

## 사회적 지지가 중학생의 학교생활 적응과 삶의 만족에 미치는 영향: 자아탄력성, 자기조절의 매개효과

송 현 심

성 승 연<sup>†</sup>

서울불교대학원대학교

본 연구는 중학생의 학교생활 적응과 삶의 만족을 높일 수 있는 방안을 위한 기초연구로서, 선행연구를 통해 청소년의 적응에 영향을 주는 것으로 나타난 요인들을 검토하여 그 관계를 살펴보았다. 중학생이 지각한 사회적 지지, 자아탄력성, 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식), 학교생활 적응 및 삶의 만족 간의 구조모형을 설정하여 각 변인들 간의 직·간접 효과를 규명하였고, 설정된 연구모형 경로에서 사회적 지지 원에 따라 삶의 만족에 차이가 있는지 확인해 보았다. 총 540명의 학생들을 대상으로 실시한 연구결과는 다음과 같다. 사회적 지지는 자아탄력성, 자기조절양식, 의지적 억제양식, 학교생활 적응, 삶의 만족 모두에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 학교생활 적응은 삶의 만족에 직접적으로 영향을 미치지 않았으나, 친구의 사회적지지 모형에서는 유의미한 영향을 미친 것으로 나타났다. 연구모형의 간접경로를 통하여 유의미한 매개효과를 확인한 결과, 사회적 지지는 자아탄력성, 자기조절양식, 의지적 억제양식을 통해 학교생활 적응과 삶의 만족에 영향을 미치는 것으로 조사되었으며, 자아탄력성은 자기조절양식을 통해 의지적 억제양식에 영향을, 자기조절양식은 의지적 억제양식을 통해 학교생활 적응과 삶의 만족에 영향을 주는 것으로 나타났다. 본 논문에서는 이러한 연구결과를 바탕으로 연구변인들에 대하여 논의하였다.

주요어 : 사회적 지지, 자아탄력성, 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식), 학교생활 적응, 삶의 만족

<sup>†</sup> 교신저자 : 성승연, 서울불교대학원대학교 상담심리학과, (153-831) 서울시 독산동 1038-2

Tel : 02-890-2834, E-mail : sungair@unitel.co.kr

청소년기는 13세-18세까지의 연령대로 중·고등학교 시기에 해당되는데, 이 시기는 아동기와 성인기 중간의 과도기로서 급격한 신체 발달과 더불어 인지와 자의식의 발달과정을 통해 긴장과 불안 등 혼란스러운 심리적 감정 속에서 성장하게 된다. 이 시기에 겪는 경험은 성격형성이나 성장발달에 상당한 영향을 미치게 되는데, 우리나라 청소년들은 입시위주의 교육체제로 인하여 학교에서 생활하는 시간이 많으므로 학업성적이나 또래관계와 같이 학교 내에서의 적응력 정도가 청소년들의 안정된 성장발달에 중요한 요인으로 작용한다. 급격한 사회경제적 성장으로 인하여 생활수준은 상당히 향상되었음에도 불구하고 우리나라 청소년들의 삶의 만족도<sup>1)</sup>는 매우 낮게 조사되고(염유식, 2013) 있는바, 이는 경제적 안정감으로 인한 행복감이 청소년 개개인이 느끼는 주관적 행복감과 차이가 있는 것을 알 수 있다. 그러므로 우리나라 청소년의 삶에 대한 행복감과 만족감 증진을 위한 다양한 연구와 제안이 필요할 것으로 보인다. 여기에서는 중·고등학생의 청소년 중 중학생을 중심으로 연구하고자 한다.

인간의 심리적 안녕은 단순히 정신병리 증상의 부재만이 아니라 개인이 가지고 있는 강점의 발달 및 강화를 포함하며, 삶의 만족은 개인의 강점을 구성하는데 필요한 요소로 간

주된다(Huebner, 2004; Veenhoven, 1988). 삶의 만족은 다양한 영역에 대해 개인 자신이 만족하는 정도를 인지적으로 평가하는 것을 의미하며 현재까지 스스로의 삶을 잘 수행해 왔다는 만족함(Diener & Fujita, 2005)을 말하므로 만족에 대한 해석은 개인의 다양성만큼 복잡하고 어려운 개념일 수 있다. 특히 청소년기는 자기존중감 및 또래애착과 같은 심리내적변인이나 부모양육태도 등과 같이 다양한 환경에 따라 변화하는 특성이 있으므로(강경훈, 최수미, 2013), 이들의 삶에 대한 만족감에 미치는 영향을 알아보려면 다양한 요인을 고려할 필요가 있다. 우리나라의 대학입시 중심 교육체계는 과도한 경쟁으로 학업성적 부담 등 삶에 대한 만족 저하가 예상되므로 청소년 발달단계에 따른 학교생활 적응과 삶의 만족 정도를 연구하는 것이 필요하다. 삶의 만족에 대한 초기연구는 사회경제적인 요소 등 측정 가능한 객관적인 지표들을 중심으로 연구되어 왔으나 이러한 변인들을 설명할 수 있는 변량이 매우 적은 것으로 밝혀짐에 따라 개인의 내적이고 주관적인 측면이 강조되고 있다(Diener, 1984; Ryff, 1989). 또한 청소년의 삶의 만족은 부모, 또래, 교사관계 등 관계적 요인에 대하여 차별적으로 접근할 필요(최인숙, 2012)가 있다는 것이 제안되었고, 최근 대두되고 있는 긍정심리학에서도 행복, 삶의 만족, 안녕감을 주제로 한 연구들이 이루어지고 있다. 청소년들에게서 '희망'이라는 긍정적 심리발달을 이끌어내는 변인으로 다양한 심리·사회적 위기 속에서도 긍정적 심리발달을 이끌어내는 주요 요인으로 자기존중감, 자기통제감, 자아탄력성, 사회적 지지 등을 보호효과로서, 학술적·사회적 관심의 필요성(이명숙, 2011)을 제안하였다. 이에 긍정심리학 관점의 접근이 활발히

1) 연세대 사회발전연구소와 한국방정환재단의 '2013 한국 어린이·청소년 행복지수-국제비교 연구 보고서' 조사결과 한국은 '교육' 영역에서 122.99(OECD 국가평균=100)로 최상위 점수를 기록하는 등 5개영역(물질적 행복, 보건과 안전, 교육, 가족과 친구관계, 행동과 생활양식)에서 중·상위권 대비, 주관적 행복지수는 5년(2009-2013) 연속 OECD 국가 중 가장 낮은 점수를 기록했다.

이루어진다면 청소년의 학교생활 적응과 삶의 질을 증진시키는 기초자료로 활용될 것이다.

삶의 만족과 관련 선행연구를 살펴보면, 심리적 안녕감 요인(박미애, 김세경, 천성문, 2013; 원두리, 2011), 사회적 관계(최인숙, 2012), 부모 양육태도(김영민, 임영식, 2013), 스트레스(김남정, 임영식, 2012), 가족구조(조진만, 강정환, 이병규, 2012), 자아탄력성(최인숙, 2012), 사회적 지지(문은식, 2005), 학교생활 적응(안선정, 이현철, 임지영, 2013; Huebner & McCullough, 2000) 등 개인특성과 관련된 변인, 대인간 특성 및 환경 변인에 관한 연구는 대부분 삶의 만족도에 집중되었으며 가족, 개인, 사회요인의 인과적 관계나 영향력에 대해 총체적으로 다룬 연구는 많지 않다(김영민, 임영식, 2013).

학교생활 적응과 관련하여 Bierman(1994)은 고정된 구성 개념이 아니라 구성원 간의 상호평가에 의한 역동적인 과정이며, 학교 환경과 개인 사이에 균형을 이루려는 적극적인 과정(손보영, 김수정, 박지아, 김양희, 2012)으로, 부적응은 학생의 기능과 환경적 특성과의 상호작용의 실패를 의미한다고 했다(Bierman, 1994). 학교생활 적응은 개인의 심리·사회적 건강을 반영하고 성장 이후의 삶에 영향장식진, 송소원, 조민아, 2011)을 미친다. 긍정적 학교생활 적응은 청소년들의 삶의 만족도와 비례함을 알 수 있는 바(김영민, 임영식, 2013), 학교생활 적응과 삶의 만족도는 중요한 요인이며 학교생활 적응을 잘하는 청소년일수록 이 시기에 기대되는 발달과제들을 성공적으로 수행할 수 있다고 기대할 수 있을 것이다.

자아탄력성은 자신이 표출하는 자아조절방식의 수정으로 환경에 적응해 나가는 능력이며 긍정성, 자율적 생산적 활동성, 대인관계에

서의 통찰력과 온정, 표현기술을 포함하는 심리적 건강과 적응적 성격특질을 포함하며(Klohn, 1996), 내적·외적 스트레스에 유연하게 적응하는 능력을 의미한다(Block & Kermen, 1996). 청소년 발달상의 위기 및 스트레스를 극복하는 자원이 되어 그들이 직면하는 어려움과 괴로움을 극복하여 긍정적인 발달로 이끈다(구현영, 박현숙, 장은희, 2006). 선행연구들을 살펴보면, 자아탄력성이 높을수록 학교적응력(성순옥, 박미단, 김영희, 2013) 및 학업적응, 사회적응, 환경/일반적응 등 학교생활 전반에 잘 적응하며(하현주, 박원모, 박명숙, 천성문, 2008), 주변상황에 대해 자신이 대처할 수 있다는 긍정적인 지각을 한다고 나타났다. 실제로 이들은 환경에 적응하기 위한 대처전략이 더 많으며(유안진, 이점숙, 김정민, 2005; 최인숙, 2012), 삶에 대한 긍정적인 태도를 가지고 있는 경향이 있음을 보고하였고(최인숙, 2012), 자아탄력성이 높은 사람은 대인관계가 좋으며, 긍정적 정서를 많이 경험하며 삶의 만족도가 높다고 제시하였다(김경민, 2010).

자기조절능력이란 환경의 요구에 대한 적절한 대처, 상황적 요구에 따른 활동의 시작과 멈춤, 사회·교육적 장면에서의 언어·신체활동 강도와 빈도의 조절 능력, 사회화 과정에서 적합한 행동의 인식과 그에 따른 행동을 책임질 수 있는 능력을 의미한다고 했다(Kopp, 1989). 자기결정이론은 자기조절을 의지적(volitionally)으로 기능하는 것과 자아와의 통합여부의 관점으로 설명하고 있다(Ryan & Deci, 2000). 자기조절은 동시에 나타나는 경쟁적인 행동 대안에도 불구하고 한 번 결심한 의도를 보호, 유지하는 것을 말하는데, 이때 의지를 제대로 사용할 수 없게 하는 통제의 정도는

중요하다. 자기조절 한 행동은 다른 대안이 있는 경쟁적인 상황에서도 유지되는 반면, 통제된 행동은 겉으로는 선택과 결정이 이루어질지라도 그 행동에 헌신할 가능성은 줄어든다(Deci & Ryan, 1985; Kuhl, 1992). 이것을 Kuhl과 Fuhrmann(1998)은 자기조절양식(self-regulation mode)과 의지적 억제양식(volitional inhibition mode)으로 나누어 설명하였다. 자기조절 양식은 의도한 목표를 수행하기 위해 동기통제, 정서통제, 자기결정, 자기이완 등의 적절한 사용을 의지적 억제양식은 동화, 외적통제와 같은 과잉통제의 부정적인 자기통제양식과 주의 및 정서혼란과 같은 억압적, 비효율적 자기조절능력을 의미한다고 보고, 자기조절능력을 다양한 사회적 상황에서의 적응, 융통성 있는 방법으로 외부자극에 대한 자신의 행동, 사고, 감정을 다루는 기질적 능력이라고 설명하였다. 선행연구들은 효율적인 자기조절은 긍정적 심리적 안녕감을 촉진(원두리, 2011; Baumann, Kaschel, & Kuhl, 2007)시키고, 부모의 자율성 지지와 심리적 통제가 자녀의 자율성, 즉 자기조절과 적응에 영향(Ryan & Deci, 2000)을 미치고, 문제행동을 낮추며(이정운, 최수미, 2011), 학교생활 적응에 있어 관계의 질을 향상시키고 학업성취 및 교내활동에 보다 잘 적응하는데 자기조절능력이 의미가 있음을 보고하고 있다. 이에 본 연구에서도 자기조절과정을 자기조절양식과 의지적 억제양식으로 나누어 연구함으로써 비효율적 자기조절과정이 중학생의 학교생활 적응과 삶의 만족에 미치는 영향을 살펴보고자 한다. 비효율적 자기조절과정의 연구결과는 보고되지 않은 것으로, 중학생들의 자기조절과정을 좀 더 구체적으로 연구하는 것에 의미가 있다고 하겠다.

