

# 초등학생의 자기표현과 자기효능감이 학교생활적응에 미치는 영향

## Effects of Self-Assertiveness on Self Efficacy and School Adaptation in Elementary Students

이경숙\*, 이경희\*\*

울산대학교 간호학과\*, 울산과학대학교 간호학과\*\*

Kyoung-Sook Lee(gslee1@ulsan.ac.kr)\*, Kyung-Hee Lee(khlee@uc.ac.kr)\*\*

### 요약

본 연구는 초등학생의 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응의 정도를 파악하고 각 변수간의 상관관계를 확인하며 자기표현이 자기효능감과 학교생활적응에 미치는 영향을 확인하기 위한 연구이다. 연구대상자는 B광역시와 U광역시 각각 1개 초등학교에 재학 중인 3학년~6학년 905명이었으며 자료수집기간은 2015년 7월 1일부터 2015년 7월 20일까지였다. 자기표현과 자기효능감은 유의한 순 상관관계이었으며, 자기표현과 학교생활적응과는 유의한 순 상관관계를 나타내었으며, 자기효능감은 학교생활 적응과 유의한 순 상관관계를 나타내었다. 일반적 특성 중 학교생활적응에 영향을 주는 요인은 담임 교사와의 관계, 학년, 성별, 교우관계 이었고, 자기효능감의 하위요인인 자신감, 자기조절 효능, 과제난이도 선호, 자기표현의 하위요인 중 표현내용, 신체언어가 57.1%의 설명력을 나타내었다. 따라서 초등학생의 학교생활적응을 높이기 위한 프로그램 개발이 필요하며 본 연구결과가 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

■ 중심어 : 자기표현 | 자기효능감 | 학교생활적응 |

### Abstract

This study is to explore the relationship among self assertiveness, self efficacy, school adaptation and related factors. Data collection from July 11, 2015 July 20 were enrolled in two elementary school. The questionnaire was filled out by 905 elementary students from 3rd to 6th grade in cities of Busan and Ulsan. Self assertiveness for the elementary students was positively correlated with self efficacy and school adaptation. Also, self efficacy was positively correlated with school adaptation of elementary student. Among the general characteristics, factors affecting school adaptation were student-teacher's relationship, school grade, gender, friendship, confidence, self-control, preferred task difficulty, body language and contents of expression significantly accounted for 57.5%. The most significant factor influencing school adaptation was confidence.

■ keyword : Self Assertiveness | Self Efficacy | School Adaptation |

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성

급격하게 변화되어 가는 현대 사회 속에서 초등학생

들은 많은 시간을 학교에서 보내며 이들은 학교생활에 잘 적응을 하며 생활하여야 하며[1], 변화하는 환경 속에서 바르게 적응할 수 있는 힘을 길러 나가는 역할을 수행해 온 학교에서의 학교생활적응은 중요하다[2].

접수일자 : 2016년 10월 31일

수정일자 : 2016년 12월 05일

심사완료일 : 2016년 12월 05일

교신저자 : 이경숙, e-mail : gslee1@ulsan.ac.kr

자기표현이란 자기 자신의 생각과 느낌, 관심사 등에 관한 정보를 다른 사람에게 알려주는 것으로, 다른 사람들과의 관계에서 일어나는 행동이다[3]. 자기표현은 자신에 관한 일이나 느낌을 솔직하게 표현하면 자신을 바르게 이해할 수 있고 다른 사람이 자신을 이해하는데 도움을 줄 수 있으므로 인간관계에 미치는 영향은 매우 크다[4]. 적절한 자기표현을 통하여 자아 존중감, 자기 인식, 욕구충족, 내적 통제감과 책임감이 증진되고, 대인관계에서 노여움과 갈등이 감소한다. 그러나 자기표현을 적절히 못하고 억압을 할 때 정신건강, 사회생활에 대한 욕구불만, 갈등, 소외감, 반항경향, 고독감 등의 부정적인 현상이 나타난다[5].

자기효능감이란 개인 스스로 상황을 극복할 수 있고 자신에게 주어진 과제를 성공적으로 수행할 수 있다는 신념으로[6], 자기효능감이 높은 학생들은 학습, 교우관계, 규칙준수, 행사 등에서 능동적으로 수행하며 자신이 효능적이라고 판단하는 학습자들은 문제에 열심히 참여하고 학교에 잘 적응해 나갈 수 있다[7]. 즉 높은 자기효능감을 갖고 학교생활에 잘 적응하도록 지도와 조언을 하는 것이 학교생활에서 일어나는 여러 가지 어려운 일이나 스트레스를 극복하는데 잘 대처하는데 도움을 주며, 아동의 학교생활적응에 영향을 미치며 그 영향력이 크다[8].

학교생활적응은 개인이 학교 및 학급 사회에서 적응해 나가기에 알맞은 행동을 보이는 것으로[7], 학교생활적응은 취학 초기의 아동기에서 청소년기 전반에 걸쳐 중요한 변인으로 학교생활적응은 학생의 건전한 성장을 결정하고 이후 성인기의 삶에 영향을 주게 된다[9][10].

학교생활적응에 큰 영향을 미치는 요인으로는 가족 건강성[11], 자기효능감을 들 수 있는데 높은 자기효능감을 가지고 있는 학습자는 학교적응 수준이 높게 나타나지만 낮은 자기효능감을 가진 학습자는 회피나 포기 등 부정적인 행동을 함으로써 낮은 학교적응 수준을 나타낸다[1][14]. 아동들의 부적응 행동들은 자기효능감이 떨어지는 행동의 특성으로 개인의 자아효능감이나 생활적응 능력은 학생들에게 중요시 되는 요인들이다[2].

자기표현을 적절하게 잘 하는 아동은 자신의 생각이

나 느낌 등을 적극적으로 표현할 가능성이 커지고 타인과 원활한 상호작용을 이끌어 낸다[5]. 또한 부적응 행동을 수정하고 합리적인 사고 능력을 갖추어 자기효능감을 기르는데 중요한 시기이다[16].

학령기는 부모에게 덜 의존하게 되고 대인관계가 확대되는 중요한 시기로 초등학교 과정은 나와 집단 속에서 사회화 훈련이 시작되는 최초시기로 학교에서의 적응은 청소년기와 성인기까지 사회적응의 중요한 전조가 되며 학교생활적응은 학교에 대한 만족 뿐 아니라 정신건강, 인성, 성격발달 등에 매우 중요하다[5][10][16]. 따라서 학교생활에 잘 적응하기 위해서 자기의 생각이나 느낌을 정확하고 솔직하면서도 효과적으로 전달하는 것은 필수적이다. 아동에게 있어 자기표현은 아동들이 성실하고 진지한 인간관계를 형성하고 생산적이고 능률적인 생활을 영위하는데 꼭 필요하다[4]. 이에 본 연구는 초등학교 3~6학년을 대상으로 자기표현과 자기효능감이 학교생활적응에 대한 영향요인과 상관관계를 탐색하여 학교생활 적응을 높일 수 있는 방안을 마련하는데 기초자료를 마련하고자 한다.

## 2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 초등학생의 자기표현과 자기효능감이 학교생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위함이며 이를 위한 구체적인 목표는 다음과 같다.

- 1) 초등학교 학생의 일반적 특성과 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응 정도를 파악한다.
- 2) 초등학교 학생의 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응 간의 상관관계를 설명한다.
- 3) 학교생활적응에 미치는 요인을 규명한다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구 설계

본 연구는 초등학생의 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응 간의 상관관계와 학교생활적응에 미치는 영향을 규명하기 위해 시도된 서술적 조사연구이다. 이를 위하여 자료 수집은 설문지를 이용하여 약 10일간 하

며, 수집된 설문지는 익명으로 처리한다.

## 2. 연구대상 및 자료수집 방법

자료수집 기간은 2015년 7월 11일부터 7월 20일까지 약 10일간 진행되었으며, 학교장, 해당 담임교사에게 연구의 목적을 설명하고, 담임교사의 수업시간을 이용하여 구조화된 설문지를 배부하였다. 연구자가 연구목적 을 설명하고 익명성과 비밀보장에 대해 알리고 연구에 동의하는 사전 동의서를 받아 연구에 동의한 학생들에게만 설문지를 배부하도록 하고 설문을 시행하였다. 설문 응답시간은 20~25분 정도 소요되었다. 총 946부의 설문지가 배부되었으며 회수된 설문지 중 무응답이 많거나 자료처리에 부적절한 설문지 31부를 제외한 905부 (96.7%)가 자료 분석에 사용되었다. 연구표본수의 크기 결정은 G\* power 3.1.3(Faul, Erfelder, Lang, Vucher, 2007) 프로그램을 사용하였다. 회귀분석에 필요한 효과크기 .03, 유의수준.05, 검정력 .95, 예측변수12 개로 하였을 때 860명으로 나타나 10%의 탈락률을 고려하여 946부로 자료수집하였으며, 905부가 최종 자료 분석에 사용되어 표본수는 적절하였다.

## 3. 연구도구

### 1) 자기표현

자기표현이란 상대방의 권리를 침해하거나 불쾌하게 하지 않으면서 자기의 생각이나 감정 등 자신에 관한 정보를 불안을 느끼지 않고 기술적이며 폭넓게 언어나 행동으로 솔직하게 나타내는 것이다. 본 연구에서 사용한 자기표현 측정도구는 Rakos와 Schroeder[14]의 자기표현 척도를 변창진과 김성희[15]가 제작한 평정척도를 이용하였다. 3개 하위영역 즉 표현내용 9문항, 음성 7문항, 신체언어 4문항으로 구분되며 총 20문항이다. 각 문항 당 1점에서 5점 척도를 이용했으며 총 점수는 최소 20점에서 최고 100점이며, 점수가 높을수록 자기표현을 의도대로 잘 하는 것을 의미한다. 김성희[15] 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  는 .85였으며, 본 연구에서는 도구전체의 Cronbach's  $\alpha$  는 .87이었으며, 하위요인별로 표현내용 .73, 음성 .82, 신체언어 .70 이었다.

### 2) 자기효능감

김아영[18], 김아영, 박인영[19]의 학업적 효능감 척도(Academic Self Efficacy, ASE)를 참고로 하여, 엄복순[18]이 개발한 설문지를 이용하였으며 총 20문항이다. 이 도구는 자신감 7문항, 자기조절효능 7문항, 과제난이도 선호 6문항 등의 세 가지 하위 영역으로 구분된다. 각 문항 당 1점에서 5점 척도를 이용했으며, 부정 진술을 한 4문항은 역채점하였고, 총 점수의 범위는 최소 20점에서 최고 100점까지이며, 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. 엄복순[20]의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$  .89였고, 본 연구에서 도구전체의 Cronbach's  $\alpha$  는 .87이었고 하위요인별로 자신감 .77, 자기조절효능감 .63, 과제난이도선호 .69 였다.

### 3) 학교생활적응

학교생활적응이란 학교라는 환경 안에서 개인의 욕구를 충족시키기 위해 환경을 변화시키거나 학교환경의 요구에 따라 자신을 변화시킴으로써 학교환경과 개인 사이에 균형을 이루려고 하는 창조적인 과정[23]을 의미하며, 민병수[22]가 제작한 학교 생활적응 척도를 사용하였다 이 척도는 담임교사에 대한 적응 5문항, 교우관계에 대한 적응 5문항, 학습활동에 대한 적응 5문항, 학교 규칙에 대한 적응 5문항, 학교 행사에 대한 적응 5문항의 척도 설문지의 산출점수를 의미한다. 각 문항 당 1점에서 5점 척도를 이용했으며, 총 점수 총 점수의 범위는 최소 25점에서 최고 125점까지이고 점수가 높을수록 학교생활 적응 정도가 높음을 의미한다. 제작 당시 민병수[22]의 연구에서 신뢰도는 .81로 나타났으며 본 연구에서 도구전체의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .93이었으며 하위요인별로 교사적응 .86, 친구적응 .76, 학업적응 .82, 규칙적응 .81, 행사적응 .76 이었다.

