

# 북한이탈청소년의 스트레스가 삶의 만족도에 미치는 영향: 자아존중감을 매개변수로 활용하여

The Effect of Young North Korean Defectors' Stress on their Life Satisfaction:  
with the use of Self-esteem as a Mediating Variable

박현춘\*, 최효진\*, 윤효영\*\*, 권영대\*\*\*, 노진원\*\*\*\*

울지대학교 의료경영학과\*, 연세대학교 통일학협동과정\*\*,

가톨릭대학교 의과대학 인문사회의학과/의료경영연구소\*\*\*, 울지대학교 의료경영학과/국제보건의료연구소\*\*\*\*

Hyunchun Park(syonghamo@naver.com)\*, Hyojin Choi(hjtn08@hanmail.net)\*,  
Hyo Young Yun(witch923@hanmail.net)\*\* , Young Dae Kwon(snuky1@naver.com)\*\*\* ,  
Jin-Won Noh(jinwon.noh@gmail.com)\*\*\*\*

## 요약

본 연구의 목적은 북한이탈청소년들의 스트레스, 자아존중감, 삶의 만족도의 관계를 살펴보고 스트레스가 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 분석하여 개선 방안을 제시하는 것이다. 북한이탈청소년 126명을 대상으로, 경로분석을 통해 스트레스가 삶의 만족도에 미치는 영향에서 자아존중감의 매개효과를 분석하였다. 연구 결과에 의하면 스트레스가 삶의 만족도에 미치는 영향은 유의미하지 않았지만, 스트레스는 자아존중감(-0.30,  $p=0.003$ )에는 유의미하게 부적적인 영향을 미쳤고, 자아존중감은 삶의 만족도(0.41,  $p<0.001$ )에 유의미하게 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한, 스트레스가 삶의 만족도에 직접효과는 없지만, 자아존중감을 통한 간접적인 효과는 유의한 영향(LL 95% CI -0.093, UL 95% CI -0.002)을 보였다.

■ 중심어 : | 북한이탈청소년 | 스트레스 | 삶의 만족도 | 자아존중감 | 매개변수 |

## Abstract

The purpose of this study is to investigate the relationships among young North Korean defectors' stress, self-esteem, and life satisfaction, to analyze the factors affecting their life satisfaction, and to suggest improvement plans. The study subjects were 126 young North Korean defectors. Path analysis was conducted to analyze the mediating effect of self-esteem in affects of their stress on life satisfaction. According to the analysis, stress negatively and significantly influenced self-esteem (-0.30,  $p<0.01$ ), and self-esteem positively and significantly affected life satisfaction (0.41,  $p<0.001$ ). Although stress had not a direct effect on life satisfaction, had not a indirect effect with the use of self-esteem as a mediating variable (LL 95% CI -0.093, UL 95% CI -0.002).

■ keyword : | Young North Korean Defectors | Stress | Life Satisfaction | Self-esteem | Mediating Variable |

\* 본 연구는 2013학년도 울지대학교 학술연구비 지원에 의하여 이루어진 것임

접수일자 : 2015년 04월 27일

수정일자 : 2015년 06월 01일

심사완료일 : 2015년 06월 23일

교신저자 : 노진원, e-mail : jinwon.noh@gmail.com

## I. 서론

우리나라로 입국하는 북한이탈주민의 수는 매년 증가하면서 통일부의 통계에 따르면 2014년 6월 기준으로 26,864명의 북한이탈주민이 국내에 입국하였다[1]. 북한이탈주민들의 입국형태는 남성이 단독입국을 하던 과거와 달리 여성, 가족 동반 탈북이 증가함에 따라 10대, 20대의 북한이탈청소년들이 북한이탈주민 전체의 40% (10,568명)를 차지하고 있으며, 2000년 이후로는 청소년들이 단독으로 입국하는 경우가 많아 무연고 청소년들이 많아지고 있다[2][3].

청소년기는 신체적으로나 정서적으로 급격한 변화에 의해 심각한 혼란을 겪게 되고, 자아 정체감을 형성하는 중요한 시기이다. 하지만 2014년 우리나라 청소년들을 대상으로 한 '삶의 만족도' 조사에서는 67.6%만이 만족하는 것으로 나타났다. 이는 OECD 26개 국가 중에서 가장 낮은 수치를 보였다[4]. 그리고 우리나라 청소년의 삶의 만족도는 김남정 외[5]의 연구에서 정의한 일상생활에 큰 변화를 가져오는 중대한 생활사건과 사소한 생활사건인 '생활 스트레스(life stress)' 에 부정적인 영향을 받는 것으로 나타났다[6-8]. 따라서 청소년의 삶의 만족도를 향상시키기 위해서는 그들의 스트레스를 완화하거나 예방하는 것이 필요하다[5].

또한 상대적으로 남한 청소년들에 비해 급격한 변화를 겪어 정서적으로 취약한 북한이탈청소년에 대한 특별한 관심이 요구된다[9]. 탈북 과정에서의 외상 후 스트레스 뿐 아니라 남한에 정착한 후 가족, 학업, 또래친구관계, 다른 문화에 대한 두려움과 걱정이 지속될 경우 부적응이 염려되고 있는데 실제로 북한이탈청소년은 외상 후 스트레스 장애나 불안, 우울과 같은 심리적 증상을 많이 경험하고 있으며, 비행이나 일탈 행동, 공격적이고 적대적인 행동을 통해 심리적 고통을 표현하고 있다[10][11]. 북한이탈청소년은 생애주기에서 가장 중요한 시기라고 할 수 있는 발달 시기에 낮은 사회와 문화를 겪는다는 점에서 부모 세대의 문화 적응과는 다른 특수성을 지니고 있다. 이렇게 북한이탈청소년은 심리적, 신체적 발달 과업과 같은 아동기와 청소년기의 특성 뿐 만 아니라 새로운 문화에 적응하는 이중적인

부담을 지니고 있다[12]. 따라서 북한이탈청소년의 긍정적인 적응과 이에 따른 적절한 정책 지원, 예방을 위해서 북한이탈청소년의 심리, 정신건강에 초점을 둔 연구가 더욱 필요하다.

