

청소년의 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향과 자기효능감의 매개 효과

송 선 미

중문초등학교

The Influences of Appearance Satisfaction on School Adjustment and the Mediating Effects of Self-efficacy between Them among Adolescents

Seon Mi Song

Jungmun Elementary School

ABSTRACT

Purpose: To examine the effects of appearance satisfaction on school adjustment among adolescents and, further, the mediating effects of self-efficacy between appearance satisfaction and school adjustment.

Methods: Conducted a self-report survey of 640 students consisting of sixth, eighth, and tenth graders in the Jeju Special Self-Governing Province. The collected data were analyzed through the independent-sample t-test, the One-way ANOVA, the Pearson's correlation analysis, and the hierarchical multiple regression analysis using the SPSS WIN 18.0 statistical program.

Results: First, boys and girls showed statistically significant differences. Boys reported higher levels of appearance satisfaction, school adjustment, and self-efficacy than girls. Second, there were no significant differences in appearance satisfaction and self-efficacy according to the school level. However, statistically significant differences were observed in school adjustment between sixth and eighth graders. Third, students who thought they belonged to the upper class in terms of academic performance and family economy showed the highest level of appearance satisfaction, school adjustment, and self-efficacy. Fourth, there were positive correlations between appearance satisfaction, self-efficacy, and school adjustment. Fifth, self-efficacy proved to have mediating effects between appearance satisfaction and school adjustment among adolescents. In particular, it had a full mediating effect on the relation between appearance satisfaction and adjustment to school life, one of the subfactors of school adjustment.

Conclusion: The results suggest that appearance satisfaction is a factor which influences adolescents' school adjustment and that self-efficacy is an important means of mediating between appearance satisfaction and school adjustment. The study is significant in that it highlighted the importance of self-efficacy as one of the important variables to consider when planning various educational programs to help adolescents adjust to their school. In the light of the findings, in an effort to enhance adolescents' self-efficacy and help them lead a harmonious school life in Korea's so-called 'lookism' society, it is necessary to develop and implement counseling programs and character education materials that help adolescents develop a positive perception of their appearance and build self-esteem and self-confidence.

Key Words: Appearance satisfaction, School adjustment, Self-efficacy, Mediating effects

Corresponding author: Seon Mi Song

Seogwipo Elementary School, 231 Cheonjeyeon-ro, Seogwipo-si, Jeju Special Self-Governing Province 697-857, Korea.
Tel: +82-64-733-5122, Fax: +82-64-733-6710, E-mail: pooroomi@hanmail.net

투고일: 2012년 10월 4일 / 심사완료일: 2013년 2월 19일 / 게재확정일: 2013년 2월 27일

서론

청소년기는 아동기에서 성인기를 거치는 중간에 위치한 과도기적 특성으로 인해 신체적, 정신적인 측면에서 많은 내·외적 발달적 적응과 어려움을 겪는 시기로서 매우 중요한 시기라 할 수 있다(임지혜, 2011). 자아정체감을 형성해 가는 청소년기는 특히 자신의 외모에 무척 민감하여 자신이 또래집단과 유사한 속도로 성장하고 있는가를 걱정한다. 또한 타인의 평가에도 예민한 반응을 보이며, 자신의 외모를 보다 매력적으로 보이게 하여 또래들 간의 관계 속에서 긍정적으로 평가받으려는 경향이 강하다. 이처럼 외모는 성장기 청소년들이 갖는 공통된 관심사이며 또래들 사이에서 자신을 나타내는 척도로 매우 중요한 의미를 지닌다.

청소년들이 자신에 대해 가지는 자기상(self-image)은 그들의 주관적 삶에서 중심적 역할을 하고 가치관, 감정, 행동 등 모든 영역에 대해 결정적인 영향력을 행사한다. 특히, 하루하루가 다르게 시시각각 변화하는 현대사회에서는 TV를 포함한 각종 영상매체와 초고속 인터넷, 스마트폰 등 다양한 경로를 통해 구체적으로 이상적인 외모의 전형을 시각적으로 보여줌으로써 청소년들의 아름다움 추구 행위를 더욱 가속화시키는 매개체 역할을 하며, 외모에 대한 사회문화적 태도는 그들의 미에 대한 전반적인 평가에도 영향을 미친다.

따라서 청소년기에 그들 스스로가 지각하는 신체적 외모에 따라 자신을 긍정적으로 받아들이느냐 혹은 부정적으로 받아들이느냐 하는 것이 개인의 행동을 결정하게 되는데, 이러한 결정은 학교적응 및 부적응 행동과도 관련이 될 수 있다(이규옥, 2009). 추영미(2005)는 청소년들이 외모와 관련하여 긍정적인 평가를 받지 못하면 낮은 자아존중감이 형성되어 무가치하고 쓸모없는 것처럼 여기고 열등감을 느끼게 되며 우울증으로 발전하는 등 다양한 문제들이 야기된다고 하였다. 자신의 외모에 대한 불만족은 정신적, 심리적 문제 뿐 아니라 정서적, 사회적 문제도 유발한다. 즉 외모에 자신감을 상실한 사람은 남 앞에 나서기를 두려워하고, 불안해하며 학교생활에서도 적응을 하지 못하고 동료를 회피하거나 점차 동료집단과 잘 융화해 나가지 못하는 소극적인 성격으로 변하게 될 수 있다(심경옥, 2006)는 것이다. 이렇게 외모와 관련된 문제들은 대부분의 청소년들에게 학업문제와 함께 가장 중요한 관심이자 고민이 되었다. 또 청소년들의 외모에 대한 만족도는 자기효능감(김경진, 2009; 이연숙, 2007; 임인숙, 2011)과 더불어 청소년의 하루 생활의 대부분을 차지하는 학교생활 적응에도 영향을 미치는 것(신미라, 2005; 송연수, 2009; 이규옥, 2009;

임인숙, 2011)으로 보고되고 있어서 변화에 민감한 그들의 유행에 따른 문화나 심리, 정서적 특성에 대한 연구는 꾸준히 이루어져야 할 것이다. 따라서 본 연구에서는 신체 및 외모에 대한 관심이 고조되는 시기의 학교 청소년들을 대상으로 외모만족도와 자기효능감 및 학교적응의 정도를 알아보고, 외모만족도와 자기효능감은 학교적응에 어떠한 영향을 미치는지, 청소년의 외모만족도와 학교적응의 관계에 있어서 자기효능감의 매개효과는 어떠한지에 대해 알아보았다.

연구내용 및 방법

1. 연구문제

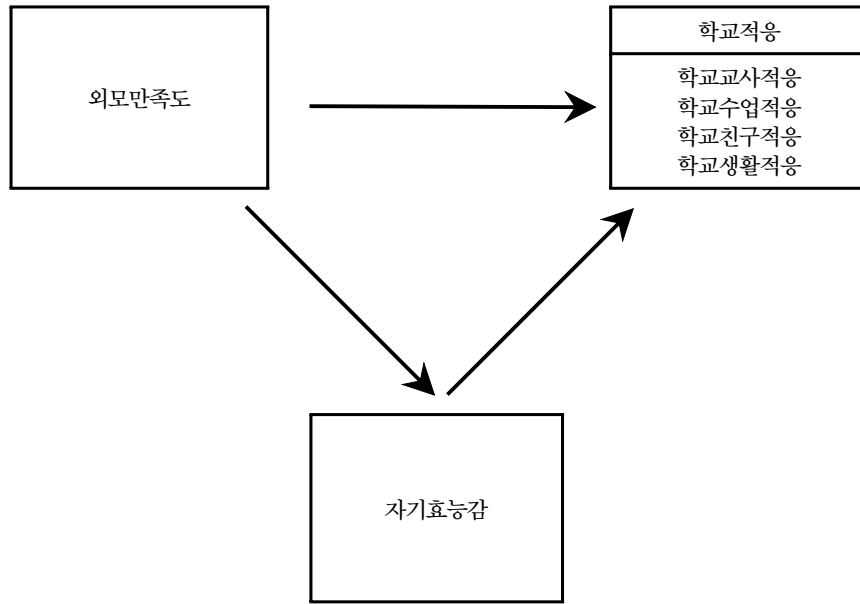
- 청소년의 일반적 특성에 따른 외모만족도, 학교적응과 자기효능감은 어떠한가?
- 청소년의 외모만족도, 자기효능감과 학교적응은 어떠한 관계가 있는가?
- 청소년의 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향에 있어서 자기효능감의 매개효과¹⁾는 어떠한가?

