

# 일반고 고등학생의 행복감 구조모형: 자아존중감과 회복탄력성의 매개효과

박선향<sup>1</sup> · 박정숙<sup>2</sup>

인동고등학교 보건교사<sup>1</sup>, 계명대학교 간호대학 교수<sup>2</sup>

## A Structural Equation Model of General High School Students' Happiness: Mediation Effect of Self-esteem and Resilience

Park, Seon Hyang<sup>1</sup> · Park, Jeong Sook<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Health Teacher, Indong High School, Gumi

<sup>2</sup>Professor, College of Nursing, Keimyung University, Daegu, Korea

**Purpose:** This study was conducted to develop a predictive model for happiness of students in general high schools. The study was based on the theory of happiness integration and the literature review. **Methods:** Data were collected using a convenience sample of 231 first and second grade students in five general high schools in D city and K Province. The exogenous variables were optimism as personality factors, parenting attitude, academic stress and friend's support as happiness. The endogenous variables were self-esteem and resilience as mediating variables, and happiness of students in general high schools. Data collection was done from March 14 to March 28, 2019. The AMOS 22.0 and SPSS programs were used to verify the validity of confirmatory factor analysis and hypothesis models. **Results:** The factors that have the greatest influence on happiness of high school students are self-esteem and resilience. The explanatory power of happiness by these variables was 98.1%. The individual mediating effect and double mediation effect of these variables were found to be significant. **Conclusion:** As student's optimistic personality, parent's positive parenting attitude, and friend's support improve student's self-esteem and resilience, ultimately positively affecting high school students' happiness, so it is necessary to consider these factors and try to develop a happiness improvement program.

**Key Words:** Students; Happiness; Self esteem; Friends

### 서 론

#### 1. 연구의 필요성

고등학생을 비롯한 우리나라 청소년의 주관적 행복지수는

경제협력개발기구 국가 중 10년 연속 하위권에 머무르고 있다. 중국과 한국 청소년의 행복감을 비교한 결과에서 보면, 행복지수가 낮은 학생의 비율이 한국은 71.9%로 중국의 28.1%에 비해 월등히 높은 것으로 나타났다[1]. 한편 청소년의 주관적 안녕감이 대학생, 장년층, 노년층보다 더 낮은 것으로 나타나[2],

**주요어:** 고등학생, 행복감, 자아존중감, 회복탄력성

**Corresponding author:** Park, Jeong Sook

College of Nursing, Keimyung University, 1095 Dalgubeol-daero, Dalseo-gu, Daegu 42601, Korea.

Tel: +82-53-258-7703, Fax: +82-53-580-3916, E-mail: jsp544@kmu.ac.kr

- 이 논문은 제1저자 박선향의 박사학위논문 축약본임.

- This article is article is condensed form of the first author's doctoral thesis from University.

Received: May 6, 2020 / Revised: Aug 5, 2020 / Accepted: Aug 31, 2020

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

우리나라 청소년의 행복감이 국가 간 비교와 세대 간 비교에서 모두 상당히 낮은 수준인 것으로 나타났다. 대학진학이 주요 목표인 일반고 고등학생들은 막대한 학습량과 학업 성취에 부담을 느끼며, 선택권이 없는 교과목 위주의 수업과 학원 수강 등으로 많은 시간을 보내게 된다[3]. 또한 방대한 양의 대학입학 정보, 동아리 활동, 독서 이력, 수상경력, 자기소개서 준비 등 교과 외 활동에도 무한 노력을 하며 힘든 시간을 보내고 있다. 이처럼 일반고 학생들은 경쟁적인 환경과 교과 및 교과 외 과정을 습득해야 하는 부담감 속에서, 학년이 올라갈수록 행복감이 더욱 낮아지는 것으로 나타났다[1].

하지만 고등학생을 포함한 청소년 문제에 대한 사회적 관심은 우울, 자살, 학교폭력, 학업중단 등 위기학생에 대한 정책을 주로 펼치고 있다. 치열한 입시경쟁이 당연시되고 있는 현실에서, 일반고 고등학생의 행복은 희생되는 것이 별 문제가 아니라는 인식이 사회 전반에 팽배해 있다[3]. 하루 평균 1.5명의 청소년이 자살로 생을 마감하고 있는 현실에서[4] 더 이상 고등학생의 행복에 대해 외면하지 말고 고등학생의 행복감이 어떤 구조적 특성을 가지고 있는지를 파악하려는 노력이 필요하다. 청소년 행복감에 대한 연구들은 이론적 기반 없이 연구자의 관심에 따라 행복감 영향요인을 선정하거나[3,4], 사회 구조적 인프라 개선에만 초점을 맞춘 생태체계이론을 근거로 한 연구[5], 부모의 수입, 직업, 교육수준 등 사회경제적 측면에만 초점을 맞춘 연구[6]들이 진행되었다.

행복 통합이론은 행복감이 삶의 여건에 의해 영향을 받는다는 상황이론과 개인의 성격특성에 의해 영향을 받는다는 하향이론을 통합한 이론이다[7,8]. 성격특성은 심리적 과정을 통해 행복감에 영향을 미치고, 개인이 속한 가정, 학교 등의 삶의 여건에서 느끼는 심리적 과정을 통해 행복감에 영향을 주게 된다. 특히 유사한 성격과 비슷한 삶의 여건을 가지고 있더라도 모든 고등학생이 동일하게 행복감의 저하를 경험하는 것이 아니므로, 행복감을 높이는 심리적 과정을 밝히는 경로를 파악한다면 행복감 증진 프로그램 개발에 도움이 될 것이다. 심리적 과정의 향상을 통한 행복감의 변화 가능성에 주목하고, 청소년기 중요한 발달과업이자[9] 행복감과 관계가 깊은 자아존중감[9,10]은 심리적 과정으로서 행복감에 영향을 미치는 주요 변수 중 하나이다. 학습 가능하고 시간과 상황에 따라 변화하는 회복탄력성은 특히 청소년기에 점진적으로 형성되어 행복감에도 영향을 주는 것으로 나타나[11,12] 심리적 과정에 포함된다. 또한 자아존중감은 스트레스 상황에서 감정 통제와 사회성을 발휘하여 문제해결력과 적응력을 높여주어 회복탄력성에 직접 영향을 미치는 것으로 나타났다[11].

