

노숙인이 지각한 사회적지지가 학습된 무기력에 미치는 영향에서 자기효능감의 매개효과: 서울 소재 시설에서 생활하는 남성 노숙인을 중심으로

윤 태 영¹⁾ 유 금 란[†]

본 연구는 남성 노숙인이 지각하는 사회적지지와 학습된 무기력 간의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 확인하였다. 연구를 위해 일시보호시설, 자활시설, 재활시설을 이용하는 남성 노숙인 232명을 대상으로 자료를 수집하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 근로를 하거나 노숙기간이 짧을수록 자기효능감이 높았으며, 근로를 하지 않거나 건강하지 않다고 느낄수록 학습된 무기력이 높았다. 둘째, 노숙기간, 근로여부, 건강상태를 통제한 상태에서 사회적지지는 자기효능감에 유의한 정적 영향을 미쳤으며, 자기효능감은 학습된 무기력에 유의한 부적 영향을 미쳤다. 셋째, 사회적지지와 학습된 무기력 사이에서 자기효능감은 완전 매개효과를 보였다. 본 연구는 이러한 결과를 바탕으로 노숙인의 학습된 무기력을 완화하기 위한 실천적 개입 방안을 논의하였다.

주요어 : 노숙인, 사회적지지, 자기효능감, 학습된 무기력

1) 가톨릭대학교 상담심리대학원 상담학과 석사과정 졸업생

† 교신저자 : 유금란, 가톨릭대학교 심리학과 교수, 경기도 부천시 지봉로 43

E-mail : Kyu@catholic.ac.kr

 Copyright ©2026, The Korean Psychological Association of Culture and Social Issues
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

국내에서는 IMF 외환위기 이전까지 노숙의 원인을 가정불화, 신체 및 정신질환 등 개인의 문제로 인식하는 경향이 강했다(김양규, 2008). 그러나 IMF 외환위기 발생을 기점으로 노숙은 개인의 책임이 아닌 사회 구조적 문제라는 인식이 확산되었다. 노숙의 사회 구조적 원인에 대한 논의는 한국에 앞서 노숙인 증가를 경험한 미국에서도 중요하게 다루어졌다. 특히 미국에서는 노숙과 관련된 정신건강 문제가 일찍부터 논의되었는데, Goodman 등(1991)은 노숙의 심리사회적 외상 이론을 제시하며 노숙에 대한 관점 변화를 시도하였다. 이들은 노숙의 원인을 단순히 정신질환이나 개인적 문제로 보는 대신, 노숙 경험 자체가 심리적 외상을 유발하거나 악화시키며, 그 결과로 사회적 유대감 상실과 학습된 무기력이 나타난다고 주장하였다.

학습된 무기력은 개인이 통제 불가능한 환경에 반복적으로 노출된 결과, 실제로 통제 가능한 상황에서도 자포자기하는 상태를 의미한다(Seligman & Maier, 1967). 나아가 무기력의 정도는 자신의 노력과 결과가 무관하다고 인식하는 귀인 양식에 따라 달라진다(Abramson et al., 1978). 무기력 상태에 놓인 개인은 상황을 통제할 수 없다는 신념을 형성하며, 이로 인해 수동성이 증가하고 미래에 대한 동기와 기대가 감소하여 궁극적으로 수행 능력이 저하되는 결과로 이어진다(김영희, 1996). 학습된 무기력은 국내·외 노숙인 선행연구에서 일관되게 보고되고 있다(강덕상, 한재희, 2020; 김영희, 1996; 김용훈 등, 2020; 김지연, 2004; 김진주 등, 2017; 남기철, 2002; 박익현, 2019; 최우림, 2000; 최정은, 2018; 한소영, 탁장한, 2017; Abramson et al., 1978; Cramer, 1989; Seligman & Maier, 1967; Tollett & Thomas, 1995).

한편, 낮은 자기효능감 역시 학습된 무기력과 마찬가지로 부정적인 경험에 부딪혔을 때 개인이 노력을 쉽게 포기하게 만드는 주요 원인이 될 수 있다. 자기효능감은 Bandura(1977)의 사회인지이론에서 제시된 핵심 개념으로, 주어진 과제나 행동을 성공적으로 수행할 수 있다는 자신의 능력에 대한 믿음을 의미한다. Bandura(1977)는 자기효능감이 낮아 대처 노력을 조기에 중단하는 사람들은 오랜 기간 동안 자신을 약화시키는 부정적인 기대를 지속적으로 유지하게 될 것이라고 강조하였다.

노숙인을 대상으로 한 선행연구에서, 자기효능감은 건강상태, 노숙 기간, 근로여부에 영향을 미치고 있음을 보여준다. 자기효능감은 취약계층의 건강 관련 행위를 포함한 행동 변화를 유발하는 중요한 요인이며(Nyamathi, 2013), 노숙인이 경험하는 분노와 건강기능과의 관계에서도 매개효과를 갖는 것으로 보인다(박수인, 김선아, 2014). 또한 노숙 기간을 단축하는데도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(남기철, 2000; 장순재, 2014; Epel et al., 1999), 사회 복귀 동기와 자활 의지에도 영향을 미치는 것으로 확인되었다(박경숙, 박능후, 2001; 이안열, 김진욱, 2012). 이러한 자기효능감의 특성은 노숙인이 학습된 무기력을 극복하도록 돕는 요인이라고 추측할 수 있는데, 국내 연구에서는 노숙인과 관련하여 두 변인의 관계를 확인한 연구를 찾아볼 수 없었고, 청소년을 대상으로 한 일부 연구(유정옥, 정문경, 2016; 유지영, 김춘경, 2014)에서 그 관계를 확인할 수 있었다.

노숙의 심리사회적 외상 이론(Goodman et al., 1991)에서는 노숙으로 경험하는 부정적인 심리적 반응을 지지적인 환경을 통해 예방하거나 완화할 수 있다고 보며 사회적지지 중

요성을 강조하였다. 사회적지지만 사회적 관계를 통해 획득하는 사랑, 정보, 물질적 원조 등 모든 긍정적 자원을 의미하며, 환경에 대한 통제감을 제공하여 인간의 적응에 도움을 주는 요인이다(박헌일, 2000). 사회적지지는 연구자마다 이 변인에 대해 명확한 개념적 정의는 합의가 이뤄지지 않는 특성이 있다(남경옥, 2021). 때문에 학자마다 상이하기는 하나, 국내 연구에서는 사회적지지를 주로 물질적, 정서적, 정보적, 평가적 지지의 4가지 하위요인으로 구분한다(남경옥, 2021; 박지원, 1985). 이에 노숙인을 대상으로 한 사회적지지와 학습된 무기력의 관계를 확인할 수 있는 실증연구를 찾아보았으나 국내에는 해당 연구가 없었다. 다만 일반인을 대상으로 한 선행연구(김일순, 오오현, 2016; 김희수, 2006; 봉미미, 이명진, 2013; 성인경, 2017; 천보경 등, 2018)에서 그 관계를 확인할 수 있었다.