2. 연구모형

본 연구에서는 청소년의 외모만족도를 독립변수로 하고, 학교적응의 하위요인인 학교교사적응, 학교수업적응, 학교친구적응, 학교생활적응을 종속변수로 하며, 자기효능감을 매개변인으로 하였다.

따라서 [그림 1]과 같이 연구모형을 설정하였다.

1) 매개효과(mediated effect) 검증은 독립변수와 종속변수 사이에 매개변수가 존재하고, 이 매개변수가 독립변수로부터는 영향을 받고 종속변수에게는 영향을 주는 역할을 하는가를 검증하는 것이다. 매개효과 검증을 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 위계적 중다회귀분석(Hierarchical Multiple Linear Regression)을 실시하였다. 이들이 제안한 매개효과 검증 절차는 세 개의 회귀방정식을 사용하여 표준화된 회귀 계수를 살펴보는 것으로, 다음과 같이 세 단계로 이루어져 있다. 매개효과를 입증하기 위해서는 첫째, 첫 번째 회귀 방정식에서 독립변인이 매개변인에 유의한 영향을 미쳐야 하며, 둘째, 독립변인은 종속변인에 영향을 미쳐야 하며, 마지막으로 매개변인은 세 번째 회귀방정식에서 종속변인의 분산을 설명할 수 있어야 한다(2010, 임수연). 이때 독립변인과 종속변인간의 관계가 통계적으로 유의하면서 매개변인이 투입되었을 때 독립변인이 종속변인에 미치는 영향의 정도가 줄어들었다면 매개변인은 부분 매개효과(partial mediation)를 가진다고 판단한다. 만약 매개변인을 투입했을 경우 독립변인과 종속변인과의 관계가 더 이상 통계적으로 유의하지 않는다면 매개변인은 완전 매개효과(complete mediation)를 가진다고 판단한다(2011, 허정문).



[그림 1] 연구모형.

3. 연구방법 및 도구

1) 연구방법

본 연구는 2011년 12월 7일부터 12월 20일 사이에 제주특별자치도내에 재학하고 있는 초등학교 6학년, 중학교 2학년, 고등학교 1학년 학생을 대상으로 임의표본추출 방법으로 설문지를 배부하였고, 무응답이거나 불성실한 답변이 많은 20부를 제외하고 640부를 분석에 사용하였다. 도내 J시와 S시에 소재한 학교의 보건교사 및 담임교사와의 면담 시 연구목적과 비밀유지 및 연구 이외의 목적으로는 사용되지 않음을 학생들에게도 충분히 설명해 주도록 부탁하였으며, 설문이 끝난 후 각 학교를 돌며 설문지를 직접 회수하였다. 설문지의 일반적 특성은 성별, 학년, 거주지, 학교성적, 가정경제수준, 친구관계, 외모만족정도, 외모관심정도, 성형수술 희망여부 및 희망부위, 외모에 관심을 두는 이유, 외모에 관심을 두지 않는 이유, 이성친구 유무로 나누어 구성되었다. 일반적 특성에 대한 질문에서의 외모만족정도, 외모관심정도, 외모에 관심을 두는 이유, 외모에 관심을 두지 않는 이유 등의 항목은 객관적이고 계량화된 척도에 의한 측정이 아니라 연구자가 동료 교사 및 지도교수님과 협의의 거쳐 문항을 작성하였고, 응답자 개인의 주관적인 생각을 있는 그대로 조사해 보았다.

2) 외모만족도 척도

외모만족도를 측정하기 위하여 Mendelson과 White (1993)

의 신체존중감 척도(Body Esteem Scale)를 이주아(2005)가 번안하고, 조미라(2011)가 수정, 보완하여 사용한 척도를 사용하였다. Likert 5점 척도(전혀 그렇지 않다 1점, 그렇지 않다 2점, 보통이다 3점, 그렇다 4점, 매우 그렇다 5점)로 각 문항에서 얻어진 점수를 합산하여 응답점수가 높을수록 외모만족도가 높은 것으로 해석한다. Mendelson과 White (1993)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .85$ 였고, 조미라(2011)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .83$, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .87$ 이다.

3) 학교적응도 척도

본 연구에서의 학교적응도 척도는 김용래(2000)가 5가지 하위요인, 총 41개 문항으로 제작한 설문지를, 심경옥(2006)이 4가지 하위요인 32문항으로 수정, 보완한 척도를 사용하였다. Likert 5점 척도(전혀 그렇지 않다 1점, 그렇지 않다 2점, 보통이다 3점, 그렇다 4점, 매우 그렇다 5점)로 측정된 점수를 통해 학교적응의 정도를 살펴보았다. 하위요인으로 학교교사적응, 학교수업적응, 학교친구적응, 학교생활적응의 4가지 하위영역에서 점수가 높을수록 학교적응을 잘하고 있는 것으로 해석한다. 심경옥(2006)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .95$, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .91$ 이다.

4) 자기효능감 척도

개인의 일반적 자기효능감을 측정하기 위하여 심계화(2004)가 사용한 질문지를 사용하였다. Likert 5점 척도로 점

수가 높을수록 자기효능감이 높은 것을 의미하며 총 31문항으로 되어 있다. 심계화(2004)의 연구에서 Cronbach's $\alpha = .91$, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's $\alpha = .90$ 이다.

4. 자료분석

SPSS/WIN 18.0 통계프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 청소년의 일반적 특성에 따른 외모만족도 및 학교적응과 자기효능감의 정도 및 차이를 알아보기 위하여 기술통계 분석과 독립표본 t-test, One way-ANOVA로 분석하고, 집단 간 차이를 알아보기 위하여 Duncan의 사후검증을 실시하였다.
- 청소년의 외모만족도와 자기효능감 및 학교적응 관계를 살펴보기 위하여 Pearson의 상관관계 분석(Correlation Analysis)을 실시하였다.
- 청소년의 외모만족도와 자기효능감이 학교적응에 미치는 영향에 있어서 자기효능감이 매개효과를 가지는지 알아보기 위해 위계적 중다회귀분석(hierarchical multiple linear regression)을 실시하였다.

