

청소년 스트레스에 대한 관련 변인 분석

장 영 애 · 손 영 미

인천대학교 소비자 아동학과 · 만수북중학교

Analysis of Middle School Students' Stress and Related Variables

Jang, Young Ae · Son, Young Mi

Dept. of Consumer Science and Child Development, Univ. of Incheon, Incheon, Korea

Mansubuk Middle School, Incheon, Korea

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the relation of middle school students' stress in relation to certain variables, those of grade, gender, academic achievement, coping behavior and self-concept. The subjects were 574 students selected from 4 middle schools in the Incheon area. The instruments included a stress index, coping behavior questionnaire and self-concept inventory. The statistics used from this data were t-test, one-way ANOVA (Scheff test), correlation analysis and multiple regression analysis. This study showed that middle school students' stress was influenced significantly by the grade, gender and achievement in school. Also, coping behavior and self-concept were influenced significantly by the grade, gender, and achievement in school.

Correlation analysis indicated that student's stress and certain coping behavior were positively correlated, especially avoidance coping behavior indicated a higher correlation to students' stress than active coping behavior. The relationship between stress and self-concept indicated a negative high correlation. It was also found that avoidance coping behavior, family self-concept, general self-concept, school and class self-concept, grade and academic achievement were significant predictors of middle school students' stress.

Key words: stress, coping behavior, self-concept, middle school student

I. 서론

스트레스는 일상생활에서 누구에게나 일어날 수 있는 보편적인 생활사건으로, 인간은 모든 생활 영역에서 여러 가지 스트레스 사건에 노출되며 출생과 더불어 죽음에 이르기까지 모든 연령

에서 스트레스를 경험한다. 이 중 청소년기는 질풍노도의 시기로 불안, 갈등, 고민 등으로 가득 찬 격동의 시기이며 다른 어떤 발달 단계보다도 가장 변화가 많을 뿐만 아니라 성취해야 할 발달 과제가 많아 여러 가지 적응상의 어려움에 직면하는 시기이다(한상철 등 1997).

청소년기는 넘치는 활력과 생명력으로 성인기

접수일: 2006년 10월 24일 채택일: 2006년 11월 30일

Corresponding Author: Jang, Young Ae Tel: 82-32-770-8254 Fax: 82-32-770-8250

E-mail: chae@incheon.ac.kr

를 준비하는 도약의 시기이기도 하지만 급격한 신체적, 정신적, 생리적 변화를 겪으면서 갈등과 방황과 혼돈의 시기이기도 하다(송명자 1996). 청소년기 학생들은 현대 산업사회의 급격한 변화 안에서 개인의 심리적, 생리적, 인지적 변화를 겪으면서 학업문제, 교우문제, 가족 내 부모와의 갈등 문제 등으로 고민하고 있다. 특히, 우리나라 청소년들은 경쟁적인 학교분위기, 교사 또는 부모와의 대화 단절 등으로 스트레스 유발요인은 증가하는데 비해 이에 대한 해결책은 부족한 상황이라 하겠다.

최근 들어 스트레스에 대한 관심이 높아지면서 이를 주제로 한 연구가 많이 행해지고 있다. 청소년의 스트레스가 학업부진, 우울, 불안감, 학교생활 부적응, 공격성, 문제 행동 등과 밀접한 연관을 가지고 있다는 것은 이미 많은 연구에서 논의되어 왔으며, 박현희(1997)의 연구에서는 학생들의 스트레스가 폭력, 자살, 약물복용의 사례로 연결 될 수 있다고까지 하였다. 따라서 청소년의 스트레스 문제는 더 이상 간과해서는 안 될 사회적 문제라고 생각된다.

일반적으로 청소년들은 감정과 정서의 기복이 심하고, 사물 및 현상을 이성보다 감성에 치우쳐 판단하는 경향이 크고, 과격하고 격렬한 행동을 표출하기 쉬운 특별한 발달단계에 놓여 있기 때문에 다른 연령 집단보다 독특하고 다양한 스트레스를 경험하고 표출하는 경향이 있다(최정곤 1997). 즉 청소년들이 느끼는 스트레스원은 학교, 가족, 친구, 주변생활환경, 자기 자신 등 다양할 수 있으므로 청소년들이 느끼는 스트레스 원을 세분화 하여 분석할 필요가 있을 것이다.

한편, 스트레스는 인간의 심리, 정서적 적응에 부정적인 영향을 미치지만 몇몇 연구자들은 개인의 스트레스에 대한 영향이 대처유형에 의해 완충되어지는 것 같다고 보고하면서, 스트레스 경험보다 스트레스에 대한 대처유형이 개인의 사회, 정서적 문제를 예측하는데 더 설명력이 있다고 하였다. 이와 같은 사실은 스트레스 관련 연구가 개인이 경험하는 스트레스 뿐 아니라 스트레스 대처유형으로 확대될 필요성이 있음을 시사하고 있다(민하영·유안진 1999).

실제로 몇몇의 연구는 스트레스 자체가 부적응의 직접적인 원인이 아니라 그에 대한 부적절한 대처가 매개변인이 되어 개인의 적응에 나쁜 영향을 미치게 된다는 것을 강조하고 있다(김영교 1995). 강영자와 이재연(1996)은 스트레스와 대처방안의 상관관계를 분석한 결과 이 두 변인이 유의한 상관을 나타냄을 보고하고 있으며, 전경련과 고정자(1996), 송순(2000)도 대처행동과 스트레스 정도가 밀접한 관계가 있음을 보고하고 있다. 따라서 스트레스에 대해 어떠한 대처 유형을 보이는가를 연구하는 일은 스트레스 자체를 이해하는데 매우 중요한 일이라 할 수 있다.

몇몇의 학자들은 이러한 스트레스 대처유형을 구체적으로 설명하고 있는데 Lazarus와 Folkman(1984)은 대처방법 유형을 문제중심적인 것과 정서중심적인 것으로 나누고 있다. 문제중심적인 대처는 스트레스를 유발하는 자극 자체를 변화시키려는 노력으로 직면적 대처나 계획적인 문제 해결 등의 유형을 포함하며, 정서중심적인 대처는 정서적 고통을 감소시키고자 하는 인지적 과정을 포함하는 것으로 회피, 최소화, 거리두기, 선택적 주의 등이 포함된다. Roth와 Cohen(1986)은 대처방법을 스트레스 유발자극에 대해 접근하느냐, 물러서느냐에 따라 사회적 지지, 문제 해결 등을 사용하는 접근적 대처와 거리두기, 정서적 반응의 내사화 등을 포함하는 회피적 대처로 나누었다. 사람들은 흔히 어느 한 가지 대처방식만을 사용하는 것이 아니라 다양한 대처방식을 종합하여 사용하면서 자기 자신의 독특한 양식으로 스트레스 상황에 대응한다고 할 수 있다(김정희 1987). 따라서 본 연구에서는 스트레스 대처유형을 접근적 대처와 회피적 대처로 나눠서 조사해 보고, 또한 어떠한 하위 대처유형들이 스트레스와 관계되는지 분석하고자한다.

