

영적 안녕과 자아존중감이 고등학생의 학교생활적응에 미치는 영향*

정 명 숙[†]

꽃동네대학교 복지심리학과

본 연구에서는 고등학생들의 학교생활적응에 영적 안녕과 자아존중감이 어떤 영향을 미치는지 알아보았다. 자아존중감과 학교생활적응의 관계를 다룬 연구는 비교적 많은 편이다. 그러나 신과의 관계를 다루는 종교적 안녕과 삶의 의미와 목적과 관계되는 실존적 안녕으로 구성되는 영적안녕이 학교생활적응에 어떤 영향을 미치는지 살펴본 연구는 찾아보기 어렵다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 고등학생들은 실존적 안녕 점수가 높을수록 학교생활적응의 4개 하위영역의 점수가 모두 더 높은 것으로 나타났다. 그러나 이와는 대조적으로 종교적 안녕은 교사적응, 수업적응, 학교규칙적응에는 영향력이 없었고 교우적응에는 오히려 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 자아존중감이 높은 학생일수록 교사적응, 교우적응, 수업적응 점수는 더 높았으나 학교규칙적응 점수는 오히려 더 낮은 경향이 있는 것으로 밝혀졌다. 끝으로, 인구사회학적 변수 중에서는 성적, 학년, 성별, 아버지학력이 학교생활적응에 영향력이 있는 것으로 나타났다. 본 연구의 결과는 청소년의 학교생활적응을 돕는 프로그램을 개발할 때 자아존중감뿐 아니라 영적안녕 특히 실존적 안녕을 증진할 방안을 마련하는 것이 중요하다는 것을 보여준다.

주요어 : 영적안녕, 자아존중감, 학교생활적응

* 이 논문은 저자가 지도했던 대학원생 이경옥이 2013년도 꽃동네대학교에 제출한 석사학위논문의 일부 자료를 본인의 동의 하에 분석에 사용하였음.

† 교신저자: 정명숙, 꽃동네대학교, 충북 청주시 서원구 현도면 상삼길 133

E-mail: mchung@kkot.ac.kr

학교는 청소년들이 하루 중 가장 많은 시간을 보내는 곳이다. 학교에서 청소년들은 지식과 기술을 습득할 뿐 아니라 사회적 관계를 훈련하고 다양한 규범과 규칙에 따라 생활하는 방식을 습득하고 경험한다. 학교생활을 통해 정체성을 형성하고, 대인관계 기술을 배우고 익히며, 사회에 적응할 수 있는 능력을 기른다. 청소년들에게는 학교가 주요 생활공간으로서 가정 못지않게 중요한 의미를 지닌다는 점에서 학교적응 여부는 청소년의 발달에서 매우 중요한 역할을 한다.

청소년기에는 심리적·신체적·사회적·정서적 측면에서 많은 변화가 일어나며, 이 시기의 경험은 이후의 발달에 큰 영향을 미칠 수 있다. 우리나라 청소년들은 학업, 성적관리 및 과외활동 등의 부담과 함께 과다한 경쟁으로 인한 긴장, 초조, 염려 등의 심리적 부담감을 많이 경험한다(신애현, 1998). 긴장감이나 압박감 속에서 학교폭력과 각종 비행에 가담하기도 하고, 학급규칙을 준수하지 못하고 동료학생을 괴롭히는 등 부적절한 행위를 하기도 하며, 학급에서 위축되고 소외되어 있거나 주의가 산만하여 수업에 집중하지 못하는 등의 부적응 행동을 보이곤 한다. 스트레스, 집단따돌림, 학교폭력 등으로 학교생활이 원만하지 못한 학생들은 긴장, 갈등, 절망, 무력감과 같은 문제를 경험하며 이로 인해 흡연, 약물중독, 자살 등의 사회문제행동을 하기도 한다(박미숙, 2011).

이와 같은 학교부적응 문제를 해결하기 위해 최근 우리나라에서는 공공기관과 민간단체에서 학교부적응 학생을 대상으로 한 각종 프로그램을 운영하고 학교폭력 대책 마련을 위한 노력을 강화하고 있다. 본 연구에서는 학교생활적응에 영향을 미치는 요인들을 알아

으로써 이와 같은 학교부적응 문제를 예방하고 고등학생들이 가정과 학교에서 건강하고 유능하게 기능할 수 있도록 도울 수 있는 실천적 방안을 모색해보고자 한다.

학교생활적응이란 학생이 교사와 다른 학생 등 학교생활에서 의미있는 타인들과 원만한 관계를 유지하고 학교규칙 준수 등 학교환경과의 상호작용에서 적절하고 조화로운 행동을 함으로써 스스로 만족하면서 정상적인 학교생활을 하는 것이다(김용래, 2000). 이러한 학교생활적응에는 여러 요인이 영향을 미칠 수 있는데(예, 김수정, 박금주, 2013; 김은경, 2009; 최나래, 신나나, 2014), 근래 들어 많은 연구들은 학교생활적응에 영향을 주는 요인들 가운데 부정적 요인보다는 부정적 요인을 완충 또는 상쇄해주는 긍정적 요인을 많이 다루는 경향이 있다(이형태, 2011). 본 연구에서는 자아존중감과 영적안녕이라는 긍정적 요인들이 고등학생들의 학교생활적응에 어떤 영향을 미치는지 알아보려고 한다.

영적 안녕과 학교생활적응의 관계

종교와 관계없이 모든 인간의 삶에는 영적 차원이 존재한다(Farran, 1989; 이혜숙, 1996 재인용). 영성은 관점과 영역에 따라 다양하게 정의되고 있지만(김유심, 2010), 대체로 삶의 궁극적 목적과 의미에 대해 개인이 지니고 있는 내적 신념과 가치관으로 정의할 수 있다(Carroll, 1998). 영성은 인간이 힘든 상황에 처해 고통 받을 때에도 좌절하지 않고 그 상황에 의미를 부여하고 적극적으로 대응함으로써 의미있고 만족하는 삶을 살아갈 수 있게 해주는 매우 중요한 역할을 한다. 영성이 뛰어난 사람들은 질병, 상실 등의 시련이 닥쳐도 자

신을 더 강하게 단련해주는 과정으로 받아들임으로써 좌절하거나 우울에 빠지지 않는다. 즉 영성은 인간이 당면한 문제, 현재 느끼는 감정만을 바라보지 아니하고 그 이면에 있는 삶의 의미와 가치, 목표를 바라보게 하는 자연스러운 내면적 욕구, 에너지, 힘이라고 볼 수 있다.