감사와 낙관성 등의 성격특성도 행복감과 관련이 있다. 개인 차를 보이는 안정적 성격[13]인 감사는 다른 사람의 공헌을 인식하고 고마운 마음으로 반응하는 일반화된 경향성으로, 평소 감사를 많이 느끼는 사람은 자아존중감[14]과 사춘기의 성장통 및 스트레스를 통해 발달하는 회복탄력성[9]에 영향을 미치므로 자아존중감과 회복탄력성을 매개로 행복감에 간접영향을 미칠 수 있다. 낙관성은 미래에 대한 긍정적인 기대와 전망을 하는 인지적 경향성이자 일관되게 나타나는 안정적 성격특성[14]으로 문제해결을 통한 목표에 도달할 가능성이 높아 자아존중감에 긍정적 영향을 미친다[15]. 고등학생의 내·외적 스트레스 상황[3]에서 회복탄력성을 높이고[16] 자아존중감과 회복탄력성을 매개로 행복감에 간접영향을 줄 수 있을 것이다.

고등학생이 하루 중 가장 많은 시간을 보내는 장소는 가정과 학교임을 감안하여, 삶의 여건인 부모 양육태도, 학업 스트레스, 친구지지 등도 행복감과 관련성이 있다. 먼저 부모 양육태도가 애정적이고 자율적일수록 자녀의 긍정적 자기 평가를 높이고[10] 학업부담과 경쟁에서 잘 견디는 것으로 나타나[17] 자아존중감과 회복탄력성을 매개로 행복감을 높이는 것으로 볼 수 있다. 고등학생은 경쟁적 교육환경 속에서 학업 스트레스를 경험하고[2] 학업에 대한 주변과 본인의 기대에 부담을 갖거나 만족시키지 못해 자아존중감이 낮아지며[18] 심리적 갈등 상태에서 혼란을 겪으며 회복탄력성도 낮아지게 되므로[11] 자아존중감과 회복탄력성을 경유하여 행복감에 영향을 주는 것으로 볼 수 있다. 고등학생 시기에 또래로부터 얻는 정보와 정서적 지지의 긍정적 영향 역시 자아존중감[10]과 회복탄력성[17]을 높여주어 행복감에 간접영향을 미칠 것이다.

따라서 본 연구에서는 고등학생의 감사와 낙관성을 성격특성으로, 부모 양육태도, 학업 스트레스, 친구지지를 삶의 여건으로, 자아존중감과 회복탄력성을 심리적 과정인 매개변수로 고등학생 행복감의 구조모형을 구축하고자 한다. 이를 통해 행복감 영향요인을 살펴보고, 각 요인들이 자아존중감과 회복탄력성을 매개하여 행복감에 어떻게 영향을 미치는지를 검증함으로써 고등학생의 행복감 증진을 위한 간호중재 개발과 대책 수립을 위한 이론적 기틀을 마련하고자 한다.

## 2. 연구목적

본 연구는 일반고 고등학생을 대상으로 행복감에 영향을 미치는 변수를 규명하고 이들 변수들 간의 관계를 설명하는 가설적 모형을 구축하고 검증하기 위해 시행되었다.

- 행복감에 영향을 미치는 변수들 간의 직접효과, 간접효과

과, 총효과를 확인한다.

- 행복감에 영향을 미치는 변수들 간의 관계에서 자아존중감과 회복탄력성의 개별 매개효과, 이중 매개효과를 확인하고 유의성을 검증한다.

## 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 일반고 고등학생의 행복감에 영향을 미치는 요인의 가설적 모형을 설정하고, 수집된 자료를 분석하여 모형의 적합도를 검증하는 구조모형 연구이다.

### 2. 연구대상

대상자는 D광역시와 G도에서 인구, 학생 수, 일반고등학교 수가 비슷한 3개 구와 2개 중소도시를 선정하여 남녀 학생 수, 학년, 학교의 위치 등을 고려하여 학교당 1학년 1개 학반과 2학년 1개 학반을 포함하여 총 10개 학급을 편의표집하였다. 대상자 선정기준은 일반고에 재학 중인 1, 2학년 학생, 설문조사에 자발적 참여 의사가 있는 학생으로 하였고, 제외기준은 고등학교 3학년 학생으로 하였다. 이는 학교 당국에서 학업 매진과 학부모 민원 등의 이유로 3학년 학생들에게 설문조사를 허락하지 않았기 때문이었다.

구조모형 연구에서 일반적으로 200명이 가장 적당한 표본의 크기로 400명 이상일 경우 최대우도법이 민감하게 되어 모델 적합도가 낮아질 수 있다[19]. 따라서 본 연구에서는 이를 기준으로 자료를 수집하고 탈락률 20%를 고려하여 250명에게 설문지를 배부하였다. 회수된 설문지는 244부로 응답률은 97.6%였고, 이 중 불성실한 응답을 한 13명을 탈락하고 최종 231명의 자료를 분석에 사용하였다.

### 3. 연구도구

#### 1) 감사 측정도구

McCullough 등[13]이 개발한 감사성향척도(Gratitude Questionnaire-6, GQ-6)를 우리나라 고등학생에 맞추어 수정·보완한 Noh와 Shin [20]의 한국판 감사성향 척도(K-GQ-6)를 사용하였다. 이 도구는 총 6문항으로, Likert 7점 척도로 되어 있다. 부정 문항은 역점수로 환산하였으며, 점수가 높을수록 감사성향이 높음을 의미한다. Noh와 Shin [20]의 연구에서 신

뢰도 Cronbach's  $\alpha$  는 .84였으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .92였다.

#### 2) 낙관성 측정도구

Scheier 등[14]이 개발한 삶의 지향성검사(Life Orientation Test-Revised, LOT-R)를 Shin [19]이 변안한 10문항으로, 긍정적 기대 3문항, 비관적 기대 3문항, 검사의 의도를 파악하지 못하도록 삽입된 나머지 4문항으로 구성되어 있다. Likert 5점 척도로 되어 있으며, 부정 문항은 역점수로 환산하였고, 검사 의도를 파악하지 못하게 삽입된 4문항은 점수 계산에는 포함하지 않는다. 낙관성 점수는 총점을 문항 수(6)로 나눈 점수로 1~5의 범위를 갖고, 낙관성 점수가 높을수록 낙관성이 높음을 의미한다. Shin [19] 연구에서 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$  는 .72였으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .76이었다.