한편, 스트레스에 관한 연구들은 주로 스트레스 요인이나 반응을 확인하거나 대처 및 조절 변인에 관한 연구로 이루어지는데 청소년 시기는 자아개념이 확립되는 시기이므로 이 시기의 청소년이 받는 스트레스는 자아 개념과 밀접한 관련이 있다고 할 수 있다. 청소년기는 아동에서 성인으로 전환하는 과도기적인 상태로 여러 가지

발달적 변화를 경험하는 시기이다. 이 시기의 청소년은 사춘기의 신체, 생리적 변화를 경험할 뿐 아니라 인지적 발달 및 학교생활의 변화, 학업, 사회성, 운동 등의 영역에서 수행압력이 증가되고 자아정체감을 형성해야 하는 등 중요한 변화에 직면하게 된다(Elkind 1967 ; Harter 1990). 이러한 변화들은 청소년의 성격형성에도 지대한 영향을 미치게 되며, 나아가 자신에 대한 스스로의 평가로 정의되는 자아개념의 발달에도 영향을 미치게 된다(Harter 1986 ; Wigfield et al. 1991). 자아개념은 개인이 자신에 대해 가지고 있는 태도 속에 표현되는 개인적인 가치 판단으로 초기에는 부모나 가족 구성원에 의해 영향을 받고 성장해감에 따라 친구나 학교, 교사들에 의해 영향을 받는다. 개인이 성숙해감에 따라 자신에 관한 견해는 더 분화되고, 자아개념은 여러 다른 상황에서 지속적인 자기 평가를 통해 발달한다. 송인섭(1989)은 자아의 영역을 일반자아, 학급자아, 성취자아, 사회자아, 가족자아, 정서자아, 신체자아로 분류하고, 청소년은 이모든 자아영역에서 자신의 수행을 또래들의 수행과 비교하고 평가한다고 한다. 또한 자아개념은 비교적 지속적인 것으로 일단 확립된 자아개념은 일생을 통하여 상당히 지속적인 영향을 미칠 것이다. 따라서 청소년들이 긍정적인 자아개념을 확립하도록 하는 일은 매우 중요하며 이는 성인기의 사회적 적응에도 필수적인 일이라 할 수 있다.

또한 자아개념은 스트레스의 영향으로부터 개인을 방어하거나 보호하는 스트레스 완충자원으로서의 역할을 하는데, 문금순(1993)은 아동이 느끼는 스트레스와 자아개념과는 밀접한 관계가 있으며, 자아개념이 낮은 아동들은 자아개념이 높은 아동보다 스트레스를 더 많이 받고 있다고 하였다. 이는 청소년을 대상으로 한 연구에서도 유사한 결과가 나타나 대부분 자아개념, 자아존중감, 자기효능감과 스트레스는 부적인 관계가 있음을 보고하고 있고(홍성화 2000 ; Kliewer & Sardler 1992 ; 박진선 1997 ; 박덕수 1996 ; 조원성 1996 ; 민병기 2002 ; 권혁효 2003), 대학생이나 성인을 대상으로 한 연구에서도 역시 같은 결과가 나타나고 있다(최미례 2000 ; 김의철 · 박영

신 2001 ; Matsui & Onglatco 1992). 이상의 연구를 통해서 볼 때 자신에 대한 열등한 자아개념은 일반적으로 많은 부적응에 대한 민감성을 증가시키고 스트레스를 증가시킬 수 있을 뿐만 아니라 여러 가지 문제를 유발시키는데 상당한 역할을 할 수도 있다. 따라서 자아개념과 스트레스와의 관계를 분석해 볼 필요가 있을 것이다.

한편, 청소년 스트레스에 관련된 사회인구학적 변인을 선행연구를 통해서 분석해 보면 청소년 관련변인으로 학년, 성별, 학업성적에 따른 스트레스 차이를 분석하고 있다. 먼저 학년에 따른 스트레스 차이를 살펴보면 대부분 학년이 높을수록 스트레스가 더 높음을 보고하고 있다(이진효 1977 ; 김을환 1986 ; 전경련 · 고정자 1996). 성별에 따라서는 대부분 여학생이 남학생보다 스트레스가 더 높음을 보고하고 있으나(박용하 2000 ; 전경희 2000 ; 송금희 1998 ; 이기숙 · 박소영 2000 ; 이경주 1997), 이도영(1990)은 남학생이 스트레스가 더 높다고 했으며, 이정순(1988)과 이재원(1989)은 스트레스 인지도 간에 성차가 없다고 했다. 학업성적에 따라서는 몇몇의 연구에서 성적이 낮을수록 스트레스 수준이 높음을 보고하고 있어(장재송 1991 ; 전경련 · 고정자 1996 ; 송순 2000), 우리나라와 같이 학교생활에서 학업성적이 큰 비중을 차지하고 있는 입시 위주의 사회에서 학업성적은 학교에 관계되는 중요한 변인이고, 청소년의 일상생활 및 부모, 교사와의 관계에도 영향을 미치는 스트레스에 관계되는 중요 변인이 될 수 있을 것이다.

이상에서 살펴본 바를 기초로 본 연구에서는 청소년 스트레스에 관계되는 변인으로 학년, 성별, 학업성적과 스트레스 대처유형, 자아개념의 관계를 분석하고자 한다. 기존의 연구에서는 청소년 스트레스와 대처유형, 청소년 스트레스와 자아개념의 관계를 분석한 연구는 있으나, 청소년 스트레스에 관련된 변인으로 학년, 성별, 학업성적과 스트레스 대처유형, 자아개념의 관계를 다각적으로 분석한 연구는 드물다. 더구나 청소년의 스트레스에 대한 학년, 성별, 학업성적, 스트레스 대처유형, 자아개념의 상대적인 영향력을 분석한 연구는 발견할 수 없었다. 따라서 본 연

구에서는 스트레스, 스트레스 대처행동, 자아개념이 청소년의 학년, 성별, 학업성적에 따라 어떤 차이가 있는가, 청소년의 스트레스와 스트레스 대처유형, 스트레스와 자아개념이 어떤 관계가 있는가를 알아보고자 한다. 또한 청소년의 스트레스에 대한 관련 변인의 상대적인 영향력이 어떠한지를 분석하고자 한다. 이와 같은 연구는 청소년의 스트레스와 스트레스 대처유형, 자아개념의 특성을 이해하는데 기여할 수 있으며, 청소년들이 당면할 수밖에 없는 스트레스에 효과적으로 대처하여 건강한 청소년기를 보낼 수 있도록 일선교사와 부모에게 청소년을 지도하는데 필요한 기초자료를 제공할 수 있을 것이다. 또한 관련 기관이 청소년을 위한 다양한 정책과 프로그램을 개발하는데 필요한 기초자료를 제공할 수 있다는 데 본 연구의 의의가 있다.