영적 안녕(spiritual well-being)이란 개인이 이와 같은 영성을 최대한 실현했을 때 느낄 수 있는 심리적 상태로써, 시간과 공간을 초월하여 존재하는 절대자(신, 최고의 가치), 자신, 이웃, 환경과 조화로운 관계를 유지하며 삶을 영위하는 건강한 상태라 할 수 있다. Paloutzian과 Ellison(1982)은 영적 안녕을 종교적 안녕과 실존적 안녕의 두 차원으로 분류하였다. 종교적 안녕은 인간이 질병과 고통, 상실 등과 같은 삶의 위기에 어떻게 대처하고 자신의 삶을 어떤 관점으로 보는지에 많은 영향을 준다. 인간이 신(혹은 초월자, 절대자)과의 관계에서 느끼는 안녕감을 의미하며, 종교집단에 속해 있거나 종교모임에 참여하는 사람들에게서 흔히 관찰된다(Elizabeth, David, & Robert, 2006). 반면에 실존적 안녕은 자신과 이웃 그리고 환경과의 관계 속에서 느끼는 안녕감으로, 삶에 대한 만족감과 삶의 의미 및 목적에 관련된다. 즉 종교적 신념과 행위에 더하여 삶의 의미 탐색과 삶에 대한 긍정적 느낌과 태도를 포함하는 개념이다.

최근 들어 영적 안녕은 인간 삶의 다양한 측면에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀지면서 그 중요성이 강조되고 있다(서경현, 전경구, 2004). 예를 들어, 영적 안녕은 노인의 생활만족도를 높여주고(윤현숙, 원성원, 2010), 대학생의 자살생각을 방지하며(최순옥, 김숙남, 2011), 상담, 사회복지, 간호 등 다양한 봉사계

통 직종의 종사자들의 소진을 예방하는 데에도 중요한 역할을 하는 것으로 보고되고 있다(양영은, 2009; 한규성, 2013).

영적안녕과 정신건강 관련 변수들을 다룬 선행연구들은 대부분 실존적 안녕이 종교적 안녕보다 영향력이 더 크거나, 실존적 안녕만이 그러한 변수들에 유의미한 영향을 미친다는 결과를 보고하였다. 예를 들어, 실존적 안녕은 열악한 환경에 처한 청소년들이 환경의 부정적인 영향을 극복할 수 있게 해주는 보호기제의 역할을 하며(유성경, 심혜원, 2002), 실존적 안녕수준이 높을수록 척추손상 환자들의 건강관련 삶의 질과 생활만족도가 높은 것으로 보고되었다(Matheis et al., 2006). 또한 여러 연구들이 실존적 안녕은 종교적 안녕에 비해 우울, 고독, 스트레스, 위험행동, 성격장애 등과는 부적관계가 더 높고 삶의 질이나 심리적 적응과는 정적관계가 더 높다는 것을 보여주었다(예, Dalmida et al., 2009; Edmondson et al., 2008; Elizabeth et al., 2006; Tsuang et al., 2002).

국내에서는 영적 안녕과 학교생활적응의 관계를 다룬 연구를 아직까지 찾아보기 어렵다. 그러나 영적안녕이 다양한 분야의 정신건강에 긍정적 영향을 미치고 정신건강을 고양하는 효과가 있다는 국내외 여러 선행연구들의 결과는 영적 안녕이 학교생활적응 증진에도 도움이 될 것임을 시사한다.

자아존중감과 학교생활적응의 관계

자아존중감은 자신에 관한 부정적 혹은 긍정적 평가와 관련되는 것으로서 자신을 고유한 가치와 특성을 지닌 존재로 인식하는 정도를 의미한다(Rosenberg, 1965). 자아존중감이 높은 청소년들은 모든 일에 활동적이고 자기표

현을 잘하며 사회적 기술이 뛰어나 성공적인 사회활동을 하는 반면에, 자아존중감이 낮은 청소년들은 자신이 무가치한 존재라고 생각하여 위축되어 있으며 상호작용도 원활하지 못해 또래들로부터 소외되는 경우가 많다(신미라, 2005).

이러한 자아존중감은 누군가가 자신을 소중한 존재로 대접해주는 상호작용을 통해 발달하며 작은 성취, 칭찬, 성공 등을 통해 성장한다(Folkman & Lazarus, 1991). 어렸을 때는 부모의 관심이 자녀의 자아존중감 발달에 가장 결정적인 역할을 하는 요인이지만 청소년기에 접어들게 되면서 대인관계는 부모와 가족에서 벗어나 이웃이나 또래 등으로 확대됨에 따라 또래와의 상호작용이 증가하게 되며, 비슷한 연령의 또래집단은 청소년기 행동의 기준과 모범이 되고 사회성이나 성격발달에 중요한 역할을 하게 된다. 청소년기는 급격한 신체적·심리적·사회적 변화를 겪으면서 거대한 사회질서 속에 자신의 위치를 정립해내야 하는 시기라는 점에서 자아존중감의 중요성이 더욱 부각되는 시기이다(Erikson, 1965; 장선철, 2002 재인용).

영적안녕과는 달리 자아존중감의 경우 초등학교에서 고등학교까지 아동과 청소년의 학교 적응력에 중요한 영향력이 있다는 결과들이 광범위하게 보고되고 있다(예, 권혜진, 성미영, 2014; 김경보, 2009; 김영춘, 정민숙, 2012; 서한누리, 2013; 신미, 전성희, 유미숙, 2012; 신진희, 2005; 심수정, 2003; 심희옥, 1998; 양순미, 유영주, 2003; 유양경, 이은진, 2012; 이숙희, 2006; 이태환, 2009; 이해경, 김수연, 김혜원, 2013; 이현철, 2012; 장선철, 송미현, 2004; 전수정, 2013; 정명숙, 이규옥, 2009; 한미라, 1997).

