

초등학교 6학년 아동이 지각하는 일상적 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향에서 낙관적 사고의 중재효과*

The Moderating Effect of Optimistic Thinking on the Relationship between Sixth-Grade Elementary School Children's Daily Hassles and Subjective Well-Being*

노지운(Jee-Un Noh)¹⁾

신나나(Nana Shin)²⁾

ABSTRACT

The current study examined the relations between sixth-grade elementary school children's perceptions of daily hassles, optimistic thinking, and subjective well-being. This study also investigated the moderating effect of optimistic thinking on the relationship between daily hassles and subjective well-being. A total of 474 sixth-grade elementary school children participated in this study. First, children's daily hassles were negatively related to optimistic thinking and subjective well-being. As children perceived higher levels of daily hassles, they showed lower levels of optimistic thinking and subjective well-being. Children's optimistic thinking was positively related to subjective well-being. Second, children's optimistic thinking moderated the relations between daily hassles and subjective well-being. Specifically, for children with higher levels of optimistic thinking, their subjective well-being decreased with increasing levels of daily hassles related to parents and teachers. However, for children with lower levels of optimistic thinking, there was no relation between daily hassles and subjective well-being. These findings suggest that optimistic thinking could be an important means by

* 본 논문은 2013년도 이화여자대학교 석사학위 청구논문의 일부임.

¹⁾ 이화여자대학교 대학원 아동학과 석사

²⁾ 이화여자대학교 대학원 아동학과 조교수

Corresponding Author : Nana Shin, Department of Child Development, Ewha Womans University, 52, Ewhayodae-gil, Seodaemun-gu, Seoul 120-750, Korea.
E-mail : nanashin@ewha.ac.kr

which we could improve children's subjective well-being, especially when they experience higher levels of daily hassles.

Keywords : 일상적 스트레스(daily hassles), 낙관적 사고(optimistic thinking), 주관적 안녕감(subjective well-being), 초등학교 6학년 아동(sixth-grade elementary school children).

I. 서론

최근 긍정 심리학(positive psychology)에 대한 관심이 대두되면서 개인의 행복하고 건강한 삶과 같은 긍정적인 측면의 중요성이 재조명되고 있다. 긍정심리학에서는 인간의 삶을 더욱 풍요롭게 하는 경험 중 하나가 긍정적인 주관적 상태 또는 행복, 사랑, 친밀감, 만족감과 같은 긍정적 정서를 경험하는 것이라 설명한다 (Seligman & Chikszentmihalyi, 2000). Seligman과 Chikszentmihalyi(2000)는 인간 행동의 부정적 측면들을 개선시키고자 하는 노력에서 벗어나 인간 행동의 긍정적 측면들을 연구하고 촉진시키는 것의 중요성을 강조하였다. 개념에서의 변화 또한 일어났는데, 과거에는 개인의 행복 혹은 안녕을 병리, 질병, 역기능과 같은 부정적인 측면이 없는 상태로 보는 견해가 강하였으나, 최근에는 기본적인 물질적 욕구가 충족됨에 따라 개인의 강점과 긍정적인 측면을 고려한 속성을 행복 혹은 안녕으로 봐야한다는 주장이 힘을 얻고 있다(Frisch, 2000; Keyes, 1998).

하지만 국내 아동 및 청소년들의 행복감과 안녕감은 여전히 매우 낮은 것으로 조사되고 있다. 한국방정환재단과 연세대학교 사회발전 연구소(2013)에서 전국 초등학교 고학년부터 고등학생 약 5000명을 대상으로 행복지수를 조사한 결과, 국내 아동 및 청소년의 행복지수는 경제협력개발기구(OECD) 국가 중 최하위로 나타

난 반면, 사교육비는 1위인 것으로 나타났다. 또한, 4명 가운데 1명은 행복하지 않다고 대답하였는데, 그 이유로는 1위가 학업 부담(36.3%)이었으며 그 다음으로는 진로 문제(18.6%)였다 (National youth policy institute, 2011). 이와 유사하게 2013년 5월에 동아일보 및 세이브더칠드런, 서울대 사회복지연구소가 공동 기획한 어린이행복종합지수에 관한 연구에서 행복지수와 관련된 8개의 영역(심신 건강, 행복 만족감, 부모 및 또래관계, 경제여건, 생활안전, 성적, 주거환경, 여유와 아량)을 살펴본 결과, 부모 및 또래와의 관계가 좋고 개인적 측면에서 여유와 아량이 넓은 어린이의 행복감이 가장 크고 경제 여건이나 주거환경 같은 객관적인 조건은 행복에 영향을 미치지 않았다. 이러한 연구결과들은 지나친 경쟁과 교육열, 그리고 자녀에 대한 과잉기대가 만연한 우리나라의 사회적 분위기로 인해 아동 및 청소년의 주관적 안녕감이 위협받고 있으며, 아동이 행복감을 느끼기 위해서는 경제적인 충족보다는 지지적인 주변 환경과의 관계나 안정감을 주는 것이 더 중요함을 시사하고 있다. 특히 초등학교 6학년 시기는 발달단계 상으로 볼 때 청소년기로 진입하는 전환기로 신체적 발달과 더불어 심리적 성숙으로 많은 변화를 경험하고, 시험과 학업량이 급작스럽게 많아지면서 다양한 스트레스에 노출될 수 있기 때문에 주관적 안녕감이 낮은 시기일 수 있어(Jo, 2011; Lee & Yang, 2007; Yang & Han, 2007)

이 시기 아동의 주관적 안녕감을 향상시키기 위한 노력이 필요하다.

주관적 안녕감은 심리적 안녕감, 행복감, 삶에 대한 만족도 등 다양한 용어로 연구되어 왔다. 주관적 안녕감이라는 용어는 행복을 평가하는 데 있어 중요하게 고려되었던 수입이나 건강 등과 같은 객관적인 요인이 실제 경험하는 행복감과 관련성이 낮은 것으로 보고되면서 (Campbell, 1956) 부각되기 시작한 용어이다. 주관적 안녕감이란 개인이 자신의 삶의 질적 수준을 긍정적으로 판단하는 것(Veenhoven, 1991)이며, Szalai(1980)는 개인이 일상생활에서 정서적으로 느끼는 행복감, 만족감을 주관적 안녕감이라고 정의 내렸다. 주관적 안녕감에 관한 연구는 대부분이 성인이나 청소년을 대상으로 하였지만 최근 여러 연구들에서 주관적 안녕감이 아동의 신체적, 정서적, 인지적, 사회적 영역 등의 여러 발달측면과 밀접한 관련이 있다는 점이 보고되면서 아동기 주관적 안녕감의 중요성이 강조되고 있다(Csikszentmihalyi, Rathunde, & Whalen, 1993; Frisch, 2000; Harker & Keltner, 2001; Holder & Coleman, 2008; Huebner, 1991; Kim, 2008; Park & Peterson, 2006; Yoo & Bang, 2011). 따라서 아동의 주관적 안녕감을 증진시키기 위한 선행요인들에 대한 관심이 높아졌는데, 이러한 선행요인들은 크게 아동을 둘러싼 환경적 측면과 성격특성과 같은 아동의 개인적 측면으로 나눌 수 있다(Csikszentmihalyi & Hunter, 2003; Emmons & Diener, 1985).

먼저 주관적 안녕감에 영향을 미치는 환경적 측면을 살펴보면, 대표적으로 연구된 것이 아동이 경험하는 일상적 스트레스(daily hassles)로, 일상적 스트레스란 사소할 수 있지만 역할을 수행할 때 짜증과 고민을 유발할 수 있는 스트레스를 의미한다. 최근 연구들은 아동이 일상에서

경험하는 사소한 문젯거리가 잦은 빈도로 발생하여 누적될 경우 신체적 적응(Lee, 2004; Omizo, Omizo, & Suzuki, 1988; Ryu, 1994)에 영향을 미칠 뿐 아니라 우울과 불안과 같은 심리적, 정신적 적응에 부정적인 영향을 미치며(Herman-Stahl & Petersen, 1999; Kim & Lee, 2009; Lee, 2004; Lee, 1995; Park & Moon, 2005; Towbes, Cohen, & Glyshaw, 1989), 이후의 심리적 건강이나 적응 또한 예측하는 것으로 보고하고 있다(Crnic & Greenberg, 1990; DeLongis, Coyne, Dakof, Folkman, & Lazarus, 1982; Johnson & Bornstein, 1991). 또한 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향을 살펴본 연구들에서는, 스트레스가 높을수록 주관적 안녕감이 낮아지는 것으로 보고하고 있다(Folkman, 1984; Lee, Doh, Choi, & Ku, 2010; Park, 2011). 이러한 연구결과들은 아동이 빈번하게 경험하는 사소한 스트레스들이 주관적 안녕감에 위험요인으로 작용할 수 있음을 보여주고 있다.