본 연구의 문제를 구체적으로 진술하면 다음과 같다.

첫째, 청소년의 스트레스, 스트레스 대처 유형, 자아개념은 청소년의 학년, 성별, 학업성적에 따라 어떤 차이가 있는가?

둘째, 청소년의 스트레스와 스트레스 대처유형, 스트레스와 자아개념은 어떤 관계가 있는가?

셋째, 청소년의 스트레스에 대한 관련 변인의 상대적인 영향력은 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 중학교 1, 2, 3 학년 학생 574명으로 이들은 인천광역시 소재 남녀 중학교에서 표집 되었다. 성별로는 남학생 240명(41.8%), 여학생 334(58.2%)이며, 학년별로는 1학년 208명(36.2%), 2학년 163명(28.4%), 3학년 203명(35.4%)이다.

2. 측정도구

본 연구에서 사용된 도구는 스트레스 측정도구, 스트레스 대처유형 측정도구, 자아개념 측정도구이다. 이외에도 청소년의 학년, 성별, 학업성적을 묻는 문항이 포함되었는데, 여기서 학업성

적은 청소년이 지각하는 자신의 학업성적을 의미하는 것으로, 상, 중, 하로 분류되어 측정되었다.

1) 스트레스 측정도구

스트레스를 측정하는 도구는 이상택(2000)과 정선희(1998)의 연구에서 사용한 도구를 수정, 보완하여 사용하였다. 하위변인은 학교관련, 가족관련, 친구관련, 생활환경관련, 자기자신관련 스트레스로 분류되며 각 5문항씩 총 25문항으로 구성되어 있다. 응답은 리커트식 5단계 평점척도로 전혀받지 않는다(1점)에서 아주 많이 받는다(5점)의 5단계로 구분하였으며 점수가 높을수록 스트레스 정도가 심한 것을 의미한다. 본 도구의 신뢰도 $\alpha = .83$ 으로 나타났다.

2) 스트레스 대처 유형 측정도구

스트레스 대처 유형 측정도구는 송금희(1998)의 연구에서 사용된 대처유형 척도를 수정, 보완하여 사용하였다. 이 도구는 조사대상자들이 스트레스에 직면했을때 어떤 대처 노력을 했는지를 평정하도록 하였으며 각 문항별로 전혀 그렇게 하지 않는다(1점)에서 항상 그렇게 한다(4점)로 구분되어, 점수가 높을 수록 그 대처 방법을 많이 사용하는 것을 의미한다.

대처유형은 크게 접근적 대처유형과 회피적 대처유형으로 구분되며 다시 8개 하위 척도로 구분되어 각 4문항씩 총 32문항으로 구성된다. 접근적 대처 유형에는 적극적문제해결, 사회적 지원추구, 긍정적 비교가, 회피적 대처 유형에는 외적감정발산, 내적감정억제, 내적감정발산, 거리두기, 체념·철수가 포함되며 점수가 높을 수록 각각의 대처 유형을 많이 사용하는 것을 의미한다. 본 도구의 신뢰도는 접근적 대처가 $\alpha = .75$, 회피적 대처는 $\alpha = .65$ 로 나타났다.

3) 자아개념 측정도구

자아개념 측정도구는 송인섭(1989)의 자아개념 검사의 일부를 사용하였다. 본 도구는 일반자아, 학급자아, 성취자아, 사회자아, 가족자아, 정서자아, 신체자아의 7개 하위변인으로 구성되며, 각

항목별로 5문항씩 총 35문항으로 되어있다. 각 문항은 전혀 그렇지 않다(1점)에서 항상 그렇다(4점)로 구분되며 점수가 높을수록 자아개념이 높은 것을 의미한다.

본 도구의 신뢰도 $\alpha = .90$ 으로 나타났다.

3. 절차

본 조사에 앞서 중학교 1, 2, 3학년 학생 40명에게 예비조사를 실시하였고, 예비조사 결과를 기초로 일부의 문항을 수정하였다. 본 조사는 인천광역시 소재 남녀 중학교 2개교씩을 무선 표집하고 각 학교에서 학년별로 1반씩을 무선 표집하여 실시되었다. 총 585명에게 질문지를 배부한 후 응답케 하였는데 이중 미회수된 것, 응답이 누락된 것, 부적절한 것을 제외한 574부의 질문지가 본 연구의 자료로 사용되었다.

수집된 자료는 SPSS프로그램을 이용하여 분석되었는데, 연구대상자들의 일반적 특성을 파악하기 위해 빈도와 백분율을 산출하였고, 학년, 성별, 학업성적에 따라 스트레스 정도와 대처유형, 자아개념이 차이가 있는가를 알아보기 위해 t검증과 일원변량 분석, Scheffé검증을 실시하였다. 그리고 스트레스와 스트레스 대처유형, 자아개념과의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였고, 청소년의 스트레스에 대한 관련 변인의 영향력을 파악하기 위해 중다회귀 분석을 실시하였다.

III. 연구 결과 및 해석

본 연구의 결과를 청소년의 학년, 성별, 학업성적에 따른 스트레스, 스트레스 대처유형, 자아개념의 차이 분석과 청소년의 스트레스와 스트레스 대처유형, 자아개념과의 관계분석, 스트레스에 대한 관련 변인의 영향력 분석으로 나누어 제시하면 다음과 같다.

1. 청소년변인에 따른 스트레스, 스트레스 대처유형, 자아개념 차이 분석

청소년의 스트레스, 대처유형, 자아개념이 학년, 성별, 학업성적에 따라 차이가 있는가를 알아본 결과는 다음 Table 1, Table 2, Table 3과 같다.

Table 1에서 보는바와 같이 먼저 학년에 따라서는 가족관련, 생활환경관련, 자기자신에 대한 스트레스에서 유의한 차가 나타났다. 이중 가족관련 스트레스와 생활환경 스트레스는 1학년 보다 2, 3학년이 더 높은 스트레스를 나타냈고, 자기 자신 스트레스는 3학년이 1학년보다 높은 스트레스를 나타냈다. 그리고 스트레스 총점에서도 3학년이 1학년보다 높은 스트레스를 나타내 일반적으로 저학년보다 고학년이 더 높은 스트레스를 나타냄을 알 수 있다.