본 연구는 이와 같이 학교적응에 중요한 영향력을 발휘하는 것으로 밝혀져 있는 자아존중감에 견줘 영적안녕이 학교적응에 어느 정도 영향력을 미치는지 알아보고, 영적 안녕을 구성하는 두 요소인 실존적 안녕과 종교적 안녕이 학교적응에 미치는 영향력에 차이가 있는지 알아봄으로써 가정과 교육현장의 실무자들이 고등학생들의 생활지도를 하는 데 필요한 기초자료를 제공하는 데 목적이 있다.

방 법

본 연구는 고등학생의 영적안녕과 자아존중감이 학교생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 학생 개인의 일반적 특성(성별, 학년, 성적, 종교, 부모연령, 부모의 학력, 성적, 소득), 독립변수로 영적안녕과 자아존중감, 종속변수로 학교생활적응을 측정하였다.

대상

본 연구의 대상자는 충북 C시에 소재한 고등학교 학생 180명(46.2%, 1학년과 2학년 각각 남학생 90명씩)과 C군에 소재한 고등학교 학생 210명(53.8%, 1학년 남학생 55명과 여학생 56명, 2학년 남학생 50명과 여학생 49명)이었다. 자료수집은 2012년 7월 6일부터 7월 13일까지 실시하였으며 각반 담임교사가 학생들에게 설문지를 배포하여 작성하게 한 후 회수하는 방식으로 조사하였다. 설문지는 총 404부를 배부하고 회수하였으며, 응답이 일부 누락되거나 불성실한 14부를 제외하고 390부의 자료를 최종 분석에 사용하였다.

측정도구

영적안녕

본 연구에서 영적안녕을 측정하는 도구로는 Howden(1992)의 척도를 오복자 등(2001)이 한국어판으로 번안하고 고은락(2011)이 수정하여 사용한 척도를 사용하였다. 종교적 안녕(수직 차원)과 실존적 안녕(수평차원)의 총 20개 문항으로 구성되어 있다. 종교적 안녕은 신과의 관계에서 인간이 삶의 위기에 어떻게 대처하고 자신의 삶을 어떤 관점에서 바라보는가에 대한 것이고, 실존적 안녕은 삶에 대한 만족감·의미·목적에 관계되는 것으로 자신·이웃·환경과의 상호작용을 반영한다. ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’까지 5점 Likert 척도로 응답하게 되어 있으며, 점수가 높을수록 안녕감이 높은 것을 의미한다.

자아존중감

자아존중감은 Rosenberg(1965)가 개발한 SES (self-esteem scale)를 이훈진과 원호택(1995)이 번안하고 이세연(2008)이 수정한 척도를 사용하여 측정하였다. 이 검사는 개인이 지각하고 있는 자신에 대한 느낌과 평가의 정도 및 자기수용 정도를 측정하기 위한 것으로 긍정적 문항과 부정적 문항 각 5개씩 총 10문항으로 구성되어 있으며, 부정적 문항은 역채점하였

다. “전혀 그렇지 않다(1점)”에서 “매우 그렇다(5점)”까지 5점 Likert 척도로 응답하게 되어 있고, 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다.

학교생활적응

유윤희(1994)의 척도를 김지은(2006)이 수정·보완한 학교생활적응 척도를 사용하였다. 교사와의 관계, 교우와의 관계, 학교수업, 학교규칙준수 등 4개 하위영역에 총 22문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 “전혀 그렇지 않다(1점)”에서 “매우 그렇다(4점)”까지 4점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 학교생활에 잘 적응한다는 것을 의미한다.

각 변인의 Cronbach 신뢰도를 표 1에 제시하였다. 표에서 볼 수 있듯이, 본 연구에서 사용한 척도들의 Cronbach's α 계수는 모두 .62에서 .87 사이에 있어서 대체로 양호한 것으로 나타났다.

결 과

조사대상자의 인구사회학적 특성

본 연구에 참여한 조사대상자들의 인구사회학적 특성에 따른 빈도분석의 결과는 표 2에

표 1. 본 연구에서 사용된 척도들의 신뢰도

변수	문항수	Cronbach's α	변수	문항수	Cronbach's α		
자아존중감	10	.873	교사관계	6	.773		
영적 안녕	종교적	10	.623	학교 생활	교우관계	6	.718
	실존적	10	.686	학교수업	5	.720	
	전체	20	.765	학교규칙	5	.623	
			적응	전체	22	.815	

표 2. 조사대상자의 인구사회학적 특성

항목	구분	빈도	백분율(%)	항목	구분	빈도	백분율(%)
성별	남자	280	71.8	학년	1학년	211	54.1
	여자	110	28.2		2학년	179	45.9
부연령	40세 이하	13	3.3	모연령	40세 이하	84	21.5
	41-45세	153	39.2		41-45세	208	53.3
	46-50세	171	43.8		46-50세	77	19.7
	51세 이상	53	13.6		51세 이상	21	5.4
부학력	초졸	7	1.8	모학력	초졸	8	2.1
	중졸	21	5.4		중졸	26	6.7
	고졸	182	46.7		고졸	214	54.9
	대졸	148	37.9		대졸	122	31.3
	대학원 이상	32	8.2		대학원 이상	20	5.0
종교	없음	221	56.7	소득 수준	200만원 이하	62	15.9
	있음	169	43.3		200~299만원	121	31.0
성적	상	82	21.0		300~399만원	93	23.8
	중	221	56.7		400만원 이상	114	29.3
	하	87	22.3				

제시된 바와 같다. 전체 조사대상자 390명 중에서 남학생이 71.8%로 여학생(28.2%)보다 2배 이상 더 많았고, 1학년과 2학년이 각각 54.1%와 45.9%로 1학년이 약간 더 많았다. 또 종교를 가지고 있지 않은 학생들(56.7%)이 가지고 있는 학생들(43.3%)보다 조금 더 많았다. 부모의 연령은 대부분이 40대였고, 학력은 고졸 이상이 대다수를 차지하였다. 조사대상 학생들 중 본인의 성적이 중위권이라고 평가하는 경우가 56.7%로 절반을 넘어섰다. 가정의 소득수준은 200만원대가 31%로 가장 많았고 200만원 이하가 15.9%로 가장 적었으나 300만원과 400만원 대에도 각각 23.8%와 29.3%로 비교적 고르게 분포하고 있는 것으로 나

타났다.

