청소년 스트레스가 학교적응에 미치는 영향과 사회적지지의 매개효과

A Study on the Juveniles's Stress of Their Adjustment to School Life and the Mediate Effect of Social Support

정승현, 심미영

한국국제대학교 사회복지학과

Seung-Hyun Jeong(best2u1258@naver.com), Mi-Young Sim(sim312@hanmail.net)

요약

본 연구는 스트레스가 학교적응에 미치는 영향과 사회적지지의 매개효과를 분석함으로써, 청소년의 학교 적응력을 높이기 위한 방안을 모색하여 사회복지적 함의를 제공하는데 그 목적이 있다.

이를 위해 경남지역 중학생을 대상으로 하여 자료를 수집하였다. 연구결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 스트레스는 사회적지지에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 스트레스가 많을수록 사회적지지가 낮은 것으로 나타났다. 둘째, 사회적지지는 학교적응에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 사회적지지가 높을수록 학교적응은 높게 나타났다. 셋째, 스트레스는 청소년의 학교적응에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 스트레스가 높을수록 학교적응은 낮았다. 넷째, 사회적지지를 투입하여 스트레스 매개효과를 검증한 결과, 스트레스가 학교적응에 직접적인 영향을 미치지 않고, 사회적지지를 거쳐 간접적으로 청소년의 학교적응에 영향을 미치는 완전 매개(full mediation)효과가 발견되었다.

즉, 스트레스가 높은 청소년은 사회적지지가 낮았고, 스트레스는 사회적지지를 거쳐 간접적으로 학교적응에 영향을 미치는 것이 확인되었다.

■ 중심어 : | 스트레스 | 사회적지지 | 학교적응 |

Abstract

This study verifies the influence of students' stress of their adjustment to school life and the mediate effect of social support and based on the results, to develop the programs improving the school life adaptation. For the purpose, the researcher collects some data from junior high school students in Gyeongnam area.

The study results were as follows.

First, it appeared that the school stress has a negative effect on the school support. that is, the study notice that juveniles with high stress gain low social support Second, it appeared that the social support has a positive effect on the school adjustment, that is, the study notice that juveniles with high social support gain high social adjustment. Third, it appeared that the school stress has a negative effect on the school adjustment. that is, the study notice that juveniles with high stress gain low social support. Fourth, the result to verify the mediate effect of social support, in the long run, that depending on the social support, juveniles' stress has the full mediate effect on their adjustment to school life.

That is, the study confirms that juveniles with high stress gain low social support and juveniles with stress it appeared that the school stress has a indirectly effect on the school adjustment.

■ keyword : | Stress | Social Surpport | Adjustment to School |

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

청소년기는 급격한 생리적, 심리적, 사회적인 변화가 일어나는 시기인 동시에 개인의 독립과 책임이 요구되는 시기이다. 이 시기는 또한 가족이나 학교, 사회생활에서 일어나는 다양한 생활사건을 경험하지만 아직 이에 대한 통제력은 갖지 못하는 시기이기 때문에 청소년들의 스트레스는 더 높이 지각할 수밖에 없다[1].

[2]의 보고에 의하면 청소년 10명 중 7명이 학교생활과 전반적인 생활에서 스트레스를 경험하고 있는 것으로 나타났다.

초기 청소년에 해당하는 중학생의 시기는 신체적·생리적인 면은 급격히 발달하는데 비해 인지적·정서적인 면은 미성숙하여 초등학교나 고등학교와는 다른 특별한 스트레스를 경험할 수 있으며[3], 아동기 보다 더 다양하고 높은 수준의 성취를 추구해야 하는 시기이기 때문에 정신건강에 위협이 되는 스트레스를 아동기보다 더 많이 받는다고 할 수 있다[4].

이러한 스트레스는 청소년의 학교적응과 부적 상관성이 높은 것으로 나타났다[5-8].

따라서 스트레스와 학교적응 사이에서 스트레스가 미칠 부정적인 영향은 낮추고 긍정적인 학교적응을 조절할 수 있는 요인을 탐색할 필요가 있다.

오늘날 청소년들은 여러 가지 스트레스를 받으면서 동시에 부모, 친구, 선생님과의 사회적 관계에서 사회적 지지를 받으며 생활을 한다[9]. 사회적지지는 청소년들에게 물질적, 정서적으로 필요한 자원과 서비스를 제공하여 심리적 적응을 돕고, 실패를 극복하게 하며, 문제 해결능력을 강화시키고, 다양한 변화와 스트레스를 극복하는데 긍정적인 역할을 하는 학교생활 적응에 보호요인으로 작용한다고 할 수 있다[10-12].