성별에 따라서는 학교관련, 가족관련, 친구관련, 자기자신에 대한 스트레스에서 유의한 차가 나타났는데 모두 여학생이 남학생보다 높은 스트

Table 1. Differences in stress according to the student-related variables

Variables	School domain			Family domain			Friends domain			Surroundings domain			Self domain			Total stress			
	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	
Grade	frist	3.19		2.86			2.43			2.58	A		2.67	A		2.74	A		
	second	3.23	.26	3.10	6.24**		2.38	.96		2.80	4.89**	B	2.70	4.05*	AB	2.84	3.97*	AB	
	third	3.24		3.11			2.50			2.76	B		2.88	B		2.90	B		
Gender	male	3.13	-2.25*	2.90	-2.84**		2.26	-4.43**		2.65	-1.48		2.59	-4.23**		2.71	-4.38**		
	female	3.27		3.10			2.57			2.74			2.87			2.91			
School attainment	high	3.27		A	2.99		2.50			2.77			2.73			2.85			
	middle	3.16	2.36*	AB	2.92	2.09	2.31	2.18		2.65	1.85		2.72	.54		2.75	1.53		
	low	3.49		B	3.10		2.45			2.65			2.80			2.84			

*p<.05 **p<.01

레스를 나타냈으며, 스트레스 총점에서도 여학생이 남학생보다 높은 스트레스를 나타냈다.

학업성적에 따라서는 학교관련 스트레스에서만 유의한 차가 나타나 학업성적이 하인 청소년이 상인 청소년보다 높은 스트레스 점수를 나타냈다.

Table 2에서 보는 바와 같이 먼저 학년에 따라서는 접근적 대처 유형에서는 차가 나타나지 않았고, 회피적 대처유형 중 내적 감정 억제에서만 유의한 차가 나타나 2학년이 1학년보다 내적감정 억제를 더 사용하는 것으로 나타났다.

성별에 따라서는 접근적 대처 유형 중 사회적 지원추구에서 유의한 차가 나타나 여학생이 남학생보다 사회적 지원 추구를 더 많이 사용하는 것으로 나타났다. 회피적 대처 유형 중에서는 외적 감정발산과 내적 감정 발산에서 성별에 따른 차

가 나타났는데 이들 모두 여학생이 남학생보다 더 높은 점수를 나타냈다.

학업성적에 따라서는 접근적 대처유형에서는 적극적 문제해결에서 차가 나타나 학업성적이 상인 학생이 중이나 하인 학생보다 적극적 문제 해결을 더 많이 사용했으며, 접근적 대처 유형 총점에서도 학업성적이 상인 학생이 하인 학생보다 더 높은 점수를 나타냈다. 회피적 대처유형 중에서는 외적 감정 발산에서 차가 나타나 학업성적이 상인 학생이 중이나 하인 학생보다 외적 감정발산을 더 많이 사용함을 알 수 있다.

Table 3에서 보는 바와 같이 청소년 변인에 따른 자아 개념의 차이를 살펴보면 먼저 학년에 따라서는 가족자아에서만 유의한 차가 나타났는데 1학년 학생이 2학년 학생에 비해 가족자아개념의 점수가 높게 나타났다.

Table 2. Differences in coping behavior according to the student-related variables

Variables		Active coping behavior											
		active problem solving			social support seeking			positive comparison			total		
		M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S
Grade	frist	2.43			2.20			2.12			2.25		
	second	2.47	.29		2.25	1.47		2.22	2.98		2.31	2.01	
	third	2.47			2.31			2.24			2.34		
Gender	male	2.48			2.09			2.21			2.26		
	female	2.44	.67		2.37	5.00**		2.18	.61		2.33	1.83	
School attainment	high	2.57		B	2.31			2.25			2.38		B
	middle	2.41	6.97**		2.20	1.34		2.16	2.85		2.25	5.26**	AB
	low	2.37		A	2.22			2.14			2.24		A

Variables		Avoidant coping behavior															
		external emotion express			inner emotion control			inner emotion express			a little way off		give up		total		
		M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	
Grade	frist	2.12			1.95		A	2.04			2.23			2.32		2.13	
	second	2.14	1.25		2.10	5.03**	B	2.03	.02		2.34	1.97		2.34	.61	2.19	1.37
	third	2.06			2.01		AB	2.03			2.28			2.34		2.15	
Gender	male	2.04			2.01			1.66			2.29			2.31		2.06	
	female	2.15	2.51*		2.02	.06		2.31	12.06**		2.27	.44		2.35	1.03	2.22	5.49**
School attainment	high	2.21		B	2.01			2.09			2.26			2.37		2.19	
	middle	2.00	7.93**		2.04	.26		1.98	1.20		2.35	1.67		2.33	1.15	2.14	2.13
	low	2.06		A	2.00			2.01			2.25			2.29		2.12	

*p<.05 **p<.01

Table 3. Differences in self-concept according to the student-related variables

Variables	General self-concept			School class self-concept			Achievement self-concept			Social self-concept			
	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	
Grade	frist	2.69		3.19			2.02			2.29			
	second	2.66	.20	3.15	.55		1.96	.40		2.32	1.11		
	third	2.70		3.20			2.01			2.38			
Gender	male	2.79	3.55**	3.16	-.93		2.04	1.18		2.35		.65	
	female	2.61		3.20		1.97	2.32						
School attainment	high	2.81		B	3.39		B	2.43		C	2.52		B
	middle	2.72	13.94**	B	3.13	34.92**	A	1.93	122.36**	B	2.33	23.13**	B
	low	2.52		A	2.99		A	1.55		A	2.13		A
Variables	Family self-concept			Emotional self-concept			Physical self-concept			Total self-concept			
	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	M	t/F	S	
Grade	frist	3.96		B	2.93			2.10			2.74		
	second	3.76	5.24**	A	2.87	1.18		2.15	.67		2.69	.48	
	third	3.81		AB	2.84			2.06			2.72		
Gender	male	3.91	2.01*		2.86	-.80		2.15	1.60		2.75	1.53	
	female	3.80		2.90	2.06		2.69						
School attainment	high	3.92		B	3.00		B	2.18		B	2.89		C
	middle	3.92	6.87**	B	2.90	11.39**	B	2.08	3.18*	AB	2.72	44.14**	B
	low	3.72		A	2.73		A	2.01		A	2.52		A

*p<.05 **p<.01

성별에 따라서는 일반자아와 가족자아에서 유의한 차가 나타났는데 이들 모두 남학생이 여학생보다 높은 점수를 나타내 남학생이 더 일반자아개념과 가족자아개념이 높음을 알 수 있다.