인구사회학적 특성에 따른 학교생활적응의 차이

조사대상자의 인구사회학적 특성에 따라 학교생활적응에 차이가 있는지 알아보기 위하여 t-test 및 ANOVA 분석을 실시하였다. 학교생활적응 점수는 성별, 학년, 부학력과 성적에 따라서만 유의미한 차이가 있었으므로 표 3에는 이 4개 변수들의 결과만 제시하였다. 나머지 변수들에 따른 학교생활 점수의 차이는 전혀 유의미하지 않았다, $F \leq 2.268, p > .05$.

학교생활적응의 4개 하위영역의 결과를 살펴보면 2학년(2.39)이 1학년(2.22)보다 교사적응

표 3. 인구사회학적 특성에 따른 학교생활적응의 차이

구 분		교사관계 <i>M(SD)</i>	교우관계 <i>M(SD)</i>	학교수업 <i>M(SD)</i>	학교규칙 <i>M(SD)</i>
성별	남	2.30(.52)	2.86(.47)	2.41(.53)	2.66(.52)
	여	2.30(.55)	2.90(.42)	2.54(.45)	2.74(.43)
<i>t</i>		.059	-.760	-2.360**	-1.675
학년	1학년	2.22(.53)	2.88(.46)	2.47(.50)	2.68(.47)
	2학년	2.39(.51)	2.86(.46)	2.42(.53)	2.68(.52)
<i>t</i>		-3.154*	.378	1.010	.083
부학력	고졸 이하	2.32(.50)	2.85(.46)	2.39(.49)	2.69(.49)
	대졸 이상	2.29(.56)	2.89(.49)	2.53(.53)	2.67(.52)
<i>t</i>		.541	-.876	-2.782**	.425
성적	상	2.43(.57) ^a	2.91(.47)	2.74(.50) ^a	2.72(.58)
	중	2.32(.49) ^a	2.89(.46)	2.45(.45) ^b	2.69(.44)
	하	2.13(.54) ^b	2.78(.43)	2.18(.53) ^c	2.62(.55)
<i>F</i>		6.987***	1.937	28.071***	.938

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

주: 사후분석은 Scheffe 검증에 의한 것으로, 첨자가 다른 경우 유의미한 차이가 있음을 의미함.

점수가 더 높았고, $t(388)=3.154, p < .05$, 여학생(2.54)이 남학생(2.41)보다, $t(388)=2.360, p < .01$, 그리고 부학력이 대졸 이상인 학생(2.53)이 고졸 이하인 학생(2.39)보다 수업적응 점수가 더 높았다, $t(388) = -2.782, p < .01$. 또한 조사대상자들은 성적에 따라 교사적응과 수업적응 점수에 차이를 보였다, $F(2, 390)=6.987, p < .01$ 과 $F(2, 390)=28.071, p < .001$. 사후분석 결과 성적이 높은 학생일수록 이 두 영역의 점수가 더 높은 것으로 나타났다(Scheffe, $p < .05$).

평균은 5점 만점에 3.34점으로 중간수준 이상인 것으로 나타났다. 영적안녕 점수도 5점 만점에 평균 3.23점으로 중간수준 이상으로 나타났다는데, 하위요소를 살펴보면 실존적 안녕(3.275)이 종교적 안녕(3.197)보다 점수가 상대적으로 더 높았다. 학교생활적응 점수는 4점 만점에 평균 2.579점으로 중간수준 이상으로 비교적 높은 편이었다. 하위변인별로 살펴보면 교우적응(2.873)이 가장 높았고 교사적응(2.305)이 가장 낮았다.

주요변수들의 기술통계

표 4에서 볼 수 있듯이 자아존중감 점수의

주요 변수들 간의 관계

상관관계 분석에서는 인구사회학적 변수가

표 4. 주요변수들의 기술통계

변수		M	SD	변수		M	SD
자아존중감		3.344	.628	교사관계		2.305	.531
영적 안녕	종교적	3.197	.381	학교생활 적응	교우관계	2.873	.463
	실존적	3.275	.529		학교수업	2.454	.516
전체		3.236	.402	전체		2.579	.334

표 5. 주요 변수들 간의 상관관계

변수	성별	학년	부학력	성적	자아 존중감	종교적 안녕	실존적 안녕
교사적응	-.00	.15**	-.01	.18**	.21**	.17**	.29**
교우적응	.03	-.01	.05	.08	.47**	.33**	.34**
수업적응	.11*	-.05	.15**	.35**	.34**	.24**	.34**
학교규칙적응	.07	-.00	-.07	.06	-.02	.11*	.21**

* $p < .05$, ** $p < .01$

주: 이후 모든 분석에서 성별(남=0, 여=1), 학년(1학년=0, 2학년=1), 부학력(고졸이하=0, 대졸이상=1)은 더미변수화하여 처리하였음.