#### 3) 부모 양육태도 측정도구

Oh와 Lee [21]가 개발한 자녀가 지각한 부모 양육태도 검사를 Yoo [5]가 수정·보완한 19문항으로, Likert 5점 척도로 되어 있다. 애정-적대 10문항, 자율-통제 9문항으로, 애정-적대 요인의 점수가 높을수록 부모 양육태도를 애정적이라고 지각하며 자율-통제 요인의 점수가 높을수록 청소년들은 행동의 자율성을 인정받는다고 지각한다. 부정 문항은 역점수로 환산하였다. Yoo [5]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .83이었으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .89였다.

#### 4) 학업 스트레스 측정도구

Min과 Yoo [22]의 스트레스 척도 중 학업 영역 스트레스 부분을 Park [23]이 수정·보완한 13문항으로, Likert 5점 척도로 되어 있다. 점수가 높을수록 학업으로 인한 스트레스가 높음을 의미한다. Park [23]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .92였고, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .85였다.

#### 5) 친구지지 측정도구

Moon [24]이 개발한 사회적 지지 질문지를 Myeong과 Kang [25]이 수정·보완한 친구지지 측정도구로서, 정서적 지지 4문항, 정보적 지지 5문항 총 9문항으로 구성되었다. Likert 5점 척도로 되어 있으며, 총점을 문항 수로 나눈 점수로서 1~5의 범위를 가지고 점수가 높을수록 친구지지가 높음을 의미한다. Myeong과 Kang [25]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .91이었고, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .80이었다.

#### 6) 자아존중감 측정도구

Rosenberg [9]가 개발하고 Jon [26]이 번안한 자아존중감 10문항으로, 긍정적 자아존중감 6문항과 부정적 자아존중감 4문항으로 구성되었다. Likert 4점 척도로 되어 있으며, 부정 문항은 역점수로 환산하였다. 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. Rosenberg [9]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .82였고, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .88이었다.

#### 7) 회복탄력성 측정도구

Yoo [5]의 자아탄력성 척도로서 대인관계 7문항, 활력성 7문항, 호기심 4문항, 감정통제 3문항 총 21문항으로 구성되었다. Likert 5점 척도로 되어 있으며, 점수가 높을수록 회복탄력성 수준이 높음을 의미한다. Yoo [5]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .78이었으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91이었다.

#### 8) 행복 측정도구

Hills와 Argyle [27]의 옥스퍼드 행복 질문지를 Heo [4]가 번안하고 Myeong과 Kang [25]이 수정·보완한 행복 도구로서, 자신감 12문항, 자기통제 11문항, 긍정 정서 6문항 총 29문항으로 구성되었다. Likert 5점 척도로 되어 있으며, 부정 문항은 역점수로 환산하였다. 행복 점수는 총점을 문항 수(29)로 나눈 점수로 1~5의 범위를 가지며, 점수가 높을수록 행복 정도가 높음을 의미한다. Myeong과 Kang [25]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .92였으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .94였다.

### 4. 자료수집 및 윤리적 고려

자료수집은 2019년 3월 14일부터 2019년 3월 28일까지 실시되었으며, 사전에 학교장과 담당교사의 허락을 받았다. 연구자가 각 학급에 들어가서 자기소개를 하고 연구의 목적과 방법, 참여이익, 설문조사 방법에 대하여 충분히 설명하였으며, 자발적 참여 의사를 밝힌 연구대상자에게만 설명문과 동의서를 작성하도록 하였다. 연구에 동의한 대상자의 가정으로 보호자 동의서 및 가정통신문을 배부하여 작성하도록 한 후 학생 편으로 회수하였다. 설문조사는 각 학교에서 제공한 교실, 정보실 등의 장소에서 실시하였으며, 설문조사 중 심리적 불편감이 발생할 경우를 대비하여 이를 위한 치료나 상담에 대해 설명하였고, 불편감으로 인한 설문조사 중단과 참여중지에 대해서는 어떠한 불이익이 없음을 알렸다. 설문 작성 시간은 30~40분 정도 소요되었고 학생들이 나가면서 설문지를 교실 뒤 상자에 직접 넣고 나가도록 하였다. 설문에 대한 답례로 감사품을 제공하였

다. 연구대상자 보호를 위하여 계명대학교 생명윤리위원회 연구 승인(IRB No.: 40525-201811-HR-112-02)을 받은 후 자료를 수집하였다. 수집된 설문지는 대상자의 개인정보 보호를 위하여 연구자가 직접 코딩처리와 자료분석을 하였다. 수집된 자료는 잠금장치가 있는 연구자의 개인 보관함에 3년 동안 보관한 후 분쇄하여 폐기할 것이다.

### 5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 25.0 프로그램 및 AMOS 22.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 측정변수들은 서술적 통계로 분석하였고, 측정도구의 신뢰도는 Cronbach's  $\alpha$  값을 산출하였다. 표본의 정규성 검증은 왜도, 첨도를 확인하였다. 측정모형에서 잠재변수들의 타당성을 검증하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였고, 구조모형에 대한 검증은 최대우도법을 사용하였다. 모형의 적합도 검증은 절대적합지수인  $\chi^2$ , Normed  $\chi^2$ /df, Root Mean Square Residual (RMR), Standardized Root Mean Square Residual (SRMR), Goodness of Fit Index (GFI), Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI), Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)를 사용하였고, 증분적합지수로는 Normed Fit Index (NFI), Incremental Fit Index (IFI), Tucker-Lewis Index (TLI), Comparative Fit Index (CFI)를 사용하였다. 가설모형과 수정모형의 비교를 위해  $\chi^2$ , Akaike Information Criterion (AIC)을 사용하였다. 모형의 경로에 대한 유의성 검증은 회귀계수, Critical Ratio (CR),  $p$ 값을 확인하였고, 내생변수에 대한 설명력은 Squared Multiple Correlation (SMC)을 사용하였다. 모형의 직접효과, 간접효과와 총효과의 유의성 검증을 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 사용하였다. 팬텀변환모형을 사용하여 개별 매개효과와 유의성을 검증하였다.

## 연구결과

### 1. 대상자 특성

대상자는 고등학교 1학년이 127명(55.0%), 남자 134명(58.0%)로 나타났다. 가정경제 수준은 중 184명(79.7%), 상 27명(11.7%), 하 20(8.7%) 순이었고, 성적은 중 150명(64.9%), 하 48명(20.8%), 상 33명(14.3%) 순이었다. 건강상태는 좋다 138명(59.7%), 보통이다 84명(36.4%), 좋지 않다 9명(3.9%)이었으며, 종교는 없다 166명(71.9%)로 가장 많았고, 가족형태는 양부

모 215명(93.1%), 한 부모 15명(6.5%), 조손가정 1명(0.4%)로 나타났다.