선행연구들은 또한 주관적 안녕감이 감사성향(Froh, Sefick, & Emmons, 2008), 놀이성(Kwak, 2012), 자아존중감(Ka, Cho, & Lim, 2008), 낙관적 사고(Yoo & Bang, 2011) 등과 같은 아동의 개인적 특성에 의해서도 영향을 받는다고 보고하고 있다. 이중에서 낙관적 사고는 가까운 미래에 자신이 경험하게 될 사건이나 상황에 대한 긍정적인 기대뿐 아니라 앞으로 좋은 일이 많이 생길 것이라 여기는 보편적 기대감을 포함하는 개념(Carver & Gaines, 1987; Scheier & Carver, 1992)으로, 심리적 건강에 긍정적인 기능을 담당하는 중요한 변인으로 알려져 왔다(Creed, Patton, & Bartrum, 2002). 낙관적 사고와 심리적 적응, 혹은 안녕감 간의 관계를 살펴본 연구는 주로 성인을 대상으로 이루어졌는데, 이러한 연구들에서는 일반적으로 낙관적인 사

람들이 더 행복하고 삶에 대한 만족도가 크며 (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999), 낙관적 사고를 더 많이 할수록 어려운 상황에서 우울, 불안, 적대감, 정신증과 같은 심리적인 고통을 적게 경험하고 보다 더 안정적이고 긍정적으로 상황에 적응해 나간다고 보고하고 있다(Scheier & Carver, 1987, 1993; Yang, Lee, & Lee, 2006). 성인을 대상으로 한 연구들에 비해 아동 및 청소년을 대상으로 하는 연구는 비교적 최근에서야 나타나기 시작하였는데, 낙관적 사고를 가진 청소년이 우울 혹은 절망감과 같은 부정적인 심리적 적응을 덜 보였으며(Chang & Sanna, 2003), 낙관적 사고 수준이 높은 아동이 자신의 삶에 대한 주관적 평가가 긍정적인 것으로 나타났다(Kim & Lee, 2008; Yoo & Bang, 2011). 이러한 결과들을 통해 개인의 특성 중 하나인 낙관적 사고가 성인기 뿐 아니라 아동기에도 주관적 안녕감에 긍정적인 영향을 미치는 중요한 요인임을 알 수 있다.

이러한 선행 연구들을 통해 아동이 지각하는 일상적 스트레스와 낙관적 사고가 아동의 주관적 안녕감과 밀접한 관련이 있는 변인임을 알 수 있다. 하지만 실제로 이러한 세 변인 간의 관련성을 함께 살펴본 연구에서는, 스트레스가 안녕감 혹은 적응에 미치는 직접적인 영향이 크지 않았으며, 동일한 스트레스를 받았다고 할지라도 개인에 따라 적응 여부에 차이가 있는 것으로 나타나 스트레스에 대한 반응이 개인에 따라 다르게 나타나고 있음을 보고하고 있다(Compas, Malcarne, & Fondacaro, 1988; Kessler, Price, & Wortman, 1985). 이러한 연구들은 스트레스 상황에서 자아존중감, 낙관적 사고 등과 같은 개인의 심리적 자원이나 사회적 자원이 스트레스의 부정적인 영향을 완충하거나 개인을 보호해준다고 제안하는 스트레스 저항모델에

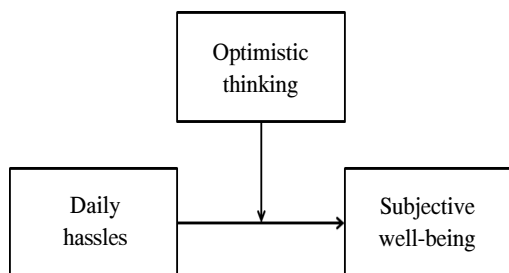
근거하고 있다(Cohen & Wills, 1985; Holahan & Moos, 1991; Tram & Cole, 2000). 특히 스트레스 저항모델에서 제시하는 심리적 자원이나 사회적 자원을 보호요인이라 하며, 실제 연구들에서도 낙관적 사고가 청소년의 삶의 질 측면에서 보호요인으로 작용하며(Hwang, 2011), 낙관적인 사람들은 희망이 넘치고 자신의 주변에서 일어나는 일들을 긍정적으로 보며 역경상황에서도 일시적으로는 충격을 받지만 곧 회복된다고 보고하고 있다(Lee, 2012; Seligman, 1991). 아동을 대상으로 낙관적 사고의 중재적 효과를 살펴본 연구는 많지 않지만, 스트레스 상황과 우울이나 삶의 만족도 등과 같은 신체적, 심리적 적응 간의 관계에서 낙관적 사고의 중재적 역할을 보고한 연구들이 나타나고 있는데(Chang, 1998; Chang, 2002; Lai, 2009; Murberg, 2012), 이를 통해 낙관적 사고가 부정적 상황에서도 긍정적인 기대감을 가지게 하여 부정적 상황에 잘 대처하고 목표를 성취하게 함을 알 수 있다(Murberg, 2012). 또한, 낙관적 사고와 유사한 개념인 청소년이 지각하는 미래에 대한 희망이 학교에서 경험하는 스트레스와 심리적 고통간의 관계, 그리고 자기문제 스트레스와 신체 증상 간의 관계를 중재하는 것으로 나타나(Jang & Go, 2010), 낙관적 사고를 더 많이 하는 사람이 스트레스 상황에서 절망하거나 회피하기보다는 미래에 대한 긍정적인 기대를 가지고 효율적으로 대처함으로써(Lee, 2012) 주관적 안녕감에 긍정적으로 작용할 것이라 예측해 볼 수 있다.

종합해보면, 일상적 스트레스, 낙관적 사고 및 주관적 안녕감은 아동에게 중요한 변인으로 간주되지만, 특히 국내의 경우 환경적 특성인 일상적 스트레스와 개인적 특성인 낙관적 사고를 함께 고려하여 주관적 안녕감에 미치는 영향

을 살펴본 연구는 부족한 실정이다. 최근에는 많은 초등학교에서 낙관적 사고를 증진시키는 것을 목적으로 하는 프로그램들이 개발되어 그 효과가 입증되고 있는데(Chun, 2008; Lee 2007; Park, 2009; Yoon, 2002), 이를 통해 낙관적 사고가 아동에게 필요한 인지적 사고이며 이를 증진시키기 위한 기초연구로서 낙관적 사고에 대한 연구가 더 활성화 될 필요가 있음을 알 수 있다. 따라서 본 연구에서는 청소년기로의 진입을 앞둔 초등학교 6학년 아동을 대상으로 일상적 스트레스와 낙관적 사고 및 주관적 안녕감 간의 관계를 살펴보고, 일상적 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향을 낙관적 사고가 중재하는지 살펴보고자 한다.

본 연구의 연구문제와 연구모형은 다음과 같다 (Figure 1).

- <연구문제 1> 초등학교 6학년 아동의 일상적 스트레스, 낙관적 사고와 주관적 안녕감 간의 관계는 어떠한가?
- <연구문제 2> 초등학교 6학년 아동의 일상적 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향은 낙관적 사고에 의해 중재되는가?



(Figure 1) Moderating effects of optimistic thinking on the relationship between children's perceptions of daily hassles and subjective well-being

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 초등학교 6학년 아동이 지각하는 일상적 스트레스와 주관적 안녕감 간의 관계에서 낙관적 사고의 중재효과를 살펴보기 위하여 서울시 소재 4곳의 초등학교에 재학 중인 6학년 아동 474명(남아 250명, 여아 224명)을 대상으로 실시하였다. 초등학교 6학년 아동을 연구 대상으로 선정한 이유는 학령 후기 아동 중에서도 초등학교 6학년 시기가 특히 초등학교에서 중학교로의 전환을 앞둔 시기로 높은 수준의 심리적, 정서적 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다기 때문이다(Lee & Yang, 2007).