운데 학교생활적응 점수가 유의미한 차이를 보인 4개 변수(성별, 학년, 부학력, 성적)만을 통제변수로 투입하였다. 이들 변수 및 독립변수들과 종속변수인 학교생활적응의 4개 하위 영역 간의 상관관계를 분석한 결과를 표 5에 제시하였다. 인구사회학적 변수 가운데 학년과 성적은 교사적응과 정적 상관관계가 있었고, 성별, 부학력과 성적은 수업적응과 정적인 상관관계를 보였다. 그러나 인구사회학적 변수들은 교우적응과 학교규칙적응과는 유의미한 상관관계가 전혀 없는 것으로 나타났다. 이와는 대조적으로, 독립변수인 자아존중감과 영적안녕은 (자아존중감과 학교규칙적응 간에 상관이 발견되지 않은 것을 제외하고는) 종속변수의 4개 하위영역 전부와 .11~.47에 이르

는 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

영적안녕과 자아존중감이 학교생활적응에 미치는 영향

영적안녕과 자아존중감이 학교생활적응 점수에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위해 학교생활적응의 4개 하위영역(교사적응, 교우적응, 학습적응, 학교규칙적응)에 대해 일련의 다중회귀분석을 실시하였으며, 그 결과를 표 6에 제시하였다. 이 분석들에서 공차한계 값은 전부 .638 이상으로 .10보다 컸고 VIF는 전부 1.568 이하로 10보다 훨씬 작았으므로 공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다. 또한 Durbin-Watson 계수를 산출한 결과 전부 1.845

에서 2.104 사이에 있어 잔차와 자기상관의 문제도 없는 것으로 확인되었다. 표 6에서 볼 수 있듯이, 독립변수 중에서 자아존중감은 교사적응, 교우적응, 수업적응 점수를 유의미하게 예측하는 변수인 것으로 나타났다, $t(388) \geq 2.281, p < .05$. 즉 본 연구에

표 6. 영적안녕과 자아존중감이 고등학생들의 학교생활적응에 미치는 영향

기준변수	예측변수	비표준화 계수		β	t	
		B	표준오차			
교사적응	성별	.013	.059	.011	.217	$R^2 = .151$ $Adj R^2 = .136$ $F(6, 196) = 9.730^{***}$
	학년	.180	.050	.169	3.573 ^{***}	
	부학력	-.036	.052	-.034	-.695	
	성적	-.093	.041	-.116	-2.281*	
	자아존중감	.111	.044	.129	2.508*	
	종교적 안녕	-.053	.082	-.037	-.621	
	실존적 안녕	.275	.058	.273	4.744 ^{***}	
교우적응	성별	.054	.047	.052	1.160	$R^2 = .303$ $Adj R^2 = .290$ $F(6, 196) = 23.668^{***}$
	학년	.014	.040	.015	.349	
	부학력	.050	.041	.053	1.204	
	성적	.071	.032	.101	2.190*	
	자아존중감	.128	.034	.424	9.088 ^{***}	
	종교적 안녕	-.031	.065	-.133	2.489*	
	실존적 안녕	.275	.046	.183	3.509 ^{**}	
수업적응	성별	.125	.053	.109	2.373*	$R^2 = .281$ $Adj R^2 = .268$ $F(6, 196) = 21.321^{***}$
	학년	-.025	.045	-.025	-.563	
	부학력	.101	.047	.098	2.167*	
	성적	-.201	.037	-.257	-5.503 ^{***}	
	자아존중감	.190	.039	.231	4.878 ^{***}	
	종교적 안녕	-.039	.073	-.029	-.528	
	실존적 안녕	.249	.052	.256	4.818 ^{***}	
학교규칙 적응	성별	.080	.058	.072	1.374	$R^2 = .063$ $Adj R^2 = .046$ $F(6, 196) = 3.677^{***}$
	학년	-.002	.050	-.002	-.042	
	부학력	-.057	.052	-.057	-1.104	
	성적	-.053	.040	-.070	-1.306	
	자아존중감	-.082	.043	-.103	-1.907 [†]	
	종교적 안녕	.025	.081	.019	.305	
	실존적 안녕	.203	.057	.215	3.555 ^{***}	

† .05 < p < .10, * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

참여한 고등학생들은 자아존중감이 높을수록 교사적응, 교우적응, 수업적응 점수가 더 높은 것으로 나타났으며 특히 교우관계에서 적응력 ($\beta = .424$)이 뛰어난 것으로 밝혀졌다. 그러나 자아존중감이 학교규칙적응 점수에 미치는 영향력은 유의미수준에 근접하는 데 그쳤는데, $t(388) = -1.907, p = .057$, 자아존중감이 높은 학생들일수록 학교규칙적응 점수가 오히려 더 낮은 경향을 보였다.

또 다른 독립변수인 영적 안녕은 실존적 안녕과 종교적 안녕의 예측력이 각기 다른 것으로 드러났다. 실존적 안녕은 학교생활적응의 4개 영역 모두에 유의미한 영향력이 있었는데, 본 연구에 참여한 고등학생들은 실존적 안녕 점수가 높을수록 전반적으로 학교생활적응을 더 잘하는 것으로 확인되었다. 반면에, 종교적 안녕은 교우적응($\beta = -.133$)에만 영향력이 있는 것으로 나타났으며, 종교적 안녕 점수가 높은 학생들일수록 교우적응력이 오히려 더 떨어지는 것으로 나타났다.

인구사회학적 변수 중에서는 학년이 교사적응에, 성별과 부학력이 수업적응에 각각 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 본 연구에 참여한 고등학생들은 여학생이 남학생보다, 아버지의 학력이 높은 학생일수록 수업적응 점수가 더 높았으며, 고등학교 2학년이 1학년보다 교사적응 점수가 더 높은 것으로 나타났다. 성적은 학교규칙적응을 제외한 나머지 세 영역에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 본 연구에 참여한 고등학생들은 성적이 높을수록 교사적응과 수업적응 점수는 더 높았으나 교우적응 점수는 더 낮은 것으로 나타났다.

논 의

성인기로의 삶을 준비하는 시기의 고등학생들은 가정보다 학교에서 더 많은 시간을 보낸다. 학교는 학생들이 학업활동과 더불어 친구 관계를 맺고 교사와 소통하며 학교생활에 적응하고 생활하는 법을 배우는 장소이다. 따라서 학생들이 학교에 잘 적응하는 것은 그들이 겪는 사춘기의 신체적·심리적인 변화와 이 시기의 주어진 과업을 달성하기 위해 필수적이다. 하지만 지속적인 관심에도 불구하고 우리나라 고등학생들은 과중한 입시위주의 사회 분위기로 인해 학교생활적응에 점점 더 어려움을 겪고 있으며 이로 인한 학교부적응 문제는 날로 심각해지고 있다. 본 연구는 고등학생들의 영적안녕과 자아존중감이 학교생활적응에 어떠한 영향을 미치는지를 알아봄으로써 고등학생들의 학교생활적응력을 높이는 방안을 마련하기 위한 기초자료를 제공하는 것을 목적으로 실시되었다.