또한 노숙인이 경험하는 사회적지지가 노숙인의 자기효능감에 어떠한 영향을 끼치는지 선행연구를 검토한 결과, 가족이 제공하는 사회적지지는 자아존중감과 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미쳤으나(김귀분, 원정숙, 2000), 자기효능감 증진에는 유의한 차이를 보이지 않았다(김선희, 2001). 그리고 쪽방 이웃의 정서적 지지는 자기효능감에 유의한 정적 효과를 보였으나(김선희, 2001), 동료 노숙인으로부터 받는 사회적지지는 자기효능감에 유의한 영향을 미치지 않았다(최별, 2017). 또한 동사무소(현, 행정복지센터)와 친구에게 받는 물질적 지지는 자기효능감에 부적 차이를 보였고, 종교인에게서 받는 정서적, 정보적, 물질적 지지는 자기효능감에 유의한 차이를 보이지 않았다(김선희, 2001). 그런데 사회적지지를 제공하는 대상자를 구분하지 않은 선행연구(장순

재, 2014)에서는 사회적지지가 자기효능감에 유의한 정적 효과를 보이는 것으로 나타났다. 이는 결국 사회적지지가 제공되는 객관적 사실보다 지지를 제공받는 사람이 지각하는 정도가 더 중요하다는 선행연구(Cobb, 1976; House, 1981)와 같이, 노숙인이 지각하는 지지의 유형과 출처에 따라 그 효과가 상이함을 명확히 시사한다. 나아가 앞서 제시된 선행연구(김귀분, 원정숙, 2000; 김선희, 2001; 변미성, 2002; 최별, 2017)는 사회적지지 제공자를 가족, 친척 또는 노숙하지 않는 동료 등 노숙인이 현실적으로 자주 접하기 어려운 인물로 설정하였다. 때문에 노숙인이 일상에서 자주 접할 수 있는 사회적지지 제공자를 고려하지 못한 한계를 가진다. 2024년 노숙인 등 실태조사에 따르면 전체 노숙인 중 남성 노숙인은 약 77.6%를, 시설 노숙인이 약 52.3%를 차지한다는 통계 결과를 비추어보았을 때, 현실적으로 생활시설을 이용 중인 노숙인이 사회복지시설 종사자에게 사회적지지를 제공받고 있을 가능성이 높다. 따라서 노숙인이 지각하는 사회적지지를 측정하기 위해서는 생활시설을 이용 중인 노숙인과 사회복지시설 종사자를 포함시킬 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 노숙인이 경험하는 사회적지와 자기효능감, 학습된 무기력의 관계를 확인하여 노숙인의 심리적 특성의 이해를 높이는 기초자료를 제공하고자 한다. 이를 위해 선행연구(남기철, 박수인, 김선아, 2014; 2000; 이안열, 김진욱, 2012; 최정은, 2018; Epel et al., 1999; Nyamathi, 2013)를 바탕으로, 생활시설을 이용 중인 노숙인을 대상으로 노숙 기간, 근로 여부, 건강 상태를 통제하고, 노숙인의 사회적지지의 제공자를 사회복지시설 종사자로 한정하여 연구를 진행하였다.

본 연구의 가설은 다음과 같다.

가설 1. 노숙인이 사회복지기관 종사자로부터 지각하는 사회적지지는 노숙인의 학습된 무기력에 부적 상관을 보일 것이다.

가설 2. 노숙인이 사회복지기관 종사자로부터 지각하는 사회적지지는 노숙인의 자기효능감에 정적 상관을 보일 것이다.

가설 3. 노숙인이 사회복지기관 종사자로부터 지각하는 사회적지지와 학습된 무기력의 관계에서 자기효능감이 매개할 것이다.

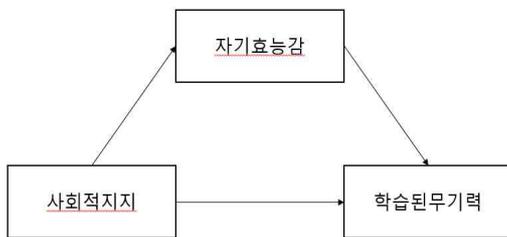


그림 1. 연구모형

방 법

참여자 연구 절차

본 연구는 2022년 8월 연구자 소속 생명윤리위원회(IRB No. 1040395-202107-06)의 승인을 받아 표준 절차에 따라 시행되었다. 연구 대상은 서울시 법인·시설 지원시스템에 등록된 일시보호시설, 자활시설, 재활시설을 이용하거나 입소 중인 노숙인 251명이며, 이들에게 설문지를 직접 배포하여 해당 노숙인이 지각하는 사회적지지, 자기효능감, 학습된 무기력에 대한 정보를 측정하였다. 다만 코로나19 상황으로 인해 연구자가 각 기관 실무자에게 연구

에 대해 안내한 뒤, 이를 교육받은 실무자가 연구 참여자에게 설문을 실시하였다. 응답 시간은 약 10~15분 정도 소요되었으며, 시설에 제공한 설문지 251부를 모두 회수한 후, 이중 불성실하게 응답한 설문지 19개를 제외한 232명의 자료를 본 연구의 분석 자료로 사용하였다.

측정 도구

사회적지지

노숙인이 지각하는 사회적지지를 측정하기 위해 박지원(1985)이 개발한 사회적지지 척도를 김인숙(1994)이 빈곤 여성을 위해 수정한 척도를 사용하였다. 이 척도는 빈곤이라는 측면이 노숙인의 특성과 유사하여, 노숙인 관련 연구에서 활용된 바가 있으므로 본 연구에 적합하다고 판단하였다. 전체 문항은 16문항으로 구성되어 있으며, 하위 유형은 정서, 정보, 물질 차원으로 나뉜다. 정서적지지는 인간의 정서적, 사회적 욕구를 직접적으로 충족시키는 방법으로 대화적 형태의 지원을 의미한다. 예시문항으로는 '내가 사랑받고 있다고 느끼게 해준다.', '내가 잘 했을 때 칭찬을 아끼지 않는다.'가 있다. 또 정보적지지는 개인의 지식 체계에 공헌하는 심리적 형태의 도움으로, 새로운 직업 활동의 기회를 알려주거나, 지식이나 정보를 제공하거나, 문제가 발생했을 때 해결 방법을 알려주는 것을 의미한다. 예시문항으로는 '내가 사회생활에 적응할 수 있게 충고해준다.', '내가 문제의 원인을 찾도록 정보를 준다.'가 있다. 마지막으로 물질적지지는 개인에게 돈, 물건 등과 같은 인적, 물적 자원을 제공하는 것을 의미한다. 예시문항으로는 '내가 필요로 하면 돈을 마련해준다.', '자신이

직접 도움을 줄 수 없을 때는 다른 사람을 보 내서라도 나를 돕는다.'가 있다. 모든 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5 점)'까지 총 5점 리커트 척도로 측정하게 되어 사회적지지의 정도가 높을수록 점수가 높다. 김인숙(1994)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .96으로 나타났다.

자기효능감

노숙인이 지각하는 자기효능감은 Chen 등 (2001)이 개발하고 박대이(2020)가 번역한 일반 적 자기효능감(New Self-Efficacy Scale, NGSE)를 사용하여 측정하였다. 예시문항으로는 '내가 스스로 세운 목표 대부분을 성취할 수 있다.', '어려운 일을 당하더라도 나는 그 일을 잘 해 낼 것이라고 확신한다.'가 있다. 이 척도는 총 8문항의 5점의 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 5점: 매우 그렇다)로 평정한다. 일반 적 자기효능감 척도는 단일요인으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 일반적 자기효능감이 높은 것을 의미한다. 박대이(2020) 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .91로 나타났다.

학습된 무기력

노숙인의 학습된 무기력을 측정하기 위해 신기명(1990)이 개발한 학습된 무기력 척도 (Learned Helplessness Scale)를 사용하였다. 이 척도는 7개 하위요인(우울 및 부정적 인지, 수동성, 통제력 결여, 자신감 결여, 과시욕 결여, 책임성 결여, 지속성 결여)을 포함한 총 45개 문항으로 구성되어 있으며, 5점 리커트 척도 로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 학습된 무기력이 높은 것을 의미한다. 예시문항으로는 '내가 아무 쓸데없는 사람처럼 느껴질 때 가 자주 있다.', '인생이란 허무하고 가치 없는

것이다.'가 있다. 신기명(1990)의 연구에서 나타난 신뢰도(Cronbach's α)는 .77이었고, 검사-재 검사 신뢰도는 .88이었다.

분석방법

본 연구의 자료 분석을 위해 IBM SPSS Statistics 23.0, IBM SPSS Amos 26.0 Graphics, 그리고 PROCESS Macro 4(Hayes, 2018)를 사용하였으며, 구체적인 분석 절차는 다음과 같다. 첫째, 연구참여자의 인구통계학적 특성을 파악하기 위해 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 측정 도구의 타당도를 검증하기 위해 확인적 요 인분석(Confirmatory Factor Analysis, CFA)을 실시 하였으며, 각 척도의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 셋째, 주요 변인의 전반적인 경향성과 정규성을 확인하기 위해 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 포함한 기술통계분석을 실시하였다. 넷째, 인구통계학적 특성에 따른 주요 변인의 차이를 확인하기 위해 독립표본 t -검정과 일원배치 분산분석 (One-way ANOVA)을 실시하였다. 다섯째, 주요 변인 간의 관련성을 파악하기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 여섯째, Baron과 Kenny (1986)가 제안한 매개효과 검증 절차에 따라 위계적 회귀분석을 실시하였으며, 이를 통해 인구사회학적 특성을 통제한 상태에서 단계 별 모형의 설명력과 영향력 변화를 확인하였다. 마지막으로, Hayes(2018)의 PROCESS Macro (Model 4)를 사용하여 매개효과를 검증하였으며, 부트스트래핑(Bootstrapping)을 통해 간접효과 의 유의성을 확인하였다.

결 과

연구참여자의 인구통계학적 특성

연구참여자의 인구통계학적 특성을 확인하기 위해 빈도분석을 실시하였다. 결과는 표 1과 같다. 연령은 50대가 93명(40.1%)로 가장 높았으며, 그 다음으로는 40대 64명(27.6%), 60대 56명(24.1%), 30대 13명(5.6%), 70대 5명(2.2%), 20대 1명(.4%) 순으로 나타났다. 건강상태의 경우 건강을 보통으로 느끼는 경우가 95명(40.9%)으로 가장 높았고, 건강하다고 느끼는 경우와 건강하다고 느끼지 않는 경우가 68명(29.3%)으로 동일하게 나타났다. 근로여부의 경우 근로를 하는 경우가 144명(62.1%)으로 근로를 하지 않는 경우 88명(37.9%)보다 높게 나타났다. 노숙기간의 기준은 Belcher 등(1991)의 연구와 미국 주택도시개발부(HUD) 및 보건복지부(HHS)의 노숙인연례보고서(AHAR)에서 3

년 이상 반복적 노숙을 만성적 노숙으로 규정된 점을 반영하여 설정하였다. 조사 결과, 노숙기간이 3년 이상인 경우가 126명(54.3%)으로, 3년 미만인 경우 104명(44.8%)보다 더 많게 나타났다. 마지막으로 결측치는 건강상태, 노숙기간에서 나타났으나 전체 자료의 1% 미만으로 나타난 수준이었으며, 결측이 있는 사례는 결측치를 제외하여 분석하였다.

측정 도구의 타당도 및 신뢰도 검증

본 연구에 사용된 척도의 타당도를 검증하기 위해 IBM SPSS Amos 26 Graphics을 사용하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 우선 사회적지지 3요인(정서적지지, 정보적지지, 물질적지지)와 학습된 무기력 7요인(자신감결여, 우울 및 부정적 인지, 수동성, 통제적 결여, 지

표 1. 연구참여자의 인구통계학적 특성 (N=232)

특성	구분	빈도	백분율
연령	20대	1	.4
	30대	13	5.6
	40대	64	27.6
	50대	93	40.1
	60대	56	24.1
	70대	5	2.2
	건강상태	건강하다고 느끼지 않는 경우	68
건강을 보통으로 느끼는 경우		95	40.9
건강하다고 느끼는 경우		68	29.3
근로여부	예	144	62.1
	아니오	88	37.9
노숙기간	3년 미만	104	44.8
	3년 이상	126	54.3

