

청소년의 시간관리능력과 자기생활관리에 영향을 미치는 제변인들의 인과관계분석*

Causal Relationships between Time Management Ability, Self Management and Its Related Factors among Adolescents

경북대학교 가정교육과
석사 정호순
교수 장윤옥

Department of Home Economics Education, Kyungpook National University
Master : Ho-Sun Jeong
Professor : Yoon-Ok Jang

◀ 목 차 ▶

- | | |
|---|-------------------------------------|
| I. 서론
II. 이론적 배경 및 선행연구의 고찰
III. 연구방법 | IV. 연구결과 및 논의
V. 결론 및 제언
참고문헌 |
|---|-------------------------------------|

<Abstract>

The purpose of this study was to investigate the effects of individual variables, mother related variables, and time-management ability on self-management of adolescents. In addition, the direct and indirect effects of these variables on self-management were also assessed. The subjects of this study were 496 students who were selected at random from middle schools in Daegu. The questionnaire was used for this survey, consisted of a self-management, a time-management, a self-efficacy, an internal locus of control, mother's home management, and mother's support scale. Factor analysis, multiple regression analysis and path analysis were employed for data analysis.

The major findings of this study were as follows: First, mother's home management planning ability had the most affect on adolescent time-management ability in terms of planning and implementing, while self-efficacy had the most affect on time-management evaluating ability. Second, adolescent' time-management planning ability had the most affect on lifestyle and money management, time-management implementing ability on studies management, self-efficacy on health management, and internal locus of control on interpersonal relation management of adolescents. Third, among adolescent self-management, lifestyle management, studies management and money management can be achieved through the mediation of adolescent time management ability. They exhibit indirect

Corresponding Author : Yoon-Ok Jang, Department of Home Economics Education, Kyungpook National University, 1370 Sankyuk Dong, Puk-ku, Daegu, 702-701, Korea Tel: +82-53-950-5928 Fax: +82-53-950-5924 E-mail: yojang@mail.knu.ac.kr

* 본 논문은 석사학위 청구논문 중 일부임

influence through adolescent self-efficacy, internal locus of control, mother's home-management planning ability, and mother's home-management implementing ability. Furthermore, time-management ability is also influenced through the mediation of health management and interpersonal relation management, but is not indirectly affected by self-efficacy, internal locus of control, time planning ability, and time implementing ability.

주제어(Key Words) : 시간관리능력(time-management ability), 자기생활관리(self-management), 자기효능감(self-efficacy), 가정관리능력(home management ability)

I. 서론

사람들은 제한된 시간속에서 일상생활의 목표를 설정하고 설정된 목표를 달성하기 위해 노력하며 살아간다. 또 시간사용에 따라 생활의 질이 결정된다는 사실을 인식하게 됨에 따라 시간자원의 독특한 특성을 최대한 활용하여 주어진 시간을 자신이 해야 하는 다양한 활동에 배분하고, 일정한 시간 내에 많은 목표를 달성 할 수 있도록 효율적으로 관리하고자 한다(성유진, 1995).

오늘날의 청소년들은 다양한 역할수행을 요구받고 있고 이로 인해 시간부족을 경험하고 있어서 시간관리능력이 더욱 요구되고 있는 상황이다. 시간관리능력은 짧은 시간에 학습될 수 있는 단편적인 지식이 아니라 장기적인 학습과 반복 숙달을 통해 길러지는 태도이자 능력이므로 어릴 때부터 체계적으로 지도해야 할 필요가 있다. 또한 이렇게 형성된 태도나 행동은 성인이 되어서까지 영향을 미치기 때문에 더욱 중요하다.

시간관리와 관련된 연구들은 주로 대학생, 직장인, 주부와 같은 성인을 대상으로 하여 시간관리프로그램과 시간관리전략 및 시간관리행동에 영향을 미치는 변수 등에 관해 연구해 오고 있어 청소년을 대상으로 한 시간관리행동 및 시간관리능력 향상 등의 시간관리 관련연구는 아직 부족한 실정이다. 따라서 청소년들의 학업성취 및 자기생활관리에 도움을 줄 수 있는 시간관리능력 향상 방안 및 전략들에 관한 정보를 얻기 위해서는 청소년들의 시간관리능력에 영향을 미치는 변인들에 관한 연구가 먼저 이루어져야 할 것이다.

일반적으로 개인적 특성은 자기이해를 증진시켜 행동동기를 파악할 수 있게 하고, 자기변화를 시작하게 하는 동기를 가지게 한다(윤운성, 1999). 특히 개인적 특성 중 자기효능감과 내적통제성은 의사결정, 성취동기, 태도변화와 같은 청소년의 심리적·사회적 행동을 이해하게 하는데 중요한 개념(민병기, 2002; 오운자, 2003)으로 언급되고 있다. 자기효능감이 높을 때는 목표를 설정하고 이를 달성하기 위해 수행에 필요한 행동을 조직하고 수행해 나가는데 어려움이 없지만, 자기효능감이 낮을 때는 자신에 대해 무관심하게 되고 체념이 빠르며 실망하기 쉽기 때문에 무기력함을 형성한다

(황혜자, 최윤화, 2003). 또한 내적통제성을 가진 사람들은 자신에게 직면한 문제를 과제중심적으로 해결하고 건설적인 방법으로 대응한다(황봉암, 2006). 이처럼 자기효능감과 내적통제성과 같은 개인적 특성은 자신의 생활을 적극적으로 주체적인 자세로 나아가는데 도움을 주는 역할을 하여 합리적인 시간관리와 생활관리를 하는데 영향을 미칠 것이라고 예측할 수 있다.

한편 청소년기는 정서적으로 독립심과 자율성이 고양되는 시기이지만 여러 면에서 여전히 부모에게 의존하여 생활할 수 밖에 없는 시기이므로 부모의 역할, 특히 어머니의 역할이 중요하다. 또한 가정생활을 공유하는 과정에서 부모의 생활방식과 태도, 가치관 등을 자녀가 자연스럽게 습득하여 자신의 생활에 반영하게 되는, 부모가 일상생활에서 본보기로 보이는 방법이 가장 영향력이 크다(조은주, 2006).

어머니가 가정을 관리한다는 것은 시간에 맞추어 일을 수행하고 이를 위해 미리 자신의 시간을 계획하는 것으로 집안 일을 할 때 일의 순서와 날짜를 정하고, 집안의 행사나 해야 할 일을 미리 기록해 두고, 해야 할 일이 많을 때는 주변 사람들에게 위임하는 등의 활동을 말한다. 또한 생활정보를 많이 활용하고 가족간에 의사소통이 잘 이루어지도록 하며 취업주부일 때는 가정과 직업의 이중역할을 잘 조화시키고 부족한 생활시간을 적절히 잘 활용할 때 가정관리능력이 높다고 한다(김경숙, 1997). 어머니의 가정관리능력이 높을 때 청소년기 자녀의 학업성취가 높고(손문숙, 1986), 자녀들에게 계획적·합리적으로 금전사용지도를 하며(이영옥, 1990), 미혼·기혼 딸의 가정관리능력이 높다(지금수, 1990, 1994)는 연구결과들을 함께 고려해 볼 때 어머니의 가정관리능력은 자녀의 시간관리능력에도 영향을 미칠 것으로 유추할 수 있다. 어머니가 자녀의 의견을 존중하고, 행동의 옳고 그름을 공정하게 평가하며 자녀가 잘했을 때 칭찬을 하는 등 자녀를 합리적·애정적으로 대하는 어머니의 지지는 자녀들이 올바른 정체감을 형성하고, 환경에 대한 적응능력을 높이며 심리적으로 안정을 된 상태를 유지하게 한다(이미라, 2001). 또한 어머니가 자녀가 하고 있는 일에 자부심을 느끼게 해 주고, 자녀에게 생긴 문제의 원인을 찾는데 도움이 되는 정보를 제공해 줄 때 자녀들은 시간 부족을 덜 느끼고, 시간을 계획하

고 계획한 순서를 잘 지킨다(송원영, 2009). 이와 같이 어머니의 가정관리행동은 자녀에게 본보기가 되고 자녀에 대한 어머니의 지지는 청소년 자녀들이 더욱 자신감을 가지고 목표지향적인 행동을 할 수 있게 함으로써 청소년 스스로 자신의 시간과 생활을 합리적으로 관리할 수 있도록 영향을 미칠 것이다.

