

스트레스와 학업적 자기효능감이 초등학생의 주관적 안녕감에 미치는 영향

The Influences of Stress and Academic Self-Efficacy on the
Subjective Well-Being of Elementary School Children

박영아(Young-Ah Park)¹⁾

ABSTRACT

This study examined the influences of stress and academic self-efficacy on subjective well-being. The subjects were 191 4th-graders and 250 6th-graders. Data were analyzed by means of two-way ANOVA, Pearson's coefficients, and stepwise regression. Results indicated that : (1) There were age or gender differences for stress, academic self-efficacy, and subjective well-being. (2) Stress was negatively correlated with academic self-efficacy and subjective well-being, whereas academic self-efficacy was positively correlated with subjective well-being. (3) Stress and academic self-efficacy explained 43% of subjective well-being. Specifically, stress from parents was the most influential variable for positive affects, and self-regulatory efficacy was the most influential variable for positive efficacy and inter-relatedness.

Key Words : 스트레스(stress), 학업적 자기효능감(academic self-efficacy), 주관적 안녕감(subjective well-being).

I. 서 론

최근 들어 아동들이 생활의 다양한 측면으로 부터 경험하는 스트레스가 학령기에 접어들면서 심리적 건강에 큰 부정적 영향을 미칠 수 있다는

인식이 높아지고 있다. 초등학생 시기는 생활환경이 확대되기 때문에 스트레스원이 보다 다양해지며, 학업이나 학교생활에의 적응 문제를 해결해야 하므로 더 많은 심리적 어려움을 겪게 될 가능성이 커진다.

¹⁾ 대진대학교 아동학과 조교수

Corresponding Author : Young-Ah Park, Department of Child Studies, Daejin University, Gyeonggido 487-711, Korea
E-mail : parkya@daejin.ac.kr

더구나 오늘날 초등학생들은 미래의 경쟁사회에의 대비를 위해 수업 이외에도 다양한 특기 적성교육과 방과 후 활동들에 참여해야 하는 실정이다(조성연·신혜영·최미숙·최혜영, 2009). 특히 고학년이 되면 발달상의 변화가 본격적으로 일어나면서 주요한 사건 뿐 아니라 일상적인 일들로부터도 스트레스를 많이 경험하며, 학업에 대한 주위의 기대감과 성취에 대한 압력으로 스트레스가 가중된다(한종혜·박성옥·이영환, 1997).

우리나라 초등학생들에게 가장 큰 스트레스는 학업 스트레스이다(고재홍·김미정, 2009; 한미현, 1996; 황혜정, 2006). 초등학생이 경험하는 스트레스에 연령차가 있는지를 살펴본 연구는 4학년이 5, 6학년보다 친구 관련 스트레스를 더 많이 경험한다고 보고한 심희옥(1998)의 연구를 제외하고는 찾아보기 힘들다. 한편, 스트레스에 성차가 있는지를 살펴본 연구들은 불일치한 결과들을 보고하고 있는데, 성차가 없다는 연구(황혜정·김순자, 2001), 남아가 여아보다 부모 관련 스트레스가 많다는 연구(심희옥, 1998; 황혜정, 2006), 여아가 남아보다 친구 관련 스트레스(심희옥, 1998; 한미현·유안진, 1996) 또는 외모관련 스트레스가 많다는 연구(황혜정, 2006) 등이 있다.

아동은 성인에 비해 스트레스의 원인을 인식하고 이에 대처하는 기술이 부족하며 능동적으로 해결하고자 하는 욕구가 적으므로 스트레스가 누적되기 쉽다. 또한, 아동기에는 문제를 비효율적인 방법으로 처리하는 경향이 많아 심리적 부적응의 위험이 높다(Hampel & Petermann, 2005).

스트레스가 증가하면 아동은 학습된 무기력을 느끼게 되고(박성희·김희화, 2008), 우울성향을 보이기도 한다(심희옥, 1998). 그러나 스트레

스 상황에서도 가족이나 교사로부터 얻는 사회적 지지가 많을수록, 그리고 스스로에 대해 긍정적으로 생각할수록 스트레스의 부정적인 측면이 감소될 수 있다(소연희, 2008; 심희옥, 1998; 한종혜 등, 1997; 황혜정·김순자, 2001).

아동기 스트레스에 대한 관심은 아동이 자신의 삶에 만족하는지 또는 자신의 삶을 어떻게 지각하는지에 대한 관심으로 이어지고 있다. 우리나라 아동의 삶에 대한 만족도는 OECD 국가 가운데 가장 낮은 낮은데 자신의 삶에 만족한다는 응답은 50%대에 머물며(서울파이낸스, 2010.5.5), 초등학교 1학년에서부터 6학년으로 학년이 높아지면서 행복감이 꾸준히 감소하고 있는 실정이다(조성연 등, 2009).

Diener(2000)는 삶의 질은 개인 스스로가 자신의 삶을 행복하다고 느끼는 정도에 의해 결정된다는 점에서 ‘주관적 안녕감(subjective well-being)’이라는 용어로 표현하면서, 이를 정서적 요소와 인지적 요소 모두를 포함하는 다차원적인 구인으로서 즐거운 정서의 경험, 고통이나 불만족과 같은 부정적인 정서의 경험, 개인의 삶의 질에 대한 판단을 포괄한다고 하였다.

국내에서는 근래에 초등학교 고학년을 대상으로 주관적 안녕감을 다룬 연구들이 증가하고 있는 추세이다. 관련 연구들에 의하면 주관적 안녕감을 저해하는 요인은 부모 관련 스트레스, 친구 관련 스트레스, 가정환경 관련 스트레스, 학업 관련 스트레스이며(고재홍·김미정, 2009; 이소현·도현심·최미경·구슬기, 2010), 주관적 안녕감을 제고하는 요인은 사회적 유능성(홍승표, 2008)과 사회적 지지(박영신·김의철·김영희·민병기, 1999; 정혜영·이경화, 2008), 자기효능감(박영신 등, 1999; 임미향·박영신·김의철, 2006), 그리고 학업성취수준(임미향 등, 2006)이다. 초등학생을 대상으로 주관적 안녕감에 연령

차가 있는지를 살펴본 연구는 찾아보기 힘들며, 성차를 살펴본 연구로는 6학년을 대상으로 한 임미향 등(2006)의 연구가 있는데 연구 결과 성차가 없다고 보고되었다.