본 연구의 주요결과는 다음과 같다.

첫째, 여러 선행연구에서 보고하고 있는 바와 마찬가지로 본 연구에서도 자아존중감이 높은 고등학생일수록 교사적응, 교우적응, 수업적응 영역에서 학교생활에 대한 적응력이 더 뛰어난 것으로 나타났다. 자아존중감이 높은 학생들은 긍정적인 자아상을 가지고 있고 자기가치가 높다고 인식하고 있으므로 이것이 교사나 교우와의 상호작용 및 전반적인 학교생활에 긍정적인 영향을 미친 것으로 볼 수 있다.

그러나 자아존중감은 학교규칙적응 영역에서는 영향력이 통계적으로 유의미한 수준에 근접하는 데 그쳤을 뿐만 아니라 영향력의 방향도 다른 영역들과는 반대되는 것으로 나타

났다. 즉 자아존중감이 높은 학생들이 오히려 학교규칙적응 점수가 더 낮은 경향이 있었다. 자아존중감이 높은 학생들은 자기의견이 분명하고 그에 대한 자신감이 있어서 학교규칙 등을 수동적으로 받아들이지 않기 때문에 이런 결과가 나타났을 가능성이 있는 것으로 생각된다. 이러한 결과는 학교생활적응의 하위영역에 따라 자아존중감의 역할이 달라질 수 있다는 것을 시사한다.

둘째, 본 연구에 참여한 고등학생들은 실존적 안녕 점수가 높을수록 학교생활적응의 4개 하위영역 점수가 모두 더 높은 것으로 나타났다. 이 결과는 삶의 의미, 목적 및 가치와 관련된 실존적 안녕이 고등학생들의 학교생활적응의 모든 측면에 중요한 영향을 미친다는 것을 보여준다. 실존적 안녕은 고등학생들이 경쟁 위주의 학교현장에서 삶의 의미와 가치를 찾을 수 있게 해줌으로써 어떠한 어려움이나 문제에 부닥쳐도 방향하거나 포기하지 않고 학교생활에 슬기롭게 대처하고 적응할 수 있도록 도움을 주는 것으로 보인다.

그러나 이와는 대조적으로, 신과의 관계와 관련된 종교적 안녕은 교우적응에만 영향을 미쳤을 뿐 아니라 결과의 방향도 실존적 안녕과는 반대인 것으로 나타났다. 즉 종교적 안녕 점수가 높은 학생들이 오히려 교우적응 점수가 더 낮았다.

최근 들어 영적 안녕이 인간 삶의 다양한 측면에 미치는 긍정적인 영향을 밝혀내는 연구들이 활발하게 이루어지고 있다. 앞서 지적하였듯이, 이 연구들은 대부분이 실존적 안녕만이 종속변수에 유의미한 영향력이 있거나(예, 오복자, 1996; 유성경, 심혜원, 2002), 실존적 안녕이 종교적 안녕에 비해 스트레스, 우울, 절망, 성격장애 등과는 더 높은 부적 관계

를 보이고 삶의 질, 행복, 심리적 적응 등과는 더 높은 정적 관계를 보인다는 결과를 보고하였다(예, 서경현, 전경구, 2004; Dalmida et al., 2009). 실존적 안녕은 학교생활적응에 긍정적인 영향을 미치지만 종교적 안녕은 그렇지 못하다는 것을 보여준 본 연구의 결과는 이러한 선행연구들의 결과와 맥을 같이 한다고 볼 수 있다. 영적안녕이 인간 삶의 질과 적응 등에 전반적으로 긍정적인 효과가 있음에도 불구하고 이 변수를 구성하는 두 하위변수인 종교적 안녕과 실존적 안녕이 많은 연구에서 일관성 있게 결과에 차이를 나타내는 이유가 무엇인지를 밝히는 후속연구가 필요한 것으로 생각된다.

앞서 지적했듯이, 자아존중감이 학교적응에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 보여준 연구는 많지만 지금까지 영적안녕과 청소년의 학교적응 간의 관계를 살펴본 연구는 찾아보기 어렵다. 본 연구의 결과는 영적안녕 특히 실존적 안녕이 자아존중감 못지않게 고등학생들의 학교생활적응력 증진에 중요한 요인이라는 것을 보여준다. 이러한 결과로 볼 때 입시와 성적 위주로 학생들을 평가하는 학교현장에서 우리나라 청소년들이 쉽게 좌절하지 않고 원만하게 문제를 해결해나가며 행복감과 유능감을 갖고 생활할 수 있도록 돕기 위해서는 이들의 영적 안녕을 고취할 수 있는 방안을 마련하는 것이 필요하다고 생각된다. 앞으로 고등학생뿐 아니라 초등학생과 중학생까지 다양한 연령의 청소년을 대상으로 영적안녕의 효과를 알아보는 연구가 필요한 것으로 보이며, 청소년의 영적 안녕을 증진하는 프로그램을 개발하고 그 효과성을 검증하는 연구도 지속적으로 이루어질 필요가 있는 것으로 생각된다.

본 연구에서 측정된 인구사회학적 변수 중에서는 성별, 학년, 아버지의 학력, 그리고 성적이 고등학생들의 학교생활적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 성별의 경우 여학생이 남학생보다 학교생활적응 점수가 더 높았는데, 특히 수업적응 점수가 더 높은 것으로 나타났다. 기존 연구들은 성별과 관련해 혼합된 결과를 보고하고 있다. 남학생이 여학생에 비해 학교생활에 더 잘 적응한다는 결과를 보고하고 있는 연구도 있고(현희순, 1997), 학교생활적응에 성별에 따른 차이가 없다는 연구결과도 있으며(유인선, 2011; 이태환, 2009), 여학생이 남학생에 비해 학교생활적응력이 더 높다는 연구도 있다(김지은, 2010). 본 연구의 결과는 학교생활의 적어도 일부 측면에서는 여학생이 남학생보다 적응력이 더 뛰어나다는 것을 보여준다.