학업성적에 따라서는 자아개념의 모든 하위변인과 자아개념 총점에서 유의한 차가 나타났다. 즉, 일반자아, 사회자아, 가족자아, 정서자아는 학업성적이 하인 학생보다 높은 점수를 나타냈고, 학급자아는 학업성적이 상인 학생이 중이나 하인 학생보다 높은 점수를 나타냈다. 성취자아는 학업성적이 상인 학생이 가장 높은 점수를 나타냈고 그 다음은 중인 학생, 하인 학생 순으로 나타나 학업성적이 높을수록 성취자아 개념이 높음을 알 수 있다. 신체자아는 학업성적이 상인 아동이 하인 아동보다 높은 점수를 나타냈고 자아개념 총점은 학업성적이 상인 학생이 가장 높은 자아개념 점수를 나타냈고, 그 다음은 중, 하인 학생 순으로 나타났다. 즉 학업성적이 높은 학생이 낮

은 학생보다 자아개념이 높음을 알 수 있다.

2. 청소년의 스트레스와 스트레스 대처유형, 자아개념과의 관계 분석

청소년의 스트레스와 스트레스 대처 유형, 스트레스와 자아개념과의 관계를 분석한 결과는 다음 Table 4, Table 5와 같다.

Table 4에서 보는 바와 같이 스트레스와 스트레스 대처 유형간의 관계를 살펴보면 먼저 학교 관련 스트레스는 회피적 대처 중 외적감정발산, 내적감정발산, 거리두기와 유의한 상관을 나타내, 학교관련 스트레스가 높을수록 외적감정발산, 내적감정발산, 거리두기 등 회피적 대처를 많이 사용하는 경향이 있음을 알 수 있다. 가족관련 스트레스도 회피적 대처 중 외적감정발산, 내적감정발산, 거리두기, 체념·철수와 유의한 상관을 나타냈다.

친구관련 스트레스는 접근적 대처 중 사회적

Table 4. Correlation coefficients of the stress and coping behavior

		School domain	Family domain	Friends domain	Surroundings domain	Self domain	Total stress
Active coping behavior	active problem solving	-.05	-.04	.02	.14**	.01	.02
	social support seeking	.04	.05	.14**	.12**	.15**	.14**
	positive comparison	.03	.01	.06	.08	.07	.07
	total	.01	.01	.09*	.15**	.10*	.10*
Avoidant coping behavior	external emotion express	.27**	.35**	.26**	.35**	.26**	.42**
	inner emotion control	-.02	.07	.09*	.12**	.10*	.11*
	inner emotion express	.11**	.22**	.27**	.17**	.28**	.30**
	a little way off	.12**	.12**	.10*	.18**	.16**	.19**
	give up	.07	.15**	.15**	.18**	.24**	.22**
total	.18**	.30**	.29**	.32**	.35**	.41**	

*p<.05 **p<.01

지원추구와 유의한 상관을 나타냈고, 회피적 대처의 하위요인과 정적인 상관을 나타내 친구관련 스트레스가 많을수록 사회적 지원추구와 내적감정 발산, 외적감정발산, 체념·철수, 거리두기, 내적감정억제를 더 많이 사용하는 경향이 있음을 알 수 있다.

생활환경관련 스트레스는 접근적 대처 중 적극적 문제 해결, 사회적 지원추구와 유의한 정적 상관을 나타냈으며, 회피적 대처의 모든 하위변인과도 유의한 정적상관을 나타냈다. 자기자신관련 스트레스는 접근적 대처 중 사회적 지원추구와, 그리고 회피적 대처의 모든 유형과 유의한 정적상관을 나타냈다.

스트레스 총점과 대처 유형과의 관계를 살펴 보면 청소년의 스트레스는 접근적 대처 중에서는 사회적 지원추구와만 정적인 상관을 나타냈고 회피적 대처와는 모두 정적상관을 나타냈는데 외적감정발산과 가장 높은 상관을 나타냈고, 그 다음은 내적감정발산, 체념·철수, 거리두기, 내적감정억제 순으로 나타났다. 스트레스 총점과 접근적 대처는 .10의 상관을, 회피적 대처와는 .41의 상관을 보여 회피적 대처와 더 높은 상관계수를 나타내고 있다. 따라서 청소년들은 스트레스가 높을수록 회피적 대처를 더 많이 사용하는 경향이 있음을 알 수 있다.

Table 5. Correlation coefficients of the stress and self-concept

	School domain	Family domain	Friend domain	Surroundings domain	Self domain	Total stress
General self-concept	-.18**	-.23**	-.19**	-.16**	-.36**	-.32*
School class self-concept	-.14**	-.13**	-.22**	-.12**	-.26**	-.24*
Achievement self-concept	-.05	-.10*	.03	-.05	-.12**	-.06
Social self-concept	.05	-.09*	-.11**	-.03	-.19**	-.13**
Family self-concept	-.23**	-.45**	-.22**	-.25**	-.19**	-.38**
Emotional self-concept	-.09*	-.14**	-.12**	-.06	-.19**	-.17**
Physical self-concept	-.07	-.06	-.07	-.04	-.32**	-.16**
Total self-concept	-.16**	-.24**	-.17**	-.12**	-.33**	-.29**

*p<.05 **p<.01

Table 5에서 보는 바와 같이 청소년의 스트레스와 자아개념과의 관계는 대부분 유의한 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 먼저 학교관련 스트레스는 가족자아와 가장 높은 부적 상관을 나타냈으며, 그 다음은 일반자아, 학급자아, 정서자아 순으로 나타났다. 가족관련 스트레스는 가족자아와 가장 높은 부적 상관을 나타냈으며, 그 다음은 일반자아, 정서자아, 학급자아, 성취자아, 사회자아 순으로 부적상관을 나타냈다. 친구 관련 스트레스는 학급자아, 가족자아와 가장 높은 부적상관을 나타냈고 그 다음은 일반자아, 정서자아, 사회자아 순으로 나타났다.

생활환경 스트레스는 가족자아와 가장 높은 부적상관을 나타냈고 그 다음은 일반자아, 학급자아 순으로 나타났다. 자기자신관련 스트레스는 일반자아와 가장 높은 부적상관을 나타냈고 그 다음은 신체자아, 학급자아, 사회자아, 가족자아, 정서자아, 성취자아 순으로 나타났다.

