

중학생의 탄력성에 영향을 미치는 요인: 개인 간 차와 개인 내 변화량의 비교

이 지 희 엄 정 호 김 소 린 이 상 민[†]

고려대학교 교육학과

본 연구의 목적은 탄력성에 영향을 미치는 보호요인과 위험요인이 탄력성의 개인 간 차와 개인 내 변화량에 미치는 영향을 비교하는 데 있다. 이를 위해 서울 소재의 중학교에 다니는 학생 400여 명을 대상으로 탄력성과 우울, 불안, 학업자아개념, 대처전략을 측정하였다. 탄력성의 개인 간 차에 영향을 미치는 요인을 알아내기 위해 첫 번째 분석은 1차 시점에서 측정된 우울, 불안, 학업자아개념, 대처전략을 독립변수로, 1차 시점에서 측정한 탄력성을 종속변수로 설정하여 회귀분석하였다. 개인 내 탄력성의 변화량에 영향을 미치는 변인을 알아내기 위하여 두 번째 분석은 1-2차 탄력성 변화량에 대한 1차 보호요인 및 위험요인의 회귀분석을 실시하였다. 연구 결과, 첫 번째 분석에서는 학업자아개념, 문제중심 대처전략이 탄력성의 개인 간 차이에 정적인 영향을 미쳤고, 우울과 소망적 사고 대처전략이 부적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 반면 두 번째 분석에서는 개인 내 탄력성 변화량에 학업자아개념과 우울이 각각 유의미한 정적, 부정적 영향을 주는 것을 확인하였다. 이는 탄력성에 영향을 미치는 변인이 개인 간 차와 개인 내 변화량에서 차이가 남을 의미한다. 연구 결과를 토대로 탄력성에 영향을 주는 변인에 대한 논의를 전개하였고, 상담 실재에 있어서의 시사점을 제시하였다.

주요어 : 탄력성, 중학생, 보호요인, 위험요인, 개인 간 차, 개인 내 변화량

[†] 교신저자(Corresponding Author) : 이상민, 고려대학교 교육학과, (136-701) 서울시 성북구 안암동 5가
Tel: 02-3290-2306, E-mail: leesang@korea.ac.kr

청소년기는 생물학적, 인지적, 심리적, 사회적, 그리고 도덕적인 측면 등 그 어떤 시기보다 다양하고 광범위한 분야에서 발달이 이루어지는 시기이다(남미애, 2011; 신현숙, 구본용, 2001; 임지연, 김신영, 2007). 이러한 다양한 측면에서의 급격한 변화로 인해 청소년들은 갈등과 불안정을 경험하게 된다(이은주, 1998). 또한 청소년의 수많은 발달적 당면과제는 생애 주기 중 다른 어느 시기보다 개인을 정서적으로 민감하게 하여 작은 역경에도 크게 스트레스를 느끼게 한다. 특히 초기 청소년기인 중학생 시기는 아동에서 성인으로 전환하는 과도기적인 단계이므로 과격하고 극단적인 행동을 표출하기 쉬우며 현실적응 사이에서 과중한 스트레스 노출로 긴장과 혼동을 경험하여 심리정서적인 부적응이 일어날 수 있다(Roberts, 1981; 김미애, 박완주, 2008, 재인용). 이러한 상황에서 스트레스를 적절한 방식으로 처리하지 못한 학생들은 적응에 곤란을 느끼는데 이는 퇴행, 공격적 행동, 학업태만, 물질오·남용, 폭력, 비행, 자살 등의 부적절한 행동으로 이어지기도 한다(김미애, 박완주, 2008; 김민아, 권경인, 2008; 이은주, 1998).

그러나 스트레스를 경험하는 모든 학생들이 부적응을 보이는 것은 아니며, 스트레스 경험에도 불구하고 적응을 이루는 학생들이 있다(김민아 & 권경인, 2008; 신현숙 & 구본용, 2001; 이지희 등, 2011; Anthony, 1987; Garnezy & Rutter, 1983; Rutter, 1979, 1985). 이처럼 심한 스트레스와 같은 생리적이거나 심리적 위험 요인에 직면했을 때에도 어려움을 극복하고 환경에 성공적으로 적응하는 것을 탄력성(resilience)이라고 한다(Luthar et al., 2000). 즉, 탄력성은 개인이 생활 과정 중 직면할 수 있는 스트레스나 역경에 의해 일시적으로는 부

적응 상태에 빠질 수 있지만, 곧 이전의 적응 수준으로 다시 돌아가는 심리적인 과정이자 개인이 스트레스 상황에서 성공적으로 적응하는 과정이다(이지희 외, 2011; 이지희 외, 2012; Garnezy, 1993; Lerner, Freund, De Stefanis, & Habermas, 2001; Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000). 선행연구에서 탄력성은 역동적이고 시간의 흐름에 따라 변한다고 제시하였으며(Rutter, 1985; Luthar et al., 2000; Reynolds, 1998; Masten & Coatsworth, 1995), 다양한 환경 요인에 영향을 받는다고도 하였다(Dyer & McGuinness, 1996; Campbell-Sills, Forde, & Stein, 2009). 또한 탄력성은 소수의 비범한 사람에겐만 있는 능력이 아니라, 평범한 사람들이 역경을 극복해 나가는 보통의 적응기제이다(Bonanno, 2004; Masten, 2001). 본 연구에서는 탄력성의 개인 간 차(inter-individual differences) 뿐만 아니라 개인 내 변화량(intra-individual difference)에도 초점을 두고 있다. 즉, 개인 내 변화량을 예측하는 변인과 개인 간 변화량에 영향을 미치는 변인은 무엇이며, 이들이 어떤 공통점과 차이점이 있는지 비교해보고자 한다. 이 과정에서 개인 내적으로 중학생의 탄력성이 변화하는 과정을 밝힘으로써 개인이 스트레스 상황 혹은 역경에 부딪혔을 때 탄력적으로 극복할 수 있도록 예방적·치료적으로 개입하는데 도움이 될 것으로 기대한다.

한편, 탄력성을 측정하기 위해 다양한 척도들이 개발되었다(Ahern, Kiehl, Sole, & Byers, 2006; Block & Kremen, 1996; Jew, Green, & Kroger, 1999; Wagnild & Young, 1993). 이 중 개인의 내적 특성뿐만 아니라 환경적 특성을 고려한 척도로 Connor와 Davidson(2003)이 개발한 Connor-Davidson Resilience Scale(CD-RISC)이 있다. CD-RISC는 임상 표본인 범불안장애 환

자, PTSD 환자, 정신과 외래환자뿐만 아니라 일반인을 대상으로 개발되어 다양한 표본을 기반으로 하였다는 점에서 연구자들로부터 많은 주목을 받고 있다(Gucciardi et al., 2011; Jung et al., 2012). 또한 CD-RISC는 청소년과 대학생을 대상으로 하여 그 타당성이 검증되었으며(Jorgensen & Seedat, 2008; Campbell-Sills, Cohana, & Stein, 2006), 중국과 한국, 호주 등 서로 다른 국가의 사람들을 대상으로도 검증되었다(Yu & Zhang, 2007; Baek, Lee, Joo, Lee, & Choi, 2010; Gucciardi et al., 2011). CD-RISC로 분석한 선행 연구들(이지희 외, 2011; 이지희 외, 2012)은 스트레스와 보호요인간의 상호작용을 통해서 차이가 나온 결과들을 보고하며, 스트레스 상황에 노출이 될 경우 탄력성이 길러진다고 서술했다. Giesbrecht와 그 동료들(2009)은 CD-RISC를 활용하여 탄력성의 변화에 영향을 끼치는 변인을 알아보는 종단연구에서 측정 간격 내에 인생의 어려움을 겪은 사람들 중 더욱 인지적으로 반응하는 사람이 그렇지 않은 사람보다 탄력성이 감소한다고 보고하였다(Giesbrecht et al., 2009). 마찬가지로 CD-RISC를 사용한 Brown(2008)의 연구에서 사회적 지지를 인지한 정도가 탄력성 변화를 촉진한다고 보고하기도 하였다.

국내의 탄력성 연구는 개인의 가족, 환경, 외부 지지체계에서 나타날 수 있는 위협 요인과 위협 요인으로 인한 스트레스를 완충할 수 있는 자원인 보호요인을 중심으로 한 변인 중심적 연구(variable-based analysis)들이 주를 이루어지고 있다(홍은숙, 2006). 최근에 각광받고 있는 대표적인 스트레스 모형이라고 할 수 있는 자원보전모형(COR; Conservation of Resources Model) 역시 스트레스 상황에서 활용할 수 있는 기술, 사회적 지지, 전문성 등과 같은 자원

이 손상되거나 위협을 받으면 소진, 우울 등과 같은 부적절한 결과를 야기하게 된다고 하였다. 즉, 위기 상황에서 그에 대처할 수 있는 적절한 대처능력 혹은 통제력을 갖추고 있다면, 위협 요인을 완충시킴으로써 탄력적으로 스트레스 상황을 극복할 수 있게 된다(Hobfoll, 1988). 자원보전모형에서 언급하고 있는 위협 요인은 개인이 위협요인을 경험했을 때 경험하지 않은 사람보다 장애를 발달시킬 가능성과 취약성을 증가시키는 변인 및 역경이다(Mrazek & Haggerty, 1994; Pollard, Hawkins, & Arthur, 1999; Werner, 1990). 위협요인은 보통 여러 요인이 함께 나타나는데, 비교적 덜 심각하나 일상적인 사건들이 쌓여서 발달에 부정적인 영향을 줄 수도 있으므로(Sameroff et al., 1993), 위협요인의 누적은 취약성 증가에 심각한 영향을 준다(홍은숙, 2006).

자원보전모형에서 언급하고 있는 보호요인은 위협요인의 영향을 상쇄시켜 문제행동의 발생 정도를 감소시키고 적응력을 향상시키는 요인이다(Garmezy, 1985; Rutter, 1979; Pollard, Hawkins, & Arthur, 1999; Werner, 1990). 보호요인은 위협요인이 탄력성에 영향을 미치는 데에 매개변인(mediator)의 역할을 하는 것을 밝혀졌다. 박현선(1998)의 연구에서는 빈곤청소년의 위협요인과 학교탄력성의 관계에서 보호요인이 위협요인의 부정적 영향을 매개하는 것으로 밝혀졌고, 이상준(2007)의 연구에서도 가정폭력경험과 탄력성의 관계에서 보호요인이 매개효과를 하는 것으로 나타났다. 최근 청소년의 적응에 관한 연구는 위협요인 연구에서 점차 위협요인의 부정적인 영향을 감소시키는 보호요인의 발견과 그 기제를 밝히는 쪽으로 방향이 바뀌었다(박지아, 2002; 양국선, 장성숙, 2001). 위협요인이 있다고 하더라도

보호요인이 어떻게 작용하는가에 따라서 적응을 하는 정도에서는 상이한 결과를 보이기에 이에 대한 연구에 초점이 맞춰진 것이다. 위험 상황에서도 그 상황을 극복하고 건강하게 성장함을 보여주는 탄력성 선행연구들(Esser et al., 1992; Laucht, Schmidt, Esser, 1999; Werner, 1993; Werner & Smith, 1982)을 고려했을 때, 탄력성 연구에서 위험요인과 보호요인을 모두 연구해야 할 필요가 있다. 또한 보호요인은 위험요인의 부재를 뜻하는 것이 아니라 오히려 위험요인이 존재할 때 그 위험요인을 극복하기 위해 작용하는 역할을 하므로 위험요인의 존재가 있을 때 보호요인이 의미가 있다(홍은숙, 2006). 이러한 이유들로 위험요인과 보호요인을 함께 연구할 필요성이 있다.

탄력성과 관련된 보호요인으로는 자기개념, 자아효능감, 자아존중감, 사회적지지, 낙관성, 긍정적 정서 등 다양한 변인들이 있다. 이 중 자아 관련 변인의 경우, 다른 보호요인보다 탄력성에 미치는 영향이 큰 것으로 나타났다(Lee et al., 2012). 국내에서 중학생을 대상으로 한 탄력성 연구에 따르면 청소년의 탄력성에 영향을 미치는 자아 관련 개념으로 학업 자아개념(Academic self-concept)이 있다(김현수, 오인수, 2012). 학업 자아개념은 학업에 있어서 자신을 어떻게 평가하는지를 의미하며, 학생들의 능력을 대표하는 자아개념이다(김용래, 1995). 물론 학생들이 자신의 능력을 평가할 때 학업능력 외에도 여러 범주를 고려한다. 그러나 그 중 가장 중요하게 여기는 능력은 학업능력으로 학생 개개인이 자신의 학업능력에 대해 내리는 평가는 자아개념에 있어 매우 중요하다(김기정, 1984). 학업 자아개념은 탄력적인 청소년 집단을 잘 판별하는 변인으로(김영진, 2011), 자아개념은 태생적으로 타고나는

능력이 아니라 개인이 처한 환경에서 발달한다는 점은 학업 자아개념의 향상을 통한 개인의 가능성을 시사한다(김현수, 오인수, 2012).

탄력성에 영향을 미치는 다른 보호요인으로 대처전략이 있다. 대처전략은 일상생활 또는 특정 상황에 직면하여 역경을 헤쳐 나가는 과정 속에서 개인이 사용하는 일련의 인지적·행동적 노력이다(Folkman & Moskowitz, 2004). 대처전략은 스트레스 요인으로부터 받는 피해를 최소화하기 위해 개인이 행사하는 총체적 노력이라고 할 수 있다(김상직, 2005; 김윤정, 2000; Billings & Moos, 1984). 이는 특별히 스트레스를 야기하는 사건 또는 부정적 생활사건에 직면할 때 개인의 신체적·심리적 안녕에 중요한 역할을 하며(Endler & Parker, 1990: 844), 특히 탄력성에 영향을 끼치는 보호요인으로 밝혀졌다(안도희, 김지아, 2007; Dumont & Provost, 1999; Leontopoulou, 2006). 대처전략에는 문제중심 대처(problem-focused coping), 정서완화적 대처(emotion-focused coping), 사회적 지지추구 대처(social support coping), 소망적 사고 대처(wishful thinking coping)가 있다(김정희, 1987; 김상직, 2005). 직면한 문제를 해결하는 것에 중점을 두는 문제중심 대처는(Cosway, Endb, Sadler & Dary 2000; Dumont & Provost, 1999) 탄력성과 유의미한 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다(안도희, 김지아, 2007; 이하나, 정현주, 이기학, 이학주, 2006; 장경문, 2003). 이에 반해 스트레스 상황에서 문제 자체를 무시하거나 회피 또는 포기하며 기분 전환을 자주 시도하는 정서완화적 대처는 탄력성에 영향을 미치는 요인이 아닌 것으로 밝혀졌다(남경아, 임지영, 송희영, 2006). 이 연구결과에 따르면 정서완화적 대처는 탄력성에 영향을 미치지 않을 뿐만 아니라, Lazarus와

Folkman(1984)의 이론적 견해와는 달리 두 대처 간의 상관관계도 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 박제일(2007)의 연구에서도 두 대처 간의 상관관계가 없는 것으로 나타났다. 이는 두 대처가 독립적인 특성을 가지고 탄력성에 관련되는 것임을 추론하게 한다. 사회적 지지 추구 대처는 친구, 가족, 교사 또는 전문가의 조언을 구하거나 누군가의 도움을 받는 등 스트레스 사건이나 상황을 해결하기 위해 적극적인 행동을 하는 대처방식이며 탄력성과는 유의미한 정적 상관을 보였다(이하나, 정현주, 이기학, 이학주, 2006; 장경문, 2003). 소망적 사고 대처는 스트레스를 유발하는 상황이나 사건으로부터 일정한 거리를 두고 자신이 처한 상황을 긍정적으로 받아들이거나 지금보다 더 바람직한 상황을 생각 혹은 공상하는 것으로 정서완화적 대처와 함께 소극적인 대처전략이다(김상직, 2005; 장경문, 2003). 소극적 대처는 탄력성과 부적 상관관계를 보이며, 대처 전략들 중에서 상대적으로 높은 영향력을 미치는 것으로 나타나기도 하였다(김미예, 박완주, 2008).

탄력성 관련 위험요인으로서는 불안, 우울, 부정적 정서, 지각된 스트레스 등이 있으며 이중 우울과 불안은 위험 요인 중 탄력성에 특히 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다(Lee et al., 2012). 또한 최근 연구에서 청소년의 탄력성이 외현화 문제보다는 내면적 문제에 높은 상관이 있는 것으로 보고된 바 있다(von Soest, