

독서와 학업열의의 관계: 심리적 안정감의 매개효과분석*

Reading and Academic Engagement: The Mediating Role of Psychological Well-Being

박성재 (Sung Jae Park)**

초 록

본 연구의 목적은 고등학생을 대상으로 독서시간이 학업열의에 미치는 영향을 분석하고, 그 과정에서 심리적 안정감(삶의 만족도, 행복감, 자아존중감)의 매개효과를 규명하는 것이다. 이를 위해 2022년 한국아동·청소년패널조사 데이터를 활용하여 회귀분석과 PROCESS Macro (Model 4)를 활용하여 매개효과 분석을 실시하였다. 분석 결과는 다음과 같다. 첫째, 독서시간은 심리적 안정감에 직접적으로 정적인 영향을 미쳤다. 둘째, 독서시간과 심리적 안정감은 학업열의에 직접적으로 정적인 영향을 미쳤다. 셋째, 독서시간은 심리적 안정감을 매개로 학업열의에 간접적인 영향을 주었으며, 간접효과는 통계적으로 모두 유의했다. 이러한 결과는 독서가 단순히 학업 성취를 위한 도구적 활동을 넘어 청소년의 정서적 안정과 학습 동기 고양에 기여하는 다차원적 기능을 가지고 있음을 보여준다.

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the effect of reading time on academic engagement among high school students and to investigate the mediating role of psychological well-being, which was defined in terms of life satisfaction, happiness, and self-esteem. For this purpose, data from the 2022 Korean Children and Youth Panel Survey were analyzed using regression analysis and the PROCESS macro (Model 4) to test mediation effects. The findings are as follows. First, reading time had a direct positive effect on psychological well-being. Second, both reading time and psychological well-being had direct positive effects on academic engagement. Third, reading time also indirectly influenced academic engagement through psychological well-being, and all mediation effects were found to be statistically significant. These findings suggest that reading serves not only as an instrumental activity for academic achievement but also as a multidimensional practice that enhances adolescents' emotional stability and motivation for learning.

키워드: 독서, 학업열의, 심리적 안정감, 삶의 만족도, 행복감, 자아존중감, 매개효과분석
reading, academic engagement, psychological well-being, life satisfaction, happiness, self-esteem, mediation analysis

* 본 연구는 한성대학교 학술연구비 지원과제 입.

** 한성대학교 크리에이티브인문예술대학 지식정보문화트랙 교수(spark@hansung.ac.kr)

■ 논문접수일자 : 2025년 8월 24일 ■ 최초심사일자 : 2025년 9월 10일 ■ 게재확정일자 : 2025년 9월 15일

■ 정보관리학회지, 42(3), 287-309, 2025. <http://dx.doi.org/10.3743/KOSIM.2025.42.3.287>

※ Copyright © 2025 Korean Society for Information Management

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>) which permits use, distribution and reproduction in any medium, provided that the article is properly cited. the use is non-commercial and no modifications or adaptations are made.

1. 서 론

청소년기의 독서는 언어능력과 비판적 사고 능력을 길러 학습 능력을 향상시키는 중요한 활동 중의 하나이다(박영목, 2012). 특히, 독서는 어휘력과 문장 구조 이해를 증진시켜 과제나 시험 성적 향상에 기여한다는 점에서 학업의 기초가 된다(이향미, 정혜원, 2019). 그러나 최근 한국 청소년의 독서실태는 우려할 만한 수준이다. 2023 국민독서실태조사(문화체육관광부, 2024)에 따르면, 청소년 1인당 연간 독서량은 2019년 38.8권에서 2023년 34.0권으로 약 12.4% 감소했으며, 독서를 좋아하는 학생의 비율도 2019년 43.7%에서 2023년 39.6%로 하락했다. 이러한 감소 추세는 청소년기의 독서가 학업 능력과 인지 발달에 미치는 긍정적 효과를 고려할 때, 심각한 문제로 청소년 독서 환경을 개선하고 독서 동기를 촉진할 수 있는 체계적인 정책과 프로그램 마련이 필요하다.

독서 활동의 또 다른 긍정적인 효과 중의 하나는 독자에게 정서적 안정감을 준다는 점이다. 독서치료 연구 결과, 대학생을 대상으로 한 프로그램에서 독서 활동은 삶의 만족도를 크게 높이고 긍정적 감정을 증진시키는 것으로 나타났다(이승채, 2013). 또한, 독서 프로그램에 참여한 학생들의 사례에서는 자아존중감이 향상되어 미래에 대해 더 낙관적인 태도를 갖게 되었다는 연구 결과도 있다(서기자, 2012). 이러한 연구들은 독서가 단순한 지식 획득을 넘어 개인의 정서적 안정과 자아존중감 향상에도 기여함을 시사한다.

그러나 기존 연구들은 독서시간과 학업열의 간 관계의 매개 과정을 일관되게 규명하지 못하

고 있다. 일부 연구에서는 독서가 학업동기를 높인다고 가정하였으나, 구체적인 매개변인을 명확히 밝혀내지 못했다(김나영, 황혜영, 2020). 실제로 이은주 외(2024)는 중학생을 대상으로 독서시간과 학업열의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 검증한 결과, 독서시간이 학업열의에 미치는 영향에서 자아존중감의 매개역할은 통계적으로 유의하지 않음을 제시하고 있다. 이는 독서시간을 통한 학업열의 증진 메커니즘에 심리적 요인이 어떻게 기여하는지에 대해 기존 문헌에서 일관된 결론이 부재함을 보여준다.

본 연구는 이러한 선행연구 결과의 불일치를 검증하고자 한다. 구체적으로, 한국 청소년의 독서정보행태 관점에서 독서시간이 학업열의에 미치는 효과를 검증하는 과정에서 삶의 만족도, 행복감, 자아존중감과 같은 심리적 안정감의 매개효과를 실증적으로 분석한다. 이를 통해 독서가 단순히 학습 동기를 자극하는 요인이 아니라, 심리적 안정감을 매개로 학업 의욕에 영향을 미칠 수 있음을 밝힘으로써 기존 연구가 충분히 설명하지 못했던 이론적 함의를 보완하고자 한다.

2. 이론적 배경

본 연구의 이론적 배경은 세 가지 측면으로 구성된다. 첫째, 선행연구를 통해 독서가 학업 성취와 학업열의에 미치는 직접적 효과를 검토함으로써 독서활동의 교육적 기능을 살펴본다. 둘째, 독서가 청소년의 정서적 경험과 심리적 안정감, 즉 삶의 만족도 · 행복감 · 자아존중감에 미치는 영향을 논의한다. 셋째, 심리적 안정

감이 학업열의와 학업성취에 어떠한 영향을 주는지를 검토하여 매개 효과의 가능성은 정리한다. 이러한 논의를 종합하여, 본 연구는 독서시간이 학업열의에 미치는 과정에서 정서적 요인이 어떤 역할을 하는지를 분석하고자 하며, 이는 곧 “독서시간이 심리적 안정감을 매개로 학업열의에 어떠한 영향을 미치는가”라는 연구문제를 규명하기 위한 이론적 토대를 제공한다.

2.1 독서가 학업성취에 미치는 영향

독서는 학생들의 학업성취와 관련이 있고 독서를 하는 학생들의 학업성취가 독서를 하지 않는 학생들의 학업성취보다 높게 나타났다(Önel & Durdukoca, 2021; Sullivan & Brown, 2015). 학업성취도가 높은 집단의 특징을 연구한 조한범 외(2000)의 연구에서 독서를 포함한 관람 및 감상 유형 참여율이 높은 집단이 학업성취도가 높게 나타났다. 학업성취도에 영향을 미치는 변인 중의 하나인 학업효능감과 독서활동 간의 관계를 분석한 조증열, 이임숙(2004)의 연구 또한 두 변인 간의 정적인 관계가 있음을 보였다. 이와 유사하게 안영미, 정익중(2020)의 연구도 독서시간이 늘어날수록 학업성취도가 향상함을 밝혔고 학습습관을 통한 간접효과가 있음을 결과로 제시하고 있다. 스마트폰의 존도와 학업성취도의 영향 관계를 분석한 이선영 외(2021)의 연구 결과, 독서시간과 학업성취도의 정적 관계뿐만 아니라 독서시간이 스마트폰 이용에 의한 학업성취도 저하를 완화하는 효과가 있음을 밝히고 있다. 즉, 스마트폰을 자주 이용한다 할지라도 독서를 한다면 학업 성취도 저하를 막을 수 있다.

학업성취와 관련하여 학업열의 개념을 사용하여 수행한 연구도 있다. 학업열의는 학업에 대한 높은 열정으로 학업에 능동적으로 집중할 수 있는 에너지와 자신감을 가진 상태를 뜻한다 (Fredricks et al., 2004). 따라서 학업열의는 학업의 심리적인 기반이 된다(이성원, 주지선, 2021). 학업열의는 삶의 만족도나 행복감과 같은 개인변인뿐만 아니라 부모, 친구, 교사와의 관계와 같은 환경변인의 영향을 받는 것으로 나타났다 (권은경, 2020). 학업열의와 관련하여 독서의 영향을 분석한 이은주 외(2024)는 중학생의 학업열의에 영향을 미치는 요인으로 독서시간과 사교육시간을 독립변수로 설정하고 자아존중감을 매개변수로 한 연구를 진행했다. 그 결과, 독서시간과 학업열의 관계에서 자아존중감의 매개효과는 나타나지 않았지만 독서시간이 학업열의에 영향을 미친다고 보고하고 있다.