최근 학교부적응 실태가 사회문제로 대두되면서 교육관련 기관이나 청소년관련 기관에서도 이에 대한 개선방안 마련에 관심을 가지게 되었고, 청소년들이 학교 환경에 적응하여 발달과업을 달성할 수 있도록 돕는 학교적응에 대한 연구의 필요성이 중요시되고 있다. [13]의 보고에 따르면 학업중단 한 원인으로 학교생활 부적

응이 45.1%로 가장 높게 나타났으며, 청소년들의 학교 생활에 대한 불만족과 부적응이 학업중단으로 연결되고 있음을 보여준다.

기존의 학교적응과 관련된 선행연구들은 개인 내적인 특성들과 정신적 건강과 관련된 연구, 인구사회학적 요인, 성격특성 요인, 환경적 요인 등을 주로 사용하고 있으나 청소년의 학교적응을 위한 근본적인 문제 해결 및 대안을 마련하는데 한계가 있으므로 개인이 속한 사회·환경적인 요인인 사회적지지와 개인 내적 요인인 스트레스가 학교적응에 미치는 영향에 관한 연구가 필요하다.

본 연구는 초기 청소년기에 해당하는 중학생을 대상으로 청소년의 스트레스가 학교적응에 미치는 영향과 그 영향관계에서 사회적지지의 매개효과를 분석함으로써 청소년의 학교적응력을 높이기 위한 방안을 모색하여 사회복지적 함의를 제공하는데 그 목적이 있다.

II. 이론적 배경

1. 청소년 스트레스와 사회적지지

스트레스는 ‘개인의 안녕을 위협하고 개인이 가진 자원을 요구하거나 초과하는 것으로 평가되는 환경과 개인 사이의 특정한 관계’이며[14], 유기체의 적응과 조절에 가해진 압력이나 외부의 요구적인 힘이라고 할 수 있다[15].

청소년들에게 스트레스는 학교라는 공간속에서 학업 성취라는 목적으로 학교환경, 교사와의 관계, 친구관계, 공부문제 등에 따른 스트레스 요인이 제시되고 있으며[16], 새로운 성장과 발달에 따른 결과로서 긴장과 스트레스가 끊임없이 발생한다.

청소년기에 발생하는 스트레스의 대처와 완화에 사회적지지가 중요요인으로 작용하는데[17], 사회적지지는 사회관계를 통해서 개인이 다른 사람으로부터 얻을 수 있는 모든 긍정적인 자원을 의미하는 것으로 사랑, 존중, 인정, 상징적이거나 물질적 도움과[18], 문제 해결에 대한 조언, 다양한 정보 및 정서적인 안정을 제공받는 것을 포함한다[19].

청소년의 스트레스와 사회적지지에 관한 선행연구를 고찰한 결과, 청소년이 지각하는 스트레스와 사회적지지는 관계가 있는 것으로 나타났다[9][20-24]. 이러한 결과들은 청소년이 그가 속한 사회 환경적인 영향을 많이 받기 때문에 사회적지지가 중요함을 확인할 수 있는 결과이다.

2. 청소년 사회적지지와 학교적응

우리나라 청소년들은 대부분의 시간을 학교에서 보내고 있기 때문에 이 시기에 학교에서의 적응적인 생활은 청소년들이 사회를 경험할 수 있는 중요한 준거틀이 되며, 학교생활 자체가 교육적으로 중요한 의미를 지닌다[25].

청소년의 학교적응이란 학교라는 환경과 조화로운 관계를 맺고 있는 만족스러운 상태로써 학업을 포함한 학교생활 전반에 대한 적응을 의미하며[26], 사춘기에 접어든 중학생은 끊임없는 갈등과 변화 속에서 학교생활에 잘 적응하느냐의 여부가 청소년기 이후의 심리·사회적 적응에 상당한 영향을 미칠 수 있다[27]. 이러한 학교적응에 영향을 미치는 요인으로 사회적지지가 유의미한 영향을 나타낸다는 연구가 있다[26][28-31].

또한 학교생활 적응 과정 중 학생과 교사와의 관계가 우호적이고 지지가 만족스러울수록 학교생활에 잘 적응하게 된다고 나타난 연구도 있다[32-34].

이러한 연구 결과를 통해, 사회적지지는 청소년들에게 보호요인으로써 학교적응의 부정적인 영향에 완충효과로 작용하여 긍정적인 영향을 미친다고 할 수 있다.

3. 청소년 스트레스와 학교적응

청소년의 스트레스가 만성적이고, 스트레스에 대한 대처자원이 빈곤하고 비효율적일 때 대인관계, 학업성취 및 전반적인 학교적응에 매우 부정적인 영향을 주게 되며 심한 경우 자살에 이르기기도 한다[35].

스트레스는 일상생활에서 누구에게나 일어날 수 있는 보편적인 생활사건으로, 모든 연령에서 스트레스를 경험할 수 있으나[36], 청소년의 스트레스를 이해할 때에는 신체적인 성장급등과 이차성징의 출현, 그리고 심리적 독립 및 의존 욕구간의 갈등 등의 개인내적 요인

과 입시경쟁과 관련된 성적 상승 압력이나 성적 저하, 사회적인 비교 등을 고려해야 할 것이다[37].