북한이탈청소년을 대상으로 한 심리, 정신건강 선행 연구들은 주로 이들의 스트레스, 적응, 우울, 자아존중감 등의 관계와 영향을 미치는 요인에 대해 다루었다 [13-15]. 북한이탈청소년의 정신건강에 영향을 미치는 요인에 대해 이겨레[13]는 문화적응스트레스는 외상경험과 정신건강 관계에서 완전 매개효과가 나타났고, 적응유연성과 정신건강 관계에서는 문화적응스트레스가 부분매개효과가 나타났다고 밝혔다. 북한이탈청소년의 심리사회적 적응에 대해 연구한 강효림[14]은 북한이탈청소년의 우울과 불안의 정도는 10대가 20대보다 높게 나타났으며, 우울과 불안의 정도가 높을수록 문화적응스트레스가 높아지는 정적인 상관관계를 나타냈다고 밝혔다. 북한이탈청소년이 지각한 사회적지지 및 자아존중감과 사회적응력에 대해 알아 본 서정미[15]는 사회적응력을 대인관계, 적응성, 충동성, 책임성의 4개 하위요인으로, 자아존중감을 신체용모, 사회적 수용도, 운동능력, 행동품행, 학업능력, 전반적 자아가치감의 6개 하위요인으로 나누어서 관계를 살펴보았다. 연구결과, 대인관계는 사회적 수용도에 의해 영향을 받으며, 적응성은 신체용모, 운동능력, 학업능력에 의해 영향을 받고, 충동성은 신체용모, 사회적 수용도, 운동능력, 행동품행, 학업능력, 전반적 자아가치감 등 자아존중감의 모든 하위요인에 의해 영향을 받는 것으로 나타났다. 책임성은 신체용모, 사회적수용도, 운동능력, 전반적 자아가치감에 의해 영향을 받는 것으로 나타났다.

이와 같이 삶의 만족도에 대한 연구와 스트레스, 자아존중감과의 관계와 영향에 대해 알아본 연구는 일반 학생, 다문화화 대상으로 진행한 연구는 있었지만 북한이탈청소년을 대상으로 한 기존의 연구는 부족한 실정이다. 이러한 삶의 만족도에 대한 연구는 북한이탈청소년이 아닌 북한이탈주민을 대상으로 한 김미령[16]의 연구만이 있을 뿐이다. 김미령[16]의 연구에서 북한이탈주민의 인구사회학적 변인에 따라서 삶의 만족도는 유의미하게 달랐으며 한국에서 교육받은 사람과 직장

이 있는 사람들은 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다. 연구에 응답한 북한이탈주민의 삶의 만족도는 평균 수준에 못 미치는 것으로 삶의 만족도가 전반적으로 낮은 것으로 나타났지만 이 연구에서도 인구사회학적 변인만을 살펴보았기에 심리, 정신건강과 관련 있는 스트레스, 자아존중감과 삶의 만족도와와의 관계는 알 수 없다.

선행 연구에 따르면 청소년 삶의 만족도에 영향을 주는 요인으로는 개인의 정서적, 심리적 상태 및 인구사회학적 요인과 더불어 다양한 심리적, 환경적 요인들이 있다[17]. 이러한 요인들을 스트레스로 정의하여 삶의 만족도와와의 관계를 연구한 결과에서는 스트레스가 삶의 만족도에 있어서 부적인 상관을 보였다[5]. 또한 자아존중감과 삶의 만족도 간에 상관관계를 연구한 선행 연구에서는 자아존중감과 삶의 만족도와 정적인 상관이 있으며[18], 문화권과 연령에 상관없이 긍정적인 자아존중감을 가질 때 자신의 삶에 대해 긍정적으로 인식한다는 결과를 보였다[19]. 다문화가족 아동의 자아존중감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구에서는 개인요인, 가족요인, 학교요인, 지역사회요인을 중심으로 다문화가족 아동의 자아존중감에 영향을 미치는 요인임을 보였다[20]. 더불어 선행연구에서 학교생활적응이 자아존중감을 매개로 하여 삶의 만족도에 영향을 미친다는 결과를 보였다[21]. 이와 같이 다양한 선행연구에 따르면 청소년 개개인이 인지하는 건강행위나 건강의식과 같은 내적 변인 및 스트레스, 자아존중감, 우울감 등의 정신건강요인이 인구학적 변인보다 삶의 만족도에 큰 영향을 미친다고 하였다[22-24]. 이와 같이 북한이탈청소년의 스트레스가 삶의 만족도에 영향을 미치는 관계에서 자아존중감이 높을수록 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 따라서 스트레스와 삶의 만족도와와의 관계를 단편적인 연구만이 아니라 자아존중감이라는 매개변수를 통해 다각적으로 살펴보는 것이 필요하다. 이를 통해 본 연구는 북한이탈청소년의 삶의 만족도 개선을 위한 기초자료를 마련하는데 의의를 가지고 있다. 이를 모형으로 나타내면 [그림 1]과 같다.