2.2 독서가 심리적 안정감에 미치는 영향

행복은 인간 삶을 측정하는 중요한 척도라는 점에서 다양하게 정의되고 측정된다. 행복을 정의하면 크게 인지적 행복, 자기실현을 통한 행복으로 나눌 수 있다. 인지적 행복은 자신이 행복하다고 느끼는 감정을 의미한다. 쾌락주의적 관점에서 행복은 삶에 대한 주관적인 만족감과 함께 정서적인 요소로 구성된다(Diener, 1984). 만족감이나 긍정적인 정서 등은 개인의 주관적인 판단의 준거를 바탕으로 평가되고 측정된다는 점에서 인지적 행복감이라 할 수 있다. 행복의 다른 한 측면은 자기실현적 행복감으로 삶의 목표를 실현함으로써 얻게 되는 행복감을 의미한다. 신성희, 이선우(2024)는 자기실

현적 행복감을 매슬로우의 욕구 5단계를 인용 하며 설명하고 있으며 가장 최상위의 욕구에 해당하는 자아실현의 욕구를 자기실현적 행복감의 예로 들고 있다. 한국아동·청소년패널 보고서에서 언급하고 있듯이, 아동·청소년들의 행복은 목표 실현보다 과정에서 형성되는 경험을 통해 포착될 수 있다는 점에서 주관적 행복감을 중심으로 측정하였다.

주관적 행복감은 독서에 영향을 미치는 요인으로 나타났는데 특히, 주관적 행복감 중에서 삶의 만족도와 관련한 연구로 이진혁, 송인한(2021)은 독서시간이 포함된 여가시간과 삶의 만족도의 관계를 분석하였다. 고정효과모형을 적용한 분석 결과, 독서시간은 삶의 만족도 상승에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 독서시간이 늘어날수록 삶의 만족도도 상승하는 것으로 독서집단이 비독서집단보다 삶의 만족도가 높다는 점을 제시하고 있다. 이와 유사하게 Arslan et al.(2022)은 터키의 청소년을 대상으로 한 실험연구에서 5주간의 이야기책 읽기 개입을 통해 독서 활동에 참여한 집단이 통제집단보다 긍정 정서가 유의하게 증가하고 우울감과 불안 등 부정 정서가 감소하는 효과를 확인함으로써, 독서가 주관적 행복감의 핵심 요소인 정서적 안정과 만족감에도 기여함을 보여주었다. 또한 청소년들의 여가시간과 주관적 행복감의 관계를 종단적으로 분석한 서정아, 엄지민(2015)의 연구와 신성희, 이선우(2024)의 연구 또한 여가시간 중에서 독서시간이 주관적 행복감에 긍정적인 영향을 미치고 있음을 밝히고 있다.

독서 프로그램이 자아존중감에 미치는 효과에 대해 많은 연구가 수행되었다(강선숙, 오의

경, 2016; 김갑임, 2008; 박주현 외, 2015; 배현정, 2010; 서나라, 2006; 서순영, 2007; 이영림, 2007; 조현경, 손현동, 2015). 이들 연구에서는 치료를 목적으로 한 독서치료 프로그램뿐만 아니라 일반적인 독서 프로그램도 자아존중감 향상에 기여하고 있음을 밝히고 있다. 독서집단과 비독서집단을 비교 연구한 박성재, 신인수(2024)의 연구에서 독서를 하는 집단이 독서를 하지 않는 집단에 비해 자아존중감이 높게 나타났고 그 차이는 통계적으로 유의했다. 자아존중감의 매개효과를 분석한 연구 중의 하나로 유수연 외(2024)는 독서와 학습태도 간의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 분석한 결과, 자아존중감의 부분매개효과가 나타났다. 그러나 독서시간과 학업열의 간의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 분석한 이은주 외(2024)의 연구결과는 자아존중감의 매개효과는 통계적으로 유의하지 않았다. 따라서 본 연구는 독서시간과 학업열의 간의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 분석함으로써 독서의 효과를 보다 명확하게 규명하고자 한다.

2.3 심리적 안정감이 학업성취에 미치는 영향

삶의 만족도가 학업성취에 미치는 영향에 대한 연구로 박영신 외(2000)는 초·중·고등학생을 대상으로 사회적 지원과 자기효능감, 생활만족도, 학업성취의 관계를 연구했다. 생활만족도가 학업성취에 영향을 미치는지에 대한 연구결과, 중·고등학생의 경우에는 생활만족도가 높을수록 학업성취가 높게 나타났고 통계적으로 유의했다. 반면에 초등학생의 경우에는

생활만족도가 높을수록 학업성취가 낮게 나타났지만 그 결과는 통계적으로 유의하지 않았다. 구재선, 서은국(2012)의 연구에서 또한 유사한 결과가 나타났는데 중학교 2학년 때 삶의 만족도가 높은 학생이 고등학교 3학년 때 학업성취가 더 높았다. 국외 연구로 청소년을 대상으로 한 Gilman & Huebner(2006)의 연구나 대학생을 대상으로 한 Rode et al.(2005)의 연구에서 모두 삶에 대한 만족감이 높은 학생들은 학업적 성취의 기준이 되는 GPA가 높게 나타났다. 주관적 행복감의 다른 영역인 행복감 또한 학업성취에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 행복감이 학업성취에 영향을 미치는 지에 대해 김종백, 김남희(2014)는 한국아동·청소년패널 데이터를 이용해 학생-교사관계와 학업성취 간의 관계에서 행복감의 매개효과를 분석하였다. 그 결과 행복감은 학생이 인지한 교사와의 관계가 학업성취에 정적인 매개효과가 있음을 밝혔다.

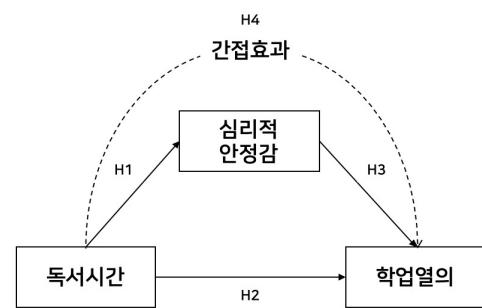
자아존중감이 학업성취에 미치는 영향에 대한 다수의 연구가 진행되었다(김선숙, 고미선, 2007; 문명현, 이윤주, 2016). 김선숙과 고미선(2007)은 학업성취 변화에 영향을 미치는 영향 요인을 분석하기 위해 잠재성장모형을 적용하였다. 학업성취 초기값에는 자아존중감, 부모-자녀 관계, 교사 애착 변수 모두 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 학업성취의 변화율에 있어서는 자아존중감만이 정적인 영향 관계가 통계적으로 유의했다. 이는 자아존중감이 높아질수록 학업성취도가 상승한다는 것을 의미한다. 또한 문명현, 이윤주(2016)에서는 학업성취 향상에 있어서 자아존중감의 직접적인 효과뿐만 아니라 매개효과를 제시하였다.

한국복지패널데이터를 활용한 다변량 잠재성장모형 분석 결과, 자아존중감이 높은 학생은 높은 학업성취를 보였다. 또한 자아존중감이 상승할수록 학업성취도 높아지고 있음을 분석했다. 덧붙여, 공격성이나 우울, 불안 등의 부정적 정서는 자아존중감을 낮추고 이는 낮은 학업성취로 나타나는 매개효과가 있음을 밝히고 있다.

3. 연구 방법

3.1 분석 프레임워크

독서시간이 학업열의에 미치는 영향과 매개 변수로서 심리적 안정감의 매개효과를 검증하기 위해 〈그림 1〉과 같이 연구를 위한 개념적 모형을 설정하였다.



〈그림 1〉 매개효과 분석에 대한 연구의 개념적 모형

- 가설 1. 독서시간은 심리적 안정감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- 가설 1.1 독서시간은 삶의 만족도에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

- 가설 1.2 독서시간은 행복감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- 가설 1.3 독서시간은 자아존중감에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- 가설 2. 독서시간은 학업열의에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- 가설 3. 심리적 안정감은 학업열의에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- 가설 3.1 삶의 만족도는 학업열의에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- 가설 3.2 행복감은 학업열의에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- 가설 3.3 자아존중감은 학업열의에 정(+)의 영향을 미칠 것이다.
- 가설 4. 독서시간이 심리적 안정감을 통해 학업열의에 간접적으로 정(+)의 영향을 미칠 것이다.