[38]은 청소년들이 지각한 스트레스가 높으면서도 그 대처가 적절하게 이루어지지 못할 때, 정서적·행동적으로 여러 가지 문제행동을 일으켜서 결국 학교부적응을 초래한다고 보고하였다. [5]은 학업과 교사로 인한 스트레스가 학교 적응 및 우울에 중요한 영향을 미치는 것으로 보고하였으며, [39]는 중학생의 일상적 스트레스와 학교생활과의 관계를 살펴본 결과, 학교 내에서의 대인관계와 학업문제가 주된 스트레스 원인인 것으로 보고하였고, [40]의 연구에서도 생활스트레스가 높을수록 학교적응은 낮게 나타났다.

이러한 연구결과들을 볼 때 스트레스는 학교적응에 영향을 미치는 요인임을 확인할 수 있다.

4. 사회적지지의 매개효과 선행연구

많은 선행연구[9][41-46]에서 사회적지지를 매개효과 모델로 설명하였는데 이는 사회적지지가 정신건강관련 요인과 학교적응에 긍정적인 영향을 미치고 매개적인 역할을 하는 것으로 보았으므로, 본 연구에서도 사회적지지가 학교적응에 영향을 미치고 간접적인 매개역할을 한다고 가정하여 가설적 모형을 설정하고자 한다.

이상의 연구들을 제시하면 [표 1]과 같다.

표 1. 청소년 스트레스, 사회적지지, 학교적응에 관한 연구

변인간의 관계	연구자	연구논문
스트레스와 사회적지지	[20]	청소년의 일상적 스트레스와 사회적지지 지각의 관련성 연구
	[21]	청소년의 스트레스, 사회적지지, 건강행위와의 관계
	[23]	청소년의 자살행동에 대한 스트레스와 심리사회적 자원의 영향
	[9]	청소년의 학교스트레스가 학교적응에 미치는 영향
사회적지지와 학교적응	[28]	중학생의 생활스트레스와 사회적지지가 학교적응에 미치는 영향
	[26]	사회적 관계요인이 청소년의 학교적응에 미치는 영향
	[30]	청소년이 지각한 사회적지지 체계와 학교응집력 및 학교적응과의 관계
	[31]	부모의 양육태도와 교사관계 및 교우관계가 중학생의 학교적응에 미치는 영향
스트레스와 학교적응	[5]	청소년의 지각된 스트레스와 우울이 학교적응에 미치는 영향
	[39]	중학생의 일상적 스트레스, 자아존중감의 안정성과 학교생활적응과의 관계

	[40]	아동의 생활스트레스가 학교적응에 미치는 영향
사회적지지지의 매개효과	[41]	중학생의 생활스트레스가 자살생각에 미치는 영향
	[42]	중학생의 학업스트레스와 학업성적이 심리적인영감에 미치는 영향
	[43]	청소년의 스트레스와 내면화, 외현화 문제행동간의 관계에서 보호요인의 매개효과
	[44]	빈곤층의 경제적 스트레스와 우울관계에서 자기효능감과 사회적지지지의효과
	[45]	성별에 따른 초기 청소년의 우울에 어머니의 양육행동이 미치는 영향. 사회적지지지와 부정적 정서경험의 중재효과
	[46]	청소년의 자아효능감과 학교적응 관계에서 부모, 교사, 또래관계의 매개효과

III. 연구 방법

1. 연구가설 및 모형

선행연구의 검토를 통해 연구의 가설과 모형을 제시하면 다음과 같다.

가설 1. 스트레스는 사회적지지지에 부정적 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 스트레스는 학교적응에 부정적 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 사회적지지지는 학교적응에 정적인 영향을 미칠 것이다.

가설 4. 스트레스와 학교적응에서 사회적지지지가 매개 역할을 할 것이다.

(통제변수: 성별, 학년, 가족구성, 맞벌이여부, 가계소득, 학교성적)

그림 1. 연구모형

2. 측정 도구

2.1 스트레스 척도

본 연구에서는 한국 아동에게 적합하도록 개발한 스

트레스 설문지를 [48]이 재사용한 질문지를 재구성하여 사용하였다. 이 척도는 26문항으로, 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, “전혀 그렇지 않다(1)”에서 “매우 그렇다(5)”까지 응답하도록 되어 있다. 본 척도에서는 각 문항의 점수가 높을수록 스트레스가 높은 것을 의미한다. 사용한 척도의 Cronbach's α 계수는 .908로 나타났다.

2.2 사회적지지 척도

사회적지지를 측정하기 위하여 [47]이 개발한 척도를 사용하였다. 이 척도는 [10]의 연구를 기초로 한, 국내의 연구[50-52]의 척도를 참고로 하여 제작되었으며, 문항은 24문항으로 5점 Likert 척도로 구성되어 “전혀 그렇지 않다(1)”에서 “매우 그렇다(5)”까지 응답하도록 되어 있다. 사용한 척도의 Cronbach's α 계수는 .822로 나타났다.

