

청소년의 충동성, 자아존중감, 우울수준이 학교생활 적응에 미치는 영향

Effects of Impulsive Behavior, Self Esteem, and Depression on School Adjustment of Adolescents

이혜순*, 옥지원**

동서대학교 간호학과*, 동명대학교 간호학과**

Hea-Shoon Lee(lhs7878@hanmail.net)*, Ji-Won Oak(jiwonoak@gmail.com)**

요약

본 연구는 청소년을 대상으로 청소년의 충동성, 자아존중감, 우울 정도가 학교생활 적응에 미치는 영향을 확인하기 위해 시도되었다. 연구 대상은 2010년 10월 1일부터 11월 30일까지 K시 소재 2개의 중학교에 재학 중인 중학생 415명이었으며, 수집된 자료는 빈도, 백분율, 평균과 표준편차, 상관관계분석 및 위계적 회귀분석을 실시하여 분석하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 학교생활 적응은 충동성($r = -.53$), 자아존중감($r = .51$), 우울 정도($r = -.56$)와 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 둘째, 중학생의 학교생활 적응을 설명해주는 변인으로 학업성적, 충동성, 자아존중감, 우울 정도가 나타났으며, 51.8%의 설명력을 나타냈다. 따라서 본 연구의 결과는 중학생의 학교생활 적응과 충동성, 자아존중감, 우울 정도에 대한 이해를 돕고, 중학생의 학교생활 적응을 증진하기 위한 간호중재의 근거자료로 활용될 수 있을 것이다.

■ 중심어 : | 청소년 | 충동성 | 자아존중감 | 우울 | 학교적응 |

Abstract

The purpose of this study was to analyze the predictors of impulsive behavior, self esteem, and depression on school adjustment of adolescents. The original data were collected using questionnaire from the sample of 415 middle school students selected by convenient sampling. The data were collected from October 1 to November 30, 2010. The data was conducted by using a correlations coefficient and the hierarchical regression. The major findings of this study were as follows. Firstly, the school adjustment correlates with the impulsiveness($r = -.53$), the self esteem($r = .51$), and the depression($r = -.56$). Secondly, the school adjustment was significantly associated with academic performance, impulsiveness, self esteem, and depression, which explained 51.8% of variance in school adjustment. These results may contribute to a better understanding of impulsiveness, self esteem, depression, and school adjustment of adolescents. Therefore, programs for prompting adolescents's school adjustment should be a planned based on results of the study.

■ keyword : | Adolescent | Impulsive Behavior | Self Concept | Depression | Social Adjustment |

1. 서론

1. 연구의 필요성

청소년기는 아동기에서 성인기로 이동하며 한 사람의 독립적인 존재로 사회에서 상호작용할 수 있는 역량을 확립해야 하는 중요한 과업을 가지고 있는 시기로 학교는 청소년들에게 사회를 경험할 수 있는 중요한 환경이 되고 있다[1]. 청소년들에게 학교란 단순히 지식만을 습득하는 장소가 아니라 사회적 관계를 훈련하고, 다양한 규범, 규칙에 따라 생활하는 방식을 습득하는 작은 사회를 경험하는 장소로[2] 청소년들은 학교에 적응함으로써 학교가 추구하는 인간화 목적달성을 하며 미래를 준비할 수 있고, 한 사람의 독립된 존재로 살아갈 수 있는 역량을 갖추게 된다. 즉, 청소년들의 학교생활 적응은 청소년기의 과업을 이루는 것 뿐 아니라 학교에서 배우고 경험한 것들이 인성 발달, 대인관계, 학업, 사회관계 등에 영향을 미치게 되어 건강한 성인으로 성장할 수 있도록 한다는 점에서도 중요하게 여겨진다.

청소년기를 시작하는 중학생들은 심리적, 신체적으로 갑작스러운 변화를 경험하여 긴장과 혼란을 겪게 되며, 이러한 변화는 내적인 갈등과 적응의 문제를 가지는 동시에 외적으로도 혼란과 갈등을 유발하여 학교생활에 적응하지 못하는 문제를 초래할 수 있다[3]. 이런 학교생활 부적응은 반사회적 행동을 유발하기도 하는데, 교육과학기술부에서는 학교에 적응하지 못하는 청소년들의 수가 매년 증가하고 있으며, 이로 인한 위기 청소년들이 연 17% 이상으로 그 중 고위험군의 학생이 43만 7,000명인 것으로 추정되고 있다고 보고하여 학교생활 부적응 문제의 심각성을 지적한 바 있다[4]. 학교 부적응은 심리적으로 불안, 불만, 낮은 사회성 및 목표의식 부재로 학습부진의 원인이 되며, 이런 문제가 해결되지 않을 때 가출, 비행, 학교 중퇴 등의 심각한 부작용을 초래하여 청소년 비행을 유발시키므로 예방과 관리가 필요하다[5].