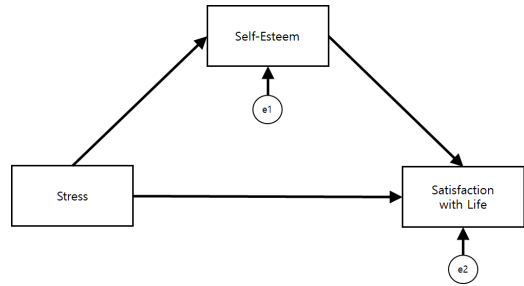


그림 1. 연구 모형

## II. 연구방법

### 1. 연구 대상 및 자료

본 연구는 북한이탈청소년을 대상으로 하는 설문 조사에 앞서 설문지의 문항이해도와 작성시간, 응답 방식의 문제점을 파악하기 위해 2013년 9월 6일 북한이탈청소년 5명을 대상으로 연구자가 직접 예비조사를 실시하였다. 예비조사 실시 후 설문조사 문항을 수정, 보완한 후 을지대학교 기관생명윤리위원회(IRB)의 승인(EU13-36)을 받아 2013년 12월부터 2014년 2월까지 남한에서 거주하며 중학교, 고등학교, 대학교에 재학 중인 북한이탈청소년 150명을 대상으로 지역 하나센터, 대안학교 등을 연구자가 직접 방문하였으며, 눈덩이표집하여 연구대상을 선정하였다. 설문조사 시 연구목적, 참여의 자율성, 개인정보 비밀유지 및 조사 내용은 연구목적 외에 사용하지 않는다는 사항에 관해 동의를 받았다. 연구대상 150명 중 대답이 불성실하거나, 청소년이 아닌 설문지 24부를 제외한 126부를 대상으로 최종 분석을 실시하였다. 북한이탈청소년의 성별은 남성 39.5%, 여성 60.5%로 구성되어 있으며, 중학교 재학생은 6.4%, 고등학교 재학생은 42.0%, 대학교 재학생은 51.6%이다. 북한 학력은 인민학교 졸업 이하가 47.9%로 가장 많았으며, 고등중학교 중퇴가 42.1%, 고등중학교 졸업생이 25.6%였다. 탈북 후 평균적으로 5.1년이 지나 있었으며, 스트레스 점수는 평균 46.7점이었었다. 삶의 만족도를 나타내는 평균점수는 20.5점이었고, 자아존중감을 나타내는 점수는 85.1점이었었다[표 1].

표 1. 연구대상자의 일반적 특성

	N(%) / Mean±SD (Min, Max) (n=126)
나이	19.8±2.4(14,24)
성별	
남자	49 (39.5)
여자	79 (60.5)
남한현재학력	
중학교	8 (6.4)
고등학교	53 (42.0)
대학교	65 (51.6)
북한최종학력	
인민학교졸업이하	58 (47.9)
고등중학교종퇴	32 (26.5)
고등중학교졸업	31 (25.6)
탈북 후 기간(년)	5.1±3.7 (0, 15)
스트레스	46.7±11.6 (1, 48)
삶의만족도	20.5±4.9 (6, 35)
자아존중감	85.1±7.8 (67, 108)

## 2. 측정도구

### 2.1 삶의 만족도

본 연구에서는 Diener 등[25]에 의해 개발된 삶의 만족도 척도(The Satisfaction with Life Scale: SWLS)를 사용하였다. 이 도구는 개인의 총체적인 삶에 대해 전반적으로 얼마나 만족하는지에 대한 인지적인 판단을 측정하는 것이다. 삶의 만족도는 5개의 문항으로 구성되어 있으며 7점 척도이다. 점수는 5점에서 35점으로 점수가 높을수록 삶의 만족도가 좋다고 할 수 있다. Diener[25]의 연구에서는 Cronbach's a 값은 0.87이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's a 값은 0.83으로 나타났다.

### 2.2 스트레스

스트레스 척도는 Rowlison 등[26]의 DHQ (Daily Hassles Questionnaire)를 기초로 하여 유안진, 한미현[27]이 한국의 학생들에게 적합하도록 개발한 일상생활 척도 총 16개 문항으로 이루어져 있으며, 각각의 문항에 대하여 리커트 5점 척도로 응답하였다. 총점은 16점에서 80점으로 점수가 높을수록 스트레스를 많이 받는다. 유안진, 한미현[27]의 연구에서의 Cronbach's a 값은 0.79였고, 본 연구에서의 Cronbach's a 값은 0.88로 나타났다.

### 2.3 자아존중감

북한이탈청소년의 자아존중감 수준을 측정하기 위해 Gurney[28]이 일반학교 아동에게 사용한 것을 조원성[29]이 번역한 도구를 사용하였다. 본 연구에서는 조원성[29]의 도구를 김미선[30]이 허위문항을 제거하고 수정한 32개 문항만을 사용하였다. 응답은 '매우 그렇다', '그렇다', '아니다', '전혀 아니다'에서 하나를 선택하도록 되어 있다. '매우 그렇다'는 4점, '그렇다'는 3점, '아니다'는 2점, '전혀 아니다'는 1점으로 배점하여 채점하였으며, 부정적인 문항은 역산하여 채점하였다. 점수는 32점에서 128점으로 점수가 높을수록 자아존중감의 수준이 높다고 할 수 있다. 조원성[29]의 연구에서는 Cronbach's a 값이 0.81로 나타났으며, 김미선[30]의 연구에서는 Cronbach's a 값이 0.83으로 나타났으며, 본 연구에서의 Cronbach's a 값은 0.76이었다.

## 3. 자료분석 방법

먼저 연구대상자의 인구통계학적 특성을 알아보기 위해 빈도, 백분율 등 빈도분석을 실시하였고, 스트레스와 삶의 만족도, 자아존중감 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 상관계수를 산출하였으며, 변수의 정규분포를 확인하기 위해 Shapiro-Wilk's test를 실시하였다. Shapiro-Wilk's test의 p값은 모두 0.05 이상으로 변수는 모두 정규분포하였다. 그 후 '스트레스'와 '자아존중감'과 '삶의 만족도' 세 요인간의 관계를 다각도로 분석하여 그 결과를 통해 최종모형을 구축하였다. 구축된 최종 모형은 스트레스와 삶의 만족도의 관계에서 자아존중감은 매개효과를 나타냈다. 이를 확인하기 위해 경로분석을 통한 매개효과분석을 실시하였다. 매개효과 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 사용하였다. 부트스트래핑 방법은 표본을 반복 추출하여 매개효과와 회귀계수와 표본오차 추출회수만큼 얻어낸 후 신뢰구간을 구하는 것이다. 본 연구에서는 1,000번 반복하여 표본을 추출하였고 유의수준 5%를 기준으로 신뢰구간을 설정하였다.