이상의 결과를 통해서 볼 때 청소년의 스트레스는 대부분 자아개념과 부적 상관을 나타냈으며 특히 가족자아, 일반자아, 학급자아 등과 높은 부적상관을 나타냄을 알 수 있다. 그리고 청소년 스트레스 중에서는 자기자신관련 스트레스와 가족관련 스트레스가 자아개념과 높은 상관을 나타내 자기자신 스트레스와 가족관련 스트레스가 높을 수록 자아개념이 낮은 경향이 있음을 알 수 있다.

3. 청소년의 스트레스에 대한 관련 변인의 영향력 분석

청소년의 스트레스에 대한 관련 변인의 영향력을 분석한 결과는 다음 Table 6과 같다. 이때 회귀분석에 포함된 각 변인들의 다중공선성 여부를 파악하기 위해 상관분석을 실시한 결과 r의 값이 .70 이상을 넘는 변인이 없어 회귀분석을 실시하는데 무리가 없을 것으로 판단되었다.

Table 6에서 보는 바와 같이 청소년의 스트레스에 대한 관련 변인의 영향력을 살펴보면 스트레스 대처유형 중 회피적 대처유형이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났으며 그 다음은 학업성적, 가족자아개념, 일반자아개념, 학급자아개

념, 학년 순으로 나타났다. 즉 청소년 변인 중에서는 학업성적과 학년이 스트레스에 영향을 미치고, 스트레스 대처 유형 중에서는 회피적 대처 유형이, 자아개념 중에서는 가족자아, 일반자아, 학급자아가 스트레스에 영향을 미치는 중요 변인임을 알 수 있다. 이상의 관련 변인이 청소년의 스트레스를 설명하는 정도는 48% 정도로 나타났다.

Table 6. Effects of the related variables on stress

Variables	B	β	t
Grade	1.167	.247	3.625**
Gender	.963	.062	1.317
School attainment	-1.486	-.439	-2.362**
Active coping behavior	.087	.021	.824
Avoidant coping behavior	1.873	.481	5.963**
General self-concept	-1.231	-.312	-4.452**
School class self-concept	-1.092	-.286	-3.871**
Achievement self-concept	.432	.073	1.421
Social self-concept	.864	.053	1.021
Family self-concept	-1.364	-.381	-5.116**
Emotional self-concept	.110	.018	.627
Physical self-concept	.286	.093	1.004
R ²		.476	
F		11.827	

**p<.01

V. 결론 및 제언

본 연구는 청소년의 스트레스와 관련변인과의 관계를 알아보기 위해 중학생을 대상으로 하여 스트레스, 스트레스 대처행동, 자아개념이 청소년의 학년, 성별, 학업성적에 따라 어떤 차이가 있으며 청소년의 스트레스와 스트레스 대처유형, 스트레스와 자아개념이 어떤 관계가 있는가를 알아보았다. 또한 청소년의 스트레스에 대한 관련 변인의 상대적인 영향력이 어떠한지를 분석하고자 하였다. 이와 같은 목적으로 본 연구에서는 중학교 1, 2, 3학년 학생 574명을 대상으로 청소년의 스트레스, 스트레스 대처유형, 자아개념을 조사했다.

본 연구 결과 먼저 스트레스가 학년, 성별, 학

업성적에 따라 차이가 있는가를 알아본 결과 학년이 높을수록 가족관련과 생활환경, 자기자신 관련 스트레스가 높게 나타났다. 이와 같은 결과는 학교문제에서 3학년과 2학년이 1학년보다 더 스트레스를 경험한다는 이진효(1997)의 연구와 같은 맥락의 결과라 할 수 있으며, 김을환(1986), 전경련과 고정자(1996)의 연구와도 같은 결과이다. 성별에 따라서는 여학생이 학교관련, 가족관련, 친구관련, 자기자신관련 스트레스를 남학생보다 더 많이 느꼈는데 이는 일반적으로 여학생이 남학생보다 더 많은 스트레스를 보인다는 선행연구들(박용하 2000 ; 전경희 2000 ; 송금희 1998 ; 이기숙·박소용 2000 ; 이경주 1997)의 결과와 일치되는 결과이다. 그러나 남학생이 더 스트레스가 높다고 한 이도영(1990)의 연구 결과와는 상반되는 결과이고, 스트레스 인지도 간에는 성차가 없다고 한 이정순(1988)과 이재원(1989)의 결과와 다른 결과라 할 수 있다. 한편 학업성적에 따라서는 학교관련 스트레스에서 성적이 낮은 학생이 더 높은 스트레스를 보였는데 이는 성적이 낮을수록 스트레스 수준이 높다고 한 장재송(1991), 전경련과 고정자(1996), 송순(2000)의 연구와 같은 맥락의 결과이다. 이상과 같은 결과를 통해서 볼 때 청소년의 스트레스는 학년이 높을수록, 여학생이, 그리고 학업성적이 낮을수록 더 높아짐을 알 수 있다.

다음으로 스트레스 대처 유형이 학년, 성별, 학업성적에 따라 차이가 있는가를 알아본 결과 먼저 학년에 따라서는 회피적 대처유형 중 내적 감정억제를 2학년이 1학년보다 많이 사용했으며, 성별에 따라서는 여학생이 남학생보다 접근적 대처 유형 중 사회적 지원추구와 회피적 대처유형 중 외적감정발산, 내적감정발산을 많이 사용해 여학생이 다양한 대처 유형을 사용함을 알 수 있다. 학업성적에 따라서는 학업성적이 높을수록 접근적 대처유형 중 적극적 문제해결과 회피적 대처 중 외적감정발산을 많이 사용했다.

이와 같은 결과를 선행연구와 비교해 볼 때 여학생이 남학생보다 다양한 대처 양식을 많이 사용했다는 손원혜(1996), 김승원(1999)의 연구와 스트레스 대처 방식이 적극적일수록 학업성적이

높다는 박덕수(1996)의 연구와 같은 맥락의 결과이다.

자아개념이 학년, 성별, 학업성적에 따라 어떤 차이가 있는가를 알아 본 결과 가족자아는 1학년이 2학년보다 높게 나타났고, 남학생이 여학생보다 가족자아와 일반자아 개념 점수가 높게 나타났다. 또한 학업성적이 높을수록 자아개념의 모든 하위 변인에서 높은 점수를 나타냈는데 이는 심려향(1999)과 박덕수(1996)의 연구결과와도 일치되는 결과이다.