## 4. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS WIN(Ver. 21.0) 프로그램을 이용하여 분석하였다.

- 1) 초등학교 학생의 일반적 특성은 빈도와 백분율로 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응 정도는 평균과 표준편차를 구하였다.

- 2) 일반적 특성에 따른 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응 정도는 t-test, ANOVA로 분석하고 사후검정은 Duncan 검정을 이용하였다.
- 3) 초등학교 학생의 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응간의 상관관계를 파악하기 위해 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다.
- 3) 학교생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석을 통해 자료를 분석하였다.

### III. 연구 결과 및 논의

#### 1. 초등학교 학생의 일반적 특성

본 연구대상자의 일반적 특성을 보면, 성별은 남학생이 48.9%, 여학생이 51.1%이었고, 학년으로는 3학년 24.4%, 4학년 25.6%, 5학년 26.9%, 6학년 26.1% 이었다. 교우관계에서 좋다 이상이 81.6%, 교사와의 관계는 좋다 이상이 71.0%이었으며, 경제 상태에 대하여 중간수준으로 응답한 경우가 57.6%, 학업성적은 66.6%가 보통이라고 하였다. 형제가 있는 경우가 84.7%로 나타났다[표 1].

표 1. 대상자의 일반적 특성 (N=905)

일반적 특성		n	%
성별	남	443	48.9
	여	462	51.1
학년	3학년	194	21.4
	4학년	232	25.6
	5학년	243	26.9
	6학년	236	26.1
교우관계	매우좋음	364	40.2
	좋음	375	41.4
	보통	137	15.2
	나쁨	20	2.2
	매우나쁨	9	1.0
담임교사와의 관계	매우좋음	263	29.0
	좋음	380	42.0
	보통	235	26.0
	나쁨	20	2.3
	매우나쁨	7	0.7
경제적 상태	상	360	39.8
	중	521	57.6
	하	24	2.6
학업성적	상	248	27.4
	중	603	66.6
	하	54	6.0
형제유무	있음	767	84.7
	없음	138	15.3

#### 2. 일반적 특성에 따른 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응 정도

대상자의 일반적 특성에 따른 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응 정도에서[표 2] 자기표현 정도는 성별 ( $t=-3.55, p=.000$ ), 학년( $F=9.48, p=.000$ ), 교우관계 ( $F=24.60, p=.000$ ), 교사와의 관계( $F=18.90, p=.000$ ), 경제상태( $F=26.13, p=.000$ ), 학업성적( $F=27.68, p=.042$ )에서 차이가 있었다. 집단 간 유의한 차이를 확인하기 위해 Duncan 검정한 결과, 여학생의 경우, 6학년보다 3, 4, 5학년의 경우, 교우관계가 매우 좋은 경우, 담임교사와의 관계가 좋음 이상인 경우, 경제상태가 중 이상인 경우, 학업성적이 보통 이상인 경우 자기표현이 더 높은 것으로 나타났다.

본 연구에서 초등학교 학생의 자기표현의 정도는 5점 만점에 3.95점으로 평균이상이었다. 하위요인별로 신체적 언어가 가장 높았고, 표현 내용이 3점으로 가장 낮았다. 이는 초등학교 4학년과 6학년을 대상으로 한 구분화[5]의 연구에서 자기표현의 정도는 남학생 3.77점, 여학생 3.95점보다 약간 높았으며, 하위요인별로는 신체적 언어가 가장 높았고 그 다음이 음성, 표현 내용이 가장 낮았다는 결과는 본 연구결과와 일치한다. 이로써 자기표현에 있어 신체적 언어가 가장 중요하며 솔직한 자기표현의 요소임을 확인할 수 있었다.

자기효능감의 평균평점은 5점 만점에 3.30±.54점이었으며, 하위요인별로 살펴보면 자신감이 가장 높았으며, 자기조절효능과 과제난이도선호도는 비슷하게 낮았다. 이는 초등학교 5, 6학년을 대상으로 한 이인숙[5]의 연구에서 자기효능감 85점 만점에 55.8점보다 약간 높았고, 조한익[6]의 연구에서 자기효능감 5점 만점에 3.36점보다 약간 낮았으며. 중·고등학생을 대상으로 한 이미순, 문재우, 박재산[24]의 연구에서 자기효능감은 5점 만점에 3.19점보다 높았다. 이로써 초등학교 3~6학년의 학년간 자기효능감의 차이는 거의 없으나 중, 고등학생보다는 높아 아동기에서 청소년기로 넘어가면서 자기효능감이 낮아짐을 알 수 있었다.

학교생활적응은 평균3.77±.67점이었으며, 하위요인별로 담임교사에 대한 적응과 규칙에 대한 적응이 가장 높았고, 학업과 행사에 대한 적응이 가장 낮았다. 이는

표 2. 일반적 특성에 따른 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응의 차이 (N=905)