2.3 학교적응 척도

학교적응 척도를 사용하기 위해 1992년 처음 개발한 후 2000년까지 수정·변안된 [52]의 학교적응 척도를 수정하여 사용하였다.

이 척도는 총 40문항으로 5점 Likert 형식으로 되어 있으며, “전혀 그렇지 않다(1)”에서 “항상 그렇다(5)”까지로 응답하도록 되어 있다. 사용한 척도의 Cronbach's α 계수는 .920로 나타났다.

2.4 통제변인

본 연구에서 통제변인의 선정을 위해 청소년들의 학교적응에 영향을 미치는 것으로 검증된 변인들을 선행 연구를 통해 고찰한 결과 성별[5][33-56], 가족배경요인[57], 학년[9][58], 가계소득[31]이 통계적으로 의미 있는 변인으로 고찰되어 이를 토대로 성별, 학년, 가족구성, 가계소득, 맞벌이여부 등을 통제변수로 선정하여 모형 검증에 투입하였다.

3. 조사 대상

본 연구는 경남지역 중학생을 대상으로 하여 자료를 수집하였다. 설문지는 자기기입방식을 사용하였고 설

문조사는 지역사회전문가, 상담인턴교사, 학급담임의 협조로 수업시간에 실시되었다. 조사기간은 2012년 12월부터 2013년 1월까지 두 달 동안 수행되었으며, 설문지 중에서 불성실하게 응답하거나 누락된 설문지를 제외한 326부가 최종 분석 자료로 사용되었다.

4. 분석방법

자료의 통계분석을 위해 SPSS 20.0 for Windows 프로그램을 사용하여 다음과 같은 방법으로 분석하였다. 첫째, 조사대상의 특성을 알아보기 위해 빈도와 백분율을 분석하였고, 각 측정도구의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 변인간의 관계 및 영향을 파악하기 위해 상관분석과 매개효과 분석을 위해 회귀분석을 사용하였다. 그리고 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel Test를 실시하였다.

IV. 분석 결과

1. 조사대상 특성

조사대상의 특성을 분석한 결과는 [표 2]와 같다.

표 2. 인구사회학적 특성

변수	구분	N	%	변수	구분	N	%
성별	여학생	173	53.1	가족 구성	친부모	270	82.8
	남학생	153	46.9		편부모	21	6.4
학년	1학년	44	13.5		재혼	11	3.4
	2학년	182	55.8		조부모	6	1.8
	3학년	99	30.4		소년·소녀	1	0.3
종교	기독교	63	19.3		기타	16	4.9
	불교	93	28.5	맞벌이 여부	예	219	67.2
	천주교	11	3.4		아니요	107	32.8
	없음	148	45.4	가계 소득	100만원 미만	16	4.9
	기타	9	2.8		100~150 미만	22	6.7
					150~200 미만	52	16.0
학교 성적	상	86	26.4		200~300 미만	81	24.8
	중	162	49.7		300~400 미만	56	17.2
	하	78	23.9		400~500 미만	36	11.0
					500만원 이상	55	16.9

2. 변인의 기술통계 및 상관관계

변인의 기술통계를 분석한 결과는 [표 3]과 같으며, 분석결과, 왜도의 절대값 3미만, 첨도의 절대값 10미만으로 나타나 정규성 조건을 만족하는 것으로 나타났다.

표 3. 변인의 기술통계

	최소	최대	평균	표준편차	왜도	첨도
청소년 스트레스	1.00	4.85	2.513	.591	.237	.641
사회적 지지	1.67	4.79	3.234	.414	.235	1.076
학교적응	1.30	5.00	3.033	.476	.112	1.461

연구모형에 포함된 변인간 상관관계를 분석한 결과 [표 4]와 같이 변인들 간에 유의한 상관관계가 있는 것으로 분석되었다.

청소년 스트레스와 사회적지지의 상관관계($r=-.415$, $p<0.01$), 청소년스트레스와 학교적응의 상관관계($r=-.311$, $p<0.01$)는 부적인 관계로 나타나 청소년스트레스가 높을수록 사회적지지와 학교적응은 낮아지는 반면, 사회적지지와 학교적응($r=.569$, $p<0.01$)은 정적 상관관계가 나타나 사회적지지가 높을수록 학교적응은 높음을 알 수 있다.

표 4. 청소년 스트레스, 사회적지지, 학교적응의 상관관계

	청소년 스트레스	사회적지지	학교적응
청소년 스트레스	1		
사회적 지지	-.415**	1	
학교적응	-.311**	.569**	1

** $p<0.01$

3. 청소년 스트레스가 학교적응에 미치는 영향 및 사회적지지의 매개효과

청소년 스트레스가 학교적응에 미치는 영향 및 사회적지지의 매개효과를 분석하기 위해 중다회귀분석을 실시하였으며, sobel Test를 통해 매개효과를 검증하였다.