다음으로 청소년의 스트레스와 스트레스 대처 유형과의 관계를 살펴본 결과 스트레스총점과 대처유형 총점은 모두 유의한 정적상관을 나타내 스트레스와 대처유형이 밀접한 관련이 있음을 보여주고 있다. 이는 강영자와 이재연(1996), 전경련과 고정자(1996), 송순(2000)의 연구 결과와 같은 맥락의 결과이다. 한편 스트레스는 대체로 회피적 대처유형과 더 높은 상관을 나타내 스트레스 정도가 높을수록 회피적 대처유형을 더 많이 사용하는 경향이 있음을 알 수 있다. 전체적으로 스트레스 총점은 접근적 대처 중에서는 사회적 지원추구와 정적인 상관을 나타냈고, 회피적 대처 중에서는 외적감정발산, 내적감정발산, 체념·철수, 거리두기, 내적감정억제 순으로 밀접한 상관을 나타냈다. 한편 스트레스 하위 영역에 따라서도 높은 상관을 보이는 대처 유형이 다르게 나타났는데 이는 송금희(1998)가 스트레스 종류별로 스트레스 대처유형을 연구하는 것이 의미가 있다는 것을 뒷받침해 주는 결과라 할 수 있으며, 어떤 스트레스 상황에서는 접근적 대처와 회피적 대처를 같이 사용해 자기 자신의 독특한 양식으로 스트레스 상황에 대응한다고 한 Folkman과 Lazarus(1990)의 연구 결과를 뒷받침해 주는 결과라 할 수 있다.

스트레스와 자아 개념과의 관계를 살펴본 결과 대부분 유의한 부정 상관관계가 있는 것으로 나타나 스트레스 정도가 높을수록 자아개념이 낮은 경향이 있는 것으로 나타났다. 이는 청소년을 대상으로 한 대부분의 선행연구들(홍성화 2000 ; Kliever & Sandler 1992 ; 박진선 1997 ; 박덕수 1996 ; 조원성 1996 ; 민병기 2002 ; 권혁효 2003)

의 결과와 일치되는 결과이며, 아동을 대상으로 한 문금순(1993), 대학생과 성인을 대상으로 한 최미례(2000), 김의철과 박영신(2001), Matsui & Onglato(1992) 의 연구와도 일치되는 결과로, 낮은 자아개념은 일반적으로 부적응에 대한 민감성을 증가시키고 스트레스를 증가시킬 뿐 아니라 여러 가지 문제를 유발시키는데 상당한 역할을 하는 것을 나타내 주는 결과이다. 따라서 이러한 결과는 청소년의 스트레스를 줄이기 위해서는 자아개념을 높이는 방안이 다각도로 연구 되어야 함을 시사해 준다.

청소년의 스트레스에 대한 관련 변인의 영향력을 분석한 결과 회피적 대처 유형이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 그 다음은 학업성적, 가족자아개념, 일반자아개념, 학급자아개념, 학년의 변인이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 이와 같은 변인은 청소년의 스트레스를 48%정도 설명하는 것으로 나타났다.

이상의 결과를 통해서 볼 때 스트레스 정도와 스트레스 대처 유형, 자아개념은 청소년의 성별, 학년, 학업성적에 따라 차이가 있고, 스트레스 정도와 스트레스 대처유형, 자아개념은 서로 밀접한 관계가 있음을 알 수 있다. 또한 청소년의 스트레스 대처유형, 자아개념, 학년과 학업성적은 청소년의 스트레스에 영향을 미치는 변인임을 알 수 있다.

한편 본 연구는 다음과 같은 제한점이 있다. 즉, 본 연구의 대상이 인천지역에 한정되어 있어 우리나라 전체 중학생에게 그 결과를 일반화 시키는데 무리가 있을 수도 있다는 점이다. 그리고 대처 유형을 각각의 스트레스 상황에 따라 조사한 것이 아니라 전반적인 대처행동을 조사했으므로 그 구체적인 결과를 비교할 수 없다는 점이다. 그러나 이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 인천지역 청소년의 스트레스와 스트레스 대처 유형, 자아개념을 이해하고 이들이 가정 및 학교, 사회에 원만히 적응해 나가는 것을 돕기 위한 지도방안 마련에 기초 자료를 제공했다는 데 본 연구의 의의가 있다고 생각된다.

본 연구를 통한 제언은 다음과 같다. 먼저 본 연구에서 다룬 변인 이외의 스트레스와 스트레스

대처유형, 자아개념에 영향을 미치는 변인에 대한 폭 넓은 연구가 필요하고, 연구대상을 확대시켜 아동과 고등학생을 대상으로 그 연구 결과를 비교해 볼 필요가 있다. 그리고 청소년의 스트레스는 각각의 스트레스 상황에 따라 대처 방법이 달라지고 또한 스트레스와 대처유형은 밀접한 관련이 있으므로 효과적인 스트레스 대처 훈련 방법을 지속적으로 꾸준히 연습 할 수 있는 기회를 제공 하는 일이 필요하다고 본다. 또한 이를 위해 전문가를 중심으로 다양한 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하기 위한 연구들이 필요하며, 이를 실천할 수 있는 청소년 교육 기관에서는 일회성이 아닌 지속적이고 연계성이 있는 교육을 실시할 수 있는 방안 마련이 필요하다고 본다.

그리고 자아개념 또한 청소년 스트레스와 밀접한 관련이 있으므로 일선 학교에서는 어릴 때부터 자아개념을 증진시킬 수 있는 프로그램을 개발하고 이를 꾸준히 실시할 수 있는 방안을 마련하는 일이 필요할 것이다.

참고문헌

강영자·이재연(1996) 일상생활에서 스트레스 원과 대처 방안에 관한 일반 청소년과 비행 청소년의 비교연구. *대한가정학회지* 34(5), 307-326.

권혁효(2003) 청소년의 스트레스 경험과 대처에 관한 종단적 연구 : 사회적 지원, 대처양식과 자기 효능감을 중심으로. 인하대 대학원 박사학위 논문.

김광일·원호택·김미영·김명정(1993) 고등학교 재학생의 정신건강 실태조사 I. *정신건강연구* 1, 1-39.

김승원(1999) 청소년의 스트레스 대처 양식과 관련 변인. 연세대 교육대학원 석사학위논문.

김영교(1995) 부모와 아동의 스트레스 대처 양식과 아동의 우울 및 불안의 관계. 연세대 교육대학원 석사학위논문.

김을환(1986) 고교생의 스트레스 실태에 관한 연구. 원광대 교육대학원 석사학위 논문.

김의철·박영신(2001) IMF시대 한국학생과 부모의 스트레스와 대처양식 및 생활 만족도에 대한 연구 : 사회적 지원과 자기 효능감과의 관계를 중심으로. *한국 심리 학회지* : 건강 6(1), 77-105.