경로분석 모형의 적합도를 확인하기 위해 절대적합지수와 증분적합지수를 통해 알아보았다.

절대적합지수는 모형의 적합도를 전반적으로 평가하

는 지표이다. 하지만 전반적인 지표인  $\chi^2$ 은 자유도와 N 값에 민감하게 반응하며, 그 값이 변화 폭이 크기 때문에 다른 평가지표를 고려해야 한다. 따라서 본 연구에서는 RMSEA(ROOT Mean Square Error of Approximation, 근사오차평균자승의 이중근)을 통해 적합도를 살펴보았다. RMSEA는 모형을 표본이 아닌 모집단에서 추정하는 경우에 기대되는 적합도지수로, 이 값이 0.08 이하일 경우에 모형이 양호한 것으로 해석한다[31].

증분적합지수는 기존의 기본 모형과 연구자가 제시한 모형간의 적합도를 비교하는 것으로 본 연구에서는 CFI (Comparative Fit Index, 비교적합지수)를 사용하였다. CFI는 잠재변인들이 서로 독립적이라고 가정하는 기존의 모형과 함께 제안된 모형의 적합도를 비교하는 것으로 CFI값이 0.9이상이면 그 모형의 적합도는 좋은 것으로 간주한다[32]. 본 연구의 분석은 stata 13.1을 활용하여 진행하였다.

### III. 연구결과

#### 1. 모형의 검증

먼저 북한이탈청소년의 스트레스, 자아존중감, 삶의 만족도간의 경로를 살펴보았으며, 분석결과는 [표 2]와 같다. 본 연구의 모형의 경우에 모형적합도  $\chi^2$ 은 28.515이며, 모형비교지수 CFI값은 1.00으로 나타났고, RMSEA값이 0.00으로 나타나 모형이 잘 부합되고 있는 것으로 판단되었다. 모형에 기초하여 각 변인들 간의 표준화 경로계수를 [표 3]에 제시하였다.

[표 3]에서 보는바와 같이 스트레스가 삶의 만족도에 미치는 영향에 관한 연구 모형에서 스트레스가 자아존중감에 미치는 영향과 자아존중감이 삶의 만족도에 미치는 영향은 유의하였으나, 스트레스가 삶의 만족도에 미치는 영향은 유의하지 않았다. 변인들 간의 경로를 구체적으로 살펴보면, 스트레스는 자아존중감(-0.30,  $p=0.003$ )에 유의하게 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 자아존중감은 삶의 만족도(0.41,  $p<.001$ )에 유의한 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

그리고 삶의 만족도는 자아존중감(0.40,  $p<.001$ )에 긍정적인 영향을 미치며, 자아존중감이 높아질수록 스트레스는 감소(-0.306,  $p<.001$ )하는 긍정적인 영향을 미쳤다.

표 2. 스트레스가 삶의 만족도에 미치는 영향에 관한 연구 모형의 검증

$\chi^2$	df	p	CFI	RMSEA
28.52	0	0.00	1.00	0.00

표 3. 모형의 최대 가능성 추정

Paths	Coef.	S.E.	z	
Stress	Self-Esteem	-0.30**	-0.09	-3.42
	Life Satisfaction	0.03	0.09	0.27
Self-Esteem	Life Satisfaction	0.41**	0.09	4.77

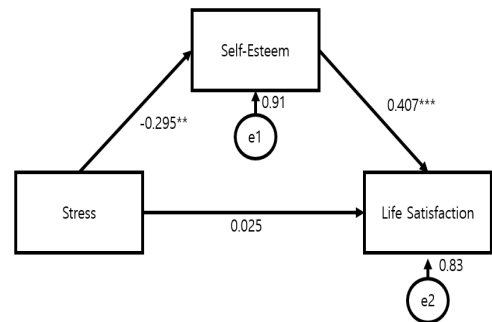


그림 2. 연구 결과 요약

#### 2. 모형의 매개효과 검증

북한이탈 청소년의 스트레스가 삶의 만족도에 미치는 영향에서 자아존중감이 매개적인 역할을 하는가를 검증하였다.

간접효과는 독립변수가 종속변수에 미치는 영향이 매개변수에 의해 매개되는 것을 의미하는 것으로, 간접효과에 대한 분석은 X -> Y -> Z의 관계를 검증하는 것으로, X변수가 Y변수에 의해 매개되어 Z변수에 영향을 미치는 것이 통계적으로 유의한지 검증하는 것이다.

결과를 보면, 간접효과가 [표 4]에서 보는 것과 같이 북한이탈청소년의 스트레스는 삶의 만족도에 간접효과

가 있는 것으로 나타났다. 이는 북한이탈청소년의 스트레스는 그들의 삶의 만족도에 영향을 주는 과정에서 자아존중감이 매개역할을 하고 있음을 의미하는 결과이다. 하지만 스트레스가 삶의 만족도에 영향을 미치는 직접효과는 나타나지 않았으며, 간접효과와 직접효과를 합친 총효과 또한 통계적으로 유의하지 않아 간접효과만 있다고 나타났다. 또한 부트스트래핑 결과 스트레스가 삶의 만족도에 미치는 간접효과의 신뢰구간이 LL 95% CI -0.09, UL 95% CI -0.002 로 나타나 0을 포함하지 않기 때문에 매개효과는 유의하였다.

