

남녀청소년의 다양한 스트레스(부모, 학업, 친구, 외모, 경제), 학교생활적응과 행복감의 관계성 연구: 매개관계를 중심으로

김선아

송실사이버대학교 사회복지학과

A Relationship Study of Adolescents' Various Stress, School-life Adjustment, and Happiness: mediating effects

Sunah Kim

Department of Social Welfare, Soongsil Cyber University

요약 본 연구는 남녀 청소년의 다양한 스트레스와 학교생활적응이 행복감에 미치는 영향과 관계성에 대해서 살펴보고 청소년들의 행복감을 향상시키는 방안의 기초자료로 활용하고자 한다. 연구대상은 '한국 어린이·청소년 행복지수 2018년도 조사' 중고등학교 자료 5,144명을 활용했고, 2017년 교육기본통계자료를 기반으로 학급을 표집단위로 크기비례확률추출법을 활용하여 표집했다. 구조방정식과 다중집단분석을 통한 연구결과로, 첫째, 청소년들의 행복감에는 학업스트레스, 친구스트레스, 외모스트레스가 부적으로 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다. 학교생활적응도 행복감과 정적으로 유의미한 관계였고 각 스트레스와 학교생활적응의 관계에서는 부모스트레스, 경제스트레스와 학업스트레스가 유의미하게 나타났다. 둘째, 각 스트레스와 행복감에서 학교생활적응의 매개효과는 부모스트레스, 학업스트레스와 경제적 스트레스만 학교생활적응을 통해 유의미한 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 셋째, 각 스트레스와 행복감의 관계에서 남녀차이에 대한 다중집단 구조분석 결과, 두 집단구조가 비슷한 것으로 나타났다. 남녀집단의 매개효과 결과에서는 차이가 있었는데, 남학생은 학업스트레스와 경제스트레스만 유의미한 매개효과가 나타났고, 여학생은 학업, 경제와 부모스트레스가 학교생활적응을 통한 유의미한 매개효과가 있었다. 연구결과에 따른 청소년들의 행복감에 대한 개입과 실천적 함의에 대한 제안과 과제가 제시되었다.

Abstract This study investigated the effects and relationships of various stress, school life adjustment and happiness factors among middle school and high school adolescents. The structural model group effects between boy and girl groups were also investigated. Data was employed from the 'Korean Children and Youth Well-Being Index Survey, 2018' while subjects of the analysis included 5,144 students. Based on the education statistics data, the sample was collected by probability proportional to size. Results utilizing structural equation modeling and multigroup analysis showed that first, school stress, friend stress, and look stress had significant effects on adolescent happiness. School life adjustment had positive significant effects on adolescents' happiness. Parent stress, money stress and school stress had significant effects on school life adjustment. Second, the mediating effect of school life adjustment between stress and happiness was significant with parent, school stress, and financial stress. Third, results of the multi-group analysis by level and gender showed that the structure was similar between boys and girls, with the only differences among mediating effects. Boys had significant mediating effects by school stress, and financial stress, while girls had significant mediating effects by school stress, financial stress, and parent stress. Finally, based on the results of the study, practice and policy implications were suggested to support the promotion of adolescents' happiness.

Keywords : Adolescent, Happiness, Stress, School-life Adjustment, Gender, Mediator

*Corresponding Author: Sunah Kim(Soongsil Cyber Univ.)

email: sunkim@mail.kcu.ac

Received August 10, 2020

Accepted September 4, 2020

Revised September 3, 2020

Published September 30, 2020

1. 서론

인간은 일반적으로 행복하게 살고 싶어 한다. 청소년도 행복을 추구하는 것은 비슷하다고 볼 수 있다. 청소년기의 행복은 삶에 대한 개인의 긍정적인 감정 상태, 또는 주관적 평가로 보는데 어린 시절의 행복감이 성인에 이른 후에도 개인의 행복감에도 영향을 준다는 점[1,4]에서도 전체 발달단계에서 아주 중요한 시기라고 할 수 있다.

그리하여 청소년기의 행복감에 영향을 주는 요인들이 어떤 것이며 그와 관련된 문제들을 완화 또는 예방하기 위한 논의들이 점차 증가하고 있는 상황이다[2]. 특히, 우리나라 청소년들이 다른 나라에 비해 행복도가 낮다는 결과들이 제기되면서[3] 그 심각성이 인지되어 청소년들의 행복감에 초점을 둔 연구들이 점차 늘고 있다.

우리 아동·청소년들의 평균 행복도는 최근 조사에도 ‘그렇다’고 응답한 비율이 71.9%로 OECD 국가(평균 85.1%) 중 가장 낮게 나타나 아직도 평균치에도 다다르지 못하고 있다[4]. 또, 청소년들의 행복감은 초등학교 후반부터 중학교 시기에 걸쳐 느끼는 정도가 현저히 낮아지고 있다고 한다[5]. 따라서, 우리 청소년들의 행복감을 높이기 위해서는 영향요인들을 파악하여 개입해야 할 필요가 있다.

청소년 발달단계에서 핵심적이면서 행복감에 영향을 주는 요인들 중에는 스트레스가 주요 요인으로 나타난다. 청소년기는 인간 발달단계 중 아동기에서 성인으로 이행되는 과도기의 복잡한 시기이므로 많은 변화와 스트레스를 경험하는 시기이다[6]. 스트레스는 주관적 행복감을 낮추는 부정적 정서의 예측변수이며, 정신건강에도 부정적인 영향을 주면서 삶에 대한 의욕의 저하나 불면증, 무력감, 우울 증상 등을 심화시키는 것으로 나타나고 있다[7].