자아탄력성이 높은 청소년들이 스트레스에

대처하는 능력, 즉 자기조절능력이 높은 것을 고려할 때, 자아탄력성과 자기조절의 관련성에 대한 구체적 연구가 필요하며, 이는 개인 내적인 요인뿐만 아니라, 부모역할, 또래관계 등 개인과 환경의 상호작용 결과로 나타나는 요인들과 관련(강경훈, 최수미, 2013)이 있으며, 환경적 지지가 충분하지 않을 경우 자기조절은 적응의 잠재력으로 작용한다(이영주, 류진아, 2013). 자아탄력성은 청소년의 적응과 삶의 만족에 영향을 미치는 매개변인(최인숙, 2012)으로, 자기조절능력은 적응력을 높이는 매개변인(김정희, 안귀여루, 2013)으로서 청소년의 적응을 돕는 긍정적 요인으로 조사되고 있다. 개인이 경험하는 스트레스 상황에서 긍정적 적응이 개인의 내적변인이라고 본다면, 청소년의 학교생활 적응과 삶의 만족에 영향을 주는 외적변인으로 사회적 지지 자원을 들 수 있다. 반면 비효율적 자기조절방식의 의지적 억제양식은 부적응에 직·간접적으로 영향을 주는 것으로 조사(이회란, 2012)된 바, 선행연구결과를 바탕으로 사회적 지지가 학교생활 적응 및 삶의 만족에 영향을 미치는 관계에서 자아탄력성과 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식)의 매개역할을 밝히고자 한다.

사회적 지지는 자신의 삶의 영역에서 보살핌을 받을 때 가치 있게 여겨지고, 자신의 관계에 대해 만족 할 것이라는 믿음을 발달 시켜가는 일반적인 평가(Prociano & Heller, 1983)를 말한다. Sarason, Pierce, Shearin, Sarason과 Waltz(1991) 등은 적응을 예언하는데 객관적인 사회적 지지 보다는 지각된 사회적 지지가 더 중요하며, 지각된 지지가 대처의 효능성, 적응적 결과 및 심리적, 신체적 안녕에 대한 예언적 역할(Sarason et al, 1991)을 한다고 하였다. 사회적 지지 관점은 청소년들이 가장 친밀하

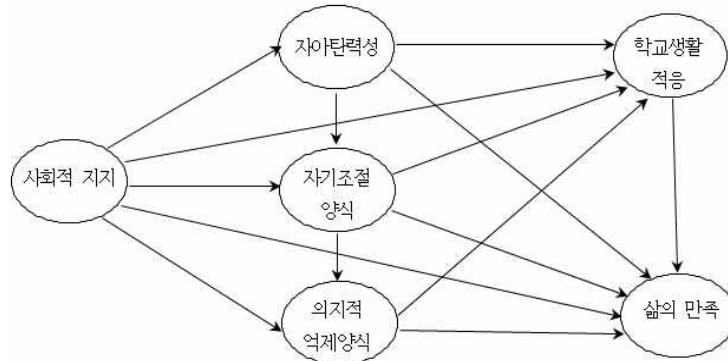


그림 1. 연구모형

고 중요한 관계를 맺게 되는 부모, 친구, 교사의 지원에 따라 자신에 대한 관점을 갖게 할 것으로 예측되며, 사회적 지원은 정서조절과 적응력에 각각의 영향과 역할이 다르다는 것이 조사되었다(유봉애, 옥경희, 2013). 이에 중학생들의 학교생활 적응과 삶의 만족 연구에서 사회적 지지를 지원에 따라 분류하여 상대적 영향을 검증한 결과는 청소년상담에 활용할 근거를 제공할 것이다.

종합해 보면, 청소년들의 삶의 만족은 청소년 개인의 심리내적변인과 다양한 환경적변인에 따라 변화하는(강경훈, 최수미, 2013; Diener & Fujita, 2005) 특성이 있다는 선행연구 결과를 바탕으로, 사회적 지지를 외적변인으로, 자아탄력성, 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식)을 내적변인으로 설정하여, 중학생들의 학교생활 적응과 삶의 만족에 미치는 영향을 검증해 보고자 한다. 또한 자아탄력성과 자기조절변인이 매개변인으로 작용하고, 전체 경로와 매개효과에 차이를 보이는지 검증하고자 한다. 특히 사회적 지원에 따라 학교생활 적응과 삶의 만족은 다른 양상을 보일 것이라는 가정을 하고, 각 변인들의 관계성을 이론적으로 좀 더 구체화하는 것이 연구

의 목적이다. 설정한 연구모형은 그림 1과 같으며, 구체적인 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 중학생이 지각하는 사회적 지지는 학교생활 적응 및 삶의 만족에 영향을 미칠 것이다. 둘째, 중학생이 지각하는 사회적 지지는 자아탄력성과 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식)에 영향을 미칠 것이다. 셋째, 자아탄력성은 자기조절양식에 자기조절양식은 의지적 억제양식에 영향을 미칠 것이다. 넷째, 자아탄력성, 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식)은 학교생활 적응과 삶의 만족에 영향을 미칠 것이다. 다섯째, 학교생활 적응이 삶의 만족에 미치는 영향은 지원에 따라 다를 것이다. 여섯째, 중학생이 지각하는 사회적 지지가 학교생활 적응과 삶의 만족에 미치는 영향은 자아탄력성, 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식)에 의해 매개될 것이다.

## 방 법

### 연구 대상 및 실시 절차

본 연구의 설문조사는 연구자의 직접 실시

또는 검사 실시 방법을 숙지한 교사가 해당 학생들에게 연구 목적 설명 후 동의를 받아 약 20분 정도 실시하였다. 서울 및 경기지역 5개 중학교 학생을 대상으로 실시하였고, 설문 기간은 2014년 3월 24일~4월 30일까지 6주에 걸쳐 실시하였다. 설문지는 총 650부를 배포하였으며, 이중 불성실하게 응답하거나 누락된 문항이 있는 자료 110부를 제외한 총 540부가 본 연구의 분석에 사용되었다. 연구대상의 구성은 전체 540명 중 여학생 433명(80.2%), 남학생 107명(19.8%)이며, 1학년 248명(45.9%), 2학년 77명(14.3%), 3학년 215명(39.8%)으로 구성되어 있다.

#### 측정 도구

##### 사회적 지지

사회적 지지 척도는 김승미(1998)가 박지원(1985)의 “청소년의 사회적 지지를 측정하기 위해 만든 척도”를 기초로 하여 쉬운 문장으로 재발표한 사회적 지지척도를 사용하였다. 이는 정서적 지지(사랑, 돌봄, 이해, 격려 등) 7문항, 정보적 지지(문제해결과 관련된 정보제공) 6문항, 평가적 지지(칭찬, 인정 등) 6문항, 물질적 지지(필요시 금전, 물건, 시간 등을 제공) 5문항 등 총 24문항으로, 중학생에게 중요한 영향을 주는 사회적 지지원을 부모, 친구, 교사로 구분하여 각각 24문항, 총 72문항으로 구성하였다. 각 문항에 대한 응답방식은 “매우 그렇지 않다” 1점, “매우 그렇게 느낀다” 5점의 척도로 총 점수가 높을수록 사회적 지지를 높게 지각하는 것을 의미한다. 본 연구에서 전체 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .98로 나타났다.

##### 자아탄력성

자아탄력성 척도는 Block과 Kerman(1996)이 개발한 자아탄력성 척도(Ego-Resiliency Scale: ER)를 유성경과 심혜원(2002)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 모두 14문항으로 이루어져 있으며, 대인관계, 활력성, 감정통제, 호기심, 낙관성의 5가지 하위요인으로 구성되었다. 각 문항은 4점 척도로 구성되었으며 “전혀 그렇지 않다” 1점, “매우 그렇다” 4점으로 총 점수가 높을수록 상대적으로 위기와 어려움을 극복하는 능력이 뛰어나다고 말한다. 유성경과 심혜원(2002)의 연구에서 신뢰도 계수는 .67이었고, 본 연구의 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .84로 나타났다.

##### 자기조절

Kuhl과 Fuhrmann(1998)이 개발한 의지구성 목록(Volitional Components Inventory)을 윤영신(2007)이 번역 타당화한 것을 사용하였다. 척도의 하위변인은 자기조절양식(10문항), 의지적 억제양식(11문항), 총 21문항으로 구성되었다. 자기조절양식은 “정말 하고 싶은 일을 한다고 매번 느낀다”, “불안해져도 마음을 진정시킬 수 있다” 등의 10문항, 의지적 억제양식은 “하기 싫은 과제는 마지막에 가서 겨우 끝내는 경우가 많다”, “현재 하고 있는 일과 상관없는 것들을 생각할 때가 많다” 등의 11개 문항, 4점 척도로 “전혀 아니다” 1점, “매우 그렇다” 4점으로 구성되어 있다. 자기조절양식의 합이 높을수록 다양한 전략과 방법을 통하여 목표 수행을 잘해나가는 것을 의미하며, 의지적 억제양식의 합이 높을수록 과잉통제와 억압을 통하여 비효율적으로 자기조절을 함으로써 목표 수행을 잘해나가지 못하는 것을 의미한다. 윤영신(2007) 연구의 신뢰도 계

수(Cronbach's  $\alpha$ )는 자기조절양식 .76, 의지적 억제양식 .75였다.

본 연구에서는 세 개의 문항군을 제작하여 측정변수로 사용하였는데 문항군을 제작한 이유는 SEM분석에서 최대우도법 사용을 위한 가정들을 충족시켜야 할 필요성과 개별 문항들을 모두 사용함으로써 발생하는 추정모수의 증가를 막아 결국 전체모형의 적합도를 개선하기 위함이다(Russell, Kahn, Spoth, & Altmaier, 1998). 요인부하량에 따른 항목 합산을 위해, 전체문항을 1로 지정한 후 최대우도법을 사용하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 요인부하량이 가장 큰 문항과 가장 작은 문항을 묶는 방식으로 각 지표에 속하는 문항들의 요인부하량을 같게 하는 방법으로 문항군을 형성하였다(Russell et al., 1998). 자기조절양식은 전체 10문항을 3문항(5, 6, 10번), 3문항(2, 4, 7번), 4문항(1, 3, 8, 9번)으로, 의지적 억제양식은 전체 11문항을 3문항(15, 16, 19번), 4문항(11, 13, 18, 20번), 4문항(12, 14, 17, 21번)으로 각각 3개 또는 4개의 문항 묶기를 통해 측정지표를 구성하고, 각 변인을 3개의 관측변수로 구성하여 분석에 사용하였다. 자기조절양식 문항군 각각의 신뢰도 계수는 .74, .71, .73 전체 .89로 나타났고, 의지적 억제양식 문항군 각각의 신뢰도 계수는 .57, .56, .57 전체 .83으로 나타났다.