요약하면, 북한이탈청소년의 스트레스와 삶의 만족도는 직접적인 영향을 없으나 자아존중감을 통한 간접적인 효과는 있다고 나타났다. 그리고 자아존중감은 삶의 만족도에 작용을 한다고 나타났다.

표 4. 모형의 직접, 간접, 총효과 검증

	Paths	Direct	Indirect	Total
Stress	Self-Esteem	-2.75**	no path	-2.75**
	Life Satisfaction	0.15	-0.72*	-0.57
Self-Esteem	Life Satisfaction	0.26***	no path	0.26***

#### IV. 결론 및 고찰

본 연구에서는 북한이탈청소년의 스트레스, 자아존중감, 삶의만족도에 대하여 인과적 모형을 설정하고 그 관계를 검증하고자 하였다. 연구 대상은 남한에서 거주하고 있는 만 14~24세의 북한이탈청소년 126명이었으며 경로분석을 사용하여 자료를 분석하였다. 연구 결과에 의하면, 스트레스가 삶의 만족도에 직접 미치는 경로를 제외한 모든 경로가 유의하였다. 변인들 간의 경로를 구체적으로 살펴보면, 먼저 스트레스는 자아존중감에는 유의한 부적 영향을 미쳤다. 그리고 자아존중감은 삶의 만족도에 유의한 정적 만족도를 미치는 것으로 나타났다.

구체적으로 살펴보면, 첫째, 스트레스가 삶의 만족도에 미치는 영향은 직접적으로 영향이 없음을 보였다. 기존의 남한 청소년을 대상으로 한 연구[5]와 상이한

결과이다. 이는 매개변수들의 효과가 그만큼 크고, 중요하며, 다른 간접요인들의 충분한 고려를 통해, 상관관계를 보다 명확하게 할 수 있음을 시사한다. 기존연구에서 청소년의 스트레스 요인 중 문화적응스트레스는 주요 요인으로[13][14] 밝혀지고 있으며, 의사소통의 어려움이나 문화적 차이, 낯선 사회에서의 적응문제로 대인관계가 원활하지 않기 때문에 대인관계의 폭이나 깊이가 제한될 가능성이 높아 다문화 가정 청소년의 또래관계가 삶의 만족도에 직접적인 영향을 미치지 않는다는 연구[21]를 통해 설명될 수 있다.

둘째, 스트레스가 자아존중감에 미치는 영향은 스트레스가 높을수록 자아존중감이 낮았으며, 기존에 학령 후기 아동이나 대학생을 대상으로 한 선행연구에서 높은 스트레스가 낮은 수준의 삶의 만족도를 나타낸 것 같은 연구 결과이다[33][34].

셋째, 자아존중감이 삶의 만족도에 미치는 영향은 자아존중감이 높을수록 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미쳤다. 청소년들은 또래와의 상호작용을 통해 자신감을 발달시킨다. 또한 안정적인 관계나 애착은 자신에 대한 긍정적인 생각을 갖게 하여 높은 자아존중감을 형성하게 되고[25], 이는 자연스럽게 청소년들의 삶의 만족도를 개선시킬 수 있는 요인으로 작용할 수 있다고 볼 수 있다. 이는 기존에 해외에서 이민 청소년을 대상으로 한 연구[35]와 동일한 결과이다.

다음으로 간접효과를 살펴보면, 자아존중감의 간접효과가 유의미하였는데, 이는 스트레스가 삶의 만족도에 영향을 주는 과정에서 자아존중감이 매개역할을 하고 있고, 삶의 만족도가 스트레스에 영향을 주는 과정에서 자아존중감이 매개역할을 하고 있음을 의미하는 결과이다. 다시 말해, 북한이탈청소년의 스트레스는 삶의 만족도와 직접적으로 유의한 관계는 없지만, 북한이탈청소년의 자아존중감을 통한 매개효과가 존재한다. 이러한 결과는 북한이탈청소년의 자아존중감을 매개변수로 북한이탈청소년의 스트레스의 수준이 높을수록 그들의 삶의 만족도는 낮아지고, 삶의 만족도가 높을수록 그들의 스트레스 수준이 낮아진다고 볼 수 있다. 조영아·전우택·유정자·엄진섭[36]의 연구에 의하면, 탈북 이후 남한에서 경험하게 되는 일상적 스트레스는

불안이나 우울에 강력한 영향을 미치는 변인으로 작용한다고 하였는데, 향후 연구에서 자아존중감이 스트레스와 삶의 만족도에서 매개변수로 작용하는 것 이외에도 스트레스와 불안, 우울간의 관계에 있어서도 매개변수로 작용하는지도 후속연구로 규명되어야 할 것이다.

이러한 연구결과를 토대로 북한이탈청소년의 삶의 만족도를 증진하기 위한 제언을 다음과 같이 하고자 한다.

첫째, 북한이탈청소년의 심리, 정신건강 진단이 초기부터 지속적으로 이뤄져야 하고 그러기 위해 정부·관계부처의 긴밀한 협력이 필요하다. 하나원에서부터 증상을 확인하고 이후 사회에 나가서 학교, 직장에 속했을 때에도 심리, 정신건강의 어려움은 없는지 지속적으로 경과를 살피고 그에 따른 적절한 상담과 지원이 이뤄져야 한다. 하나원에서의 교육은 심리적인 안정이 무엇보다도 교육의 주요 목적이 될 필요가 있기에[37] 초기의 적절한 평가와 대응이 중요하게 진행되어야 한다. 입국초기 북한이탈청소년들은 정신건강 측면에서 상당한 수준의 부적응 양상을 나타내고 있다는 연구결과와 남한사회에 편입되기 이전 북한이탈주민의 약 30%가 임상적 우울군에 해당된다는 연구들은[37][38] 하나원에서부터 체계적인 진료가 필요하다는 것을 보여준다. 이러한 심리, 정신건강 지원은 북한이탈청소년의 초기 안정을 도울 뿐 아니라 자료들이 축적되면 추후 남한에 오게 될 또 다른 북한이탈청소년들이 어느 시기에 어떤 점을 어려워하고 그에 따른 해결 방안이 무엇이었는지 알 수 있어 새로 온 이들의 심리, 정신건강 관련 어려움을 조기에 발견할 수 있고 예방할 수 있다. 또한 축적된 기초자료들은 통일을 대비하여 북한청소년을 이해하고 전반적인 정책을 수립하는데 도움이 될 수 있을 것이다.

