중감을 매개변인, 생활만족도를 종속변인으로 하여 각 변인 간 구조적 관계를 밝히고, 스트레스의 하위 유형과 생활만족도 간 자아존중감이 매개효과를 갖는지 검증하고자 하였다. 이를 위한 연구모형과 연구가설은 다음과 같다.

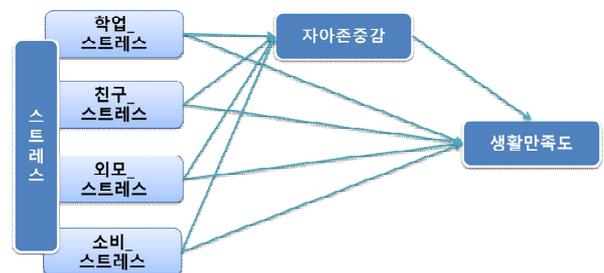


그림 1. 연구모형  
 Figure 1. Research model

표 1. 연구가설  
Table 1. Research hypothesis

가설 1	1-1	학업 스트레스가 자아존중감에 영향을 미칠 것이다.	
	1-2	친구 스트레스가 자아존중감에 영향을 미칠 것이다.	
	1-3	외모 스트레스가 자아존중감에 영향을 미칠 것이다.	
	1-4	소비 스트레스가 자아존중감에 영향을 미칠 것이다.	
가설 2	2-1	학업 스트레스가 생활만족도에 영향을 미칠 것이다.	
	2-2	친구 스트레스가 생활만족도에 영향을 미칠 것이다.	
	2-3	외모 스트레스가 생활만족도에 영향을 미칠 것이다.	
	2-4	소비 스트레스가 생활만족도에 영향을 미칠 것이다.	
가설 3	자아존중감이 생활만족도에 영향을 미칠 것이다.		
가설 4	4-1	학업 스트레스와 생활만족도 간	자아존중감은 매개역할을 할 것이다.
	4-2	친구 스트레스와 생활만족도 간	
	4-3	외모 스트레스와 생활만족도 간	
	4-4	소비 스트레스와 생활만족도 간	

### 2. 연구자료 및 조사대상

본 연구에서 활용한 자료는 지역아동센터 2기 아동패널조사 2017년 자료이다. 지역아동센터 아동패널조사는 2011년에 시작된 한국청소년정책연구원의 취약계층 아동·청소년 종단조사(Longitudinal Survey)에 기반을 두고 있으며, 지역아동센터 이용 아동·청소년들의 성장과 발달에 대한 종단자료의 구축과 분석을 통해 취약계층 청소년 지원을 위한 국가정책 수립에 기여하는 것으로 목적을 하고 있다. 본 패널의 2기 조사에 첫해인 2014년 606명, 2015년 630명, 2016년 662명, 2017년에는 438명이 참여하였다. 이 중 가장 최근 자료인 2017년 참여자 438명을 연구대상으로 분석하였다.

### 3. 측정도구

#### 1) 종속변수: 생활만족도

종속변수인 생활만족도는 지역아동센터 아동패널연구진이 직접 개발한 척도를 사용하였다. 생활만족도는 생활 전반에 대한 만족도 단일 문항으로 구성되었다. 점수는 리커트 4점 척도로 응답하여 점수가 낮을수록 생활만족도가 높다고 할 수 있다.

#### 2) 독립변수: 스트레스

독립변수인 스트레스 척도는 한국청소년패널 문항을 활용하였다. 각 항목은 학업스트레스 1문항, 친구스트레스 2문항, 외모스트레스 2문항, 소비스트레스 1문항 총 6문항으로 구성되었다. 응답범주는 매우 그렇다(1)에서 전혀 그렇지 않다(5)의 5점으로 구성된 리커트 척도를 사용하였고, 점수가 낮을수록 스트레스의 수준이 높은 것을 의미한다.