일반적 특성	자기표현			자기효능감			학교생활적응			
	M±SD	t/F	p	M±SD	t/F	p	M±SD	t/F	p	
성별	남 여	77.8±11.4 80.2±9.8	-3.55	.000	66.0±11.2 66.0±10.6	-.23	.818	89.75±17.0 95.3±15.75	-4.96	<.001
학년	3학년	78.4±9.0 <sup>b</sup>	9.48 a)b)c	.000	66.2±11.8	.220	.883	96.5±16.0 <sup>a</sup>	9.03 a)b	.000
	4학년	80.0±10.0 <sup>b</sup>			65.8±10.8			93.8±16.0 <sup>a</sup>		
	5학년	81.2±10.6 <sup>a</sup>			66.4±10.2			92.5±15.75 <sup>a</sup>		
	6학년	76.2±11.8 <sup>c</sup>			65.6±10.8			88.3±17.8 <sup>b</sup>		
교우 관계	매우 좋음	82.8±10.8 <sup>a</sup>	24.60 a)b	.000	70.6±10.4 <sup>a</sup>	37.88 a)b	.000	99.5±15.5 <sup>a</sup>	39.05 a)b)c	.000
	좋음	77.4±9.4 <sup>b</sup>			64.2±9.6 <sup>b</sup>			90.2±15.75 <sup>b</sup>		
	보통	75.0±10.0 <sup>b</sup>			61.4±10.2 <sup>b</sup>			84.0±13.3 <sup>c</sup>		
	나쁨	70.6±8.8 <sup>b</sup>			55.4±10.4 <sup>b</sup>			80.5±15.8 <sup>c</sup>		
매우 나쁨	72.2±13.8 <sup>b</sup>	51.6±14.0 <sup>b</sup>	69.5±21.0 <sup>c</sup>							
담임 교사 와의 관계	매우 좋음	82.8±10.6 <sup>a</sup>	18.90 a)b)c	.000	71.2±10.4 <sup>a</sup>	32.24 a)b)c	.000	104.25±13.0 <sup>a</sup>	87.13 a)b)c	.000
	좋음	79.0±9.4 <sup>b</sup>			65.6±9.8 <sup>b</sup>			92.3±14.3 <sup>b</sup>		
	보통	75.4±10.2 <sup>c</sup>			61.4±10.2 <sup>c</sup>			82.25±14.3 <sup>c</sup>		
	나쁨	72.6±11.8 <sup>c</sup>			58.0±9.8 <sup>c</sup>			76.75±16.5 <sup>c</sup>		
매우 나쁨	70.4±25.0 <sup>c</sup>	60.8±22.0 <sup>c</sup>	64.0±32.0 <sup>c</sup>							
경제 적 상태	상	81.8±10.0 <sup>a</sup>	26.13 a)b)c	.000	69.8±11.0 <sup>a</sup>	41.80 a)b)c	.000	97.0±15.5 <sup>a</sup>	26.54 a)b)c	.000
	중	77.4±10.4 <sup>b</sup>			63.8±10.0 <sup>b</sup>			90.0±16.5 <sup>b</sup>		
	하	71.6±12.8 <sup>c</sup>			57.8±10.6 <sup>c</sup>			80.3±18.3 <sup>c</sup>		
학업 성적	상	82.0±9.8 <sup>a</sup>	27.68 a)b)c	.000	71.8±10.2 <sup>a</sup>	62.57 a)b)c	.000	99.3±15.5 <sup>a</sup>	43.83 a)b	.000
	중	78.4±10.2 <sup>b</sup>			64.2±10.2 <sup>b</sup>			78.5±15.75 <sup>b</sup>		
	하	71.0±12.8 <sup>c</sup>			58.6±11.4 <sup>c</sup>			78.5±18.3 <sup>b</sup>		
형제 유무	있음	79.0±10.6	.34	.73	66.0±10.8	.17	.86	92.8±16.5	1.23	.21
	없음	3.94±10.2			65.8±11.2			91.0±17.3		

조영제[6]의 연구에서 교사적응 3.40점, 교우적응 2.98점, 학습자세 2.76점, 규칙준수 2.67점, 행사참여 2.96점 보다는 전반적으로 높은 편이었다. 본 연구의 6학년의 학교생활적응 정도는 3.53±.71점이었고, 본 연구와 학교생활적응의 측정 도구는 다르지만, 박아청과 최성열[25]의 연구에서 학교생활 적응 정도 200점 만점에 121.65점, 4학년 125.14점/205점, 5학년 124.20점, 6학년 115.73점보다 전반적으로 높은 편이었다. 본 연구에서와 마찬가지로 6학년이 3,4,5학년에 비하여 학교생활적응 전체와 하위요인 모두에서 낮았다. 이는 학년이 6학년이 되면 학습량이 많아지고 상급학교 진학에 대한 스트레스 등으로 학교생활적응이 전반적으로 낮아진다고 볼 수 있겠다.

일반적 특성에 따른 자기효능감은 교우관계(F=37.88, p=.000), 담임교사와의 관계(t=32.24, p=.000), 경제상태(F=41.80, p=.000), 학업성적(F=62.57, p=.000)에서 유의한 차이가 있었다. 집단 간 유의한 차이를 확인하기 위해 Duncan 검정한 결과, 교우관계가 매우 좋은 경우, 담임교사와의 관계가 좋음 이상인 경우, 경제상태가 상이나 중인 경우, 학업성적이 보통 이상인 경우에 자기

효능감 정도가 더 좋은 것으로 나타났다.

대상자의 일반적 특성에 따른 학교생활적응은 성별(t=-4.96, p=.000), 학년(F=9.03, p=.000), 교우관계(F=39.05, p=.000), 담임교사와의 관계(F=87.13, p=.000), 경제상태(F=26.54, p=.000), 학업성적(F=43.83, p=.000)에서 차이가 있었다. 집단 간 유의한 차이를 확인하기 위해 Duncan 검정한 결과, 여학생의 경우, 6학년에 비하여 3, 4, 5학년의 경우, 교우관계가 좋음 이상인 경우, 담임교사와의 관계가 좋음 이상인 경우, 경제상태가 상인 경우, 학업성적이 중간 이상인 경우에 더 높은 것으로 나타났다.

이는 성적이 높을수록 학교생활적응수준이 높았다는 [13] 연구 결과와 일치하며, 여학생이 학교생활적응이 좋은 것은 초등학교 고학년의 경우 여학생이 남학생에 비해 신체적 성숙이 더 빠르게 진행되고 정신연령이 높은 편이며 사회성이 발달하고 성격이 차분하여 대인관계나 생활환경에 잘 적응하기 때문이라고 하였다[13]. 그러므로 남학생, 초등학교 6학년, 담임교사와의 관계가 보통이하인 경우, 경제상태가 낮은 경우, 학업성적이 낮은 학생이 자기표현의 정도가 낮으므로 교육이 필요

함을 알 수 있었다. 그리고 교우관계가 좋지 않은 경우, 담임교사와의 관계가 보통이하인 경우, 경제 상태와 학업성적이 낮은 경우의 학생들을 대상으로 자기효능감을 높일 수 있는 프로그램이 필요함을 알 수 있었다. 또한 남학생, 6학년, 교우관계가 중간이하인 경우, 담임교사와의 관계가 보통이하인 경우, 경제상태가 중간 이하인 경우, 학업성적이 중간이하인 경우 학교생활 적응 향상을 위한 노력이 있어야 함을 알 수 있었다.