청소년기 스트레스의 영향에 대한 기존 연구들은 많은 연구가 사회문제 부분들을 중점적으로 다루고 일반적인 면을 주로 강조해왔다[5,8]. 더 구체적인 연구를 위해서는 학업, 또래 스트레스 같은 일상적인 스트레스 연구가 중요한데, 다양한 청소년기 일상 스트레스의 영향이 많이 평가되지 못한 한계가 제기되고 있다[9]. 따라서 행복감에 영향을 주는 중요 일상 스트레스로는 부모스트레스[10], 학업스트레스[11], 친구스트레스[12], 외모스트레스[13], 경제스트레스[14]가 나타나고 있어 다양한 스트레스의 영향에 관한 연구도 더 필요하다고 본다.

또, 행복감의 다른 영향요인으로는 가장 많은 시간을 보내고 있는 학교에서의 생활적응이 중요한 것으로 나타

나고 있다. 학교생활적응은 청소년기와 성인기의 발달과도 관련이 깊고[15], 청소년기 학교적응 이후 성인기의 사회적응을 예측하는 지표로서도 중요하게 여겨지고 있다[16]. 청소년기 스트레스와 행복감과의 관계에서도 유의미한 관계성이 지속적으로 나타나고 있으며[2,3,13], 행복과 관련해서도 증진시키는 매개요인의 역할을 하는 결과들을 볼 수 있다[17].

따라서, 청소년들의 행복감 증진 연구를 위해서는, 세부적인 일상 스트레스의 영향을 같이 본 연구가 많지 않으므로[9], 다양한 일상 스트레스 요인들과 학교생활적응, 그리고 행복감과의 관계성을 살펴야 할 필요가 있다. 또, 남녀차이에 관한 연구도 성별에 따라 행복감이 높거나 별 차이가 없다는 다양한 결과[18]가 나타나고 있으므로 행복감에 이르는 구조에서 성별 차이가 있는지에 대한 연구도 더 심층적으로 살펴보아야 할 것이다.

이에, 본 연구에서는 청소년의 다양한 스트레스와 행복감의 관계에서 학교생활적응의 매개효과를 살펴보고자 한다. 또한, 남녀집단이 행복감에 이르는 이 구조에서의 차이점에 대해 탐색하고자 한다. 그리하여, 연구결과를 실천적인 접근에 활용하면서 청소년들의 행복감 증진을 위한 실천적인 제언에 도움이 되고자 한다.

본 연구는 다음 연구 문제를 살펴보고자 한다.

1. 청소년의 주요 스트레스(부모, 학업, 친구, 외모 경제)는 학교생활적응과 행복감에 어떤 영향을 미치는가?
2. 청소년의 주요 스트레스(부모, 학업, 친구, 외모 경제)는 학교생활적응을 매개로 행복감에 어떤 영향을 미치는가?
3. 청소년의 주요 스트레스(부모, 학업, 친구, 외모 경제)는 학교생활적응을 매개로 남녀별로 행복감에 어떤 영향을 미치는가?

2. 연구방법

2.1 연구대상

본 연구에서는 행복감에 영향을 미치는 스트레스와 학교생활적응과의 관계성을 분석하기 위해 ‘한국 어린이 청소년 행복지수 2018년도 조사자료’를 활용하였다. 원자료의 조사대상은 제주도를 제외한 전국 초·중고 학생 총 7,345명이었다. 표본은 2017년 교육기본통계자료를 기반으로 학급을 표집단위로 하였고, 학교급, 권역, 지역 규모, 성별에 따른 크기비례확률추출법(probability proportionate

to size, PPS)을 활용하여 표집했다[19]. 행복지수조사는 2009년부터 매년 실시함으로써 OECD 국가 간 횡단 비교에서부터 시간 흐름에 따른 한국 어린이청소년 행복지수의 변화 추세를 파악할 수 있는 자료이다. 현 연구에서는 청소년 분석을 위해 중고등학교 자료를 중심으로 분석했다. 조사 응답자는 5,144명을 최종 분석대상으로 활용하였다.

조사대상자들의 일반특성은 남자 53%, 여자 47%였고, 주관적 가정형편 수준은 14.7%가 상, 77.3%가 중, 6.4%가 하에 속한다고 응답했다. 지역별 응답 비율은 수도권이 45.8%로 가장 많았고, 강원도가 3.8%로 가장 적은 지역으로 나타났다. 각 변수 간의 평균 결과는 아래 Table 1과 같다.

Table 1. Means and standard deviations of the variables

Variables	M	SD
Parent Stress	10.0	4.36
School Work Stress	11.51	4.52
Friend Stress	5.16	2.57
Look Stress	6.68	3.04
Financial Stress	5.88	2.99
School Life Adjustment 1	3.27	.78
School Life Adjustment 2	2.90	.79
School Life Adjustment 3	2.83	.77
Happiness 1	3.88	1.07
Happiness 2	3.81	1.12
Happiness 3	4.05	.97

2.2 측정변수

2.2.1 다양한 스트레스

2.2.1.1 부모스트레스

부모스트레스는 한국 어린이 청소년 행복지수연구가 개발한 문항 중 '부모님과 의견충돌 때문에 스트레스받는다' 등을 포함한 총 4문항을 활용했다. 각 문항은 리커트 5점 척도로 높을수록 스트레스가 높다는 것을 의미한다. 이 척도의 신뢰도는 Cronbach's α 가 .89이다.