#### 3) 매개변수: 자아존중감

자아존중감 척도는 Rosenberg(1965)의 자아존중감 척도를 번안한 고려대학교 부설 행동과학 연구소(2000)의 문항을 사용하였다. 각 항목은 긍정적 자아존중감 3문항, 부정적 자아존중감 3문항, 총 6문항으로 구성되었으며, 응답범주는 매우 그렇다(1)에서 전혀 그렇지 않다(4)의 4점으로 구성된 리커트 척도를 사용하였다. 본 연구에서 부정적 자아존중감은 역코딩하여 분석에 사용하였고, 점수가 낮을수록 자아존중감의 수준이 높은 것을 의미한다.

### 4. 분석 방법

본 연구는 수집된 자료를 SPSS 25.0과 SPSS PROCESS macro v2.16을 활용하였다. 우선 조사대상자의 인구사회학적 특성을 파악하기 위해 빈도분석 및 기술통계 분석을 실시하였다. 또한 변수 간의 상관분석을 실시하였고, 자료의 정규성 및 이상치 검토를 위해 왜도와 첨도를 확인하였다. 그리고 스트레스, 자아존중감, 생활만족도 간 영향력(가설 1~3)을 검증하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 마지막으로 스트레스와 생활만족도 간 자아존중감의 매개효과(가설 4)를 검증하기 위해 스트레스의 각 유형을 다중 독립변인으로 투입하여 Hayes(2013)가 개발한 SPSS PROCESS macro\*의 방법으로 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다.

## IV. 연구결과 및 해석

### 1. 연구대상자의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성은 다음 표와 같다. 우선 분석대상자 438명의 성별 분포를 보면 남성 222명(50.7%), 여성 216명(49.3%)으로 성비의 고른 분포를

\* 매개효과를 검증하기 위한 방법으로는 회귀분석에 기반을 둔 [30]의 접근법이 지난 30여 년 간 수많은 연구에서 사용되어 왔으나 이 방법에 오류가 있다는 지적이 계속되면서 최근 매개효과를 검증하기 위한 방법을 바꾸려는 움직임이 새롭게 나타나고 있다 [31]. 매개효과 검증을 위한 새로운 방법으로 [32]가 제안한 SPSS PROCESS macro의 특징은 다음과 같다. 첫째, 독립변수가 종속변수에 미치는 분석과정을 제외하였다. 둘째, 간접효과가 정규분포를 따지 않기 때문에 정규분포를 가정하지 않고, Bootstrapping 방식으로 오차 및 신뢰구간을 추정하고 간접효과(Indirect Effect)의 유의성을 파악하였다.

볼 수 있다. 연령은 대부분이 13세(96.8%)로 지역아동 센터 이용 아동을 대상으로 하여 나타난 결과라고 할 수 있다.

표 2. 연구대상자의 일반적 특성  
 Table 2. General feature (N=438)

변인	분류	빈도(명)	백분율(%)	평균
성별	남성	222	50.7	-
	여성	216	49.3	
연령	12세	11	2.5	12.98세(SD=.008)
	13세	424	96.8	
	14세	3	.7	

## 2. 주요 변인의 기술통계 분석

본격적인 가설검증에 앞서 조사대상자의 스트레스, 자아존중감, 생활만족도의 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도\*를 살펴보고 결과에 대해 표와 같다. 첫째, 스트레스 수준을 각 하위요인별로 살펴보면 5점 만점에 점수가 낮을수록 스트레스가 높다고 할 수 있는데, 학업 스트레스 3.22점(SD=.055), 친구 스트레스 3.99점(SD=.044), 외모 스트레스 3.79점(SD=.049), 소비 스트레스 3.97점(SD=.049)으로 나타나 학업 스트레스가 가장 높았고, 친구 스트레스와 소비 스트레스는 상대적으로 낮은 결과를 보였다. 둘째, 자아존중감의 경우 4점 만점에 점수가 낮을수록 자아존중감이 높다고 할 수 있는데, 1.85점(SD=.025)으로 '매우 높음(1점)'과 '높음(2점)'사이의 값을 나타냈다. 마지막으로 생활만족도는 전체 평균이 4점 만점에 1.68점(SD=.025)으로 '매우 만족한다(1점)'~'만족한다(2점)' 사이의 값을 보였다.