3.2 데이터 수집 방법

3.2.1 한국아동·청소년패널 데이터

한국청소년정책연구원은 아동·청소년의 성장과 발달을 연구하기 위한 목적으로 한국아동·청소년패널조사를 실시했고 그 결과를 일반에게 공개하고 있다(<https://www.nypi.re.kr/archive/mps>). 성장과 발달이라는 측면에서 종단적 변화를 측정하는 1차 연구를 2010년에 시작하여 2016년에 조사를 마무리했다. 2차 조사는 2018년 시작했고 2024년까지 조사를 실시했다. 1차 조사에서는 초등학교 1학년, 초등학교 4학년, 중학교 1학년 각 2,300명을 대상으로 연구를 시작했고 형제자매까지 연구대상을 확대한 2차 조사는 초등학교 4학년과 중학교 1학년을

대상으로 연구를 시작했다. 본 연구에서는 2차 조사에 참여한 중학교 1학년 2,590명의 5년차 조사 결과, 즉 고등학교 2학년 2,252(이탈자 338명 제외)명을 대상으로 하였다. 청소년의 발달을 조사하기 위한 설문지는 생활시간, 지적발달, 사회/정서/역량발달, 비행, 건강, 신체발달 등의 개인발달에 대한 사항과 가정, 학교, 매체, 친구, 활동/문화 환경 등의 발달환경에 대한 설문으로 구성되어 있다.

3.2.2 변수 측정 방법

본 연구에서 독립변수로 '독서시간'을 사용하였다. 한국아동·청소년패널 2018 데이터는 독서와 관련하여 독서시간을 질문하고 있다는 점에서 이 변수를 사용했다. 독서시간을 측정하기 위한 질문의 선택지는 '전혀 안함', '30분 미만', '30분~1시간 미만', '1시간~2시간 미만', '2시간~3시간 미만', '3시간~4시간 미만', '4시간 이상~'을 사용했다. 종속변수로 사용된 '학업열의'는 이자영, 이상민(2012)의 한국형 학업열의 척도 16개 문항을 사용하였는데 문항 각각을 제시하고 자신에게 해당하는 항목을 고르도록 했다. 항목으로 '전혀 그렇지 않다', '그렇지 않은 편이다', '그런 편이다', '매우 그렇다'를 제시하고 있다.

매개변수 중의 하나인 삶의 만족도는 Diener et al.(1985)에서 사용한 삶의 만족도 척도를 번안하여 설문지를 구성하였다. 5개 문항을 제시하고 '전혀 그렇지 않다', '그렇지 않은 편이다', '그런 편이다', '매우 그렇다' 항목 중에서 자신에게 해당하는 항목을 선택하도록 했다. 행복감은 이정립 외(2015)의 육아정책연구소 행복지수 관련 문항을 사용하였다. 행복감과 관련하여

본 연구에서는 4개의 문항 중에서 행복과 불행에 대해 직접 질문하고 응답하도록 한 2개 문항만을 사용하였다. 선택 항목으로 '아주 불행한 사람이다', '불행한 사람이다', '행복한 사람이다', '아주 행복한 사람이다'를 제시했다. 자아존중감은 Rosenberg(1965)의 10개 문항을 변안하고 일부 수정하여 사용하였다. 10개 문항은 자신을 긍정적으로 바라보는 문항과 부정적으로 바라보는 문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 이들 중에서 긍정적으로 바라보는 5개 문항만을 사용하였다.

3.2.3 분석 데이터 전처리 과정

매개효과 분석을 위해서 회귀분석을 기반으로 하고 있는 Baron과 Kenny(1986)의 3단계 검증을 사용한다는 점에서 독립변수로 사용되는 독서시간의 구간을 동등하게 하기 위한 전처리 과정을 거쳤다. 대부분의 선택지가 1시간 단위로 구분되어 있다는 점에서 30분 단위로 구분한 '30분 미만'과 '30분~1시간 미만' 선택지를 하나로 결합했다. 최종적으로 독서시간은 '전혀 안함', '1시간 미만', '1시간~2시간 미만', '2시간~3시간 미만', '3시간~4시간 미만', '4시간 이상~'으로 구분하였고 각각 0부터 5점까지 점수를 부여하였다.

종속변수인 학업열의를 측정하기 위해 사용된 16개 문항은 4점 척도로 코딩이 되어 있다는 점에서 이들 문항의 평균을 산출하여 개인별 학업열의 정도를 수치화했다. 매개변수로 사용된 삶의 만족도, 행복감, 자아존중감 변수의 경우에도 4점 척도로 코딩하고 변수별 해당 문항에 대항 응답을 평균하였다. 이들 세 변수로 구성된 심리적 안정감은 각각의 측정치를 평균하

여 산출하였다.

3.3 가설 검증 방법

매개변수분석을 진행하기 위해서 본 연구는 Baron과 Kenny의 방법을 적용하였다. 그들은 매개변수 분석을 위해 다음과 같이 3단계를 제안하였다. 1단계는 독립변수가 매개변수에 통계적으로 유의한 영향을 미치는지를 검증한다. 통계적으로 유의하지 않다면 매개효과 분석은 중단된다. 2단계로 독립변수가 종속변수에 통계적으로 유의한 영향을 미치는지를 검증한다. 통계적으로 유의하지 않다면 매개효과 분석은 중단되고 유의하다면 마지막 3단계를 수행한다. 3단계는 매개변수가 종속변수에 유의한 영향을 미치고 독립변수가 종속변수에 미치는 영향이 감소하는지를 검증한다. 3단계 검증 결과, 매개변수와 종속변수의 관계가 통계적으로 유의하지 않다면 매개효과가 없는 것으로 간주한다. 두 변수의 관계가 통계적으로 유의하고 종속변수에 대한 독립변수의 영향력이 감소했다면 부분매개효과가 있다고 할 수 있다. 독립변수가 매개변수를 통해 종속변수에 영향을 미치지만 독립변수가 종속변수에 영향을 미치는 직접효과도 존재한다. 이에 반해 매개변수와 종속변수의 관계는 통계적으로 유의하지만 독립변수와 종속변수의 관계가 통계적으로 유의하지 않는 경우에는 완전매개효과가 있다고 한다. 이는 독립변수는 매개변수를 통해서만 종속변수에 영향을 미친다고 해석할 수 있다.

Hayes(2022)는 Baron과 Kenny의 3단계 매개효과 분석에서의 두 가지 문제점을 지적했다. 2단계에서 측정하는 독립변수와 종속변수의 관

계가 유의하지 않다면 3단계에서 진행되는 매개변수와 종속변수의 관계의 통계적 유의성을 검증하지 않는다. 즉, 직접효과가 나타나지 않는다면 간접효과를 측정할 수 없는 상황이 발생하는 것이다. 또한, 독립변수와 매개변수의 관계와 매개변수와 종속변수의 관계 간의 상호작용 효과, 즉 간접효과에 대한 검증이 이루어지지 못함을 지적했다. 오히려 Baron & Kenny의 3단계 방법에서 중요하게 언급하고 있는 통계적 유의성이 필수적인 조건은 아니고 간접효과의 경로를 검증하는 것이 중요하다는 것이 Hayes의 주장이다.

따라서 본 연구에서는 Baron과 Kenny의 3단계 매개효과분석을 통해 독서시간이 심리적 안정감을 통해 학업열의에 영향을 미치는지를 검증하였다. 또한 독서시간이 심리적 안정감에 미치는 영향과 심리적 안정감이 학업열의에 미치는 영향의 상호작용 효과, 즉 간접효과를 검증하기 위해서 부트스트래핑에 기반한 Hayes의 모델을 적용하였다. Baron과 Kenny의 방법을 위해서 SPSS 23에서 회귀분석과 중다회귀분석을 실시했다. Hayes의 방법의 적용을 위해서 그가 개발한 PROCESS macro (Model 4)를 이용했다.

4. 분석결과

4.1 고등학생의 독서 현황

한국아동·청소년패널조사 2018의 5차년도 응답자는 2,252명으로 독서시간에 대해 모두 응답했다. 응답결과 독서를 전혀 하지 않는 학생이 983명으로 전체의 43.7%를 차지하는 것으로 나타났다. 1시간 미만으로 독서를 한다고 응답한 학생은 1,003명으로 전체 응답자의 44.5%를 차지하였고 가장 많은 비율을 차지하고 있다. 독서 시간이 늘어날수록 응답자의 수도 줄어드는 경향이 나타났다. 1시간 이상 독서를 하는 학생의 비율은 11.8%를 차지하고 있었다(〈표 1〉 참조).

각 변수 간의 상관관계를 분석한 결과는 〈표 2〉와 같다. 독립변수인 독서시간과 종속변수인 학업열의 간 상관계수는 .141로 정(+)의 상관이 나타났다. 독서시간은 매개변수인 삶의 만족도(.119), 행복감(.105), 자아존중감(.058)과 정(+)의 상관을 보였고 유의수준 0.01에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 종속변수인 학업열의와 매개변수 사이의 상관분석 결과, 삶의 만족도(.398), 행복감(.312), 자아존중감(.381) 모두 정(+)의 상관이 나타났고 유의수준 0.01에

〈표 1〉 독서시간 현황

구분	빈도	비율(%)	누적비율(%)
전혀 안함	983	43.7	43.7
1시간 미만	1,003	44.5	88.2
1시간 ~ 2시간 미만	197	8.7	96.9
2시간 ~ 3시간 미만	48	2.1	99.1
3시간 ~ 4시간 미만	10	.4	99.5
4시간 이상~	11	.5	100.0
전체	2,252	100.0	

〈표 2〉 변수 간 상관관계 분석 결과

변수	독서시간	학업열의	삶의 만족도	행복감	자아존중감
독서시간	1				
학업열의	.141**	1			
삶의 만족도	.119**	.398**	1		
행복감	.105**	.312**	.557**	1	
자아존중감	.058**	.381**	.521**	.581**	1

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

서 통계적으로 유의했다. 심리적 안정감과 학업열의의 상관이 독서시간과 학업열의의 상관보다 높게 나타났다는 점에서 학업열의에 있어서 심리적 안정감이 중요함을 보여주고 있다. 심리적 안정감과 관련된 변인 간 상관관계는 0.5 이상으로 나타나 매우 높은 상관을 보여주는 것으로 나타났다.