그동안 선행연구에서는 학교 부적응의 요인으로 육체적, 정신적으로 균형 있는 성장을 강조하는 교육보다는 학업성적을 우선시하는 입시위주의 교육환경과 함께 청소년의 우울과 낮은 자아존중감[6] 및 부모의 학

력, 경제상태, 부모와의 관계 형성 등 가정의 특성들을 보고하고 있다[7]. 그러나 학교 적응에 대한 관심이 지속적으로 증가하면서 각 변수들과 학교 적응의 독립된 연관성을 제시하고 있지만 변인들의 관계를 통합적으로 제시하고 있지는 못하고 있어 청소년의 학교 적응을 설명할 수 있는 주요 변인으로 예측되는 변인들의 관계를 통합적으로 분석할 필요가 있을 것으로 사료된다.

한편 충동성이란 적절한 자기통제가 결여된 상태로 [8] 충동적인 사람은 반항적이고 화를 잘 내고 타인에 대한 책임과 우호성이 적고, 자기통제력이 부족하기 때문에 청소년기의 부적응이나 비행을 유발하는 요인으로 주목받고 있다[9][10]. 학교생활 적응에 대한 선행연구[11]에서는 충동성이 교우관계, 학교생활 준수 등 학교생활에 부정적인 영향을 미쳐 아동의 학교생활 적응을 저해한다고 보고하며, 충동성과 학교생활 적응의 관계를 설명한 바 있다. 따라서 발달단계상 아동기를 거쳐 청소년기를 시작하는 시기인 중학생의 학교생활 적응과 충동성이 관계가 있을 것으로 예측할 수 있으며, 학교생활 적응의 변인으로 충동성의 영향력을 확인할 필요가 있을 것으로 생각된다.

이에 본 연구는 청소년의 충동성, 자아존중감, 우울 정도, 학교생활 적응 정도를 확인하고, 이들 변수들이 청소년의 학교생활 적응에 미치는 영향을 파악함으로써 청소년의 학교생활 적응을 증진시키기 위한 간호중재 방안을 모색하기 위한 근거자료를 제공하고자 한다.

2. 연구의 목적

본 연구에서는 청소년의 충동성, 자아존중감, 우울 정도가 학교생활 적응에 미치는 영향을 확인하였다. 본 연구에서 설정한 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 대상자의 일반적 특성, 충동성, 자아존중감, 우울 정도 및 학교생활 적응 정도를 파악하기 위해 실수, 백분율, 평균, 표준편차를 구하였다.

둘째, 청소년의 충동성, 자아존중감, 우울 정도, 학교생활 적응 간의 관계를 확인하기 위해 상관분석을 실시하였다.

셋째, 제 변수들이 청소년의 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 위계적 회귀분석을 실시

하였다.

II. 연구 방법

1. 대상자 및 자료수집 방법

본 연구의 대상자는 2010년 10월 1일부터 11월 30일까지 K시 소재한 중학교의 교장선생님에게 우선으로 연구의 목적과 취지를 설명한 후 연구 참여를 허락한 2개의 중학교에 재학 중인 중학생 432명을 편의 추출하였다.

자료 수집은 대상자의 윤리적인 측면을 고려하여 교무실에 모인 담임교사에게 연구자가 직접 연구의 목적과 내용을 설명하고 동의를 구한 후 연구 참여에 동의한 담임교사가 대상자에게 연구 목적과 내용을 설명하고 동의를 구하도록 하였다. 본 연구의 목적과 설문내용, 설문 작성 시 유의사항과 대상자의 익명성을 유지하고 수집된 자료를 연구이외의 목적으로 사용하지 않으며, 연구 참여를 언제라도 중단할 수 있음을 이해한 후 연구 참여에 자발적으로 참여를 허락한 대상자에게 서면동의를 받고, 자가 보고에 의한 설문 조사를 하였으며, 무응답이 많은 17명을 제외한 415명을 최종 대상으로 하였다.

2. 연구도구

설문지는 일반적 특성, 충동성, 자아존중감, 우울 정도 및 학교생활 적응에 관한 내용으로 구성하였다.