속성 결여, 과시욕 결여, 책임성 결여), 자기효능감 단일요인(8문항)으로 확인적 요인분석을 실시한 결과, 해당 모형의 적합도가 낮게 나타났다(CMIN=500.487, $df=132(p<.001)$, CMIN/ $df=3.792$, CFI=.901, TLI=.872, RMSEA=.110). 이러한 부적합의 원인을 파악하기 위해 각 하위요인의 신뢰도를 확인한 결과, 신기명(1990)의 학습된 무기력 척도에서 통제력 결여(Cronbach's $\alpha=.73$), 책임성 결여(Cronbach's $\alpha=.67$), 과시욕 결여(Cronbach's $\alpha=.73$)의 신뢰도가 일반적인 신뢰도 수용 기준(Cronbach's $\alpha=.70$)에 미치지 못하거나 하한선에 근접하여 내적 일관성이 부족한 것으로 나타났다. 또한 신기명(1990)의 연구에서도 책임성 결여(Cronbach's $\alpha=.536$)의 신뢰도가 낮게 보고되었다. 나아가 구체적인 문항도 '출세를 하고 못하고는 우연히 그런 기회가 주어졌는가 아닌가에 따른다.', '이 세상에는 노력에 대한 대가로 얻어지는 일이 극히 드물다.'와 같이 해당 문항으로 책임성을 측정하는데 한계가 있다. 또한 신기명(1990)의 연구는 고등학생을 대상으로 학습된 무기력을 측정하기 위해 개발되어, 과시욕 결여를 측정하기 위한 질문('장래에 유능한 사람이 될 수 있다고 생각한다', '사회에 보탬이 되는 사람이 될 것 같지 않다.', '다른 사람에게 자랑할 것이 없다.')는 연구에 참여하는 노숙인의 현실과 괴리가 크다. 나아가 통제력

결여의 문항('진심으로 노력하는 편이다.', '무엇이나 열중하고 끝까지 계속하지 못한다.', '불행은 내 힘으로 극복할 수 없다.')은 노력이나 의지, 인내력과 같은 개인의 특성을 묻고 있어 노숙 상황에서 경험하는 환경적 특성에 따른 통제력을 측정하는데는 한계가 있다. 이에 모형의 통제력 결여, 과시욕 결여, 책임성 결여 3가지 하위 요인 9문항을 제거하고 모형정제 과정을 거쳐 36개 문항으로 분석을 실시한 결과 측정 모형의 적합도 지수 CMIN=225.852, DF=87, CMIN/DF=2.596, CFI=.956, TLI=.939, RMSEA=.083으로 수용 가능한 수준을 보였다. 또한 본 연구의 주요 변인에 대한 신뢰도 분석 결과, 사회적지지와 자기효능감의 신뢰도(Cronbach's α) 계수는 모두 .95로 나타났다으며, 학습된 무기력은 .98로 나타나 모든 척도가 높은 수준의 내적 합치도를 보였다.

주요 변인들의 기술 통계

본 연구의 가설 검증을 실시하기 전, 주요 변인의 전반적인 경향성과 정규성을 확인하기 위해 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 포함한 기술통계분석을 실시하였다. 분석 결과, 표 2에 제시된 바와 같이 모든 측정 변인의 왜도 및 첨도 값이 기준치에 부합하여 정규 분포 가정을 충족하였다.

표 2. 주요 변인의 기술 통계치 (N=228)

측정영역	변인	최대값	최소값	평균	표준편차	왜도	첨도
독립변인	사회적지지	5	1	3.09	.851	.079	-.048
매개변인	자기효능감	5	1	3.09	1.011	-.001	-.441
종속변인	학습된 무기력	5	1	2.68	.847	-.001	-.253

주요 변인 수준 간의 차이 검증

한편, 본 연구 설문에 참여한 노숙인의 자기효능감의 평균점수가 3.09로 낮지 않고, 학습된 무기력의 평균점수가 2.68로 높지 않게 나타났다. 이에 각 변인 간 차이를 확인하기 위해, 연구참여자의 사회적지지와 자기효능감의 수준을 평균값을 기준으로하여 고집단, 저집단으로 나눈 뒤, 독립표본 t분석을 실시하였다. 확인 결과, 표 3에서 나타난 바와 같이 사회적지지에 따른 자기효능감의 차이는 통계적으로 유의하였으며($t=6.623, p<.001$), 학습

된 무기력의 차이도 통계적으로 유의하였다($t=-1.995, p<.05$). 그리고 표 4에서 나타난 바와 같이 자기효능감에 따른 학습된 무기력의 차이는 통계적으로 유의하였다($t=-5.651, p<.001$).

인구학적 특성에 따른 차이 검증

연구참여자의 인구학적 특성에 따라 주요 변인인 사회적지지, 자기효능감, 학습된 무기력에 각각 어떠한 차이가 있는지 확인하기 위해 독립표본 t분석과 일원배치 분산분석

표 3. 사회적지지의 고집단 및 저집단에 자기효능감과 학습된 무기력의 평균 차이 (N=232)

변인	사회적지지		t
	고집단	저집단	
	(n=118)	(n=114)	
	M(SD)	M(SD)	
자기효능감	3.42(0.81)	2.74(0.75)	6.623***
학습된 무기력	2.98(0.79)	3.20(0.90)	-1.995*

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

표 5. 노숙인의 근로여부에 따른 주요 변인 간의 차이 검증 (N=232)

변인	근로여부		t
	예	아니오	
	(n=144)	(n=88)	
	M(SD)	M(SD)	
사회적지지	3.15(0.82)	2.98(0.90)	1.477
자기효능감	3.21(0.99)	2.88(1.01)	2.456*
학습된 무기력	2.53(0.81)	2.92(0.86)	-3.389**

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

표 4. 자기효능감의 고집단 및 저집단에 따른 학습된 무기력의 평균 차이 (N=232)

변인	자기효능감		t
	고집단	저집단	
	(n=116)	(n=116)	
	M(SD)	M(SD)	
학습된 무기력	2.73(0.98)	3.43(0.92)	-5.651***

*** $p<.001$

표 6. 노숙인의 노숙기간에 따른 주요 변인 간의 차이 검증 (N=230)

변인	노숙기간		t
	3년 미만	3년 이상	
	(n=104)	(n=126)	
	M(SD)	M(SD)	
사회적지지	3.18(0.77)	3.02(0.90)	1.413
자기효능감	3.32(0.97)	2.90(1.02)	3.125**
학습된 무기력	2.60(0.83)	2.74(0.87)	-1.150

** $p<.01$

표 7. 노숙인의 건강상태에 따른 주요 변인 간의 차이 검증 (N=231)

변인	집단 1	집단 2	집단 3	F
	(n=68) M(SD)	(n=95) M(SD)	(n=68) M(SD)	
사회적지지	3.17(.89)	3.05(0.76)	3.09(.85)	.470
자기효능감	2.91(1.11)	3.07(.94)	3.28(.99)	2.308
학습된 무기력	2.99(.86)	2.60(.84)	2.47(.78)	7.177**

** $p < .01$

주. 집단 1. 건강하다고 느끼지 않는 경우, 집단 2. 건강을 보통으로 느끼는 경우, 집단 3. 건강하다고 느끼는 경우.