한편, 주관적 안녕감 제고 요인들 중 자기효능감은 아동으로 하여금 새로운 인지적·사회적 기술을 숙달하게 하여 가정 및 학교생활이나 또래 관계에서 성공적인 경험을 하도록 이끌 수 있다. 특히 학습자로서의 역할이 보다 중요해지는 초등학교 고학년들에게는 자신이 학업 수행에 요구되는 행위를 실행할 능력이 있는지에 대한 판단, 즉 '학업적 자기효능감(academic self-efficacy)'이 중요한 기능을 할 수 있다. 다시 말해, 학업에서 성공할 수 있다는 신념을 가질 때 스트레스를 잘 통제하고 관리할 수 있으며, 자신의 삶을 보다 긍정적으로 지각할 수 있다는 것이다. 초등학생을 대상으로 학업적 자기효능감에 연령차가 있는지를 살펴본 연구는 찾아보기 힘들며, 성차를 밝힌 연구로서 5학년을 대상으로 한 이수진, 조상철과 허일범(2008)의 연구에서는 여아가 남아보다 학업적 자기효능감이 높게 나타났으나, 6학년을 대상으로 한 임미향 등(2006)의 연구에서는 성차가 나타나지 않았다.

지금까지 언급한 바와 같이 아동기의 생활사건이나 바람직하지 못한 경험은 심리적 안녕감을 저해하고 부적응을 초래할 수 있으므로 스트레스를 일으키는 아동의 심리사회적 특성을 밝히는 것이 중요하며, 아동의 삶의 질 향상을 위하여 주관적 안녕감을 높이는 변인을 탐색하여 이를 개발하도록 지원할 필요가 있다. 이에 본 연구는 아동의 주관적 안녕감에 대한 영향 변인으로서 스트레스와 학업적 자기효능감을 함께 살펴보았다.

본 연구에서는 초등학교 4학년과 6학년을 대상으로 스트레스, 학업적 자기효능감, 주관적 안

녕감의 연령차와 성차를 알아보고, 이 세 변인간의 관련성에 기초하여 주관적 안녕감에 대한 스트레스와 학업적 자기효능감의 영향력을 알아보았다. 연구대상의 연령 선정 이유는 저학년 아동의 경우 설문지 내용이나 작성 방법에 대한 이해력이 부족하여 설문지 작성이 용이하지 않으며, 고학년에 이르러 인지적·사회적 도전이 많아지면서 스트레스가 증가하므로 학업적 자기효능감이 아동의 주관적 안녕감에 영향을 줄 것으로 생각되었기 때문이다.

궁극적으로 본 연구는 아동의 주관적 안녕감 제고를 위하여 초등학교 고학년 아동들의 심리적 특성을 이해하고, 스트레스에 대한 대처 및 학업적 자기효능감 향상을 위한 방안을 시사점을 제공하고자 한다. 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- <연구문제 1> 스트레스, 학업적 자기효능감, 주관적 안녕감은 초등학생의 학년과 성에 따라 차이가 있는가?
- <연구문제 2> 스트레스, 학업적 자기효능감 및 주관적 안녕감은 어떤 관계가 있는가?
- <연구문제 3> 스트레스와 학업적 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향력은 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 서울시 소재 초등학교에 다니는 4학년($M =$ 만 10세 1개월, $SD = 2.4$ 개월) 191명(남아 : 109명, 여아 : 82명), 6학년($M =$ 만 12세, $SD = 2.8$ 개월) 250명(남아 : 129명, 여아 : 121명) 등 총 441명이었다.

2. 연구도구

1) 스트레스

아동이 경험하는 스트레스의 특성을 알아보기 위하여 한미현과 유안진(1995)이 우리나라 아동에게 적합한 내용으로 개발한 척도를 사용하였다. 이 척도는 부모 관련 스트레스 8문항(예: '부모님이 나에게 시키는 일이 많아서 피곤하다'), 가정환경 관련 스트레스 7문항(예: '우리 집 분위기가 마음에 안든다'), 친구 관련 스트레스 7문항(예: '마음에 맞는 친구가 없어서 속상하다'), 학업 관련 스트레스 7문항(예: '나는 시험을 볼 때마다 초조하고 긴장이 된다'), 교사 및 학교생활 관련 스트레스 7문항(예: '선생님이 몇몇 학생만을 편애하는 것 같아 불만이다'), 주변환경 관련 스트레스 6문항(예: '나는 우리 동네가 싫다') 등 총 6개 요인에서 42문항으로 이루어져 있다.

응답방식은 '전혀 그렇지 않다(1점)', '그렇지 않다(2점)', '그렇다(3점)', '매우 그렇다(4점)'의 4점 척도이다. 본 연구에서 각 하위 요인의 Cronbach α 는 부모 관련 스트레스 .80, 가정환경 관련 스트레스 .79, 친구 관련 스트레스 .89, 학업 관련 스트레스 .79, 교사 및 학교생활 관련 스트레스 .65, 주변환경 관련 스트레스 .78이었으며, 전체 문항에 대해서는 .91이었다.

2) 학업적 자기효능감

아동의 학업 수행 능력에 대한 기대 및 신념이 어떠한지는 김아영과 박인영(2001)이 개발한 도구를 사용하여 알아보았다. 이 도구는 자신감 8문항(예: '나는 시험 때가 되면 우울해진다'), 과제난이도 선호 10문항(예: '나는 복잡하고 어려운 문제에 도전하는 것이 재미있다'), 자기조절 효능감 10문항(예: '나는 어떻게 공부하는

것이 효과적인 방법인지를 안다') 등 3개 하위 요인으로 구성되어 있으나 이 중 자신감 요인이 학업 관련 스트레스와 유사한 내용을 측정하고 있어 본 연구에서는 이를 제외하였다. 과제난이도 선호는 자신이 통제할 수 있다고 생각하는 도전적인 과제를 선택하는 과정을 의미하며, 자기조절효능감은 주의집중, 목표설정, 과제의 진전 정도 평가, 목표와 현재 수행의 비교, 행동의 조정 등을 스스로 잘 수행할 수 있는지에 대한 믿음을 뜻한다.