2.1 충동성

충동성이란 적절한 자기통제가 결여된 상태를 말하며[8], 본 연구에서는 Barratt와 White[9]가 개발한 Barratt impulsiveness scale II를 이현수[12]가 수정한 도구를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 총 23개 문항으로 인지충동성 6문항, 운동충동성 8문항, 무계획충동성 9문항의 하부 영역으로 구성되었다. 각 문항은 4점 척도로 최저 1점에서 최고 4점으로 점수화하였으며, 점수가 높을수록 충동성이 높은 것을 의미한다. 이현수[12]의 연구에서 측정도구의 신뢰도는 Cronbach's α

=.70이었으며, 본 연구의 신뢰도는 Cronbach's α =.71이었다.

2.2 자아존중감

자아존중감이란 자신에 대한 부정적 또는 긍정적 평가와 관련되는 것으로서 자기 존경의 정도와 자신을 가치 있는 사람으로 생각하는 정도를 말하며[13], 본 연구에서는 Rosenberg[13]가 개발한 Self-esteem Scale (SES)을 전병재[14]가 번안한 도구를 간호학과 교수 2인과 교육학 전공자 1인이 내용타당도를 검증하여 번안된 도구가 청소년에게 적합한지 확인한 후 사용하였다. 본 도구는 총 10개 문항으로 구성되었으며, 각 문항은 4점 척도로 최저 1점에서 최고 4점으로 점수화하였다. 10문항 중 부정적인 5문항은 역으로 환산하여 점수화하였으며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 전병재[14]의 연구에서 측정도구의 신뢰도는 Cronbach's α =.89이었으며, 본 연구의 신뢰도는 Cronbach's α =.73이었다.

2.3 우울 정도

우울 정도는 단순한 슬픔이나 울적한 기분 상태에서부터 지속적인 상실감이나 무력감을 포함하는 정서 상태에 이르기까지 인간의 광범위한 심리상태로서[15] 우울 정도는 Radloff[16]가 개발한 Center for Epidemiological Studies-Depression (CES-D)을 전경규, 이민규[17]가 한국인을 대상으로 수정한 자가 보고형 우울도구(CES-D)를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 총 20문항으로 구성되었으며, 각 문항은 4점 척도로 최저 0점에서 최고 3점으로 점수화하였다. 점수가 높을수록 우울 정도가 높은 것을 의미하며, Boyed, Weissman, Thompson과 Myers[18]의 기준에 따라 16점 이상을 우울군, 16점 미만을 정상군으로 분류하였다. 전경규, 이민규[17]의 연구에서 측정도구의 신뢰도는 Cronbach's α = .85이었으며, 본 연구의 신뢰도는 Cronbach's α = .90이었다.

2.4 학교생활 적응

학교생활 적응은 학생들이 학생, 교사, 학습생활 등의

관계에서 행복감을 느끼며 당면 문제를 효과적이고 능률적으로 해결하여 조화로운 관계를 유지하고 있는 상태를 말하며[19], 본 연구에서는 박현선[20]이 국내 청소년을 대상으로 개발한 학교생활 적응 도구를 사용하여 측정하였다. 본 도구는 총 22문항으로 학교흥미 7문항, 학업성취 5문항, 규범준수 10문항의 하부 영역으로 구성되었다. 각 문항은 최저 1점에서 최고 4점의 4점 척도로 11개의 부정문항은 역변환하여 점수화하였으며, 점수가 높을수록 학교생활 적응이 높은 것을 의미한다. 개발당시 측정도구의 신뢰도는 Cronbach' α =.81이었으며, 본 연구의 신뢰도는 Cronbach' α =.84이었다.

3. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS WIN 19.0 통계 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성, 충동성, 자아존중감, 우울 정도, 학교생활 적응 정도는 평균과 표준편차, 실수와 백분율로 구하였으며, 대상자의 충동성, 자아존중감, 우울 정도, 학교생활 적응 간의 관계는 Pearson's Correlation Coefficient로 분석하였다. 대상자의 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성, 충동성, 자아존중감, 우울 정도 및 학교생활 적응 정도

대상자의 일반적 특성은 [표 1]과 같다. 대상자의 평균연령은 13.75세(SD=.99)로 3학년이 163명(39.3%)으로 가장 많았다. 성별은 남학생 233명(56.1%), 여학생 182명(43.9%)이었으며, 종교가 없는 대상자가 53.0%(220명)으로 가장 많았다. 출생 순위는 막내인 대상자가 168명(40.5%)로 가장 많았으며, 첫째(38.3%), 둘째(14.9%), 외동(6.3%) 순이었다. 부모 생존 여부는 '부모 모두 생존하고 있다'라고 응답한 대상자가 406명(97.8%)이었으며, 부모의 학력은 모두 고졸(66.7%, 74.2%)인 대상자가 가장 많았고, 부모의 관계가 '만족스럽다'는 대상자가 300명(72.3%)로 가장 많았다. 본인

이 지각하는 건강상태는 '좋은 편'이라고 응답한 대상자가 210명(50.6%), 성적은 '중'이라고 응답한 대상자가 241명(58.1%)로 가장 많았다. 가정 경제 수준은 '중상'이라고 응답한 대상자가 219명(52.8%)로 가장 많았으며, 중하(25.1%), 상(21.9%) 순이었다.