(One-way ANOVA)을 실시하였다. 실시 결과, 표 5에서 보이는 바와 같이, 자기효능감은 근로여부에 따른 차이가 통계적으로 유의하였고 ($t=2.456, p<.05$), 학습된 무기력에 따라서도 근로 여부에 따른 차이가 유의했다($t=-3.389, p<.01$). 그러나 사회적지지는 근로여부에 따른 차이가 통계적으로 유의하지 않았다. 또한 표 6에서 보이는 바와 같이 노숙기간에 따른 자기효능감 차이는 통계적으로 유의하였으나 ($t=3.125, p<.01$), 사회적지지와 학습된 무기력은 노숙기간에 따른 차이가 통계적으로 유의하지 않았다. 마지막으로 학습된 무기력은 표 7과 같이 건강상태에 따라 하위집단 간 차이가 통계적으로 유의하였다($F(2, 228)=7.177, p<.01$). 건강상태에 따른 학습된 무기력의 차이를 구체적으로 확인하기 위해 Scheffe 검증을 실시한 결과 건강하다고 느끼지 않는 집단(집단 1)이 건강을 보통으로 느끼는 집단(집단 2)과 건강하다고 느끼는 집단(집단 3)보다 학습된 무기력이 더 높았으며, 건강을 보통으로 느끼는 집단(집단 2)과 건강하다고 느끼는 집단(집단 3)에서 학습된 무기력의 차이는 없었다. 그리고 사회적지지와 자기효능감에서는

건강상태에 따른 하위집단 간 차이가 통계적으로 유의하지 않았다.

주요 변인 간의 상관 관계

본 연구의 주요 변인인 사회적지지, 자기효능감, 학습된 무기력 및 통제 변인들 간에 어떤 관련성을 가지는지 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 실시 결과, 표 8과 같이 사회적지지는 자기효능감과 유의한 정적 상관관계를 보였으며($r=.512, p<.01$), 학습된 무기력과 부적 상관관계를 보였다($r=-.143, p<.05$). 또 자기효능감은 학습된 무기력과 부적 상관관계를 보였다($r=-.435, p<.01$).

표 8. 주요 변인 간의 상관 관계 (N=232)

변인	1	2	3
1. 사회적지지	-		
2. 자기효능감	.512**	-	
3. 학습된 무기력	-.143*	-.435**	-

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

인구학적 특성을 통제한 각 변인 간의 위계적 회귀분석

선행연구(박수인, 김선아, 2014; 이안열, 김진욱, 2012; 남기철, 2000; 박경숙, 박능후, 2001; Epel et al., 1999; Nyamathi, 2013)에 따르면, 노숙인의 근로 여부, 노숙 기간, 건강 상태는 자기효능감과 학습된 무기력에 유의한 영향을 미치는 것으로 보고되었다. 이에 본 연구에서는 이들 변인을 통제변인으로 설정하고, Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개효과 검증 절차에 따라 위계적 회귀분석을 실시하여 주요 변인 간의 영향력을 확인하였다.

우선 사회적지지가 자기효능감에 미치는 영향력을 확인한 결과, 표 9와 같이 회귀모형은 통계적으로 유의하였으며($F=26.235, p<.001$), 설명력은 31.9%로 나타났다. 이때 사회적지지는 자기효능감에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 확인되었다($t=8.862, p<.001$).

그리고 사회적지지가 학습된 무기력에 미치는 영향에서 자기효능감의 매개효과를 확인한

결과, 표 10과 같이 모형 1은 통계적으로 유의하였으며($F=7.673, p<.001$), 설명력은 약 9.3%로 나타났다. 구체적으로 살펴보면 건강 상태($\beta=-.202, p<.01$)가 나쁘다고 인지할수록, 근로를 하지 않을수록($\beta=.196, p<.01$) 학습된 무기력이 높아지는 것으로 확인되었다. 다음으로 독립변인인 사회적지지를 추가로 투입한 모형 2의 설명력은 11.0%로 모형 1에 비해 1.7% 증가하였으며, 모형 역시 통계적으로 적합하였다($F=6.943, p<.01$). 분석 결과, 사회적지지는 학습된 무기력에 유의한 부적 영향($\beta=-.134, p<.05$)을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 사회적지지가 높을수록 학습된 무기력은 감소하였다. 다음으로 매개변인인 자기효능감을 추가로 투입한 모형 3을 살펴보면, 설명력은 24.4%로 모형 2에 비해 13.4% 증가하였으며 통계적으로 유의하였다($F=14.357, p<.001$). 마지막으로 다중공선성 진단 결과 모든 변수의 공차한계는 .769 ~ .966의 범위를 보였으며, 분산팽창지수(VIF)는 1.035 ~ 1.300으로 나타나 일반적인 기준인 공차한계 0.1 이상,

표 9. 사회적지지와 자기효능감의 위계적 회귀분석

변수	모형1			모형2			
	B	β	t	B	β	t	
(상수)	3.823		10.833	1.576		3.980	
통제변인	노숙기간	-.385	-.189	-2.939**	-.280	-.138	-2.469*
	근로여부	-.317	-.152	-2.360*	-.202	-.116	-1.732
	건강상태	.150	.113	1.747	.197	.149	2.657**
독립변인	사회적지지			.591	.495	8.862***	
F		6.544			26.235***		
R ²		.080			.319		
ΔR^2		.080			.239		

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

표 10. 사회적지지와 자기효능감, 학습된 무기력의 위계적 회귀분석

변수	모형1			모형2			모형3			
	B	β	t	B	β	t	B	β	t	
(상수)	2.511		8.534	3.021		7.950	3.606		9.923	
통제 변인	노숙기간	.092	.054	.843	.068	.040	.627	-.036	-.021	-.351
	근로여부	.343	.196	3.068**	.317	.181	2.838**	.242	.138	2.331*
	건강상태	-.224	-.202	-3.135**	-.235	-.211	-3.301**	-.162	-.145	-2.422*
독립 변인	사회적지지			-.134	-.134	-2.099*	.085	.085	1.239	
매개 변인	자기효능감						-.371	-.442	-6.266***	
F		7.673			6.943*			14.357***		
R ²		.093			.110			.244		
ΔR^2		.093			.017			.134		

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

VIF 10 미만을 충족하였다. 따라서 독립변수 간의 다중공선성 문제는 없는 것으로 확인되었다.

사회적지지와 학습된 무기력의 관계에서 자기효능감의 매개효과

인구통계학적 특성을 통제한 사회적지지와 학습된 무기력 간 관계에서 자기효능감의 매개효과를 확인하기 위해 Hayes(2018)의 Process Macro (Model 4)를 실시하였다. 실시 결과, 표 11에서와 같이 사회적지지는 자기효능감에 정적 영향을 미쳤으며($B = .591, p < .001$), 자기효능감은 학습된 무기력에 부적 영향을 미쳤다($B = -.371, p < .001$). 하지만 사회적지지는 학습된 무기력에 통계적으로 유의한 영향을 미치지 않았다.