2.2.1.2 학업스트레스

학업관련 스트레스는 한국 어린이청소년 행복지수연구에서 사용한 문항 중, '학교 성적이 좋지 않아서 스트레스를 받는다.' 등을 포함한 총 4문항을 활용했다. 각 문항은 리커트 5점 척도로 높을수록 스트레스가 높다는 것을 의미한다. 척도의 신뢰도는 Cronbach's α 가 .86이다.

2.2.1.3 친구스트레스

친구관련 스트레스는 한국 어린이·청소년 행복지수연구 개발한 문항 중 친구에게 놀림이나 무시를 당해서 스트레스를 받는다' 등을 포함한 총 3문항을 활용했다. 각 문항은 리커트 5점 척도로 높을수록 스트레스가 높다는 것을 의미한다. 이 척도의 신뢰도는 Cronbach's α 가 .85이다.

2.2.1.4 외모스트레스

자신의 외모와 관련된 스트레스는 한국 어린이 청소년 행복지수연구가 개발한 문항 중 '얼굴 생김새 때문에 스트레스를 받는다' 등을 포함한 총 4문항을 활용했다. 각 문항은 리커트 5점 척도이다. 이 척도의 신뢰도는 Cronbach's α 가 .73이다.

2.2.1.5 경제스트레스

경제적 문제와 관련된 스트레스는 한국 어린이·청소년 행복지수연구가 개발한 문항 중 '갖고 싶은 물건을 갖지 못해서 스트레스를 받는다' 등을 포함한 총 2문항을 활용했다. 각 문항은 리커트 5점 척도로 높을수록 스트레스가 높다는 것을 의미한다. 이 척도의 신뢰도는 Cronbach's α 가 .84이다.

2.2.2 학교생활적응

학교생활적응은 한국 어린이·청소년 행복지수연구에서 활용한 문항 중 '나는 학교 숙제나 시험을 위해 최선을 다한다' 등을 포함한 총 3문항을 활용했다. 각 문항은 리커트 5점 척도로 높을수록 학교생활적응이 높다는 것을 의미한다. 이 척도의 신뢰도는 Cronbach's α 가 .74이다.

2.2.3 행복감

행복감 척도는 한국 어린이 청소년 행복지수연구[19]에서 사용한 척도로서 '나는 삶에 만족한다' 등의 내용을 포함한 총 3문항을 활용했다. 각 문항은 리커트 5점 척도로 높을수록 행복감이 높다는 것을 의미한다. 척도의 신뢰도는 Cronbach's α 가 .81이다.

2.3 분석방법

본 연구분석에서는 부모스트레스, 학업스트레스, 친구스트레스, 외모스트레스, 경제스트레스와 학교생활적응이 청소년들의 행복감에 미치는 영향을 살펴보기 위해

먼저, SPSS 18을 사용하여 기본 기초통계분석을 실시하고, 각 요인별 측정모형을 준비하기 위해 요인분석을 했다. 다음 단계에는 각 요인의 구조적 관계성을 탐색하기 위해서 AMOS 19로 확인적 요인분석으로 측정모형을 검증하고 이어서 구조방정식 모형분석으로 분석했다. 구조방정식 모형의 모수 추정은 최대가능법(Maximum Likelihood Estimation)을 활용했고 적합도는 χ^2 , TLI, CFI, RMSEA 등의 지수를 활용했는데, 모형 적합성의 판단기준은 χ^2 은 확률이 .05보다 더 클 때이고, TLI>.90, CFI>.90일 때이다[20]. 일반적으로 RMSEA값이 0.10보다 크면 적합하지 않다고 본다[21]. 둘째, 개별 간접효과인 매개관계를 알아보기 위해서는 효과분해를 했는데, 효과에 대한 통계적 유의미성을 검증하고자 bootstrapping 방법으로 분석했다. 간접효과의 표준오차에 대한 보다 정확한 추정치를 계산하는 방법으로 bootstrap 절차를 활용했다[22]. 마지막에는 다양한 스트레스, 학교생활적응, 그리고 행복감 간의 구조에서 남자와 여자집단 간 차이를 검증하기 위해서 다중집단분석을 시행했다.

3. 연구결과

3.1 청소년 행복감 모형의 적합성 검증결과

3.1.1 측정모형

본 연구모형의 적합성 측정을 위해서는 먼저 모형의 측정모형의 확인적 요인분석을 시행했다. 결과적으로 TLI, CFI는 각각 .91, .93이었고 RMSEA는 .06로 나타나 적합도 검증에 따라 측정모형이 대체로 자료를 잘 반영하는 것으로 나타났다. 따라서 다음 단계로 구조모형분석을 실시했다.

3.1.2 구조모형분석

연구모형의 구조모형을 분석한 결과, 부모스트레스, 학업스트레스, 친구스트레스, 외모스트레스, 경제스트레스, 학교생활적응이 청소년의 행복감에 미치는 영향의 적합도 결과가 Table 2에서 보는 것과 같이 제시되어있다. 적합도는 TLI, CFI가 각각 .92, .93이고 RMSEA는 .06로 전체 구조모형은 적합한 것으로 나타났다.