표 3. 주요변인의 기술통계  
 Table 3. Descriptive statistics

변인		M	SD	왜도(SE)	첨도(SE)
독립	학업	3.22	.055	.015(.117)	-1.015(.233)
	친구	3.99	.044	-.792(.117)	.122(.233)
	외모	3.79	.049	-.534(.117)	-.483(.233)
	소비	3.97	.049	-.630(.117)	-.689(.233)
매개	자아존중감	1.85	.025	-.028(.117)	-.496(.233)
종속	생활만족도	1.68	.025	-.157(.117)	-.749(.233)

\* 왜도와 첨도의 절대값이 각각 2.0을 넘지 않으면 정규분포라 판정한다[33].

## 3. 주요 변인의 상관관계분석

본 연구의 결과를 도출하기 위한 다중회귀분석을 실시하기 전 각 변수 간의 관련성을 살펴보고자 다음 표와 같이 독립변수, 매개변수, 그리고 종속변수 간의 피어슨 상관관계를 분석하였다. 상관관계 분석결과, 본 연구의 변수들 간 상관관계는 모두 .8 이하를 나타내어 다중공선성의 문제가 없다고 할 수 있다\*\*. 주요변수들 간의 상관관계를 살펴보면, 종속변수인 생활만족도는 모든 주요변수들과 통계적으로 유의미한 상관관계가 있다. 구체적으로 생활만족도는 자아존중감( $r=.509, p<.01$ )과 가장 높은 상관관계를 보였고, 친구 스트레스( $r=-.502, p<.01$ ), 소비 스트레스( $r=-.393, p<.01$ ) 학업 스트레스( $r=-.287, p<.01$ ) 순으로 상관관계가 높았다.

자아존중감은 친구 스트레스와 가장 높은 상관관계( $r=-.502, p<.01$ )를 보였고, 소비 스트레스( $r=-.393, p<.01$ ), 외모 스트레스( $r=-.358, p<.01$ ) 순으로 높은 상관관계를 나타냈다.

스트레스 간 상관관계는 외모와 소비( $r=.543, p<.01$ ), 친구와 소비( $r=.521, p<.01$ ), 학업과 친구( $r=.514, p<.01$ ), 친구와 외모( $r=.503, p<.01$ ) 순으로 높았다.

표 4. 주요변인의 상관관계  
 Table 4. Correlation

		스트레스				자아존중감	생활만족도
		학업	친구	외모	소비		
스트레스	학업	1					
	친구	.514**	1				
	외모	.363**	.503**	1			
	소비	.350**	.521**	.543**	1		
자아존중감	-.262**	-.502**	-.358**	-.393**	1		
생활만족도	-.287**	-.369**	-.226**	-.302**	.509**	1	

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

## 4. 가설의 검증 결과

### 4.1 가설 1의 검증

\*\* 상관계수가 .8 이상이면 다중공선성의 위험이 있다고 볼 수 있다 [34].

지역아동센터를 이용하는 아동의 스트레스가 자아존중감에 미치는 영향을 검증하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 우선 독립성에 대한 가정으로 자기상관을 검토한 결과, Durbin-Watson 지수는 1.892로 2에 근접한 것으로 나타나 자기상관이 없이 독립적이며, 다중공선성을 검정한 결과 VIF(Variance Inflation Factor) 지수는 1.036 ~ 1.761로 모두 10보다 작아서 변수 간 다중공선성은 없는 것으로 나타났다.

구체적인 분석결과 스트레스의 자아존중감에 대한 설명력은 27.8%(Adjusted  $R^2 = .278$ ,  $p < .001$ )를 보였고, 모형 적합도 [F(5, 432) = 34.605,  $p < .001$ ] 도 통계적으로 유의미하게 나타났으며, 독립변수 중 학업 스트레스와 외모 스트레스를 제외한 친구 스트레스( $\beta = -.394$ ,  $p < .001$ )와 소비 스트레스( $\beta = -.149$ ,  $p < .01$ )가 자아존중감에 유의미한 영향을 미치는 결과를 보였다. 이로써 가설 1-2와 1-4가 지지되었다.