4.2 가설검정

4.2.1 삶의 만족도의 매개효과 검증

삶의 만족도의 매개효과 분석을 위한 1단계로 독서시간이 삶의 만족도에 영향을 미치는지를 검증하였다. 먼저, 매개변수로서 삶의 만족도에 대한 모형 적합도는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($F=30.102$, $p < .001$). 독서시간의 삶의 만족도에 대한 영향($B=.121$)은 유의수준 .001에서 통계적으로 유의했다. 독서시간

이 한 시간 증가하면 삶의 만족도는 .121 상승함을 알 수 있다. 삶의 만족도에 대해 독서시간은 전체 변량의 약 2.4%($R^2=.024$)를 설명하는 것으로 나타났다. 2단계로 독서시간이 학업열의에 미치는 영향, 즉 직접효과를 검증한 결과, 유의수준 .001에서 독서시간의 영향($B=.117$)은 통계적으로 유의했다. 이는 독서시간이 한 시간 증가하면 학업열의는 .117 증가함을 의미한다. 모형 2는 적합($F=29.255$, $p < .001$)했고 독서시간은 학업열의 전체 변량의 약 2.3%($R^2=.023$)를 설명하는 것으로 나타났다(〈표 3〉 참조).

3단계로 독서시간과 삶의 만족도가 학업열의에 미치는 영향을 중다회귀분석을 통해 검증했다. 분석 결과, 독서시간과 삶의 만족도는 학업열의에 정(+)의 영향을 미치고 그 영향을 나타내는 비표준화계수는 각각 .072와 .373으로 나타났다. 2단계 검증에서 독서시간이 학업열의에 영향을 미치는 직접효과의 표준화계수가 .151인

〈표 3〉 독서시간과 학업열의 관계에서 삶의 만족도의 매개효과 결과 (모형 1,2)

변수	삶의 만족도(모형 1)					학업열의(모형 2)				
	B	SE	β	t	p	B	SE	β	t	p
독서시간	.121	.022	.154	5.486	.000***	.117	.022	.151	5.409	.000***
$F(p)$			30.102(.000***)					29.255(.000***)		
R^2			.024					.023		

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

데 3단계 검증에서 그 효과가 .093으로 줄었다는 점에서 삶의 만족도에 의한 매개효과가 나타났고 유의수준 .001에서 통계적으로 유의했다는 점에서 부분매개효과가 나타났다고 할 수 있다. 모형에서 독서시간과 삶의 만족도 변수 간의 다중공선성은 발생하지 않았다(공차=.976, VIF=1.024). 또한 두 변수를 투입한 중다회귀분석 모형은 적합했고($F=122.473, p<.001$) 독서시간과 삶의 만족도 변수는 학업열의 전체 변량의 약 16.3% ($R^2=.163$)를 설명하는 것으로 나타났다(〈표 4〉 참조).

4.2.2 행복감의 매개효과 검증

행복감의 매개효과 분석을 위한 1단계로 독서시간이 행복감에 미치는 영향을 검증하였다. 먼저, 매개변수로서 행복감을 사용한 모형의 적합도 검증 결과 적합한 것으로 나타났다($F=31.200, p<.001$). 독서시간의 행복감에 대한 영

향($B=.112$)은 유의수준 .001에서 통계적으로 유의했다. 독서시간이 한 시간 증가하면 행복감은 0.112 상승함을 알 수 있다. 삶의 만족도의 영향계수($B=0.121$)에 비해 낮지만 차이가 크지 않다. 행복감에 대해 독서시간은 전체 변량의 약 2.4% ($R^2=.024$)를 설명하는 것으로 나타났다. 2단계로 독서시간이 학업열의 미치는 영향, 즉 직접효과를 검증한 결과는 앞서 삶의 만족도의 매개효과 검증 결과와 동일하다(〈표 5〉 참조).

3단계로 독서시간과 행복감이 학업열의 미치는 영향을 분석하기 위해 중다회귀분석을 실시했다. 분석 결과, 독서시간과 행복감이 학업열의에 정(+)의 영향을 미치고 그 영향을 나타내는 비표준화계수는 각각 .079와 .335로 나타났다. 2단계 검증에서 독서시간이 학업열의에 영향을 미치는 직접효과의 표준화계수가 .151인데 3단계 검증에서 그 효과가 .103으로 줄었

〈표 4〉 독서시간과 학업열의 관계에서 삶의 만족도의 매개효과 결과 (모형 3)

변수	학업열의(모형 3)						
	B	SE	β	t	p	공차	VIF
독서시간	.072	.020	.093	3.548	.000***	.976	1.024
삶의 만족도	.373	.026	.380	14.518	.000***	.976	1.024
$F(p)$	122.473(.000***)						
R^2	.163						

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

〈표 5〉 독서시간과 학업열의 관계에서 행복감의 매개효과 결과 (모형 1,2)

변수	행복감(모형 1)					학업열의(모형 2)				
	B	SE	β	t	p	B	SE	β	t	p
독서시간	.112	.020	.156	5.586	.000***	.117	.022	.151	5.409	.000***
$F(p)$	31.200(.000***)					29.255(.000***)				
R^2	.024					.023				

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

다는 점에서 행복감에 의한 매개효과가 나타났고 유의수준 .001에서 통계적으로 유의했다는 점에서 부분매개효과가 나타났다고 할 수 있다. 삶의 만족도에 의한 매개효과를 통해 학업열의에 대한 독서시간의 직접효과가 0.058 감소한 것에 비해 행복감의 매개효과에 의해 0.048 감소했다는 점에서 삶의 만족도의 매개효과가 행복감의 매개효과보다 크다고 할 수 있다. 모형에서 독서시간과 행복감 변수 간의 다중공선성은 발생하지 않았다(공차=.976, VIF=1.025). 또한 두 변수를 투입한 중다회귀분석 모형은 적합했고($F=83.597, p<.001$) 독서시간과 행복감 변수는 학업열의 전체 변량의 약 11.8%($R^2=.118$)를 설명하는 것으로 나타났다(〈표 6〉 참조).

4.2.3 자아존중감의 매개효과 검증

자아존중감의 매개효과 분석을 위한 1단계

로 독서시간이 자아존중감에 미치는 영향을 검증한 결과, 독서시간의 자아존중감에 대한 영향($B=.086$)은 유의수준 .001에서 통계적으로 유의했다. 독서시간이 한 시간 증가하면 자아존중감은 0.086만큼 상승함을 알 수 있다. 삶의 만족도의 영향계수($B=0.121$)와 행복감의 영향계수($B=.112$)에 비해 낮은 결과를 보였다. 매개변수로서 자아존중감을 사용한 모형은 적합한 것으로 나타났고($F=18.035, p<.001$) 자아존중감에 대해 독서시간은 전체 변량의 약 1.4%($R^2=.014$)를 설명하는 것으로 나타났다. 2단계로 실시한 독서시간의 학업열의에 대한 직접효과 검증은 앞서 진행된 삶의 만족도와 행복감의 매개효과 검증 결과와 동일하다(〈표 7〉 참조).

3단계 검증으로 독립변수 독서시간과 매개변수 자아존중감이 종속변수 학업열의에 미치는 영향을 중다회귀분석을 이용하여 분석했다.

〈표 6〉 독서시간과 학업열의 관계에서 행복감의 매개효과 결과 (모형 3)

변수	학업열의(모형 3)						
	B	SE	β	t	p	공차	VIF
독서시간	.079	.021	.103	3.808	.000***	.976	1.025
행복감	.335	.029	.313	11.610	.000***	.976	1.025
$F(p)$	83.597(.000***)						
R^2	.118						

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

〈표 7〉 독서시간과 학업열의 관계에서 자아존중감의 매개효과 결과 (모형 1,2)

변수	자아존중감(모형 1)					학업열의(모형 2)				
	B	SE	β	t	p	B	SE	β	t	p
독서시간	.086	.020	.119	4.247	.000***	.117	.022	.151	5.409	.000***
$F(p)$	18.035(.000***)					29.255(.000***)				
R^2	.014					.023				

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

〈표 8〉 독서시간과 학업열의 관계에서 자아존중감의 매개효과 결과 (모형 3)

변수	학업열의(모형 3)						
	B	SE	β	t	p	공차	VIF
독서시간	.080	.020	.104	4.026	.000***	.986	1.014
자아존중감	.423	.028	.395	15.258	.000***	.986	1.014
$F(p)$	133.753(.000***)						
R^2	.117						

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

분석 결과, 독서시간과 자아존중감이 학업열의에 정(+)의 영향을 미치고 그 영향을 나타내는 비표준화계수는 각각 .080과 .423으로 나타났다. 2단계 검증 결과와 3단계 검증 결과를 비교했을 때, 직접효과의 표준화계수가 .151에서 .104로 줄었다는 점에서 자아존중감에 의한 매개효과가 나타났고 유의수준 .001에서 통계적으로 유의했다. 앞서 분석한 삶의 만족도와 행복감에 의한 매개효과를 통해 직접효과가 각각 0.058, 0.048 감소한 결과와 비교했을 때, 자아존중감에 의한 매개효과에 의해 .071만큼 감소했다는 점에서 가장 큰 매개효과를 보이고 있는 것을 알 수 있다. 모형에서 독서시간과 자아존중감 변수 간의 다중공선성은 발생하지 않았다(공차 = .986, VIF = 1.014). 또한 두 변수를 투입한 중다회귀분석 모형은 적합했고($F = 133.753$, $p < .001$) 독서시간과 자아존중감 변수는 학업열 전체 변량의 약 11.7% ($R^2 = .117$)를 설명하는 것으로

나타났다(〈표 8〉 참조).