다음으로 사회적지지와 학습된 무기력의 관계에서 간접효과의 유의성을 확인하기 위해 부트스트래핑을 실시한 결과, 표 12에서와 같이 사회적지지와 학습된 무기력 관계에서 자기효능감의 간접효과 값은 -.219로 나타났고, 이는 하한 신뢰구간(LLCI = -.320)과 상한 신뢰구간(ULCI = -.132) 사이에 0이 포함되지 않으므로, -.219의 간접효과가 통계적으로 유의하다고 할 수 있다.

종합하면, 사회적지지는 학습된 무기력에 직접적인 영향은 미치지 않으나, 자기효능감을 매개로 하여 학습된 무기력을 낮추는 완전매개 효과가 있음을 시사한다. 즉, 사회적지지가 높을수록 자기효능감이 높아지고, 높아진 자기효능감이 학습된 무기력을 감소시키는 것을 확인하였다.

표 11. 사회적지지와 학습된 무기력의 관계에서 자기효능감의 매개효과 (N=229)

변수	매개변인				종속변인				
	자기효능감				학습된 무기력				
	B	SE	β	r	B	SE	β	r	
(상수)	1.576	.396	-	3.979	3.606	.363	-	9.923	
통제변인	노숙기간	-.280	.114	-.138	-2.467*	-.036	.102	-.021	-.351
	근로여부	-.202	.116	-.097	-1.732	.242	.104	.138	2.331*
	건강상태	.197	.074	.149	2.657**	-.162	.067	-.145	-2.422*
독립변인	사회적지지	.591	.067	.495	8.862***	.085	.069	.085	1.239
매개변인	자기효능감				-.371	.059	-.442	-6.266***	
F		26.235***				14.357***			
R ²		.319				.244			

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

표 12. 사회적지지와 학습된 무기력의 관계에서 자기효능감 간접효과의 유의성

경로	Effect	BootSE	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
사회적지지 → 자기효능감 → 학습된 무기력	-.219	.048	-.320	-.132

논 의

본 연구는 노숙인이 지각하는 사회적지지가 학습된 무기력에 미치는 영향에 있어서 자기효능감이 매개효과를 갖는지 알아보았다. 연구의 주요 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 노숙인의 인구학적 특성에 따른 자기효능감 및 학습된 무기력의 차이를 분석한 결과, 노숙 기간이 짧을수록, 그리고 근로 활동을 할 경우 자기효능감이 높았다. 반면, 건강상태가 좋지 않다고 느끼거나 근로 활동을 하지 않는 경우 학습된 무기력이 높았다. 이는 자기효능감이 노숙인의 건강 및 자활 의지, 노숙기간에 영향을 미칠 수 있다는 선행연구

(박수인, 김선아, 2014; 이안열, 김진욱, 2012; 남기철, 2000; Epel et al., 1999; Nyamathi, 2013)와 같은 맥락을 이어간다. 둘째, 노숙 기간, 근로 여부, 건강 상태를 통제하여 위계적 회귀분석을 실시한 결과, 노숙인이 지각한 사회적지지는 자기효능감에 정적 영향이 유의하게 나타났으며, 학습된 무기력에 부적 영향이 유의하게 나타났다. 이는 사회적지지가 자기효능감에 긍정적 영향을 줄 수 있다는 선행연구(김귀분, 원정숙, 2000; 김선희, 2001)와 사회적지지가 학습된 무기력에 영향을 미칠 수 있다는 선행연구(성인경, 2017; 천보경 등, 2018)와 일치하는 결과다. 셋째, 매개 효과 검증 결과, 사회적지지와 학습된 무기력의 관계에서 자기

효능감의 간접효과는 통계적으로 유의하였다. 이는 사회적지지가 노숙인의 자기효능감에 영향을 줄 수 있다는 선행연구(김귀분, 원정숙, 2000; 김선희, 2001)와 자기효능감이 학습된 무기력에 영향을 줄 수 있다는 선행연구(신기명, 1990; 유지영, 김준경, 2014; Cramer, 1989)의 맥락을 이어간다.

본 연구의 결과는 노숙인이 지각한 사회적지지, 자기효능감, 학습된 무기력에 관하여 다음과 같은 함의를 가진다. 첫째, 본 연구는 노숙인이 지각한 사회적지지가 학습된 무기력에 미치는 영향에서 자기효능감이 완전매개함을 실증적으로 확인하였다. 일반인을 대상으로 사회적지지가 학습된 무기력을 직접적으로 낮춘다고 보고한 선행연구(금명자 등, 2018; 김일순, 오오현, 2016)와 같이 본 연구에서도 노숙인이 지각한 사회적지지는 무기력의 감소로 이어졌다. 하지만 자기효능감이 사회적지지와 학습된 무기력을 매개함으로써 그 영향력이 높아지는 것을 알 수 있었다. 이는 노숙인에게 단순히 사회적지지와 같은 외부 자원을 제공하는 것만으로는 불충분하며, 그 지원이 노숙인의 자기효능감을 증진할 때 비로소 학습된 무기력이 완화될 수 있음을 시사한다. 따라서 사회복지 현장에서는 자원의 양적 확대를 넘어, 제공된 지원이 대상자의 자기효능감을 실제로 고취하는지 점검하는 질적 접근을 향상시킬 필요가 있다.

둘째, 노숙인의 실질적인 사회 복귀를 위해 직업 재활과 더불어 자기효능감 증진을 위한 심리적 지원이 결합된 통합적 자활 프로그램의 도입이 필요하다. 본 연구에서 근로 여부와 노숙 기간은 자기효능감 수준에 유의한 차이를 보였으며, 이는 2024년도 노숙인 등 실태조사(보건복지부, 2025) 결과와도 맥락을 같

이한다. 해당 조사에 따르면 노숙인의 미취업률은 75.3%에 달하지만, 미취업자의 43.1%는 자신에게 근로 능력이 있다고 응답하였다. 또한 시설 노숙인의 63.2%가 65세 미만으로 경제활동이 가능한 연령대임에도 불구하고 장기 실업 상태에 놓여 있다. 이는 노숙인이 보유한 잠재적 근로 역량이 실제 취업으로 연결되지 못하는 주된 원인이 단순한 능력 부재가 아니라, 반복된 실패로 인한 학습된 무기력과 같은 심리적 장벽일 가능성을 시사한다. 따라서 향후 자활 정책은 단순 일자리 알선을 넘어, 작은 성취 경험을 제공하여 자기효능감을 단계적으로 회복시킬 수 있는 정서적 지원을 직업 훈련 과정에 포함할 필요가 있겠다.