### 3. 자기표현, 자기효능감 학교생활적응 정도

초등학생의 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응의 정도를 보면[표 3], 자기표현의 정도는 평균 3.95±.53점이었고, 하위요인별로 신체언어가 4.26±.67점으로 가장 높았고, 표현내용이 3.69±.57 점으로 가장 낮았다. 자기효능감의 평균은 3.30±.54 점이었으며, 하위요인별로 살펴보면 자신감이 3.64±.70 점으로 가장 높았으며, 자기조절효능 3.40±.64 점, 과제난이도선호 3.44±.64 점으로 비슷하게 낮았다. 학교생활적응은 평균 3.77±.67 점이었으며, 하위요인별로 담임교사에 대한 적응이 평균 3.84±.88점, 규칙에 대한 적응 3.83±.86점으로 가장 높았고, 학업과 행사에 대한 적응이 3.58±.86점으로 가장 낮았다.

표 3. 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응의 정도

변수 하위요인	M±SD	Max	Min
자기표현	3.9±.5	100	20
표현내용	3.6±.5	45	9
음성	4.1±.68	35	7
신체언어	4.2±.6	20	4
자기효능감	3.3±.5	91	28
자신감	3.6±.7	35	8
자기조절효능감	3.4±.6	35	9
과제난이도선호	3.4±.6	30	9
학교생활적응	3.7±.6	125	5
담임적응	3.8±.8	25	5
친구적응	3.6±.7	25	5
학업적응	3.5±.8	25	5
규칙적응	3.8±.7	25	5
학교행사적응	3.5±.8	25	5

본 연구에서 초등학생의 자기표현의 정도는 5점 만점에 3.95점으로 평균이상이었다. 하위요인별로 신체적 언어가 가장 높았고, 표현 내용이 3점으로 가장 낮았다.

이는 초등학생 4학년과, 6학년을 대상으로 한 구분화[5]의 연구에서 자기표현의 정도는 남학생 3.77점, 여학생 3.95점보다 약간 높았으며, 하위요인별로는 신체적 언어가 가장 높았고 그 다음이 음성, 표현 내용이 가장 낮았다는 결과는 본 연구결과와 일치한다. 이로써 자기표현에 있어 신체적 언어가 가장 중요하며 솔직한 자기표현의 요소임을 확인할 수 있었다. 자기효능감의 평균평점은 5점 만점에 3.30±.54점이었으며, 하위요인별로 살펴보면 자신감이 가장 높았으며, 자기조절효능과 과제난이도선호도는 비슷하게 낮았다. 이는 초등학교 5, 6학년을 대상으로 한 이인숙[5]의 연구에서 자기효능감 85점 만점에 55.8점보다 약간 높았고, 조한익[6]의 연구에서 자기효능감 5점 만점에 3.36점보다 약간 낮았으며, 중·고등학생을 대상으로 한 연구[24]에서 자기효능감은 5점 만점에 3.19점보다 높았다. 이로써 초등학교 3~6학년의 학년간 자기효능감의 차이는 거의 없으나 중, 고등학생보다는 높아 아동기에서 청소년기로 넘어가면서 자기효능감이 낮아짐을 알 수 있었다. 학교생활적응은 평균 3.77±.67점이었으며, 하위요인별로 담임교사에 대한 적응과 규칙에 대한 적응이 가장 높았고, 학업과 행사에 대한 적응이 가장 낮았다. 이는 조영제[6]의 연구에서 교사적응 3.40점, 교우적응 2.98점, 학습자세 2.76점, 규칙준수 2.67점, 행사참여 2.96점보다는 전반적으로 높은 편이었다. 본 연구의 6학년의 학교생활적응 정도는 3.53±.71점이었고, 본 연구와 학교생활적응의 측정 도구는 다르지만, 학교생활적응 정도 200점 만점에 121.65점, 4학년 125.14점/205점, 5학년 124.20점, 6학년 115.73점보다[25] 전반적으로 높은 편이었다. 본 연구에서와 마찬가지로 6학년이 3,4,5학년에 비하여 학교생활적응 전체와 하위요인 모두에서 낮았다. 이는 학년이 6학년이 되면 학습량이 많아지고 상급학교 진학에 대한 스트레스 등으로 학교생활적응이 전반적으로 낮아진다고 볼 수 있겠다.

### 4. 자기표현, 자기효능감 학교생활적응 변수 간의 상관관계

대상자의 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응 간의 상관관계는 다음과 같다[표 4]. 자기표현과 자기효능감

은 유의한 순 상관관계이었으며( $r=.36, p<.01$ ), 자기표현과 학교생활적응과는 유의한 순 상관관계를 나타내었으며( $r=.42, p<.001$ ). 자기효능감과 학교생활적응과 유의한 순 상관관계를 나타내었다( $r=.63, p<.001$ ).

표 4. 자기표현, 자기효능감, 학교적응간의 상관관계

변수	자기 표현 $r(\rho)$	자기 효능감 $r(\rho)$	학교 적응 $r(\rho)$
자기 표현	1		
자기 효능감	.363 ( $<.001$ )	1	
학교 적응	.422 ( $<.001$ )	.638 ( $<.001$ )	1

이는 초등학생을 대상으로 한 연구에서 자기표현 능력과 학교생활적응과는 정적인 상관관계를 나타내었다는 연구결과[2][5][11][26]와 일치한다. 이런 연구결과를 종합해볼 때, 안정적인 자기효능감을 가지고 있는 학생들은 자신을 능력이 있다고 생각하며 적극적인 성격을 갖고 있고 현실 수용감이 뛰어나며 사회나 학교생활에서 적응을 잘 하는[2] 특성이 본 연구에서 다시 확인되었다.