4.2.4 PROCESS macro를 이용한 간접효과 분석

독서시간과 학업열의 관계에서 심리적 안정감의 변인으로 사용된 삶의 만족도와 행복감, 자아존중감의 간접효과를 분석한 결과는 〈표 9〉와 같다. 매개변수 중 간접효과가 가장 높은 변수는 삶의 만족도로 간접효과가 .045로 나타났고 다음으로 행복감은 .038, 자아존중감은 .036 순으로 나타났다. 간접효과의 유의성은 부트스트랩 표본의 간접효과 분포를 통해 확인하는데 이 과정에서 5,000번의 부트스트래핑을 실시했다. Hayes(2022)에 따르면, 95% 신뢰구간 사이에 0이 포함되지 않으면 유의확률(p)이 유의수준 .05보다 작다는 것을 의미하고 이는 간접효과가 통계적으로 유의함을 나타낸다. 세 개의 매개변수는 하한 신뢰구간과 상한 신뢰구간

〈표 9〉 심리적 안정감의 간접효과 유의성 검정

변수	Effect	BootSE	95% CI	
			BootLLCI	BootULCI
삶의 만족도	.045	.009	.028	.064
행복감	.038	.008	.022	.054
자아존중감	.036	.013	.023	.073

Bootstrap samples = 5,000

사이에 0을 포함하고 있지 않다는 점에서 매개 변수의 간접효과는 모두 통계적으로 유의하다고 할 수 있다. 일례로, 삶의 만족도의 하한 신뢰구간(BootLLCI)은 .028이고 상한 신뢰구간(BootULCI)은 .064로 신뢰구간에 0이 포함되지 않는다는 점에서 간접효과 .045는 통계적으로 유의하다고 할 수 있다. 따라서 독서시간과 학업열의 사이에서 매개변수인 심리적 안정감(삶의 만족도, 행복감, 자아존중감)이 매개효과를 가지고 있다. 이는 독서시간이 늘어나면 삶의 만족도와 행복감, 자아존중감이 증가하고 이를 통해 학업열의가 증가함을 의미한다. 세 매개변수 모두 통계적으로 유의한 매개효과를 보였으며, 본 표본에서는 삶의 만족도의 효과가 상대적으로 크게 나타났으며 자아존중감이 가장 작은 값을 보였다. 그러나 이러한 순위 차이는 부트스트래핑 신뢰구간이 서로 중첩될 가능성을 고려할 때, 절대적이라고 보기는 어렵다. 따라서 매개효과 크기의 순위는 본 연구에서 사용한 표본에서 나타난 경향으로 이해하는 것이 타당하며, 효과크기 간 차이가 통계적으로 유의하다고 일반화하기는 어렵다.

따라서 본 연구는 독서시간이 학업열의에 긍정적 영향을 미친다는 기존 연구들을 확장하여, 심리적 안정감을 매개로 한 간접경로까지 실증적으로 확인하였다. 나아가 Baron과 Kenny 접근의 한계를 보완하는 PROCESS macro를 활용함으로써, 결과 해석의 타당성과 신뢰성을 강화하였다. 특히 부트스트래핑을 통한 신뢰구간 산출은 매개효과의 존재 여부를 보다 정밀하게 검증할 수 있게 하였으며, 이를 통해 독서가 학업열의에 미치는 과정적 메커니즘을 보다 설득력 있게 제시하였다. 이러한 방법론적 선택은

단순한 직접효과 검증을 넘어, 정서적 요인이 학업적 동기에 기여하는 매개 과정을 실증적으로 입증하였다는 점에서 의의가 있다.

5. 논 의

5.1 독서 실태

연구대상이 고등학교 2학년 학생이라는 점에서, 한국의 임시 환경 속에서 이들의 독서율이 낮을 것이라는 점은 충분히 예상할 수 있다. 실제 분석 결과, 조사 대상 2,252명 중 983명(43.7%)이 독서를 전혀 하지 않는다고 응답하였으며, 1시간 이상 독서를 한다고 응답한 학생은 266명(11.8%)에 불과하였다. 이러한 결과는 청소년의 독서 시간이 매우 제한적임을 보여준다. 한편, 국민독서실태조사(2023)에 따르면 고등학교 2학년 응답자의 95.1%가 지난 1년간 독서 경험이 있다고 응답하였다. 이는 본 연구에서 활용한 한국아동·청소년페널 데이터와 질문 항목이 달라 독서율 측정 방식에서 차이가 발생한 것으로 해석된다. 그러나 동일한 조사에서 고등학교 2학년 학생의 78.3%가 독서가 도움이 된다고 응답했다는 점은 주목할 만하다. 학생들이 인식하는 독서의 도움 영역은 정보 수용과 해석 능력 향상(39.1%), 창의력과 표현력 향상(13.9%), 전문지식 습득(12.3%), 풍부한 정서와 감성 발달(10.8%), 세상에 대한 이해와 통찰력 향상(8.2%), 논리적·비판적 사고 향상(6.1%), 마음의 평안과 심리적 위로(4.1%) 순으로 나타났다. 이와 같이 청소년들의 실제 독서 시간은 부족하지만, 독서가 지적 성장뿐만

아니라 정서적 안정과 삶의 질 향상에도 기여 할 수 있는 활동이라는 인식은 여전히 강하게 존재한다. 이는 독서가 단순한 학습 보조 수단 을 넘어 청소년의 전인적 발달을 지지하는 중 요한 경험으로 자리 잡고 있음을 시사한다.

5.2 독서의 효과

본 연구는 청소년의 독서시간이 심리적 안정 감과 학업열의에 미치는 영향을 분석하였다. 분 석 결과, 독서시간은 삶의 만족도, 행복감, 자아 존중감 모두에 긍정적 영향을 미쳤으며, 이는 독서가 단순한 지식 습득을 넘어 정서적 안정에 중요한 역할을 함을 보여준다. 독서시간이 늘어 날수록 학생들은 자신의 삶을 긍정적으로 인식 하고, 행복감을 더 강하게 느끼며, 자신을 존중 하는 태도를 강화하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 독서와 삶의 만족도의 정적 관계를 입증한 선행연구(서정아, 엄지민, 2015; 신성 희, 이선우, 2024; 이진혁, 송인한, 2021)와 맥 을 같이 한다. 특히 Arslan et al.(2022)은 터키 청소년을 대상으로 한 실험연구에서 5주간의 이야기책 읽기 개입이 긍정 정서를 높이고 우 울과 불안을 낮추는 효과가 있음을 검증하였는데, 이는 독서가 행복감 증진에 기여한다는 본 연구 결과를 지지하는 근거라 할 수 있다.

독서는 자아존중감에도 의미 있는 영향을 미 치는 것으로 나타났다. 청소년은 독서 과정에서 자기 효능감과 성취감을 경험하며, 이를 통해 자신에 대한 긍정적 인식을 강화한다. 이러한 정서적 기제는 학업적 태도와 열의로 확장될 수 있다. Lewis et al.(2010)은 정서적 안정이 학 생들의 학업 참여를 촉진한다고 보고하였으며,

유수현 외(2024)는 독서와 학습 태도 간의 관계 에서 자아존중감이 부분 매개효과를 갖는다고 확인하였다. 즉, 독서는 학습 태도에 직접적으 로 긍정적 영향을 미칠 뿐 아니라, 자아존중감 을 매개로 간접적 효과를 발휘함으로써 학업 성취와도 연결될 수 있다.

다만 모든 연구가 일관된 결과를 제시하는 것 은 아니다. 이은주 외(2024)의 연구에서는 독서 시간과 학업열의 간의 관계에서 자아존중감의 매개효과가 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이러한 차이는 독서시간 측정 방식, 표본 특성, 연구 설계 등 다양한 요인에서 기인 할 수 있다. 원인 중의 하나로, 본 연구에서는 독서시간을 1시간 단위로 구분하여 분석한 반면, 해당 연구는 1시간 미만을 30분 미만, 30분 -1시간으로 구분한 척도를 사용하였다. 즉, 한 시간 이내와 한 시간 이상의 구간 크기가 일관 되지 않았다는 점에서, 이러한 변인 처리 방식 의 차이가 결과 해석에 영향을 미쳤을 가능성을 배제하기 어렵다.