응답방식은 '매우 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(4점)'까지 4점 척도로 평정하도록 되어 있으며, 본 연구에서 각 하위 요인의 Cronbach α 는 과제난이도 선호 .85, 자기조절 효능감 .88이었으며, 전체 문항에 대해서는 .90으로 나타났다.

3) 주관적 안녕감

아동이 자신의 생활과 관련하여 경험하는 안녕감의 정도가 어떠한지는 박병기와 홍승표(2004)가 개발한 도구를 사용하여 측정하였다. 이 도구는 긍정적 정서 안녕 7문항(예: '생활에서 즐거움을 느낀다'), 부정적 정서 안녕 4문항(예: '생활에서 슬픔 감정을 느낀다'), 긍정적 효능 안녕 6문항(예: '변화에 잘 대처한다'), 부정적 효능 안녕 8문항(예: '실패나 패배감을 느낀다'), 대인관계 안녕 5문항(예: '친구에게 관심을 갖는다') 등 5개 하위 요인으로 구성되어 있으나 본 연구에서는 이 중 긍정적인 측면을 포함하고 있는 긍정적 정서 안녕, 긍정적 효능 안녕, 대인관계 안녕 요인만을 사용하였다. 긍정적 정서 안녕은 정서를 긍정적으로 느끼는 상태를 말하며, 긍정적 효능 안녕은 자신의 능력에 대해 확신이 있는 상태를 뜻하고, 대인관계 안녕은 타인과의 관계를 긍정적인 것으로 인식하는 상태를 의미

한다.

응답방식은 ‘거의 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(4점)’까지 4점 척도로 이루어져 있다. 본 연구에서 각 하위요인의 Cronbach α 는 정적 정서 안녕 .86, 정적 효능 안녕 .82, 대인관계 안녕 .78이었으며, 전체 문항에 대해서는 .92로 나타났다.

3. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS WIN 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 스트레스, 학업적 자기효능감, 주관적 안녕감의 학년과 성에 따른 차이를 알아보기 위해 이원변량분석을 실시하였으며, 이 세 변인 간의 관계는 Pearson 상관계수를 산출해 알아보았다. 또, 스트레스와 학업적 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향력을 분석

하기 위하여 단계적 중다회귀분석을 실시하였다.

III 결과분석

1. 스트레스, 학업적 자기효능감, 주관적 안녕감의 학년과 성에 따른 차이

스트레스가 학년과 성에 따라 차이가 있는지를 알아보기 위하여 이원변량분석을 실시한 결과는 표 1과 같다.

전체적으로 학년($F = 4.91, p < .05$)에 따른 차이가 유의하였으며, 6학년($M = 1.84, SD = .38$)이 4학년($M = 1.76, SD = .43$)보다 더 많은 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다.

하위 요인별로 살펴보면, 부모 관련 스트레스는 학년($F = 8.60, p < .01$)과 성($F = 4.95, p < .05$)에 따른 차이가 유의하였으며, 6학년($M = 1.84, SD = .38$)이 4학년($M = 1.76, SD = .43$)보다 더 많은 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다.

<표 1> 스트레스의 학년과 성에 따른 차이 ($N = 441$)

요인	학년	성	<i>n</i>	평균	표준편차	<i>F</i>
부모 관련 스트레스	4	남	109	1.98	.57	학년 = 8.60** 성 = 4.95* 학년×성 = .48
		여	82	1.82	.49	
		전체	191	1.91	.54	
	6	남	129	2.01	.56	
		여	121	2.02	.59	
		전체	250	2.06	.58	
가정환경 관련 스트레스	4	남	109	1.54	.48	학년 = 1.57 성 = .64 학년×성 = .24
		여	82	1.48	.51	
		전체	191	1.52	.49	
	6	남	129	1.58	.51	
		여	121	1.57	.57	
		전체	250	1.57	.54	
친구 관련 스트레스	4	남	109	1.67	.69	학년 = .95 성 = 1.41 학년×성 = .02
		여	82	1.59	.66	
		전체	191	1.63	.67	
	6	남	129	1.60	.61	
		여	121	1.54	.53	
		전체	250	1.57	.58	

<표 1> 계속

요인	학년	성	n	평균	표준편차	F
학업 관련 스트레스	4	남	109	2.17	.70	학년 = 21.21*** 성 = .07 학년×성 = .44
		여	82	2.15	.66	
		전체	191	2.16	.68	
	6	남	129	2.42	.62	
		여	121	2.48	.64	
		전체	250	2.45	.63	
교사 및 학교 관련 스트레스	4	남	109	1.80	.72	학년 = .88 성 = 7.76** 학년×성 = 6.27*
		여	82	1.51	.54	
		전체	191	1.67	.67	
	6	남	129	1.71	.51	
		여	121	1.70	.49	
		전체	250	1.70	.50	
주변환경 관련 스트레스	4	남	109	1.68	.67	학년 = .05 성 = .00 학년×성 = .02
		여	82	1.68	.61	
		전체	191	1.68	.64	
	6	남	129	1.70	.67	
		여	121	1.69	.56	
		전체	250	1.69	.58	
전체	4	남	109	1.81	.44	학년 = 4.91* 성 = 2.51 학년×성 = 1.08
		여	82	1.70	.42	
		전체	191	1.76	.43	
	6	남	129	1.85	.37	
		여	121	1.83	.39	
		전체	250	1.84	.38	

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

.05)에 따라 유의한 차이가 있었다. 학년별로는 6학년($M = 2.06$, $SD = .58$)이 4학년($M = 1.91$, $SD = .54$)보다 높았고, 성별로는 남아($M = 2.04$, $SD = .57$)가 여아($M = 1.94$, $SD = .56$)보다 높았다. 학업 관련 스트레스는 학년($F = 21.21$, $p < .001$)에 따른 차이가 유의하였는데 6학년($M = 2.45$, $SD = .63$)이 4학년($M = 2.16$, $SD = .68$)보다 높게 나타났다. 또, 교사 및 학교 관련 스트레스는 성($F = 7.76$, $p < .01$), 학년과 성의 상호작용 효과($F = 6.27$, $p < .05$)가 유의했다. 즉, 성별로 보면 남아($M = 1.75$, $SD = .62$)가 여아($M =$

1.62, $SD = .51$)보다 높았으나, 학년에 따른 성차를 살펴보면 4학년에서는 남아($M = 1.80$, $SD = .72$)가 여아($M = 1.51$, $SD = .54$)보다 높은데 반해($t = 3.06$, $p < .01$), 6학년에서는 남아($M = 1.71$, $SD = .51$)와 여아($M = 1.70$, $SD = .49$) 간에 유의한 차이가 없었다. 한편, 가정환경 관련 스트레스, 친구 관련 스트레스, 주변환경 관련 스트레스에서는 학년이나 성에 따른 주효과 및 상호작용 효과가 유의하지 않았다.