3.1 청소년 스트레스가 사회적지지에 미치는 영향

청소년 스트레스가 사회적지지에 미치는 영향을 분

석한 결과는 [표 5]와 같다.

표 5. 청소년 스트레스가 사회적지지에 미치는 영향

변인	B	β	t	p	VIF
통제 변인	상수	3.765	21.237	.000	
	성별	.035	.042	.802	1.042
	학년	-.039	-.060	-1.160	.247
	가족구성	-.025	-.022	-.419	.675
	가계소득	.040	.162	3.029	.003
	맞벌이여부	.067	.075	1.463	.144
독립 변인	학교성적	-.033	-.056	-1.067	.287
	스트레스	-.290	-.415	-8.205	.000
F = 11.433***, R^2 = .206, Adj. R^2 = .188					

분석결과, 청소년 스트레스는 사회적지지에 유의한 영향($\beta = -.415$, $p < .001$)을 미치는 것으로 나타나 스트레스가 높을수록 사회적지지가 낮아짐을 알 수 있다. 전체 모델의 설명력은 18.8%로 $p < .001$ 수준에서 통계적으로 유의하였다. 따라서 ‘가설 1’은 채택되었다.

3.2 청소년 스트레스가 학교적응에 미치는 영향

다음으로 스트레스가 학교적응에 미치는 영향을 분석한 결과는 [표 6]과 같다.

표 6. 청소년 스트레스가 학교적응에 미치는 영향

변인	B	β	t	p	VIF
통제 변인	상수	3.644	17.361	.000	
	성별	.021	.022	.410	.682
	학년	-.030	-.040	-.747	.456
	가족구성	-.120	-.091	-1.700	.090
	가계소득	.035	.123	2.219	.027
	맞벌이여부	.076	.075	1.417	.158
독립 변인	학교성적	-.106	-.159	-2.902	.004
	스트레스	-.207	-.258	-4.760	.000
F = 7.564***, R^2 = .147, Adj. R^2 = .127					

분석결과, 청소년 스트레스는 학교적응에 부적인 영향($\beta = -.258$, $p < .001$)을 미치는 것으로 나타나 스트레스가 높을수록 학교적응은 낮아짐을 알 수 있다. 모델 설명력은 12.7%로 $p < .001$ 수준에 유의미한 것으로 나타나 ‘가설 2’는 채택되었다.

3.3 청소년 스트레스와 사회적지지가 학교적응에 미치는 영향

청소년의 스트레스와 사회적지지를 모두 포함한 상태에서 [표 7]과 같이 회귀분석을 실시한 결과, 사회적지지는 학교적응에 정적인 영향($\beta = .513$, $p < .001$)을 미치는 것으로 나타나 사회적지지가 높을수록 학교적응도 높은 것으로 나타났다.

반면 청소년의 스트레스는 학교적응에 유의하게 예측하지 않아 스트레스가 학교적응에 미치는 직접적인 영향이 사라졌고, 사회적지지를 매개로 하여 간접적으로 학교적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이로써 사회적지지는 스트레스와 학교적응의 관계에서 완전매개효과를 갖는 것으로 밝혀졌다. 모델의 설명력은 33.9%였으며 $p < .001$ 수준에서 유의하여 ‘가설 3’은 채택되었다.

표 7. 청소년 스트레스와 사회적지지가 학교적응에 미치는 영향

변인	B	β	t	p	VIF
통제 변인	상수	1.439	5.013	.000	
	성별	.001	.001	.015	.988
	학년	-.007	-.009	-.199	.843
	가족구성	-.105	-.080	-1.714	.087
	가계소득	.011	.040	.816	.415
	맞벌이여부	.037	.037	.794	.428
독립 변인	학교성적	-.087	-.130	-2.722	.007
	스트레스	-.048	-.060	-1.180	.239
매개 변인	사회적지지	.586	.513	9.970	.000
F = 21.158***, R^2 = .355, Adj. R^2 = .339					

3.4 사회적지지의 매개효과 검증

사회적지지의 매개효과를 검증하기 위하여 Sobel Test를 실시하였다.

Sobel Test 결과, [그림 2]와 같이 스트레스는 사회적지지를 매개로 하여 학교적응에 이르는 것으로 검증되었다. 즉, 스트레스가 높을수록 사회적지지는 낮은 것으로 나타났으며, 사회적지지는 청소년의 학교적응에 영향을 미치는 것으로 나타나 ‘가설 4’는 채택되었다.

그림 2. 청소년 스트레스와 사회적 지지가 학교적응에 미치는 영향

V. 결론 및 제언

본 연구는 청소년의 스트레스가 학교적응에 미치는 영향과 그 영향관계에서 사회적지지의 매개효과를 분석함으로써 청소년의 학교적응력을 높이기 위한 방안을 모색하여 사회복지적 함의를 제공하는데 그 목적이 있다.