본 연구와 선행연구들은 독서가 청소년의 삶 의 만족도, 행복감, 자아존중감을 증진시키고, 이러한 심리적 안정이 학업적 열의로 확장됨을 일관되게 보여준다. 이는 독서가 청소년의 정 서적 안정과 학업 성취를 동시에 촉진하는 선 순환적 구조의 출발점이 될 수 있음을 시사하 며, 향후 독서교육 및 청소년 정책에서 독서의 가치를 재조명할 필요성을 뒷받침한다.

5.3 독서율 향상을 위한 방법

고등학생들의 독서 활동은 주로 진로 개발이 나 학업을 위한 목적에 편중되어 있으며, 순수

한 흥미나 심리적 안정감을 위한 독서는 부족한 실정이다. 실제로 중등 교육 현장에서는 학생들이 교과 학습을 위한 독서(교과독서, 학습독서)와 정보 습득 위주의 독서를 요구받고 있으며, 문학 작품 등 자유 독서는 부차적으로 다뤄진다(이순영, 2012). 그러나 소설과 같은 문학 작품을 읽는 것은 청소년들에게 정서적 안정과 심리적 위안을 제공하는 효과가 있다(이병기, 2010). 또한 아동기부터 즐거움을 위한 독서를 꾸준히 해온 청소년들이 그렇지 않은 또래들보다 정서적 안정이 높고 스트레스와 우울 증상이 적다는 사실이 확인되었다(Sun et al., 2024). 이러한 결과는 독서가 청소년기의 정서적 행복과 안정에 기여하는 중요한 활동임을 뒷받침한다. 따라서 학교 도서관에서 학생들이 소설책을 자유롭게 읽을 수 있는 환경을 조성하고 학생들의 흥미와 관심사를 고려한 장서를 구성하는 등 청소년을 위한 독서 공간을 마련하는데 노력할 필요가 있다.

독서 환경 개선뿐만 아니라 독서를 위한 시간을 확보하려는 제도적 노력도 병행되어야 한다. 권은경(2012)의 연구에 따르면 즐거움을 위한 독서는 학생들의 읽기 능력 향상과도 강한 정적 상관관계를 보이므로, 학교는 장서가 풍부한 도서관을 갖추고 학생들이 스스로 선택한 책을 자유롭게 읽을 수 있는 시간을 보장해야 한다. 실제로 독서를 다른 교육적 목적의 수단으로만 강요하기보다는, 정규 수업 시간 내외에 학생들이 자율적으로 독서에 몰입할 수 있는 여건을 마련하는 것이 중요하다. 이를 위해 학교 도서관의 개방 시간을 연장하거나 독서 시간제를 도입하여 학생들이 자유 독서를 할 수 있도록 지원할 필요가 있다. 아울러 공공

도서관에서도 고등학생들이 참여할 수 있는 다양한 독서 프로그램을 개발해야 한다. 예를 들어, 지역사회 구성원과 함께하는 독서 동아리나 한 책 읽기와 같은 프로그램에 고등학생들의 참여를 독려함으로써 또래 간 책 읽기 문화를 형성함으로써 독서 습관을 향상시킬 수 있을 것이다.

본 연구에서 독서시간이 행복감에 유의한 영향을 보였다는 점은 북트레일러(book trailer) 활용이 독서 경험을 긍정적 정서로 확장하는데 유효할 수 있음을 시사한다. 북트레일러란 책의 내용을 소개하는 짧은 동영상으로, 인쇄 매체보다 동영상에 친숙한 청소년들에게 효과적인 독서 유인 수단이 될 수 있다. 실제 한윤옥 외(2016)의 연구에서는 북트레일러가 서평과 같은 전통적인 인쇄매체보다 청소년들의 독서 의욕을 불러일으키는 데 훨씬 효과적인 것으로 나타났다. 특히 청소년들이 선호하는 북트레일러 유형은 이야기 전개형으로 책의 줄거리와 분위기를 영상으로 전달하는 방식이 높은 호응을 얻었다. 나아가 홍명아 외(2020)는 공공도서관 이용자들을 대상으로 한 연구에서, 등장인물을 활용하여 스토리를 전개하는 북트레일러가 여러 유형의 북트레일러 가운데 독자들의 관심과 만족에 가장 큰 효과를 보인다고 보고하였다. 따라서 학교 현장에서도 학생들이 직접 북트레일러를 제작해보거나 우수 북트레일러 영상을 공유하는 활동을 통해 청소년들의 독서에 대한 흥미를 높이고 독서 참여를 촉진하는데 기여할 수 있을 것이다. 이러한 논의는 본 연구에서 확인된 독서시간과 행복감 간의 정적 관계가 실제 교육 현장에서 어떻게 확장될 수 있는지를 보여주는 하나의 사례라 할 수 있다.

심리적 안정감 향상형 독서활동 프로그램을 개발하여 운영하는 것도 독서율 향상에 기여할 수 있는 방안이다. 본 연구 결과를 바탕으로 제안하는 것으로, 독서를 통해 학생들의 정서적 안정과 행복감을 높이는 데 초점을 맞춘 독서 프로그램을 학교나 지역사회에서 실행할 필요가 있다. 예를 들어, 학교 내 독서 동아리에서 '행복 서평 쓰기' 활동을 진행하여 책을 읽고 느낀 긍정적 정서를 서로 공유하도록 하거나, 공공도서관에서 '마음 챙김 독서 모임'을 운영하여 독서와 명상을 결합한 시간을 제공하는 식의 접근이 가능하다. 이러한 심리적 안정에 기반한 독서 프로그램은 독서를 단순한 교과 학습이나 과제로 여기기 쉬운 청소년들에게 독서의 또 다른 가치를 깨닫게 해주어, 궁극적으로 독서에 대한 지속적인 동기 부여와 참여 향상으로 이어질 수 있을 것이다.

6. 결론 및 향후 연구 과제

본 연구는 고등학생을 대상으로 독서시간과 학업열의의 관계를 실증적으로 분석하고, 이 과정에서 심리적 안정감의 매개적 역할을 규명하였다. 그 결과, 독서시간이 단순한 학습 지원을 넘어 청소년의 정서적 경험을 매개로 학업열의를 고양하는 요인으로 기능함을 확인하였다. 이는 독서의 효과를 인지적 성취에만 한정하지 않고, 정서적 차원까지 확장해야 함을 보여준다. 실천적 측면에서, 청소년 독서교육과 독서 프로그램은 단순히 학습 능력 제고가 아니라 정서적 안정을 지원하고 학습 동기를 강화하는 방향으

로 설계될 필요가 있다. 이는 학교와 도서관이 독서를 통해 청소년의 전인적 성장을 지원할 수 있음을 시사한다.

본 연구에서 매개 변수로 사용한 심리적 안정감은 다양하게 정의될 수 있다. 그러나 본 연구에서 사용한 연구방법인 이차자료분석은 기 수집된 데이터를 사용해야 한다는 한계점을 가지고 있고 본 연구 또한 동일한 한계점을 가지고 있다. 이차자료로 사용된 한국아동·청소년패널조사에서 사용된 심리적 안정감과 관련된 요인은 삶의 만족도, 행복감, 자아존중감으로 본 연구 또한 이를 세 변수로 심리적 안정감을 설정함으로써 스트레스, 회복탄력성 등의 다른 심리적 안정감을 나타내는 변수를 반영하지 못한 한계점이 있다. 후속 연구에서는 다른 심리적 안정감 변인들을 사용하여 독서와 학업열의 관계에서의 매개효과를 분석할 필요가 있다. 또한 독서시간을 양적으로만 측정하였다는 한계를 지니며, 독서 장르나 목적에 따른 차이를 고려하지 못하였다는 점에서 향후 연구에서는 독서 활동의 질적 요인을 포함한 분석이 필요하다.

덧붙여 매개효과 분석을 위해 사용한 모델들이 가진 낮은 설명력도 연구의 한계점이 된다. 분석 대상으로 한 고등학교 2학년 학생 1,249명 중에서 989명(78.7%)이 독서를 하지 않는다고 응답을 했고 이러한 데이터의 편향성이 모델의 설명력을 낮추었다. 낮은 설명력에도 불구하고 독서가 심리적 안정감을 매개로 학업열의에 영향을 미친다는 간접효과를 분석하고 독서의 필요성과 방향성을 제시했다는 점에서 의미가 있다. 낮은 설명력은 연구 결과가 갖는 학술적 가치로 보완될 수 있을 것이다.