연구결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

총 응답자 640명중 남학생 329명(51.4%), 여학생 311명(48.6%)이며, 초6학년 219명(34.2%), 중2학년 214명(33.4%), 고1학년 207명(32.3%)이다. 외모에 관심을 두는 이유로는 '스스로에게 자신감을 갖기 위해서'가 371명(58.0%)으로 가장 높았고, '다른 사람에게 매력적, 또는 아름답다는 평가를 받기 위해서' 224명(35.0%), '나만의 개성을 창조하기 위해서' 178명(27.8%), '친구들과 잘 어울리기 위해서' 141명(22.0%)이며, 기타 응답으로 타인에 대한 최소한의 예의라는 의견도 있었다. 외모에 관심을 두지 않는 이유에는 '외모를 가꾸는 것이 귀찮아서'가 244명(38.1%)으로 가장 많았으며, '외모에 관심을 둘 시간적 여유가 없어서' 142명(22.2%), '외모에 자신이 있기 때문에 굳이 관심을 둘 필요가 없어서' 124명(19.4%), '외모에 대해 포기한 상태이므로'가 84명(13.1%)으로 조사되었고, 기타 응답으로 '외모는 별로 중요하지 않다고 생각하기 때문에', '아직 외모에 관심을 가질 나이는 아닌 것 같아서' 등의 의견이 있었다. 어른이 된 후에 자신의 외모를 고

치기 위해 성형수술을 할 생각이 있는지에 대한 질문에는 있다 273명(42.7%), 없다 367명(57.3%)이었다. 성형 의향이 있는 응답자 273명 중 남학생은 99명(36.3%), 여학생은 174명(63.7%)으로 여학생의 비율이 더 높았다. 성형수술을 희망하는 부위로는 치아교정이 123명(19.2%)으로 가장 많았으며, 코 74명(11.6%), 눈 71명(11.1%), 피부 53명(8.3%)이었으며 기타 응답으로 키, 광대뼈, 지방흡입술 등이 있었다. 성형 희망부위 중 남학생은 치아교정이 66명(10.3%)으로 가장 높았고, 여학생은 눈 58명(9.1%), 치아교정 57명(8.9%), 코 43명(6.7%)순으로 나타났다.

2. 주요변수의 일반적 경향

연구대상 청소년의 전체 외모만족도는 5점 척도에서 2.88점, 학교적응은 3.16점, 자기효능감은 3.19점으로 모두 보통 이상의 수준으로 나타났다. 또, 외모만족도가 가장 높은 집단은 중 2학년 남학생으로 3.07점, 가장 낮은 집단은 초 6학년 여학생으로 2.63점 이었으며, 학교적응 수준은 초 6학년 남학생이 3.27점으로 가장 높았고, 중 2학년 여학생은 2.99점으로 가장 낮았다. 자기효능감 수준도 초 6학년 남학생이 3.28점으로 가장 높았고, 중 2학년 여학생은 3.12점으로 가장 낮았다.

3. 일반적 특성에 따른 차이

1) 성별에 따른 차이

외모만족도는 남학생(M=3.05)이 여학생(M=2.71)보다 높게 나타났으며($p < .001$), 학교적응도 남학생(M=3.23)이 여학생(M=3.09)보다 높은 것으로 나타났다($p < .001$). 자기효능감도 남학생(M=3.23)이 여학생(M=3.16)보다 높게 나타났다($p < .05$) <표 1>.

<표 1> 성별에 따른 차이 (N=640)

변인	남 (n=329)	여 (n=311)	t
	M±SD	M±SD	
외모만족도	3.05±0.52	2.71±0.50	8.265***
학교적응	3.23±0.50	3.09±0.47	3.591***
자기효능감	3.23±0.46	3.16±0.47	2.010*

* $p < .05$, *** $p < .001$.

2) 학교급에 따른 차이

외모만족도 및 자기효능감은 학교급에 따라 유의한 차이가

나타나지 않았다. 반면, 학교적응 수준은 초등학교 6학년(M=3.23)이 가장 높게 나타났고, 다음으로 중 2학년(M=3.10), 고 1학년(M=3.15)순으로 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p < .05$). 이를 Duncan의 사후검정 실시 결과 초6학년 집단이 중2학년 집단과는 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다(표 2).

3) 학교성적에 따른 차이

본인이 생각하기에 학교성적이 상위권이라고 생각하는 집단의 외모만족도(M=3.06), 학교적응(M=3.46), 자기효능감(M=3.43)이 가장 높게 나타났고, 하위권이라고 생각하는 집단의 외모만족도(M=2.69), 학교적응(M=2.93), 중위권이라고 생각하는 집단의 자기효능감(M=3.17)이 가장 낮게 나타났으며, 세 변인 모두 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p < .001$). 이를 Duncan의 사후검정 실시 결과 상, 중, 하위권의 세 그룹 각각에서 차이를 보였다(표 3).

4) 가정경제수준에 따른 차이

본인이 생각하기에 가정경제수준이 상위권이라고 생각하

는 집단의 외모만족도(M=3.02), 학교적응(M=2.87), 자기효능감(M=2.85)이 가장 높게 나타났고, 하위권이라고 생각하는 집단의 외모만족도(M=2.85), 학교적응(M=3.11), 보통수준이라고 생각하는 집단의 자기효능감(M=3.16)이 가장 낮게 나타났으며 세 변인 모두 통계적으로 유의한 차이를 보였다($p < .05, p < .01, p < .001$). 이를 Duncan의 사후검정 실시 결과 외모만족도는 상위 집단과 하위 집단 간에, 학교적응과 자기효능감은 상위 집단과 보통·하위 집단 간에서 차이를 보였다(표 4).

그 외에 친구관계, 외모만족정도, 외모관심정도, 성형수술 희망여부 및 희망부위, 외모에 관심을 두는 이유, 외모에 관심을 두지 않는 이유, 이성친구 유무에 따라서는 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다.

4. 주요변수 간의 상관관계

외모만족도와 학교적응, 자기효능감 간에는 유의한 정적 상관관계를 보였다. 즉 외모만족도와 자기효능감 간에는 $r = .40$ ($p < .01$), 외모만족도와 학교적응 간에는 $r = .33$ ($p < .01$), 학

<표 2> 학교급에 따른 차이

(N=640)

변인	초6학년 (n=219)	중2학년 (n=214)	고1학년 (n=207)	전체 (N=640)	F
	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	
외모만족도	2.83±0.55	2.91±0.52	2.92±0.53	2.88±0.54	1.672
학교적응	3.23±0.53 ^a	3.10±0.48 ^b	3.15±0.46 ^{ab}	3.16±0.49	3.884*
자기효능감	3.21±0.46	3.16±0.46	3.21±0.47	3.19±0.46	0.839

* $p < .05$.

<표 3> 학교성적에 따른 차이

(N=640)

변인	상위권 (n=170)	중위권 (n=337)	하위권 (n=133)	전체 (N=640)	F
	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	
외모만족도	3.06±0.55 ^a	2.87±0.50 ^b	2.69±0.53 ^c	2.88±0.54	18.71***
학교적응	3.46±0.53 ^a	3.10±0.40 ^b	2.93±0.47 ^c	3.16±0.49	55.43***
자기효능감	3.43±0.49 ^a	3.17±0.41 ^b	3.19±0.46 ^c	3.19±0.46	44.15***

*** $p < .001$.

<표 4> 가정경제수준에 따른 차이

(N=640)

변인	상 (n=78)	보통 (n=507)	하 (n=55)	전체 (N=640)	F
	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD	
외모만족도	3.02±0.59 ^a	2.87±0.53 ^{ab}	2.85±0.52 ^b	2.88±0.54	2.897*
학교적응	3.34±0.55 ^a	3.14±0.46 ^b	3.11±0.59 ^b	3.16±0.49	6.121**
자기효능감	3.38±0.48 ^a	3.16±0.45 ^b	3.22±0.48 ^b	3.19±0.46	7.807***

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

<표 5> 외모만족도와 자기효능감 및 학교적응의 상관관계

(N=640)

변인	자기효능감	학교적응	학교적응			
			교사적응	수업적응	친구적응	생활적응
외모만족도	.40**	.33**	.26**	.29**	.24**	.24**
자기효능감	-	.49**	.25**	.44**	.40**	.49**

** $p < .01$.

<표 6> 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향에 있어서 자기효능감의 매개효과

(N=640)

단계	예측변인	종속변인	B	β	t	R ²	F
1단계	외모만족도	자기효능감	.35	.40	11.21***	.16	125.67***
2단계	외모만족도	학교적응	.30	.33	9.05***	.11	82.01***
3단계	외모만족도	학교적응	.14	.16	4.39***	.26	117.19***
	자기효능감		.45	.43	11.62***		
1단계	외모만족도	자기효능감	.35	.40	11.21***	.16	125.67***
2단계	외모만족도	학교교사적응	.36	.26	6.88***	.06	47.43***
3단계	외모만족도	학교교사적응	.26	.19	4.65***	.09	33.39***
	자기효능감		.27	.17	4.25***		
1단계	외모만족도	자기효능감	.35	.40	11.21***	.16	125.67***
2단계	외모만족도	학교수업적응	.35	.29	7.64***	.08	58.38***
3단계	외모만족도	학교수업적응	.16	.13	3.42**	.21	84.51***
	자기효능감		.55	.38	10.07***		
1단계	외모만족도	자기효능감	.35	.40	11.21***	.16	125.67***
2단계	외모만족도	학교친구적응	.24	.24	6.26***	.05	39.22***
3단계	외모만족도	학교친구적응	.09	.09	2.29*	.17	66.45***
	자기효능감		.43	.37	9.39***		
1단계	외모만족도	자기효능감	.35	.40	11.21***	.16	125.67***
2단계	외모만족도	학교생활적응	.26	.24	6.25***	.05	39.06***
3단계	외모만족도	학교생활적응	.05	.04	1.23	.24	105.21***
	자기효능감		.59	.47	12.71***		

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

교적응과 자기효능감 간에도 $r = .49$ ($p < .01$)로 정적 상관관계를 보였다. 하위변인 간의 상관관계를 살펴보면, 외모만족도는 학교수업적응($r = .29$, $p < .01$)과, 자기효능감은 학교생활적응($r = .49$, $p < .01$)과의 관계가 가장 높은 것으로 나타났다(표 5).

5. 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향에 있어서 자기효능감의 매개효과

회귀분석 전의 사전 검증으로 변수 간 다중공선성²⁾을 진단

하기 위하여 분산팽창요인(VIF)과 공차한계를 살펴보았다. 일반적으로 분산팽창계수가 10 이상이거나 공차한계가 0.1보다 작으면 공선성의 문제가 있다고 판단되는데(강남준·김두섭, 2008), 본 연구에서는 변수들의 VIF값은 모두 10 미만(1.19)이었고, 공차한계는 모두 0.1을 초과(.83)하여 다중공선성에는 문제가 없는 것으로 판단하였다.

외모만족도가 학교적응(학교교사적응, 학교수업적응, 학교친구적응, 학교생활적응)에 미치는 영향에 있어서 자기효능감의 매개효과를 알아보기 위하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였고, 그 결과는 <표 6>과 같다.

2) 다중공선성(多重共線性, multicollinearity)은 Frisch (1934)에 의하여 사용된 개념으로 3개의 독립변수들 간의 강한 선형관계를 의미하며, 심한 다중공선

성은 회귀분석 결과를 왜곡시켜 특정 독립변수의 종속변수에 대한 독자적인 효과를 측정하는 것이 불가능해진다(강남준·김두섭, 2008).

1) 학교적응

표 6에서 보면, 예측변인인 외모만족도가 매개변인인 자기효능감에 미치는 영향력은 통계적으로 유의하였고($\beta = .40, p < .001$), 외모만족도가 종속변인인 학교적응에 미치는 영향력도 통계적으로 유의하였다($\beta = .33, p < .001$). 그리고 세 번째 회귀방정식에서 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향력이 두 번째 방정식($\beta = .33$)보다 세 번째 방정식에서 줄어들었다($\beta = .16, p < .001$). 그러므로 자기효능감은 외모만족도와 학교적응에 있어서 부분 매개효과가 있다고 할 수 있다. 또한 학교적응에 대한 설명량을 살펴보면, 외모만족도 단독으로는 11%($p < .001$), 자기효능감이 투입되었을 때는 설명량이 26%($p < .001$)로 늘어, 자기효능감이 개입됨으로써 학교적응 변량에 대한 설명량이 더 높아졌다. 이런 결과는 외모만족도에 의해 영향을 받은 자기효능감이 학교적응에 영향을 미칠 뿐 아니라 자기효능감은 청소년의 외모만족도와 함께 학교적응에 영향을 미치는 매개역할을 하고 있음을 의미한다.

2) 학교적응의 하위요인

종속변인인 학교적응의 하위요인(학교교사적응, 학교수업적응, 학교친구적응, 학교생활적응)들과 외모만족도와의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 알아보기 위하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다.

학교교사적응에 대한 매개효과를 살펴 본 결과, 표 6에 제시된 바와 같이 예측변인인 외모만족도가 매개변인인 자기효능감에 미치는 영향력은 통계적으로 유의하였고($\beta = .40, p < .001$), 외모만족도가 종속변인인 학교교사적응에 미치는 영향력도 통계적으로 유의하였다($\beta = .26, p < .001$). 그리고 세 번째 회귀방정식에서 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향력이 두 번째 방정식($\beta = .26$)보다 세 번째 방정식에서 줄어들었다($\beta = .19, p < .001$). 그러므로 자기효능감은 외모만족도와 학교적응의 관계에서 부분 매개효과를 갖는다고 할 수 있다. 또한 학교교사적응에 대한 설명량을 살펴보면, 외모만족도 단독으로는 6%($p < .001$), 자기효능감이 투입되었을 때는 설명량이 9%($p < .001$)로 늘어, 자기효능감이 개입됨으로써 학교교사적응 변량에 대한 설명량이 더 높아졌다.

학교수업적응에 대한 매개효과를 살펴본 결과, 예측변인인 외모만족도가 매개변인인 자기효능감에 미치는 영향력이 통계적으로 유의하였고($\beta = .40, p < .001$), 두 번째 단계에서 외모만족도가 종속변인인 학교수업적응에 미치는 영향력도 통계적으로 유의하였다($\beta = .29, p < .001$). 그리고 세 번째 단계에서 외모만족도가 학교수업적응에 미치는 영향력이 두 번째

방정식($\beta = .29$)보다 세 번째 방정식에서 줄어들었다($\beta = .13, p < .01$). 따라서 자기효능감은 외모만족도와 학교수업적응의 관계에서 부분 매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 또한 학교수업적응에 대한 설명량을 살펴보면, 외모만족도 단독으로는 8%($p < .001$), 자기효능감이 투입되었을 때는 설명량이 21%($p < .001$)로 늘어, 자기효능감이 개입됨으로써 학교수업적응 변량에 대한 설명량이 더 높아졌다.

학교친구적응의 매개효과를 살펴본 결과, 예측변인인 외모만족도가 자기효능감에 미치는 영향력이 통계적으로 유의하였고($\beta = .40, p < .001$), 두 번째 단계에서 외모만족도가 종속변인인 학교친구적응에 미치는 영향력도 통계적으로 유의하였다($\beta = .24, p < .001$). 그리고 세 번째 단계에서 외모만족도가 학교친구적응에 미치는 영향력이 두 번째 방정식($\beta = .24$)보다 세 번째 방정식에서 줄어들었다($\beta = .09, p < .05$). 따라서 자기효능감은 외모만족도와 학교친구적응의 관계에서 부분 매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 또한 학교친구적응에 대한 설명량을 살펴보면, 외모만족도 단독으로는 5%($p < .001$), 자기효능감이 투입되었을 때는 설명량이 17%($p < .001$)로 늘어, 자기효능감이 개입됨으로써 학교친구적응 변량에 대한 설명량이 더 높아졌다.

학교생활적응의 매개효과를 살펴본 결과, 예측변인인 외모만족도가 매개변인인 자기효능감에 미치는 영향력이 통계적으로 유의하였고($\beta = .40, p < .001$), 두 번째 단계에서 외모만족도가 종속변인인 학교생활적응에 미치는 영향력도 통계적으로 유의하였다($\beta = .24, p < .001$). 그리고 세 번째 단계에서 외모만족도가 학교생활적응에 미치는 영향력이 유의하게 나오지 않았으므로($p > .05$), 자기효능감은 외모만족도와 학교생활적응과의 관계에서 완전 매개효과가 있다고 할 수 있다. 또한 학교생활적응에 대한 설명량을 살펴보면, 외모만족도 단독으로는 5%($p < .001$), 자기효능감이 투입되었을 때는 설명량이 24%($p < .001$)로 늘어, 자기효능감이 개입됨으로써 학교생활적응 변량에 대한 설명량이 매우 높아졌다. 이는 외모만족도가 자기효능감을 매개로 하여 학교적응의 하위요인인 학교생활적응에 영향을 미치고 있음을 가정할 수 있으나, 학교생활적응에 대한 외모만족도의 직접적인 영향은 없음을 의미한다.

결론 및 제언

본 연구의 목적은 청소년의 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향에 있어서 자기효능감의 매개효과를 검증하는 것으로,

주요 결과에 대한 고찰 및 논의는 다음과 같다.

첫째, 연구대상 청소년의 전체 외모만족도는 5점 척도에서 2.88점, 학교적응은 3.33점, 자기효능감은 3.19점으로 모두 보통 이상의 수준으로 나타났다. 이 결과는 농촌 중학생을 대상으로 실시한 허정문(2011)의 연구에서 외모만족도 3.37점, 학교적응 3.21점, 자아존중감 3.13점으로 나타난 점수와 비교할 때, 학교적응과 자기효능감 점수는 비슷하나 외모만족도에서는 큰 차이로 낮게 나왔음을 알 수 있다. 외모만족도가 가장 높은 집단은 중 2학년 남학생으로 3.07점, 가장 낮은 집단은 초 6학년 여학생으로 2.36점으로 나타났다. 이것은 사춘기 전기에 해당되는 초 6학년 여학생의 경우 두드러진 신체변화에 미처 적응하지 못하여 당황스럽고 많은 혼란과 불안으로 마음이 복잡해지는 심리상태의 결과라고 미루어 짐작할 수 있다. 그러므로 초등학교 고학년 시기에는 갑작스런 신체변화에 대비하여 이를 자연스럽게 받아들이 수 있도록 하기 위해 사춘기의 신체적, 심리적 변화와 대처방법에 대한 성교육이 선행되어야 할 것이다. 학교적응 수준과 자기효능감 수준은 초 6학년 남학생 집단이 가장 높고 중 2학년 여학생 집단이 가장 낮은 것으로 나타났으나, 이를 뒷받침할 만한 선행연구를 찾기가 어려워 이 부분에 대해서는 앞으로 더 많은 연구들이 이루어져야 할 것으로 보인다.

둘째, 청소년의 일반적 특성 변인에 따라 외모만족도, 자기효능감과 학교적응의 차이를 검증한 결과, 성별에 따른 차이는 외모만족도·학교적응, 자기효능감 모두에서 여학생보다 남학생이 높게 나타났다. 성별에 따른 외모만족도의 차이에서 여학생보다 남학생이 높게 나온 것은 기존 연구(서윤경, 2003; 송미현, 2004; 송연수, 2009; 신미라, 2005; 이규옥, 2009; 정인영, 2000; 허정문, 2011)결과와도 일치하는 것으로, 이는 남성은 여성보다 신체상, 아름다움, 또는 이상적 신체상의 기준에 의해 영향을 덜 받는다는 연구(Brenner & Cununham, 1992; 송연수, 2009 재인용)결과와 여학생이 자신의 외모에 비판적이고 덜 매력적이라고 생각하며 부정적인 평가를 하고 있는 것으로 보고되고 있다는 선행연구(백혜영과 이선목, 2003)와도 부합된다. 또한, 송미현(2004)은 남학생 보다는 여학생이 외모에 대한 관심이 많기 때문에 그만큼 외모만족도가 낮은 것으로 보이며, 신체적 매력의 우리 사회에서 중요한 위치를 차지하고 있고 사회적 인식이 여학생에게 더욱 외모를 중시하게 하는 압력으로 작용한 결과로 보인다고 하였다. 김경진(2009)은 지나치게 여성의 외모를 중시하는 사회적 분위기, 여성의 상품화, 마스크의 연예인 내세우기 등의 외부요인이 원인인 것으로 판단된다고도 하였다. 하지만 성별로 유의

한 차이가 없었다는 연구(김경아, 2003; 김은경, 2005)와는 일치하지 않는 결과이다.

성별에 따른 학교적응의 차이에서도 여학생보다 남학생이 높은 것으로 나타나 여러 선행 연구들(김윤미, 2010; 이규옥, 2009; 이연숙, 2007)과도 일치하는 결과이나, 여학생이 남학생보다 학교적응을 잘 한다는 선행연구(김경선, 2005; 남민숙, 2006; 이영은, 2009; 이영훈, 2011 재인용; 이규원, 2010; 이쌍이, 2011)와, 유의미한 차이가 없었다는 연구결과(김은경, 2005; 신미라, 2005; 심경옥, 2006)와는 대조를 보이는 결과이다. 또한 자기효능감의 차이는 본 연구에서는 남학생이 더 높은 것으로 나타났으나, 여학생이 더 높은 경우(오승환, 2011; 이수진, 2008)와 남학생이 더 높은 경우(박경애, 2009; 이미숙, 2011)가 모두 보고되고 있어서 성별에 따른 자기효능감의 차이를 일관되게 주장하기에는 무리가 있어 보인다.

학교급에 따른 차이는 외모만족도 및 자기효능감은 유의한 차이가 없었으나 학교적응 수준은 초 6학년 집단이 중 2학년 집단과는 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 이는 학교적응의 차이는 고학년 학생일수록 저학년 학생에 비해 학교적응 양상이 부정적으로 나타난다는 황영희(2009)의 연구와, 학년이 올라갈수록 학업과 성적의 실패에 대한 부담이 크기 때문에 학업적 자기효능감이 떨어지고 이러한 부담이 학교환경에 적응을 낮게 하는 원인으로 작용했을 것이라는 이영훈(2011)의 연구와도 맥을 같이 한다. 또, 여중생과 여고생 집단을 비교·분석한 임인숙(2011)의 연구에서 외모만족도와 자기효능감에서는 차이가 없었고 학교적응에서만 차이를 보였다고 하는 결과와도 유사한 것이라 할 수 있다.