시간관리를 잘 하는 청소년이 학업성취가 더 높고(김경아, 2004; 김동일, 박경애, 김택호, 1995; 김소영, 2006; 이원휘, 2000; 정금미, 2003; Britton & Tesser, 1991; Trueman & Hartley, 1996), 친구와 교사와의 관계가 좋으며, 학교행사에 참여도 더 잘 하고, 학교 교직을 잘 지키는 등 학교생활적응을 잘 할 뿐만 아니라(홍성임, 2004) 생활만족도도 높다(김경아, 2004; 홍성임, 2004)고 한다. 이상의 선행연구들이 보고하는 바와 같이 시간관리는 스트레스를 줄이고 자기효율성, 자존감, 정신건강, 성취를 높이는 역할을 하므로 시간관리능력이 향상되면 자기생활을 보다 능동적으로 분석하고 의미있는 목표를 세워 실천할 수 있게 될 것이다.

청소년들은 현실적으로 학업관리를 우선시해야 되겠지만 다양한 생활영역을 조화롭게 형성하여 생활을 풍요롭게 해야 할 필요가 있다. 그럼에도 불구하고 우리나라의 대다수의 청소년들은 시간의 비효과적인 사용으로 인하여 학습관리를 비롯한 여가활동, 일상생활습관 등을 자신이 원하는 방향으로 적절히 통제하지 못하고 있는 실정이다(김동일 외, 1995).

이에 본 연구에서는 청소년의 개인 관련변인인 자기효능감과 내적통제성, 어머니 관련변인인 어머니의 가정관리능력과 지지가 청소년의 시간관리능력에 미치는 영향을 살펴 보고, 또한 이들 모든 변인들이 청소년의 시간관리능력을 매개로 하여 자기생활관리에 미치는 직·간접적인 영향을 살펴봄으로써 청소년의 자기생활관리에 영향을 미치는 다양한 변인들의 인과관계를 분석하고자 한다.

본 연구의 결과는 청소년들에게 자신의 개인적 특성 및 시간관리능력과 생활관리능력과의 관계에 대한 정보를 제공할 수 있을 것이며, 이와 더불어 청소년들의 생활지도시 나아가야 할 지향점을 찾는데 보다 구체적인 정보를 제공할 수 있을 것이다. 본 연구에서 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

1. 청소년의 개인 관련변인(자기효능감, 내적통제성)과 어머니 관련변인(가정관리능력, 지지) 이 시간관리능력에 미치는 영향은 어떠한가?
2. 청소년의 개인·어머니 관련변인과 시간관리능력이 자기생활관리에 미치는 영향은 어떠한가?
3. 청소년의 개인·어머니 관련변인과 시간관리능력이 자기생활관리에 미치는 직·간접효과는 어떠한가?

II. 이론적 배경 및 선행연구의 고찰

1. 시간관리능력

시간관리란 목표를 성취하기 위해 직접적으로 시간을 관리하는 것이 아니라 그 시간동안의 활동을 계획하고 실천할 수 있도록 환경과 자신을 조정하고 활동관리와 생활관리를 통하여 자신의 삶을 적극적으로 통제하는 인간의 인지적인 자기관리전략의 일종이다(이원휘, 2000).

지금까지의 청소년의 시간관리에 관한 선행연구(박경애, 김택호, 1994; 박은정, 2006; 이원휘, 2000; 현혜정, 2005)들은 청소년의 시간관리에 영향을 미치는 변인으로 성별, 학년, 거주 지역, 생활수준, 부모의 연령과 학력 등을 제시하고 있다. 이원휘(2000)는 고등학생들의 전체 시간관리에 있어서 성별에 따른 차이는 없지만, 박경애와 김택호(1994)는 남학생보다 여학생이 시간관리를 더 잘 하고 있으며, 또 고등학생이 중학생보다 시간계획을 더 잘 한다고 한다. 읍·면지역보다 중·소도시와 대도시 지역에 거주하는 학생들이 시간관리를 더 잘 하는 것으로 나타나고 있다. 이외에도 박은정(2006)은 생활수준이 높을수록 중학생들이 시간관리를 더 잘 하고, 서인주와 두경자(2007)는 용돈을 많이 받는 대학생이 시간관리 행동 중 표준설정과 수행행동을 잘 한다고 말한다.

박은정(2006)은 아버지의 교육수준이 높을수록 자녀들의 시간관리에 긍정적인 영향을 미치나 어머니의 교육수준은 시간관리에 영향을 미치지 않는 것으로, 현혜정(2005)의 연구에서는 어머니의 교육수준이 높은 자녀들이 시간관리를 더 잘 한다고 보고하는 등 부모의 교육수준이 청소년의 시간관리에 미치는 영향력에 관한 연구결과들에 일관성이 없을 수 있다.

이정미(2006)는 자기관리프로그램을 실시 한 후 고등학생들의 시간관리 하위요인인 목표설정, 마감시간설정, 우선순위설정에서의 관리능력이 향상되고, 남경애(2008)는 고등학생들이 시간관련 독서경험과 TV프로그램 시청경험이 있을 때, 윤용옥과 김외숙(2007)은 대학생들이 교양과목으로 시간관리 교육경험을 받았을 때 시간관리행동을 더 잘 한다고 보고하고 있다.

2. 자기생활관리

자기생활관리는 개인이 목표행동과 관련된 선행사건 및 후속사건을 스스로 조정함으로써 자신의 행동을 수정하거나 유지시키는 것을 의미한다(이정미, 2006).

김선희(1995)는 자신의 삶을 잘 꾸려 갈 수 있기 위해서는 먼저 개인, 가족, 집단은 목표의 우선순위를 정하고, 달성할 시기를 고려하여 욕구에 비하여 희소하고 유한한 자원을 잘 배분하여야 하며, 특히 시간과 에너지를 잘 분배할 때 효율

이 극대화되도록 해야 한다고 말한다.

김기정(2003)은 자기관리를 하기 위해서는 목표를 설정하고 자신의 상황을 스스로 통제하며, 잘 할 수 있다는 자신감을 갖는 것이 필요하고 더불어 이를 기록해 두는 것이 중요하다고 하면서 자기관리프로그램에 자기변화 목표 구체화하기, 유희상황에 대처하기, 자기효능감 기르기, 변화 목표 분석하기, 자기계약서 작성 등을 포함시키고 있다.

이정미(2006)는 고등학생을 대상으로 자기 자신을 통제하기 위한 자기관리프로그램을 실시 한 후 시간관리, 학습습관, 대인관계에 미치는 효과를 살펴 본 결과 자기관리프로그램에 참여한 학생들이 참여하지 않은 학생들보다 모든 요인에서 긍정적으로 변화되었으며, 특히 시간관리와 학습습관에서의 효과가 더 컸다고 한다.

3. 청소년의 시간관리능력과 자기생활관리에 영향을 미치는 제변인들

1) 개인 관련변인

(1) 자기효능감

자기효능감이란 수행 목표에 도달하기 위해 필요한 활동을 조직하고 수행하는 자신의 능력에 대한 판단을 의미하는 것으로 어떤 결과를 얻고자 하는 행동을 성공적으로 수행할 수 있다고 믿는 자신의 능력에 대한 신념을 뜻한다(Bandura, 1986).

일반적으로 사람들은 자기 능력을 능가하는 과제는 피하려고 하고 자신있는 활동은 수행하고자 하는 경향이 있어 개인이 특정 행동을 계획하고 수행 할 때는 자기의 효능에 대한 판단이 영향을 미친다. 따라서 비슷한 능력을 가져도 자기효능감에 따라 수행을 잘 하기도 하고 뒤처지기도 한다(윤경희, 배정희, 2008).

자기효능감이 높은 중학생일수록 자기를 긍정적으로 평가하고 성공할 것이라는 믿음을 갖고, 생산적인 전략을 선택함으로써 과제수행이나 문제해결을 잘 할 수 있다는 신념을 가지게 된다(이명자, 송영명, 2005). 또한 자기효능감이 높은 학생들이 자기효능감이 낮은 학생들보다 학업성취도가 더 높고, 담임교사 및 교우관계가 좋고, 학교행사에도 더 많이 참여하며 학습활동을 열심히 하고 학교의 규칙을 더 잘 지키는 등 주변인들과 더 잘 지내고 학교생활적응을 더 잘 한다(임유진, 2001). 건강증진행위를 실천하는데 있어 가장 영향력 있는 요인이 자기효능감이어서(이경화, 2002), 자기효능감이 높은 학생일수록 운동, 식습관, 수면, 구강보건, 개인위생과 같은 건강증진행위를 더 많이 하고 있다(김현숙, 1998)고 한다.