표 1. 대상자의 일반적 특성

(N=415)

변수	n	%
연령(년)	Mean=13.75, SD=.99	
학년	1학년	100 24.1
	2학년	152 36.6
	3학년	163 39.3
성별	남	233 56.1
	여	182 43.9
종교	무	220 53.0
	기독교	56 13.5
	가톨릭	27 6.5
	불교	112 27.0
출생순위	첫째	162 38.3
	둘째	62 14.9
	막내	169 40.5
부모 생존여부	외동	26 6.3
	모두 생존	406 97.8
	부만 생존	5 1.2
부 학력	모만 생존	4 1.0
	중졸	31 7.5
	고졸	277 66.7
모 학력	대졸 이상	107 25.8
	중졸	16 3.9
	고졸	308 74.2
부모와의 관계	대졸 이상	91 21.9
	만족스럽다	300 72.3
	보통이다	102 24.6
건강상태	불만족스럽다	13 3.1
	좋은 편	210 50.6
	보통	187 45.1
학업성적	나쁜 편	18 4.3
	상	68 16.4
	중	241 58.1
가정 경제 수준	하	106 25.5
	상	91 21.9
	중상	219 52.8
	중하	104 25.1
	하	1 0.2

대상자의 충동성, 자아존중감, 우울 정도 및 학교생활 적응 정도는 [표 2]와 같다. 대상자의 충동성은 평균 52.65점(SD=7.18)으로 인지충동성은 15.62점(SD=3.07), 운동충동성은 18.02점(SD=2.85), 무계획충동성은 19.02점(SD=3.47)이었으며, 자아존중감은 27.32점(SD=4.41)이었다.

대상자의 우울 정도는 16.95점(SD=9.92)으로 정상군인 대상자가 208명(50.1%), 우울군인 대상자가 207명(49.9%)으로 나타났다. 대상자의 학교생활 적응은 평균 63.47점(SD=9.38)으로 학교흥미는 19.03점(SD=4.21), 학업성취는 12.67점(SD=2.86), 규범준수는 31.77점(SD=4.58)으로 나타났다.

표 2. 대상자의 충동성, 자아존중감, 우울정도 및 학교생활 적응 정도

(N=415)

변수	가능한 점수	대상자 점수	Mean±SD, n(%)
충동성	23-92	29-77	52.65±7.18
인지충동성	6-24	6-24	15.62±3.07
운동충동성	8-32	10-29	18.02±2.85
무계획충동성	9-36	9-36	19.02±3.47
자아존중감	10-40	13-40	27.32±4.41
우울정도	0-60	0-60	16.95±9.92
정상군	16점 이상		208(50.1)
우울군	16점 미만		207(49.9)
학교생활 적응	22-88	22-88	63.47±9.38
학교흥미	7-28	7-28	19.03±4.21
학업성취	5-20	5-20	12.67±2.86
규범준수	10-40	10-40	31.77±4.58

2. 대상자의 충동성, 자아존중감, 우울 정도, 학교생활 적응 간의 관계

대상자의 충동성, 자아존중감, 우울 정도, 학교생활 적응 간의 관계는 [표 3]과 같다. 충동성은 자아존중감($r=-.429, p<.01$), 학교생활 적응($r=-.527, p<.01$)과는 역상관 관계, 우울 정도($r=.420, p<.01$)와는 순상관 관계가 있었다. 자아존중감은 우울 정도($r=-.332, p<.01$)와는 역상관 관계, 학교생활 적응($r=.510, p<.01$)과 순상관 관

계가 있었다. 우울 정도는 학교생활 적응($r=-.563, p<.01$)과 역상관관계가 있었다.