연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, ‘가설 1’의 청소년 스트레스가 사회적지지에 미치는 영향을 검증한 결과 스트레스는 사회적지지에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 ‘가설 1’은 채택되어 스트레스가 높을수록 사회적지지는 낮아졌다. 이러한 연구결과는[9][20-24]의 연구를 지지하는 결과로 청소년의 스트레스는 사회적지지를 낮게 지각하는 요인이 확인되었다.

둘째, ‘가설 2’의 청소년의 스트레스가 학교적응에 미치는 영향을 분석한 결과 스트레스가 높을수록 학교적응에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타나 ‘가설 2’는 채택되었다. 이러한 연구결과는[5][38-40]의 연구를 지지하는 결과로 청소년의 스트레스는 학교적응에 부정적 요인으로 작용한다. 따라서 청소년 학교적응력 향상을 위한 스트레스 완화 및 대처방안이 요구된다.

셋째, ‘가설 3’의 사회적지지는 학교적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 ‘가설 3’은 채택되었다. 이러한 연구 결과는[26][28][29][31]의 연구와도 일치하는 것으로 청소년의 학교적응력 향상을 위한 사회적지지체계의 구축이 필요함을 시사한다.

넷째, ‘가설 4’의 스트레스와 학교적응에 사회적지지를 투입하여 스트레스 매개효과를 검증한 결과 학교적응에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 ‘가설 4’

는 채택되었다. 이러한 연구 결과는 [9]와 일치하는 결과이다. 청소년의 스트레스를 통제한 상태에서 사회적지지는 학교적응을 강화시키는 요인임을 확인하는 결과이다.

이상의 연구결과에서 청소년의 학교적응에 스트레스는 부정적 요인으로, 사회적지지는 긍정적 요인이 확인되었으므로 청소년들의 스트레스를 낮추고 사회적지지를 높이기 위한 정책과 지원이 필요하다. 연구결과를 근거로 제언을 제시하면 다음과 같다.

첫째, 청소년의 스트레스 상황에서 학교적응력 향상을 위해서는 학교에 Wee Class 시설을 확충하고, 학교 사회복지사가 상주하여 교육복지프로그램을 운영할 수 있도록 학교사회복지 차원의 제도가 활성화 되도록 법제화를 하는 것이 필요하다. 이를 통해 청소년의 심리상담과 심리치료, 교육복지프로그램 등을 통해 스트레스를 관리하고 대처할 수 있도록 하여야 할 것이다.

둘째, 학교적응력 향상을 위한 사회적지지 체계의 개발과 지원이 요구된다. 청소년 자신의 역량강화 및 특성 등을 이해하고 다체계적인 관점에서 접근하는 임과 위문트적인 접근 및 생태체계적인 통합 관점에서 접근하여 청소년을 도와야 할 것이다. 이를 위해 학교와 수련시설, 문화센터, CYS-Net 등이 네트워크를 형성하여 다양한 여가 프로그램과 심리지원 프로그램 등을 진행하고 청소년들이 참여할 수 있도록 지원해야 할 것이다. 이와 함께 청소년들을 위한 시설과 상담센터 시설 확충을 제안한다.

본 연구는 경남지역의 중학생을 대상으로 연구를 실시하였으므로 연구결과를 일반화는 하는 것은 한계가 있으므로 향후 연구에서는 전국 차원의 연구가 이루어져야 할 것이다.

참고문헌

- [1] R. D. Coddington, "The significance of life events as etiological factors in disease of children-II: A study of a normal population," Journal of psychosomatic Research, Vol.16,