셋째, 노숙인의 심리적 특성을 고려한 전문적인 사례관리 인력 확충과 서비스 전달체계의 개편이 요구된다. 본 연구 결과에서 사회적지지는 자기효능감을 매개로 하여 학습된 무기력에 유의한 영향을 미쳤다. 이는 사회적지지의 제공 여부보다 노숙인이 이를 어떻게 지각하느냐가 더 중요함을 의미한다. 그러나 현재 노숙인 복지 현장은 생존에 필요한 물질 지원 중심이며, 정서적 지지를 전문적으로 제공할 인력은 턱없이 부족하다. 실제로 2023년에서 2025년 노숙인 등 복지사업 안내에 따르면 정신건강전문요원 배치 기준은 일부 시설에 국한되어 있으며, 심리상담 전문 인력에 대한 규정은 미비한 실정이다(보건복지부, 2023; 보건복지부, 2024; 보건복지부, 2025). 노숙인의 학습된 무기력은 만성적인 좌절 경험에서 비롯된 복합적인 문제이므로, 비전문적인 온정적 접근만으로는 해결하기 어렵다. 따라서 노숙인 시설에 정신건강전문요원 및 상담심리사 등 전문 자격을 갖춘 인력을 필수적으로 배치하여, 개별 심리 상담과 인지행동

치료 등을 포함한 전문적인 사례관리가 이루어질 수 있도록 제도적 보완이 필요하다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 남성 노숙인만을 대상으로 진행되었으며, 여성 노숙인은 연구 대상에서 제외되었다. 따라서 본 연구의 결과를 성별 특성이 다른 여성 노숙인을 포함한 전체 노숙인 집단으로 일반화하여 해석하는 데에는 주의가 필요하다. 둘째, 본 연구는 서울 소재의 일시보호, 재활, 자활시설을 이용 중인 노숙인만을 대상으로 하였기에, 시설을 이용하지 않는 거리 노숙인은 포함되지 않았다. 시설 여부에 따라 노숙인이 접하는 환경과 사회적지지 체계가 다를 수 있으므로, 본 연구의 결과를 모든 노숙인에게 적용하기에는 한계가 있다. 따라서 후속 연구에서는 연구 대상을 거리 노숙인까지 확장하여 시설 이용 유무에 따른 차이를 살펴볼 필요가 있다. 셋째, 노숙 기간 측정에 있어 연구 참여자의 주관적 보고에 의존했다는 한계가 있다. 현재 국내에는 노숙 기간 산정에 대한 명확한 법적 기준이 부재하며, 개인마다 노숙으로 인식하는 시점이 상이하여 실제 노숙 기간과 보고된 기간 간에 차이가 발생할 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 노숙 기간에 대한 조작적 정의를 사전에 명확히 설명하거나, 객관적인 입소 기록 등을 보완적으로 활용하여 자료의 정확성을 높일 필요가 있다. 넷째, 본 연구는 사회적지지의 제공원을 시설 종사자로 한정하였으므로, 가족이나 동료 노숙인 등 다른 집단으로부터 받는 지지의 영향력을 포괄하지 못했다. 이에 본 연구의 결과를 노숙인이 경험하는 전반적인 사회적지지의 효과로 확대 해석하기에는 제한이 따른다. 향후 연구에서는 다양한 지지 제공자를 변수로 포함하여, 각각의

제공자의 영향력이 자기효능감과 학습된 무기력에 미치는 차이를 분석할 것을 제안한다.

다섯째, 본 연구는 횡단적 연구 설계를 사용하여 변인 간의 상관관계를 파악했으나, 시간의 흐름에 따른 명확한 인과 관계를 규명하기에는 한계가 있다. 즉, 사회적지지의 변화가 선행되어 자기효능감을 매개로 학습된 무기력을 변화시켰는지 단정하기 어렵다. 이에 후속 연구에서는 실험 설계 등을 통해 실제로 자기효능감 증진을 통한 사회적지지 강화 프로그램의 현장에 적용해 보고, 그에 따른 무기력 완화 효과를 검증하는 인과적 접근이 필요하겠다.

참고문헌

- 강덕상, 한재희 (2020). 자살충동을 겪는 남성 노숙인의 심리사회적 경험 연구. *상담학 연구*, 21(2), 219-240.
- 김귀분, 원정숙 (2000). 노숙자에 대한 가족지지, 자아존중감 및 삶의 만족도에 관한 연구. *경희대학교 동서간호학연구소*, 5(1), 50-64.
- 김용훈, 김계순, 이경숙 (2020). 노숙인의 심리사회적 특성에 관한 연구. *한국심리학회지: 일반*, 39(4), 667-698.
- 김양규 (2008). *홈리스에 대한 경찰법적인 보호 규제 방안*. 경희대학교 행정대학원 석사학위논문.
- 김인숙 (1994). 사회적 지지와 심리적 디스트레스의 관계에 관한 비교연구: 빈곤여성 과 중산층 여성을 중심으로. *한국사회복지학*, 27, 67-89.
- 김선희 (2001). *쪽방거주자의 사회적지지와 자*