학교성적과 가정경제수준에 따른 차이는 동일한 결과를 보였는데, 상위권이라고 생각하는 집단의 외모만족도, 학교적응, 자기효능감이 가장 높게 나타났고 하위권이라고 생각하는 집단의 외모만족도와 학교적응, 중위권이라고 생각하는 집단의 자기효능감이 가장 낮게 나타났으며, 세 변인 모두 통계적으로 유의한 차이를 보였다. 학교성적은 상·중·하위권의 세 그룹 각각에서 유의한 차이를 보였으며, 가정경제수준에 따른 외모만족도는 상위 집단과 하위 집단 간에, 학교적응과 자기효능감은 상위 집단과 보통·하위 집단 간에서 차이를 보였다. 즉, 성적이 높을수록 외모에 만족하며 자기효능감도 높고 학교적응을 잘 한다는 것으로써, 성적이 높을수록 외모에 만족하며 반대로 성적이 낮을수록 외모에 만족하지 않는다는 연구(신미라, 2005; 허정문, 2011)결과와도 일치한다. 또 성적이 좋을수록, 경제적 수준이 상위층일수록 학교적응 유연성이 높다는 연구(강중원, 2011; 김윤미, 2009)를 지지하며, 성적이

높은 집단의 학생들이 하위 수준에 속하는 학생들보다 학교에 보다 잘 적응하고 있다는 선행연구(곽미숙, 2005; 이규원, 2010; 황영희, 2009)와도 부분적으로 일치하는 결과이다. 이것은 자신의 학교 성적수준을 높게 인식하는 학생일수록 학업에 대한 자신의 학습 능력을 믿는 정도가 뛰어나며, 스스로를 조절할 수 있는 효능기대가 높으며, 어려운 과제에도 도전적이라는 것을 알 수 있다(이영훈, 2011). 이처럼 자신의 학교성적이 높다고 생각할수록 외모만족도와 자기효능감이 높고 학교적응도 더 잘 할 수 있음을 유추해 볼 수 있다. 그러므로 자신의 성적수준을 높게 인식하는 학생에게는 현재의 상태를 계속 유지할 수 있도록 하는 격려와 지지가 필요하며, 학교성적 수준을 낮게 인식하는 학생에게는 적극적이고 긍정적인 사고로 자신감을 가지게 함으로써 학습의욕과 흥미를 유발하도록 하며 올바른 학습태도와 자기주도학습력 향상을 위한 맞춤형 지도와 관심이 필요할 것이다.

가정경제수준에 따른 차이에서도, 경제적 수준이 높을수록 외모에 만족하며 자기효능감도 높고 학교적응을 잘 한다는 것을 의미하는 것으로서, 경제적 여건이 허락하면 외모를 치장하는데 필요한 의류, 미용소품, 액세서리 등의 구입에 필요한 지출이 가능하고 이로 인해 외모에 대한 자신감을 가질 수 있으므로 자기효능감도 높아질 수 있다고 할 수도 있다. 이렇게 본인이 생각하는 학교성적과 가정경제수준에 따라 외모만족도와 자기효능감에서 차이를 보이는 것은 객관적 기준에 의한 평가보다는 자신을 둘러싸고 있는 부가적인 외적 요인에 따라 스스로에 대한 평가가 달라질 수도 있음을 의미한다고 할 수 있다. 또, 동일한 조건이나 상황에서도 개인의 판단기준이나 가치관에 따라서 현실을 받아들이고 만족하는 정도에는 개인 차이가 있을 것이다.

그러므로 자신의 성적이나 경제수준에 대한 만족도를 높이기 위한 방안으로 항상 긍정적인 마인드와 적극적인 사고로 자신을 존중하고 자신감을 키워줄 수 있는 교육적 배려가 요구된다. 즉, 자기 자신에 대한 긍정적인 생각들이 자신의 외모에 대해서도 긍정적으로 평가하게 되어, 결과적으로 외모에 대한 만족도 또한 높아지게 만드는 것(이경희, 2011)이므로 이에 대한 적극적인 관심과 교육적 환경조성이 필요할 것이다. 나아가 학교성적이거나 가정경제수준이 실제로 낮은 학생들에 대해서는 학교현장의 교사들이 더 각별한 애정과 관심을 가지고 그들이 자신감을 가지고 학교생활을 할 수 있도록 도와주어야 할 것이다. 하지만 주관적 경제수준과 학교부적응의 차이는 관계가 없는 것으로 나타난 김풍기(2011)의 연구와, 가정형편에 따른 외모만족도의 차이를 발견하지 못했다는 허

정문(2011)의 연구와는 일치하지 않는 결과이므로 앞으로도 좀 더 많은 연구들이 필요하다고 사료된다.

셋째, 청소년의 외모만족도, 자기효능감, 학교적응의 관계에 대해 요약하고 논의하면 다음과 같다. 먼저, 외모만족도와 자기효능감은 유의미한 정적 상관관계를 보였다. 이는 외모만족도가 높을수록 자기효능감 수준도 높아지는 것으로서, 자신의 외모가 사회·문화적 기준에 근접하면 외모만족도가 높아지게 되고 이로 인해 자기효능감도 함께 높아진다는 이경희(2011)의 연구와도 일치하는 결과이다. 외모에 만족하지 못할 때 자기효능감이 낮아지게 되고 자신을 무가치하고 쓸모없는 것처럼 여기고 다양한 문제들을 야기하게 되고, 또한 자기에 대한 부정적인 평가들이 외모만족도를 낮게 함으로써 외모만족도와 자기효능감은 순환적인 인과관계를 형성하기도 한다는 연구(추영미, 2005)와도 같은 맥락이라 하겠다.

외모만족도와 학교적응 간에도 유의한 정적 상관관계를 보였는데, 이는 외모만족수준이 높은 아동일수록 타인과의 관계 형성에서도 자신의 외모에 대한 긍정적인 자각이 타인에게도 우호적으로 작용한 결과라고 볼 수 있으며(이연숙, 2007), 자신의 외모에 만족할수록 학교적응을 잘 한다는 선행연구(송미현, 2004; 송연수, 2009; 신미라, 2005)와도 일치하는 결과이다. 또 학교생활적응을 잘 할수록 외모스트레스는 감소하고 외모스트레스가 높을수록 학교생활적응을 못 한다는 김경진(2009)의 연구와도 유사한 결과이다.

자기효능감과 학교적응 간에도 정적 상관관계를 보였으며, 자기효능감은 학교적응의 하위요인 중 학교생활적응과의 관계가 가장 높은 것으로 나타났다. 이는 자기효능감이 높을수록 학교적응도 높다는 여러 선행연구(Bandura, 1986; 김문정, 2003; 김미숙, 2001; 문명애, 2001; 박병기, 2006; 서윤경, 2003; 홍애숙, 2008)들을 지지하는 결과이다. 또한 자기효능감이 높을수록 좋은 학업성적을 올릴 수 있고 학교생활 및 친구관계, 가족관계 등 사회성과도 밀접한 관계를 가지며, 외모스트레스가 증가할수록 자기효능감이 낮아지고 학교생활의 교사와의 관계, 교우관계, 수업태도 등에 부적인 영향을 미친다고 하는 연구(김경진, 2009)결과도 보고되고 있어서 학교적응은 자기효능감과도 관련 있음을 시사하고 있다.

이와 같이 본 연구에서의 세 가지 변인, 즉 외모만족도, 자기효능감, 학교적응 간에는 서로 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 즉, 외모만족도가 높거나 자기효능감이 높으면 학교적응도 잘하는 것으로 나타났고, 마찬가지로 자기효능감이 높으면 자기 자신에 대해 긍정적으로 생각하게 되고, 자신의 외모에 대한 평가도 긍정적으로 하게 되어 외모에 대한 만족도

또한 높아지는 것이라고 할 수 있다. 따라서 여러 가지 다양한 교육 프로그램들을 구안하여 외모만족도를 높이기 위한, 또 자기효능감 증진을 위한 인성교육적 측면에 주안점을 둔다면 학교적응 능력도 함께 높일 수 있을 것이라 여겨진다.