### 학교생활 적응

학교생활 적응을 알아보기 위해 김아영(2002)의 학교생활 적응척도를 사용하였다. 이 척도는 이숙주(2000)와 조영미(1999)의 학교생활 적응척도를 근거로 개발된 것이다. 척도의 하위요인은 교사관계(5문항), 교우관계(5문항), 학교수업(5문항), 학교규칙(5문항), 총 20문항,

6점 척도로 “전혀 아니다” 1점, “매우 그렇다” 6점으로 구성되었으며, 점수가 높을수록 학교생활에 잘 적응하고 있다는 것을 의미한다. 김아영(2002)의 연구에서 신뢰도 계수는 .72였고, 본 연구에서 나타난 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .90으로 나타났다.

### 삶의 만족

삶의 만족도 척도는 김신영 등(2006)이 개발한 척도로 3문항으로 구성되어 있다. 5점 척도로 “전혀 그렇지 않다” 1점, “별로 그렇지 않다” 2점, “보통이다” 3점, “다소 그렇다” 4점, “매우 그렇다” 5점으로 삶의 만족도 점수가 높을수록 삶에 대해 만족하는 정도가 높다는 것을 의미한다. 제작자 연구의 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .75였으며, 본 연구에서는 .84로 나타났다.

### 분석 방법

본 연구에 사용한 자료의 전반적인 기술 통계량을 분석하기 위하여 SPSS 18.0을 이용하여 기술 통계치와 측정도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$  값을 산출하였다. 또한 측정변인의 평균과 표준편차, 왜도 및 첨도, 상관관계를 표 1에 제시하였다. AMOS 18.0을 사용하여 구조방정식 모형 분석을 실시하였으며, 모형의 적합도 검증은 일반적으로 널리 추천되고 있는 적합도 지수들인  $\chi^2$ , TLI, CFI, RMSEA를 모형의 평가 기준으로 삼았다. TLI, CFI는 0.9이상이면 모형의 적합도가 좋은 것으로 해석되고(홍세희, 2000), RMSEA의 경우, RMSEA < .05이면 좋은 적합도, RMSEA < .80이면 괜찮은 적합도, RMSEA < .10이면 보통 적합도, RMSEA > .10 이면 나쁜 적합도를 나타낸다(김주환, 김민규,

홍세희, 2009; Browne & Cudeck, 1993). 마지막으로 매개효과를 검증하였고, 매개효과의 통계적 유의미성은 Sobel 검증을 실시하였다.

## 결 과

### 모형검증을 위한 기술통계

모형 검증을 위한 사회적 지지, 자아탄력성, 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식), 학교생활 적응, 삶의 만족의 상관계수( $r$ )와 평균, 표준편차를 구하여 표 1에 제시하였다.

표 1에서 확인할 수 있듯이, 주요 변인간 상관계수가  $-.10 \sim .63$ 으로 각각 정적 부적 상관을 보였다. 한편 예측변인 간 상관이 클수록 다중공선성의 문제가 우려되어, 삶의 만족을 준거 변인으로 설정하고 나머지 변인들의 분산팽창지수(VIF)를 확인해 본 결과,  $1.02 \sim$

$1.79$ 까지 분포하여 다중공선성의 문제가 우려할 만한 수준( $10$  이상)이 아닌 것으로 판단되어 추후 분석을 진행하였다. 사회적 지지는 자아탄력성, 자기조절양식, 학교생활 적응 및 삶의 만족에 정적상관을 나타냈고, 의지적 억제양식과 유의미한 상관관계를 보이지 않았다. 또한 삶의 만족을 중심으로 살펴본 결과, 사회적 지지, 자아탄력성, 자기조절양식, 학교생활 적응은 정적상관을, 의지적 억제양식과는 부적상관을 나타냈다. 즉 지각된 사회적 지지 수준이 높을수록 자아탄력성과 자기조절능력이 높고, 학교생활 적응과 삶의 만족이 높다고 볼 수 있다. 반면에 의지적 억제양식이 높을수록 삶의 만족이 낮아진다는 것을 알 수 있다.

연구모형의 적합도를 검증하기에 앞서, 각 측정변인들의 다변량 정규성을 검토하기 위해 왜도와 첨도를 확인하였다. 왜도와 첨도는 구조방정식모형 분석을 검증하기 위한 기초자료

표 1. 측정변인 간 상관, 평균값, 표준편차, 왜도, 첨도( $N=540$ )

	사회적 지지	자아탄력성	자기조절양식	의지적 억제양식	학교생활 적응	삶의 만족
사회적 지지	-					
자아탄력성	.46**	-				
자기조절양식	.46**	.53**	-			
의지적 억제양식	-.03	.07	.13*	-		
학교생활 적응	.63**	.58**	.60**	-.02	-	
삶의 만족	.56**	.52**	.58**	-.10*	.53**	-
<i>M</i>	4.05	2.94	2.56	2.45	4.34	3.66
<i>SD</i>	.64	.47	.66	.59	.75	.94
왜도	-.84	-.20	.20	.02	-.05	-.49
첨도	.89	.45	-.42	-.40	-.37	-.30

주. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$



로 구조방정식모형에서는 각 변인들의 정상분포조건이 충족되지 않을 경우 왜곡된 결과도 출될 수 있다. 구조방정식모형에서의 정상분포조건(왜도 < 2, 첨도 < 4)을 고려했을 때 (Hong, Malik, & Lee, 2003), 본 연구에서 사용한 변인들의 왜도는 -.84~.20의 범위 안에 포함되고, 첨도는 -.42~.89의 범위 안에 포함되어 정규분포 조건을 충족시키고 있어 구조방정식모형을 적용하는 필요한 조건을 충족시키고 있다.

**측정모형 검증**

측정변수 간의 관계구조가 얼마나 경험적 자료와 일치하는지를 살펴보기 위해 수집된 자료를 대상으로 확인적 요인분석(CFA: Confirmatory Factor Analysis)을 실시하였다. 표 2에서처럼 전체 모형에 대한  $\chi^2$  은 636.92이고, 유의도 수준 .001에서 유의한 것으로 나타났다.

적합도 지수는 TLI는 .93, CFI는 .95, RMSEA는 .07(90%신뢰구간=.06-.07)로 양호하였다. 측정변수들에 대한 해당 잠재변인의 요인부하량은 표 3과 같으며, 사회적 지지의 4개 측정변인 요인부하량은 .87-.96, 자아탄력성은 .59-.76, 자기조절양식은 .87-.89, 의지적 억제양식은 .79-.88, 학교생활 적응은 .63-.73, 삶의 만족은 .66-.91로  $p<.001$  유의도 수준에서 통계적으로 유의미하게 나타났으며, 22개의 측정변수와 6개의 잠재변수를 구하는 것이 타당한 것으로

확인되었다.

**구조모형 검증**

본 연구에 설정된 모형들의 적합도는 구조방정식의 최대우도법을 추정방법으로 사용하여 검증하였고, 측정변수는 각 척도의 하위요인으로 구성하였다. 사회적 지지가 자아탄력성 및 자기조절양식과 의지적 억제양식, 학교생활 적응을 통하여 청소년의 삶의 만족에 미치는 영향을 연구모형으로 설정하였다. 또한 사회적지지 자원을 부모, 친구, 교사로 나누어 각각의 지지 자원의 상대적 영향을 구체적으로 파악하고자 부모지지 모형, 친구지지 모형, 교사지지 모형으로 설정하여 추가 검증하였다.

구조모형 검증결과, 전체 사회적 지지 모형은 자료에 적합한 것으로 나타났다. 카이제곱 검증( $\chi^2$  test)은 영가설의 내용이 엄격하여 연구모형을 기각하기가 쉽고, 표본 수에 매우 민감하다는 문제점을 지니고 있기 때문에 이러한 문제점을 보완하기 위해 표본 크기에 덜 민감하고 모형의 간명성을 고려하며, 동시에 명확한 해석 기준이 확립된 적합도 지수인 상대적 적합도 지수(Relative Fit Index)중 TLI와 CFI, 그리고 절대적 적합도 지수(Absolute fit Index)인 RMSEA등을 이용하여 모형을 평가하였다(김주환 외, 2009).

$\chi^2=636.96(df=195, N=540, p=.000)$ , TLI=.94, CFI=.95, RMSEA=.07(90%신뢰구간=.06-.07),

표 2. 측정모형 검증결과

모형	$\chi^2$	df	p	TLI	CFI	RMSEA (90%신뢰구간)
측정모형	636.92	194	.000	.93	.95	.07 (.06-.07)

표 3. 측정변인의 표준화/비표준화 요인부하량, 표준오차(N=540)

측정변수	비표준화 요인부하량 (회귀계수B)	표준화 요인부하량 (회귀계수B)	S.E.	C.R.	SMC
<b>사회적 지지</b>					
사회적 지지 1	1.00	.92			.84
사회적 지지 2	1.13	.96***	.03	42.41	.92
사회적 지지 3	1.05	.93***	.03	38.54	.87
사회적 지지 4	1.01	.87***	.03	31.41	.75
<b>자아탄력성</b>					
자아탄력성 1	1.00	.65			.42
자아탄력성 2	1.51	.74***	.11	13.96	.54
자아탄력성 3	1.10	.59***	.10	11.61	.34
자아탄력성 4	1.21	.67***	.09	12.99	.45
자아탄력성 5	1.67	.76***	.12	14.35	.58
<b>자기조절양식</b>					
조절양식 1	1.00	.86			.75
조절양식 2	0.95	.89***	.04	26.80	.79
조절양식 3	0.87	.87***	.03	25.88	.75
<b>의지적 억제양식</b>					
억제양식 1	1.00	.80			.65
억제양식 2	0.93	.79***	.05	19.199	.63
억제양식 3	1.03	.88***	.05	20.249	.77
<b>학교생활 적응</b>					
학교생활 적응 1	1.00	.73			.53
학교생활 적응 2	0.78	.63***	.06	13.39	.39
학교생활 적응 3	0.96	.73***	.06	15.45	.53
학교생활 적응 4	0.75	.68***	.05	14.40	.46
<b>삶의 만족</b>					
삶의 만족 1	1.00	.87			.75
삶의 만족 2	0.88	.66***	.05	17.03	.44
삶의 만족 3	1.09	.91***	.04	25.93	.84

주. \*\*\* $p < .001$

$p < .05$ 로 양호하였다. 지지 자원에 따른 부모지지, 친구지지, 교사지지의 3 모형 또한 모두  $p < .05$ 로 양호한 모형으로 나타났다. 부모지지 모형은  $\chi^2 = 610.49$  ( $df = 195$ ,  $N = 540$ ,  $p = .000$ ),  $TLI = .94$ ,  $CFI = .95$ ,  $RMSEA = .06$ (90%신뢰구간 = .06-.07), 친구지지 모형은  $\chi^2 = 678.86$ ( $df = 195$ ,  $N = 540$ ,  $p = .000$ ),  $TLI = .92$ ,  $CFI = .93$ ,  $RMSEA = .07$ (90%신뢰구간 = .06-.07), 교사지지 모형은  $\chi^2 = 702.84$ ( $df = 195$ ,  $N = 540$ ,  $p = .000$ ),  $TLI = .92$ ,  $CFI = .93$ ,  $RMSEA = .07$ (90%신뢰구간 = .06-.08)로 양호하였다. 대체로  $\chi^2$  은 동일한 모형에 동일한 행렬자료라 하더라도 표본의 크기에 따라  $\chi^2$ 이 변할 수 있는 것이  $\chi^2$  검증의 문제라고도 할 수 있다. 따라서  $\chi^2$  값이 유의하여도 실제로 모형이 자료를 잘 적합시키는 좋은 모형일 가능성이 있으므로  $\chi^2$  값에만 전적으로 의존하기 보다는 다른 적합지수를 함께 고려하여 최종적인 결론을 내려야 한다(배병렬, 2009). 본 연구는 구조모형의 표본크기나 다변량정규성의 위반에 별로 영향을 받지 않으며, 모형의 적합도를 잘 설명해주는 CFI가 .09이상이므로 구조모형의 적합도를 판단하는 것에 무리가 없는 것으로 나타났다. 각 모형별 적합도

지수는 표 4에 제시되어있다.