아동의 학업적 자기효능감이 학년과 성에 따라 차이가 있는지에 대해 이원변량분석을 실시

<표 2> 학업적 자기효능감의 학년과 성에 따른 차이 ($N = 441$)

요인	학년	성	n	평균	표준편차	F
과제난이도 선호	4	남	109	2.57	.64	학년 = .19 성 = 5.76* 학년×성 = .05
		여	82	2.41	.61	
		전체	191	2.50	.63	
	6	남	129	2.53	.63	
		여	121	2.40	.55	
		전체	250	2.47	.59	
자기조절 효능감	4	남	109	2.52	.65	학년 = .61 성 = .56 학년×성 = .31
		여	82	2.53	.61	
		전체	191	2.53	.63	
	6	남	129	2.54	.56	
		여	121	2.61	.52	
		전체	250	2.57	.54	
전체	4	남	109	2.54	.58	학년 = .03 성 = .98 학년×성 = .19
		여	82	2.47	.54	
		전체	191	2.51	.56	
	6	남	129	2.53	.51	
		여	121	2.50	.44	
		전체	250	2.52	.48	

* $p < .05$.

한 결과는 표 2와 같다.

학업적 자기효능감은 과제난이도 선호에서 성 ($F = 5.76, p < .05$)에 따른 차이만 유의하였는데, 남아($M = 2.55, SD = .64$)가 여아($M = 2.41, SD = .57$) 보다 높았다. 그 밖에 학업적 자기효능감 전체 값이나 자기조절 효능감에서는 학년이나 성에 따른 주효과 및 상호작용 효과가 유의하지 않았다.

한편, 아동의 주관적 안녕감이 학년과 성에 따라 차이가 있는지를 알아보기 위하여 이원변량 분석을 실시한 결과는 표 3과 같다.

주관적 안녕감은 대인관계 안녕 하위 요인에서 성($F = 4.48, p < .05$)에 따른 차이만 유의한 결과를 보였는데 여아($M = 3.16, SD = .52$)가 남아($M = 3.03, SD = .66$)보다 높게 나타났다. 그 밖에 주관적 안녕감 전체 값이나 긍정적 정서 안

녕 및 긍정적 효능 안녕에서는 학년이나 성에 따른 주효과 및 상호작용 효과가 유의하지 않았다.

2. 스트레스, 학업적 자기효능감, 주관적 안녕감 간의 상관관계

스트레스, 학업적 자기효능감 및 주관적 안녕감이 어떤 관련이 있는지를 알아보기 위해 상관관계를 분석한 결과는 표 4와 같다.

먼저 스트레스와 주관적 안녕감의 관계를 살펴보면, 스트레스의 하위 요인, 즉 부모 관련 스트레스, 가정환경 관련 스트레스, 친구 관련 스트레스, 학업 관련 스트레스, 교사 및 스트레스, 주변환경 관련 스트레스는 주관적 안녕감의 하위 요인인 긍정적 정서 안녕, 긍정적 효능 안녕, 대인관계 안녕과 유의한 부적 상관을 보임으로

<표 3> 주관적 안녕감의 학년과 성에 따른 차이 (N = 441)

요인	학년	성	n	평균	표준편차	F
긍정적 정서 안녕	4	남	109	3.09	.74	학년 = .82 성 = 1.27 학년×성 = 1.53
		여	82	3.23	.58	
		전체	191	3.15	.68	
	6	남	129	3.11	.59	
		여	121	3.11	.55	
		전체	250	3.11	.57	
긍정적 효능 안녕	4	남	109	2.86	.72	학년 = .59 성 = .01 학년×성 = .10
		여	82	2.89	.61	
		전체	191	2.87	.67	
	6	남	129	2.92	.56	
		여	121	2.91	.49	
		전체	250	2.92	.53	
대인관계 안녕	4	남	109	3.00	.70	학년 = 1.84 성 = 4.48* 학년×성 = .26
		여	82	3.10	.54	
		전체	191	3.04	.64	
	6	남	129	3.05	.63	
		여	121	3.20	.50	
		전체	250	3.12	.57	
전체	4	남	109	2.98	.67	학년 = .20 성 = 1.61 학년×성 = .17
		여	82	3.07	.49	
		전체	191	3.02	.60	
	6	남	129	3.03	.52	
		여	121	3.07	.44	
		전체	250	3.05	.48	

* $p < .05$.

씨($r = -.10, p < .05 \sim r = -.45, p < .001$), 아동이 생활 전반에서 여러 종류의 스트레스를 많이 겪을수록 정서, 효능감 및 대인관계 영역에서 주관적 안녕감이 더 낮아지는 것으로 나타났다.

학업적 자기효능감과 주관적 안녕감의 관계를 보면, 학업적 자기효능감의 하위 요인인 과제난이도 선호와 자기조절 효능감이 주관적 안녕감의 하위 요인인 긍정적 정서, 긍정적 효능, 대인관계 안녕과 유의한 정적 상관을 보임으로써($r = .29, p < .001 \sim r = .58, p < .001$), 학업 수행과 관련하여 유능감과 통제감을 많이 가질수록 주

관적 안녕감이 전반적으로 향상되는 것으로 나타났다.