- 기효능감 간의 관계 연구. 가톨릭대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김영희 (1996). 학습된 무기력에 관한 이론적 고찰. *경기교육논총*, 5, 39-55.
- 김일순, 오오현 (2016). 귀인성향이 학습된 무기력에 미치는 영향에서 자기효능감과 사회적지지의 매개효과: 중학생을 중심으로. *한국기독교상담학회지*, 27(1), 43-74.
- 김지연 (2004). 거리노숙인과 쉼터노숙인의 심리·정신적 특성 비교. *중앙대학교 사회개발대학원 석사학위논문*.
- 김진주, 박은영, 현명선 (2017). 노숙인의 삶의 경험에 관한 현상학적 연구. *정신간호학회지*, 26(1), 88-100.
- 김희수 (2006). 고등학생의 학습된 무기력이 정신건강과 자기효능감에 미치는 영향. *중등교육연구*, 54(2), 77-93.
- 남경옥 (2021). 방문요양보호사의 회복탄력성이 직무소진에 미치는 영향: 사회적지지와 자기효능감의 조절 효과를 중심으로. *가천대학교 일반대학원 박사학위논문*.
- 남기철 (2000). 노숙기간에 따른 심리사회적 외상이 보호시설 퇴소에 미치는 영향. *서울대학교 일반대학원 박사학위논문*.
- 남기철 (2002). 거리 노숙인의 생활실태와 사회복지 욕구. *생활과학연구*, 7, 213-224.
- 박경숙, 박능후 (2001). 저소득층 여성가장 생활실태조사 및 자활프로그램 개발. *경기도 여성정책과*.
- 박대이 (2020). 의존성이 상담서비스 이용 의향에 미치는 영향: 일반적 자기효능감의 매개효과. *대구대학교 일반대학원 석사학위논문*.
- 박수인, 김선아 (2014). 남자 노숙인의 분노와 건강기능과의 관계에서 자기효능감의 매개효과. *대한간호학회지*, 44(4), 361-370.
- 박익현 (2019). 시설 노숙인의 자활에 관한 경험 연구: 탈 노숙 및 사회복귀 노숙인 시설 재진입 사례를 중심으로. *중앙대학교 사회복지대학원 석사학위논문*.
- 박지원 (1985). 사회적지지 척도 개발을 위한 연구. *연세대학교 일반대학원 박사학위논문*.
- 박현일 (2000). 지각된 사회적지지와 자기효능감간의 관련성에 대한 문헌 연구. *계명연구논총*, 18, 5-23.
- 변미성 (2002). 노숙인 쉼터 입소인의 노숙기간 장기화 요인에 관한 연구. *중앙대학교 사회개발대학원 석사학위논문*.
- 보건복지부 (2023). 2023 노숙인 등의 복지사업 안내.
- 보건복지부 (2024). 2024 노숙인 등의 복지사업 안내.
- 보건복지부 (2025). 2025 노숙인 등의 복지사업 안내.
- 보건복지부 (2025). 2024 서울시 노숙인 등의 실태조사 결과 발표.
- 봉미미, 이명진 (2013). 청소년기의 학습된 무기력. *교육학연구*, 51(3), 77-105.
- 성인경 (2017). 고등학생의 학업 스트레스, 사회적지지, 학습된 무기력과의 관계. *대진대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 신기명 (1990). 학습된 무력감 진단척도의 개발에 관한 연구. *건국대학교 일반대학원 박사학위논문*.
- 유정옥, 정문경 (2016). 청소년이 지각한 부모의 심리적 통제가 자기효능감을 매개로 학습된 무기력에 미치는 영향. *청소년학연구*, 23(10), 73-95.
- 유지영, 김춘경 (2014). 자기효능감과 자아탄력

- 성이 초등학생의 학습된 무기력에 미치는 영향. *정서·행동장애연구*, 30(1), 83-102.
- 이안열, 김진욱 (2012). 노숙인의 노숙 경험적 특성과 심리사회적 특성이 자기효능감에 미치는 영향. *한국사회복지학연구*, 33, 21-43.
- 장순재 (2014). 노숙경험과 사회적지지가 노숙인의 자기효능감에 미치는 영향. *21세기 사회복지연구*, 11(1), 5-24.
- 천보경, 금명자, 박찬호 (2018). 가정폭력 피해 여성의 학습된 무기력과 자립의지에 미치는 사회적지지의 효과. *아시아태평양 멀티미디어 서비스 융복합 예술, 인문학 및 사회학 저널*, 8(11), 449-457.
- 최 별 (2017). 사회적지지가 노숙인의 자활의지에 미치는 영향: 우울의 매개효과를 중심으로. *숭실대학교 일반대학원 석사학위논문*.
- 최우림 (2000). 노숙자의 노숙력에 관한 연구. *가톨릭대학교 일반대학원 석사학위논문*.
- 최정은 (2018). 탈노숙인의 직업복귀 경험 분석. *경기대학교 일반대학원 박사학위논문*.
- 한소영, 탁장한 (2017). 쪽방거주의 지속에 내재된 주민들의 이중심리 분석. *서울도시연구*, 18(1), 97-121.
- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. D. (1978). *Learned helplessness in humans: Critique and reformulation*. *Journal of Abnormal Psychology*, 87(1), 49-74.
- Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). *The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Belcher, J. R., Scholler-Jaquish, A., Drummond, M. (1991). *Three stages of homelessness: A conceptual model for social workers in health care*. *Health & Social Work*, 16(2), 87-93.
- Chen, G., Gully, S. M., Eden, D. (2001). *Validation of a new general self-efficacy scale*. *Organizational Research Methods*, 4(1), 62-83.
- Cobb, S. (1976). *Social support as a moderator of life stress*. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- Cramer, D. (1989). *Self-esteem and the facilitativeness of parents and close friends*. *Person-Centered Review*, 4(1), 61-76.
- Epel, E. S., Bandura, A., & Zimbardo, P. G. (1999). *Escaping homelessness: The influences of self-efficacy and time perspective on coping with homelessness*. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(3), 575-596.
- Goodman, L., Saxe, L., & Harvey, M. (1991). *Homelessness as psychological trauma: Broadening perspectives*. *American Psychologist*, 46(11), 1219-1225.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach (2nd ed.)*. Guilford Press.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley.
- Nyamathi, A. (2013). [Keynote Lecture] *Developing Nursing Theory and Science in Vulnerable Populations Research*. *한국간호과학회 학술대회*, 56-75.
- Seligman, M. E. P., & Maier, S. F. (1967). *Failure to escape traumatic shock*. *Journal of Experimental*

윤태영·유금란 / 노숙인이 지각한 사회적지지가 학습된 무기력에 미치는 영향에서 자기효능감의 매개효과: 서울 소재 시설에서 생활하는 남성 노숙인을 중심으로

Psychology, 74(1), 1-9.

Tollett, J. H., & Thomas, S. P. (1995). *A theory-based nursing intervention to instill hope in homeless veterans. Advances in Nursing Science*, 18(2), 76-90.

논문 투고일 : 2025. 09. 10

1 차 심사일 : 2025. 10. 17

게재 확정일 : 2026. 01. 07

**The Mediating effect of Self-efficacy in the Relations
between Perceived Social Support and
Learned Helplessness among Homeless Individuals:
Focusing on Male Homeless Individuals living in Facilities in Seoul**

Taeyoung Yoon

Kumlan Yu

The Catholic University of Korea

This study examined the mediating effect of self-efficacy on the relationship between perceived social support and learned helplessness among male homeless individuals. Data were collected from 232 male homeless individuals residing in temporary shelters, self-reliance facilities, and rehabilitation facilities in Seoul. The findings indicated that first, individuals who were employed or had shorter durations of homelessness exhibited higher levels of self-efficacy, while those who were unemployed or perceived their health as poor showed higher levels of learned helplessness. Second, after controlling for the duration of homelessness, employment status, and health status, social support was found to have a significant positive effect on self-efficacy. Simultaneously, self-efficacy exerted a significant negative effect on learned helplessness. Third, self-efficacy was found to have a full mediating effect on the relationship between social support and learned helplessness. Based on these findings, this study discussed practical intervention strategies aimed at mitigating learned helplessness by enhancing self-efficacy within the homeless population.

Key words : Homeless people, Social support, Self-efficacy, Learned helplessness