최종모형인 전체 사회적 지지 모형은 그림 2에 부모지지 모형, 친구지지 모형, 교사지지 모형은 그림 3, 4, 5에 제시하였다. 전체 사회적 지지 모형의 연구모형 경로도와 경로계수는 표 5에 제시하였고, 부모지지 모형은 표 6, 친구지지 모형은 표 7, 교사지지 모형은 표 8에 경로도와 경로계수를 제시하였다.

최종모형(전체 사회적 지지 모형)의 내생 잠재변수들의 설명력을 살펴보면, 자아탄력성이 사회적 지지에 의해 설명되는 부분은 약 26.0%로 나타났다. 자기조절양식이 사회적 지지에 의해 설명되는 양은 54.4%, 의지적 억제양식이 사회적 지지에 의해 설명되는 양은 약 2.9%, 학교생활 적응이 사회적 지지, 자아탄력성, 자기조절양식, 의지적 억제양식에 의해 설명되어지는 양은 약 71.0%, 삶의 만족이 사회적 지지, 자아탄력성, 자기조절양식, 의지적 억제양식, 학교생활 적응에 의해 설명되어지는 양은 약 56.9%로 나타났다. 구체적 결과는 그림 2와 표 5에 제시되었다. 그림 2에서 볼 수 있듯이, 사회적 지지는 학교생활 적응과 삶의 만족에 정적으로 관련이 있는 것으로 나

표 4. 모형별 적합도 지수

모형	$\chi^2$	$df$	$p$	TLI	CFI	RMSEA (90%신뢰구간)
전체 사회적 지지 모형	636.96	195	.000	.94	.95	.07 (.06-.07)
부모지지 모형	610.49	195	.000	.94	.95	.06 (.06-.07)
친구지지 모형	678.86	195	.000	.92	.93	.07 (.06-.07)
교사지지 모형	702.84	195	.000	.92	.93	.07 (.06-.08)

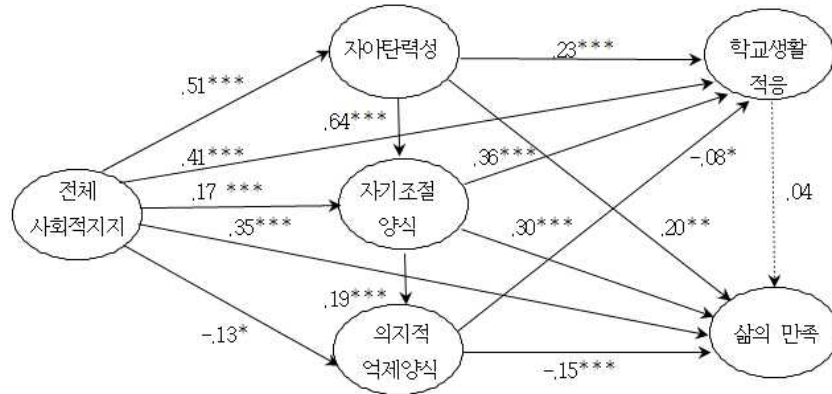


그림 2. 최종모형-전체 사회적 지지 모형

(단, 점선은 경로가 유의미하지 않음을 의미함), \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

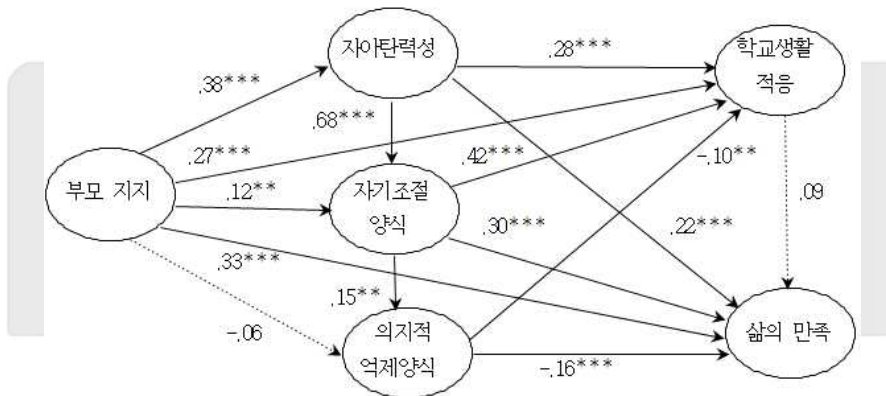


그림 3. 부모지지 모형

타났다. 또한 사회적 지지는 자아탄력성에 정적으로 영향을 미치며, 자기조절양식에 정적으로, 의지적 억제양식에 부적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이로써 연구가설 1, 연구가설 2는 지지되었다. 자아탄력성은 자기조절양식에 정적으로 관련이 있으며, 자기조절양식은 의지적 억제양식에 정적으로 관련성을 나타냈다. 자아탄력성은 학교생활 적응과 삶의 만족에 정적으로 관련이 있고, 자기조절양식은 학교생활 적응과 삶의 만족에 정적으로

관련이 있었고, 의지적 억제양식은 학교생활 적응과 삶의 만족에 부적으로 관련이 있는 것으로 나타났다. 이로써 연구가설 3과 연구가설 4는 지지되었다.

지지원에 따른 학교생활 적응 및 삶의 만족 관계를 살펴본 결과, 전체 사회적 지지 모형에서 사회적 지지는 학교생활 적응과 삶의 만족에 정적으로 관련이 있었지만, 학교생활 적응은 삶의 만족에 통계적으로 유의미하지 않게( $\beta=.04, n.s$ ) 나타났다. 부모지지 모형에서 부

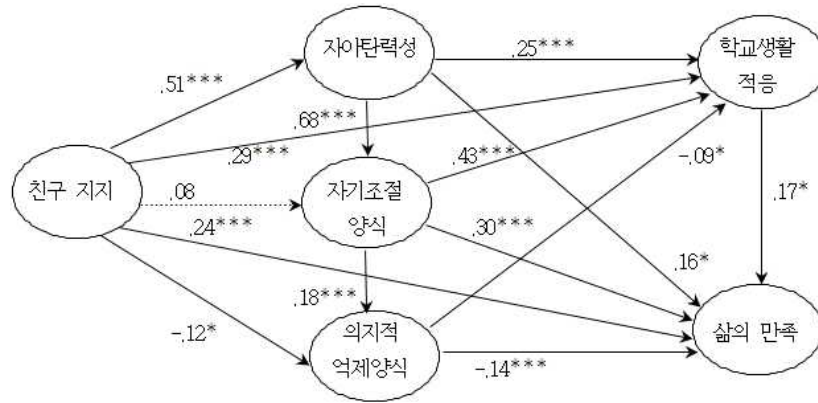


그림 4. 친구지지 모형

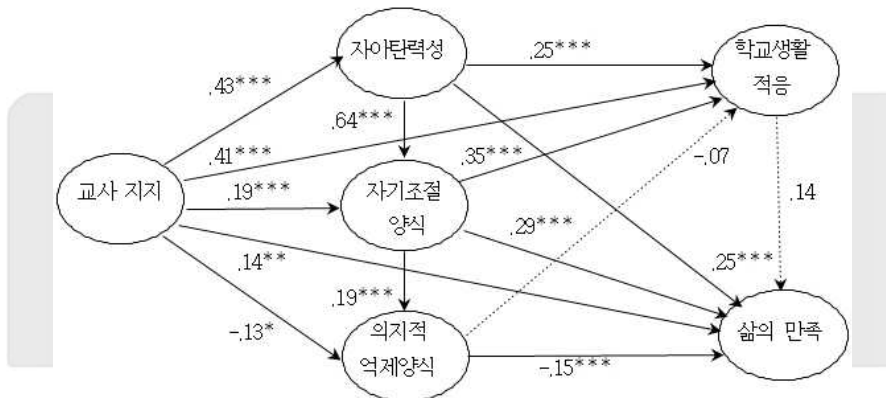


그림 5. 교사지지 모형

모의 사회적 지지는 학교생활 적응과 삶의 만족에 정적으로 관련이 있었지만, 학교생활 적응은 삶의 만족에 통계적으로 유의미하지 않았다( $\beta=.09, n.s$ ). 교사지지 모형에서도 교사의 사회적 지지는 학교생활 적응과 삶의 만족에 정적으로 관련이 있었고, 학교생활 적응은 삶의 만족에 통계적으로 유의미하지 않았다( $\beta=.14, n.s$ ). 반면 친구지지 모형에서 친구의 사회적 지지는 학교생활 적응과 삶의 만족에 정적으로 관련이 있었고, 학교생활 적응은 삶의 만족에 정적으로 관련이 있는 것으로 나타나

연구가설 5는 부분적으로 지지되었다. 즉, 사회적 지지원에 따른 학교생활 적응과 삶의 만족은 부모, 친구, 교사, 모두에서 정적으로 관련이 있었고, 학교생활 적응이 삶의 만족에 정적으로 관련이 있는 것은 친구지지 모형이었다. 부모지지 모형, 교사지지 모형에서는 관련이 없는 것으로 나타났다.

#### 매개 효과

매개효과 검증을 위해 Sobel 검증을 실시한

결과, 총 11개의 간접경로들이 통계적으로 유의한 것으로 나타났다(표 9). 우선, 사회적 지지가 독립변인인 7개의 간접경로가 유의한 것으로 나타났다. 사회적 지지 → 자아탄력성 → 학교생활 적응의 매개효과를 살펴볼 때, 사회적 지지가 높을수록 자아탄력성을 강화시키며( $\beta=.51, p<.001$ ), 자아탄력성이 강할수록 학교생활 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=.23, p<.001$ ). 사회적 지지 → 자기조절양식 → 학교생활 적응의 매개효과는, 사회적 지지가 높을수록 자기조절능력이 높으며( $\beta=.17, p<.001$ ), 자기조절능력이 높을수록 학교생활 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=.36, p<.001$ ). 사회적 지지 → 의지적 억제양식 → 학교생활 적응의 매개효과는 유의하지 않았다. 그러나 이 결과는 전체 사회적 지지 모형의 결과로 부모지지 모형, 친구지지 모형, 교사지지 모형의 결과 해석에 주의와 함께 추후연구가 필요할 것으로 보인다. 그러나 학교생활 적응에 대한 사회적 지지의 직접효과가 유의미한 것을 고려했을 때, 사회적 지지와 학교생활 적응 간 관계는 자아탄력성, 자기조절양식, 의지적 억제양식이 부분매개하는 것으로 해석할 수 있다. 이는 여섯 번째 연구가설을 부분적으로 지지하는 것이다.

사회적 지지 → 자아탄력성 → 삶의 만족의 매개효과를 살펴볼 때, 사회적 지지가 높을수록 자아탄력성을 강화시키며( $\beta=.51, p<.001$ ), 자아탄력성이 강할수록 삶의 만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=.20, p<.01$ ). 사회적 지지 → 자기조절양식 → 삶의 만족의 매개효과는, 사회적 지지가 높을수록 자기조절능력이 높으며( $\beta=.17, p<.001$ ), 자기조절능력이 높을수록 삶의 만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=.30, p<.001$ ). 사회적 지지 → 의지적

억제양식 → 삶의 만족의 매개효과는 사회적 지지가 높을수록 자기조절을 부적으로 강화시키며( $\beta=.13, p<.05$ ), 의지적 억제양식이 높을수록 삶의 만족에 부적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=.15, p<.001$ ). 이러한 결과는 부모지지 모형과 친구지지 모형을 제외한 전체 사회적 지지모형, 교사지지 모형의 결과로 사회적 지지수준이 높을수록 과잉통제와 억압을 통한 비효율적 자기조절을 함으로써 삶의 만족에 부적영향을 미치는 것으로 해석할 수 있을 것이다. 삶의 만족에 대한 사회적 지지의 효과가 유의미한 것을 고려했을 때, 사회적 지지와 삶의 만족 간 관계는 자아탄력성, 자기조절양식, 의지적 억제양식이 부분매개하는 것으로 해석할 수 있다. 이는 여섯 번째 연구가설을 부분적으로 지지하는 것이다.