본 연구 대상자의 사회인구학적 특성을 살펴보면, 먼저 성별의 경우 남아가 250명(52.74%), 여아가 224명(47.26%)으로 남아가 여아보다 약간 높은 비율을 차지하였다. 출생순위의 경우, 둘째인 아동이 183명(38.60%)으로 가장 많았고 그 다음으로는 첫째인 아동이 134명(28.30%)이었다. 부모의 연령을 살펴보면, 아버지의 경우 40대가 402명(84.80%)으로 가장 많았고 그 다음으로 50대가 49명(10.30%)이었다. 어머니의 경우에는 아버지와 같이 40대가 379명(80.00%)으로 가장 많았고 그 다음으로는 30대인 어머니가 77명(16.20%)으로 나타났다. 부모의 교육 수준을 살펴보면, 4년제 대학교를 졸업한 아버지가 287명(60.50%)으로 가장 많았고 대학원 수료 및 졸업이 77명(16.20%)이었다. 어머니의 경우에는 4년제 대학교 졸업이 287명(60.50%)으로 가장 많았고 그 다음으로는 고등학교 졸업이 81명(17.70%)이었다. 마지막으로 아버지의 직업을 살펴보면 고위공무원 및 기업간부가 207명(43.70%)으로 가장 많았고 그 다음으로

회사원, 은행원, 공무원이 67명(14.20%), 기타 52명(11.00%)이 그 뒤를 이었다. 어머니의 경우 가정주부가 177명(37.30%)으로 가장 많았고 고위 공무원 및 기업간부가 101명(21.30%), 서비스직, 일반 사무직, 보안업무는 44명(9.30%)의 순으로 이어졌다.

2. 연구도구

본 연구의 조사도구는 초등학교 6학년 아동의 일상적 스트레스, 낙관적 사고 및 주관적 안녕감을 측정하기 위한 척도들로 구성되어 있다. 모든 척도들은 아동의 자기보고에 의해 측정되었으며, 각 문항은 ‘거의 그렇지 않다(1점)’, ‘그렇지 않은 편이다(2점)’, ‘그런 편이다(3점)’, ‘매우 그렇다(4점)’의 4점 Likert 척도로 구성되어 있다.

1) 일상적 스트레스

아동이 일상생활에서 경험하는 스트레스 정도를 측정하기 위하여 Rowilson과 Felner(1988)의 일상적 스트레스 척도(DHQ; Daily Hassles Questionnaire)를 한국 아동의 실정에 맞게 수정한 Han과 Yoo(1995)의 척도를 사용하였다. 일상적 스트레스 척도는 부모관련 스트레스(8문항), 가정환경관련 스트레스(7문항), 친구관련 스트레스(7문항), 학업관련 스트레스(7문항), 교사 및 학교생활관련 스트레스(7문항)의 5가지 요인으로 구성되어 있으며, 총 36문항이다. 문항의 예로는 부모관련 스트레스에는 ‘부모님이 늘 공부하라고 말씀하셔서 짜증이 난다.’, ‘부모님이 내 성적에 너무 신경을 쓰셔서 부담스럽다.’ 등이 있고, 가정환경관련 스트레스에는 ‘우리 가족이 나에게 관심을 보이지 않아 불만이다.’, ‘우리 집이 가난해서 속상하다.’ 등의 문항

으로 구성되어 있다. 친구관련 스트레스의 문항의 예로는 ‘친구들이 나를 무시하는 것 같아 속상하다.’, ‘친구들과 마음껏 어울리지 못해 불만이다.’ 등이 있으며, 학업관련 스트레스에는 ‘학업성적 때문에 신경이 많이 쓰인다.’, ‘열심히 노력해도 성적이 잘 오르지 않는다.’ 등이 있다. 교사 및 학교생활관련 스트레스에는 ‘선생님의 수업방식이 마음에 안 든다.’, ‘숙제가 많아서 부담스럽다.’ 등의 문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대한 자신의 평소 느낌이나 생각을 4점 척도로 응답하도록 하였으며, 각 요인별 문항간 내적 합치도(Cronbach's α)는 부모관련 스트레스 .85, 가정환경관련 스트레스 .83, 친구관련 스트레스 .89, 학업관련 스트레스 .83, 교사 및 학교생활관련 스트레스 .77이었다.

2) 낙관적 사고

아동의 낙관적 사고는 Life Orientation Test-Revised(LOT-R; Scheier, Carver, & Bridges, 1994) 척도를 참고하여 Kim과 Lee(2008)가 국내 실정에 적합하게 개발한 아동의 성향적 낙관성 척도(CLOT; The Children's Life Orientation Test)를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 자신이 경험하게 될 사건이나 상황을 긍정적으로 기대하는지를 측정하는 낙관적 사고 문항 10문항과 질문자의 의도를 파악하지 못하게 구성된 2개(문항 1, 9)의 허위문항(Filler item)이 포함되어 있다. 문항의 예로는 ‘내게는 나쁜 일보다는 좋은 일이 생길 것 같다.’, ‘난 운이 좋은 사람이다.’ ‘나에게는 주로 안 좋은 일들이 일어난다.’ 등이 있다. 부정적 진술문항은 역채점한 후 긍정적 진술 문항과 합산한 후 평균을 산출하여 최종 분석에 사용하였고, 점수가 높을수록 낙관적 사고를 더 많이 하는 것을 의미한다. 낙관적 사고의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .76이었다.

3) 주관적 안녕감

아동의 주관적 안녕감은 Park과 Hong(2004)의 주관적 안녕감 척도를 Park과 Song(2007)이 재수정한 척도를 사용하였다. 주관적 안녕감 척도는 정적 효능 안녕, 부적 효능 안녕, 정적 정서 안녕, 부적 정서 안녕, 정적 관계 안녕, 부적 관계 안녕의 6가지 하위요인으로 이루어져 있으나, 본 연구에서는 긍정적 정서가 부정적 정서보다 적응적 행동을 더 잘 예측한다는 점(Watson & Clark, 1984)에 근거하여 정적 효능 안녕(4문항), 정적 정서 안녕(4문항), 정적 관계 안녕(4문항)만을 사용하였다. 또한, 주관적 안녕감의 개념이 자신의 경험, 기능, 관계의 질 등을 종합하여 평가하는 것이라는 점(Diener et al., 1999; Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002)에 근거하여 이러한 세 가지 하위 요인을 합하여 단일 요인으로 사용하였다. 문항의 예로는 ‘일단 일을 맡으면 제대로 해낸다.’, ‘나는 삶에서 편안함을 느낀다.’, ‘생활하면서 즐거움을 느낀다.’ 등으로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 주관적 안녕감을 더 높게 지각하는 것을 의미하며, 주관적 안녕감의 문항 간 내적 합치도(Cronbach's α)는 .91이었다.

3. 연구절차

본 조사는 서울시에 위치한 4곳의 초등학교에서 각 학교장의 동의하에 설문지를 배부하였다(21학급). 설문에 들어가기 전 각 담임교사에게 설문지 배부 방법과 응답 시 유의사항을 자세히 설명한 후, 교사들이 각 학급에서 설문을 실시하였다. 배부된 600부 중 551부가 회수되어 약 92%의 회수율을 보였다. 이들 중 불성실하게 응답한 77부의 자료를 제외하고 474부를 최종 분석에 사용하였다.

4. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 첫째, 연구대상의 사회인구학적 특성을 살펴보기 위해 빈도와 백분율을 산출하였고, 조사도구의 문항 간 내적합치도를 알아보기 위해 Cronbach's α 값을 산출하였다. 둘째, 예비분석으로 연구변인들의 평균 및 표준편차를 구하고, 각 연구 변인들끼리 성차가 있는지를 알아보고자 t 검정을 실시하였다. 셋째, 본 분석에서는 먼저 초등학교 6학년 아동이 지각하는 일상적 스트레스, 낙관적 사고 및 주관적 안녕감 간의 관계를 살펴보기 위하여 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다. 다음으로 일상적 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향을 낙관적 사고가 중재하는지 살펴보기 위하여 Baron과 Kenny(1986)의 절차에 의거해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 중재효과가 유의한 경우 Aiken과 West(1991)의 절차에 따라 사후검정(post-hoc)을 실시하였다.