3. 대상자의 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인

대상자의 학교생활 적응에 영향을 미칠 수 있는 학년, 부모의 학력, 건강상태, 부모와의 관계, 성적을 통제시킨 후, 대상자의 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인들의 상대적 영향력을 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다[표 4]. 모델 I에서는 학년, 부모의 학력, 건강상태, 부모와의 관계, 성적을, 모델 II에서는 모델 I에 인지충동성, 운동충동성, 무계획충동성, 모델 III에서는 모델 II에 자아존중감, 모델 IV에서는 모델 III에 우울 정도를 독립변수로 하였으며, 변수 중 명목척도인 학년, 부모의 학력, 건강상태, 부모와의 관계, 성적은 더미변수로 처리하여 분석하였다. 독립 변인 간의 공차한계(tolerance)는 모델 I에서는 .53-.99, 모델 II에서는 .48-.99, 모델 III에서는 .47-.99, 모델 IV에서는 .48-.99로 0.1이상이었으며, 분산팽창인자(variance inflation factor, VIF)는 모델 I에서는 1.005-1.914, 모델 II에서는 1.006-2.076, 모델 III에서는 1.011-2.109, 모델 IV에서는 1.012-2.110으로 기준치 10을 넘지 않아 다중공선성 문제를 배제할 수 있었다.

위계적 회귀분석결과, 모델 I은 통제 변수들이 중학생의 학교생활 적응에 미치는 영향정도를 나타내는 것으로 회귀모형 적합도는 21.422로 통계적으로 유의하게 나타났다($p<.01$). 즉, 학업성적이 중($\beta=-.342, p<.01$), 하($\beta=-.564, p<.01$) 수준인 중학생의 학교생활 적응 점

표 3. 대상자의 충동성, 자아존중감, 우울수준, 및 학교생활 적응간의 관계

(N=415)

변수	충동성				자아존중감	우울 정도	학교생활 적응		
	전체	인지충동성	운동충동성	무계획충동성			전체	학교흥미	학업성취
인지충동성	.686**								
운동충동성	.736**	.192**							
무계획충동성	.855**	.376**	.530**						
자아존중감	-.429**	-.415**	-.228**	-.332**					
우울 정도	.420**	.264**	.291**	.397**	-.517**				
학교생활 적응	-.527**	-.435**	-.294**	-.464**	.510**	-.563**			
학교흥미	-.457**	-.398**	-.212**	-.418**	.577**	-.573**	.828**		
학업성취	-.448**	-.388**	-.292**	-.342**	.401**	-.372**	.757**	.543**	
규범준수	-.380**	-.282**	-.225**	-.352**	.265**	-.394**	.815**	.439**	.427**

**p<.01

표 4. 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인

(N=415)

	모델 I		모델 II		모델 III		모델 IV	
	β	t(p)	β	t(p)	β	t(p)	β	t(p)
학업성적 : 중	-.342	-5.510**	-.232	-4.356**	-.215	-4.242**	-.215	-4.475**
학업성적 : 하	-.564	-9.059**	-.390	-7.147**	-.346	-6.618**	-.343	-6.904**
충동성 : 인지충동성			-.260	-6.126**	-.174	-4.110**	-.171	-4.235**
충동성 : 무계획충동성			-.309	-6.477**	-.267	-5.828**	-.205	-4.617**
자아존중감					.272	6.587**	.155	3.619**
우울 정도							-.283	-6.702**
R ²	.174		.419		.476		.528	
Adj R ²	.165		.409		.465		.518	
F(p)	21.422**		41.798**		45.825**		50.153**	

**p<.01

수가 낮으며, 이에 대한 설명력은 16.5%로 나타났다.

모델 II는 모델 I에 인지충동성, 운동충동성, 무계획충동성을 투입하였으며, 회귀모형 적합도는 41.798로 통계적으로 유의하게 나타났다(p<.01). 중학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 변수는 중($\beta=-.232$, p<.01), 하($\beta=-.390$, p<.01) 수준의 학업성적, 인지충동성($\beta=-.260$, p<.01), 무계획충동성($\beta=-.309$, p<.01)으로 학업성적이 중 또는 하인 중학생이나 인지충동성, 무계획충동성이 높은 중학생의 학교생활 적응 점수가 낮은 것을 알 수 있었다. 모델 II의 설명력은 40.9%로 모델 I에 비해 설명력이 24.4% 향상되었다.