- pp.205-213, 1972.
- [2] www.kostst.go.kr
- [3] Y. H. Hagh, *A study on actual condition of junior high school student's suicidal ideation, Unpublished master's thesis*, Ewha Woman's University, Seoul, 2001.
- [4] 고재홍, 김미정, "초등학생의 스트레스와 심리적 안녕감 방어기제들의 역할", *초등교육연구*, 제22권, 제4호, pp.161-183, 2009.
- [5] 김명식, "청소년의 지각된 스트레스와 우울이 학교적응에 미치는 영향", *한국심리치료학회지*, 제1권, 제2호, pp.53-67, 2009.
- [6] 서보준, 김명자, "그룹홈 청소년과 일반가정 청소년의 일상생활스트레스가 학교생활적응에 미치는 영향에 관한 비교연구 : 대구광역시 청소년을 중심으로", *미래청소년학회지*, 제7권, 제4호, pp.1-26, 2010.
- [7] 김기순, 신선순, "청소년이 지각한 스트레스가 학교생활 적응에 미치는 영향", *교육종합연구*, 제9권, 제3호, pp.97-114, 2011.
- [8] 김진희, 황은희, "여고생의 스트레스, 자아탄력성과 학교적응유연성과의 관계", *한국산학기술학회 논문지*, 제13권, 제10호, pp.4660-4668, 2012.
- [9] 용란숙, *청소년의 학교스트레스가 학교적응에 미치는 영향 : 사회적지지의 매개효과를 중심으로*, 호남대학교 석사학위논문, 2008.
- [10] E. F. Dubow and D. G. Ulman, "Assessing social support in elementary school children: The survey of children's social support," *Journal of Child Psychology*, Vol.18, No.1, pp.52-64, 1989.
- [11] A. Vaux, *Social support: Theory, research, and intervention*, New York: Praeger Publishers, 1988.
- [12] 남영옥, 이상준, "일반청소년과 시설청소년의 사회적 지지와 학교적응 비교", *미래청소년학회지*, 제5권, 제1호, pp.1-18, 2008.
- [13] www.moe.go.kr
- [14] R. S. azarus and S. Folkman, *Sress, Appraisal and Coping*, NY : Springer, 1984.
- [15] G. Wilkinson, "Understanding stress," *British Medical Association Family doctor series*, Vol.13, 2005.
- [16] 정동화, *심리사회적 스트레스*, 한국학술정보(주) 2010.
- [17] 이후승, *고등학생이 지각한 사회적 지지와 지각한 자아탄력성이 스트레스 지각에 미치는 영향*, 연세대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2003.
- [18] 이혜경, *지역아동센터 아동의 사회적 지지 및 임파워먼트와 심리사회적 적응*, 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문, 2007.
- [19] Schulz and Schwarzer, "Long-term effects of spousal support on coping with cancer after surgery," *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol.23, No.5, pp.716-732, 2004.
- [20] 이기숙, 박소영, "청소년의 일상적 스트레스와 사회적지지 지각의 관련성 연구", *대한가정학회지*, 제28권, 제9호, pp.1-14, 2000.
- [21] 김영아, "청소년의 스트레스, 사회적지지, 건강행위와의 관계", *아동간호학회지*, 제7권, 제2호, pp.203-212, 2001.
- [22] 홍상욱, 엄경순, 배옥현, "현대가족에서의 청소년의 스트레스와 사회적지지", *한국가족관계 학회지*, 제8권, 제1호, pp.139-155, 2003.
- [23] 홍영수, *청소년의 자살행동에 대한 생활스트레스와 심리사회적 자원의 영향*, 연세대학교 대학원 박사학위논문, 2004.
- [24] 엄태완, 강명진, 최정순, "청소년의 스트레스, 무망감, 우울, 자살생각과 사회적 지지 : 성차를 중심으로", *인문논총*, 제22권, pp.5-30, 2008.
- [25] 이신숙, *중학생의 회복탄력성이 학교적응성에 미치는 영향 연구 : 스트레스와 사회적 지지의 조절효과를 중심으로*, 조선대학교 대학원, 박사학위논문, 2013.
- [26] 정규석, "사회적 관계요인이 청소년의 학교적응에 미치는 영향", *한국사회복지학*, 제56권, 제