Ⅲ. 결과분석

1. 예비분석

본 분석에 앞서 초등학교 6학년 아동의 일상적 스트레스와 낙관적 사고 및 주관적 안녕감에서의 성차를 살펴보기 위해 t 검정을 실시하였다. 그 결과, 일상적 스트레스의 하위요인 중 부모관련 스트레스에서만 유의한 성차가 나타났는데($t = 2.20, p < .05$), 남아($M = 1.89, SD = 0.60$)가 여아($M = 1.77, SD = 0.54$)보다 부모관련 스트레스를 더 많이 지각하였다. 낙관적 사고 및 주관적 안녕감에서는 유의한 성차가 나타

나지 않았다. 따라서 추후 분석에서는 전체를 대상으로 분석을 실시하였다.

2. 일상적 스트레스, 낙관적 사고 및 주관적 안녕감 간의 관계

초등학교 6학년 아동의 일상적 스트레스와 낙관적 사고 및 주관적 안녕감 간의 상관관계와 각 변인의 평균과 표준편차는 Table 1에 제시되어 있다. 상관관계를 구체적으로 살펴보면 첫째, 일상적 스트레스의 하위요인 모두 주관적 안녕감과 유의한 부적 상관관계를 가졌다($r_s = -.26 \sim -.36, p_s < .001$). 즉, 일상적 스트레스가 높을수록 주관적 안녕감이 낮았다. 둘째, 낙관적 사고와 주관적 안녕감 간의 관계는 정적으로 유의하였으며($r = .59, p < .001$), 낙관적으로 사고할수록 주관적 안녕감이 높았다. 마지막으로

일상적 스트레스의 하위요인 모두 낙관적 사고와 유의한 부적상관을 가지고 있는 것으로 나타나($r_s = -.35 \sim -.46, p_s < .001$), 일상적 스트레스가 높을수록 낙관적 사고를 덜 보였다.

3. 일상적 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향에서 낙관적 사고의 중재효과

일상적 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향을 낙관적 사고가 중재하는지 확인하기 위하여 일상적 스트레스의 하위요인인 부모관련 스트레스, 가정환경관련 스트레스, 친구관련 스트레스, 학업관련 스트레스, 교사 및 학교생활 관련 스트레스 각각과 낙관적 사고, 그리고 두 변인의 상호작용항을 독립변인으로 하고, 주관적 안녕감을 종속변인으로 하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 즉, 일상적 스트레스의 하위

<Table 1> Relations between daily hassles, optimistic thinking, and sixth-grade elementary school children's subjective well-being (N = 474)

Variables	1	2	3	4	5	6	7
<u>Daily hassles</u>							
1. Parents	-						
2. Home environment	.46	-					
3. Peers/friends	.28	.47	-				
4. Academic achievement	.52	.38	.35	-			
5. Teachers/School life	.42	.45	.43	.51	-		
<u>Optimistic thinking</u>							
6. Optimistic thinking	-.39	-.35	-.39	-.46	-.35	-	
<u>Subjective well-being</u>							
7. Subjective well-being	-.26	-.29	-.35	-.36	-.26	.59	-
M	1.83	1.32	1.45	2.02	1.53	2.92	3.08
SD	0.57	0.39	0.55	0.68	0.51	0.48	0.53

Note. All correlation coefficients are significant at the $p < .001$ level.

요인별로 위계적 회귀분석을 통해 낙관적 사고의 중재효과를 살펴보았다. 1단계에는 일상적 스트레스의 각 하위요인(A)과 낙관적 사고(B)를 투입하였고, 2단계에서는 일상적 스트레스의 각 하위요인과 낙관적 사고의 상호작용항(A×B)을 추가로 투입한 후 초등학교 6학년 아동의 주관적 안녕감에 유의한 영향을 미치는지 살펴보았다. 두 변인간의 상호작용항은 각 변인을 중심화(변인-변인의 평균)한 후 중심화한 두 변인을 곱하여 산출하였다. 그 결과, 낙관적 사고는 부모관련 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향과 교사 및 학교생활관련 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향을 중재하는 것으로 나타났다. 유의한 결과는 Aiken와 West(1991)의 사후검정(post-hoc) 절차를 따라 보다 구체적으로 살펴보았다.

1) 부모관련 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향에서 낙관적 사고의 중재효과

부모관련 스트레스와 주관적 안녕감 간의 관계에서 낙관적 사고의 중재효과를 살펴본 결과는 Table 2와 같다. 중재효과를 살펴보기 전 1단계

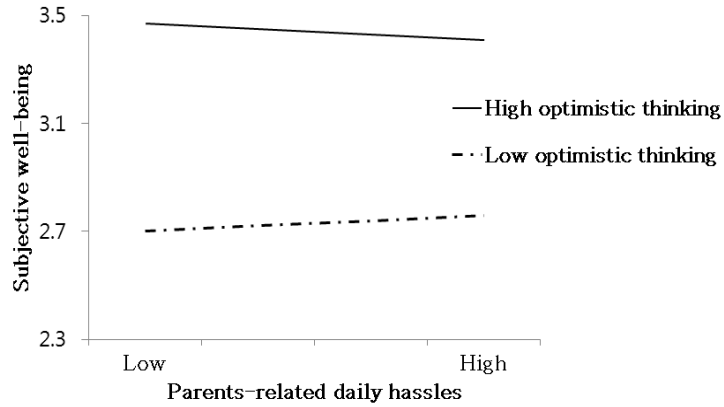
에서 부모관련 스트레스와 낙관적 사고를 동시에 투입하여 아동의 주관적 안녕감에 미치는 상대적 영향을 살펴본 결과, 낙관적 사고($\beta = .60, p < .001$)만이 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다으며, 두 변인은 함께 주관적 안녕감의 분산의 38%를 설명하였다. 2단계에서는 부모관련 스트레스와 낙관적 사고의 상호작용항을 추가로 투입한 결과, 부모관련 스트레스와 낙관적 사고가 상호작용하여 주관적 안녕감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = -.11, p < .01$). 상호작용항은 주관적 안녕감을 추가로 1% 더 설명하여 총 39%를 설명하였다.

유의한 상호작용을 구체적으로 살펴보기 위하여 부모관련 스트레스와 낙관적 사고를 평균을 중심으로 $\pm 1SD$ (상, 하) 집단으로 구분한 후, 부모관련 스트레스와 주관적 안녕감 간의 관계가 낙관적 사고의 수준이 높은 집단과 낮은 집단 간에 차이가 있는지를 살펴보았다(Aiken & West, 1991). 그 결과, 낙관적 사고 수준이 높은 집단의 주관적 안녕감은 낙관적 사고 수준이 낮은 집단보다 전반적으로 높았으며, 부모관련 스트레스가 높아질수록 주관적 안녕감이 낮아지

<Table 2> The moderating effect of optimistic thinking on the relationship between parents-related daily hassles and subjective well-being

Independent variables	Model 1		Model 2	
	<i>b</i>	β	<i>b</i>	β
Parents-related daily hassles (A)	-.04	-.03	-.06	-.04
Optimist thinking (B)	.81	.60***	.78	.58***
A × B			-.03	-.11**
<i>F</i> (<i>df</i> ₁ , <i>df</i> ₂)	142.24***(2, 471)		99.53***(3, 470)	
<i>R</i> ²	.38		.39	
ΔR^2			.01	

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



〈Figure 2〉 The moderating effect of optimistic thinking on the relationship between parents-related daily hassles and subjective well-being

는 것으로 나타났다. 반면, 낙관적 사고 수준이 낮은 집단의 경우 부모관련 스트레스에 상관없이 낮은 주관적 안녕감을 가지고 있었다(Figure 2).

2) 교사 및 학교생활관련 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향에서 낙관적 사고의 중재효과

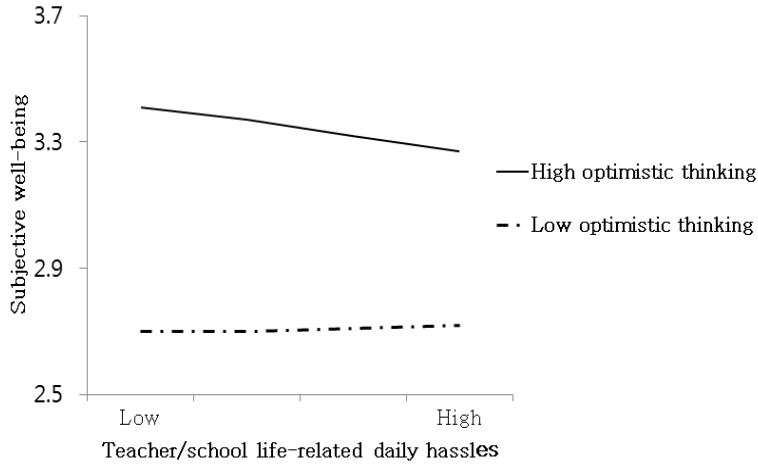
교사 및 학교생활관련 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향에서 낙관적 사고의 중재효

과를 살펴본 결과는 다음과 같다(Table 3). 먼저 1단계에서 교사 및 학교생활관련 스트레스와 낙관적 사고를 동시에 투입하여 상대적 영향을 살펴본 결과, 낙관적 사고($\beta = .58, p < .001$)만이 주관적 안녕감에 유의한 영향을 가지고 있는 것으로 나타났다. 두 변인은 함께 주관적 안녕감의 분산의 38%를 설명하였다. 2단계에서는 교사 및 학교생활관련 스트레스와 낙관적 사고의 상호작용항을 추가로 투입하여 아동의 주관

〈Table 3〉 The mediating effect of optimistic thinking on the relationship between teacher/school life-related daily hassles and subjective well-being

Independent variables	Model 1		Model 2	
	<i>b</i>	β	<i>b</i>	β
Teacher/school life-related daily hassles (A)	-.12	-.06	-.13	-.07
Optimistic thinking (B)	.79	.58***	.78	.58***
A × B			-.03	-.08*
<i>F</i> (<i>df</i> ₁ , <i>df</i> ₂)	144.00***(2, 471)		98.14***(3, 470)	
<i>R</i> ²	.38		.39	
ΔR^2			.01	

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



(Figure 3) The mediating effect of optimistic thinking on the relationship between teacher/school life-related daily hassles and subjective well-being

적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과, 교사 및 학교생활관련 스트레스와 낙관적 사고가 상호작용하여 아동의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = -.08, p < .05$). 또한, 상호작용항은 주관적 안녕감을 추가로 1%를 설명하였다.

상호작용항을 구체적으로 살펴보기 위하여 교사 및 학교생활관련 스트레스와 낙관적 사고를 평균을 중심으로 $\pm 1SD$ (상, 하) 집단으로 구분한 후, 교사 및 학교생활관련 스트레스와 주관적 안녕감 간의 관계가 낙관적 사고 수준이 높은 집단과 낮은 집단 간에 차이가 있는지를 살펴보았다(Aiken & West, 1991). 그 결과, 낙관적 사고 수준이 높은 집단이 낙관적 사고 수준이 낮은 집단보다 주관적 안녕감이 전반적으로 높았으나, 교사 및 학교생활관련 스트레스가 높아질수록 주관적 안녕감이 낮아지는 것으로 나타났다. 낙관적 사고 수준이 낮은 집단의 경우 교사 및 학교생활관련 스트레스와 상관없이 전반적으로 낮은 주관적 안녕감을 가지고 있었다(Figure 3).

IV. 논의 및 결론

본 연구는 초등학교 6학년 아동을 대상으로 일상적 스트레스와 낙관적 사고 및 주관적 안녕감 간의 관계를 살펴보고, 아동의 일상적 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향에서 낙관적 사고의 중재효과를 탐색하였다. 본 연구의 주요 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 초등학교 6학년 아동의 일상적 스트레스와 낙관적 사고 및 주관적 안녕감 간의 상관관계는 모두 유의하였다. 각 변인 간의 관계를 구체적으로 살펴보면, 일상적 스트레스와 주관적 안녕감 간의 관계에서는 아동이 일상적 스트레스를 많이 경험할수록 주관적 안녕감을 낮게 지각하는 것으로 나타났다. 즉, 아동이 부모, 가정환경, 친구, 학업, 교사 및 학교생활과 관련한 갈등 혹은 스트레스를 많이 느낄수록 아동 자신의 유능성과 정서 혹은 대인관계에 대하여 긍정적으로 느낌으로써 얻게 되는 안녕감이 낮았다. 이는 일상적 스트레스를 많이 경험할수록 신체적 혹은 생리적 적응력이 낮아지고(Lee, 2004;

Omizo et al., 1988; Ryu, 1994), 우울과 불안과 같은 심리적 부적응을 더 많이 경험하며(Herman-Stahl & Petersen, 1999; Hong, Gang-Han, & Jin, 1994; Lee, 2004; Lee, 1995; Towbes et al., 1989), 낮은 자아개념과 부정적인 사회적 혹은 행동적 측면을 나타내는 것으로 보고한 선행연구들(Han, 1996; Kim & Lee, 2009; Oh, 1995; Park & Moon, 2005)과 비슷한 맥락으로 이해할 수 있다. 또한, 아동이 경험하는 일상적 스트레스가 생활 전반에 대해 불만족을 갖게 하여 주관적 안녕감을 저해한다는 연구결과들(Folkman, 1984; Lee et al., 2010; Park, 2011)과도 일치한다. 즉, 발달과정 상에 있는 아동이 과도한 스트레스를 받게 되면 정서적 적응, 심리적 안녕감, 그리고 행동발달에 좋지 않은 영향을 받을 수 있음을 알 수 있다(Compas & Wagner, 1991; Dubow & Tiska, 1989; Larson & Asmussen, 1991). 이러한 결과는 일상적 스트레스를 경감시키는 것이 학령기 아동의 주관적 안녕감을 향상시키는데 중요하다는 것을 보여줌으로써, 인지적, 정서적, 사회적 발달이 급속하게 이루어지고, 가정과 학교, 사회 등 주위환경의 영향을 받기 쉬운 아동기에 적극적으로 정신적 건강을 방지하고 예방할 필요가 있다는 제안(Jang, 2007)을 뒷받침한다. 이를 예방하기 위해 부모와 교사로부터의 지지와 격려뿐 아니라, 학교와 같은 지역사회에서 예방차원으로 다양한 스트레스에 대한 정보나 스트레스 대처 방법을 제공하는 프로그램들이 보다 활성화될 필요가 있다.

다음으로 초등학교 6학년 아동이 지각하는 낙관적 사고와 주관적 안녕감 간의 관계를 살펴보면, 아동의 낙관적 사고 수준이 높을수록 스스로에 대한 유능성 및 긍정적 정서와 대인관계에 대한 안녕감 수준이 높았다. 이러한 결과는 아동이 지각하는 낙관적 사고 수준이 높을수록

자신의 삶에 대한 개인의 주관적 평가가 높아진다는 연구결과들(Kim & Lee, 2008; Yoo & Bang, 2011)과 일치하며, 아동의 낙관적 성격이 아동 스스로 지각하는 자신의 행복감과 안녕감에 중요한 역할을 한다는 결과(Joo, 2012)와도 같은 맥락에서 해석할 수 있다. 이 외에도, 낙관적 사고가 우울, 불안, 적대감, 정신증 정도 등과 같은 정신건강 혹은 심리적 고통에 적응하는 것을 돕는다고 보고한 연구결과들(Creed et al., 2002; Scheier & Carver, 1987, 1993; Yang et al., 2006)과 유사한 맥락이지만, 본 연구에서는 긍정적인 측면으로서의 적응에 초점을 두었다는 점에서 의의가 있다. 이러한 결과는 초등학교 6학년 아동이 상황이나 사건을 긍정적인 방식으로 기대하는 것이 자신의 삶에 대하여 행복과 긍정적 정서를 느끼는데 필요한 요소이며, 주관적 안녕감을 증진시키기 위해서는 낙관적 사고를 가지도록 하는 개입이 필요하다는 것을 제안한다. 실제로 여러 연구들(Kim, 2007; Oh, 2013; Shin, 2003)에서 낙관성 향상 프로그램이 초등학생의 낙관성을 증진시키는데 효과적이었다는 것을 보고하고 있어 낙관적 사고가 학습이나 훈련으로 증진될 수 있음을 보여주고 있다.