또 고등학교 2학년 학생들이 1학년 학생들보다 교사적응을 더 잘하는 것으로 나타났는데, 학년이 높아지면서 교사와 더 원만한 관계를 맺을 수 있는 능력을 갖추게 된다는 것을 보여준다.

본 연구에 참여한 고등학생들은 아버지의 학력이 높을수록 수업적응을 더 잘하는 것으로 나타났다. 아버지 학력의 이와 같은 긍정적 효과는 소득수준에 따른 전반적 가정환경에서 비롯되었을 수도 있고 아버지의 자녀지도 및 관리의 효율성으로 설명해볼 수도 있을 것으로 생각된다. 고등학생들의 부적응행동을 돕기 위한 상담이나 생활지도에서 어머니뿐 아니라 아버지의 역할이 중요하다는 것을 알 수 있다.

끝으로, 본 연구에 참여한 고등학생들은 성적이 상위권일수록 교사관계와 수업적응 점수는 더 높았으나 교우관계적응 점수는 오히려

더 낮은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 성적이 높은 학생들이 학습활동 수행과 교사와의 원만한 관계 유지는 잘해내고 있지만, 친구들과의 교류와 소통은 활발하지 못하며 어려움을 겪고 있다는 것을 보여준다. 청소년의 학교생활적응력을 높이기 위해서는 앞으로 이 부분을 개선할 방안을 찾아보는 연구가 수행될 필요가 있는 것으로 생각된다.

본 연구는 충청북도에 소재한 일부 고등학생만을 대상으로 했기에 우리나라 고등학생 전체로 결과를 일반화하기에는 한계가 있을 수 있다. 앞으로 더 다양한 지역과 연령을 대상으로 하는 연구가 이루어질 필요가 있을 것이다.

참고문헌

- 고은락 (2011). 가톨릭사회복지 종사자들의 영성과 직무성과에 관한 연구. 상지대학교 사회복지정책대학원 석사학위논문.
- 권혜진, 성미영 (2014). 초등학생의 자아존중감이 학교생활적응에 미치는 영향: 또래애착의 매개효과를 중심으로. *Family & Environment Research*, 52(4), 395-403.
- 김경보 (2009). 고등학생의 학교생활적응에 미치는 변인탐구: 부모의 부부갈등, 부모로부터의 심리적 독립, 자아존중감을 중심으로. 성균관대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김수정, 광금주 (2013). 3세부터 7세까지 어머니의 애정/온정적 양육태도의 변화가 아동의 학교적응에 주는 영향. *한국심리학회지: 발달*, 26(2), 1-19.
- 김영춘, 정민숙 (2012). 부모양육태도, 사회적 관계, 자아존중감이 청소년의 학교생활적

- 응에 미치는 영향. *학교사회복지*, 23, 51-70.
- 김용래 (2000). 학교학습동기척도와 학교적응척도의 타당화 및 두 척도 변인 간의 관계. *홍익대학교 교육연구소 교육연구논총*, 17, 3-37.
- 김유심 (2010). 생활사건 스트레스가 빈곤층 여성한부모의 우울에 미치는 영향: 영적안녕감의 조절효과를 중심으로. *한국가족복지학*, 28, 187-218.
- 김지은 (2010). 고등학생의 학교생활적응에 관한 연구. *관동대학교 석사학위논문*.
- 박미숙 (2011). 고등학생의 사회적 지지가 자아존중감과 학교생활적응에 미치는 영향에 관한 연구. *경운대학교 석사학위논문*.
- 서경현, 전검구 (2004). 영적 안녕, 생활스트레스 및 대처. *한국심리학회지: 건강*, 9(2), 333-350.
- 서한누리 (2013). 아버지와 어머니의 양육행동과 아동의 자아존중감이 학령기 남녀 아동의 학교생활적응에 미치는 영향. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 김은경 (2009). 청소년의 피학대경험이 내적통제성과 공감능력을 매개로 학교적응에 미치는 영향. *한국심리학회지: 발달*, 22(1), 37-56.
- 신미, 전성희, 유미숙 (2012). 초기 청소년의 사회적 관계, 자아존중감, 삶의 만족, 학교생활적응 간의 관계 분석. *아동학회지*, 33(1), 81-92.
- 신미라 (2005). 중학생의 신체만족도와 학교생활적응과의 관계. *아주대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 신애현 (1998). 청소년의 스트레스 사회적지지 및 자아존중감의 관계. *연세대학교 석사학위논문*.
- 신진희 (2005). 학년에 따른 아동의 자아존중감과 학교생활적응과의 관계. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 심수정 (2003). 중학생의 또래에 대한 애착정도와 자아존중감이 학교생활적응에 미치는 영향. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 심희옥 (1998). 아동후기 초등학교 학생의 부정적 생활사건, 자아존중감, 사회적 지원과 부적응에 관한 중단연구. *아동학회지*, 19(2), 35-47.
- 양순미, 유영주 (2003). 자아존중감, 가족의 건강성, 사회인구학적 변인이 농촌청소년의 학교생활적응에 미치는 영향. *대한가정학회지*, 41(9), 121-134.
- 양영은 (2009). 간호사의 영적안녕, 영적요구 및 소진. *가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 오복자, 전희순, 소외숙 (2001). 한국어판 영성 측정도구(SAS)의 신뢰도와 타당도 검증연구. *종양간호학회지*, 1(2), 168-179.
- 유성경, 심혜원 (2002). 적응유연한 청소년들의 심리적 보호요소 탐색. *교육심리연구*, 16(4), 189-206.
- 유양경, 이은진 (2012). 초등학교 아동이 지각한 자아존중감이 학교적응에 미치는 영향. *전인교육*, 4, 83-102.
- 유인선 (2011). 청소년의 학교적응요인 메타분석. *한국교원대학교 석사학위논문*.
- 윤현숙, 원성원 (2010). 노인의 영성과 종교활동이 생활만족도와 우울에 미치는 영향. *한국노년학*, 30(4), 1077-1093.
- 이경옥 (2013). 고등학생의 영성과 자아존중감이 학교생활적응에 미치는 영향. *꽃동네대학교 석사학위논문*.
- 이세연 (2008). 청소년의 자기에 및 자아존중감과