참 고 문 헌

- 강선숙, 오의경 (2016). 독서교육프로그램의 자아존중감 및 독서태도에 대한 영향. *한국비블리아학회지*, 27(3), 235-253. <http://doi.org/10.14699/kbiblia.2016.27.3.235>
- 구재선, 서은국 (2012). 행복은 4년 후 학업성취를 예측한다. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 26, 35-50.
- 권은경 (2012). 독서 태도와 읽기 성취도 분석이 시사하는 학교도서관 독서 교육의 방향: 중학교를 중심으로. *한국도서관·정보학회지*, 43(4), 249-269. <http://doi.org/10.16981/kliss.43.4.201212.249>
- 권은경 (2020). 중학생의 학업열의, 학업소진 관련 변인 연구. *디지털융복합연구*, 18(11), 123-127. <http://doi.org/10.14400/JDC.2020.18.11.123>
- 김갑임 (2008). 독서치료가 초등학생의 자아존중감과 학교생활 적응에 미치는 영향. *석사학위논문*, 아주대학교 교육대학원.
- 김나영, 황혜영 (2020). Lasso 벌점회귀모형을 적용한 중학생의 학업열의 관련 변수 탐색. *교육문화연구*, 26(2), 337-355. <http://doi.org/10.24159/joec.2020.26.6.337>
- 김선숙, 고미선 (2007). 청소년의 학업성취 변화에 영향을 주는 요인: 잠재성장모형을 적용하여. *한국청소년연구*, 18(3), 5-29.
- 김종백, 김남희 (2014). 교사와 학생이 지각한 학생-교사 관계의 변화가 학생의 학교행복과 수업참여를 매개로 학업성취에 미치는 영향. *청소년학연구*, 21(12), 285-315.
- 문명현, 이윤주 (2016). 청소년의 우울/불안, 공격성과 학업성취의 종단관계: 자아존중감의 매개효과. *청소년학연구*, 23(6), 175-200.
- 문화체육관광부 (2024). 2023년 국민 독서실태 조사.
- 박성재, 신인수 (2024). 생성형 인공지능 시대 청소년의 독서에 영향을 미치는 요인 탐색. *정보관리학회지*, 41(3), 171-203. <http://doi.org/10.3743/KOSIM.2024.41.3.171>
- 박영목 (2012). 독서 능력과 독서 학습의 특성. *새국어생활*, 22(4), 23-36.
- 박영신, 김의철, 정갑순, 이상미, 권혁호, 양계민 (2000). 초, 중, 고등학생의 생활만족도 차이와 형성 및 영향. *한국심리학회지: 건강*, 5(1), 94-118.
- 박주현, 이명규, 박경희 (2015). 책 읽어주기가 초등학생들의 독서태도와 자아존중감에 미치는 영향. *한국도서관·정보학회지*, 46(2), 1-27. <http://doi.org/10.16981/kliss.46.2.201506.1>
- 배현정 (2010). 독서치료가 초등학생의 자아존중감과 대인관계에 미치는 효과. *석사학위논문*, 제주대학교 교육대학원.
- 서기자 (2012). 대학생의 자아존중감 향상을 위한 독서치료적 적용. *문학치료연구*, 25, 75-101.
- 서나라 (2006). 독서치료 프로그램이 초등학교 저학년 아동의 자아존중감 및 학교생활 적응에 미치는 영향. *석사학위논문*, 이화여자대학교 교육대학원.

- 서순영 (2007). 독서지도 프로그램이 아동의 자아존중감과 대인문제해결력에 미치는 영향. 석사학위논문, 진주교육대학교 교육대학원.
- 서정아, 염지민 (2015). 한국 아동·청소년 패널조사VI: 데이터분석보고서 1. 한국청소년정책연구원.
- 신성희, 이선우 (2024). 청소년의 여가활동과 주관적 행복감의 관계에 관한 종단연구. 보건사회연구, 44(2), 381-402. <http://doi.org/10.15709/hswr.2024.44.2.381>
- 안영미, 정의중 (2020). 초등학생의 사교육시간과 독서시간이 학업성취에 미치는 영향: 학습습관의 매개효과를 중심으로. 청소년복지연구, 22(2), 169-195. <http://doi.org/10.19034/KAYW.2020.22.2.07>
- 유수연, 박윤현, 김진욱 (2024). 초등학교 시기 아동의 독서량과 초등학교 6학년 때의 학습태도 간의 관계에서 자아존중감의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 24(7), 805-819. <http://doi.org/10.22251/jlcci.2024.24.7.805>
- 이병기 (2020). 초·중등 학생의 독서 플로우 성향과 요인 분석에 관한 연구. 한국도서관·정보학회지, 41(4), 51-72. <http://doi.org/10.16981/kliss.41.4.201012.51>
- 이선영, 정명은, 임혜정 (2021). 초등학생 스마트폰 의존도가 학업성취도에 미치는 영향: 2011년과 2019년 시기별 독서시간의 매개효과를 중심으로. 한국초등국어교육, 71, 277-304. <http://doi.org/10.22818/jeke.2021..71.277>
- 이성원, 주지선 (2021). 청소년의 여가시간 활용 잠재프로파일에 따른 예측요인과 학업열의 분석. 한국 청소년활동연구, 7(2), 23-46. <http://doi.org/10.36697/skya.2021.7.2.23>
- 이순영 (2012). 21세기의 독서와 독서 교육. 새국어생활, 22(4), 37-47.
- 이승채 (2013). 독서치료를 통한 대학생의 행복지수 제고에 관한 연구. 한국도서관·정보학회지, 44(3), 287-308. <http://doi.org/10.16981/kliss.44.3.201309.287>
- 이영립 (2007). 독서치료프로그램이 청소년의 자아존중감에 미치는 영향. 석사학위논문, 백석대학교 사회복지대학원.
- 이은주, 김민정, 송연주 (2024). 중학생의 독서시간과 사교육시간이 학업열의에 미치는 영향에서 자아존중감의 매개효과. 교육종합연구, 22(2), 147-165. <http://doi.org/10.31352/JER.22.2.147>
- 이자영, 이상민 (2012). 한국형 학업열의 척도 개발 및 타당화. 교육방법연구, 24(1), 131-147. <http://doi.org/10.17927/tkjems.2012.24.1.131>
- 이정립, 김길숙, 송신영, 이예진, 김진미, 김신경 (2015). 한국아동패널 2015. 서울: 육아정책연구소.
- 이진혁, 송인한 (2021). 여가시간과 아동·청소년 삶의 만족도 관계에 관한 종단 연구: 고정효과모형 분석. 청소년학연구, 28(2), 323-351. <http://doi.org/10.21509/KJYS.2021.02.28.2.323>
- 이향미, 정혜원 (2019). 청소년의 독서활동, 자기효능감, 학업성취도의 종단적 관계. 교육학연구, 57(3), 233-257. <http://doi.org/10.30916/KERA.57.3.233>
- 조한범, 김미향, 김인재 (2000). 체육수업 유형에 따른 성역할정체감과 체육수업 성취도와의 관계: 중학생을 중심으로. 한국체육학회지, 39(3), 208-216.

- 조증열, 이임숙 (2004). 초등학생의 읽기 능력, 독서, 학업효능감 및 학업성적간의 인과적 관계. *초등교육연구*, 17(1), 127-144.
- 조현경, 손현동 (2015). 2009 개정 교육과정 국어교과서 작품을 활용한 독서치료가 초등학생의 자아존중감 향상에 미치는 효과. *교육치료연구*, 7(3), 375-392.
- 한윤옥, 최용훈, 오덕성 (2016). 청소년들의 독서동기 요인으로서 북트레일러의 효용성에 관한 연구. *한국문헌정보학회지*, 50(1), 5-23. <http://doi.org/10.4275/KSLIS.2016.50.1.005>
- 홍명아, 이용정, 정태선 (2020). 공공도서관 북트레일러 서비스가 이용자 행동반응정도에 미치는 영향. *한국문헌정보학회지*, 54(4), 83-105. <http://doi.org/10.4275/KSLIS.2020.54.4.083>
- Arslan, G., Yıldırım, M., Zangeneh, M., & Ak, İ. (2022). Benefits of positive psychology-based story reading on adolescent mental health and well-being. *Child Indicators Research*, 15(3), 781-793. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09891-4>
- Baron, R. & Kenny, D. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Diener, E. D. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-573. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 74(1), 569-109. <https://doi.org/10.3102/00346543074001059>
- Gilman, R. & Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 311-319. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9036-7>
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach* (Vol. 3). New York: The Guilford Press.
- Lewis, A. D., Huebner, E. S., Malone, P. S., & Valois, R. F. (2011). Life satisfaction and student engagement in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(3), 249-262. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9517-6>
- Önel, A. & Durdukcoba, S. F. (2021). Research on the effects of reading habits on the academic achievement of high school students in biology course. *European Journal of Education Studies*, 8(9), 145-170. <http://doi.org/10.46827/ejes.v8i9.3895>

- Rode, J. C., Arthaud-Day, M. L., Mooney, C. H., Near, J. P., Baldwin, T. T., Bommer, W. H., & Rubin, R. S. (2005). Life satisfaction and student performance. *Academy of Management Learning and Education*, 4(4), 421-433. <https://doi.org/10.5465/amle.2005.19086784>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. New Jersey: Princeton University Press.
- Sullivan, A. & Brown, M. (2015). Reading for pleasure and attainment in vocabulary and mathematics. *British Educational Research Journal*, 41(6), 971-991. <https://doi.org/10.1002/berj.3180>
- Sun, Y. J., Sahakian, B. J., Langley, C., Yang, A., Jiang, Y., Kang, J., Zhao, X., Li, C., Cheng, W., & Feng, J. (2024). Early-initiated childhood reading for pleasure: Associations with better cognitive performance, mental well-being and brain structure in young adolescence. *Psychological Medicine*, 54(2), 359-373. <http://doi.org/10.1017/S0033291723001381>