둘째, 북한이탈청소년의 스트레스 대처를 위한 정밀한 교육지원서비스 필요하다. 본 연구결과 북한이탈청소년의 스트레스는 직·간접적으로 자아존중감, 삶의 만족도와 상호적으로 영향을 미쳤다. 이는 북한이탈청소년의 삶의 만족도, 스트레스, 자아존중감의 관계에서 상호간 영향력이 크다는 것을 보여준다. 오늘날 과도한 학업성취, 경쟁과 성취, 학교폭력, 물질주의 등이 만연

한 우리 사회에서 스트레스는 청소년의 삶에 신체적, 심리적 문제 등 다양한 차원에서 심각한 부정적 영향을 초래한다고 보고 있다[5]. 또한 자아존중감은 정신건강에 영향을 미치는 중요한 특성이며 자신을 가치 있는 사람으로 판단하는 정도로, 개인의 삶을 바람직하게 이끌어가는 내적인 힘이라 하였다[39]. 이에 따라 북한이탈청소년이 남한사회에서의 적응을 돕기 위하여 스트레스를 감소시키기 위한 다양한 방안을 제공함으로써 효과적으로 극복할 수 있도록 해야 한다. 구체적인 스트레스 해소 방안으로는 수련활동·교류활동·문화활동 등을 포함하는 청소년활동을 경험할 수 있는 환경을 제공하거나, 북한이탈청소년에 전문적 지식이나 경험이 풍부한 전문가를 통한 상담 프로그램제공이 있다. 청소년활동이란 청소년 개인에게 사회적응력을 제공하고, 자신들의 삶의 가치를 인식시키는 차원에서 도움이 되는 유익한 활동으로, 청소년의 균형 있는 성장을 위하여 필요한 다양한 형태의 활동을 말한다[5]. 청소년활동을 통해 학교생활에 대하여 매개감을 가지게 되면, 일상생활의 간섭이 줄어들고, 여가생활에 대한 긍정적인 만족도가 증가하게 된다[40]. 또한 바람직한 청소년활동을 통해 청소년의 주관적 안녕감과 행복감 및 생활만족도 등은 긍정적인 영향을 받는다[41]. 이처럼 북한이탈청소년들이 상황에 적절하게 스트레스를 해소하는 경험을 통해 삶의 만족도가 높아지고 정신건강에 긍정적인 영향을 미치기 때문에 이에 대한 스트레스 해소 및 예방프로그램이 실시되어야 한다.

셋째, 북한이탈청소년의 자아존중감을 증진시키기 위한 프로그램 및 북한이탈청소년의 적극적인 사회, 학교활동 참여가 요구된다. 본 연구결과 북한이탈청소년의 스트레스는 직접적으로 삶의 만족도에 영향을 미치지 않았지만 자아존중감을 매개변수로 설정한 결과에서는 관계가 있음을 보였다. 이는 북한이탈청소년의 자아존중감이 중요한 요인임을 알 수 있다. 받기만 하는 일방적인 수혜자의 입장이 아니라 사회봉사활동이나 학교 내·외부 행사, 지역사회 행사 참여 등을 통해서 스스로 할 수 있다는 보람을 느끼며 적극적이고 능동적인 기여자로 참여한다면 북한이탈청소년의 자아존중감 향상에서도 도움이 되고 지역관계 개선에도 앞장설 수 있

을 것이다. 다문화 가정 아동을 대상으로 자아존중감 증진 프로그램을 운영하여 다문화가정 아동의 자아존중감과 학교생활 적응 정도를 향상시킨 선행연구를 예로 볼 수 있으며[42], 다문화가정의 아동들의 자아존중감 증진 프로그램을 더 효과적으로 운영하기 위해서는 다문화가정의 아동들이 원활한 의사소통을 토대로 문화적으로 차별받지 않으며, 교육하는 교사의 다문화가정 아동 지도에 대한 인식 변화가 진행되어야 한다. 또한, 최근 남북통일 관련한 라디오 방송, 만화, UCC 등 영상 콘텐츠 제작, 합창단, 밴드 등 다양한 문화활동에 북한이탈청소년들이 적극적으로 참여하고 좋은 성과를 내고 있는 모습은 긍정적인 예로 평가된다.

본 연구의 한계점으로는 첫째, 연구대상자를 선정 할 때, 북한이탈주민지원재단과 북한이탈청소년들을 대상으로 하는 학교의 협조를 받아 눈덩이 표집을 사용해 진행되었다. 따라서 북한이탈청소년들의 종교단체와의 연계여부, 사회복지에 대한 접근성, 경제수준, 부모 등의 인구사회학적 특성이 상이하여 본 연구결과를 일반화하기 어렵다. 그리고 수도권에 거주하고 있는 대상자만을 중심으로 조사하였다는 한계점이 있다. 하지만, 관련 기관과 학교의 협조 없이 북한이탈청소년들에 대한 자료 수집과 접근이 어려워 눈덩이 표집 방법을 활용하였다. 이러한 표집의 한계를 극복하기 위해 대상자의 성비 및 거주지역의 분포 등을 모집단과 유사하게 조사하려고 노력하였다. 둘째, 설문조사 시 응답자의 설문 이해에 대한 한계점이다. 청소년을 대상으로 만들어진 설문도구를 사용하였지만 일반 청소년과 북한이탈청소년의 사회문화적인 배경이 달라 설문지 개발 시 어려운 단어를 해석해주거나 예시를 들어 쉽게 설명하였다. 또한 북한이탈청소년들의 설문지 문해력을 높이기 북한이탈청소년 집단을 대표한다고 판단되는 5명을 대상으로 예비 조사를 실시하였다. 예비 조사 시 설문 예상 시간이나 어려운 단어, 불쾌한 단어나 문자, 사회문화적인 격차 및 혼란을 줄 수 있는 내용을 수정·보완 하였다.