사회적 지지가 학교생활 적응을 거쳐 삶의 만족으로 가는 간접경로는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 이는 사회적 지지와 삶의 만족에서 자아탄력성과 자기조절의 이중 매개효과가 유의미하지 않음을 의미한다. 이것은 여섯 번째 연구가설이 부분적으로 지지된 것이다. 서영석(2010)은 매개변인이 둘 또는 그 이상일 경우 Amos 프로그램을 사용해서 개별 간접경로의 유의도를 검증하는 경우 Sobel 검증을 실시할 것을 추천하였다. 이에 본 연구도 매개효과의 통계적 유의성은 Sobel 검증 방법을 실시하였다. Z 값이 1.96보다 크거나 -1.96보다 작으면  $p<.05$ 수준에서 매개효과는 통계적으로 유의하다.

$$\text{Sobel test} : Z_{ab} = a*b / \sqrt{b^2 S_a^2 + a^2 S_b^2}$$

Sobel 검증 결과, Z값은  $p<.05$  수준에서 자아탄력성, 자기조절양식, 의지적 억제양식의 매개효과가 통계적으로 유의미하게 나타났다(표 9). 따라서 자아탄력성, 자기조절양식, 의

표 5. 최종모형-전체 사회적 지지 모형의 경로계수

경로	비표준화 계수	표준화 계수	S.E	C.R.	
사회적 지지 → 자아탄력성	.28	.51	.03	9.95***	
사회적 지지 → 자기조절양식	.19	.17	.05	3.90***	
사회적 지지 → 의지적 억제양식	-.13	-.13	.05	-2.44*	
자아탄력성 → 자기조절양식	1.29	.64	.12	10.78***	
자기조절양식 → 의지적 억제양식	.17	.19	.05	3.41***	
자아탄력성 → 학교생활 적응	.53	.23	.15	3.57***	
자아탄력성 → 삶의 만족	.53	.20	.18	3.05**	
자기조절양식 → 학교생활 적응	.41	.36	.07	5.89***	
자기조절양식 → 삶의 만족	.40	.30	.09	4.50***	
의지적 억제양식 → 학교생활 적응	-.10	-.08	.05	-2.11*	
의지적 억제양식 → 삶의 만족	-.22	-.15	.06	-3.99***	
학교생활 적응 → 삶의 만족	.04	.04	.10	.44	
사회적 지지 → 학교생활 적응	.53	.41	.06	9.16***	
사회적 지지 → 삶의 만족	.51	.35	.08	6.34***	
사회적 지지	사회적 지지 1	1.00	.92		
	사회적 지지 2	1.13	.96	.03	42.41***
	사회적 지지 3	1.05	.93	.03	38.54***
	사회적 지지 4	1.01	.87	.03	31.41***
자아탄력성	자아탄력성 1	1.00	.65		
	자아탄력성 2	1.51	.74	.11	13.96***
	자아탄력성 3	1.10	.59	.10	11.62***
	자아탄력성 4	1.21	.67	.09	12.99***
	자아탄력성 5	1.67	.76	.12	14.35***
자기조절양식	조절양식 1	1.00	.86		
	조절양식 2	.95	.89	.04	26.81***
	조절양식 3	.87	.87	.03	25.88***
의지적 억제양식	억제양식 1	.97	.80	.05	20.25***
	억제양식 2	.90	.79	.05	20.05***
	억제양식 3	1.00	.88		
학교생활 적응	학교생활 적응 1	1.00	.73		
	학교생활 적응 2	.78	.63	.06	13.38***
	학교생활 적응 3	.96	.73	.06	15.45***
	학교생활 적응 4	.75	.68	.05	14.40***
삶의 만족	삶의 만족 1	1.00	.87		
	삶의 만족 2	.88	.66	.05	17.03***
	삶의 만족 3	1.09	.91	.04	25.92***
R <sup>2</sup>	자아탄력성 26.0%, 자기조절양식 54.4%, 의지적 억제양식 2.9%				
	학교생활 적응 71.0%, 삶의 만족 56.9%				

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

표 6. 부모지지 모형의 경로계수

경로	비표준화 계수	표준화 계수	S.E	C.R.
부모 지지 → 자아탄력성	.18	.38	.02	7.64***
부모 지지 → 자기조절양식	.12	.12	.04	3.08**
부모 지지 → 의지적 억제양식	-.05	-.06	.04	-1.18
자아탄력성 → 자기조절양식	1.37	.68	.12	11.64***
자기조절양식 → 의지적 억제양식	.13	.15	.05	2.81**
자아탄력성 → 학교생활 적응	.65	.28	.15	4.22***
자아탄력성 → 삶의 만족	.59	.22	.17	3.35***
자기조절양식 → 학교생활 적응	.48	.42	.07	6.55***
자기조절양식 → 삶의 만족	.39	.30	.09	4.48***
의지적 억제양식 → 학교생활 적응	-.14	-.10	.05	-2.70**
의지적 억제양식 → 삶의 만족	-.24	-.16	.06	-4.32***
학교생활 적응 → 삶의 만족	.11	.09	.09	1.22
부모 지지 → 학교생활 적응	.30	.27	.05	6.61***
부모 지지 → 삶의 만족	.42	.33	.05	7.82***
부모 지지	부모 지지 1	1.00	.90	
	부모 지지 2	1.07	.94	.03 37.09***
	부모 지지 3	1.06	.95	.03 38.30***
	부모 지지 4	.91	.85	.03 29.06***
자아탄력성	자아탄력성 1	1.00	.65	
	자아탄력성 2	1.52	.74	.11 13.88***
	자아탄력성 3	1.11	.59	.10 11.57***
	자아탄력성 4	1.22	.67	.09 12.93***
	자아탄력성 5	1.68	.77	.12 14.29***
자기조절양식	조절양식 1	1.00	.86	
	조절양식 2	.95	.89	.04 26.83***
	조절양식 3	.87	.87	.03 25.89***
의지적 억제양식	억제양식 1	.97	.80	.05 20.25***
	억제양식 2	.90	.79	.05 20.05***
	억제양식 3	1.00	.88	
학교생활 적응	학교생활 적응 1	1.00	.72	
	학교생활 적응 2	.77	.61	.06 12.92***
	학교생활 적응 3	.99	.74	.06 15.40***
	학교생활 적응 4	.75	.68	.05 14.12***
삶의 만족	삶의 만족 1	1.00	.87	
	삶의 만족 2	.86	.66	.05 16.93***
	삶의 만족 3	1.08	.91	.04 26.20***
R <sup>2</sup>	자아탄력성 14.8%, 자기조절양식 53.5%, 의지적 억제양식 1.9% 학교생활 적응 65.1%, 삶의 만족 58.9%			

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



표 7. 친구지지 모형의 경로계수

경로	비표준화 계수	표준화 계수	S.E	C.R.
친구 지지 → 자아탄력성	.28	.51	.03	9.77***
친구 지지 → 자기조절양식	.09	.08	.05	1.75
친구 지지 → 의지적 억제양식	-.12	-.12	.05	-2.32*
자아탄력성 → 자기조절양식	1.36	.68	.12	11.14***
자기조절양식 → 의지적 억제양식	.15	.18	.05	3.32***
자아탄력성 → 학교생활 적응	.55	.25	.15	3.55***
자아탄력성 → 삶의 만족	.43	.16	.18	2.39*
자기조절양식 → 학교생활 적응	.48	.43	.07	6.68***
자기조절양식 → 삶의 만족도	.39	.30	.09	4.37***
의지적 억제양식 → 학교생활 적응	.12	-.09	.05	-2.39*
의지적 억제양식 → 삶의 만족	-.22	-.14	.06	-3.76***
학교생활 적응 → 삶의 만족	.20	.17	.09	2.15*
친구 지지 → 학교생활 적응	.36	.29	.06	6.35***
친구 지지 → 삶의 만족	.34	.24	.07	4.90***
친구 지지	친구 지지 1	1.00	.86	
	친구 지지 2	1.21	.94	.04 30.81***
	친구 지지 3	1.15	.89	.04 28.01***
	친구 지지 4	1.20	.82	.05 24.40***
자아탄력성	자아탄력성 1	1.00	.66	
	자아탄력성 2	1.50	.74	.11 14.16***
	자아탄력성 3	1.09	.58	.09 11.69***
	자아탄력성 4	1.19	.67	.09 13.06***
	자아탄력성 5	1.64	.76	.11 14.52***
자기조절양식	조절양식 1	1.00	.87	
	조절양식 2	.95	.89	.04 26.81***
	조절양식 3	.87	.87	.03 25.89***
의지적 억제양식	억제양식 1	.97	.80	.05 20.25***
	억제양식 2	.90	.79	.05 20.05***
	억제양식 3	1.00	.88	
학교생활 적응	학교생활 적응 1	1.00	.71	
	학교생활 적응 2	.82	.65	.06 13.37***
	학교생활 적응 3	.99	.73	.07 14.94***
	학교생활 적응 4	.76	.67	.06 13.79***
삶의 만족	삶의 만족 1	1.00	.86	
	삶의 만족 2	.88	.66	.05 17.00***
	삶의 만족 3	1.10	.92	.04 25.64***
R <sup>2</sup>	자아탄력성 26.1%, 자기조절양식 52.6%, 의지적 억제양식 2.8% 학교생활 적응 66.1%, 삶의 만족 54.6%			

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

표 8. 교사지지 모형의 경로계수

경로	비표준화 계수	표준화 계수	S.E	C.R.
교사 지지 → 자아탄력성	.18	.43	.02	8.41***
교사 지지 → 자기조절양식	.16	.19	.04	4.64***
교사 지지 → 의지적 억제양식	-.10	-.13	.04	-2.47*
자아탄력성 → 자기조절양식	1.30	.64	.12	11.20***
자기조절양식 → 의지적 억제양식	.16	.19	.05	3.40***
자아탄력성 → 학교생활 적응	.62	.25	.15	4.08***
자아탄력성 → 삶의 만족	.66	.25	.18	3.60***
자기조절양식 → 학교생활 적응	.42	.35	.07	5.70***
자기조절양식 → 삶의 만족	.38	.29	.09	4.19***
의지적 억제양식 → 학교생활 적응	-.10	-.07	.05	-1.89
의지적 억제양식 → 삶의 만족	-.23	-.15	.06	-3.99***
학교생활 적응 → 삶의 만족	.15	.14	.10	1.55
교사 지지 → 학교생활 적응	.43	.41	.04	9.63***
교사 지지 → 삶의 만족	.16	.14	.06	2.59**
교사 지지	교사 지지 1	1.00	.88	
	교사 지지 2	1.07	.95	.03 33.96***
	교사 지지 3	.91	.87	.03 28.22***
	교사 지지 4	.99	.83	.04 25.84***
자아탄력성	자아탄력성 1	1.00	.64	
	자아탄력성 2	1.52	.74	.11 13.85***
	자아탄력성 3	1.11	.58	.10 11.55***
	자아탄력성 4	1.22	.67	.10 12.93***
	자아탄력성 5	1.69	.77	.12 14.27***
자기조절양식	조절양식 1	1.00	.86	
	조절양식 2	.95	.89	.04 26.75***
	조절양식 3	.87	.87	.03 25.90***
의지적 억제양식	억제양식 1	.97	.80	.05 20.25***
	억제양식 2	.90	.79	.05 20.04***
	억제양식 3	1.00	.88	
학교생활 적응	학교생활 적응 1	1.00	.77	
	학교생활 적응 2	.69	.58	.05 12.85***
	학교생활 적응 3	.93	.74	.06 16.41***
	학교생활 적응 4	.70	.67	.05 14.84***
삶의 만족	삶의 만족 1	1.00	.86	
	삶의 만족 2	.89	.67	.05 17.07***
	삶의 만족 3	1.11	.92	.04 25.12***
R <sup>2</sup>	자아탄력성 18.6%, 자기조절양식 55.2%, 의지적 억제양식 3.0% 학교생활 적응 71.0%, 삶의 만족 51.0%			