### 5. 학교생활적응에 영향을 미치는 요인

대상자의 학교생활적응에 영향을 미치는 요인을 분석하기 위하여 통계적으로 유의한 결과를 나타내었던 일반적 특성 중 성별, 학년, 교우관계, 담임교사와의 관계, 경제수준, 학업성적과 자기표현의 하위요인인 표현내용, 음성, 신체언어를 독립변수로 하여 학교생활적응에 영향을 미치는 요인을 파악하였다[표 5].

일반적 특성 중 학교생활적응에 영향을 주는 요인은 담임 교사와의 관계( $\beta=-.364, p<.001$ ), 학년( $\beta=-.164, p<.001$ ), 성별( $\beta=.079, p<.001$ ), 교우관계( $\beta=-.061, p<.005$ ) 이었고, 자기효능감의 하위요인인 자신감( $\beta=.601, p<.001$ ), 자기조절 효능( $\beta=.275, p<.001$ ), 과제난이도 선호( $\beta=.109, p<.001$ ), 자기표현의 하위요인 중 표현내용 ( $\beta=.141, p<.001$ ), 신체언어( $\beta=.073, p<.001$ )가 57.5%의 설명력을 나타내었다. 학교생활적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 자기효능감의 하위요인인 자

신감이었다. 경제수준, 학업성적, 형제유무는 유의하지 않아 제외되었다.

표 5. 학교생활적응에 영향을 미치는 요인

변수	$\beta$	t	p
자기효능감 자신감	.601	509.86	.000
교사와의관계	-.364	412.99	.000
자기효능감 자기조절감	.275	315.92	.000
학년	-.164	263.76	.000
자기표현 표현내용	.141	226.36	.000
성별	-.079	193.10	.000
자기효능감 과제난이도선호	.109	168.96	.000
자기표현 신체언어	.073	150.01	.000
교우관계	-.061	134.76	.000
F=134.76, $p<.001, R^2=.571, Adj-R^2=.575$			

본 연구에서 초등학생의 학교생활적응에 영향을 미치는 요인은 일반적 특성 중 담임교사와의 관계, 학년, 성별, 교우관계와 자기효능감의 하위요인 중 자신감, 자기조절효능, 과제난이도 선호와 자기표현의 하위요인 중 표현내용과 신체언어였다. 그러나 학업성적, 경제상태, 형제유무는 초등학생의 학교생활적응에 영향을 미치는 요인으로 나타나지 않았다.

자기효능감의 하위요인인 자신감은 학교생활적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인이었다. 또한 자기효능감의 하위요인인 자기조절 효능과 과제난이도 선호도 학교생활적응에 영향을 미치는 세 번째, 일곱번째 요인으로 나타났다. 이는 초등학교 5,6학년들을 대상으로 한 연구에서 자기효능감은 학교생활적응에 영향을 미치는 것으로 나타난 결과[26]와 일치한다.

담임교사와의 관계는 초등학생의 학교생활적응에 영향을 미치는 두 번째 요인이었다. 이는 초등학교 6학년들을 대상으로 한 연구결과[8][27]와 일치한다. 초등학교는 대부분의 시간을 담임교사와 지내게 되므로[27], 담임교사와의 관계가 학교생활적응에 영향을 미치는 요인으로 나타난 것으로 사료된다. 그러므로 초등학생들이 담임교사와의 관계에서 모든 것을 바르게 이해하고

자신의 요구를 적절하게 조절하며, 교사와의 관계에서 수반되는 스트레스를 적절하게 대처해 나갈 수 있는 훈련이 필요하며, 담임교사들도 학생 개개인에 맞는 지도가 필요하다고 생각되었다.

학년은 초등학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 네 번째 요인이었다. 즉 6학년이 3,4,5학년에 비하여 학교생활 적응을 잘 하지 못하였다. 이는 6학년에 비해 4,5학년인 경우에 학교생활적응 점수가 유의하게 높아 [14][25], 본 연구와 일치하였다. 이는 학년이 올라감에 따라 점차 사회적 비교를 중요하게 지각하고 자신의 능력과 판단을 낮추게 됨으로써 자기효능감을 낮게 지각하게 되어 학교적응 수준을 낮추게 하기 때문이라고 한 [14] 연구 결과와 일치한다.

자기표현의 하위요인인 표현내용과 신체언어는 학교생활적응에 영향을 미치는 요인이었다. 이는 구분화[5]의 연구에서 자기표현이 학교생활적응에 영향을 미치는 요소였다는 것은 본 연구와 일치하며, 하위요인에서 음성요소, 비언어적 요소, 내용 순으로 영향을 미쳤다는 것은 본 연구의 결과와 상이하다. 이는 본 연구 대상자들이 자율적인 교과과정으로 발표수업이나 프로젝트 수업 등을 통하여 자기표현을 자주하여 음성적인 요소보다는 표현내용과 신체 언어에 더 집중하기 때문인 것으로 생각되지만, 반복 연구를 통하여 확인해 볼 필요가 있다.

성별은 초등학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 유의한 요인이었다. 즉, 본 연구에서 여학생이 남학생에 비하여 학교생활 적응을 더 잘 하였다. 이는 초등학교 4,5,6학년을 대상으로 한 박아청과 최성열[27]의 연구, 초등학교 5,6학년을 대상으로 한 성철호[28]의 연구, 추미애와 박아청[14]과 일치하였다. 그러나 강은순[9], 윤지원[12]의 연구에서 성별은 학교생활적응과 관련이 없었다. 이는 여학생이 부모, 교사, 친구로부터 더 많은 지지를 받고 있다고 지각하기 때문이라고[28] 사료되지만, 반복 연구를 통하여 확인해 볼 필요가 있다.