또, 스트레스와 학업적 자기효능감의 관계에 있어서는 스트레스의 하위 요인들 중 부모 관련 스트레스, 가정환경 관련 스트레스, 친구 관련 스트레스, 학업 관련 스트레스는 학업적 자기효능감의 하위 요인인 과제난이도 선호 및 자기조절 효능감과 유의한 부적 상관을 나타냄으로써($r = -.10, p < .05 \sim r = -.28, p < .001$), 부모, 가정환경, 친구 및 학업으로부터 비롯된 스트레스가 많을수록 학업 수행에 대한 유능감과 통제감이

<표 4> 스트레스, 학업적 자기효능감, 주관적 안녕감 간의 상관관계 (N = 441)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. 부모 관련 스트레스	1										
2. 가정환경 관련 스트레스	.53***	1									
3. 친구 관련 스트레스	.27***	.40***	1								
4. 학업 관련 스트레스	.43***	.30***	.30***	1							
5. 교사 및 학교 관련 스트레스	.34***	.41***	.46***	.33***	1						
6. 주변환경 관련 스트레스	.33***	.36***	.25***	.33***	.44***	1					
7. 과제난이도 선호	-.28***	-.19***	-.10*	-.22***	-.20***	-.09	1				
8. 자기조절 효능감	-.23***	-.19***	-.13**	-.14**	-.09	-.09	.49***	1			
9. 긍정적 정서 안녕	-.45***	-.44***	-.33**	-.27***	-.35***	-.28***	.34***	.41***	1		
10. 긍정적 효능 안녕	-.30***	-.31**	-.32**	-.23***	-.29***	-.19***	.39***	.58***	.71***	1	
11. 대인관계 안녕	-.27***	-.32***	-.22***	-.10*	-.25***	-.16**	.29***	.43***	.65***	.63***	1

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

낮아지는 것으로 나타났다. 이에 비해, 교사 및 학교생활 관련 스트레스는 과제난이도 선호와 유의한 부적 상관을 보임으로써($r = -.20, p < .001$), 교사나 학교로 인한 스트레스가 많을수록 학업 과제에 대한 도전 의식이 적어지고 쉽게 포기하는 것으로 나타났다. 한편, 주변환경 관련 스트레스는 학업적 자기효능감의 하위 요인들과 유의한 상관을 보이지 않았다.

3. 스트레스와 학업적 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향

스트레스와 학업적 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향을 알아보기 위하여 주관적 안녕감을 구성하는 하위 요인들을 종속변인으로 하고, 학년과 성, 스트레스의 각 하위 요인들, 그리고 학업적 자기효능감의 각 하위 요인들을 독립변인으로 하여 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. 주관적 안녕감에 대한 설명 변량이 큰 변수부터 투입된 최종 모형을 표 5에 제시하였다.

표 5와 같이 주관적 안녕감을 전체적으로 보면, 변인들의 설명력은 총 43%로서 자기조절 효

능감($\beta = .45, p < .001$), 가정환경 관련 스트레스($\beta = -.15, p < .01$), 교사 및 학교 관련 스트레스($\beta = -.14, p < .01$), 부모 관련 스트레스($\beta = -.13, p < .01$), 친구 관련 스트레스($\beta = -.11, p < .01$)가 영향을 미치는 것으로 나타났다.

주관적 안녕감의 하위 요인별로 보면, 긍정적 정서 안녕에 대한 설명력은 37%였고 부모 관련 스트레스($\beta = -.22, p < .001$), 자기조절 효능감($\beta = .30, p < .001$), 가정환경 관련 스트레스($\beta = -.18, p < .001$), 교사 및 학교 관련 스트레스($\beta = -.12, p < .01$), 친구 관련 스트레스($\beta = .11, p < .05$)가 영향을 미쳤다. 긍정적 효능 안녕에 대한 설명력은 44%로서 자기조절 효능감($\beta = .49, p < .001$), 친구 관련 스트레스($\beta = -.16, p < .001$), 교사 및 학교 관련 스트레스($\beta = -.12, p < .01$), 가정환경 관련 스트레스($\beta = -.09, p < .05$), 과제난이도 선호($\beta = .08, p < .05$)가 영향을 미쳤다. 또, 대인관계 안녕에 대한 설명력은 25%였는데, 자기조절 효능감($\beta = .38, p < .001$), 가정환경 관련 스트레스($\beta = -.19, p < .001$), 교사 및 학교 관련 스트레스($\beta = -.14, p < .01$)가 영향을 미치는 변인인 것으로 나타났다.

<표 5> 스트레스와 학업적 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향 (N = 441)

독립변인		B	β	t	R ²	ΔR^2	F
긍정적 정서 안녕	(상수)	3.51		21.50***			
	부모 관련 스트레스	-.24	-.22	-4.79***	.37	.20	52.61***
	자기조절 효능감	.32	.30	7.65***		.10	
	가정환경 관련 스트레스	-.21	-.18	-3.71***		.04	
	교사 및 학교 관련 스트레스	.13	.12	-2.72**		.02	
	친구 관련 스트레스	-.11	-.11	-2.40*		.01	
긍정적 효능 안녕	(상수)	2.03		13.45***			
	자기조절 효능감	.50	.49	11.63***	.44	.34	66.46***
	친구 관련 스트레스	-.15	-.16	-3.79***		.06	
	교사 및 학교 관련 스트레스	-.13	-.12	-2.86**		.02	
	가정환경 관련 스트레스	-.10	-.09	-2.14*		.01	
	과제난이도 선호	.09	.08	2.08*		.01	
대인 관계 안녕	(상수)	2.67		17.15***			
	자기조절 효능감	.39	.38	8.94***	.25	.18	49.59***
	가정환경 관련 스트레스	-.22	-.19	-4.14***		.05	
	교사 및 학교 관련 스트레스	-.14	-.14	-2.97**		.02	
전체	(상수)	2.84		21.15***			
	자기조절 효능감	.41	.45	12.04***	.43	.28	66.63***
	가정환경 관련 스트레스	-.16	-.15	-3.36**		.10	
	교사 및 학교 관련 스트레스	-.13	-.14	-3.20**		.03	
	부모 관련 스트레스	-.12	-.13	-2.86**		.01	
	친구 관련 스트레스	-.10	-.11	-2.71**		.01	

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

IV. 논의 및 결론

본 연구는 초등학생이 일상생활에서 경험하는 스트레스와 학업에 대한 자기효능감이 주관적 안녕감에 어떤 영향을 미치는지를 탐색하였다. 본 연구의 결과를 연구문제에 따라 논의하면 다음과 같다.