이와 같은 한계점에도 불구하고 본 연구는 북한이탈청소년의 스트레스, 자아존중감, 삶의 만족도에 대하여 모형을 설정하여 그 관계를 검증하고, 이러한 결과는 북한이탈청소년의 삶의 만족도와 자아존중감 연구에

대한 기초자료 및 북한이탈청소년들의 삶의 질적 개선을 위한 중요한 정보를 제공하였다는 점에서 큰 의의가 있다.

## 참고 문헌

- [1] <http://www.unikorea.go.kr/content.do?cmsid=1518>.
- [2] 이주호, 배정환, “지방자치단체의 북한이탈주민 정착지원제도 개선 연구”, 한국콘텐츠학회논문지, 제11권, 제7호, pp.335-344, 2011.
- [3] 이선윤, *북한이탈청소년의 정신건강에 영향을 미치는 요인에 관한 연구*, 총신대학교, 2005.
- [4] 염유식, 김경미, 이미란, 이진아, *2014년도 한국 어린이-청소년 행복지수 국제비교연구 조사결과보고서*, 한국방정환재단, 2014.
- [5] 김남정, 임영식, “청소년 스트레스와 삶의 만족도 관계에서 청소년활동의 중재효과”, 청소년학연구, 제19권, 제8호, pp.219-240, 2012.
- [6] 신정이, 황혜원, “초기 청소년의 스트레스와 심리 사회적 적응에 대한 생태체계적 보호요인의 영향 연구”, 청소년학연구, 제13권, 제5-2호, pp.123-154, 2006.
- [7] 장영애, 손영미, “청소년 스트레스에 대한 관련 변인 분석”, 한국지역사회생활과학회지, 제17권, 제4호, pp.137-149, 2006.
- [8] 황혜정, “초등학생과 중학생의 스트레스와 이에 영향을 미치는 변인에 관한 연구”, 초등교육연구, 제19권, 제1호, pp.193-216, 2006.
- [9] 윤인진, *북한이주민: 생활과 의식, 그리고 정착 지원 정책*, 집문당, 2009.
- [10] 조영아, 김연희, 김현아, “북한이탈 청소년의 문제행동과 외상 후 스트레스 증상 영향 요인”, 청소년학연구, 제18권, 제7호, pp.3-57, 2011.
- [11] 양계민, 황순택, “입국초기 새터민 청소년들의 심리적 건강상태에 관한 탐색적 연구”, 한국청소년연구, 제19권, 제2호, pp.333-358, 2008.
- [12] 김현경, “남한입국 무연고 북한이탈청소년의 변



- 화되어가는 삶의 기대에 관한 질적 연구”, 미래청소년학회지, 제10권, 제2호, pp.69-10, 2013.
- [13] 이겨레, *북한이탈청소년의 정신건강에 영향을 미치는 요인에 관한 연구 - 문화적응 스트레스의 매개효과를 중심으로*, 대구대학교, 2010.
- [14] 강효립, *탈북청소년의 심리사회적 적응에 관한 연구*, 명지대학교, 2007.
- [15] 서정미, *북한이탈청소년이 지각한 사회적지지 및 자아존중감과 사회적응력*, 숙명여자대학교, 2004.
- [16] 김미령, “북한이탈 주민의 삶의 만족도에 관한 연구”, 임상사회사업연구, 제4권, 제3호, pp.19-39, 2007.
- [17] E. S. Huebner, “Research on assesment of life satisfaction in children and adolescents,” *Social Indicators Research*, Vol.66, pp.3-33, 2004.
- [18] R. E. Lucas, E. Diener, and E. Suh, “Discriminant validity of well-being measures,” *Journal of personality and social psychology*, Vol.71, No.3, p.616, 1996.
- [19] 채진영, “아버지의 양육행동과 의사소통, 중학생의 자아관이 중학생의 삶의 만족도에 미치는 영향”, *한국가정관리학회지*, 제31권, 제1호, pp.39-48, 2013.
- [20] 김순규, “다문화가족 아동의 자아존중감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구”, *청소년학연구*, 제19권, 제6호, pp.109-128, 2012.
- [21] 안선정, 이현철, 임지영, “다문화가정 청소년의 부모자녀갈등, 또래관계, 학교생활적응이 삶의 만족도에 미치는 영향”, *한국가정관리학회지*, 제31권, 제2호, pp.77-91, 2013.
- [22] 구현영, 박현숙, 장은희, “고등학교 청소년의 삶의 만족도와 영향 요인”, *한국간호과학회*, 제36권, 제1호, pp.151-158, 2006.
- [23] 이명순, 변미희, “청소년에 대한 가족지지가 욕구충족 및 삶의 질에 미치는 영향”, *한국가족복지학*, 제12권, 제1호, pp.61-81, 2007.
- [24] 유미숙, 신미, 전성희, “청소년의 삶의 만족과 안녕에 관한 요인 연구”, *청소년학연구*, 제17권, 제9호, pp.131-150, 2010.
- [25] E. D. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larsen, and S. Griffin, “The satisfaction with life scale,” *Journal of personality assessment*, Vol.49, No.1, pp.71-75, 1985.
- [26] R. T. Rowleson and R. D. Felner, “Major life events, hassles, and adaptation in adolescence: confounding in the conceptualization and measurement of life stress and adjustment revisited,” *Journal of personality and social psychology*, Vol.55, No.3, p.432, 1988.
- [27] 한미현, 유안진, “한국아동의 일상적 스트레스 척도의 개발”, *대한가정학회*, 제33권, 제4호, pp.49-64, 1995.
- [28] P. W. Gurney, *Self-esteem in children with special educational needs*, Routledge & Kegan Paul, 1988.
- [29] 조원성, *자아존중감 증진 훈련이 선택적 함묵증 아동의 사회정서적 고립 및 의사소통 태도에 미치는 효과*, 단국대학교, 1996.
- [30] 김미선, *청소년이 지각한 부부갈등이 자아수용과 또래관계에 미치는 영향: 낙관성을 매개변인으로*, 명지대학교, 2009.
- [31] R. C. MacCallum, K. F. Widaman, K. J. Preacher, and S. Hong, “Sample size in factor analysis: The role of model error,” *Multivariate Behavioral Research*, Vol.36, No.4, pp.611-637, 2001.
- [32] 홍세희, “특별기고: 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거”, *한국심리학회지: 임상*, 제19권, 제1호, pp.161-177, 2000.
- [33] C. Simons, F. Aysan, D. Thompson, E. Hamarat, and D. Steele, “Coping resource availability and level of perceived stress as predictors of life satisfaction in a cohort of Turkish college students,” *College Student Journal*, Vol.36, No.1, pp.129-141, 2002.
- [34] D. T. Hamarat, M. Karen, D. S. Zabrucky, B.