Table 2. Adolescent Happiness Structural Model Fit

Structure	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
Model	4327.9***	209	.92	.93	.06

*** p<.001

전체구조분석에서 청소년 행복감과 다른 변수와의 관계성에 대한 결과는 아래 Table 3에 나타나 있다. 청소년의 행복감에는 학업스트레스, 친구스트레스, 외모스트레스가 부적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 학업스트레스가 높을수록, 친구스트레스와 외모스트레스가 높을수록 행복감이 낮아진다는 것을 의미한다. 특히 학업스트레스가 친구스트레스보다 영향이 더 큰 것으로 나타나, 청소년들이 학업으로 받는 스트레스가 행복감에는 큰 위험요인으로 작용하고 있음을 알 수 있었다.

학교생활적응은 행복감과 정적으로 유의미한 관계로 학교생활에 잘 적응할수록 행복감이 증가한다는 것으로 해석할 수 있다. 다양한 스트레스와 학교생활적응의 관계성은 부모스트레스, 학업스트레스와 경제스트레스가 유의미했는데 부모와 경제스트레스는 부적관계였고 학업스트레스는 정적인 관계로 나타났다. 이는 부모와 경제스트레스가 높을수록 학교생활적응이 감소한다고 해석할 수 있다. 특히 경제스트레스가 가장 강한 영향을 주는 것으로 나타나, 학교생활적응에는 경제적 문제로 받는 스트레스가 영향을 크게 주는 것을 볼 수 있다. 학업 스트레스가 높을수록 학교생활적응이 높아지는 관계는 학생이어서 학업에 신경을 쓰게 되고 그러면서 학교생활적응에 더 영향을 준다는 것으로 가정 할 수 있는데 이는 좀 더 심층적으로 살펴봐야 할 부분이다.

Table 3. Adolescent Happiness Structural Model Efficients

Path	b	S.E.
Happiness<--Parent Stress	-.003	.02
Happiness<--School Stress	-.235***	.021
Happiness<--Friend Stress	-.221***	.024
Happiness<--Look Stress	-.131***	.027
Happiness<--Financial Stress	-.015	.027
Happiness<--School Life Adjustment	.467***	.025
School Life Adjustment<--Parent Stress	-.052***	.016
School Life Adjustment<--School Work Stress	.070***	.016
School Life Adjustment<--Friend Stress	-.011	.018
School Life Adjustment<--Look Stress	.003	.021
School Life Adjustment<--Financial Stress	-.167***	.021

*** p<.001

다음은 각 스트레스와 행복감 사이의 학교생활적응의 매개효과에 대한 분석결과가 Table 4에 나타나 있다. 부모스트레스, 학업스트레스와 경제적 스트레스만 학교생활적응을 통해 행복감에 이르는 경로가 간접효과가 유의

미했다. 이는 부모스트레스와 경제스트레스가 높을수록 학교생활적응이 낮아지고 이를 통해서 행복감도 감소하는 것에 영향을 준다는 것을 의미한다. 직접적인 영향이 없어도 매개효과로 영향을 주는 것이라고 해석할 수 있다. 학업스트레스는 높아질수록 학교생활적응이 높아지고 간접적으로 행복감이 높아지는 영향을 주는 것으로 나타나 일정스트레스가 학교생활적응 요인을 통해 행복감에는 긍정적인 영향으로 변해서 효과가 나타나는 것이라고 가정할 수 있다.

Table 4. Happiness Structural Model Mediation Effects

Path	Indirect Effect
Happiness<--School Life Adjustment <--Parent Stress	-.026***
Happiness<--School Life Adjustment <--School Work Stress	.036***
Happiness<--School Life Adjustment <--Friend Stress	-.004
Happiness<--School Life Adjustment <--Look Stress	.002
Happiness<--School Life Adjustment <--Financial Stress	-.073***

***p<.001

3.2 남녀 다중집단 구조모형분석

다음은 주요 스트레스와 행복감의 모형에서 성별 차이가 있는가를 연구하고자 다중집단 구조분석을 실시했다. 다중집단분석은 두 집단의 경로에 대해 아무런 제약을 가하지 않은 비제약모형과 두 집단의 모형에서 각 경로를 동일하게 제약을 가한 등가제약모형 간의 적합도를 비교하여 두 집단 사이의 경로가 통계적으로 차이가 있는지를 판단한다. 결과는 아래 Table 5와 같다.

Table 5. Multigroup Structural Model Comparison

Model	χ^2	df	$\Delta\chi^2/\Delta df(p)$	TLI	CFI	RMSEA
Un-constrained model	4443.42	418		.920	.93	.043
			89.145/27 (p=.000)			
Constrained model	4532.57	445		.923	.93	.042
Partial-constrained model	4515.89	434	16.68/11 (p=.118)	.922	.93	.043 (select)

집단구조모형 검증 결과, 비제약모형과 등가제약모형의 적합도가 큰 차이가 없고 모델 간 χ^2 차이가 유의미한 것으로 나타나 부분제약모형을 검증하였다. 검증 결과, χ^2 차이는 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타나, 부분제약모형을 채택했다. 이는 남녀 두 집단 간 경로가 부분적으로 같다고 가정하여 남학생과 여학생집단이 부분적으로 모형을 적용할 수 있음을 알 수 있다.

다중집단분석을 통한 행복감과 스트레스에 대한 청소년 남녀 간의 경로계수의 유의도와 각 영향력의 결과는 아래 Fig. 1에 제시되어있다.