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

표 9. 최종모형-전체 사회적 지지 모형의 매개효과 검증

경로	간접효과	Z
사회적 지지 → 자아탄력성 → 학교생활 적응	.15	3.36***
사회적 지지 → 자기조절양식 → 학교생활 적응	.08	3.24***
사회적 지지 → 자아탄력성 → 삶의 만족	.15	2.91**
사회적 지지 → 자기조절양식 → 삶의 만족	.08	2.93**
사회적 지지 → 의지적 억제양식 → 삶의 만족	.03	2.06*
사회적 지지 → 자아탄력성 → 자기조절양식	.37	7.26***
사회적 지지 → 자기조절양식 → 의지적 억제양식	.03	2.57**
자아탄력성 → 자기조절양식 → 의지적 억제양식	.21	3.28***
자아탄력성 → 자기조절양식 → 학교생활 적응	.53	5.16***
자아탄력성 → 자기조절양식 → 삶의 만족	.51	4.15***
자기조절양식 → 의지적 억제양식 → 학교생활 적응	-.02	-1.81*

주. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ . 효과계수는 표준화계수임. Sobel 검증에서 유의미하게 나타난 간접효과만 제시하였음.

지적 억제양식은 중학생들의 사회적 지지 및 학교생활 적응과 삶의 만족의 관계를 유의미하게 매개함을 알 수 있다. 전체 사회적 지지 모형의 개별 간접경로 유의도 검증은 표 9에 제시하였다.

## 논 의

본 연구에서는 중학생의 학교생활 적응 및 삶의 만족에 영향을 주는 것으로 확인 또는 추정되는 사회적 지지, 자아탄력성, 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식) 변인들 간의 복합적인 인과관계를 설정하고 모형의 적합도 및 매개변인들의 역할과 영향력을 검증하였으며, 기존 선행연구와의 관련성과 시사점을 논의하였다. 이를 위해 서울과 경기도 소재 5개

중학교, 총 540명을 대상으로 설문을 통한 자료 수집 및 분석을 하였으며, 각 변인들 간의 관련성과 변인들이 매개역할을 하는지 여부를 파악하기 위하여 구조방정식모형 검증을 실시하였다. 그 결과, 전체 사회적 지지 모형은 자료에 적합하며, 학교생활 적응(71.0%)과 삶의 만족(56.9%)을 설명하는 것으로 나타났다. 이는 변인들 간 인과적 관련성 설정의 타당함이 드러난 것으로, 중학생들의 학교생활 적응과 삶의 만족을 높이기 위해서는 사회적 지지, 자아탄력성, 자기조절양식, 의지적 억제양식에 관심을 기울일 필요가 있음을 시사한다. 본 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

사회적 지지의 경우, 자아탄력성, 자기조절양식, 의지적 억제양식과 관련이 있고, 학교생활 적응과 삶의 만족에 각각 관련이 있게 나타났다. 사회적 지지를 받고 있다고 지각하는

청소년들은 주변사람들로부터 관심과 보살핌을 받으며 스스로 가치 있다고 생각하고, 자신이 의미를 부여하는 조직 내에 소속되어 있다고 인식한다는 연구(Cobb, 1976; Cohen, Underwood, & Gottlieb, 2000)결과, 부모 및 가족으로부터 지지를 받고 있다고 믿는 청소년들이 문제 상황에서 높은 자아개념으로 더 적절한 대처행동을 보이며(Ahrons, 2007; Felner, Ginter, & Primavera, 1982), 타인의 적절한 이해와 평가, 적합한 지지와 승인 등의 대인관계는 학교생활의 흥미를 높이고(김미례, 2008), 학교생활 적응 및 심리적 안녕감이 높다는(박미애 외, 2013) 연구결과와 일치한다. 이러한 결과들을 종합 해 보면 사회적 지지는 중학생의 학교생활 적응과 삶의 만족에 직접적인 영향을 주는 중요한 외적변인임이 검증되었으며, 예측변인(또는 독립변인)으로서의 중요성 입증 및 자아탄력성과 자기조절의 내적요인에도 긍정적 영향을 미치는 것으로 드러난 것이다. 이는 청소년 시기는 자기존중감 및 또래애착과 같은 심리내적변인과 부모양육태도 등 환경에 따라 변화하는 특성(강경훈, 최수미, 2013)이 있는 것을 고려할 때, 상담자는 청소년들이 중요한 타인에게 느끼는 사회적 지지의 구체적 내용을 파악할 필요와 함께 사회적 지지의 주요 내용인 심리적, 정서적지지 및 긍정적 평가를 확인할 필요가 있다고 할 수 있다. 더불어 필요한 정보 제공 및 지원 방법으로 청소년 내담자들을 위한 상담 서비스로 학교생활 적응을 도우며 삶의 만족감을 높일 수 있도록 노력할 수 있을 것이다.

둘째, 청소년이 지각한 사회적 지지가 학교생활 적응과 삶의 만족에 미치는 영향과 이에 대해 자아탄력성, 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식), 학교생활 적응의 매개효과는

유의미하게 나타났다. 특히 자아탄력성은 자기조절양식, 의지적 억제양식, 학교생활 적응, 삶의 만족 모두의 경로에서 유의미한 결과를 보였고, 자기조절양식은 학교생활 적응과 삶의 만족에서 유의미한 영향을 보였다. 삶의 만족과 학교생활 적응을 설명함에 있어 자아탄력성과 자기조절양식, 의지적 억제양식은 각각 다른 영향을 줄 수 있으며, 이 과정에서 자아탄력성은 주요한 매개변인으로 작용하였다. 지각된 사회적 지지 수준이 높을수록 나타나는 자아탄력성 강화는 학교생활 적응력 향상과 가족, 교사, 또래지지에 유의한 영향(강희경, 2006)을 미치며, 이러한 결과는 사회적 지지, 동료애, 친밀감, 주도권이 높을수록 문제 및 갈등 상황을 잘 해결해 나가는 자아탄력성이 높다고 보고(김현옥, 2010)한 연구결과와 같다. 사회적 지지는 자기조절양식을 매개로 하여 학교생활 적응에 영향을 미쳤다. 학교생활 적응에 정적인 영향을 미치는 긍정적 자기조절양식은, 가족, 교사, 친구 등의 정서적 지지가 영향을 주는 요인임을 연구(손승아, 안경숙, 김승경, 2006)한 결과와, 심리적 안녕감에 관련된 사회·동기적 변인들 간의 구조적 관계 연구에서 부모 및 교사 관계와 자기조절이 심리적 안녕감과 관련(문은식, 2007)되고, 부모가 민주적 양육태도를 보일수록 학교적응과 자기조절을 잘한다고 한 연구(김정희, 안귀여루, 2013) 결과와 같다. 이는 부모의 자율성 지지와 심리적 통제가 자녀의 자기조절과 적응에 영향을 미친다는 연구(Ryan & Deci, 2000)와 유사하다고 볼 수 있겠다. 그러므로 지각된 사회적 지지 수준이 높을수록 자기조절능력이 높고, 높은 자기조절 능력은 중학생들의 학교생활 적응에 긍정적 영향을 미치는 요인임을 알 수 있다.

셋째, 사회적 지지는 자아탄력성을 매개로 하여 삶의 만족에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 청소년들은 부모, 교사, 친구 등 주변인들로부터 지지를 받고 있다고 지각할수록 갖게 되는 높은 자아탄력성은 삶의 만족에 영향을 미치게 됨을 알 수 있다. 자아탄력성이 높을수록 행복감과 낙천적이며 원만한 대인관계로 삶의 만족도가 높고(김경민, 2010; 김연화, 2010), 부모의 과잉적 양육태도가 삶의 만족도에 미치는 부정적인 영향에 대하여 자아탄력성이 보호요인으로 작용한다는(김영민, 임영식, 2013) 연구결과와 일치한다. 또한 사회적 지지는 자기조절양식, 의지적 억제양식을 매개로 하여 삶의 만족에 영향을 미쳤다. 윤영신(2007)은 긍정적 자기조절의 자기조절양식은 삶의 만족에 정적인 영향을, 부정적 자기조절 방식의 의지적 억제양식은 부정적 영향을 미친다고 하였다. 이는 부모의 긍정적 사회적 지지 수준이 높을 때 자기조절능력이 높아져 다양한 전략과 방법으로 목표를 수행하는 자기조절양의 수준이 높고, 부모의 방치, 과잉간섭, 과잉기대의 양육방식이 과잉통제 및 억압의 비효율적 자기조절로 목표수행을 어렵게 하는 의지적 억제양식 수준이 높은 것으로, 사회적 지지가 의지적 억제양식과 부적으로 유의미한 결과를 보인 것과 관련이 있는 것으로 해석하는 것에 무리가 없을 것으로 생각된다. 이는 지각된 사회적 지지가 중학생들의 자기조절능력을 높여 적응과 삶의 만족에 영향을 주는 중요한 요인으로 추후 더 많은 연구가 필요할 것으로 보인다.

넷째, 자아탄력성과 자기조절양식, 의지적 억제양식이 학교생활 적응과 삶의 만족에 미치는 영향과 이에 대한 자기조절양식, 의지적 억제양식과 학교생활 적응의 매개효과에 대해

살펴본 결과, 자아탄력성은 자기조절양식과 학교생활 적응, 삶의 만족 모두와 관련이 있었고, 자아탄력성과 자기조절양식은 학교생활 적응과 삶의 만족에 정적 영향을, 의지적 억제양식은 학교생활 적응과 삶의 만족에 부적으로 유의미한 영향을 나타냈다. 매개경로를 살펴본 결과, 자아탄력성은 자기조절양식을 통해 의지적 억제양식에 영향을 미치는 것으로 나타났고, 자기조절의 매개경로의 경우 부분적으로 유의미한 결과를 보였다. 즉, 자기조절양식이 의지적 억제양식에 영향을 주고, 의지적 억제양식은 학교생활 적응에 부적 영향을 주어 학교생활 적응에 부정적 영향을 미치는 것으로 해석할 수 있다.

자아탄력성은 자기조절에 영향을 미치는 요인으로 나타났는데, 이는 자아탄력성은 자기조절능력과 유의미한 관계로, 자기조절능력을 유의하게 설명해 주는 변인이며(Funder, Block, & Block, 1989), 자아탄력성이 자기조절과 밀접한 관련이 있고, 자기조절을 필요로 하는 과제수행에 있어 더 의미 있는 역할을 하고(한호성, 2007), 자아탄력성이 높을 때 인지적 효율성과 도전적인 과제에 대처할 수 있는 다양한 전략을 가지고 있으며, 문제 상황에서 융통성 있고 효율적으로 적응(Block & Kermen, 1996) 한다는 선행연구들과 일치하는 결과이다. 또한 자아탄력성의 차이는 학교 적응 문제의 변별요인(박원주, 이기학, 2008)이며, 동일한 학교생활 스트레스 상황 속에서도 자기를 조절하여 상황에 유연하게 반응하고 대처할 수 있게 하는(조은정, 2012) 변인으로, 사회적 지지와 학교생활 적응(곽민경, 서보준, 2011), 학교스트레스와 학교생활적응(성순옥 외, 2013), 애착과 삶의 만족(유안진, 이점숙, 김경민, 2005), 양육태도와 삶의 만족(김영민,

임영식, 2013) 등의 많은 선행연구들에서 다양한 요인에 의해 매개효과를 가지고 있는 것으로 입증되었다.