(2) 내적통제성

내·외적통제성은 자신에게 일어나는 사건의 원인을 어디에 두느냐에 대한 개념으로 그 책임소재의 방향에 따라 사건의 원인을 노력, 능력 등 내적인 것으로 지각하여 자신의 통제가능성을 믿는 내적통제성과 외부의 타인, 행운, 과제난이도, 우연 등 자신이 통제할 수 없다고 보는 외적통제성으로 구분한다.

내적통제성이 높은 사람은 적극성, 사회성, 인내성, 친사회적 행동, 협조성, 정서적 조절능력이 높고 스트레스도 덜 경험하며(박영신, 광금주, 김의철, 1998), 자기통제가 높고, 공격행동, 불안행동 등의 문제가 낮게 나타난다(이경남, 1999). 또한 내적통제성이 높을수록 학업성취수준이 높고(오윤자, 2003), 심리적 안녕감이 높으며(황봉암, 2006) 주관적 안녕감과 정적 정서도 높지만 내적통제성의 정도에 따른 삶의 만족도는 차이가 없다(정상원, 2007)고 보고하고 있다. 유선정(2007)은 내적통제성이 학교생활적응 중 교사와의 적응, 친구와의 적응에 가장 큰 영향을 미치고 있다고 밝히고 있다.

2) 어머니 관련변인

(1) 어머니의 가정관리능력

가정관리란 가족의 목표달성 및 가정생활의 증진을 목적으로 건전한 생활 이념과 합리적인 의사결정을 통해 계획을 수립, 조정, 실행 한 다음 그 결과가 가정생활에 어떠한 가치를 가져왔는가를 평가하며, 더 효과적인 다음 계획을 세워서 행동하는 것(Deacon & Firebaugh, 1988)을 말한다.

가정관리의 본질은 단순히 가족원의 식사준비, 청소, 세탁, 자녀양육 등의 가사작업을 잘 수행하는 것 뿐만 아니라 그 과정에서 가족원의 욕구와 상황을 파악하여 의사결정, 시간 및 자원을 배분하고 활동을 순서화하고 그에 따라 관리를 행하는 것이다. 그 결과 가족원들의 욕구와 목표가 충족되었는지, 자원의 변화가 있었는지를 살펴보는 등 가족자원의 사용을 계획하고 조직하여 수행한 다음 그 결과를 평가하는 활동이 추가 된다(송영경, 2001).

손문숙(1986)은 어머니들이 창의력, 인간관계영역의 관리를 잘 할 때 자녀들의 학업성적이 가장 우수하다고 한다. 또 평가영역의 관리를 잘 할 때 자녀들의 학업성적이 높은 것으로 보고하고 있다. 이영옥(1990)은 어머니의 계획, 조직, 지도, 평가능력이 높을수록 자녀들에게 계획적·합리적으로 금전사용지도를 잘 하고, 어머니가 자녀에게 돈을 주기 전에 무엇에 쓸 것인지 예산을 세운 내용을 확인하는 등의 지도능력이 높을 때 자녀들의 금전관리태도 또한 계획적이고, 책임감이 있다고 보고하고 있다. 지금수(1990)는 어머니와 자녀의 가정관리능력을 살펴본 결과 자녀의 가정관리능력은 개

인의 사회인구학적 특성보다는 어머니의 가정관리능력이 가장 큰 영향을 미치고 있다고 말한다. 또한 가족의 여가생활이나 교양을 넓힐 수 있는 활동을 계획하고, 가족의 물품을 구입할 때 다른 가족원들의 불평이 생기지 않도록 조정하는 등 주부의 가정관리능력이 높을수록 남편의 결혼생활만족도가 높고(김경숙, 1997), 남편 및 자녀의 가정생활만족도도 높은 것(이정우, 김경숙, 1993)으로 나타나고 있다.

(2) 어머니의 지지

지지만 광의의 개념으로 타인들로부터 제공되는 각종 자원을 일컫는다. 즉, 다른 사람으로부터의 긍정적 감정의 표현, 행동이나 지각의 인정, 타인으로부터 받는 상징적·물질적 도움, 대인관계를 통해 개인이 얻을 수 있는 모든 긍정적 인 자원을 말한다(박지은, 2006).

청소년 초기에서 중·후기로 갈수록 부모의 지지는 점차 감소하고, 친구의 지지가 증가하지만 어머니의 지지는 여전히 청소년에게 가장 중요한 비중을 차지한다(김의철, 민병기, 박영신, 2002). 부모의 지지는 청소년기 자녀의 적응과 정적관계가 있어 부모의 많은 지원과 애정은 청소년기의 변화에도 잘 적응할 수 있게 하는 긍정적인 역할을 한다(Cauce, Mason, Gonzales, Hiraga, & Liu, 1994). 또한 청소년 자녀의 생활만족도 향상에 크게 기여하고(박영신 외, 2002), 자기존중감과 자기효능감, 자기통제력을 높임(박영신 외 2002; 박지은, 2006; 소연희, 2008) 뿐만 아니라 학교적응력을 높이고(김관희, 이정희, 1997; 장경문, 2005) 학업성취에 긍정적인 영향을 주며(김의철, 박영신, 1999; 정갑순,

2002), 문제해결, 문제행동의 유발을 막는데 도움을 준다(장윤옥, 정서린, 2005).

서구사회와 달리 유교문화권에서는 목표나 목표가 갖는 유인가 등이 개인적인 측면에서보다 집단적인 측면에서 정의되고 공유되어 자녀의 행동이 부모의 태도나 가치에 의해 영향을 받을 가능성이 크기 때문에 부모의 지지 여부에 따라 자녀들은 자신의 정체감 형성과 환경에 대한 적응능력의 향상, 그리고 심리적 안정감 향상에 영향을 받는다(김의철, 박영신, 1999).

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 대구광역시 소재하는 5개 중학교 학생들을 연구 대상으로 하였으며 연구자들의 일반적 특성은 <표 1>과 같다.

2. 연구절차

2008년 8월 25일에서 28일에 걸쳐 대구광역시에 소재하고 있는 중학교에 재학 중인 학생 118명을 대상으로 예비조사를 실시한 후 질문지를 수정·보완하여 본 조사는 2008년 11월 14일에서 18일에 걸쳐 대구광역시에 소재하고 있는 5개 중학교의 남·여 학생 560명에게 질문지를 배부·실시하였다. 회수된 질문지 528부의 중 부실기재된 32부를 제외한 496부를 최종 분석 자료로 사용하였다.

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성

(N = 496)

변수	내용	인원(%)	변수	내용	인원(%)
학생의 성별	남	279(56.2)	가정의 생활수준	상	45(9.1)
	여	217(43.8)		중상	127(25.6)
학생의 학력	1학년	201(40.5)		중	238(48.0)
	2학년	104(21.0)		중하	71(15.1)
	3학년	191(38.5)	하	11(2.2)	
어머니의 연령	30 - 39세	77(15.5)	아버지의 연령	30 - 39세	19(3.8)
	40 - 49세	396(79.9)		40 - 49세	401(80.9)
	50세 이상	23(4.6)		50세 이상	76(15.3)
어머니의 학력	중졸 이하	38(7.7)	아버지의 학력	중졸 이하	17(3.4)
	고 졸	222(44.9)		고 졸	173(34.9)
	대 졸	207(37.5)		대 졸	245(49.3)
	대학원 이상	29(5.9)		대학원 이상	61(12.4)
어머니의 직업	농림어업자	1(0.2)	아버지의 직업	농림어업자	5(1.0)
	자영업	134(27.0)		자영업	215(43.3)
	임시직·생산직	26(5.2)		임시직·생산직	41(8.3)
	사무직·행정직	53(10.7)		사무직·행정직	142(28.5)
	전문직	44(8.9)		전문직	59(12.9)
	무직·전업주부	228(46.0)		무직·전업주부	7(1.4)
	기타	10(2.0)		기타	38(5.6)
계		496(100)	계		496(100)

3. 측정도구

1) 시간관리능력 척도

이원휘(2000), 정균승(2005)의 척도를 참고로 하여 총 30 문항 Likert식 5점 척도로 구성되었다. 본 척도의 타당성을 알아보기 위하여 요인분석을 실시하여 3문항을 제외한 총 27문항을 사용하였고 계획능력(12문항), 수행능력(9문항), 평가능력(6문항)의 3개의 하위요인이 추출되었다. 이 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 계획능력 .91, 수행능력 .86, 평가능력 .89이다.

2) 자기생활관리 척도

조은주(2006), 한국교육개발원(2001)의 척도를 참고로 총 37문항 Likert식 5점 척도로 구성되었다. 본 척도의 타당성을 알아보기 위하여 요인분석을 실시하여 2문항을 제외시키고 총 35문항을 사용하였고 생활습관관리(7문항), 건강관리(7문항), 학업관리(7문항), 대인관계관리(7문항), 금전관리(7문항)의 5개의 하위요인이 추출되었다. 이 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 생활습관관리 .72, 건강관리 .71, 학업관리 .84, 대인관계관리 .83, 금전관리 .84이다.

3) 자기효능감 척도

차정은(1997)의 척도를 참고로 총 22문항 Likert식 5점 척도로 구성되었다. 본 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .82이다.

4) 내적통제성 척도

박영신 외(2002), 최윤자(2003)의 척도를 참고하여 총 20 Likert식 5점 척도로 구성되었다. 본 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .81이다.

5) 어머니의 가정관리능력 척도

송영경(2001), 지금수(1994)의 척도를 참고로 하여 중학생 수준에 적합한 어휘 및 문장으로 수정·보완하여 총 32문항 Likert식 5점 척도로 구성되었다. 본 척도의 타당성을 알아보기 위해 요인분석을 실시하여 1문항을 제외한 총 31문항을 사용하였고 계획능력(14문항), 수행능력(17문항)으로 명명하였다. 본 척도의 Cronbach's α 계수는 계획 능력 .86, 수행능력 .88이다.

6) 어머니의 지지 척도

정재희(2000)의 척도를 참고로 하여 총 24문항 Likert식 5점 척도로 구성되었다. 본 척도의 Cronbach's α 계수는 .96이다.

4. 자료분석 및 통계적 처리

본 연구에서 자료분석은 SPSS WIN 14.0 통계프로그램을 이용하여 전산처리하였다. 연구대상자의 일반적 특성을 살펴보기 위해 빈도 및 백분율을, 각 측정도구의 타당도와 신뢰도를 파악하기 위해서 요인분석을 실시하고, 신뢰도 계수 Cronbach's α 를 산출하였다. 본 연구의 연구문제를 분석하기 위해 피어슨의 상관관계분석, 중다회귀분석, 그리고 경로 분석을 실시하였다.

IV. 연구결과 및 논의

1. 청소년의 개인·어머니 관련변인이 시간관리능력에 미치는 영향

본 연구의 결과를 분석하기에 앞서 청소년들의 시간관리능력 및 각 하위요인의 평균과 표준편차를 알아보았으며 그 결과는 <표 2>와 같다.

<표 2> 청소년의 시간관리능력 및 각 하위요인의 평균 및 표준편차

구분	평균	표준편차
시간관리능력	2.69	.77
계획능력	2.73	.86
수행능력	2.82	.79
평가능력	2.42	.87

<표 2>에서 보는 바와 같이 청소년들의 시간관리능력의 점수가 중간점수인 3점 보다 낮게 나타났다. 이는 외국의 청소년들이 학교 교육에서 시간을 활용하는 방법을 교육받는 것에 비해 우리나라 청소년들은 시간관리 교육을 받지 못하기 때문인 것(권준모, 1998)으로 생각되며 청소년들이 시간관리를 보다 합리적이고 체계적으로 할 수 있도록 가정과 학교에서의 시간관리교육이 필요함을 시사한다.

청소년의 개인·어머니 관련변인이 시간관리능력에 미치는 영향을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 <표 3>과 같다.

<표 3>에서 보는 바와 같이 청소년의 시간관리계획능력에는 어머니의 가정관리계획능력($\beta = .321$), 자기효능감($\beta = .209$), 어머니의 가정관리수행능력($\beta = .136$), 내적통제성($\beta = .101$)의 순으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며 전체 변수들의 설명력은 36.7%로 나타났다. 청소년의 시간관리수행능력에는 어머니의 가정관리계획능력($\beta = .296$), 청소년의 자기효능감($\beta = .290$), 어머니의 가정관리수행능력($\beta = .140$)의 순으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 전체 변수들의 설명력은 39.8%로 나타났다. 청소년의 시간관리평가

〈표 3〉 청소년의 개인·어머니 관련변인이 시간관리능력에 미치는 영향

(N = 496)

독립변인	종속변인	시간관리능력					
		계획		수행		평가	
		B	β	B	β	B	β
개인 관련변인	자기효능감	.358	.209***	.458	.290***	.549	.315***
	내적통제성	.174	.101*	.051	.032	-.144	-.082
어머니 관련변인	어머니의 가정관리계획능력	.402	.321***	.341	.296***	.331	.261***
	어머니의 가정관리수행능력	.172	.136*	.163	.140**	.146	.114*
	어머니의 지지	.060	.061	.073	.081	.120	.120**
Constant		-3.228		-1.977		-2.041	
F		58.399***		66.436***		53.439***	
R ²		.373		.404		.353	
수정된 R ²		.367		.398		.346	

*p < .05. **p < .01. ***p < .001.

능력에는 자기효능감($\beta = .315$), 어머니의 가정관리계획능력($\beta = .261$), 어머니의 지지($\beta = .120$), 어머니의 가정관리수행능력($\beta = .114$)의 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 전체변수들의 설명력은 34.6%로 나타났다. 이는 시간관리능력이 높은 집단이 낮은 집단보다 자기효능감이 높고(홍성임, 2004), 자기효능감이 낮을 때 핸드폰과 인터넷을 과도하게 사용하는 등의 시간사용에 문제가 있다고 한 연구결과(박덕호, 2003)도 같은 맥락에서 이해할 수 있을 것이다. 또한 어머니의 영향력이 클 때 시간관리능력이 높고(현혜정, 2005), 어머니의 양육태도가 성취적이고 자율적, 애정적일수록 자녀가 시간관리를 잘 한다고 하는 연구결과(송원영, 2009)와 부분적으로 일치한다. 또한 부모의 지지를 낮게 지각할 때 인터넷 중독과 같은 시간 사용에 문제를 보인다는 연구결과들(장윤옥, 정서린, 2005)로서도 유추해 볼 수 있을 것이다.

2. 청소년의 개인·어머니 관련변인과 시간관리능력이 자기생활관리에 미치는 영향

본 연구의 결과를 분석하기에 앞서 청소년들의 자기생활관리 및 각 하위요인의 평균과 표준편차를 알아보았으며 그 결과는 〈표 4〉와 같다.

〈표 4〉 청소년의 자기생활관리 및 각 하위요인의 평균 및 표준편차

구분	평균	표준편차
자기생활관리	3.06	.72
생활습관관리	3.14	.72
건강관리	3.30	.73
학업관리	2.88	.86
대인관계관리	3.48	.79
금전관리	2.48	.92

〈표 4〉에서 보는 바와 같이 대인관계관리, 건강관리, 생활습관관리는 중간점수인 3점보다 조금 높으나 학업관리와 금전관리가 중간점수인 3점보다 낮게 나타났다. 청소년들은

학생으로서 학업관리가 중요한 부분임에도 불구하고 스스로 잘 하지 못하고 있는 것으로 인식하고 있다는 것이다. 또한 청소년들이 금전관리를 가장 잘하지 못하고 있는 것으로 나타난 본 연구의 결과는 저축추진위원회(1997)가 청소년 중 전반적인 지출계획을 세우는 청소년이 26.2%인데 비해 아무런 계획 없이 그때 그때 지출하는 청소년이 72.5%로 청소년들은 용돈을 계획성 있게 관리를 잘 하고 있지 않다고 밝힌 보고와 다르지 않음을 알 수 있다.

청소년의 개인·어머니 관련변인과 시간관리능력이 자기생활관리에 미치는 영향을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였으며, 그 결과는 〈표 5〉와 같다.

〈표 5〉에서 보는 바와 같이 청소년의 생활습관관리에는 시간관리계획능력($\beta = .196$), 내적통제성($\beta = .173$), 자기효능감($\beta = .135$)의 순으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 전체 변수의 설명력은 38.5%로 나타났다. 이는 시간관리를 잘 하는 사람들은 약속을 잘 지키고 일을 미루지 않고 기록하기를 좋아하며 정리정돈을 잘 한다(유성은, 유미현, 2008)는 연구결과와 유사하다.

청소년의 건강관리에는 자기효능감($\beta = .254$), 어머니의 지지($\beta = .156$)의 순으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 전체 변수의 설명력은 33.4%로 나타났다. 이는 자기효능감이 건강관리에 가장 강력한 예측인자(이경화, 2002)이고, 자기효능감이 높을수록 건강증진행위의 실천 정도가 높으며(김현숙, 1998), 청소년이 지지를 많이 받을수록 자신이 건강하다고 느끼는 것(장명덕, 2008)으로 나타난 연구결과들과 유사하다. 시간관리능력이 건강관리에 영향을 미치지 못하는 것은 대부분의 사람들이 여유시간이 있으면 취미생활이나 운동을 할 수 있을 것이라고 말하지만 여유시간이 주어지더라도 대부분의 시간을 무의미하게 보내는 경우가 많기 때문에(정균승, 2005) 나타난 결과라고 하겠다.

청소년의 학업관리에는 시간관리수행능력($\beta = .263$), 시간관리평가능력($\beta = .179$), 자기효능감($\beta = .157$), 어머니의 지지

〈표 5〉 청소년의 개인·어머니 관련변인과 시간관리능력이 자기생활관리에 미치는 영향

(N = 496)

독립변인		종속변인		자기생활관리							
		생활습관		건강		학업		대인관계		금전	
		B	β	B	β	B	β	B	β	B	β
개인 관련변인	자기효능감	.195	.135**	.371	.254***	.268	.157***	.315	.198***	.167	.091
	내적통제성	.251	.173***	.116	.079	.072	.042	.350	.220***	-.072	-.039
어머니 관련변인	어머니의 가정관리계획능력	.091	.086	.078	.074	.011	.009	.054	.047	.254	.189***
	어머니의 가정관리수행능력	.105	.099	.049	.045	.040	.032	-.001	-.001	-.061	-.045
	어머니의 지지	.020	.035	.130	.156***	.146	.149***	.172	.190***	.173	.165***
시간 관리 능력	시간관리계획능력	.165	.196**	.100	.118	.115	.115*	.089	.096	.240	.224***
	시간관리수행능력	.080	.087	.049	.053	.286	.263***	.116	.116	-.068	-.058
	시간관리평가능력	.065	.078	.035	.042	.176	.179***	-.060	-.066	.222	.210***
Constant		.925		2.115		-1.757		.665		.473	
F		39.654***		32.057***		66.669***		29.408***		32.328***	
R ²		.394		.345		.523		.326		.347	
수정된 R ²		.385		.334		.515		.315		.336	

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

($\beta = .149$), 시간관리계획능력($\beta = .115$)의 순으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며 전체 변수의 설명력은 51.5%로 나타났다. 시간관리훈련을 통해 시간관리능력이 향상된 집단이 학업성취감이 높아지고 성적이 향상되고(김동일 외, 1995), 시간관리계획능력이 학업성취도와 정적 상관(남경애, 2008)은 연구결과들과 일맥상통한다. 시간관리를 잘 하는 사람들은 계획적이고 규칙적이며 주어진 시간내에 목표를 잘 달성하고 근면하고 현실적인 사고와 행동을 하기 때문에(유성은, 유미현, 2008) 청소년에게 주어진 다양한 과업 중에서도 그 비중이 크게 느껴지는 학업관리에서 시간관리능력의 모든 하위요인이 영향을 미치는 것으로 생각된다. 한편 내적통제성이 높은 청소년의 학업성취 수준이 높고(오윤자, 2003), 어머니의 가정관리능력이 높을 때 자녀의 학업성취도가 높다(손문숙, 1986)는 연구결과들과는 상이한 결과를 보이고 있다.

청소년의 대인관계관리에는 내적통제성($\beta = .220$), 자기효능감($\beta = .198$), 어머니의 지지($\beta = .190$)의 순으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 전체 변수의 설명력은 31.5%로 나타났다. 이는 내적통제성이 높을 때 친사회적 행동을 하고(박영신 외, 1998), 교사, 친구와의 관계에 적응을 잘 하는 것(유선정, 2007)으로 나타난 연구결과들과 유사하다. 내적통제성이 높은 사람들은 긍정적인 자아개념을 가지기 때문에(김의철, 박영신, 1999) 이를 바탕으로 다른 사람과 관계함에도 긍정적인 개념을 형성하여 나타나게 된 결과라고 생각된다. 또 자기효능감이 높은 학생은 교우관계, 담임교사와의 관계가 좋고(임유진, 2001), 자기효능감이 높을 때 대인불안이 낮다(엄미경, 2003)는 연구결과들로 설명될 수 있을 것이다.

청소년의 금전관리에는 시간관리계획능력($\beta = .224$), 시간관리평가능력($\beta = .210$), 어머니의 가정관리계획능력($\beta =$

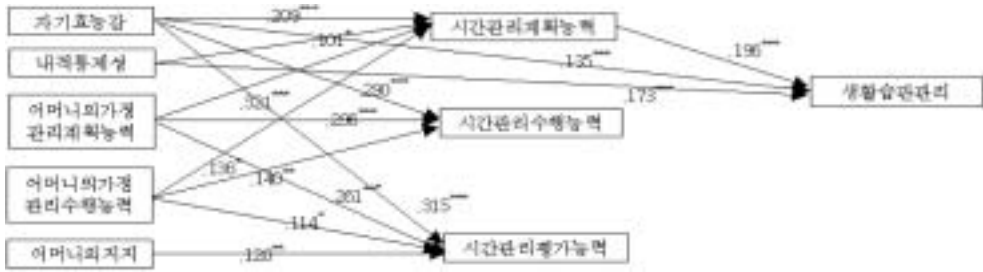
.189), 어머니의 지지($\beta = .165$)의 순으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 금전관리와 시간관리와의 관계를 알아본 선행연구가 거의 없어 단정적으로 말할 수는 없지만 금전이라는 자원 또한 인간의 욕망에 비하여 필요량을 충분히 확보하는데 한계가 있어 한정된 시간 자원을 관리하는 것과 같은 방식으로 금전 자원을 관리하기 때문에 나타난 결과일 것으로 유추할 수 있을 것이다. 어머니의 가정관리능력이 높을 때 자녀들이 금전을 계획적이고 합리적으로 사용하도록 지도하는 능력이 높아 자녀들의 금전관리가 계획적인 것으로 나타난 연구결과(조은주, 2006) 어머니의 지지가 높을 때 자녀들의 충동성이 낮아진다(정재희, 2000)는 연구결과로 일부 설명할 수 있을 것이다.

3. 청소년의 개인·어머니 관련변인과 시간관리능력이 자기생활관리에 미치는 직·간접효과

이상과 같은 중다회귀분석의 결과를 기초로 자기생활관리에 영향을 미치는 변수들의 인과관계를 분석하기 위해 경로모형을 구성하였으며 직·간접효과를 제시하였다.

1) 청소년 생활습관관리에 영향을 미치는 제변인들의 효과
 청소년의 생활습관관리에 영향을 미치는 개인·어머니 관련변인과 시간관리능력의 경로모형은 〈그림 1〉과 같고, 직·간접효과는 〈표 6〉과 같다.

〈표 6〉에서 보는 바와 같이 청소년의 생활습관관리에 미치는 자기효능감의 직접효과는 .135, 시간관리계획능력을 통한 간접효과는 .040으로 나타나 총인과효과는 .175로 나타났고, 내적통제성의 직접효과는 .173, 시간관리계획능력을 통한 간접효과는 .019로 나타나 총인과효과가 .192로 나타났



〈그림 1〉 청소년의 생활습관관리에 영향을 미치는 제변인들의 경로분석모형

〈표 6〉 청소년의 생활습관관리에 영향을 미치는 제변인들의 효과

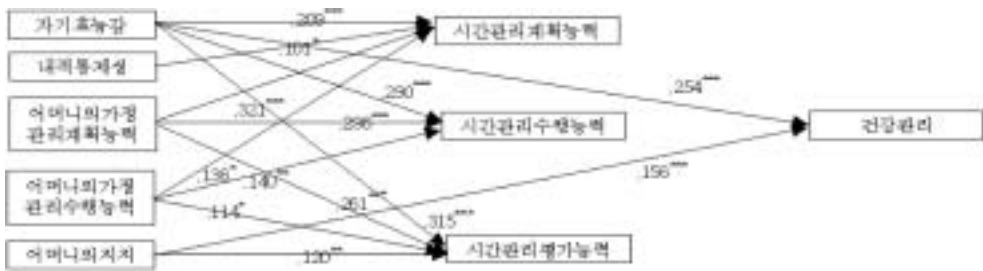
(N = 496)

종속 변인	독립변인	총효과	인과적효과			비인과적 효과	
			직접효과	간접효과	총인과효과		
생활 습관 관리	개인 관련변인	자기효능감	.446***	.135	.040	.175	.271
	내적통제성	.354***	.173	.019	.192	.162	
어머니 관련변인	어머니의 가정관리계획능력	.411***	.	.062	.062	.349	
	어머니의 가정관리수행능력	.438***	.	.026	.026	.412	
	어머니의 지지	.339***339	
시간 관리 능력	시간관리계획능력	.531***	.196	.	.196	.335	
	시간관리수행능력	.511***511	
	시간관리평가능력	.468***468	

다. 어머니의 가정관리계획능력과 가정관리수행능력의 직접 효과는 나타나지 않았으며, 시간관리계획능력을 통한 간접 효과는 각각 .062, .026으로 나타났고, 어머니의 지지는 직·간접효과가 나타나지 않았다. 시간관리능력의 하위요인 중 시간관리계획능력만이 생활습관관리에 .196의 직접효과

를 보이며, 가장 큰 영향을 미치는 변수로 나타났다.