## 2. 주요변수의 서술적 통계와 확인적 요인분석

고등학생의 행복감은 평균 3.81점(5점 만점), 감사는 평균 5.74점(7점 만점)로 나타났다. 낙관성 평균 3.53점(5점 만점), 부모 양육태도 평균 4.10점(5점 만점), 학업 스트레스 평균 3.14점(5점 만점), 친구지지 평균 4.00점(5점 만점)이었다. 자아존중감은 평균 27.84점(36점 만점), 회복탄력성 평균 3.60 (5점 만점)이었다(Table 1).

왜도값(skewness)는 -1.34~0.75, 첨도값(kurtosis)는 -0.63~2.28의 범위로 왜도 절댓값 2, 첨도 절댓값 4 미만을 충족하여 표본의 정규성을 확보하였다.

1차 확인적 요인분석 결과, 낙관성 2문항, 부모 양육태도 6 문항, 학업 스트레스 7문항, 친구지지 2문항, 자아존중감 1문항, 회복탄력성 4문항, 행복 13문항을 제거하였다. 2차 확인적 요인분석 결과, 회복탄력성을 제외한 7개의 변수 모두 하위항목들의 요인적재량의 표준화계수가 0.5 이상으로 집중타당성

을 확인하였다. 회복탄력성의 하위항목 중 감정통제가 0.4로 나타났으나 요인적재량이 너무 낮지 않다면 관측변수를 사용하라는 권유를 고려하였다[28]. 판별타당성은 2개 이상의 잠재변수 간 차별성이 있는지를 파악하는 것으로 잠재변수들의 Average variance extracted (AVE)는 0.76~1.13이고 요인의 상관계수는 .11~.77로 AVE가 상관계수의 제곱 값보다 크므로 요인들 간의 판별타당성이 검증되었다.

## 3. 가설모형 및 수정모형의 적합도 검증

본 연구의 가설모형은 Figure 1-A과 같으며, 가설모형의 적합도는  $\chi^2/df=2.81$ , SRMR=.05, RMSEA=.09, AGFI=.82, NFI=.91, IFI=.94, TLI=.91, CFI=.94로 적합하였고,  $\chi^2=238.86$  ( $df=85, p < .001$ ), GFI=.89로 적합하지 않았으나, 전반적인 적합도 지수는 대체로 양호한 것으로 판단되었다. 그러나 감사와 자아존중감의 경로에서 표준화 회귀계수가 1.0 이상으로 나타나 독립변수 간 상관관계로 인해 발생하는 다중공선성을 의심해 볼 수 있으며, 감사에서 자아존중감으로 가는 경로와 감사에서 회복탄력성으로 가는 경로도 유의하지 않게 나타나 하나의

**Table 1.** Descriptive Statistics of the Measured Variables

Variables	Range	M±SD	Skewness	Kurtosis	Standardized factor loading	CR	AVE
Gratitude	1~7	5.74±1.04	-1.01	1.07	.68	.70	0.70
Optimism	1~5	3.53±0.85				.90	1.27
Positive expectations		3.58±0.90	-0.30	-0.53	.97		
Pessimistic expectations		3.47±0.90	-0.19	-0.41	.80		
Parenting attitude	1~5	4.10±0.66	-1.34	2.28		.92	1.23
Affection-Hostility		3.89±0.72	-0.55	-0.03	.95		
Autonomy-Control		4.31±0.69	-1.34	2.28	.74		
Academic stress	1~5	3.14±0.96	-0.29	-0.41	.74	.73	0.73
Friend support	1~5	4.00±0.67				.93	1.20
Emotional support		4.00±0.63	0.75	1.41	.89		
Informational support		3.99±0.76	-0.68	0.72	.87		
Self-esteem	9~36	27.84±5.72	-0.46	-0.35	.52	.73	0.73
Resilience	1~5	3.60±0.66				.84	0.58
Relationship		4.00±0.66	-0.34	-0.32	.83		
Vitality		3.39±0.85	0.16	-0.63	.86		
Curiosity		3.54±0.92	-0.17	-0.49	.68		
Emotion control		3.07±0.93	0.20	-0.27	.40		
Happiness	1~5	3.81±0.70				.94	0.83
Confidence		3.70±0.76	-0.33	0.14	.95		
Self-control		3.86±0.82	-0.63	0.21	.78		
Positive emotions		4.00±0.74	-0.88	1.62	.85		

CR=Construct reliability; AVE=Average variance extracted.

잠재변수를 제거하는 방법으로[28] 수정모형을 설정하였다.

수정모형의 적합도는  $\chi^2=118.55$  ( $df=45$ ,  $p<.001$ ),  $\chi^2/df=2.96$ , SRMR=.04, RMSEA=.09, GFI=.92, AGFI=.85, NFI=.94, IFI=.96, TLI=.93, CFI=.96으로 가설모형에 비해 전반적으로 향상되었다. 가설모형과 수정모형을  $\chi^2$  통계량으로 비교한 결과에서도  $\chi^2$  통계량의 차이가 120.31, Degree of Freedom (DF) 차이는 35로 C.R.값이 61.66보다 커 유의하게 변화한 것으로 판단하였다. 모형의 적합도를 비교하는 AIC의 비교에서도 가설모형 AIC=340.86, 수정모형 AIC=194.57로 수정모형이 더 간명하며 적합한 것으로 판단하여, 수정모형을 최종 모형으로 결정하였다.

#### 4. 수정모형의 검정 및 전체 간접효과 분석

수정모형의 총 11개의 경로 중 통계적으로 유의하게 나타난 경로는 9개였으며, 각 경로의 경로계수와 유의성 검증 결과는 Figure 1-B, Table 2와 같다. 자아존중감에 대한 유의한 경로는 낙관성( $\beta=.46$ ,  $p<.001$ ), 부모 양육태도( $\beta=.15$ ,  $p=.044$ ), 학업 스트레스( $\beta=-.18$ ,  $p=.037$ ), 친구지지( $\beta=.32$ ,  $p<.001$ )이었으며, 이들 변수에 의한 설명력은 73.9%였다. 회복탄력성에 대한 유의한 경로는 낙관성( $\beta=.23$ ,  $p=.023$ ), 친구지지( $\beta=.33$ ,  $p<.001$ ), 자아존중감( $\beta=.37$ ,  $p=.024$ )이었으며, 이들 변수에 의한 설명력은 58.4%였다. 행복에 대한 유의한 경로는 자아존중감( $\beta=.87$ ,  $p<.001$ ), 회복탄력성( $\beta=.16$ ,  $p=.032$ )이었으며, 이들 변수에 의한 설명력은 98.1%였다. 수정모형에서 각 경로의 직접효과, 간접효과, 총 효과는 Table 2와 같다.