표 5. 스트레스가 자아존중감에 미치는 영향  
Table 5. The effects of stress on self-esteem

구분	비표준계수		표준계수	t	VIF
	B	SE	$\beta$		
(상수)	3.185	.105	-	30.208**	-
성별(여=0)	-.075	.043	-.071	-1.723	1.036
학업 스트레스	.014	.022	.031	.642	1.402
친구 스트레스	-.223	.031	-.394	-7.297***	1.761
외모 스트레스	-.040	.026	-.078	-1.518	1.605
소비 스트레스	-.076	.026	-.149	-2.892**	1.613
통계적 검증	Adjusted $R^2 = .278$ F(5, 432) = 34.605***				
Durbin-Watson	1.892				

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

#### 4.2 가설 2와 가설 3의 검증

지역아동센터를 이용하는 아동의 스트레스 및 자아존중감이 생활만족도에 미치는 영향을 검증하기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 우선 독립성에 대한 가정으로 자기상관을 검토한 결과, Durbin-Watson 지수는 1.879로 2에 근접한 것으로 나타나 자기상관이 없이 독립적이며, 다중공선성을 검정한 결과 VIF(Variance Inflation Factor) 지수는 1.043 ~ 1.978로 모두 10보다

작아서 변수 간 다중공선성은 없는 것으로 나타났다.

구체적인 분석결과 스트레스와 자아존중감의 생활만족도에 대한 설명력은 29.3%(Adjusted  $R^2 = .293$ ,  $p < .001$ )를 보였고, 모형 적합도 [F(6, 431) = 31.217,  $p < .001$ ] 도 통계적으로 유의미하게 나타났으며, 독립변수 중 학업 스트레스만이 생활만족도에 유의미한 영향( $\beta = -.119$ ,  $p < .05$ )을 미치는 결과를 보였다. 이로써 가설 2-1만이 지지되었다. 자아존중감 또한 생활만족도에 유의미한 영향( $\beta = .362$ ,  $p < .001$ )을 미쳤다. 이를 통해 가설 3도 지지되었다.

표 6. 스트레스와 자아존중감이 생활 만족도에 미치는 영향  
Table 6. The effects of stress and self-esteem on life satisfaction

구분	비표준계수		표준계수	t	VIF
	B	SE	$\beta$		
(상수)	1.350	.185	-	7.308***	-
성별(여=0)	-.106	.043	-.101	-2.448*	1.043
학업 스트레스	-.054	.022	-.119	-2.492*	1.404
친구 스트레스	-.045	.032	-.078	-1.385	1.978
외모 스트레스	.034	.026	.068	1.323	1.613
소비 스트레스	-.042	.026	-.083	-1.612	1.644
자아존중감	.338	.016	.362	20.947***	1.401
통계적 검증	Adjusted $R^2 = .293$ F(6, 431) = 31.217***				
Durbin-Watson	1.879				

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

#### 4.3 가설 4의 검증

지역아동센터를 이용하는 아동의 스트레스와 생활만족도 간 자아존중감이 매개역할을 하는지 검증하기 위해 Hayes(2013)의 PROCESS macro를 활용한 Bootstrapping을 실시하였다. Bootstrapping을 위해 재추출한 표본의 수는 5,000개였고, 이를 통해 95%의 신뢰구간으로 추정된 매개효과 계수의 하한한계(lower limit: LLCI)와 상한한계(upper limit: ULCI)를 구하였다\*.

우선 친구 스트레스와 생활만족도 간 자아존중감의 매개효과 검증 결과 95% 신뢰구간(Confidence Level)에서 하한한계(LLCI)가 -.136이고, 상한한계(ULCI)가

\* 매개효과의 확인은 매개효과의 유의성 결과에서 나타난 신뢰구간 내의 간접효과의 하한한계(LLCI)과 상한한계(ULCI) 사이에 0이 포함되지 않으면 매개효과가 있는 것으로 판단하였다.

-.063으로 나타나 0보다 모두 낮아 유의한 것으로 나타났다. Sobel test 결과에서도 Z통계량이 -5.619이며, 유의확률도 0.001보다 작아 유의한 매개효과로 파악되었다.

소비 스트레스의 경우도 신뢰구간(Confidence Level)에서 하한한계(LLCI)가 -.060이고, 상한한계(ULCI)가 -.010으로 나타나 0보다 모두 낮아 유의한 것으로 나타났다. Sobel test 결과에서도 Z통계량이 -2.715이며, 유의확률도 0.01보다 작아 유의한 자아존중감의 매개효과가 입증되었다.