교우관계는 초등학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 마지막 요인이었다. 이는 초등학생을 대상으로 한 연구에서 또래관계가 좋을수록 학교생활적응이 좋았다는 [29] 연구와 일치하며, 교우관계가 만족스럽고 효과

적일 때 그러한 인간관계를 통하여 한 인간으로서 바람직한 성장과 발달을 하게 된다고 하였다[5]. 그러나 친구들로부터 따돌림을 당하거나 고립된 아동들은 남과 잘 어울리지 못하거나 자기 의사를 잘 표현하지 못하며 자기의 권리를 찾지 못하는 등 항상 우울하여[26][28], 학교생활 적응을 잘 하지 못하는 것으로 사료된다.

본 연구에서 학업성적, 경제상태, 형제유무는 초등학생의 학교생활적응에 영향을 미치는 요인으로 나타나지 않았다. 이는 구분화[5]는 학습이 즐거운 아동은 높은 성적을 얻을 뿐 아니라 학업 성취에 대한 욕구가 강하고 자신에 대한 평가에 있어서도 쓸모 있고 가치 있는 존재로 생각하며 학교생활에도 만족을 느끼게 된다고 하였다. 본 연구에서 학업성적이 학교생활적응에 영향을 미치는 요인으로 나타나지 않는 이유는 905명의 초등학생 중 6%인 54명만이 자신의 학업성적을 ‘하’라고 하였는데, 연구대상인 초등학교의 학업수준이 높기 때문에 유의하게 나타나지 않은 것으로 사료된다. 또한 본 연구에서 경제 상태와 형제유무는 초등학생의 학교생활적응에 영향을 미치는 요인으로 나타나지 않았다. 정윤미와 장영애[10]의 연구에서 월수입이 많을수록 학교생활적응이 높았다는 결과와 윤지원[12]의 연구에서 형제가 있는 학생들이 형제가 없는 학생들에 비해 학교생활에 더 잘 적응하는 것으로 나타났다는 연구결과와는 상이한 결과이다. 이는 경제적 수준이 학교생활적응에 영향을 미치지 않는 것이 아니라, 생활수준이 높을수록 사회적 지지를 더 받고 있다고 지각하고[28], 월수입이 많고 가정 경제수준이 높을수록 가정생활이 안정적이므로 부모의 더 많은 관심과 지도로 아동이 학교생활적응을 더 잘한다[10]는 측면에서 해석해 볼 수 있겠다. 즉, 본 연구의 대상자인 초등학생 중 경제상태가 하라고 응답한 학생이 전체의 2.6%로 대단히 아파트에 거주하는 학생들이 대부분이었으므로 경제상태가 비교적 양호하였기 때문으로 사료된다. 또한 본 연구에서 형제 유무가 학교생활적응에 영향을 미치지 않은 것은 초등학생의 경우, 가정에서 학교로 초점이 옮겨져 일과 대부분이 학교에서 이루어지거나[9], 방과 후 수업이 활성화되어 있는 학교를 대상으로 하였으므로, 본 연구 대상자인 초등학생들은 형제관계보다 교우관계가 학교



생활 적응에 더 큰 영향을 미치는 것으로 보이며 반복 연구를 통해 확인해볼 필요가 있다.

본 연구에서 일반적 특성 중 담임교사와의 관계, 학년, 성별, 교우관계가 초등학생의 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 자기표현과 자기효능감은 학교생활적응에 미치는 영향으로 나타났으며, 자신감과 자기조절효능감은 학교적응을 예측해주는 유의미한 변수로 나타났다[14]는 연구와 일치한다. 그러므로 담임교사와의 관계가 좋지 않거나 6학년 학생의 경우, 남학생의 경우, 교우관계가 좋지 않은 초등학생들의 학교생활적응을 높이기 위하여 자기표현과 자기효능감을 증진시켜 줄 프로그램이 필요하다.

#### IV. 결론

본 연구는 초등학생의 자기표현, 자기효능감, 학교생활적응의 정도의 정도를 파악하고 각 변수간의 상관관계를 확인하며 자기표현과 자기효능감이 학교생활적응에 미치는 영향을 확인하기 위해 시도하였다.

본 연구 대상자인 초등학생의 자기표현은 중간이상 이었고, 자기효능감은 중간 이하였고, 학교생활적응은 중간이상이었다. 자기표현과 자기효능감은 유의한 순 상관관계이었으며, 자기표현과 학교생활적응과는 유의한 순 상관관계를 나타내었고, 자기효능감은 학교생활적응과 유의한 순 상관관계를 나타내었다. 일반적 특성 중 학교생활적응에 영향을 주는 요인은 학년, 성별, 교우관계, 교사와의 관계, 학업성적이었고, 자기효능감의 하위요인인 자신감, 자기조절 효능, 과제난이도 선호, 자기표현의 하위요인 중 표현내용, 신체언어가 57.5%의 설명력을 나타내었다. 학교생활적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 자기효능감의 하위요인인 자신감이었다.

초등학생들의 발달을 고려하여 3학년에 재학 중인 학생들을 포함하여 연구를 실시하였으며, 3학년부터 5학년까지는 학교적응을 잘하였으나 6학년 때부터 학교적응이 나빠짐을 확인할 수 있었고 남학생이 적응정도가 낮았다. 본 연구결과를 기초로 초등학생을 위한 자기표

현 훈련프로그램과 자기효능감 증진프로그램을 초등학교 5학년부터 적용하여 6학년에서의 학교적응을 돕도록 하는 방안이 필요하겠으며, 남학생들에게는 더욱 주의를 기울여야겠다. 특히 본 연구에서 학교생활적응에 가장 큰 영향을 미치는 요인이 자신감이었으므로 자신감을 향상시킬 수 있는 방안을 마련해야 할 필요성이 있다.