#### 5. 수정모형의 개별 간접효과 분석

외생변수들이 자아존중감과 회복탄력성을 이중 매개하여 행복에 이르는 경로와 단순 매개하여 행복에 이르는 경로를 팬텀변환모형으로 구축한 후, 부트스트래핑 200회를 실행하고, 편차교정은 95% 수준의 신뢰구간을 설정하여 이중 매개효과 및 단순 매개효과를 검증하였다. 이중 매개와 단순 매개의 간접효과와 유의성을 분석한 결과는 Table 3과 같다. 자아존중감을 경유한 행복감에 대한 개별 간접효과는 낙관성( $\beta=.07$ ,  $p=.005$ ), 부모 양육태도( $\beta=-.02$ ,  $p=.046$ ), 학업 스트레스( $\beta=-.03$ ,  $p=.155$ ), 친구지지( $\beta=.05$ ,  $p=.018$ )이었다. 회복탄력성을 경유한 행복감에 대한 개별 간접효과는 낙관성( $\beta=.20$ ,  $p=.005$ ), 부모 양육태도( $\beta=-.07$ ,  $p=.465$ ), 학업 스트레스( $\beta=.01$ ,  $p=.953$ ), 친구지지( $\beta=.29$ ,  $p=.009$ )이었다. 자아존중감과 회복탄력성을 이중 매개한 행복감에 대한 개별 간접효과는 낙관성( $\beta=.02$ ,  $p=.008$ ), 부모 양육태도( $\beta=.01$ ,  $p=.015$ ), 학업 스트레스( $\beta=-.01$ ,  $p=.041$ ), 친구지지( $\beta=.02$ ,  $p=.008$ )로 모두 유의하였다.

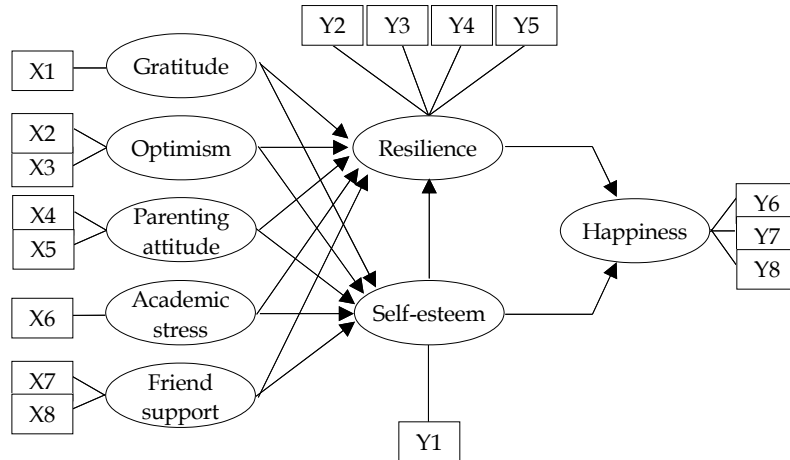
### 논 의

본 연구는 선행연구에서 고등학생의 행복감에 일관되게 관련요인으로 규명된 변수들을 선정하고 행복 통합이론에 따라 분류하여 모형을 구축하고 검증한 결과 수정모형을 최종모형으로 설정하였으며 최종모형은 적합한 것으로 나타났다. 본 연구결과 자아존중감이 일반고 고등학생의 행복감에 가장 큰 직접 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 자아존중감이 행복감

**Table 2.** Standardized estimates, Standardized Direct, Indirect, and Total Effect of the Modified Model (N=231)

Exogenous variables	Endogenous variables	Standardized estimates	CR (p)	SMC	Direct effect (p)	Indirect effect (p)	Total effect (p)
Optimism	Self-esteem	.46	6.91 (<.001)	.74	.46 (<.001)		.46 (<.001)
Parenting attitude		.15	2.01 (.044)		.15 (.044)		.15 (.044)
Academic stress		-.18	-2.09 (.037)		-.18 (.037)		-.18 (.037)
Friend support		.32	4.83 (<.001)		.32 (<.001)		.32 (<.001)
Optimism	Resilience	.23	2.28 (.023)	.58	.23 (.023)	.17 (.013)	.40 (.008)
Parenting attitude		-.08	-0.90 (.369)		-.08 (.369)	.06 (.033)	-.02 (.992)
Academic stress		.01	0.06 (.951)		.01 (.951)	-.07 (.076)	-.06 (.651)
Friend support		.33	3.50 (<.001)		.33 (<.001)	.12 (.030)	.45 (.009)
Self-esteem		.37	0.02 (.024)		.37 (.024)		.37 (.024)
Optimism	Happiness		11.79 (<.001)	.98		.46 (.011)	.46 (.011)
Parenting attitude			2.14 (.032)			.13 (.072)	.13 (.072)
Academic stress						-.17 (.094)	-.17 (.094)
Friend support						.35 (.006)	.35 (.006)
Self-esteem		.87			.87 (<.001)	.06 (.008)	.93 (.012)
Resilience		.16			.16 (.032)		.16 (.032)

CR=critical ratio; SMC=squared multiple correlation.



X1=gratitude, X2=positive expectations, X3=pessimistic expectations, X4=affection-hostility, X5=autonomy-control, X6=academic stress, X7=emotional support, X8=informational support, Y1=self-esteem, Y2=relationship, Y3=vitality, Y4=curiosity, Y5=emotion control, Y6=confidence, Y7=self-control, Y8=positive emotions.

Figure 1-A. Hypothetical model of general high school students' happiness.