2) 청소년의 건강관리에 영향을 미치는 제변인들의 효과
 청소년의 건강관리에 영향을 미치는 개인·어머니 관련 변인과 시간관리능력의 경로모형은 〈그림 2〉와 같고, 직·간

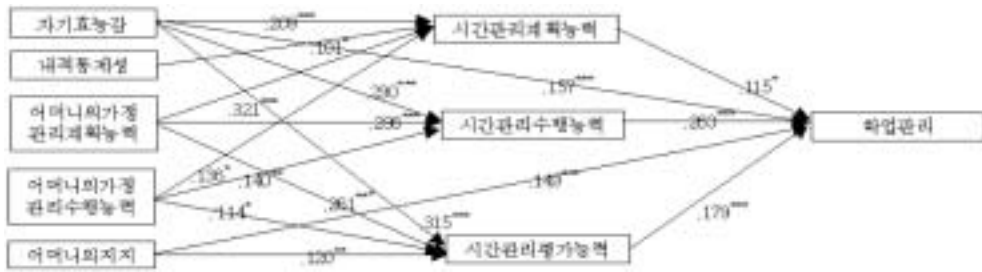


〈그림 2〉 청소년의 건강관리에 영향을 미치는 제변인들의 경로분석모형

〈표 7〉 건강관리에 영향을 미치는 제변인들의 효과

(N = 496)

종속 변인	독립변인	총효과	인과적효과			비인과적 효과
			직접효과	간접효과	총인과효과	
개인 관련변인	자기효능감	.477***	.254	.	.254	.223
	내적통제성	.301***301
어머니 관련변인	어머니의 가정관리계획능력	.372***372
	어머니의 가정관리수행능력	.394***394
	어머니의 지지	.397***	.156	.	.156	.241
시간 관리 능력	시간관리계획능력	.440***440
	시간관리수행능력	.440***440
	시간관리평가능력	.408***408



〈그림 3〉 청소년의 학업관리에 영향을 미치는 제변인들의 경로분석모형

〈표 8〉 청소년의 학업관리에 영향을 미치는 제변인들의 효과

(N = 496)

종속 변인	독립변인		총효과	인과적효과			비인과적 효과
				직접효과	간접효과	총인과효과	
학업 관리	개인 관련변인	자기효능감	.492***	.157	.156	.313	.179
		내적통제성	.277***	.	.011	.011	.266
	어머니 관련변인	어머니의 가정관리계획능력	.437***	.	.159	.159	.278
		어머니의 가정관리수행능력	.455***	.	.097	.097	.358
		어머니의 지지	.355***	.149	.021	.170	.185
	시간 관리 능력	시간관리계획능력	.611***	.115	.	.115	.497
		시간관리수행능력	.648***	.263	.	.263	.385
시간관리평가능력		.606***	.179	.	.179	.427	

접효과는 〈표 7〉과 같다.

〈표 7〉에서 보는 바와 같이 청소년의 자기효능감은 건강 관리에 .254의 직접효과를 보이고, 어머니의 지지는 건강 관리에 .156의 직접효과를 보이는 것으로 나타났으며, 청소년의 시간관리능력을 매개로 한 간접효과는 나타나지 않았다.

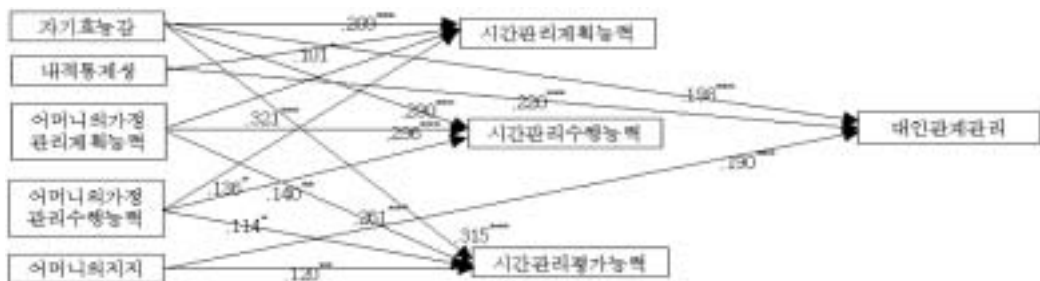
3) 청소년의 학업관리에 영향을 미치는 제변인들의 효과
 청소년의 학업관리에 영향을 미치는 개인·어머니 관련 변인과 시간관리능력의 경로모형은 〈그림 3〉과 같고, 직접효과는 〈표 8〉과 같다.

〈표 8〉에서 보는 바와 같이 청소년의 학업관리에는 자기효능감이 직접효과가 .157, 청소년의 시간관리계획능력, 시간관리수행능력, 시간관리평가능력을 매개로 하여 간접효과가 .156으로 나타나 총인과효과가 .313으로 나타났다. 내적

통제성은 청소년의 시간관리계획능력을 매개로 하여 간접효과만 .011로 보인다. 어머니의 가정관리계획능력과 가정관리수행능력은 직접효과는 없고, 청소년의 시간관리계획능력, 시간관리수행능력, 시간관리평가능력을 매개로 한 간접효과가 각각 .159, .097로 나타났다. 어머니의 지지는 직접효과가 .149, 간접효과는 .021로 총인과효과가 .170으로 나타났다. 청소년의 학업관리에 시간관리계획능력, 시간관리수행능력과 시간관리평가능력은 각각 .115, .263, .179로 직접효과를 보인다. 총인과효과를 보면 청소년의 자기효능감이 학업 관리에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

4) 청소년의 대인관계관리에 영향을 미치는 제변인들의 효과

청소년의 대인관계관리에 영향을 미치는 개인·어머니



〈그림 4〉 청소년의 대인관계관리에 영향을 미치는 제변인들의 경로분석모형

〈표 9〉 청소년의 대인관계관리에 영향을 미치는 제변인들의 효과

(N = 496)

종속 변인	독립변인	총효과	인과적효과			비인과적 효과
			직접효과	간접효과	총인과효과	
개인 관련변인	자기효능감	.445***	.198	.	.198	.247
	내적통제성	.406***	.220	.	.220	.186
대인 관계 관리	어머니 관련변인	어머니의 가정관리계획능력	.289***	.	.	.289
	어머니의 가정관리수행능력	.328***328
	어머니의 지지	.385***	.190	.	.190	.195
시간 관리 능력	시간관리계획능력	.377***377
	시간관리수행능력	.390***390
	시간관리평가능력	.302***302

관련변인과 시간관리능력의 경로모형은 〈그림 4〉와 같고, 직·간접효과는 〈표 9〉와 같다.

〈표 9〉에서 보는 바와 같이 청소년의 대인관계관리에 대한 자기효능감의 직접효과가 .198, 내적통제성의 직접효과가 .220으로 나타났다. 어머니 관련변인 중에서는 어머니의 지지만 .190의 직접효과를 보였고 간접효과는 나타나지 않았다. 총인과효과를 보면 청소년의 대인관계관리에 내적통제성이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

5) 청소년의 금전관리에 영향을 미치는 제변인들의 효과
 청소년의 금전관리에 영향을 미치는 개인·어머니 관련 변인과 시간관리능력의 경로 모형은 〈그림 5〉와 같고, 직·간접효과는 〈표 10〉과 같다.