모델 III는 모델 II에 자아존중감을 투입하였으며, 회귀모형 적합도는 45.825로 통계적으로 유의하게 나타났다(p<.01). 중학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 변수는 중($\beta=-.215$, p<.01), 하($\beta=-.346$, p<.01) 수준의 학업성적, 인지충동성($\beta=-.174$, p<.01), 무계획충동성($\beta=-.267$, p<.01), 자아존중감($\beta=.272$, p<.01)로 학업성적이 중 또는 하인 중학생이나 인지충동성, 무계획충동성이 높은 중학생의 학교생활 적응 점수가 낮으며, 자아존중감이 높은 중학생의 학교생활 적응 점수가 높은 것을 알 수 있었다. 모델 III의 설명력은 46.5%로 모델 II에 비해 설명력이 5.6% 향상되었다.

모델 IV는 모델 III에 우울 정도를 투입하였으며, 회귀모형 적합도는 50.153으로 통계적으로 유의하게 나타났다(p<.01). 중학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 변수는 중($\beta=-.215$, p<.01), 하($\beta=-.343$, p<.01) 수준의 학업성적, 인지충동성($\beta=-.171$, p<.01), 무계획충동성($\beta=-.205$, p<.01), 자아존중감($\beta=.155$, p<.01), 우울 정

도($\beta=-.283$, p<.01)로 성적이 중 또는 하인 중학생이나 인지충동성, 무계획충동성이 높은 중학생, 우울 정도가 높은 중학생의 학교생활 적응 점수가 낮으며, 자아존중감이 높은 중학생의 학교생활 적응 점수가 높은 것을 알 수 있었다. 모델 IV의 설명력은 51.8%로 모델 III에 비해 설명력이 5.3%, 모델 I에 비해 35.3% 향상되었다.

IV. 결론 및 논의

본 연구는 청소년의 충동성, 자아존중감, 우울 정도 및 학교생활 적응 정도를 확인하고, 이들 세 변수들이 학교생활 적응에 미치는 영향을 확인하기 위하여 시도되었다.

본 연구 대상자의 충동성은 학교생활 적응과는 역상관 관계로 학교생활 적응에 미치는 영향이 유의하며, 학업성적이 영향요인으로 확인된 모델 I보다 모델 설명력이 24.4% 향상된 것으로 나타났다. 특히 충동성 중에서 복잡한 일을 생각하려고 하면 곧 싫증을 나타내는 인지 충동성(cognitive impulsiveness)과 한 가지 일이 끝나기도 전에 또 다른 일에 착수하는 무계획 충동성(non-planning impulsiveness)이 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인으로 확인되었는데, 이는 충동성이 학교생활 적응에 직접적인 영향이 있다는 이규미[21], 조미선[22]의 연구결과와 유사한 것으로 청소년의 성격 특질인 충동성 조절을 통해 청소년들이 학교생활에 적응하도록 하는 노력이 필요함을 시사하고 있다. 또한 본 연구에서 인지 충동성과 무계획 충동성이 관련 변인으

로 확인된 점을 고려하여 복합적인 충동성 감소를 위해 체계적인 접근을 통해 단순하고 감정적인 충동을 감소시키고, 반복적인 훈련을 통해 여유로운 학교생활을 할 수 있도록 하는 교육이 필요할 것으로 사료된다.

본 연구에서 연구 대상자의 자아존중감은 대상자의 학교생활 적응과 순상관 관계로 학교생활 적응에 미치는 영향이 유의하며, 학업성적, 충동성이 영향요인으로 확인된 모델 II보다 모델설명력이 5.6% 향상된 것으로 나타났다. 이는 자아존중감이 청소년의 학교적응에 영향을 미치는 매개요인임을 보고한 남영자[23]의 연구 결과와 유사한 것으로 청소년의 학교생활 적응을 위해 자아존중감을 향상시키는 방안을 모색할 필요가 있을 것이다.

본 연구에서 대상자의 우울이 학교생활 적응과는 역상관 관계로 학교생활 적응에 미치는 영향이 유의하며, 학업성적, 충동성, 자아존중감이 영향요인으로 확인된 모델 III보다 모델설명력이 5.3% 향상된 것으로 나타나 우울이 학교생활 적응에 영향을 미친다고 보고한 김명식[24], 조성진[25]의 연구 결과와 유사한 것으로 확인되었다. 초기 청소년기의 우울증이 적절히 해결되지 않고 후기 청소년기와 성인기까지 지속될 경우 약물남용, 무분별한 성적 행동, 소외감, 자살사고 등을 유발할 수 있으므로[26] 중학생의 학교생활 적응을 돕기 위해서는 선행되는 변인들에 대한 관심과 함께 우울을 감소시키고, 우울 상황에 대처할 수 있는 능력 배양이 필요할 것으로 사료된다.