- 1호, pp.235-252, 2004.
- [27] 신정희, 청소년의 탄력성이 학교생활적응에 미치는 영향, 청주대학교 대학원, 석사학위논문, 2010.
- [28] 김보정, 중학생의 생활스트레스와 사회적지지가 학교적응에 미치는 영향, 대전대학교 교육대학원, 석사학위 논문. 2003.
- [29] 박인순, 초등학생의 학교생활 적응에 관한 연구, 원광대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2007.
- [30] 윤소정, 주자현, 이은영, "청소년이 지각한 사회적지지 체계와 학급응집력 및 학교적응과의 관계", 열린교육연구, 제21권, 제2호, pp.185-207, 2013.
- [31] 오미섭, 부모의 양육태도와 교사관계 및 교유관계가 중학생의 학교적응에 미치는 영향: 공동체 의식 매개효과, 호남대학교 대학원, 박사학위논문, 2013.
- [32] 문은식, "청소년의 학교생활 적응 관련변인의 탐색적 고찰", 교육발전논총, 제23권, 제1호, pp.153-167, 2002.
- [33] 최지은, 신용주, "청소년이 지각한 부모-자녀관계, 또래 관계, 교사와의 관계가 학교생활 적응에 미치는 영향", 대한가정학회지, 제41권, 제2호, pp.199-210, 2003.
- [34] 박미숙, 고등학생의 사회적 지지가 자아존중감과 학교생활적응에 미치는 영향: 전문계 고등학생을 중심으로, 경운대학교 사회복지대학원 석사학위논문, 2010.
- [35] G. E. Tafet and R. Bernardini, *Psychoneuroendocrinological links between chronic stress and depression*, 2003.
- [36] 김요셉, 김성천, 유서구, "청소년기 스트레스의 영향요인: 긍정적 자아개념과 자기신뢰감의 영향을 중심으로", 청소년학연구, 제18권, 제3호, pp.103-126, 2011.
- [37] 임은미, 정성석, "청소년의 스트레스와 우울의 변화 및 우울에 대한 스트레스의 장기적인 영향", 청소년학연구, 제16권, 제3호, pp.99-121, 2009.
- [38] P. Hampel and F. Petermann, "Perceived Stress, coping and adjustment in adolescents," *Journal of Adolescent Health*, Vol.38, pp.409-415.
- [39] 김명수, 조옥귀, "중학생의 일상적 스트레스, 자기존중감의 안정성과 학교생활적응과의 관계", 교육이론과 실천, 제20권, pp.51-70, 2010.
- [40] 장명영, 아동의 생활스트레스가 학교적응에 미치는 영향: 강인성, 가족건강성, 교사의 촉진적 의사소통의 매개효과, 한국교원대학교 석사학위논문, 2011.
- [41] 고성은, 홍혜영, "중학생의 생활스트레스가 자살생각에 미치는 영향: 사회적 지지의 매개효과를 중심으로", 청소년학연구, 제16권, 제11호, pp.97-124, 2009.
- [42] 노충래, 김설희, "중학생의 학업스트레스와 학업성적이 심리적안녕감에 미치는 영향: 자아존중감과 우울불안에 대한 개인요인 및 사회적 지지요인의 매개효과를 중심으로", 한국아동복지학, 제39권, pp.39-68, 2012.
- [43] 정미경, "청소년의 스트레스와 내면화, 외현화 문제행동간의 관계에서 보호요인의 매개효과", 한국교육심리학회, 제26권, 제1호, pp.271-290, 2012.
- [44] 엄태완, "빈곤층의 경제적 스트레스와 우울 관계에서 자기효능감과 사회적 지지의 효과", 정신보건과 사회사업, 제28권, pp.36-66, 2008.
- [45] 최인숙, "성별에 따른 초기 청소년의 우울에 어머니의 양육행동이 미치는 영향, 사회적 지지와 부정적 정서경험의 중재효과", 청소년학연구, 제19권, 제1호, pp.135-160, 2012.
- [46] 구분용, 청소년의 자아효능감과 학교적응 관계에서 부모, 교사, 또래관계의 매개효과, 청소년학연구, 제19권, 제3호, pp.347-373, 2012.
- [47] 유안진, 한미현, "한국아동의 일상적 스트레스 척도의 개발", 대한가정학회지, 제33권, 제4호, pp.49-64, 1995.
- [48] 장윤정, 아동·청소년의 일상적 스트레스, 사회적 지지 및 적응행동에 관한 연구, 서울여자대학

교 대학원 석사학위논문, 1996.

- [49] 유안진, 한미현, "아동의 스트레스 및 사회적지지 지각의 행동문제", 한국아동학, 제17권, 제1호, pp.173-188, 1996.
- [50] 김명숙, *아동의 사회적 지지와 부적응과의 관계*, 숙명여자대학교 대학원, 박사학위논문, 1995.
- [51] 성영혜, "부모의 사회적 지지체계가 아동의 행동에 미치는 영향에 관한 연구", 이화여자대학교 대학원, 박사학위논문, 1993.
- [52] 한미현, *아동의 스트레스 및 사회적지지 지각의 행동문제*, 서울대학교 대학원, 박사학위논문, 1996.
- [53] 김용래, "학교학습동기척도(A)와 학교적응척도(B)의 타당화 및 두 척도 변인간의 관계분석", 교육사회과학, 제17권, pp.3-37, 2000.
- [54] 이현림, 천미숙, "청소년의 자아정체감과 학교생활적응 간의 관계분석", 청소년학연구, 제10권, 제4호, pp.511-541, 2003.
- [55] 이수경, *학교스트레스와 사회적 지지가 학교적응에 미치는 영향*, 숙명여자대학교 석사학위논문, 2004.
- [56] 이명순, *청소년의 삶의 질에 영향을 미치는 요인*, 백석대학교 박사학위논문, 2006.
- [57] 우미향, *한부모가족 청소년의 사회적 적응에 관한 연구*, 성신여자대학교 대학원 박사학위논문, 2009.
- [58] 박찬옥, *중학생의 사회적 지지와 진로성숙도가 학교적응에 미치는 영향*, 영동대학교 산업정보대학원 석사학위논문, 2012.

저자 소개

정 승 현(Seung-Hyun Jeong)

정회원

- 2013년 2월 : 한국국제대학교 사회서비학과 박사과정 수료

<관심분야> : 청소년 진로, 청소년복지, 학교적응

심 미 영(Mi-Young Sim)

정회원

- 1999년 8월 : 대구가톨릭대학교 졸업(박사)
- 2002년 ~ 현재 : 한국국제대학교 사회복지학과 교수

<관심분야> : 청소년복지, 청소년진로, 가족복지