한편, 자기조절양식은 의지적 억제양식에 정적 영향을 의지적 억제양식은 삶의 만족에 부적으로 영향을 주는 것으로 나타났다. 자기조절능력이 중학생들이 환경에 적응하고 다양한 대처방법을 사용하여 당면한 문제를 효율적으로 해결하는 긍정적 역할을 하는 반면, 과잉통제적 방법의 의지적 억제양식이 높을 경우 삶의 만족이 낮아지는 것을 알 수 있다. 자기조절은 청소년의 삶의 질을 높이는 중요한 변인(김의철, 박영신, 2004)이며, 내면화, 외현화 문제행동을 낮추고(이정운, 최수미, 2011), 의지적 억제양식은 학교생활 적응과 삶의 만족에 부적으로 영향을 미치는 결과를 보여 의지적 억제양식이 적응에 부정적 영향을 미친다는(이희란, 2012) 연구결과와 유사하게 해석할 수 있다. 본 연구 결과와 선행연구결과와의 관련성을 종합해 보면, 중학생의 학교생활 적응과 삶의 만족에 있어 자아탄력성과 자기조절능력은 무엇보다 주요한 변인이며, 적응을 돕는 요인임이 검증되었다. 또한 자기조절과정에서 의지적 억제양식은 적응과 삶의 만족 전반에 부정적 영향을 주는 요인으로 이를 감소시키는 것은 중학생들의 학교생활 적응과 삶의 만족감 향상에 큰 도움을 주는 것으로, 특히 이 과정에서 자아탄력성을 높여준다면 청소년들이 보다 잘 적응할 수 있도록 돕는 것과 자신의 삶에 만족을 느끼고 행복감을 느끼며 생활하는 것에 상당한 의미가 있을 것으로 시사된다.

다섯째, 사회적 지지가 학교생활 적응을 매개로 삶의 만족에 영향을 미치는 경로는 유의미하지 않게 나타났으며, 학교생활 적응은 삶

의 만족에 직접적인 영향을 미치지 않았고 지원에 따라 결과가 상이하였다. 이는 학교생활 적응은 삶의 만족도에 유의미한 영향을 미치며(손보영 외, 2012; Bagwell, Newcomb, & Bukowski, 1998), 청소년들이 학교에서 맺는 관계들은 학교에서의 적응 및 만족감이 삶 전반의 만족감으로 확장됨을 시사한 연구결과와 상반되는 것이다. 삶에 만족하는 정도는 개인 생활과 평가기준에 따른 변화로 나타나 결국 삶의 만족은 결정적인 상태가 아니며 청소년의 내적요인과 환경적 요인에 따라 변화하는 특징이 있음을 Diener과 Fujita(2005)가 발표한 연구결과와 같은 시험, 학업성취에 대한 압박, 개인의 창의성과 개성을 존중하지 않는 학교 교육, 학업 외 청소년의 개인내적이고 심리적인 영역에 대한 무관심이 심리적 안녕감을 위협하는 원인이라고 지적한 연구(신원, 2007) 결과를 고려했을 때, 청소년의 학교생활 적응 수준이 높은 것만으로 삶에 대한 만족을 높게 느끼는 것에 한계가 있을 것이라고 예측해 볼 수 있다. 이는 청소년들의 학교생활과 학업성취 부담 감소를 위한 다양한 여가생활의 필요가 예측되는 부분으로, 청소년의 스트레스와 삶의 만족도 연구(김남정, 임영식, 2012)에서 청소년활동에 참여가 높을 경우 스트레스를 완화시켜 삶의 만족을 높일 수 있음을 제안한 연구를 고려해 볼 수 있다. 우리나라 중학생들의 건강한 발달을 위하여 적극적으로 청소년활동에 참여할 것과 학업 및 학교생활 적응과 원만한 대인관계를 위해 청소년 개인을 위한 차별화된 상담 및 집단상담 프로그램을 활성화하는 방안이 필요할 것으로 보인다. 반면 지원에 따른 분류에서 친구지지 모형에서는 학교생활 적응과 삶의 만족에는 유의한 정적 상관관이 있는 것으로 보아 청소년기 발달상의

특징으로도 이해해 볼 수 있을 것이다.

끝으로 자아탄력성, 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식)을 매개하여, 사회적 지지에 대한 학교생활 적응과 삶의 만족을 지지원에 따라 살펴본 결과, 모형들은 모두 수용 가능한 적합도를 보였다. 사회적 지지 중 가장 큰 영향을 미치는 것은 교사지지 모형으로, 학교 적응에 있어 교사의 지지는 중학생들에게 상당한 영향요인으로 작용한다는 연구결과(신혜정, 서영석, 2006)와 일치한다. 이러한 연구결과는 중학생의 학교생활 적응에 있어 교사지지는 중요한 요인으로 작용함이 나타나는 바, 하루의 대부분을 학교에서 지내는 중학생들과 교사 간 긍정적인 상호관계와 지지적 관계가 강화 될 수 있는 방안이 모색되어야 할 것으로 보인다. 삶의 만족의 경우 부모지지 모형이 가장 큰 영향을 미친 것으로 나타났는데 이는 청소년의 삶의 만족도가 관계적 요인에 많은 영향을 받으며, 부모나 친구 애착에 비례한다는 연구결과(조진만 외, 2012)와 같다. 청소년기는 또래의 영향력이 커지면서 부모의 영향력이 상대적으로 줄어드는 시기이지만 부모지지는 여전히 청소년들의 삶의 만족에 영향을 주는 매우 중요한 요인임을 알 수 있다.

반면 친구지지 모형에서는 학교생활 적응이 삶의 만족에 직접적 영향을 주는 요인으로 나타났다. 청소년기는 친밀감에 대한 특별한 욕구가 강한 시기로 활동을 공유하며 정서적 지지를 받을 수 있는 또래의 영향력은 상당하여 이들로부터 소외는 스트레스와 외로움 유발을 초래하는 등 친구지지의 영향이 상대적으로 크고 청소년의 학교생활에서 삶의 질을 높이는 요소로 친구관계가 매우 중요하다(김진경, 한유진, 2008; 김의철, 박영신, 2004)는 연구결과를 참고해 볼 때 청소년이 대부분의 시간을

지내고 있는 학교에서 친구로부터의 지지는 중요한 요인으로 판단되며 중학생들의 적응과 삶의 만족감 향상을 위해 원만한 또래관계와 상호작용을 위한 환경제공 등 많은 노력과 관심을 기울여야 할 필요성이 확인된 것이라 할 수 있다.

연구 결과를 종합하여 정리해 보면, 중학생들의 학교생활 적응과 삶에 대한 만족감을 위한 사회적 지지라는 환경적인 요인은 청소년의 적응 및 삶의 만족에 주요인으로 작용하는데, 중학생들에게 가장 의미 있는 지지원인 부모, 친구 교사들로부터 얻게 되는 사랑, 수용, 안정감 등의 긍정적 경험과 지지는 상당히 중요한 역할을 하고 있음을 확인 할 수 있었다. 개인내적 요인인 자아탄력성과 긍정적 자기조절능력 향상 또한 고려해 보아야 할 것으로, 이는 신체적·정서적·환경적 변화를 겪는 중학생 시기의 안정감 있는 건강한 발달과 적응 및 삶의 만족을 위해 개인내적인 요인과 환경적 요인의 균형 잡힌 상담 지원이 필요한 부분임을 의미하는 것으로 보인다.

본 연구는 발달단계에 근거하여 중요한 위치에 있는 중학생들의 학교생활 적응과 삶의 만족을 연구하였다는데 의의가 있다. 둘째, 중학생들이 지각한 사회적 지지는 학교생활 적응과 삶의 만족에 유의미한 영향을 미치는 중요한 환경적 요인임을 확인하였으며 자아탄력성과 자기조절능력이 중요한 개인내적인 요인임을 밝힌 것이다. 또한 자기조절의 과정에서 다양한 전략과 방법을 통해 목표를 수행하는 방법인 자기조절양식과 과잉통제 및 억압을 통해 비효율적으로 자기조절을 하는 의지적 억제양식이 청소년의 학교생활 적응과 삶의 만족에 미치는 영향에 대한 검증과 청소년의 학교생활 적응과 삶의 만족감을 높이는 것을

들은 사회적 지지, 자아탄력성, 자기조절(자기조절양식, 의지적 억제양식)의 관련성을 살펴 보았다는 점에서 의의가 있다. 셋째, 학교생활 적응이 삶의 만족에 직접적으로 영향을 주는 요인은 지지원에 따라 다른 결과를 보였고, 자아탄력성, 자기조절을 매개하여 간접적으로 영향을 줄 수 있음이 조사되었다. 이는 자아탄력성과 자기조절능력의 증진을 통해 학교생활 적응과 삶의 만족과의 관련성을 높이는 개입이 가능함을 시사하는 것으로, 학교생활의 즐거움을 통해 삶의 만족을 느낄 수 있는 환경적 보호요인과 자율성, 유능감, 적응 유연성 향상 등의 긍정적인 변인 등에 대한 고려가 필요한 부분이다. 마지막으로 중학생들의 학교생활 적응과 삶의 만족에 사회적 지지, 자아탄력성, 자기조절 등 건강한 적응에 중점을 둔 변인들을 살펴본 것과 자아탄력성, 자기조절 변인의 매개역할의 중요성을 확인한 것이다.

이러한 도출된 결과에도 불구하고 본 연구의 제한점으로는 첫째, 서울, 경기지역의 5개 중학교 학생의 표본을 활용하였던 바, 결과의 일반화에 주의해야 할 것으로 보인다. 둘째, 중학생들의 학교생활 적응과 삶의 만족과 관련 변인을 추가적으로 폭넓게 설정하여 학교생활 적응과 삶의 만족 요인에 대한 체계적인 연구가 필요하며 셋째, 자기조절 과정에서 효율적 자기조절양식과 과잉통제와 억압의 비효율적 방법인 의지적 억제양식이 중학생들의 적응과 삶의 만족에 어떤 영향을 미치는지 보다 심층적이고 체계적인 연구와 사회적 관계를 통해 제공되는 긍정적 지지와 지지원에 따른 구체적 연구가 필요하다. 후속 연구를 위한 제언으로 중학생들의 개별적 욕구가 반영된 대응방안과 관계의 상호작용에 도움이 되

는 다양한 프로그램 활동, 지역사회와 사회적 관심, 정책의 균형 잡힌 접근이 필요하다 하겠다.

## 참고문헌

- 강경훈, 최수미 (2013). 청소년의 심리내적 및 환경적 요인과 사회적 관계가 외현화 문제행동에 미치는 영향. *한국청소년연구*, 24(4), 55-85.
- 강희경 (2006). 사회적 지지와 아동의 자아탄력성. *대한가정학회지*, 44(1), 144-159.
- 곽민경, 서보준 (2011). 청소년이 지각한 자아탄력성 및 사회적 지지가 학교생활 적응에 미치는 영향에 관한 연구: 대구광역시 조손가정 청소년을 중심으로. *복지행정논총*, 21(1), 75-112.
- 구현영, 박현숙, 장은희 (2006). 고등학교 청소년의 삶의 만족도와 영향요인. *대한간호학회지*, 36(1), 151-158.
- 김경민 (2010). 부모의 양육태도와 청소년의 주관적 안녕감의 관계: 자아탄력성의 매개효과를 중심으로. *청소년문화포럼*, 25, 40-74.
- 김남정, 임영식 (2012). 청소년의 스트레스와 삶의 만족도 관계에서 청소년활동의 중재효과. *청소년학연구*, 19(8), 219-240.
- 김미례 (2008). 교류분석(TA)이론에 기초한 초기 청소년의 자아상태 및 스트로크와 학교적응의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(2), 183-200.
- 김승미 (1998). 초등학생과 중학생에서 사회적 지지와 스트레스가 학교생활 적응에 미치는 영향. *한양대학교 교육대학원 석사학위논문*.