김정희(1987) 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용. 서울대 대학원 박사학위논문.

문금순(1993) 초등학교 어린이들이 느끼는 스트레스 수준과 자아개념과의 관계연구. 연세대 교육대

- 학원 석사학위논문.
- 민병기(2002) 청소년의 생활만족도 형성에 관한 연구. 인하대 대학원 박사학위 논문.
- 민하영·유안진(1999) 스트레스 상황에 대한 지각된 통제감과 아동의 스트레스 대처행동. 아동학회지 20(1), 61-76.
- 박덕수(1996) 고등학생의 자아개념, 학업성적, 스트레스와의 상관관계. 대구효성카톨릭대 교육대학원 석사학위 논문.
- 박용하(2000) 인문계 고등학교 학생들의 스트레스 요인과 대처방식. 인천대 교육대학원 석사학위 논문.
- 박진선(1997) 특수목적 고등학교 학생의 자아개념 수준과 스트레스 경험 및 대처 행동과의 관계. 국민대 교육대학원 석사학위 논문.
- 박진아(2000) 학령기 아동의 스트레스 대처행동과 행동문제간의 관계. 연세대 대학원 석사학위 논문.
- 박현희(1997) 자아존중감과 스트레스 경험 수준 및 스트레스 대처양식과의 관계 연구. 건국대 교수 논문총 29(12), 103-102.
- 송금희(1998) 중학교 학생이 겪는 스트레스와 대처 방법에 대한 연구. 전남대 교육대학원 석사학위 논문.
- 송명자(1996) 발달심리학. 서울 : 학지사
- 송순(2000) 전북지역 고교생의 사회인구학적, 심리·환경적 특성과 대처 방법이 스트레스 받는 정도에 미치는 영향. 한국가정관리 학회지 18(3), 171-187.
- 손원혜(1996) 성취동기 및 스트레스 대처양식과 학업성취도와의 관계. 이화여대 교육대학원 석사학위 논문.
- 송인섭(1989) 인간심리와 자아개념. 서울 : 양서원.
- 심려향(1999) 자아개념과 학업성적에 관한 연구. 인하대 교육대학원 석사학위 논문.
- 이경주(1997) 청소년의 스트레스와 사회적 지지 및 행동문제. 전남대 대학원 박사학위논문.
- 이기숙·박소영(2000) 청소년의 일상적 스트레스와 사회적 지지 지각의 관련 연구. 대한가정학회지 38(9), 93-106.
- 이도영(1990) 고등학생들의 스트레스 수준과 그 대처반응에 관한 연구. 계명대 교육대학원 석사학위 논문.
- 이상영(1993) 고등학생의 스트레스에 관한 연구. 원광대 교육대학원 석사학위 논문.
- 이상택(2000) 중학생의 스트레스 요인과 대처방식이 우울에 미치는 영향. 계명대 교육대학원 석사학위 논문.
- 이재원(1989) 스트레스 유형 및 스트레스 대처전략에 관한 연구. 전남대 교육대학원 석사학위 논문.
- 이정순(1988) 스트레스 요인과 그에 따른 대응행동에 관한 고찰. 영남대 대학원 석사학위 논문.
- 이진효(1997) 중학생의 스트레스 실태분석. 청주대 교육대학원 석사학위 논문.
- 장재송(1991) 고등학생의 입시 스트레스와 가족기능 간의 상관연구. 이화여대 대학원 석사학위 논문.
- 전경련·고정자(1996) 청소년의 스트레스 인지수준과 적응방법에 관한 연구. 한국가정관리학회지 14(4), 219-232.
- 전경희(2000) 충북지역 중학생의 스트레스 영역과 해결방식. 충북대 교육대학원 석사학위 논문.
- 정선희(1998) 청소년의 스트레스와 사회적 지지간의 관계. 한남대 교육대학원 석사학위 논문.
- 조원성(1996) 자기 효능감 증진 프로그램이 아동의 자기존중감과 학동기에 미치는 효과. 한국교원대 교육대학원 석사학위 논문.
- 주영숙(1984) 고등학생의 불안요인과 심리적 계 특성과의 상관관계. 연세대 대학원 박사학위 청구 논문.
- 최미례(2000) 스트레스와 우울의 관계에 대한 자기존중감의 중재효과와 매개효과. 중앙대 대학원 박사학위 논문.
- 최정곤(1997) 청소년의 자아개념과 스트레스 및 비행. 한양대 교육대학원 석사학위 논문.
- 한상철·조아미·박성희(1997) 청소년심리학. 서울 : 양서원.
- 홍성화(2000) 자아개념과 학교적응 및 스트레스 간의 관계. 홍익대 교육대학원 석사학위 논문.
- Daniels D, Moos RH(1990) Assessing life stressors and social resources among adolescents : Applications to depressed youth. Journal of Adolescent Research 5, 268-289.
- Dryfoos JG(1990) Adolescent at risk : Prevalence and prevention. NY : Oxford University Press.
- Ebata AT, Moos RH(1991) Coping and adjustment in depressed and healthy adolescents. Journal of Applied Developmental Psychology 12, 33-54.
- Elkind D(1967) Egocentrism in adolescence. Child Development 38, 1025-1034.
- Folkman s, Lazarus RS(1990) Coping and motion, In stress and coping : An Anthology. eds. Monat A. and Lazarus RS, New York : Columbia University Press.
- Harter S(1986) Processes underlying the construction, maintenance and enhancement of the self-concept in children. In S. Suls & A. Greenwold, eds., Psychological perspective on the self Vol.3. Hillsdale, N. J. : Erlbaum, 137-181.
- Kliewer W, Sandler IN(1992) Locus of control and self-esteem and moderators of stressor-symptom relations in children and adolescent. J. of Abnormal Child Psychology 20(4), 393-413.
- Lazarus RS, Folkman S(1984) Stress appraisal and coping. New York : Springer Publishing Co.
- Matsui T, Onglatco ML(1992) Carrer self-efficacy as a moderator of the relation between occupational stress and strain. J. of Vocational Behavior 41, 79-88.
- Roth S, Cohen LJ(1986) Approach, avoidance and coping with stress. American Psychologist 41, 813-819.

Wigfield A, Eccles JS, Maciver D, Reuman DA, Midgley C(1991) Transitions during early adolescence : Changes in children's domain-specific self-perceptions and general self-esteem across the transition to junior high. *Developmental Psychology* 27, 552-565.

Windle M(1992) A longitudinal study of stress buffering for adolescent problem behaviors. *Developmental Psychology* 28, 522-530.