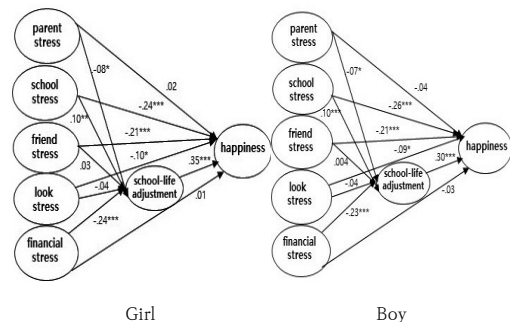


Fig. 1. Adolescent Happiness Multigroup Structural Model

두 집단의 경로계수 비교 결과는 다음과 같다. 먼저, 남녀집단 모두 학업스트레스, 친구스트레스와 외모스트레스가 행복감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 학업스트레스의 경우, 여학생들이 더 높았고 친구스트레스는 비슷했다. 외모스트레스의 결과로는 남학생들이 조금 더 강한 영향을 미치는 것으로 나타나, 남학생들도 외모로 인한 스트레스가 행복감에 영향을 많이 주는 것을 알 수 있다. 학교생활적응이 행복감에 미치는 정적관계에서는 남학생이 더 강한 관계인 것으로 드러났다.

스트레스와 학교생활적응의 관계에서는 남녀모두 부모스트레스, 경제적스트레스가 부적인 관계였고 학업스트레스는 정적인 유의미한 관계로 나타났다.

각 집단별 행복감의 관계성에서 남녀 모두 학업스트레스가 가장 큰 영향을 미쳤고, 친구스트레스, 외모스트레스의 순으로 나타났다. 학교생활적응과의 관계에서는 남녀 모두 경제스트레스가 가장 영향이 컸고, 학업, 부모스트레스의 순으로 영향을 주는 것으로 분석되었다.

남녀 각 집단에 대한 매개효과 분석결과는 아래 Table 6의 내용과 같다.

Table 6. Happiness Multigroup Model Mediation Effects

Path	Indirect Effect Efficient	
	Boy	Girl
Happiness<-School Life Adjustment <-Parent Stress	-.027	-.022**
Happiness<-School Life Adjustment <-SchoolWork Stress	.035**	.029**
Happiness<-School Life Adjustment <-Friend Stress	.010	.001
Happiness<-School Life Adjustment <-Look Stress	-.015	-.013
Happiness<-School Life Adjustment <-Financial Stress	-.081***	-.070***

p<.01, *p<.001

각 스트레스에서 학교생활적응을 통한 행복감으로의 간접효과 분석결과, 남학생은 학업스트레스와 경제스트레스가 학교생활적응을 통해 행복에 간접효과가 유의미한 매개요인으로 나타났다. 여학생은 학업스트레스, 경제스트레스와 부모스트레스도 학교생활적응을 통한 간접효과가 유의미했다. 여학생만 부모스트레스가 간접효과가 있는 것으로 나타났고 직접적인 영향이 없어도 학교생활적응을 통해서 행복감에 부적인 간접영향을 주는 것으로 해석할 수 있다. 이는 부모스트레스가 높아질수록 학교생활적응이 낮아지고 이를 통해 행복감도 낮아지는 것이라고 할 수 있다.

4. 논의 및 결론

본 연구는 우리나라 남녀 청소년의 스트레스와 학교생활적응이 행복감에 미치는 영향과 관계성에 대해서 분석했다. 주요 결과와 논의는 다음과 같다.

첫째, 청소년의 행복감에는 학업스트레스, 친구스트레스, 외모스트레스가 부적으로 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다. 특정 스트레스들이 높아질수록 행복감이 감소하는 것으로 해석할 수 있다. 이는 기존 연구들과 비슷한 결과로 볼 수 있다[11,13,23]. 학교생활적응도 행복감과 정적으로 유의미한 관계로 학교적응을 잘할수록 행복감이 증가한다는 선행연구와 일치한다[24].

각 스트레스와 학교생활적응의 관계성은 부모와 경제스트레스가 부적으로 유의미했고 학업스트레스는 정적인 관계로 나타났다. 학교생활적응에 부모스트레스와 경제스트레스가 청소년들에게 부적인 영향을 주는 결과는 이전 연구들과 일치하는 것을 볼 수 있다[25-26]. 학업스트

레스의 정적인 관계는 학업스트레스를 능동적으로 대처하는 청소년일수록 친구관계, 학습활동, 학교규칙을 포함한 학교생활적응을 잘한다는 연구에 준할 수 있다[27]. 즉, 학업스트레스의 경우에는 학교생활적응 과정에 긍정적 영향도 줄 수 있다는 것이 가정될 수 있다. 어느 정도의 스트레스는 학업관련 긍정 행동에 좋은 영향을 준다는 연구[28]처럼 더 심층적으로 살펴봐야 할 부분이다.

둘째, 각 스트레스와 행복감의 관계에서 학교생활적응의 매개효과는 부모스트레스, 학업스트레스와 경제스트레스에서만 행복감에 유의미한 것으로 나타났다. 이는 부모스트레스와 경제적스트레스가 높아질수록 학교생활적응이 낮아지고 이를 통해 간접적으로 행복감이 감소하는 것으로 유추할 수 있다. 부모와 경제스트레스가 행복감에는 직접적인 관계가 없다가 학교생활적응을 통해서 유의미한 간접영향을 주는 것을 확인한 것은 의미가 있다고 본다. 학업스트레스는 직접 영향도 유의미하지만, 매개변수를 통해서도 간접영향을 미치는 것으로 나타났다. 이처럼 행복감과 관련해서 학교생활적응이 중요 매개변수로 작용하는 것은 선행연구와 비슷한 것을 볼 수 있다 [17,29].