• 국문 참고문헌에 대한 영문 표기
(English translation of references written in Korean)

- An, Youngmi & Chung, Ick-Joong (2020). The influence of private education time and reading time on academic achievement of elementary school students: Focusing on the mediating effect of learning habits. *Korean Journal of Youth Welfare*, 22(2), 169-195.
<http://doi.org/10.19034/KAYW.2020.22.2.07>
- Bae, Hyun-Jeong (2010). The Effect of Bibliotherapy on Self-Esteem and Interpersonal Relationships of Elementary School Students. Master's thesis, Cheju National University.
- Cho, Han-Beom, Kim, Mee-Hyang, & Kim, In-Jae (2000). The relationship between the physical education achievement and the sex role identity according to the types of physical education: Based on middle school students. *Korean Journal of Physical Education*, 39(3), 208-216.
- Cho, Hyun-Kyung & Son, Hyun-dong (2015). The effect of bibliotherapy utilizing Korean language textbook of 2009 educational curriculum revision on the self-esteem of elementary school students. *Korean Journal of Educational Therapist*, 7(3), 375-392.
- Cho, Jeung-Ryeul & Lee, Imsook (2004). Causal relations among reading ability, reading activity, academic self-efficacy and academic achievement of primary school children. *The Journal of Elementary Education*, 17(1), 127-144.
- Han, Yoonok, Choi, Yong-hoon, & Oh, Duk-Sung (2016). A study on the effectiveness of book trailers as an element of reading motivation for teenagers. *Journal of the Korean Society for Library and Information Science*, 50(1), 5-23. <http://doi.org/10.4275/KSLIS.2016.50.1.005>

- Hong, Myoung-A, Yi, Yong Jeong, & Jeong, Tae-Seon (2020). The effects of public library service using book-trailer on user behavioral reaction. *Journal of the Korean Society for Library and Information Science*, 54(4), 83-105.
<http://doi.org/10.4275/KSLIS.2020.54.4.083>
- Kang, Sun-Sook & Oh, Eui-Kyung (2016). A study on the effect of reading education program on self-esteem and reading attitude: The case of M high school students. *Journal of the Korean Biblia Society for Library and Information Science*, 27(3), 235-253.
<http://doi.org/10.14699/kbiblia.2016.27.3.235>
- Kim, Jong Baeg & Kim, Nam-Hee (2014). Effects of teacher perceived student-teacher relationship and changes in student perceived student-teacher relationships on academic achievement mediated by school happiness and classroom engagement. *Korean Journal of Youth Studies*, 21(12), 285-315.
- Kim, Kapim (2008). The Effects of Bibliotherapy on Elementary School Students' Self-Esteem and School Life Adjustment, Master's thesis, Aju University.
- Kim, Nayoung & Hwang, Hyeyoung (2020). Exploring variables on middle school students' academic engagement using Lasso Regression. *Journal of Education & Culture*, 26(6), 337-355. <http://doi.org/10.24159/jec.2020.26.6.337>
- Kim, Sun-Suk & Koh, Mi-Seon (2007). The factor of effect in growth of academic achievement in adolescent: The use of Latent Growth Model. *Studies on Korean Youth*, 18(3), 5-29.
- Koo, Jaisun & Suh, Eun Kook (2012). Happiness predicts objective academic performance. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 26(2), 35-50.
- Kwon, Eun-Kyung (2012). Reading education at school libraries: New considerations based on the analysis of students' attitudes toward reading and their reading achievements. *Journal of Korean Library and Information Science Society*, 43(4), 249-269.
<http://doi.org/10.16981/kliss.43.4.201212.249>
- Kwon, Eun-Kyung (2020). A study of academic engagement and academic burnout among middle school students. *Journal of Digital Convergence*, 18(11), 123-127.
<http://doi.org/10.14400/JDC.2020.18.11.123>
- Lee, Byeong-Kee (2020). An analysis on the affecting factors, reading disposition of reading flow of elementary and second students. *Journal of Korean Library and Information Science Society*, 41(4), 51-72. <http://doi.org/10.16981/kliss.41.4.201012.51>
- Lee, Eun Ju, Kim, Min Jung, & Song, YeonJoo (2024). The effect of reading time and private education iime on academic engagement of middle school students: Mediating effect of

- self-esteem. *The Journal of Educational Research*, 22(2), 147-165.
<http://doi.org/10.31352/JER.22.2.147>
- Lee, Hyangmi & Chung, Hyewon (2019). The longitudinal relationship of adolescents' reading activity, self-efficacy and academic achievement. *Korean Journal of Educational Research*, 57(3), 233-257. <http://doi.org/10.30916/KERA.57.3.233>
- Lee, Ja-young & Lee, Sang Min (2012). The development and validation of Korean Academic Engagement Inventory. *The Korean Journal of Educational Methodology Studies*, 24(1), 131-147. <http://doi.org/10.17927/tkjems.2012.24.1.131>
- Lee, Jeongrim, Kim, Gilsuk, Song, Shinyoung, Lee, Yejin, Kim, Jinmi, & Kim, Singyeong (2015). Panel Study on Korean Children 2015. Seoul: Korean Institute of Child Care and Education.
- Lee, Jin Hyuk & Song, In Han (2021). A longitudinal study on the relationship between leisure time and life satisfaction among children and adolescents: A fixed effect model analysis. *Korean Journal of Youth Studies*, 28(2), 323-351.
<http://doi.org/10.21509/KJYS.2021.02.28.2.323>
- Lee, Seonyeong, Jeong, Myungeun, & Lim, Hye-Jung (2021). The effect on elementary school student's smartphone dependence on academic achievement: Focusing on the mediating effect on reading time by period in 2011 and 2019. *Journal of Elementary Korean Education*, 71, 277-304. <http://doi.org/10.22818/jake.2021..71.277>
- Lee, Seung Chae (2013). The effect of bibliotherapy on the happiness index of university students. *Journal of Korean Library and Information Science Society*, 44(3), 287-308.
<http://doi.org/10.16981/kliss.44.3.201309.287>
- Lee, Soon Young (2012). Reading and Reading Education in the 21st Century. *New Korean Life*, 22(4), 37-47.
- Lee, Sung Won & Ju, Ji-sun (2021). Analysis of predictive factors and academic engagement based on latent profile of adolescents' leisure time use. *Studies of Korean Youth Activity*, 7(2), 23-46. <http://doi.org/10.36697/skya.2021.7.2.23>
- Lee, Young-Lim (2007). The Effects of Bibliotherapy Program on Self-esteem of the Adolescents. Master's thesis, Baekseok University.
- Ministry of Culture, Sports and Tourism (2024). 2023 National Reading Survey.
- Moon, Myunghyun & Lee, YoonJoo (2016). The Longitudinal relationship between adolescent depression/Anxiety, aggression and academic achievement: Mediating effects of self-esteem. *Korean Journal of Youth Studies*, 23(6), 175-200.
- Park, Juhyeon, Lee, Myounggyu, & Park, Kyunghee (2015). The effect of reading aloud on the

- reading attitude and the self-esteem of elementary school students. *Journal of Korean Library and Information Science Society*, 46(2), 1-27.
<http://doi.org/10.16981/kliss.46.2.201506.1>
- Park, Sung Jae & Shin, Insoo (2024). Exploring factors influencing youth reading in the era of Generative AI. *Journal of the Korean Society for Information Management*, 41(3), 171-203.
<http://doi.org/10.3743/KOSIM.2024.41.3.171>
- Park, Young Mok (2012). Characteristics of reading ability and reading learning. *New Korean Life*, 22(4), 23-36.
- Park, Young Shin, Kim, Ui Chol, Chung, Kab Soon, Lee, Sang Mi, Kwon, Hyug Ho, & Yang, Kye Min (2000). Causes and consequences of life - satisfaction among primary, junior high, and senior high school students. *The Korean Journal of Health Psychology*, 5(1), 94-118.
- Ryu, Su Yeon, Pack, Yun Hyun, & Kim, Jin Wook (2024). A mediating effect of self-esteem in a relationship between longitudinal analysis of elementary students' reading books and learning attitude of 6th grade. *The Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 24(7), 805-819. <http://doi.org/10.22251/jlcci.2024.24.7.805>
- Seo, Gi Ja (2012). The application of bibliotherapy for Improving the self-esteem of university students. *Journal of Literary Therapy*, 25, 75-101.
- Seo, Jeong A & Eom, Ji-Min (2015). Korean children and youth panel survey VI: Data analysis report 1 - Longitudinal effect of social, cultural and economic capitals on youths' happiness. National Youth Policy Institute.
- Seo, Na La (2006). The Effects of a Bibliotherapy Program on the Self-Esteem and School Adjustment of Lower Graders at Elementary School. Master's thesis, Ewha Womans University.
- Seo, Sun-young (2007). The Effect of Reading-Guidance Program on Self-Esteem and Interpersonal Cognitive Problem Solving of Children. Master's thesis, Chinju National University.
- Shin, Sung Hee & Lee, Sun Woo (2024). A longitudinal study on the relationship between leisure activities and subjective happiness among adolescents. *Health and Social Welfare Review*, 44(2), 381-402. <http://doi.org/10.15709/hswr.2024.44.2.381>