넷째, 청소년의 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향에 있어서 자기효능감의 매개효과에 대해 요약하고 논의하면 다음과 같다.

자기효능감은 청소년의 외모만족도와 학교적응의 관계에서 매개효과를 갖는 것으로 나타났고, 외모만족도와 학교적응의 하위요인 중 학교교사적응, 학교수업적응, 학교친구적응과의 관계에서도 부분 매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 이는 청소년의 외모만족도가 학교적응의 하위요인(학교교사적응, 학교수업적응, 학교친구적응)에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라, 자기효능감을 통하여 간접적으로도 영향을 미친다는 것을 의미한다. 특히, 자기효능감은 외모만족도와 학교적응의 하위요인 중 학교생활적응과의 관계에서는 완전 매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 이는 외모만족도가 학교적응에 직접적인 영향을 미치지 보다는, 자기효능감을 매개로 하여 학교적응에 간접적으로 영향을 미치고 있음을 의미한다. 그러므로 자기효능감은 외모만족도와 학교적응의 관계에서 중요한 변인이며, 외모와 학교적응의 문제를 가진 청소년에게 자기효능감의 강화가 자기치유의 역할을 하는 심리 치료적 개입효과를 가져올 수도 있음을 시사하는 것이라 할 수 있다.

이와 관련하여 Bandura (1986)는 자기효능감은 쉽게 변하지 않는 개인적 특질과는 달리 비교적 변하기 쉬운 특질로 완수 경험, 신체적 또는 정서적 각성, 대리 경험, 그리고 사회적 설득 등에 의해 형성된다고 하였다(이미현, 2011 재인용). 이는 학생들에게 본인의 노력에 의해 달성할 수 있는 과업들이 지속적으로 주어진다면 자기효능감도 높아질 수 있음을 의미한다고 할 수 있다. 다시 말해서, 자신의 의지와는 무관하게 출생시 이미 형성되어 변화하기 어려운 외모의 영향으로 인한 현재의 학교적응에 미치는 부정적인 면은 줄이고, 학교생활의 만족도를 높이기 위해서는 본인의 의지로 조절이 가능한 자기효능감 수준을 높이는 것이 보다 더 효과적이고 실현성 있는 방법이 될 수도 있음을 의미한다고 할 수 있다. 그러므로 건전한 가치관을 가져 자신을 있는 그대로 수용하고 자아정체성 확립으로 긍정적인 외모인식을 가지며 그러한 결과가 학교적응력 향상이라는 결과를 가져올 수 있도록 하기 위한 다양한 자기효능감 증진 프로그램이나 지도 방안들을 적극적으로 개발하고 적용해야 할 것이다.

종합하여 볼 때 본 연구는 외모만족도는 청소년의 학교적응

에 영향을 미치는 요인이라는 점과, 자기효능감은 학교적응에 매개역할을 하는 중요한 수단이라는 점, 그리고 외모만족도가 학교적응의 하위요인인 학교생활적응에 미치는 영향에서 자기효능감의 매개효과로 인해서 그 영향력이 상쇄됨을 보여주고 있다. 따라서 앞으로 청소년들의 학교적응력 향상을 위한 여러 가지 교육 프로그램을 계획함에 있어 주요하게 다루어야 할 변인중의 하나로 자기효능감의 중요성을 부각시켰다는 점에 본 연구의 의의를 둘 수 있다. 나아가 외모지상주의로 일컬어지기도 하는 우리 사회에서 자기효능감을 높이고 원만한 학교생활을 돕기 위한 방안의 하나로서, 외모 및 신체불만족에 대한 적절한 지도와 더불어 자신의 외모에 대한 긍정적인 인식과 함께 자아존중감 또는 자신감을 심어주기 위한 외모인식 개선이나 자기효능감 증진 등의 상담프로그램이나 인성교육 자료의 개발과 적용의 필요성을 제시했다는 점에서도 그 의미를 찾을 수 있을 것이다.

본 연구의 결과에 근거하여 보다 청소년들의 원만한 학교적응을 위하여 외모만족 및 자기효능감 수준을 향상시키기 위한 방향 제시 및 연구의 제한점과 향후 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 외모만족도는 학교적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 외모만족도는 청소년의 학교적응에 정적인 영향을 미치는 중요한 변수이므로 외모만족도를 향상, 또는 개선시키려는 교육적 노력들이 필요할 것이다. 따라서 앞으로의 연구에서는 외모인식개선 프로그램이나 상담·인성교육 프로그램을 활용한 실천 사례중심의 연구들이 많이 이루어져 부정적인 신체상을 개선하고 자신의 가치를 재인식시킬 수 있는 기회들을 다양하게 제공한다면 학교적응 능력도 높일 수 있을 것이다. 더 나아가 외모에 대한 올바른 가치관과 긍정적인 자아상 확립 및 건강한 아름다움의 이상을 정립하여 스스로에 대한 자신감 및 자존감을 고취시키고, 원만한 교우관계와 성숙한 학교생활을 통해 건전한 청소년으로 성장할 수 있도록 도와줄 수 있을 것이다.

둘째, 외모만족도가 학교적응에 영향을 미치는 과정에서 자기효능감은 부분, 또는 완전 매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 즉, 자기효능감은 외모만족도가 학교적응에 영향을 미치는 과정에서 중요한 변수이므로 자기효능감을 향상시킬 수 있는 다양한 방안들을 모색해야 할 것이다. 자신있고 당당한 학교생활의 원천이 되는 자기효능감 증진을 위한 다양하고 구체적인 인성교육 프로그램들이 개발되어 학교현장에서 적극적으로 지도, 활용될 수 있도록 배려하는 것이 중요하다고 본다.

셋째, 연구 대상자들을 제주특별자치도에 거주하는 청소년으로 한정했기 때문에 연구결과를 전체 청소년으로 일반화시키기에는 무리가 있고 연구결과가 대표성을 갖기에는 미흡하다. 앞으로 후속연구에서는 더 다양한 학년과 지역을 대상으로 표집된 연구가 실시되어야 할 것이다.

넷째, 본 연구결과는 자기 기입식의 설문지 방법만을 통하여 얻은 결과이므로 조사대상자들의 의견을 제대로 반영하지 못했을 수 있다. 따라서 향후 후속연구에서는 심층면접이나 관찰법등의 다른 방법과 병행한 연구들이 진행된다면 더 의미 있는 결과를 얻을 수 있을 것이다.

다섯째, 본 연구에서는 청소년의 외모만족도가 자기효능감에 미치는 영향과 자기효능감이 학교적응에 미치는 영향을 봄으로써 자기효능감을 매개로 한 위계적 회귀분석을 사용해서 연구하였지만, 향후 연구에서는 청소년의 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향에 대한 직·간접효과를 살펴보기 위한 경로분석이 필요할 것이다.

여섯째, 본 연구에서는 청소년의 학교적응과 관련된 변인으로 외모만족도와 자기효능감의 영향만을 다루었다. 또, 본 연구결과에서 나타난 바와 같이 청소년의 학교적응에 영향을 미치는 하나의 요인으로 외모만족도와외의 관계도 배제할 수는 없으나, 그 자체 보다는 자기효능감 등의 외적 변인에 따라서도 학교적응의 정도가 많이 달라짐을 알 수 있었다. 그러므로 학교적응을 돕기 위해 어느 한 요인을 강조하기 보다는 그들을 둘러싼 심리, 정서와 관련된 다양한 외부 변인들을 고려한 후속연구들이 많이 이루어진다면 학교적응에 영향을 미치는 요인들과, 청소년들의 정서와 행동을 보다 더 심층적으로 이해하는데 도움이 될 것이다.