- 김신영, 임지연, 김상욱, 박승호, 유성렬, 최지영, 이가영(2006). 청소년 발달 지표 조사 1. 결과부분 측정지표 검증. 서울: 한국청소년개발원.
- 김아영 (2002). 학업동기 척도 표준화 연구. 교육평가연구, 15(1), 157-184.
- 김연화 (2010). 아동청소년의 일상 스트레스 및 자아탄력성과 행복감과의 관계. 청소년학연구, 17(12), 287-307.
- 김영민, 임영식 (2013). 청소년의 삶의 만족도에 영향을 미치는 과잉적양육, 자아탄력성, 학교적응의 구조적 관계 분석. 청소년복지연구, 15(2), 343-366.
- 김의철, 박영신 (2004). 청소년과 성인의 삶의 질 인식에 대한 토착심리 분석. 한국심리학회지: 건강, 9(4), 973-1002.
- 김정희, 안귀여루 (2013). 지각된 부모양육태도가 중학생의 학교적응에 미치는 영향: 자기조절능력을 매개변인으로. 한국심리학회지: 건강, 18(4), 823-836.
- 김주환, 김민규, 홍세희 (2009). 구조방정식 모형으로 논문쓰기. 커뮤니케이션 북스.
- 김진경, 한유진 (2008). 초기 및 중기 청소년의 사회적 지지와 외로움간 관계: 생활만족도의 매개효과를 중심으로. 한국가정관리학회지, 26(6), 95-105.
- 김현옥 (2010). 아동의 사회적 관계망이 역량지각 및 자아탄력성과 심리적 안녕감에 미치는 영향. 동덕여자대학교 박사학위 논문.
- 문은식 (2005). 중, 고등학생이 지각한 사회적 지지와 심리적 안녕 및 학교생활 적응의 관계. 교육심리연구, 19(4), 1087-1108.
- 문은식 (2007). 중학생의 심리적 안녕에 관련된 사회·동기적 변인들의 구조적 분석. 교육심리연구, 21(2), 459-475.
- 박미애, 김세경, 천성문 (2013). 청소년의 심리적 안녕감 요인에 관한 메타분석. 재활심리연구, 20(3), 627-652.
- 박원주, 이기학 (2008). 탄력성에 따른 성격유형별 학교생활적응, 내재화 및 외현화 문제의 차이연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(3), 675-695.
- 박지원 (1985). 사회적지지 척도 개발을 위한 일 연구. 연세대학교 박사학위논문.
- 배병렬 (2009). Amos 17.0 구조방정식모델링 (제2판)-원리와 실제. 서울: 도서출판 청람.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려 사항. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(4), 1147-1168.
- 성순옥, 박미단, 김영희 (2013). 청소년의 학교 스트레스와 학교생활적응과의 관계에서 자아탄력성의 매개효과. 청소년학연구, 20(8), 49-70.
- 손보영, 김수정, 박지아, 김양희 (2012). 바람직한 부모 양육태도가 초기청소년의 삶의 만족에 미치는 영향: 학교생활적응 및 자아탄력성의 매개효과, 성차비교. 한국청소년연구, 23(1), 149-173.
- 손승아, 안경숙, 김승경 (2006). 청소년의 자기조절능력과 심리환경적요인에 관한 연구. 한국청소년연구, 17(1), 127-148.
- 신 원 (2007). 고등학생의 심리적 안녕감과 학업 성적 자기효능감 및 진로 포부의 관계. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신혜정, 서영석 (2006). 청소년의 학교 급별(초, 중, 고)에 따른 사회적 지지, 자기효능감 및 적응 간의 구조모형 분석. 상담학연구, 7(1), 117-130.

- 안선정, 이현철, 임지영 (2013). 다문화가정 청소년의 부모자녀갈등, 또래관계, 학교생활 적응이 삶의 만족도에 미치는 영향: 자아 존중감의 매개효과를 중심으로. *한국가정관리학회지*, 31(2), 77-91.
- 염유식 (2013). 2013 한국 어린이 - 청소년 행복지수 국제 비교연구 조사결과 보고서. 한국방정환재단 연세대학교 사회발전연구소.
- 원두리 (2011a). 사회적지지, 희망 및 문제해결 대처가 청소년의 심리적 안녕감에 미치는 영향: 희망과 문제해결 대처의 매개역할. *한국심리학회지: 건강*, 16(2), 297-311.
- 원두리 (2011b). 성격 강점이 청소년의 안녕감과 적응적 대처방식에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 16(1), 151-167.
- 유봉애, 옥경희 (2013). 사회적 지지가 다문화 가족 아동의 학교적응력, 정서조절력, 사회적응력에 미치는 영향. *가족복지학회지*, 18(4), 511-538.
- 유성경, 심혜원 (2002). 적응 유연한 청소년들의 심리적 보호요소 탐색. *교육심리연구*, 16(4), 189-206.
- 유안진, 이점숙, 이정민 (2005). 신체상, 부모와 또래애착, 탄력성이 청소년의 삶의 만족에 미치는 영향. *한국가정관리학회지*, 23(5), 123-132.
- 윤영신 (2007). 청소년의 자기조절능력 관련변인 연구. 숙명여자대학교 박사학위논문.
- 이명숙 (2011). 위기청소년의 심리·사회적 환경진단 및 긍정적 발달을 위한 전망. *교정담론*, 5(1), 167-194.
- 이숙주 (2000). 교회학교 경험과 귀인성향, 실패 내성, 학교적응과의 관계. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이영주, 류진아 (2013). 아동이 지각하는 사회적 지지와 학교생활 적응과의 관계에서 자아탄력성의 매개효과. *상담학연구*, 14(4), 2049-2066.
- 이정운, 최수미 (2011). 지각된 부모양육태도와 초기 청소년의 문제행동: 자기조절의 매개효과. *상담학연구*, 12(2), 635-650.
- 이희란 (2012). 부모의 자율성지지 및 심리적 통제와 자녀의 심리사회적 적응의 관계: 자녀의 자기조절양식의 매개효과. 단국대학교 대학원 박사학위논문.
- 장석진, 송소원, 조민아 (2011). 중학생의 휴대전화 의존도, 부모양육태도, 또래애착이 학교생활 적응에 미치는 영향. *청소년학연구*, 18(12), 431-451.
- 조영미 (1999). 학교장면에서의 실제적 지능의 유용성. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 조은정 (2012). 아동이 지각한 부모양육방식과 학교생활적응과의 관계에서 자아탄력성의 매개효과. *한국놀이치료학회지*, 15(1), 35-50.
- 조진만, 강정환, 이병규 (2012). 가족구조와 친구연결망이 청소년의 삶의 만족도에 미치는 효과. *사회과학논집*, 43(1), 47-71.
- 최인숙 (2012). 중학생의 부모, 또래 및 교사 관계와 삶의 만족도의 관계-자아탄력성의 매개효과와 성차 검증. *교육과학연구*, 43(3), 105-129.
- 하현주, 박원모, 박명숙, 천성문 (2008). 중학생이 지각한 사회적 지지와 자아탄력성이 학교생활 적응에 미치는 영향. *한국교육논단*, 7(1), 1-19.
- 한호성 (2007). 자기조절의 주요변인으로서의 자기통제력과 자아탄력성. *고려대학교 대학원*

- 석사학위논문.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 161-177.
- Ahrons, C. R. (2007). Family ties after divorce: Long-term implications for children. *Family Process*, 46(1), 53-65.
- Bagwell, G. L., Newcomb, A. F., & Bukowski, W. M. (1998). Preadolescent friendship and peer rejection as predictors of adjustment. *Child Development*, 69(1), 140-153.
- Baumann, N., Kaschel, R., & Kukl, J. (2007). Affect sensitivity and affect regulation in dealing with positive and negative affect. *Journal of Research*, 41, 239-248.
- Bierman, K. L. (1994). School Adjustment. In R. J. Corsini (Ed.), *Encyclopedia of Psychology*. A Wiley-Interscience Publication, John Wiley & Sons.
- Block, J., & Kermen, A. M. (1996). IQ and ego-resilience: Conceptual and empirical and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models*. Newbury Park, CA: Sage.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Measurement*, 38(5), 300-314.
- Cohen, W., Underwood, L. G., & Gottlieb, B. G. (2000). *Social support measurement and intervention: a guide for health and social scientists*. Oxford, N Y: Oxford University Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: plenum.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., & Fujita, F. (2005). Life satisfaction set point: Stability and change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1), 158-164.
- Felner, R. D., Ginter, M., & Primavera, J. (1982). Primary prevention during school transitions: Social support and environmental structure. *American Journal of Community Psychology*, 10(3), 277-290.
- Funder, D. C., Block, J. H., & Block, J. (1989). The role of ego-control, ego-resiliency, and IQ in delay of gratification in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1041-1050.
- Hong, S., Malik, M. L., & Lee, M. K. (2003). Testing configural, metric, scalar, and latent mean invariance across genders in sociotropy and autonomy using non-western sample. *Educational and Psychology Measurement*, 63, 636-654.
- Huebner, E. S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social Indicators Research*, 66, 3-33.
- Huebner, E. S., & McCullough, G. (2000). Correlates of school satisfaction among adolescents. *Journal of Educational Research*, 93, 331-335.
- Klohn, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1067-1079.

- Kopp, C. B. (1989). Regulation of distress and negative emotions: A developmental view. *Developmental Psychology, 25*(3), 343-354.
- Kuhl, J. (1992). A theory of self-regulation: Active versus state orientation, self-discrimination, and some application. *Applied Psychology, 41*, 95-173.
- Kuhl, J., & Fuhrmann, A. (1998). Decomposing self-regulation and self-control: The Volitional Components Inventory. In J. Heckhausen, & C. Dweck (Eds.), *Motivation and self-regulation across the life span*. (pp. 15-49). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Procidano, M. E., & Heller, K. (1983). Measures of perceived social support from friends and from family: Three radiation studies. *American Journal of Community Psychology, 11*, 1-24.
- Russell, D., Kahn, J. H., Spoth, R. S., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology, 45*(1), 18-29.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68-78.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything or is it. Explorations on the meaning of Psychological Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 1069-1081.
- Sarason, J. P., Pierce, C. R., Shearin, E. N., Sarason, I. G., & Waltz, J. A. (1991). Perceives social support and working models of self and actual others. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 273-287.
- Veenhoven, R. (1988). The utility of happiness. *Social Indicators Research, 20*, 333-354.

원 고 접 수 일 : 2014. 10. 14  
수정원고접수일 : 2014. 12. 22  
게 재 결 정 일 : 2015. 01. 31

## The Effect of Social Support on School Adjustment and Life Satisfaction of middle school students: mediated effect of ego-resilience and self-control

HyunSim Song

SeoungYun Sung

Seoul University of Buddhism

This study was planned to improve adolescents' school adjustment and life satisfaction by reviewing factors showing the significant effects on their adjustment in previous studies. In doing so, the structural relations among social support, ego-resilience, self-regulation modes, volitional inhibition made, school adjustment, and life satisfaction that middle school students perceived were established and empirically tested. Additionally, the three hypothesized models were analyzed across the three types of social support. The results which was intended for total 540 students has found that social support showed the direct effect on the associations between all other variables and school adjustment and exhibited the direct effect on life satisfaction in friends' social support. The results showing the significant mediated effects for middle school students are discussed.

*Key words* : *Social Support, Ego-resilience, Self-control(self-regulation mode, volitional inhibition made), Life Satisfaction, School Adjustment*