#### 참 고 문 헌

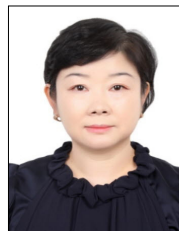
- [1] 조영제, “초등학생의 스포츠 참여와 자기효능감 및 학교생활적응의 관계,” 한국체육교육학회지, 제10권, 제1호, pp.109-121, 2005.
- [2] 김귀숙, 정영옥, 이나혜, “아동의 애착과 자기 효능 감 및 학교생활적응과의 관계 아동의 애착과 자기효능감 및 학교생활적응과의 관계,” 동서정신과학, 제6권, 제2호, pp.259-279, 2003.
- [3] 방경숙, 박현주, “임상간호사의 자기표현성과 우울의 상관관계,” 임상간호연구, 제14권, 제2호, pp.93-102, 2008.
- [4] 이영숙, 부모의 수용-거부와 아동의 자기표현, 자기유능감, 심리적 안녕감의 관계- 아동의 지각을 중심으로, 연세대학교, 석사학위논문, 2003.
- [5] 구분화, 아동의 자기표현 능력과 자아존중감 및 학교생활 적응과의 관계, 춘천교육대학교, 석사학위 논문, 춘천, 2007.
- [6] 조한익, “초등학생의 학업성취도에 영향을 미치는 사회적 지지, 자기효능감, 희망 및 우울증의 구조적 관계 분석,” 초등교육연구, 제23권, 제2호, pp.75-93, 2010.
- [7] 김아영, 박인영, “학업적 자기효능감 척도개발 및 타당화연구,” 교육학연구, 제39권, 제1호, pp.95-123, 2001.
- [8] 이인학, 박지은, 김도진, 최성열, “초등학생의 정서 지능, 학습동기, 자기효능감, 사회성이 학교적응에 대한 상대적 예측력,” 제20권, 제3호, pp.21-31, 2011.
- [9] 강은순, 초등학생의 일상적 스트레스와 학교적응

- 간의 관계에 대한 자기효능감의 조절 효과, 계명대학교, 석사학위논문, 2009.
- [10] 정윤미, 장영애, “초등학교 아동의 학교생활 적응에 대한 가정관련 변인의 영향력 분석,” 한국지역 사회생활과학회지, 제20권, 제1호, pp.91-102, 2009.
- [11] 장성화, 박영진, “초등학생의 가족건강성과 인터넷중독간의 관계: 학교적응을 매개변인으로,” 한국콘텐츠학회논문지, 제13권, 제7호, pp.463-472, 2013.
- [12] 윤지원, 초등학생의 정서지능, 자기효능감과 학교생활적응과의 관계, 한남대학교, 석사학위논문, 2009.
- [13] 최은희, 조택희, “부모양육태도와 우울 및 자살생각과의 관계,” 한국콘텐츠학회논문지, 제16권, 제2호, pp.152-102, 2016.
- [14] 추미애, 박아청, “초등학생의 자기효능감과 학습동기 및 학교적응간의 관계,” 아동교육, 제15권, 제2호, pp.271-288, 2006.
- [15] F. Faul, E. Frdfeder, A. G. Lang, and A. Buchner, G\* Power 3: a flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences, Behavior Research Methods, Vol.39, No.2, pp.175-191, 2007.
- [16] R. F. Rokos and H. E. Schroeder, *Self-directed assertiveness training*, New York: Bio Monitoring Application, 1980.
- [17] 변창진, 김성희, “주장훈련프로그램. 학생지도연구,” 제13권, 제1호, pp.17-47, 1980.
- [18] 김아영, “동기이론의 교육현장 적용 연구와 과제: 자기효능감 이론을 중심으로,” 교육심리연구, 제12권, 제1호, pp.105-128, 1998.
- [19] 김아영, 박인영, “학업적 자기효능감 척도개발 및 타당화연구,” 교육학연구, 제39권, 제1호, pp.95-123, 2001.
- [20] 엄복순, 초등실과 바느질 단원의 창의적 문제해결 수업이 초등학생의 자아효능감에 미치는 효과, 대구대학교, 석사학위논문, 2006.
- [21] 정미영, 아동의 학교생활적응 관련 변인 연구, 가톨릭대학교, 석사학위논문, 2007.
- [22] 민병수, 학교생활적응과 자아개념이 학교성적에 미치는 영향, 홍익대학교, 석사학위논문, 1991.
- [23] 이인숙, “초등학생들의 인터넷 중독과 인터넷 기대 및 자기효능감 초등학생들의 인터넷 중독과 인터넷 기대 및 자기효능감,” 아동간호학회지, 제9권, 제4호, pp.376-383, 2003
- [24] 이미순, 문재우, 박재산, “중. 고등학생의 인터넷 중독 수준과 학교생활 적응 간의 관계성 연구,” 한국학교보건학회지, 제23권, 제1호, pp.41-52, 2010.
- [25] 박아청, 최성열, “초등학생의 자기효능감 및 학습 동기 수준에 따른 학교적응차이,” 교육심리연구, 제21권, 제4호, pp.989-1005, 2007.
- [26] 이정송, 가족기능성과 자기효능감이 초등학생의 학교생활적응에 미치는 영향, 고려대학교, 석사학위논문, 2010.
- [27] 김지승, 초등학생의 학교생활적응에 관한 연구, 관동대학교, 석사학위논문, 2010.
- [28] 성철호, 초등학생이 지각한 사회적 지지와 자기표현 능력 및 학교생활 적응의 관계, 한남대학교, 석사학위논문, 2010.
- [29] 김영춘, “또래애착, 공동체의식, 다문화수용도가 아동의 학교생활적응에 미치는 영향,” 한국콘텐츠학회논문지, 제14권, 제9호, pp.321-331, 2014.

#### 저 자 소 개

이 경 숙(Kyoung-Sook Lee)

정희원



- 1992년 2월 : 경상대학교 간호학과(간호학사)
- 2002년 8월 : 경상대학교 간호학과(간호학석사)
- 2007년 2월 : 경상대학교 간호학과(간호학박사)

• 2015년 3월 ~ 현재 : 울산대학교 간호학과 교수  
<관심분야> : 정신간호, 스트레스

이 경 희(Kyung-Hee Lee)

정회원



- 1984년 2월 : 경희대학교 간호학과 (간호학사)
- 1990년 2월 : 경희대학교 간호학과(간호학석사)
- 1997년 2월 : 경희대학교 간호학과(간호학박사)
- 2001년 3월 ~ 현재 : 울산과학대학교 간호학과 교수  
<관심분야> : 건강증진, 보건교육