첫째, 스트레스, 학업적 자기효능감, 주관적 안녕감은 학년이나 성에 따른 차이가 부분적으로 나타났다. 먼저 스트레스를 살펴보면, 전반적으로 학년차가 나타나 6학년이 4학년보다 스트레스를 더 많이 경험하고 있었으나 성차는 나타나지 않았다. 학년별로 차이를 보인 스트레스 하

위 요인은 부모 관련 스트레스와 학업 관련 스트레스로서 두 요인 모두 6학년이 4학년보다 많이 겪는 것으로 나타났다. 이 결과는 학년이 높아짐에 따라 청소년기로 발달이 이행되면서 독립적인 성향이 증가하는 아동에게 부모가 학업이나 각종 규율에 대한 압력과 강요를 많이 행사한 결과 부모 관련 스트레스를 더 느끼게 되며, 점차적으로 학업 부담이 가중되면서 학업 관련 스트레스 또한 증가한다는 것을 짐작하게 해준다. 본 결과는 친구 관련 스트레스에서만 학년차를 밝힌 심희옥(1998)의 연구와는 대조적인데, 이 연구가 이루어진 시점으로부터 10여년이 지난 현 시점에서 학업에 보다 많은 가치를 두게 되면서

사교육이나 입시경쟁의 영향을 많이 받은 결과, 부모 및 학업 스트레스가 초등학교 고학년 아동에게 가장 큰 스트레스원으로 자리 잡게 되었음을 시사한다. 한편, 성별 차이를 보인 스트레스 하위 요인은 부모 관련 스트레스와 교사 및 학교 관련 스트레스였는데, 부모 관련 스트레스는 남아가 여아보다 많았으며 교사 및 학교 관련 스트레스는 4학년의 경우에만 남아가 여아보다 많았다. 이는 남아가 여아보다 활동적으로 몸을 움직이거나 산만한 경향이 많아 가정이나 학교에서 주의를 많이 끌고 거부감을 갖게 만들기 때문에 지적을 받거나 야단을 맞기 쉽다는 특성에 기인한 것으로 생각된다. 남아의 타고난 활동성이나 산만한함은 아동이 어릴수록 더 많이 나타나기 때문에 4학년에서 남아가 여아보다 교사 및 학교 관련 스트레스가 높은 것이라 여겨진다. 이러한 성별 차이는 친구 관련 스트레스에서 여아가 남아보다 더 많은 스트레스를 경험한다고 보고한 한미현과 유안진(1996), 심희옥(1998)의 결과와는 차이가 있다. 이러한 차이는 선행 연구들이 이루어졌을 때와 비교해보았을 때 오늘날의 아동들은 교우관계 형성보다는 학업 능력의 향상에 많은 관심과 노력을 쏟아야 하기 때문에 친구 관계로부터 비롯되는 스트레스보다는 학업 수행과 관련된 스트레스가 크게 작용하게 되고, 이로 인해 친구 관련 스트레스에서의 성차가 상쇄된 결과라고 볼 수 있다.

학업적 자기효능감은 전반적으로 학년별 차이가 없었으며 성별 차이도 나타나지 않았다. 하위 요인별로는 자기조절 효능감은 학년 및 성에 따른 차이가 없었고, 과제난이도 선호에서는 학년별 차이는 나타나지 않았지만 성차가 나타났고 남아가 여아보다 더 높았다. 이는 여아에 비해 남아가 학업 과제를 선택하고 수행함에 있어서 더 도전적이며 높은 목표를 설정하는 경향이 있

음을 가정하게 해준다. 이러한 결과는 학업적 자기효능감에서 여아가 남아보다 높은 것으로 나타난 이수진 등(2008)의 연구 및 성차가 없는 것으로 나타난 임미향 등(2006)의 연구와는 불일치하는 결과이다.

또한, 주관적 안녕감은 전체적으로나 긍정적 정서 안녕 및 긍정적 효능 안녕요인에서는 학년 및 성에 따른 차이가 나타나지 않았으나, 대인관계 안녕 요인에서 성차가 나타나 여아가 남아보다 더 높은 결과를 보였다. 이 결과는 아동의 전반적인 주관적 안녕감에 성차가 없다고 밝힌 임미향 등(2006)의 연구와 대조적이다. 여아가 남아보다 자신이 타인과 맺고 있는 관계에 대해 긍정적으로 인식한다는 본 연구의 결과는 사회성 발달에서의 성별 차이에 대한 주장들에 근거하여 해석해 볼 필요가 있다고 사료된다. 즉, 여아들은 어린시기부터 타인과의 관계 및 친밀성에 기초하여 자신의 정체성을 형성하도록 길러지기 때문에(Gilligan, 1982), 남아들보다 더 관계 지향적이게 되어 다른 사람의 의도를 잘 이해하며 민감하게 반응할 뿐 아니라 타인과 조화로운 관계를 이루는데 관심을 둔다(Walker, 2005). 이러한 특성은 여아들로 하여금 좋은 대인관계를 이루는데 필요한 사회적 지식 및 기술을 발달시키도록 하기 때문에 남아들에 비해 대인관계가 더 원만하고, 그로 인한 만족감을 더 많이 느끼게 되는 것이라 판단된다.

둘째, 스트레스, 학업적 자기효능감 및 주관적 안녕감 간의 관계를 분석한 결과 스트레스를 많이 겪을수록 주관적 안녕감과 학업적 자기효능감이 낮아지며, 스트레스를 적게 겪을수록 주관적 안녕감과 학업적 자기효능감이 높아지는 것으로 나타났다. 즉, 부모, 가정환경, 친구, 학업, 교사 및 학교생활, 그리고 주변환경으로부터 비롯된 스트레스가 긍정적 정서 안녕, 긍정적 효능

안녕 및 대인관계 안녕 등 주관적 안녕감 뿐 아니라 과제난이도 선호, 자기조절 효능감 등 학업적 자기효능감에도 부정적인 영향을 미쳤다. 이는 초등학생이 경험하는 스트레스가 생활 전반에 대해 불만족을 느끼게 하고, 학업 수행 능력에 대해서도 부정적인 신념을 갖도록 함으로써 삶의 질을 저해한다는 것을 의미한다.