〈표 10〉에서 보는 바와 같이 청소년의 금전관리에 자기 효능감은 시간관리계획능력과 시간관리평가능력을 내적통제성은 시간관리계획능력을 매개로 각각 .112, .022의 간접 효과가 나타났다. 어머니의 가정관리계획능력은 금전관리에 직접효과가 .189, 시간관리계획능력과 시간관리평가능력을 통한 간접효과는 .125로 총인과효과는 .314로 나타났다. 어머니의 가정관리수행능력은 청소년의 시간관리계획 능력과 시간관리평가능력을 통해 .053의 간접효과만 나타났다. 어머니의 지지는 직접효과는 .165, 청소년의 시간관리평가능력을 매개로 하여 간접효과는 .025로 총인과효과가 .190으로 나타났다. 금전관리에 청소년의 시간관리계획 능력과 시간관리평가능력이 각각 직접효과가 .224, .210로 나타났다. 총인과효과를 보면 청소년의 금전관리에 어머니



〈그림 5〉 청소년의 금전관리에 영향을 미치는 제변인들의 경로분석모형

〈표 10〉 청소년의 금전관리에 영향을 미치는 제변인들의 효과

(N = 496)

종속 변인	독립변인	총효과	인과적효과			비인과적 효과	
			직접효과	간접효과	총인과효과		
개인 관련변인	자기효능감	.331***	.	.112	.112	.219	
	내적통제성	.123***	.	.022	.022	.101	
금전 관리	어머니 관련변인	어머니의 가정관리계획능력	.444***	.189	.125	.314	.130
	어머니의 가정관리수행능력	.380***	.	.053	.053	.327	
	어머니의 지지	.385***	.165	.025	.190	.195	
시간 관리 능력	시간관리계획능력	.499***	.224	.	.224	.275	
	시간관리수행능력	.447***447	
	시간관리평가능력	.503***	.210	.	.210	.293	

니의 가정관리계획능력이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

V. 결론 및 제언

본 연구에서 얻어진 연구결과와 논의를 통해서 얻은 요약 및 결론은 다음과 같다.

첫째, 청소년의 시간관리계획능력과 시간관리수행능력에는 어머니의 가정관리계획능력이, 시간관리평가능력에는 청소년의 자기효능감이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 본 연구의 결과를 볼 때 청소년들이 가정에서 어머니의 가정관리행동을 지켜보으로써 어머니의 관리능력을 습득한다는 것을 알 수 있다. 이는 어머니들이 보다 합리적이고 효율적으로 가정관리행동을 계획하고 수행함으로써 자녀에게 좋은 역할모델이 될 수 있도록 노력해야 함을 시사한다. 또한 청소년이 자신감을 갖고 생활에 임하며 자신의 능력을 충분히 발휘할 수 있게 지지적인 환경이 제공될 때 청소년들의 시간관리능력이 향상될 수 있을 것이다.

둘째, 청소년의 자기생활관리의 하위영역 중 생활습관관리와 금전관리에는 청소년의 시간관리계획능력이, 학업관리에는 시간관리수행능력이, 건강관리에는 자기효능감이, 대인관계에는 내적통제성이 가장 영향력이 큰 변인으로 나타났다. 즉, 청소년의 시간관리능력이 생활습관관리, 금전관리, 학업관리에 가장 큰 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 또한 청소년의 자기효능감은 생활습관관리, 건강관리, 학업관리, 대인관계관리에, 어머니의 지지는 건강관리, 학업관리, 대인관계관리, 금전관리에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 본 연구의 결과를 볼 때 자기생활관리 향상을 위해서는 시간관리가 잘 되어야 함을 시사하고 또한 청소년들이 생활하는데 자신이 잘 할 수 있다는 긍정적인 믿음을 가지는 것과 어머니가 자녀에게 관심을 가지고 도움을 주는 것이 매우 중요함을 의미한다. 시간관리능력은 단시간에 습득되는 것이 아니기 때문에 이를 기를 수 있도록 어려서부터 적합한 교육프로그램을 구성하여 청소년들에게 도움을 주어야 할 것이다.

셋째, 청소년의 자기생활관리의 하위요인 중 생활습관관리에는 자기효능감과 내적통제성이 직·간접적인 영향을 미치고, 어머니의 가정관리계획능력과 가정관리수행능력이 청소년의 시간관리계획능력을 매개로 하여 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 학업관리에는 자기효능감과 어머니의 지지가, 금전관리에는 어머니의 가정관리계획능력과

지지가 직접적인 영향을 미침과 동시에 개인·어머니 관련 변인 모두가 청소년의 시간관리능력을 매개로 하여 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 건강관리에는 자기효능감과 지지가, 대인관계관리에는 자기효능감과 내적통제성, 그리고 어머니의 지지가 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이들에 시간관리능력을 매개로 간접적인 영향을 미치는 개인·어머니 관련변인은 없었다.

이러한 본 연구의 결과를 볼 때, 청소년의 생활습관관리와 학업관리에는 어머니의 가정관리계획능력과 수행능력이, 금전관리에는 어머니의 가정관리수행능력이 직접적인 영향을 주지는 못하지만 청소년의 시간관리능력을 향상시켜 간접적으로 생활관리에 도움을 주는 것을 알 수 있다. 이는 어머니의 행동을 자녀가 지켜보고 자신의 것으로 습득할 때 가능해 질 것으로 생각된다. 반면에 청소년의 건강관리와 대인관계관리는 시간관리로 인한 것이라기보다는 개인의 성향과 주변의 환경에 의해 더 큰 영향을 받는다고 할 수 있으므로 청소년들에게 시간관리와 더불어 건강, 인성관리에 대한 별도의 전반적인 생활관리 교육을 실시하여 청소년들의 전인적 발달에 도움을 줄 수 있어야 할 것으로 생각된다.

이상과 같은 본 연구의 논의와 결론을 바탕으로 후속연구를 위한 몇 가지 제언을 하고자 한다.

첫째, 선행연구와는 달리 내적통제성과 어머니의 가정관리능력이 청소년의 학업관리에 직접적인 영향을 미치지 못하고 청소년의 시간관리능력을 매개로 하여 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구의 결과에 대한 구체적인 이유를 밝히고 이 결과를 일반화하기 위해서는 청소년의 내적통제성과 어머니의 가정관리능력이 자녀의 생활관리에 미치는 영향에 관한 보다 심층적인 후속연구가 이루어져야 할 것으로 생각된다.

둘째, 본 연구는 중학생만을 대상으로 이루어졌으나 가정보다 학교에서 생활하는 시간이 더 길어서 시간관리의 필요성을 더 절실하게 느끼는 고등학생까지 연구대상으로 포함시켜 연구를 수행한 후 학령기와 발달수준에 따라 청소년기의 시간관리능력 및 생활관리에 영향을 미치는 제변인들의 상대적인 영향을 비교·분석해 볼 수 있는 보다 심층적인 연구가 이루어져야 할 것으로 생각된다.

■ 참고문헌

- 권준모(1998). 경희대학생의 시간활용에 대한 실태 연구. **경희대학교 교육문제연구소 논문집**, 17, 16-37.
- 김경숙(1997). 취업주부의 가정관리능력 및 행동유형, 가정생활만족. **관동대학교 관대논문집**, 25(2), 417-438.

김관희, 이경희(1997). 중학생의 사회적 지지와 학교생활 적응에 관한 연구. **한국가족복지학**, 2(2), 145-165.

김기정(2003). 청년기 학생들을 위한 자기관리프로그램의 개발. **서원대학교 학생생활연구소**, 21, 69-133.

김동일, 박경애, 김택호(1995). **청소년 시간관리 연구 : 프로그램 종합 보고서**. 청소년상담연구, 21. 서울 : 청소년 대화의 광장.

김선희(1995). 대학생의 생애목표와 생활관리 능력에 관한 연구. **고신대학교 학생생활연구소 학생생활연구**, 10, 13-26.

김소영(2006). 시간관리 상담 프로그램이 청소년의 시간관리, 자기 통제력, 학업성취에 미치는 효과. 고려대학교 석사학위 청구논문.

김의철, 민병기, 박영신(2002). 부모의 사회적 지원, 청소년의 자기효능감과 생활만족도. **교육심리연구**, 16(2), 63-92.

김의철, 박영신(1999). 한국 청소년의 심리, 행동특성의 형성 : 가정, 학교, 친구, 사회 영향을 중심으로. **교육심리연구**, 13(1), 99-142.

김현숙(1998). 청소년의 건강행위와 비행의 영향 요인에 관한 모형 구축. 서울대학교 박사학위 청구논문.