- 공격성의 관계. 숙명여자대학교 석사학위 논문.
- 이숙희 (2006). 아동이 지각한 부모에 대한 애착과 자아존중감이 학교생활적응에 미치는 영향. 성균관대학교 석사학위논문.
- 이태환 (2009). 사회자본, 자아존중감, 친구관계가 청소년의 학교생활적응에 미치는 영향. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이해경, 김수연, 김혜원 (2013). 남녀 특성화고 등학생들의 진로의사결정유형, 진로결정 자기효능감, 자아존중감 및 우울/불안이 학교생활부적응에 미치는 영향. 청소년복지연구, 15(4), 129-156.
- 이현철 (2012). 다문화가정 및 일반가정 청소년의 학교적응에 대한 자아존중감, 교우관계, 부모관계의 영향. 다문화와 디아스포라 연구, 1, 33-54.
- 이형태 (2011). 고등학생의 영성과 자아존중감, 자아탄력성과의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 이혜숙 (1996). 임상사회복지에서의 영성개념화를 위한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 이훈진, 원호택 (1995). 자기개발과 편집증적 경향. 심리과학, 4(2), 15-29.
- 장선철 (2002). 현대인의 정신건강. 서울: 동문사.
- 장선철, 송미현 (2004). 고등학생의 외모만족도와 자아존중감 및 학교적응의 관계. 청소년학연구, 11(3), 115-133.
- 전수정 (2013). 다문화가족 청소년의 방임, 문화변용스트레스 및 자아존중감이 학교적응력에 미치는 영향: 지역아동센터 서비스 만족도 조절효과 검증. 충북대학교 석사학위논문.
- 정명숙, 이규옥 (2009). 초·중·고·대학생의 학교적응: 자아존중감과 외모만족의 효과. 한국심리학회 연차학술대회논문집, 480-481.
- 최나래, 신나나 (2014). 부모의 공감적 양육과 청소년의 공감이 학교적응에 미치는 영향. 한국심리학회지: 발달, 27(4), 91-118.
- 최순옥, 김숙남 (2011). 대학생의 자살생각과 영성. 한국간호교육학회지, 17(2), 190-199.
- 한규성 (2013). 공감과 영성이 사회복지사의 심리적 소진에 미치는 영향에 대한 연구. 서강대학교 신학대학원 석사학위논문.
- 한미라 (1997). 아동의 자아존중감과 대인관계 스트레스 및 학교생활 부적응 간의 관계. 연세대학교 석사학위논문.
- 현희순 (1997). 청소년의 자아정체감 발달과 가정생활 및 학교생활적응에 관한 연구. 제주대학교 석사학위논문.
- Carroll, M. M. (1998). *Spirituality and social work: Conceptual model of spirituality*. Washington, D. C.: Taylor & Francis.
- Dalmeida, S. G., Holstad, M. M., Diiorio, C., & Laderman, G. (2009). Spiritual well-being, depressive symptoms, and immune status among women living with HIV/AIDS. *Women & Health, 49*, 119-143.
- Edmondson, D., Park, C. L., Blank, T. O., Fenster, J. R., & Mills, M. A. (2008). Deconstructing spiritual well-being and HRQOL in cancer survivors. *Psycho-Oncology, 17*, 161-169.
- Elizabeth, N. M., David, S. T., & Robert, J. M. (2006). The relationship between spirituality and quality of life among individuals with spinal cord injury. *Rehabilitation Psychology, 51*(3), 265-271.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1991). *The concept of coping*. New York: Columbia University Press.

- Matheis, E. N., Tulsy D. S., & Matheis, R. J. (2006). The relation between spirituality and quality of life among individual with spinal cord injury. *Rehabilitation Psychology*, 51(3), 265-271.
- Paloutzian, R. F. & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, spiritual well-being and the quality of life. In L. A. Paplau, & D. Perman (Eds). *Loneliness: a source-book of current theory, research and therapy* (pp.224-236). New York: John Wiley & Sons.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton. NJ: Princeton University Press.
- Tsuang, M. T., Williams, W. M., Simpson, J. C., & Lyons, M. J. (2002). Pilot study of spirituality and mental health in twins. *The American Journal of Psychiatry*, 159, 486-488.
- 1차원고접수 : 2015. 10. 14.
수정원고접수 : 2015. 12. 06.
최종게재결정 : 2015. 12. 09.

Effects of Spiritual Well-being and Self-esteem on High-school Students' Adjustment to School

Myung-Sook Chung

Dept. of Psychology & Welfare, Kkottongne University

The present study examined the effects of spiritual well-being and self-esteem on high school students' adjustment to school life. Several studies have examined the relationship between self-esteem and school adjustment among children and adolescents, whereas little research has assessed how spiritual (religious and existential) well-being affects school life adjustment. Results of the present study were as follows: (1) high school students scoring high on a measure of existential well-being were able to adjust to school life better than those with lower scores while religious well-being either did not influence school adjustment or was associated with deteriorated adjustment; (2) while students with high self-esteem adjusted to school life better than those with low self-esteem, those with high self-esteem tended to obtain lower scores on a measure of following school regulations; and (3) several demographic variables (e.g., academic record, grade, gender, and father's education level) significantly influenced students' school adjustment. These results suggest that it is important to include elements intended to enhance existential well-being, as well as self-esteem, when developing educational programs for improving adolescents' school adjustment. Implications for these findings are further discussed.

Key words : *spiritual well-being, self-esteem, adjustment to school*