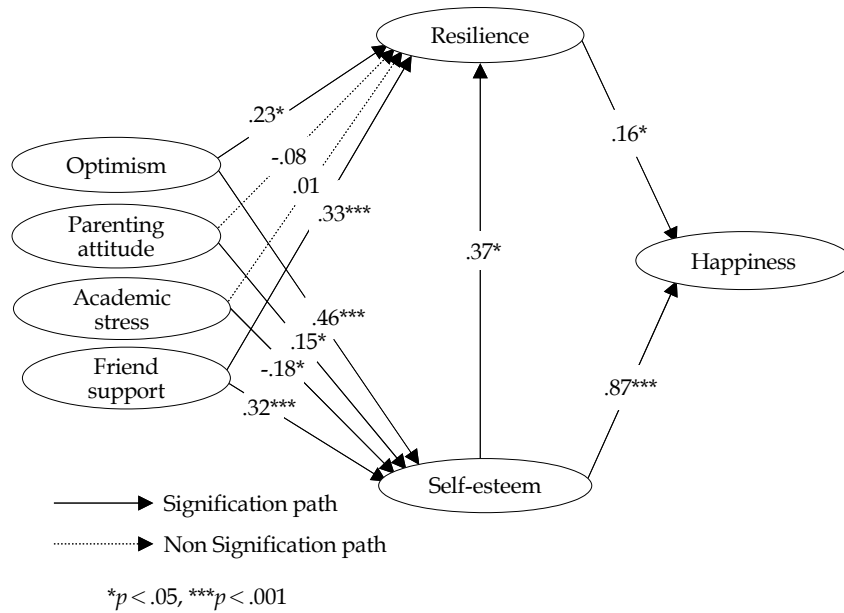


Figure 1-B. Modified model of general high school students' happiness.

Figure 1. Hypothetical model and path diagram for the modified model.

에 가장 큰 영향을 미치는 요인으로 나타난 선행연구결과들을 지지하는 것이다[26]. 객관적 조건이나 다른 심리적 요소들보다 자아존중감과 행복과의 관계가 가장 크다고 밝힌 Diener [8]와 개인의 내적특성을 강화시키는 것이 행복감을 증진시키는 가장 효율적인 방법임을 강조한 Heo [4]의 연구와 유사한 결과로 볼 수 있다. 청소년기는 부모로부터 정서적으로 독립을 추구하고 자아정체성을 확립하는 시기로 자아에 관한 요인이 심리적인 측면에서 중요하게 부각된다[3]. 자아존중감은 청소년기

중 중요한 발달과제로 개인의 성장과 적응에 영향을 미쳐 행복감에 긍정적 영향을 미치는 것으로 사료된다. 대학 입시 경쟁에 열중하고 있는 고등학생의 경우 자아인식과 정체감 확립이 부족할 수 있어 자아존중감 향상을 위한 노력이 더욱 요구된다. 특히 일반고 고등학생의 특성 상 학업과 활동에 지장을 받지 않는 범위의 행복감 증진 프로그램 개발을 통해 자아존중감 향상이 필요함을 확인하였다.

일반고 고등학생의 행복감에 직접 영향을 미치는 두 번째 요

Table 3. Individual Mediating Effect of the Modified Model

(N=231)

Pathway	Estimates (β)	p
Optimism → Self-esteem → Happiness	.07	.005
Optimism → Resilience → Happiness	.20	.009
Optimism → Self-esteem → Resilience → Happiness	.02	.008
Parenting attitude → Self-esteem → Happiness	-.02	.046
Parenting attitude → Resilience → Happiness	-.07	.465
Parenting attitude → Self-esteem → Resilience → Happiness	.01	.015
Academic stress → Self-esteem → Happiness	-.03	.155
Academic stress → Resilience → Happiness	.01	.953
Academic stress → Self-esteem → Resilience → Happiness	-.01	.041
Friend support → Self-esteem → Happiness	.05	.018
Friend support → Resilience → Happiness	.29	.009
Friend support → Self-esteem → Resilience → Happiness	.02	.008

인은 회복탄력성으로 나타났다. 이는 회복탄력성이 높을수록 행복감이 높아진다는 선행연구들을 지지하는 것이다[10,12]. 회복탄력성은 부적응을 방지하고, 정서적 불안에 대한 민감성을 낮추며, 효과적으로 문제 상황에 대처할 수 있게 하여 일상에서 긍정적으로 생활할 수 있도록 도움을 준다[12]. 학업 경쟁, 대학 입시 준비로 하루 중 대부분을 학교와 학원에서 생활하며 자율성을 보장받지 못하고 있는 고등학생은 이러한 스트레스 상황 하에서 회복탄력성이 더욱 요구될 것으로 보인다. 회복탄력성은 시간과 상황에 따라 변화하고, 학습 가능한 역동적인 과정이므로[11], 고등학생의 체계적인 회복탄력성 향상 방안이 필요함을 확인하였다.

본 연구에서 낙관성, 부모 양육태도, 학업 스트레스, 친구지지는 자아존중감에 직접 영향을 미치고, 자아존중감을 통해 행복감에 간접 영향을 주었다. 낙관성은 자아존중감에 가장 큰 직접효과를 보였으며, 이는 낙관성 증진 프로그램의 학교폭력 피해 중학생의 자아존중감 향상[15], 고등학생과 어머니의 갈등 대처방식에 낙관성이 긍정적 영향을 미친[29] 선행연구결과와 맥락을 같이 한다. 낙관성은 무조건적 긍정의 맹목적 되풀이가 아니라, 현실을 직시하면서 미래에 대한 희망을 포기하지 않고 준비하는 것으로 학습과 훈련을 통해 향상시킬 수 있다.

친구지지는 낙관성 다음으로 자아존중감에 직접 영향을 주는 요인이었으며, 이는 Shin과 Lee [30]의 연구결과와 일치하고 Kwon 등[10]의 연구결과를 지지하는 것이다. 청소년기는 또래가 사회적 역할 수행의 기준이 되며, 또래의 지지를 통해서 서로 의지하고 사회를 이해하는 능력을 배우는 시기이다[30]. 고등학생의 사회성 발달과 긍정적 자아존중감 형성을 위해 좋은 교우관계는 필수적임을 확인하였다.

학업 스트레스는 자아존중감에 부정적 영향을 미치는 것으로

나타났으며, 이는 학업 스트레스가 높을수록 자아존중감이 낮게 나타난 선행연구결과를 지지하는 것이다[18]. 일반고 고등학생의 경우, 학업 스트레스로 인한 심리적 압박감, 좌절감, 학업 성취 부담 등으로 인해 점차적으로 자신감을 잃게 되면 실제 자신의 능력과 상관없이 자신에 대한 부정적 평가와 인식이 높아지는 것으로 볼 수 있다.