학업적 자기효능감과 주관적 안녕감 간의 관계를 알아보았을 때 학업적 자기효능감이 높을수록 주관적 안녕감도 높아지는 것으로 나타났는데, 이는 아동이 자신의 학업 수행 능력에 대해 긍정적인 기대감을 가질수록 자신의 삶을 행복하다고 판단함을 시사한다.

셋째, 스트레스와 학업적 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향력을 분석해 본 결과, 자기조절 효능감이 주관적 안녕감 전반에 매우 큰 영향을 미치며, 특히 긍정적 효능 안녕과 대인관계 안녕에 중요하게 작용하는 것으로 나타났다. 이 결과는 학업과 관련하여 자신의 행동을 관찰하고 목표 달성을 위한 수행 수준을 평가하며 목표와 현재 수행을 비교한 결과 행동을 조정하고 개선을 위해 노력하며 학습활동의 효과를 높이기 위해 학습방법과 환경을 조직화하는 등의 자기동기화 기제가 심리적 안녕감 향상에 긍정적인 영향을 미친다는 점을 시사한다. 이는 자기조절을 잘 하는 아동이 스트레스를 잘 극복하며 자신감이 있고 유능하다는 연구결과(Mischel, Shoda, & Peake, 1988)와 같은 맥락에 있는데, 자신의 행동을 통제하고 조절할 수 있다는 신념이 아동의 삶에서 긍정적인 기능을 하여 삶의 질을 높이는데 큰 기여를 함을 의미하는 것이다.

주관적 안녕감의 하위 요인별로 살펴보면, 긍정적 정서 안녕은 부모 관련 스트레스에 의해 가장 많이 설명되며, 그 다음으로 자기조절 효능감, 가정환경 관련 스트레스, 교사 및 학교 관련

스트레스, 친구 관련 스트레스의 순으로 영향력이 컸다. 주관적 안녕감의 다른 하위 요인들과는 달리 긍정적 정서의 경우 부모 관련 스트레스의 영향력이 가장 크다는 것은 초등학교 고학년 아동들이 느끼는 정서의 본질이 부모에 의해서 형성될 가능성이 높음을 나타내는 것이라 볼 수 있다. 즉, 부모로 인해서 겪게 되는 심리적 부담이나 갈등이 아동으로 하여금 부정적인 정서를 느끼게 하고, 밝고 즐거워야 할 아동기에 우울과 불만을 경험하게 만드는 가장 큰 원인이 된다고 할 수 있다. 따라서 아동이 스스로에 대해서나 생활 전반에 대하여 긍정적으로 느끼도록 하기 위해서는 지나친 억압이나 요구를 자제하고 적절한 기대와 따뜻한 관심으로써 자녀를 대하고 지지해주는 부모 역할이 중요하다고 할 수 있다. 다음으로 긍정적 효능 안녕은 자기조절 효능감, 친구 관련 스트레스, 교사 및 학교 관련 스트레스, 가정환경 관련 스트레스 그리고 과제난이도 선호의 순으로 설명력을 가지는 것으로 나타났다. 이 요인에서 자기조절 효능감에 이어 친구 관련 스트레스의 영향력이 두 번째로 크게 나타난 점은, 아동이 자신의 능력에 대해 확신을 가지기 위해서는 친구들과의 관계에서 생기는 문제에 대처하는 능력이 필요하다는 것으로 해석할 수 있다. 아동기에는 자신과 친구들을 여러 측면에서 비교하기 때문에 친구들의 평가에 민감하므로, 친구관계를 잘 형성하고 유지하는지 여부에 따라 스스로에 대한 효능감이 긍정적이거나 부정적으로 인식될 것이라 생각된다.

한편, 대인관계 안녕은 자기조절 효능감, 가정환경 관련 스트레스, 교사 및 학교 관련 스트레스의 순으로 설명력이 컸다. 이 요인에 대해서는 자기조절 효능감 다음으로 가정환경 관련 스트레스의 영향력이 큰 것으로 나타나 가족관계나 경제상태, 가정 분위기 등 가정환경에서 비롯된

불만이나 심리적 고통이 타인과의 관계에 대해 부정적인 인식을 하게 만드는 결과를 보였다. 따라서 사회생활의 범주가 넓어지면서 대인관계의 영역이 확장되는 학령기 아동이 긍정적인 대인관계 형성을 통해 즐거움과 만족을 느끼도록 지원하기 위해서는 가족 구성원들 간의 지지와 관심 및 따뜻한 가정 분위기를 통해 아동에게 신뢰를 표현하고 배려하는 것이 중요함을 알 수 있다.

이와 같이 아동의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 가장 중요한 변인은 자기조절 효능감이며, 이와 더불어 부모, 가정환경 등으로부터 비롯된 스트레스 요인들이 주관적 안녕감에 영향을 미치는 변인임을 밝힌 본 연구의 결과는 초등학생에게 있어 자기효능감이 주관적 안녕감을 높이는 핵심 변인이라고 보고한 연구들(박영신 등, 1999; 임미향 등, 2006)과 부모 관련 스트레스, 친구 관련 스트레스, 가정환경 관련 스트레스, 학업 관련 스트레스가 주관적 안녕감의 저해 요인인 것으로 나타난 연구들(고재홍·김미정, 2009; 이소현 등, 2010)의 결과를 지지한다.

본 연구는 아동의 주관적 안녕감을 예측하는 변인으로서 스트레스와 학업적 자기효능감의 특성 및 영향력을 분석하였다. 본 연구의 결과는 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 부정적인 영향을 재확인함으로써 아동의 심리적 안녕을 도모하기 위해서는 스트레스 대처 전략을 학습시킬 필요가 있음을 시사한다. 즉, 스트레스에 노출되기 쉬운 학령기 아동의 스트레스를 완화시키기 위해서는 아동에게 스트레스를 올바르게 인식하게 하고, 자신의 욕구를 통제할 수 있다는 자신감을 갖게 하고, 상황에 적절한 정서 반응을 산출하여 문제를 효율적으로 해결하는 능력을 갖추도록 지도할 필요가 있다.