참고문헌

강남준, 김두섭(2008). 기초와 응용 회귀분석. 파주: 나남.
 강중원(2011). 청소년의 학교적응 유연성에 영향을 주는 요인 연구. 침례신학대학교 석사학위논문, 대전.
 광미숙(2005). 중학생의 인터넷 중독 및 자아존중감과 학교적응의 관계. 서남대학교 석사학위논문, 남원.
 김경선(2005). 초등학생의 자아개념과 학교생활적응의 관계. 홍익대학교 석사학위논문, 서울.
 김경아(2003). 아동과 청소년의 외모 및 신체만족과 심리적 특성간의 관계. 성신여자대학교 석사학위논문, 서울.
 김경진(2009). 중학생의 외모스트레스와 자기효능감이 학교적응에 미치는 영향. 전주대학교 석사학위논문, 전주.
 김문정(2003). 완벽주의 성향과 자기효능감 및 학교적응의 관계. 홍익대학교 석사학위논문, 서울.

김미숙(2001). 초등학생의 발표불안과 자기효능감 및 학교생활 적응도. 서강대학교 석사학위논문, 서울.
 김용래(2000). 학교학습동기척도와 학교적응척도의 타당화 및 두 척도 변인 간의 관계. 교육연구논총, 홍익대학교 교육연구소, 17, 3-37.
 김윤미(2010). 청소년의 학교생활에 관한 연구. 관동대학교 석사학위논문, 강릉.
 김은경(2005). 아동의 외모만족도, 신체만족도와 자아존중감, 학교생활부적응간 관계. 춘천교육대학교 석사학위논문, 춘천.
 김풍기(2011). 고등학생의 심리 행동적 특성 및 부모의 양육태도가 학교적응에 미치는 영향에 관한 연구. 동명대학교 석사학위논문, 부산.
 남민숙(2006). 아동이 지각한 부모-자녀간의 의사소통 유형과 학교적응과의 관계. 춘천교육대학교 석사학위논문, 춘천.
 문명애(2001). 자아개념과 자아효능감 및 학교생활적응도. 서강대학교 석사학위논문, 서울.
 박경애(2009). 초등학생의 건강관련체력과 운동행동변화단계에 따른 자기효능감과 신체적 자기개념의 인지분석. 경기대학교 박사학위논문, 수원.
 박병기(2006). 중학생의 자기효능감과 학교적응 및 스트레스 대처방식과의 관계. 강원대학교 석사학위논문, 춘천.
 백혜영, 이선목(2003). 서원대생의 외모지상주의에 관한 연구. 서원대학교 학생생활연구집, 21 (2), 167-178.
 서윤경(2003). 청소년의 외모만족도와 자존감 및 학업성취도와의 관계. 숙명여자대학교 석사학위논문, 서울.
 송미현(2004). 고등학생의 외모만족도와 자아존중감 및 학교적응의 관계. 건국대학교 석사학위논문, 서울.
 송연수(2009). 청소년의 외모에 대한 태도와 지각된 사회적지지 및 학교생활적응과의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문, 서울.
 신미라(2005). 중학생의 신체만족도와 학교생활적응과의 관계. 아주대학교 석사학위논문, 수원.
 심경옥(2006). 초등학생의 외모만족도와 대인관계 및 학교적응과의 관계. 아주대학교 석사학위논문, 수원.
 심계화(2004). 초등학생이 지각한 학급풍토와 자기효능감 및 학업성취의 관계. 춘천교육대학교 석사학위논문, 춘천.
 오승환(2011). 초등학생의 체력과 자기효능감, 감성지수 및 학업성취과의 관계. 세종대학교 석사학위논문, 서울.
 이경희(2011). 대학생의 우울, 자기효능감이 대인관계성향에 미치는 영향: 외모만족도의 매개효과. 한서대학교 박사학위논문, 서산.
 이규욱(2009). 청소년기 외모만족도와 자아존중감이 학교적응에 미치는 영향. 꽃동네 현도사회복지대학교 석사학위논문, 청원.
 이규원(2010). 청소년의 자아개념이 학교생활적응에 미치는 영향. 관동대학교 석사학위논문, 강릉.
 이미숙, 김종규, 이남주, 김웅준(2011). 초등학생의 교육청별 비만수준에 따른 자기효능감과 건강관련체력. 한국체육측정평가학회지, 13 (1), 91~103.
 이미현(2011). 청소년의 신체상이 사회불안에 미치는 영향: 자기효능감의 매개효과. 성신여자대학교 석사학위논문, 서울.
 이수진(2008). 집단미술활동이 초등학교 아동의 자기효능감에 미치는 효과. 울산대학교 석사학위논문, 울산.

- 이쌍이(2011). **아동의 자아탄력성이 학교생활적응에 미치는 영향**. 국민대학교 석사학위논문, 서울.
- 이연숙(2007). **초등학생의 외모만족도와 성이 자기효능감, 학교적응 및 성취동기에 미치는 영향**. 관동대학교 석사학위논문, 강릉.
- 이영은(2009). **초등학생의 성별 및 형제구성에 따른 학교 적응 능력 및 성격 특성 비교**. 창원대학교 석사학위논문, 창원.
- 이영훈(2011). **학업적 자기효능감과 자기조절학습이 학교적응에 미치는 영향**. 관동대학교 박사학위논문, 창원.
- 이주아(2005). **아동기의 외모만족도에 대한 사회문화적 영향**. 서울여자대학교 석사학위논문, 서울.
- 임수연(2010). **원가족의 건강성이 부부관계에 미치는 영향에 있어서 자기분화의 매개효과**. 탐라대학교 석사학위논문, 제주.
- 임인숙(2011). **여학생의 외모만족도와 자기효능감 및 학교적응의 차이 분석**. 수원대학교 석사학위논문, 수원.
- 임지혜(2011). **여자 청소년의 외모만족도가 자아존중감 및 학교생활적응에 미치는 영향**. 명지대학교 석사학위논문, 서울.
- 정인영(2000). **청소년기의 신체상에 대한 만족도 분석**. 한국고원대학교 석사학위논문, 청원.
- 조미라(2011). **초등학생 남녀의 외모만족도에 따른 또래관계, 자존감의 차이 분석**. 경희대학교 석사학위논문, 서울.
- 추영미(2005). **자아존중감 증진 프로그램이 청소년들의 자아존중감, 자기효능감, 정신건강에 미치는 효과**. 계명대학교 석사학위논문, 대구.
- 허정문(2011). **농촌 중학생의 외모만족도가 학교적응에 미치는 영향에 관한 연구(대인관계와 자아존중감의 매개효과를 중심으로)**. 대신대학교 석사학위논문, 경산.
- 홍애숙(2008). **중학생의 스트레스 및 자기효능감과 학교적응과의 관계**. 부경대학교 석사학위논문, 부산.
- 황영희(2009). **중학생의 학교생활 적응에 관한 연구**. 관동대학교 석사학위논문, 창원.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundation of thought and action: A social cognitive theory* (pp. 335-453). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Brenner, J. B., & Cununham, J. G. (1992). Gender differences in eating attitudes, body concept, and self-esteem among models. *Sex Roles*, 27(7-8), 413-437.
- Mendelson, B. K., & White, D. R. (1993). *Manual for the Body-Esteem Scale for children*. Unpublished manuscript, Concordia University, Montreal, Quebec.