부모 양육태도는 자아존중감에 직접 영향을 미치는 요인이었으며, 이는 부모 양육태도가 수용적, 애정적일수록 자아존중감에 긍정적 영향을 미친다는 연구결과를 지지하는 것이다[10,30]. 애정적, 자율적 양육태도의 부모는 자녀에게 관심을 가지고 자녀 의사를 존중하는 경향이 높아[5] 긍정적 자아존중감 발달에 영향을 줄 수 있다. 따라서 고등학생의 자아존중감 발달을 위해서는 애정과 자율성을 바탕으로 관심과 보호를 제공하는 일관된 양육태도의 중요성을 확인하였다.

다음으로 회복탄력성에 영향을 미친 요인들을 살펴보면, 낙관성, 친구지지, 자아존중감이 회복탄력성에 직접 영향을 미치고, 회복탄력성을 통해 행복감에 간접 영향을 주었다. 자아존중감이 회복탄력성에 가장 큰 직접효과가 있었으며, 이는 Kwon 등[10]의 연구결과와 유사하였다. 일반고 고등학생이 겪게 되는 스트레스 상황에서 자신의 능력과 가치에 대한 긍정적 평가와 판단은 성적 하락, 시험 실패 등의 시련이 오더라도 그것을 이겨내는 마음의 힘을 향상시킬 수 있음을 시사한다. 친구지지는 자아존중감 다음으로 회복탄력성에 직접 영향을 주는 요인이었으며, 이는 Kwon 등[10], Kim [17]의 연구결과를 지지하는 것이다. 고등학생들은 학교에서 보내는 시간이 대부분으로 부모보다 또래와 보내는 시간이 상대적으로 많아지게 되어 친구에게 받는 영향이 커진다[17]. 또한 정서적으로 불안정하고 대처능력이 미약하여 스트레스를 극복하기 어려운 시기이나



[19], 친한 친구의 지지가 심리사회적 적응에 도움이 됨을 확인하였다[10]. 낙관성도 회복탄력성에 직접 영향을 미치는 요인이었으며, 이는 Roh와 Yoo [16]의 연구결과와 유사하였다. 진정한 낙관성은 현실을 직시하면서 문제해결을 위해 노력하므로, 스트레스 상황을 적극적으로 해결하려는 회복탄력성 향상에 영향을 줄 수 있을 것이다.

본 연구결과 학업 스트레스는 회복탄력성에 대해 직접 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 그러나 Kang과 Lee [11]의 연구결과, 학업 스트레스는 자아탄력성에 영향을 미치는 것으로 보고하였다. 학업 스트레스가 회복탄력성에 미치는 연구결과가 일치되지 않으므로 결과 해석에 신중을 기해야 하며, 후속연구가 필요할 것으로 사료된다. 학업은 고등학생의 주요 발달과업이므로 학업 스트레스가 많다고 모든 학생들이 회복탄력성이 저하된다고 보기는 어렵다. 학업 스트레스 수준에 상관없이 고등학생의 회복탄력성을 향상시켜 학업 스트레스에 대한 유연한 사고를 통해 행복감을 향상시켜 줄 필요가 있음을 확인하였다. 회복탄력성에 부모 양육태도가 직접 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다. 이는 Kwon 등[10]의 연구결과와는 유사하였으나, 부모 양육태도가 회복탄력성에 영향을 미치는 것으로 보고한 Yoo [5]의 연구결과와는 차이가 있었다. 고등학생은 자아정체감 형성과 부모로부터의 정신적인 독립을 추구하는 시기이다[30]. 그러나 부모에 대한 영향력이 물리적, 시간적으로 부모와의 접촉이 줄어들기 때문인지, 자아확립의 결과인지에 대한 후속연구가 필요함을 시사한다.

본 연구결과를 좀 더 발전시켜 개별 간접효과에 대한 유의성 검증을 한 결과, 고등학생의 낙관성, 부모 양육태도, 학업 스트레스, 친구지지는 자아존중감과 회복탄력성 2가지를 모두 경유하여 행복감에 간접영향을 주는 이중 매개효과가 나타났다. 앞서 살펴본 바와 같이 학업 스트레스는 회복탄력성에 대한 직접효과가 없었고, 자아존중감과 회복탄력성 각각을 통하여 행복감에 미치는 간접효과도 없었다. 부모 양육태도는 회복탄력성에 대한 직접효과와 회복탄력성을 통하여 행복감에 미치는 간접효과가 나타나지 않았다. 이는 학업 스트레스가 많고 부모 양육태도가 부정적이더라도 고등학생의 자아존중감과 회복탄력성이 모두 높으면 행복감을 느낄 수 있으므로 행복감 증진 프로그램 개발 시 고려해야 할 변수임을 확인하였다.

보건교사는 학교에서 학생들의 건강이나 위생에 관한 일을 전문으로 담당하는 교사로서 학생들의 신체적 건강뿐만 아니라 학업 스트레스나 행복감 등의 심리적 건강을 포함하여 총체적인 건강에 관심을 가져야 한다. 그러므로 본 연구결과를 바탕으로 학생의 자아존중감과 회복탄력성을 향상시켜 행복감

을 증진시키도록 하는 교과과정이나 교과 외 과정 개발에 관심을 가질 필요가 있다. 또한 교육당국에서도 고등학교의 입시 위주의 교육정책에서 학생의 행복감과 삶의 질을 고려하는 전략을 포함시킬 필요가 있다. 하지만 본 연구에서는 일반고 고등학교 1, 2학년 학생을 대상자를 통하여 수집된 자료를 분석한 것이므로 전체 고등학생으로 일반화하기에는 신중히 처리할 필요가 있다.

## 결론 및 제언

본 연구를 통해 일반고 고등학생의 행복감 최종모형은 행복감을 설명하는데 적합한 것으로 확인되었다. 고등학생의 행복감에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 자아존중감, 회복탄력성 순으로 나타났으며, 이들 변수에 의한 행복의 설명력은 98.1%로 매우 높게 나타났다. 학생의 낙천적 성격, 부모의 긍정적 양육태도, 친구의 지원은 학생의 자아존중감과 회복탄력성을 증진시켜 궁극적으로 고등학생의 행복감에 긍정적 영향을 미치므로 향후 이러한 요인들을 고려하여 행복감 증진 프로그램 개발을 시도해 볼 필요가 있다. 본 연구는 지금까지 연구가 미흡했던 일반고 고등학생을 대상으로 행복감에 대한 영향요인을 제시하고 구조모형을 구축하였으며, 본 연구결과를 근거로 보건교사를 중심으로 한 정기적인 고등학생 행복감 측정, 행복감 향상 관련 교과과정 혹은 교과 외 과정을 개발하여 건강관리를 할 수 있는 기초를 마련하였다는 의의를 지닌다.