그러나, 학업 스트레스와 외모 스트레스의 경우는 신뢰구간(Confidence Level)의 하한한계(LLCI)와 상한한계(ULCI) 사이에 0이 존재하여 유의하지 않은 것으로 나타났다. Sobel test 결과에서도 Z통계량이 1.96보다 작고, 유의하지 않아 매개효과는 없는 것으로 나타났다.

결과적으로 지역아동센터를 이용하는 아동의 스트레스가 생활만족도에 미치는 영향에 있어 자아존중감이 간접효과를 통해 매개 역할을 한다는 것이 증명되었고, 가설 4-2와 4-4가 지지되었다.

표 7. 스트레스와 생활만족도 간 자아존중감의 매개효과  
 Table 7. Mediating effects of self-esteem between stress and life satisfaction

매개효과 경로	Indirect effect	Boot. S.E.	신뢰구간(95%)		Sobel test
			Boot. LLCI	Boot. ULCI	
학업 스트레스 → 자아존중감 → 생활만족도	.005	.010	-.015	.024	.496
친구 스트레스 → 자아존중감 → 생활만족도	-.095	.018	-.136	-.063	-5.619*
외모 스트레스 → 자아존중감 → 생활만족도	-.019	.012	-.044	.003	-1.679
소비 스트레스 → 자아존중감 → 생활만족도	-.032	.013	-.060	-.010	-2.715*

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

## V. 결론

본 연구는 아동의 건강한 성장과 발달에 대한 관심으로부터 시작하여 지역아동센터를 이용하는 아동의 생활만족도를 높이는 것을 목적으로 수행되었다. 이를 위해 지역아동센터 이용 아동의 생활만족도에 대한 스트레스의 영향과 자아존중감의 매개효과를 검증하고자

하였다. 이에 본 연구의 자료 분석 결과를 요약하면 다음과 같다.

가설 검증을 위한 주요변인 간의 관계를 보면 스트레스가 자아존중감에 미치는 영향관계에서 친구 스트레스( $\beta = -.394$ ,  $p < .001$ )와 소비 스트레스( $\beta = -.149$ ,  $p < .01$ )가 자아존중감에 유의미하게 부정적(-) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 학업 스트레스, 친구 스트레스, 외모 스트레스, 소비 스트레스가 동시에 투입되어 자아존중감에 미치는 영향에 있어 학업 스트레스와 외모 스트레스는 친구 스트레스와 소비 스트레스에 밀려 상대적으로 그 영향력을 발휘하지 못함을 의미한다. 이로써 가설 1-2와 1-4만이 채택되었으며, 이러한 결과는 스트레스와 자아존중감 사이의 부정적인 관계를 분석한 선행연구 결과와 일치한다.

스트레스가 생활만족도에 미치는 영향관계에서는 학업 스트레스만이 유의미하게 부정적(-) 영향( $\beta = -.119$ ,  $p < .05$ )을 미치는 것으로 나타났다. 이는 스트레스와 생활만족도의 관계를 분석한 기존의 선행연구와 유사하다고 할 수 있다. 또한 학업 스트레스의 경우 스트레스 중 가장 높은 수치를 나타냈는데 이는 과중한 학업으로 인한 스트레스가 삶의 질을 저해하는 주요한 요인으로 지적한 선행연구 결과와 일치한다. 친구 스트레스, 외모 스트레스, 소비 스트레스의 경우 학업 스트레스와 비교하여 생활만족도에 대한 영향력이 상대적으로 약하다고 할 수 있다. 이를 통해 가설 2-1만이 채택되었다.

자아존중감과 생활만족도에 대한 가설 검증에서 자아존중감은 생활만족도에 유의미하게 정(+)적인 영향( $\beta = .362$ ,  $p < .001$ )을 미치는 것으로 나타났다. 이를 통해 자아존중감이 생활만족도에 영향을 미칠 것이라는 가설 3이 지지되었다. 즉, 자아존중감이 높을수록 생활만족도가 높아지는 것을 확인할 수 있으며, 자아존중감이 생활만족도를 향상시키는데 중요한 요인임을 알 수 있다. 이러한 결과는 자아존중감과 생활만족도의 긍정적 관계를 분석한 선행연구 결과와 일치한다.