셋째, 각 스트레스, 학교생활적응과 행복감의 구조에서 남녀차이를 분석한 결과, 두 집단은 비슷한 것으로 나타났다. 모두 학업, 친구스트레스와 외모스트레스가 행복감과 부적인 관계였고, 학교생활적응과 행복감은 정적으로 유의미했다. 기존 연구에서는 성별 차이가 일정하지 않다는 연구도 있었으나[18], 본 연구에서는 비슷한 구조로 나타난 것으로 볼 수 있다.

각 스트레스의 관계성 결과로는 남녀 모두 학업스트레스가 가장 큰 영향을 주었고, 친구스트레스, 외모스트레스의 순으로 나타났다. 이는 학생 신분이라 역시 학업에 신경을 제일 많이 쓰고 있는 것이라고 유추할 수 있다. 또, 우리나라가 OECD 국가 중에서 유일하게 공부시간이 긴 학생들이 학업성취도와 생활만족도가 높았다는 연구처럼[30], 입시 관련 부담감 때문이라도 학업관련스트레스가 크게 나타나는 것이라고 가정할 수 있다. 친구스트레스는 청소년 발달단계에서 인지하는 또래의 중요성이 선행연구들과 일치한다고 할 수 있다[31,12]. 특히 청소년들이 외모를 중시하며 고민하는 것은 남녀 모두에게 중요하며 행복에 영향을 주는 요인이라는 것은 [32] 청소년들과 개입할 때 염두에 두어야 할 부분이다.

학교생활적응과의 관계에서는 남녀 모두 경제스트레스가 가장 영향이 컸고, 학업, 부모스트레스의 순으로 분석되었다. 경제취약 청소년들의 학교적응 저하가 관찰된

연구처럼[26] 학생은 남녀 모두 경제적 문제가 적어야 학교에 잘 적응할 수 있다는 실질적인 요인임을 가정할 수 있다.

남녀집단의 매개효과에서 다른 점은 남학생은 학업스트레스와 경제스트레스만 학교생활적응을 통해 유의미한 매개요인으로 나타났다. 경제스트레스가 행복감과는 직접적인 관계가 없다가 학교적응을 통해서도 부적으로 간접영향을 준다는 것은 빈곤 환경이 사회 적응 손상을 야기하여 청소년의 안녕감에 영향을 준다는 연구와 비슷하다고 볼 수 있다[33].

여학생은 학업, 경제스트레스와 부모스트레스 모두 학교생활적응을 통해 매개효과가 유의미한 것으로 나타났다. 경제스트레스도 직접 영향이 없다가 매개요인으로는 유의미했다. 부모스트레스가 간접효과가 나타난 것은 남학생들보다 여학생들이 부모와의 관계와 학업에 더 민감하다는 선행 행복감 연구[34]처럼 학교생활적응의 간접효과와 연관된 것이라고 유추할 수 있다.

학업스트레스는 간접영향 결과에서는 정적관계로 학교적응을 통해 행복감에 긍정적인 영향을 미치는 것을 볼 수 있었다. 이는 남녀 모두 학교생활적응을 할 때, 학교에서 좋은 경험을 많이 하게 되면 부정적 감정이 줄고 불가피하게 생겨도 이를 다룰 수 있는 내적 여유와 힘이 생기게 된다는 연구[35]처럼 매개변수를 통해 긍정적 간접영향으로 준 것이라고 가정할 수 있다. 이와 관련된 추가적인 연구는 더 필요하다고 본다.

본 연구를 통해 청소년의 행복감에 미치는 요인들 간의 관계를 확인했는데 결과에 따라 다음 같은 실천적 함의를 제의하고자 한다. 첫째, 청소년의 행복감에는 학업스트레스, 친구스트레스, 외모스트레스와 학교생활적응이 직접적인 영향을 주므로 관련 요인들을 완화하거나 증진하는 개입방법을 활용하면 행복감 증진에는 도움이 되리라고 본다.

스트레스 관리에 중점목표를 둔 교육 정책이나 학교에 대한 유대감 증진을 위한 교육 프로그램개발도 도움이 될 수 있고[36], 취약 학생에 대한 경제적 지원의 맞춤형 적용도 고려해야 할 것이다. 외모스트레스의 경우에는, 청소년들이 스트레스에 대한 적극적인 대처 방법 지도를 학교, 가정이 연계하여 시도할 수 있고, 바람직한 외모상의 정립과 자아상을 강화하는 집단상담[37] 개입도 도움이 될 수 있다.

둘째, 학교생활적응 증진을 위해서는 부모, 경제적 스트레스를 줄이는 방안을 모색해야 하는데, 부모-자녀관계성 회복프로그램, 가족 상담과 빈곤 가정의 경우에는

지속적인 모니터링을 통해 환경의 개선을 위한 개입이 도움이 될 수 있을 것이다.

셋째, 매개변인으로서의 학교생활적응 증진에 대한 개입을 적극적으로 활용하는 것이 행복감 증진에 영향을 줄 수 있을 것이다. 학업, 경제, 부모스트레스로 인해 학교생활적응이 안되면 행복감도 감소하는 것처럼, 학생들이 학교생활에 잘 적응할 수 있도록 학교, 교육 당국의 정책과 관련 전문가들이 다양한 프로그램 개발과 적용에 관련된 노력을 더 강화해야 할 것이다.