후속연구를 위한 제언으로는 첫째, 본 연구대상자가 일반고 고등학생이므로 학교급, 학교 계열, 남녀, 지역 등 연구대상을 다양화한 연구가 필요하다. 둘째, 고등학생의 성격 특성과 경험들을 모두 포함하여 연구하지 못하였기 때문에 후속연구를 통해 다양한 변수를 고려해 볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구가 횡단적 자료수집에 의한 연구이므로 변수들 간의 시간적 선후 관계를 밝힐 수 있는 종단적 연구가 필요하다. 넷째, 보건교사를 중심으로 정기적인 행복감 조사를 실시하고 고등학생을 대상으로 행복감 증진 프로그램을 개발 및 적용하고 효과를 검증하는 연구가 필요하다.

## REFERENCES

1. Ahn DH. A study on happiness of adolescents in Korea and China. Korean Journal of Educational Research. 2012;50(1): 227-255.
2. Han M, Choi IC, Kim BJ, Lee HJ, Kim KM, Ryu SA. Happiness of Korean adolescence: Age-based comparison. Korean Jour-

- nal of Youth Studies. 2012;19(5):217-235.
3. Shin SB. Analysis of the determinants of happiness in Korean adolescents. Institute for Humanities and Social Science. 2016; 17(3):135-184.
  4. Heo SY. An analysis of ecological variables affecting adolescent happiness [dissertation]. [Seoul]: Sookmyung Women's University; 2009. 145 p.
  5. Yoo HK. The path model analysis of variables influencing subjective well-being of youth[dissertation]. [Asan]: Soonchunhyang University; 2014. 170 p.
  6. Huebner ES. Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social Indicators Research*. 2004;66(1-2): 3-33. <https://doi.org/10.1023/B:SOCI.0000007497.57754.e3>
  7. Kwon SM. Positive Psychology: Scientific inquiry of happiness. Seoul: Hakjisa Co.; 2008. 622 p.
  8. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984; 95(3):542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
  9. Rosenberg M. Society and the adolescent self image. Princeton: Princeton University Press; 1965. 321 p.
  10. Kwon SW, Lee AH, Song IH. A study on adolescent happiness: Application of the adolescent resilience model. *Studies on Korean Youth*. 2012;23(2):39-72.
  11. Kang MH, Lee SY. The mediating effects of hope and ego-resilience on the relationship between adolescents' academic stress and psychological well-being. *Korean Journal of Youth Studies*. 2013;20(6):265-293.
  12. Suh KH. Academic stresses, subjective well-being, and feeling of happiness in adolescence: Focused on roles of resilience. *Korean Journal of Youth Studies*. 2016;23(11):137-157. <https://doi.org/10.21509/KJYS.2016.11.23.11.137>
  13. McCullough ME, Emmons RA, Tsang J. The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2002;82(1):112-127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>
  14. Scheier MF, Carver CS, Bridges MW. Distinguishing optimism from neuroticism and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem: A reevaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1994;67(6):1063-1078. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>
  15. Cheon SM, Choi YM, Kim MO. Effect of optimism enhancement programs on self-esteem and stress coping styles of middle school students victimized by school violence. *Journal of Rehabilitation Psychology*. 2015;22(2):341-356.
  16. Roh YC, Yoo SH. Effect of the optimism enhancement program on optimism and ego-resilience of elementary school teachers. *The Journal of Open Education*. 2008;16(3):139-157.
  17. Kim SA. The relationship of social relations and happiness in middle school boys and girls: Ego-resilience and school adjustment mediating effects. *Youth and Environment*. 2012;10(4): 15-26.
  18. Ra JM, Park SJ, Rhee KJ. The influence of adolescents' school satisfaction on happiness via adolescents' self-esteem. *Studies in Humanities and Social Sciences*. 2017;55:5-25. <https://doi.org/10.17939/hushss.2017..55.001>
  19. Shin HS. Testing the mediating effect of coping in the relation of optimism and pessimism to psychological adjustment in adolescents. *Korean Journal of Youth Studies*. 2005;12(3):165-192.
  20. Noh HS, Shin HS. The mediating effect of perceived social support in the relation between gratitude and psychological well-being among adolescents. *Korean Journal of Youth Studies*. 2006;15(2):147-168.
  21. Oh SS, Lee JS. Relationships of children's perceived positive characteristics of parenting styles. Research Report. Seoul: Korea Institute for Research in the Behavioral Science; 1982 Mar. Report No.: RN 82-11-01.
  22. Min HY, Yoo AJ. Development of daily hassles coping scale for behavior scale for children. *Journal of the Korean Home Economics Association*. 1998;36(7):83-96.
  23. Park JY. The relationships of adolescent academic stress, school violence and subjective happiness: Focusing on the mediating pathway of friend, family and teacher's support. *Journal of Social Science*. 2017;43(2):263-289. <https://doi.org/10.15820/khjss.2017.43.2.011>
  24. Moon ES. A structural analysis of social and psychological variables related to adolescents' School adjustment behaviors [dissertation]. [Daejeon]: Chungnam National University; 2001. 127 p.
  25. Myeong SJ, Kang SH. The effects of social support, academic achievement, and optimism on middle school students' happiness. *Journal of Educational Evaluation*. 2011;24(3):619-643.
  26. Jon BJ. Self-esteem: A test of its measurability. *Yonsei Conulate*. 1974;11(1):107-130.
  27. Hills P, Argyle M. The oxford happiness questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*. 2002;33(7):1073-1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)
  28. Woo JP. The concept and understanding of structural equation modeling. Seoul: Hannarae Publishing Co.; 2017. 391 p.
  29. Suh HI, Shin NN. The effects of parent-adolescent communication and adolescent optimism on conflict coping styles. *Korean Journal Child Studies*. 2016;37(5):65-82. <https://doi.org/10.5723/kjcs.2016.37.5.65>
  30. Shin HS, Lee SJ. The effects of microsystem and self-knowledge variables on happiness perceived by adolescent. *Korea Association of Family Relations*. 2012;16(4):105-133.