마지막으로 아동의 일상적 스트레스와 낙관적 사고 간의 관계를 살펴본 결과, 아동이 일상적 스트레스를 많이 경험할수록 낙관적 사고를 덜 하였으며, 이러한 일상적 스트레스와 낙관적 사고 간의 부적 상관관계는 부모관련, 가정환경 관련, 친구관련, 학업관련, 교사 및 학교생활 관련 스트레스 모두에서 나타났다. 이는 일상적 스트레스를 많이 경험할수록 낙관적 사고 수준이 낮아진다는 선행 연구들과의 결과(Jo & Yang, 2002; Lee, 2012)와 일치하며, 자살사고가 낙관적 사고의 반대개념이라는 측면에서 스트레스를 많이 지각할수록 자살 사고를 더 하게

된다는 연구결과(Ahm, 2009)와도 같은 맥락으로 볼 수 있다. 즉, 아동이 가정이나 학교에서 일상적으로 경험하는 스트레스를 많이 지각할수록 자신이 경험하게 될 사건이나 상황에 대하여 부정적인 생각을 가질 수 있다는 것을 의미한다. 따라서 긍정적인 사고를 갖기 위한 환경을 제공하기 위한 방법으로 가정이나 학교와 관련된 스트레스를 적게 경험할 수 있도록 돕는 것이 필요하며, 일상 스트레스의 부정적 영향을 완화시키기 위해 부모 혹은 교사가 아동 개인의 특성을 존중하며 격려하는 분위기를 조성하는 것이 필요하다.

둘째, 학령 후기 아동의 일상적 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향에서 낙관적 사고의 중재효과를 살펴본 결과, 부모관련 스트레스와 교사 및 학교생활관련 스트레스의 2개 요인이 주관적 안녕감에 미치는 영향을 낙관적 사고가 중재하였다. 즉, 낙관적 사고 수준에 따라 부모관련 스트레스와 주관적 안녕감 간의 관계에서 차이가 나타났는데 낙관적 사고 수준이 높은 집단에서는 부모관련 스트레스가 높아질수록 주관적 안녕감이 낮아졌으나, 전반적으로는 주관적 안녕감을 높게 지각하였다. 낙관적 사고 수준이 낮은 집단의 경우에는 부모관련 스트레스에 상관없이 주관적 안녕감이 낮았다. 이러한 경향성은 교사 및 학교생활관련 스트레스에서도 유사하게 나타났는데, 낙관적 사고 수준이 높을 경우 교사 및 학교생활관련 스트레스를 많이 지각할수록 주관적 안녕감이 낮아졌지만 전반적으로 주관적 안녕감은 높게 나타난 반면, 낙관적 사고 수준이 낮을 경우 교사 및 학교생활관련 스트레스에 상관없이 낮은 주관적 안녕감을 가지고 있는 것으로 나타났다. 이는 스트레스 상황과 우울 및 삶의 만족도 등 신체적, 심리적 적응의 관계에서 낙관적 사고가 중재역

할을 하는 것으로 나타난 선행연구들(Chang, 1998, 2002; Lai, 2009; Murberg, 2012)과 일치하는 결과이다. 또한 낙관적 사고가 건강한 대처방식을 하도록 도와주고 스트레스를 완충시키면서 심리적 안녕감에 도움을 준다고 보고한 결과(Ben-Zur, 2003)와 낙관적 사고가 부정적인 환경과 적응 간의 관계에서 중재적인 역할을 담당한다는 것을 보여준 연구결과들(Lai & Wong, 1998; Lee, 2012; Park, Park, & Jun, 2009)과도 유사하게 해석할 수 있다. 하지만 학업관련 스트레스의 경우에는 낙관적 사고의 중재적 역할이 나타나지 않았는데, 낙관적 사고와 유사한 개념인 희망과 자아탄력성을 측정하여 희망 수준이 높을 경우 학교 스트레스로 인한 심리적 고통이 완화되었다는 연구결과(Jang & Go, 2010)와 자아탄력성이 높은 집단이 낮은 집단보다 시험 스트레스가 유발되는 상황에서 신체적 증상을 덜 경험하였다는 연구결과(Kim, Kwan, & Shin, 2005)와는 일치하지 않는다. 이러한 결과는 초등학교 6학년 시기에 시험으로 인한 스트레스가 다른 일상적 스트레스에 비해 더 심각할 수 있음을 시사한다. 즉 개인의 낙관적인 사고가 중재할 수 있는 범위 이상의 스트레스를 학업관련 스트레스가 부과하고 있을 가능성이 있다. 이러한 가능성을 좀 더 탐색하기 위해서 시험이나 학업관련 스트레스가 학령후기 아동의 주관적 안녕감에 미치는 후속연구가 이루어질 필요가 있다. 또한 가정환경관련 스트레스와 친구관련 스트레스 역시 낙관적 사고의 중재적 역할이 나타나지 않았는데, 이는 Table 1에 제시된 것처럼 학업관련 스트레스와는 반대로 아동이 지각하는 가정환경관련 스트레스와 친구관련 스트레스의 정도가 상대적으로 낮기 때문일 수 있다. 이러한 가능성을 좀 더 탐색하기 위해서는 아동이 지각하는 일상적 스트레스를 다양한 범

주로 나누어 주관적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보는 후속연구가 이루어질 필요가 있다.

종합해 보면, 본 연구의 결과는 낙관적인 사고의 긍정적인 기능을 강조하는 선행연구들(Chang & Sanna, 2003; Kim & Lee, 2008; Yoo & Bang, 2011)의 결과와 일치한다. 또한 낙관적 사고의 수준에 따라 일상적 스트레스의 하위요인 중에서 부모 혹은 교사 및 학교생활관련 스트레스와 주관적 안녕감 간의 관계에서 차이가 나타났는데, 부모 혹은 교사 및 학교생활관련 스트레스가 주관적 안녕감을 낮출지라도, 낙관적 사고 수준이 높을 경우 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 부정적 영향이 감소될 수 있음을 보여주었다. 이는 정신적인 건강측면에서 어려움을 겪고 있는 학령 후기 아동의 낙관적 사고를 기르는데 도움을 주어 환경 변화에 따른 스트레스나 역경에도 불구하고 행동이나 정서적인 면에서 생길 수 있는 문제를 예방하는 데 도움이 될 것이라는 낙관적 사고 훈련 프로그램의 효과를 강조한 Park(2009)의 연구를 지지하는 결과이다. 즉, 낙관적 사고는 가정과 학교로 인하여 스트레스의 위협에 처했을 때 포기하지 않고 효과적으로 극복해 나가는 자원이며, 긍정적인 사고를 가질 수 있도록 프로그램을 통한 개입이 필요함을 시사한다.