한편 본 연구 대상자의 우울 정도는 평균 16.95점으로 평균점수가 우울군과 정상군을 구분하는 기준인 16점을 넘으며, 49.9%의 대상자가 우울군인 것으로 나타났다. 본 연구와 동일한 도구를 사용하여 초기 청소년의 우울 정도를 측정된 조성진[25]의 연구에서 우울군으로 구분된 중학생이 2,203명 중 약 40%, 김명식[24]의 연구에서는 약 28%이었던 것에 비해 본 연구 대상자의 우울 정도가 높게 나타나 편의추출에 의해 선정된 연구 대상자들의 특성이 전체 중학생을 대표할 수 없다는 제한과 함께 선행연구들이 2008년 이전의 연구들로 사회적 변화와 함께 청소년의 우울 정도가 증가했을 가능성 및 국내 청소년들의 우울증 유병율과 그 양상에 대한

기초적인 연구가 부족하여 청소년 우울에 대한 비교가 어렵다[27]는 문제를 배제할 수 없다. 따라서 청소년의 우울감소 노력과 우울 상황에 대한 대처 능력 배양에 앞서 청소년 우울에 대한 정확한 실태 파악이 선행되어야 할 것이다.

앞에서 살펴본 바와 같이 본 연구에서 학교생활 적응은 충동성과 우울 정도와는 역상관 관계를, 자아존중감과는 순상관 관계가 있었다. 변수들 중 학업성적, 인지충동성, 무계획충동성, 자아존중감, 우울 정도가 대상자의 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인으로 51.8%의 설명력을 지닌 것으로 나타났다. 이는 김정숙[28]의 연구에서 자아존중감, 학업성적, 충동성, 학년이 학교생활 적응을 32.9% 설명한다는 연구 결과와 유사한 결과로 김문숙과 조돈구[6]는 자아존중감과 우울이 학교생활 적응에 중요한 요인이라고 보고하여 본 연구 결과를 지지하고 있다. 특히 본 연구에서는 충동성이 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인으로 24.4%의 설명력을 지닌 것으로 나타나 독립 변수들 중 가장 높은 설명력을 보였다. 중학생의 학교생활 적응에 충동성의 영향력을 확인한 선행 연구가 부족한 상태로 본 연구결과와 직접적인 비교가 어렵지만 아동을 대상으로 한 서유미[11]의 연구에서 충동성이 아동의 학교생활 적응의 중요한 변인으로 보고된 바 있어 충동성 조절이 중학생의 학교생활 적응을 증진시키는 중요한 변수로 고려되어야 함을 확인 할 수 있었다. 따라서 중학생의 학교생활 적응을 증진시키기 위해서 충동성을 낮추는 방안에 대한 모색이 선행되어야 할 것이며, 이와 함께 우울 정도를 낮추고, 자아존중감을 높이기 위한 복합적이고 독자적인 상호중재 프로그램이 요구된다.

본 연구는 일개 시에 소재한 중학생 415명을 편의 추출하여 시도된 연구로 결과를 모든 청소년에게 일반화하여 적용할 수 없다는 제한이 있으므로 추후 대상자를 확대한 반복 연구가 필요하다. 또한 본 연구에서 중학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인들로 확인된 변인들을 고려한 상호중재 프로그램을 개발, 적용하여 중학생의 학교생활 적응과 제 변수들과의 관계를 재검증하는 연구가 필요할 것이다.