마지막으로 학업 스트레스, 친구 스트레스, 외모 스트레스, 소비 스트레스를 다중 독립변인으로 삼아 생활만족도에 미치는 영향에서 자아존중감의 매개효과를 살펴본 결과 친구 스트레스와 소비 스트레스가 생활만족도에 미치는 영향에 있어 자아존중감이 간접효과를 통해 매개 역할을 한다는 것이 증명되었고, 가설 4-2

와 4-4가 채택 되었다. 박현준 등(2015)의 연구에서도 북한이탈 청소년의 스트레스와 삶의 만족도의 관계에서 자아존중감이 매개 효과를 갖는 것을 확인하여 본 연구 결과와 맥을 같이 한다고 할 수 있다.

정리하면 학업 스트레스는 생활만족도에 직접적으로 영향을 미쳤지만 자아존중감을 통해 생활만족도에 미치는 매개효과는 없는 것으로 나타났다. 그러나 친구 스트레스와 소비 스트레스의 경우 생활만족도에 대한 직접 영향력이 없지만 자아존중감을 매개로 하여 생활만족도에 영향을 미치는 결과를 보였다. 즉 네 가지 스트레스 중 생활만족도에 유의한 영향력을 발휘하는 것은 학업 스트레스이지만, 자아존중감을 통한다면 친구 스트레스와 소비 스트레스도 생활만족도에 유의한 영향을 미치는 매개효과로서의 역할을 한다는 것을 확인할 수 있다. 스트레스와 생활만족도 사이에서 자아존중감이 매개역할을 할 경우 스트레스가 생활만족도에 미치는 부적 영향을 완화시키는 것이다. 즉 스트레스가 높을수록 생활만족도가 낮아지지만 자아존중감이 높을 경우 스트레스를 완화시켜 생활만족도를 높일 수 있다는 것이다.

상기 서술한 연구결과의 요약과 논의를 바탕으로 본 연구의 정책적·실천적 함의 및 제언은 다음과 같다. 첫째, 학업 스트레스의 경우 스트레스 중 가장 높은 수치를 나타냈고, 생활만족도에 미치는 영향에서도 네 가지 스트레스 중 유일하게 유의한 영향을 미치는 결과를 보여 지역 아동센터 이용 아동의 생활만족도를 제고하기 위해서는 학업 스트레스를 감소시킬 수 있는 방안을 마련해야 한다. 학업 스트레스는 입시 위주의 한국적 교육 환경 속에서 장기적인 안목으로 대처할 부분인데 치열한 입시문화 속에서 초등학교 시절부터 지나친 학력 위주의 교육환경으로 인해 심리적 부담을 받고 있다. 따라서 이러한 압박감을 해결하기 위한 방안이 필요한데, 예를 들어 지역아동센터를 이용하는 아동들이 자신의 잠재력을 확인하고, 재능을 키우기 위한 다양한 아동의 활동을 장려할 필요가 있다. 이를 위해 지역아동센터에서 관련 프로그램을 마련해야 하며, 이를 활성화하기 위해 지역아동센터 평가지표의 프로그램 영역에 보호, 교육, 문화, 정서지원 프로그램 이외에 아동 활동 프로그램 평가지표를 신설할 필요가 있다. 이를 통해 학업 스트레스는 낮추고 생활만족도는 증대시키는 결과를 도출해내야 할 것이다.

둘째, 친구 스트레스와 소비 스트레스는 생활만족도에 미치는 영향을 유의하지 않았지만 자아존중감을 매개로 하여 간접적으로 영향을 미친다는 연구결과를 통해 지역아동센터 이용 아동의 자아존중감을 제고할 수 있는 방안을 강구해야 한다. 구체적으로 학교에서의 동아리 활동 등에 자발적인 참여를 활성화하여 대인관계를 넓히고, 다양한 집단상담 프로그램을 통해 자신의 역할과 재능, 강점을 찾게 하여 자아존중감을 높게 하는 것이 필요하다[35].