Kenneth, F. Matheny, and E. Aysan, "Perceived stress and coping resource availability as predictors of life satisfaction in young, middle-aged, and older adults," *Experimental Aging Research*, Vol.27, No.2, pp.181-196, 2001.

[35] C. Ullman and M. Tatar, "Psychological adjustment among Israeli adolescent immigrants: A report on life satisfaction, self-concept, and self-esteem," *Journal of Youth and Adolescence*, Vol.30, No.4, pp.449-463, 2001.

[36] 조영아, 전우택, 유정자, 엄진섭, "북한이탈주민의 우울 예측 요인: 3년 추적 연구", *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 제17권, 제2호, pp.467-484, 2005.

[37] 양계민, 황순택, "입국초기 새터민 청소년들의 심리적 건강상태에 관한 탐색적 연구", *한국청소년연구*, 제19권, 제2호, pp.333-358, 2008.

[38] 한인영, "북한이탈주민의 우울성향에 관한 연구", *정신보건과 사회사업*, 제11권, 제6호, pp.78-94, 2001.

[39] 이순희, 김신정, "대학생이 지각하는 스트레스와 우울 및 자아존중감", *한국보건간호학회지*, 제26권, 제3호, pp.453-464.

[40] 박원임, 문용, 황인남, 이한숙, 김현나, "대학생의 지각된 여가능력이 여가심취도, 여가만족도, 생활만족에 미치는 영향", *한국여가레크리에이션학회지*, 제13권, 제1호, pp.109-118, 1996.

[41] 김정운, 차경호, *21세기 여가와 삶의 질*, 한국심리학회 춘계심포지움자료집, 2002.

[42] 김미선, *자아존중감 증진 프로그램이 다문화 가정 아동의 자아존중감과 학교생활 적응에 미치는 효과*, 숙명여자대학교 교육대학원, 2009.

저 자 소 개

박 현 춘(Hyunchun Park)

정회원



- 2013년 2월 : 을지대학교 의료경영학과(보건학사)
- 2015년 2월 : 을지대학교 의료경영학과(보건학석사)
- 2015년 3월 ~ 현재 : 을지대학교 의료경영학과(보건학박사)

<관심분야> : 의료경영, 보건정책, 보건통계

최 효 진(Hyojin Choi)

준회원

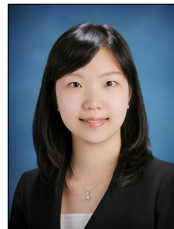


- 2014년 2월 : 을지대학교 의료경영학과(보건학사)
- 2014년 3월 ~ 현재 : 을지대학교 의료경영학과(보건학석사)

<관심분야> : 보건정책, 의료경영, 의무기록

윤 효 영(Hyo Young Yun)

준회원

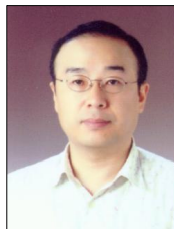


- 2011년 2월 : 명지대학교 북한학과(북한학학사)
- 2014년 2월 : 연세대학교 통일학협동과정(통일학석사)

<관심분야> : 북한이탈주민적응, 통일교육, 북한인권

권 영 대(Young Dae Kwon)

정회원



- 1988년 2월 : 서울대학교 의학과(의학사)
- 1998년 2월 : 서울대학교 의학과(의학박사)
- 2008년 4월 ~ 현재 : 가톨릭대학교 의과대학 인문사회 의학과

교수

<관심분야> : 병원경영, 의료의 질 평가, 의료이용분석

노 진 원(Jin-Won Noh)

정회원



- 2002년 2월 : 이화여자대학교 통계학, 경영학
- 2005년 2월 : 이화여자대학교 경영학(생산관리) 석사
- 2008년 8월 : 고려대학교 의과대학 보건학협동과정(보건학박사)
- 2011년 12월 : Johns Hopkins University MPH, MBA
- 2012년 3월 ~ 현재 : 을지대학교 의료경영학과 조교수  
<관심분야> : 병원경영, 의료경제성평가, 병원재무회계