참 고 문 헌

- [1] 노성호, *청소년의 이해*, 한국형사정책연구원, 1999.
- [2]곽수란, “청소년의 학교적응도 분석”, *교육사회학 연구*, 제16권, 제1호, pp.1-26, 2006.
- [3] 정옥분, *청년발달의 이해*, 학지사, 2005.
- [4] 교육과학 기술부, *학교와 교육청이 학교부적응 학생 예방위해 발 벗고 나선다*, 교육과학기술부, 2008.
- [5] 윤홍식, *REBT 집단상담을 도입한 원예치료가 학교생활 부적응 중학생의 충동성 감소와 자아존중감 형성에 미치는 영향*, 건국대학교 농축대학원 석사학위논문, 2010.
- [6] 김문숙, 조돈구, “집단미술치료가 학교부적응 고등학생의 자아존중감과 스트레스에 미치는 효과”, *조형연구소논문집*, 제7권, 제2호, pp.221-234, 2007.
- [7] 조해연, *청소년의 인터넷 게임 중독과 성격특성 변인 연구-자기효능감, 자기통제감, 공격성, 충동성을 중심으로*, 한양대학교 대학원 석사학위논문, 2001.
- [8] M. R. Bruchinal, J. E. Roberts, S. A. Zeisel, and S. J. Rowley, “Social risk and protective factors for African American children’s academic achievement and adjustment during the transition to middle school,” *Developmental Psychology*, Vol.44, No.1, pp.286-292, 2008.
- [9] E. S. Barratt and R. White, “Impulsiveness and anxiety related to medical students’ performance and attitudes,” *J. of Medical Education*, Vol.44, No.7, pp.604-607, 1969.
- [10] 김중수, *범죄청소년의 성격차원 성향*, 한국콘텐츠학회논문지, 제8권, 제10호, pp.268-277, 2008.
- [11] 서유미, *부모-자녀 간 의사소통과 아동의 동조행동, 충동성 및 학교생활적응의 관계*, 경남대학교 교육대학원 석사학위논문, 2011.
- [12] 이현수, *충동성 검사 실시 요강*, 한국가이던스, 1992.
- [13] M. Rosenberg, *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press, 1965.
- [14] 전병재, “Self-esteem: A test of its measurability”, *연세논총*, 제11권, pp.107-129, 1974.
- [15] 김성일, 정용철, “청소년의 우울성향과 가정환경의 관계”, *한국청소년연구*, 제33권, 제1호, pp.5-27, 2001.
- [16] L. S. Radloff, “The CES-D scale: a self report depression scale or research in the general population,” *Educational and Psychological Measurement*, Vol.1, pp.385-401, 1977.
- [17] 전경구, 이민규, “Preliminary development of Korean version of CES-D”, *한국심리학회지*, 제11권, 제1호, pp.65-76, 1992.
- [18] J. H. Boyed, M. M. Weissman, W. D. Thompson, and J. K. Myers, “Screening for depression in a community sample. Understanding the discrepancies between depression symptom and diagnostic scales,” *Archives of General Psychiatry*, Vol.39, No.10, pp.1195-1200, 1982.
- [19] 김춘희, *초등학생의 스트레스 요인과 학교적응과의 관계*, 영남대학교 교육대학원 석사학위논문, 2000.
- [20] 박현선, *빈곤청소년의 학교적응 유연성*, 서울대학교 대학원 박사학위논문, 1998.
- [21] 이규미, “중학생의 학교적응 구성개념에 관한 연구”, *한국심리학회지*, 제17권, 제2호, pp.383-398, 2005.
- [22] 조미선, *부모지지와 자기통제 및 충동성이 청소년의 학교적응에 미치는 영향*, 충북대학교 대학원 석사학위논문, 2010.
- [23] 남영자, “청소년의 가족건강성과 학교적응의 관계에서 자아존중감의 매개효과에 관한 연구”, *청소년학연구*, 제 16권, 제 4호, pp.47-71, 2009.
- [24] 김명식, “일 도시의 남녀 중학생 우울증 유병율과 우울증이 학교적응에 미치는 영향”, *상담학연구*, 제9권, 제2호, pp.645-658, 2008.

- [25] 조성진, 전홍진, 김무진, 김장규, 김선옥, 류인균, 조맹제, “한국 일 도시지역의 청소년 우울 증상 유병률과 관련 요인에 관한 연구”, 신경정신의학, 제40권, 제4호, pp.627-639, 2001.
- [26] J. E. Fleming and D. R. Offord, “Epidemiology of childhood depressive disorders: A critical review,” J of Academy of child and Adolescent Psychiatry, Vol.29, No.4, pp.571-580, 1990.
- [27] 배정미, “우리나라 청소년의 정신건강 실태”, 정신간호학회지, 제15권, 제3호, pp.308-317, 2006.
- [28] 김정숙, 청소년의 심리적 변인, 인터넷게임 중독과 학교생활 적응간의 관계, 인제대학교 대학원 석사학위논문, 2010.

저 자 소 개

이 혜 순(Hea-Shoon Lee)

정회원



- 1988년 : 고려대학교 의과대학 간호학과(학사)
 - 1996년 : 이화여자대학교 간호학과(석사)
 - 2007년 : 이화여자대학교 간호과학과(박사)
 - 2010년 ~ 현재 : 동서대학교 간호학과 학과장
- <관심분야> : 청소년, 스트레스, 적응

옥 지 원(Ji-Won Oak)

정회원



- 2000년 : 한림대학교 의과대학 간호학과(학사)
 - 2003년 : 한림대학교 의과대학 간호학과(석사)
 - 2007년 : 이화여자대학교 간호과학과(박사)
 - 2011년 ~ 현재 : 동명대학교 간호학과 전임강사
- <관심분야> : 건강증진, 적응, 일차예방