또한, 주관적 안녕감에 자기조절 효능감이 가장 큰 영향을 미친다는 본 연구의 결과는 아동이

학업과 관련하여 자신의 능력에 대해 가지는 신념과 학습 상황에 대한 통제감, 다시 말해 자신의 학업을 스스로가 관리할 수 있고 조절할 수 있다는 긍정적 인식과 자신감을 발달시키는 것이 안녕감을 향상시키는데 무엇보다도 중요한 변인임을 밝힘으로써, 학령기 아동의 행복은 비록 학업적인 측면과 가장 밀접한 관련이 있기는 하지만 스트레스 그 자체보다는 아동의 스스로에 대한 신념과 동기에 의해 결정됨을 밝혔는데 가치를 둔다. 아동 자신이 과제의 요구를 잘 수행할 능력이 있다는 판단을 가진다면 긍정적인 정서를 느낄 수 있고, 자신의 능력에 대해 확신을 갖게 되며, 타인과의 관계에서도 만족을 느낄 수 있게 될 것이므로 아동의 안녕감을 높이기 위해서는 자기조절능력을 강화시킬 수 있도록 인지 및 행동 차원에서 상위인지전략의 지도가 절실하다고 할 수 있다.

본 연구의 결과는 아동의 안녕감을 증진시키기 위해 필요한 부모 및 교사의 역할, 아동 생활지도 및 상담의 방향을 제시하는데 기초 자료로 사용될 수 있으리라 본다.

본 연구는 초등학교 고학년 아동들만을 대상으로 하였으나, 앞으로의 관련 연구에서 아동기에 경험하는 주관적 안녕감이 이후 발달에 어떤 영향을 미치는지, 아동기의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 변인들의 유형 및 특성이 이후 발달 단계에서는 어떻게 다른지를 밝힌다면 아동의 삶의 질에 대한 보다 포괄적인 고찰이 이루어질 수 있을 것이다.

참 고 문 헌

- 고재홍·김미정(2009). 초등학생의 스트레스와 심리적 안녕감 : 방어기제들의 역할. **초등교육연구**, 22(4), 161-183.

- 김아영 · 박인영(2001). 학업적 자기효능감 척도 개발 및 타당화 연구. **교육학연구**, 39(1), 95-123.
- 박성희 · 김희화(2008). 초등학생과 중학생의 학업스트레스와 학습된 무력감간의 관계. **청소년학연구**, 15(3), 159-182.
- 박영신 · 김의철 · 김영희 · 민병기(1999). 초등학생의 생활만족도 형성요인에 대한 구조적 관계 분석 : 사회적 지원과 자기효능감을 중심으로. **한국심리학회지 : 사회문제**, 5(1), 57-76.
- 서울파이낸스(2010. 5. 5). 韓 어린이 삶의 질 OECD 국가 ‘꼴찌’. <http://www.seoulfn.com>에서 2010년 6월 17일 인출.
- 소연희(2008). 학교급별에 따른 지각된 사회적 지지, 학업적 자기효능감 및 성취 동기 및 학업성취도와와의 관계 : 경로모형을 중심으로. **아동교육**, 17(2), 49-64.
- 심희옥(1998). 아동후기 초등학교 학생의 우울성향 : 일상적 스트레스, 자아존중감 및 사회적 기술과의 관계. **대한가정학회지**, 36(6), 133-144.
- 이소현 · 도현심 · 최미경 · 구슬기(2010). 어머니의 양육신념이 아동의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 경로 탐색 : 아동의 사교육 경험 및 스트레스의 매개적 역할. **아동학회지**, 31(3), 255-272.
- 이수진 · 조상철 · 허일범(2008). 부모의 학업성취압력이 초등학생의 자기효능감에 미치는 영향 : 목표지향성의 매개효과를 중심으로. **아동학회지**, 29(3), 289-301.
- 임미향 · 박영신 · 김의철(2006). 초등학생의 삶의 질에 대한 분석 : 사회적 지원, 자기효능감, 학업성취와의 관계를 중심으로. **아동교육**, 15(1), 53-67.
- 정혜영 · 이경화(2008). 아동이 지각하는 사회적 지지, 자기조절력, 주관적 안녕의 인과적 구조분석. **아동학회지**, 29(4), 167-179.
- 조성연 · 신혜영 · 최미숙 · 최혜영(2009). 한국 초등 학교 아동의 행복감 실태조사. **아동학회지**, 30(2), 129-144.
- 한미현(1996). 아동의 스트레스 및 사회적 지지 지각과 행동문제. 서울대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 한미현 · 유안진(1995). 한국아동의 일상적 스트레스 척도의 개발. **대한가정학회지**, 33(4), 49-64.
- 한종혜 · 박성옥 · 이영환(1997). 친구, 가족, 교사의 사회적 지지 및 자아 가치감에 따른 아동의 스트레스. **한국생활과학회지**, 6(1), 1-13.
- 홍승표(2008). 사회적 유능에 따른 아동 자아개념 및 주관적 안녕에 관한 연구. **아동교육**, 17(2), 311-321.
- 황혜정(2006). 초등학생과 중학생의 스트레스와 이에 영향을 미치는 변인에 관한 연구. **초등교육연구**, 19(1), 193-216.
- 황혜정 · 김순자(2001). 초등학생의 행동 특성과 스트레스에 관한 연구. **초등교육연구**, 14(2), 303-317.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being : The science of happiness, and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice : Psychological theory and women's development*. Cambridge, MA : Harvard University Press.
- Hampel, P., & Petermann, F. (2005). Age and gender effects on coping in children adolescents. *Journal of Youth and Adolescents*, 34, 73-83.
- Mischel, W., Shoda, Y., & Peake, P. K. (1988). The nature of adolescent competencies predicted by preschool delay of gratification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 687-696.
- Walker, S. (2005). Gender differences in the relationship between young children's peer-related social competence and individual differences in theory of mind. *The Journal of Genetic Psychology*, 166(3), 297-312.

2011년 2월 27일 투고, 2011년 5월 11일 수정
2011년 5월 24일 채택