마지막으로 본 연구의 제한점과 더불어 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 모든 변인이 아동의 자기보고를 이용하여 측정되었기 때문에 동일한 평정자로 인해 문항 간의 상관관이 높았을 가능성이 있다. 또한 일반적으로 자기보고법을 사용할 경우, 응답자의 주관이나 사회적으로 바람직한 가치를 지향하려는 경향이 개입할 수 있기 때문에, 후속 연구에서는 이러한 점을 보완하여 교사나 부모 등을 통한 타인 보고서 질문지, 면접법 등의 다양한

조사 방법을 이용하여 객관성을 높일 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 서울 소재의 초등학교 6학년 아동들을 대상으로 하였기 때문에 연구 결과를 일반화하는 데 어려움이 있다. 그러므로 후속 연구에서는 다양한 지역의 아동을 대상으로 한 연구가 진행되어야 할 것이다. 셋째, 본 연구에서는 모든 변인들을 동일한 시점에 측정했기 때문에 변인들 간의 인과적 관계를 살펴볼 수 없다는 한계가 있다. 후속 연구에서는 종단적 연구설계를 통해 아동의 일상적 스트레스가 주관적 안녕감으로 가는 경로에서 낙관적 사고의 역할을 살펴볼 필요가 있다. 마지막으로, 본 연구에서는 아동의 주관적 안녕감을 예측하는 변인으로 일상적 스트레스와 낙관적 사고만을 고려하였다. 청소년기로의 전환을 앞둔 아동은 다양한 환경과 상호작용하며 발달하고 또한 본 연구에서 중재효과가 일상적 스트레스 요인 중 가정환경관련, 친구관련, 학업관련 스트레스에서는 나타나지 않았고, 중재효과가 나타난 부모관련 스트레스와 교사 및 학교생활관련 스트레스의 경우에도 그 효과가 크지 않아 다른 변인의 영향이 있을 수 있을 것이라 예상된다. 따라서 또래관계, 사회적 지지 등의 변인들을 함께 고려하여 관계를 살펴본다면 아동의 주관적 안녕감에 대해 보다 폭넓은 이해가 가능할 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 몇 가지 의의를 갖는다. 첫째, 기존의 낙관적 사고에 관한 연구가 주로 성인이나 임상 집단을 대상으로 이루어진 반면, 본 연구에서는 아동을 대상으로 낙관적 사고와 주관적 안녕감 간의 관계를 살펴보았다. 둘째, 본 연구는 초등학교 6학년 아동의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 선행요인으로 환경 요인인 일상적 스트레스와 개인 내적 요인인 낙관적 사고를 동시에 고려하여 연구를 수행하였다. 셋째, 아동의 낙

관적 사고를 측정하기 위하여 대부분의 국내 연구에서는 미국 척도를 사용하였지만, 본 연구에서는 국내 실정에 적합하게 개발된 아동의 성향적 낙관성 척도(CLOT)를 사용하였다는 점에서 의의가 있다. 낙관적 사고가 일상적 스트레스와 주관적 안녕감 간의 관계를 중재한다는 본 연구의 결과는 아동이 가정 혹은 학업과 학교 등으로 부담감이 증가하는 시기에 아동의 주관적 안녕감을 향상하기 위해서는 일상적 스트레스를 감소시키고, 낙관적 사고를 증진시킬 필요가 있음을 시사한다. 본 연구의 결과는 아동이 겪는 부정적인 스트레스를 좀 더 효율적으로 극복하고 관리할 수 있도록 낙관적 사고 훈련 프로그램을 개발하기 위한 기초자료로 활용될 수 있을 것으로 기대한다.

References

- Ahn, H. J. (2009). The relationship among stress, dispositional optimism and suicidal ideation, and to investigate the moderation effect of dispositional optimism in these relationship. Unpublished master's thesis, Ewha Womans university, Seoul, Korea.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- 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*(6), 1173-1182.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence, 32*(2), 67-79.
- Campbell, A. (1956). *The quality of American life*. New York: Russell Sage Foundation.
- Carver, C. S., & Gaines, J. G. (1987). Optimism, pessimism, and postpartum depression. *Cognitive Therapy and Research, 11*, 449-462.
- Chang, E. C. (1998). Does dispositional optimism moderate the relation between perceived stress and psychological well-being? A preliminary investigation. *Personality and Individual Differences, 25*, 1109-1120.
- Chang, E. C. (2002). Optimism-pessimism and stress appraisal: Testing a cognitive interactive model of psychological adjustment in adults. *Cognitive and Research, 26*(5), 675-690.
- Chang, E. C., & Sanna, L. J. (2003). Optimism, accumulated life stress, and psychological and physical adjustment: Is it always adaptive to expect the best? *Journal of Social and Clinical Psychology, 22*(1), 97-115.
- Chun, H. J. (2008). Effect of optimistic training contributed to enhancing school children's stress coping skills. Unpublished master's thesis, Daegu University, Daegu, Korea.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310-357.
- Compas, B. E., Malcarne, V., & Fondacaro, K. (1988). Coping with stressful events in older children and young adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Research, 56*(3), 405-411.
- Compas, B. E., & Wagner, B. M. (1991). Psychosocial

- stress during adolescence: Intrapersonal and interpersonal processes. In M. E. Colten & S. Gore (Eds.), *Adolescent Stress: Causes and Consequences* (pp. 67-85). New York: Aldine.
- Creed, P. A., Patton, W., & Bartrum, D. (2002). Multidimensional properties of the LOT-R: Effects of optimism and pessimism on career and well-being related variables in adolescents. *Journal of Career Assessment, 10*(1), 42-61.
- Crníc, K. A., & Greenberg, M. T. (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development, 61*(5), 1628-1637.
- Csikszentmihalyi, M., & Hunter, J. (2003). Happiness in everyday life: The uses of experience sampling. *Journal of Happiness Studies, 4*, 185-199.
- Csikszentmihalyi, M., Rathunde, K., & Whalen, S. (1993). *Talented teenagers: The roots of success and failure*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- DeLongis, A., Coyne, J. C., Dakof, G., Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1982). Relationship of daily hassles, uplifts, and major life events to health status. *Health Psychology, 1*, 119-136.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*(2), 276-302.
- Dubow, E. F., & Tisak, J. (1989). The relation between stressful life events and adjustment in elementary school children: The role of social support and social problem-solving skills. *Child Development, 60*, 1412-1423.
- Emmons, R. A., & Diener, E. (1985). Personality correlates of subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin, 11*(1), 89-97.
- Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Frisch, M. B. (2000). Improving mental and physical health care through quality of life therapy and assessment. In E. Diener & D. R. Rahtz (Eds.), *Advances in quality of life theory and research* (pp. 207-241). Netherlands: Kluwer Academic Press.
- Froh, J. J., Sefick, W. J., & Emmons, R. A. (2008). Counting blessings in early adolescents: An experimental study of gratitude and subjective well-being. *Journal of School Psychology, 46*, 213-233.
- Han, M. H. (1996). The relation of stress and perceived social support to problem behavior. *Korean Journal of Child Studies, 17*(1), 173-188.
- Han, M. H., & Yoo, A. J. (1995). Development of daily hassles scale for children in Korea. *Journal of the Korean Home Economics Association, 33*(4), 49-64.
- Harker, L. A., & Keltner, D. (2001). Expressions of positive emotion in women's college yearbook pictures and their relationship to personality and life outcomes across adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology, 80*(1), 112-124.
- Herman-Stahl, M., & Petersen, A. C. (1999). Depressive symptoms during adolescence: Direct and stress-buffering effects of coping, control beliefs, and family relationships. *Journal of Applied Developmental Psychology, 20*(1), 45-62.
- Holahan, C. J., & Moos, R. H. (1991). Life stressors,