본 연구는 다음과 같은 제한점을 가지고 있다. 첫째, 패널 조사의 특성상 본 연구 주제를 목적으로 조사된 자료가 아니므로 폭 넓은 변수를 제공해 주지 못한 한계가 있다. 후속 연구에서는 본 연구 주제에 걸맞게 직접적으로 설문지를 활용하여 조사한다면 연구목적에 더욱 정확하고 풍부한 연구결과를 도출해 낼 수 있을 것이다. 둘째, 양적조사의 특성상 질문지법으로만 조사하여 모든 변인에 대한 심층적이고 풍부한 사실 발견에 한계가 있다[36]. 스트레스, 자아존중감, 생활만족도와 관련된 심리·사회적 주관적 지표들의 경우 양적조사보다는 질적조사를 통해 연구대상의 상황이나 맥락에 맞는 자료를 얻을 수 있을 것이다.

이와 같은 한계에도 불구하고, 본 연구의 의의는 지역아동센터 이용 아동의 스트레스와 생활만족도 사이에서 자아존중감의 매개효과를 검증하였다는 점에 있다. 다수의 선행연구에서는 스트레스와 생활만족도, 자아존중감과 생활만족도의 단편적인 관계만을 제시하였다. 이러한 연구 결과를 통해 아동의 스트레스가 생활만족도에 미치는 영향력은 물론 아동의 스트레스와 생활만족도 사이에서 자아존중감이 보호요인이라는 점을 보다 구조적으로 볼 수 있는 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

## References

- [1] J. W. Park and Y. H. Jung (2012). Stress, Stress Response and Health Status of Elementary School Students Using Local Children's Centers, *Journal of Stress*, 20(4), 309-320.
- [2] S. A. Kim, D. W. Jeong, D. G. Yeom, G. W. Kim, and B. J. Park (2015). The Effect of Forest Experience on Children's Attitudes, Stress, Self-esteem and Mental Health in Local

- Children's Centers. *Journal of Korea Forest of leave of absence*, 19(3), 51 - 58,
- [3] M. H. Han (1996). *Child stress and social support perception and behavioral problems*. doctoral dissertation, Graduate School of Seoul National University
- [4] M. H. Kang and Y. K. Park (2016). Effects of Stress on the Health-Reliance of an Integrated Point of View: Focusing on the Mediation Effect of Self-respect. *Journal of the Korean Psychological Society*, 13(1), 157-180
- [5] S. O. Park, G. S. Shin, and J. O. Park (2003). A Study on Self-respect and Stress in Children with Defective Families. *Journal of the Korean Society of Bioscience*, 12(4), 403-416.
- [6] M. H. Hwang and T. C. Yeo (2006). The relationship between adaptation and self-respect in elementary school students. *Journal of Child education*, 15(3), 165-185.
- [7] S. K. Yoon (2004). Self-respect and stress control measures for primary and secondary students. *Journal of Education for children*, 13(2), 239-251
- [8] H. Y. Min (2009). The relationship between the type of daily life stress and the psychological well-being of men and women. *The Korean Family Management Association's 2009 Annual Meeting and Spring Conference archives*, 175-185
- [9] Elkind D. (1998). *The hurried child: growing up too fast too soon*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- [10] Compas BE, Connor-Smith JK, Saltzman H et al. (2001) Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress, and potential in theory and research. *Psychol Bulletin*, 127,87-127.
- [11] Zimmerman et al. (2000). A longitudinal study of stress-buffering effects for urban African-American male adolescent problem behaviors and mental health, *Journal of Community Psychology*, 28(1), 17-33.
- [12] M. S. Hyun and K. A. Nam (2009). The self-respect and stress response of early teens *Journal of Nursing Education*, 15(2), 293-301.
- [13] E. J. Kim (2015). The direct and indirect effects of depression, anxiety, stress, and Internet game addiction on self-respect and flight in elementary school students. *Journal of elementary education research*, 28(3), 95-122.
- [14] S. Y. Park and H. J. Moon (2005). the search for stress-related variables in school-age children. *Journal of the Korean Family Association*, 43(9), 71-84.
- [15] K. M. Nam (2006). The relationship between the activity and life satisfaction of the elderly, which is the medium of self-respect. *Journal of social welfare research*, 30, 303-328.
- [16] T. S. Kang and H. J. Oh (2016). The Effect of the Social Relationship Network of Baby Boomers on Life Satisfaction - Focused on the Self-Sustaining Mediation Effect. *Korea Presbyterian Journal of Theology*, 48(4), 339-366.
- [17] K. E. Na and H. K. Eun (2014). The effect of self-elasticity in the subjective well-being of high school students on peer relationships and stress. *Journal of Korea Elementary School*, 25(1), 75-91.
- [18] M. S. Lee (1994). *A Study on the Relationship between Stress, Self-awareness and Countermeasures of High School Girls*. Master's degree thesis, Ewha Womans University's Graduate School of Education
- [19] H. C. Park, H. J. Choi, H. Y. Yoon, Y. D. Kwon, and J. W. Noh (2015). The Effect of Stress on Life Satisfaction among North Korean Adolescents:Using Self-esteem as a parameter. *Journal of the Korea Contents Studies*, 15(10), 225-235.
- [20] Gullone, E. & R. A. Cummins (1999). The comprehensive quality of life scale. *Behaviour Change*, 16, 127-139.
- [21] Huebner, E. S. et al. (2000). Cross-sectional and longitudinal psychosocial correlates of adolescent life satisfaction reports. *Canadian Journal of Social Psychology*, 16, 53-64.
- [22] H. J. Hwang (2006). A Study on the Stress and Influence Factors of Elementary and Middle School Students, *Journal of Elementary Education Research*, 19(1), 193-216.
- [23] J. Y. Kim (1999). A Study on the Stress and Response Behavior of Children in School Age, *Journal of the Community Nursing Society*, 10(1), 252-261.
- [24] H. J. Jang and J. Y. Lim (2013). Effects of youth stress, degree of communication with parents, stress response and anger expression on the satisfaction of youth life. *Journal of Open Parental Education Study*, 5(1), 17-36.
- [25] S. Y. Kim (2013). Relationship between daily stress, self-respect, emotional control, and

- psycho-social adaptation of high school students: Searching for gender differences through multi-group analysis. *Journal of Youth Culture Forum*, 35, 92-113.
- [26] M. H. Choi and I. H. Lee (2003). The arbitral and mediating effects of self-respect on the relationship between stress and depression. *Journal of the Korean Psychological Society: Clinical*, 22(2), 363-383.
- [27] Baste, V, S., and Gadkari, J, V. (2014). Study of stress, self-esteem and depression in medical students and effect of music on perceived stress. *Indian Journal of Physiology and Pharmacology*. 58(3), 296-299.
- [28] D. M. Yeom, C. Y. Lim and H. T. Jung (2015). The Influence of Youth's Damage to School Violence on Self-esteem: Verification of the Mediated Adjustment Effect of Stress and Human Rights Consciousness. *Social Science Research*, 31(4), 401-423.
- [29] N. Y. Yang and S. Y. Moon (2010). Effects of Self-respect and Health Status on Adaptation of Elderly Living in Facilities, *Journal of Adult Nursing*, 22(5), 552-560.
- [30] Baron, R. M., and Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*. 51(6), 1173-1182.
- [31] H. E. Lee Hyun-Eung (2014). A Study on the Method of Analyzing the Mediation Effect of HRD Studies in Korea and abroad, *The Korean Journal of Resource Development Quarterly*, 16(2), 225-249.
- [32] Hayes, A. F. (2013). *An introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford.
- [33] I. H. Lee (2015). *Easy Flow Regression*. Seoul: Hannara Publishing House.
- [34] Gunst, R. R., and Mason, R. L. (1980). *Regression Analysis and Its Application*. New York: Dekker.
- [35] K. Y. Song and W. C. Ahn (2015). The Study on the effect of the Job Satisfaction by Personal Assistant for the Disabled on the Service Quality, *Journal of the convergence on culture technology*, 1(3), 31-45.
- [36] K. Y. Song (2018). The Effects of Emotional & Social Preparation for Aging on Successful

Aging & Mediating Effects of Social Support, *Journal of the convergence on culture technology*, 4(4), 47-56.

※ 이 논문은 2019년도 오산대학교 학술연구 지원을 받아 연구함