남경애(2008). 청소년의 시간관리행동과 학업성취도, 생활만족도에 관한 연구 : 학교 특성별 비교를 중심으로. 성신여자대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

민병기(2002). 청소년의 생활만족도 형성에 관한 연구 : 사회적 지지와 자기효능감을 중심으로. 인하대학교 박사학위 청구논문.

박경애, 김택호(1994). **청소년 시간 관리 : 기초연구**. 청소년상담연구, 10. 서울 : 청소년 대화의 광장.

박덕호(2003). 청소년의 자기효능감과 중독증과의 관계 : 인터넷 및 휴대폰 중독을 중심으로. 인하대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

박동혁, 이민규, 신희천(2006). 대학생 시간관리행동 척도의 개발과 타당화. **한국심리학회지**, 18(4), 801-816.

박영신, 곽금주, 김의철(1998). 한국 청소년의 생활만족도와 스트레스 형성 요인. **한국심리학회지 건강**, 3(1), 79-101.

박영신, 김의철, 민병기(2002). 부모의 사회적 지원, 청소년의 자기효능감과 생활만족도 : 변화에 대한 종단자료 분석과 생활만족도 형성에 대한 구조적 관계 분석. **교육심리학회지**, 16(2), 63-92.

박은정(2006). 중학생의 시간관리와 학업성취도. 한국방송통신대학교 석사학위 청구논문.

박지은(2006). 사회적 지지와 자기효능감 및 진로준비행동의 관계. **홍익대학교 석사학위 청구논문**.

서인주, 두경자(2007). 대학생의 시간관리행동이 시간관리만족도에 미치는 영향. **한국가정관리학회지**, 25(6), 121-131.

성유진(1995). 취업주부의 시간갈등수준 및 시간관리전략과 가정관리만족도에 관한 연구. 동아대학교 석사학위 청구논문.

소연희(2008). 학교급별에 따른 지각된 사회적 지지, 학업적 자기효능감 및 성취동기 및 학업 성취도와와의 관계. **아동교육**, 17(2), 49-64.

손문숙(1986). 어머니의 가정관리능력이 자녀의 학업성취도에 미치는 영향. 경상대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

송영경(2001). 주부의 정보사회화가 가정관리능력에 미치는 영향. 숙명여자대학교 석사학위 청구논문.

송원영(2009). 아동이 지각한 어머니의 양육태도와 초등학생의 시간제약지 및 시간관리능력의 관계. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

엄미경(2003). 중학생의 자기개념, 자의식, 자기효능감과 대인불안과의 관계. 서강대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

오운자(2003). 청소년의 성역할 정체감과 통제소재, 학업성취수준에 대한 연구. **교육심리학회지**, 17(2), 315-330.

유선정(2007). 내적통제소재와 가족 관련변인이 청소년의 학교생활적응에 미치는 영향. 한국 외국어대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.

유성은, 유미현(2008). **시간관리와 공부방법**. 서울 : 평단문화사.

윤경희, 배정희(2008). 학교급별 귀인성향, 자기효능감, 학업성취의 관계. **교육심리연구**, 22(1), 235-257.

윤용옥, 김외숙(2007). 대학생의 시간관리 : 관련변수 및 생활만족도와와의 관계. **한국가정관리학회지**, 25(6), 71-82.

윤운성(1999). 부모의 기대가 자녀의 자기효능감에 미치는 영향에 관한 연구. **교육심리연구**, 13(4), 247-258.

이경남(1999). 아동의 자기통제, 통제소재 및 행동문제의 관계. **생활과학연구논문집**, 7, 41-63.

이경화(2002). 초등학생의 자기효능감과 건강증진행위 관련 요인에 관한 연구. 전북대학교 석사학위 청구논문.

이광자(2005). 부모 지지와 고등학생 진로발달과의 관계 연구 : 일반계, 산업정보계, 실업계의 비교. **한국가정관리학회지**, 23(5), 1-14.

이명자, 송영명(2005). 자기조절학습전략, 자기효능감 및 학업성취도 수준에 따른 학업적동기와 자기평가의 차이.

- 중등교육연구**, 53(1), 85-104.
- 이미라(2001). 청소년의 학교생활 적응에 영향을 미치는 사회지지 체계에 관한 연구. 대구대학교 석사학위 청구논문.
- 이영옥(1990). 어머니의 가정관리능력과 청소년의 금전관리지도. 이화여자대학교 석사학위 청구논문.
- 이원희(2000). 고등학생의 시간관리와 학업 성취와의 관계. 서울대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 이정미(2006). 자기관리프로그램이 고등학생의 시간관리, 학습습관, 대인관계에 미치는 효과. 한국기술교육대 테크노인력개발 전문대학원 석사학위 청구논문.
- 이정우, 김경숙(1993). 주부의 가정관리능력과 가정생활만족도와의 관계. **대한가정학회지**, 31(3), 29-46.
- 임유진(2001). 청소년이 지각한 사회적 지지와 자기효능감 및 학교생활 적응간의 관계. 전북대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 장명덕(2008). 건강습관 및 사회지지가 신체 및 정신 건강에 미치는 영향. 삼육대학교 보건대학원 석사학위 청구논문.
- 장윤옥, 정서린(2005). 청소년의 인터넷 중독 정도에 따른 인터넷사용자의 차이. **중등교육연구**, 53(2), 531-554.
- 장희화(2007). 교사-부모 연계 칭찬프로그램이 초등학생의 자기생활관리 능력 향상에 미치는 영향. 청구교육대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 저축추진위원회(1997). **계층적 용돈에 관한 인식 및 지출실태 연구**. 서울 : 저축추진중앙위 원회.
- 정갑순(2002). 부모자녀관계와 자기효능감, 성취동기, 학업성취간의 관계에 대한 종단적 분석. 인하대학교 박사학위 청구논문.
- 정균승(2005). **(내인생을 최고로 만드는) 시간관리 자기관리**. 서울 : 중앙경제평론사.
- 정금미(2003). S.Covey의 시간관리 훈련프로그램이 초등학교 고학년 학생의 자기통제력과 성취동기에 미치는 효과. 경성대학교 석사학위 청구논문.
- 정상원(2007). 내외통제성, 인지정서조절 전략과 주관적 안녕감에 관한 연구. 서강대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 정재희(2000). 부모의 양육태도와 사회적지지가 충동성에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 조은주(2006). 중학생의 금전관리행동 및 관련 변인 : 어머니의 경제교육행동을 중심으로. 숙명여자대학교 석사학위 청구논문.
- 지금수(1990). 어머니와 미혼딸의 가정관리능력에 관한 연구. **대한가정학회지**, 28(4), 155-176.
- 지금수(1994). 어머니와 기혼딸의 가정자원관리 능력에 관한 연구. **한국가정관리학회지**, 12(1), 161-170.
- 차정은(1997). 일반적 자기효능감 척도 개발을 위한 일 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 최운자(2003). 중학생의 학습동기와 내외통제성 및 완벽주의 성향간의 관계. 전주대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 한국교육개발원(2001). **한국교육개발원 연구보고서**. 서울 : 한국교육개발원.
- 현혜정(2005). 청소년의 성격유형별 시간관리능력에 관한 연구. 충남대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 홍성임(2004). 중학생의 시간관리, 자기효능감 및 학교생활 적응의 관계. 충북대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 황봉암(2006). 청소년의 내외통제성과 심리적 안녕감의 관계. 서남대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 황혜자, 최윤화(2003). 부모의 양육태도가 아동의 자기효능감과 학업성취에 미치는 영향. **동아대학교 사회과학논집**, 22(1), 285-304.
- Bandura, A.(1986). *Social foundations of thought and action : A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, N.J. : Prentice-Hall, Inc.
- Britton, B. K., & Tesser, A.(1991). Effects of time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology*, 83(3), 405-410.
- Cauce, A. M., Mason, C., Gonzales, N., Hiraga, Y., & Liu, G.(1994). Social support during adolescence : Methodological and theoretical considerations. In Nestmann & Hurrelmann. (eds.). *Social networks and social support in childhood and adolescent*. New York : Walter de Gruyter.
- Deacon, R. E., & Firebaugh, F. M.(1988). *Family resource management : Principles and application 2nd ed*. Boston : Allyn & Bacon.
- Trueman, M., & Hartley, J.(1996). A comparison between the time-management skill and academic performance of mature and traditional-entry university students. *Higher Education*, 32(2), 199-215.

접 수 일 : 2009년 4월 27일

심사시작일 : 2009년 5월 8일

게재확정일 : 2009년 6월 30일