- personal and social resources, and depression: A 4-year structural model. *Journal of Abnormal Psychology, 10*(1), 31-38.
- Holder, M. C., & Coleman, B. (2008). The contribution of temperament, popularity, and physical appearance to children's happiness. *Journal of Happiness Studies, 9*, 279-302.
- Hong, G. S., Gang-Han, H. H., & Jin, J. C. (1994). A comparative study of school stress focusing on elementary and junior high school students in Korea and Japan. *The Journal of Elementary Education, 8*, 95-108.
- Huebner, E. S. (1991). Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly, 6*, 103-111.
- Hwang, H. W. (2011). A research on protective factors influencing on adolescents' quality of life. *Korean Journal of Youth Studies, 18*(3), 1-26.
- Jang, J. H., & Go, J. H. (2010). Adolescents' stress and mental health: Hope as a moderator. *Korea Youth Counseling institute, 18*(2), 101-116.
- Jang, Y. J. (2007). *Contemporary mental health*. Seoul: Hakjisa.
- Jo, H. I. (2011). The effect of elementary students' parent academic involvement on self-regulated learning: Achievement goals as a mediator. *Korean Journal of Youth Studies, 18*(4), 241-259.
- Jo, M. G., & Yang, D. K. (2002). The differences of degree of optimism, happiness and stress according to the experience of repeating a college entrance examination and the satisfaction of college entrance. *Korean Journal of Youth Studies, 9*(1), 23-43.
- Johnson, J. G., & Bornstein, R. F. (1991). Does daily stress independently predict psychopathology? *Journal of Social and Clinical Psychology, 10*(1), 58-74.
- Joo, J. Y. (2012). The effects of mothers' optimism, parenting attitude and their child's optimism on child's subjective well-being: The examination of path model. Unpublished master's thesis, Ewha womans university, Seoul, Korea.
- Ka, Y., Cho, M., & Lim, S. (2008). The relationship between parent's rearing attitudes, self-esteem and subjective well-being. *Youth Facilities and Environment, 6*(4), 31-42.
- Kessler, R. C., Price, R. H., & Wortman, C. B. (1985). Social factors in psychopathology: Stress, social support, and coping processes. In M. R. Rosenzweig & L. W. Porter (Eds.), *Annual review of psychology* (pp. 531-572). Palo Alto, CA: Annual Reviews, Inc.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly, 61*, 121-140.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, 1007-1022.
- Kim, G. H., Kwan, S. J., & Shim, M. Y. (2005). The moderating effect of ego-resiliency: Test stress and the physical symptom of elementary school students. *Korean Journal of Health Psychology, 10*(1), 113-126.
- Kim, J. Y. (2008). Relations among ego-resilience, subjective well-being, stress level and coping methods perceived by elementary students. Unpublished master's thesis, Yonsei University,

- Seoul, Korea.
- Kim, J. Y., & Lee, J. Y. (2008). The development and validation of the dispositional optimism scale for children. *Asian Journal of Education*, 9(3), 83-116.
- Kim, S. B. (2007). The effects of optimistic improvement program on the ego-resilience and school life satisfaction of elementary school children. Unpublished master's thesis, Seoul National University of Education, Seoul, Korea.
- Kim, S. B., & Lee, S. (2009). The effects of perceived daily stress on the adjustment of elementary school children: The moderating effects of social support. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 27(2), 55-67.
- Kwak, E. Y. (2012). The direct and indirect effects of school age children's playfulness and stress coping behaviors on subjective well-being. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul, Korea.
- Lai, J. C. L. (2009). Dispositional optimism buffers the impact of daily hassles on mental health in Chinese adolescents. *Personality and Individual Differences*, 47, 247-249.
- Lai, J. C. L., & Wong, W. S. (1998). Optimism and coping with unemployment among Hong Kong Chinese women. *Journal of Research in Personality*, 32, 454-479.
- Larson, R., & Asmussen, L. (1991). Anger, worry, and hurt in early adolescence: An enlarging world of negative emotions. In M. E. Colten & S. Gore (Eds.), *Adolescent Stress: Causes and Consequences* (pp. 21-42), New York: Aldine.
- Lee, E. Y. (2004). Interpersonal stress, anxiety, and somatic complaints in children. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul, Korea.
- Lee, J. M., & Yang, M. S. (2007). The effects of perceived parental conflict, maternal behavior, and social support on children's subjective well-being: A structural equation modeling analysis. *The Korean Journal of Developmental Psychology*, 20(4), 33-58.
- Lee, J. W. (2012). The relationship among daily stress, optimism and psychological well-being of college students. Unpublished master's thesis, Kyungpook, Daegu, Korea.
- Lee, S. H. (2007). The effects of optimistic improvement program on the subjective well-being and school resilience for elementary students. Unpublished master's thesis, Seoul Education University, Seoul, Korea.
- Lee, S. H., Doh, H. S., Choi, M. K., & Ku, S. G. (2010). Exploring pathways from mothers' beliefs to children's subjective well-being: The mediating effects of children's private after-school education and stress levels. *Korean Journal of Child Studies*, 31(3), 255-272.
- Lee, Y. J. (1995). The relationship between stress, social support, self-esteem, depression and anxiety. Unpublished doctoral dissertation, Seoul Women's University, Seoul, Korea.
- Murberg, T. A. (2012). The influence of optimistic expectations and negative life events on somatic symptoms among adolescents: A one-year prospective study. *Psychology*, 3(2), 123-127.
- National youth policy institute (2011). National

- youth policy institute report. Seoul: National youth policy institute.
- Oh, M. H. (1995). Relationship between 1st elementary student's stress and problematic behavior. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul, Korea.
- Oh, Y. S. (2013). The effects of optimistic improvement program on children's perception and stress coping. Unpublished master's thesis, Seoul National University of Education, Seoul, Korea.
- Omizo, S. A., Omizo., & Suzuki, L. A. (1988). Children and stress: An exploratory study of stressors and symptoms. *School Counselor*, 35(1), 267-274.
- Park, B. G., & Hong, S. P. (2004). Development and validation of a subjective well-being scale. *Korean Journal of Education Psychology*, 18(3), 159-175.
- Park, B. G., & Song, J. H. (2007). Multidimensional 2×3 factor structure of subjective well-being. *Korean Journal of Education Psychology*, 21(3), 591-611.
- Park, E. M., Park, J. S., & Jun, T. Y. (2009). Relationship between stresses and school adjustments for undergraduates from North Korea: The moderating effects of optimism, social supports, and stress coping strategies. *The Korean Psychological Association*, 2009, 428-429.
- Park, I. H. (2009). Effects of optimism enhancement program on optimism and mental health of elementary school students. Unpublished master's thesis, Keimyung University, Daegu, Korea.
- Park, N. S., & Peterson, C. (2006). Character strengths and happiness among young children: Content analysis of parental descriptions. *Journal of Happiness Studies*, 7, 323-341.
- Park, S. Y., & Moon, H. J. (2005). Ecological variables on children's stress. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 43(9), 71-84.
- Park, Y. A. (2011). The influences of stress and academic self-efficacy on the subjective well-being of elementary school children. *Korean Journal of Child Studies*, 32(3), 107-120.
- Rowlison, R. T., & Felner, R. D. (1988). Major life events, hassles, and adaption in adolescence: Confounding in the conceptualization and measurement of life stress and adjustment revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(3), 432-444.
- Ryu, S. Y. (1994). The development of upper-graded elementary students' daily stress scale. Unpublished master's thesis, Chungnam University, Daejun, Korea.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1987). Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality*, 55, 169-210.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 201-228.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Current Directions in*

- Psychological Science*, 2(1), 26-30.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.
- Seligman, M. E. P. (1991). *Learned Optimism*. New York: Knopf.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Shin, S. H. (2003). The effects of optimistic training on self-concept of the 6th graders in elementary school. Unpublished master's thesis, Silla University, Pusan, Korea.
- Szalai, A. (1980). The meaning of comparative research on the quality of life. In A. Szalai & F. M. Andrews (Eds.), *The quality of life: Comparative studies* (pp. 7-21). Beverly Hills, CA: Sage Publication.
- Towbes, L. C., Cohen, L. H., & Glyshaw, K. (1989). Instrumentality as a life-stress moderator for early versus middle adolescents. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(1), 109-119.
- Tram, J. M., & Cole, D. A. (2000). Self-perceived competence and the relation between life events and depressive symptoms in adolescence: Mediator or moderator? *Journal of Abnormal Psychology*, 109(4), 753-760.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative affectivity: The disposition to experience aversive emotional states. *Psychological Bulletin*, 96, 465-490.
- Yang, M. J., Lee, E. K., & Lee, H. W. (2006). A study on psychosocial characteristic, environmental variables and mental health variables of adolescent. *Korea Youth Counseling institute*, 14(1), 63-76.
- Yang, M. S., & Han, Y. S. (2007). The influence of child's perception of family strengthens and parental childbearing attitude on behavior problems in adolescent transition. *Korea Journal of Counseling*, 8(1), 351-363.
- Yoo, S. K., & Bang, H. J. (2011). The relationship between optimism and subjective well-being in students in the upper grades of elementary school: The moderating effect of parent-related stress and peer support. *The Korean Journal of Human Development*, 18(2), 169-185.
- Yoon, C. S. (2002). The effect of optimism training on depression for 4th grade in elementary school. Unpublished master's thesis, Silla University of education, Pusan, Korea.

Received February 28, 2014

Revision received May 13, 2014

Accepted May 27, 2014