넷째, 남녀 차 결과에 의하면 남학생은 스트레스 관리를 위해 학업 관련 상태와 개별 경제적 상태에 대해 지속적인 관찰과 개입을 해야 할 것이다. 여학생은 여기에 추가로 부모와의 관계성 증진에 중점적으로 개입하여 행복감에 도움을 줄 수 있는 맞춤형 개입 방안들을 개발해야 할 것이다.

끝으로, 본 연구의 한계와 추후 연구과제로는 특정 패널 자료만 활용했기 때문에 측정변수들이 청소년 자신들만 평가했고 기존 자료를 활용해서 변수를 더 세분화해서 측정할 수 없었다는 제한점이 있다고 본다. 더 다양한 자료를 포함한다면 더 심층적인 결과를 도출할 수도 있으리라고 본다. 앞으로의 연구는 각 스트레스들이 더 다양한 집단이나 세분화된 연령대에서는 어떻게 작용하는지에 관한 연구를 추가한다면 도움이 되리라고 본다.

본 연구는 청소년들의 행복감과 영향요인들을 살펴본다는 점에서 의미가 있다고 보며, 행복을 증진할 수 있는 개입과 예방의 이론적 기본이 되었으면 한다.

References

- [1] Y. Yang, "Social Inequalities in Happiness in the United States, 1972 to 2004: An Age-Period-Cohort Analysis", *American Sociological Review*, Vol.73, No.2, pp.204-226, 2008.
DOI: <https://dx.doi.org/10.1177/000312240807300202>
- [2] J. W. Suh, Y. T. Jung, "Comparison of Influences of Variables on Subjective Happiness in the Youth: Personal Capability, Family Environment and School Environment", *Korean Journal of Youth Studies*, Vol.21, No.8, pp. 265-286, 2014.
- [3] J. I. Park, C. O. Park, H. J. Suh, Y. S. Yum, "Collection of Korean Child Well-Being Index and Its International Comparison with other OECD Countries", *Korean Journal of Sociology*, Vol.44, No.2, pp. 121-154, 2010.
- [4] Korea Institute for Health and Social Affairs, "2018 Comprehensive Survey on Children's Status", Policy

- Report, No.11-1352000-000000-00. 2019.
- [5] H. S. Kim, "The Effect of Parent-Child Relationships on School Life Happiness, mediated by Children Interpersonal relations and Mental Health: Multi-Group Analysis on single-parent and two-parent families", *Journal of the Korean Society of Child Welfare*, Vol.55, pp.113-141, 2016.
- [6] M. S. Koh, "Influence of Parents' Child Rearing Attitudes on Family Cohesion and Self-esteem in Adolescents", *Child Health Nursing Research*, Vol.16, No.3, pp.195-202, 2010.
- [7] C. Y. Woo, A-C. Park, H. H. Chung, "The Structural Relationship among Human Relations, Stress, Depression and Suicidal Ideation of Adolescents by Genders and Level of School", *Korean Journal of Education Psychology*, Vol.24, No.1, pp.19-38, 2010.
- [8] A. D. Moreland, J. E. Dumas, "Evaluating child coping competence: Theory and measurement", *Journal of Child and Family Study*, Vol.17, No.3, pp. 437-454, 2008.
DOI: <https://doi.org/10.1007/s10826-007-9165-y>
- [9] S. O. Son, *The Effects of Parenting Behaviors on Adolescents' Positive and Negative Development*, Doctoral thesis, Seoul National University, Seoul, Korea, 2018.
- [10] O. B. Cheong, Child Development. Hakjisa, Seoul, 2014.
- [11] K. Munjal, J. Ahmad, J. "Academic Anxiety in Adolescent- Do Personality Type, Gender or School Type Matter". *Behavioural Scientist*, Vol.75, No.1, pp. 3-8, 2012.
- [12] K. Kim, G. Yi, "An Exploratory Research on the Influence of Social Relationship, Stress, Deviation on Youths Life Satisfaction", *Korea Journal of Population Studies*, Vol.39, No.3, pp.83-105, 2016.
<http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE07020808>
- [13] H. J. Park, *The Effects of Elementary School Students' Physical Attraction on Happiness, Self-Esteem, School Adaptation, and Personality Reasoning*, Masters thesis, Chunnam University, Korea, 2010.
- [14] S-H. Han, L-J. Kang, "A Study on Consumption Tendencies and the Conspicuous Consumption of the Adolescent Consumer", *Journal of Korean Home Management Association*, Vol.27, No.2, pp. 139-153, 2009.
- [15] Y. J. Jeon, M. S. Yoo, "The Mediating Effect of Child's Playfulness in the Relationship between Maternal Attachment and a Child's School Adjustment", *Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education*. Vol.19, No.1, pp.167-182, 2014.
- [16] J. H. Kim, "The Effects of Acculturative Stress on School Adjustment of Multicultural Adolescents Mediated by Depression and Self-esteem", *Journal of Korea Institute of Youth Facility and Environment*, Vol.17, No.3, pp. 115-124, 2019.
- [17] H-S. Park, S-Y. Mun, "Mediator Effect of School Life Adaptation Affecting Relationships Between University Students' Happiness, Self-Respect and Social Support", *The Korean Journal for Local Government & Administration Studies*, Vol.28, No.3, pp.197-218, 2014.
DOI: <https://doi.org/10.18398/kjlgas.2014.28.3.197>
- [18] E. H. Ko, *The Research on Effect of Peer Victimization Experience affecting Life Satisfaction*, Master's thesis, Seoul National University, Seoul. 2015. Retrieved from: <http://www.riss.kr/link?id=T13925658>
- [19] Y-S. Youm, K. M. Kim, Korean Child Adolescent Well-Being Index and Its International Comparison with other OECD Countries, Korea Bang Jeong Hwan Foundation; Yonsei University's Institute for Social Development Studies, 2018.
- [20] S. H. Hong, "The Criteria for Selecting Appropriate Fit Indices in Structural Equation Modeling and Their Rationales", *Korean Journal of Clinical Psychology*, Vol.19, No.1, pp.161-177, 2000.
- [21] M. W. Browne, R. Cudeck, Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen, J. S. Long. (Eds.), *Testing Structural Equation Models*(pp.136-162), Newbury Park, CA: Sage. 1993.
- [22] P. E. Shrout, N. Bolger, "Mediation in Experimental and Nonexperimental Studies: New procedures and recommendations", *Psychological Methods*, Vol.7, pp. 422-445, 2002.
DOI: <https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.4.422>
- [23] K. Kim, G. A. Yi, "An Exploratory Research on the Influence of Social Relationship, Stress, Deviation on Youths Life Satisfaction", *Korea Journal of Population Studies*, Vol.39, No.3, pp.83-105, 2016.
<http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE07020808>
- [24] K. A. Allen, T. Bowles, "Belonging as a Guiding Principle in the Education of Adolescents", *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*, Vol.12, pp.108-119, 2012.
- [25] A. J. Wilkins, M. J. O' Callaghan, J. M. Najman, W. Bor, G. M. Williams, G. Shuttlewood, "Early Childhood Factors Influencing Health-related Quality of Life in Adolescents at 13 Years", *Journal of Pediatrics and Child Health*, Vol.40, No.3, pp.102-109, 2004.
DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1440-1754.2004.00309.x>
- [26] J. Y. Lee, I. J. Chung, "Predictor Variables of Developmental Trajectories in Problem Behavior and School Adjustment among Children from Low-Income Families", *Journal of the Korean Society of Child Welfare*, Vol.54, pp.173-197, 2016.
- [27] G. Lee, "Relationship between Adjustment to School Life and Stress Coping Style in Adolescents", *Journal of Korean Social School Health*, Vol.26, No.1, pp. 34-44, April, 2013.

- [28] N. R. Lighthall, M. A. Gorlick, A. Schoeke, M. J. Frank, M. Mather, "Stress Modulates Reinforcement Learning in Younger and Older Adults", *Psychology and Aging*, Vol.28, No.1, pp.35-46, 2013.
DOI: <https://doi.org/10.1037/a002982>
- [29] S. Kang, K-H. R, "The Life Satisfaction and Ego-Resilience in Primary School Entrants': A test of school adjustment's mediation effects", *Journal of Convergence for Information Technology*, Vol.9, No.11, pp.149-158, 2019.
DOI: <https://doi.org/10.22156/CS4SMB.2019.9.11.149>
- [30] OECD. PISA 2015 Results-Students' Well-Being, Paris: OECD, 2017.
DOI: <https://doi.org/10.1787/9789264273856-5-en>
- [31] J. H. Kim, D. W. Lee, A Study on Strain and Juvenile Delinquency, p.164. Seoul, Korean Institute of Criminology, 1996.
- [32] N. Rumsey, D. Harcourt, "Body Image and Disfigurement: Issues and interventions", *Body Image*, Vol.1, No.1, pp.83-97, 2004.
DOI: [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00005-6](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00005-6)
- [33] J. H. Jang, "A Study on Effects of Environmental Features of Adolescents on Subjective Well-being -Focused on Busan", *The Journal of Human and Social Science 21*, Vol.9, No.2, pp.351-364, 2018.
DOI: <http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.9.2.29>
- [34] S-J. Lee, Y-W. Chun, W-Y. Jung, S-K. Han, "Grades, Social Relations, and Happiness among Middle-School Students: A Gender Comparison", *Korean Journal of Sociology of Education*, Vol.26, No.1, pp.121-154, 2016.
DOI: <https://doi.org/10.32465/ksocio.2016.26.1.006>
- [35] S. M. Lee, *A Study on Feeling Happiness and School life Adjustment of the Elementary School Students*, Master's thesis, Kyung Hee University, Seoul, 2011.
- [36] S. O. Son, "The Effects of School-Related Stress on Early Adolescents' Subjective Well-Being: Focusing on Gender and Age Differences", *The Korean Journal of Stress Research*, Vol.27, No.2, pp.158-165, 2019.
- [37] W-Y. S, "Mediation Effect of Active Stress-Coping Behavior in the Relationship between Appearance Satisfaction and Happiness of High School Students", *Korean Journal of Teacher Education*, Vol.28, No.2, pp.101-121, 2012.

김 선 아(Sunah Kim)

[정회원]



• 1995년 2월 : University of Illinois-Urbana Champaign, School of Social Work, MSW (사회복지학 석사)

• 2000년 5월 : University of Washington, School of Social Welfare(사회복지학 박사)

• 2002년 3월 ~ 현재 : 송실사이버대학교 사회복지학과 교수

〈관심분야〉

사회복지, 아동청소년, 위기개입, 사회복지 교육융합연구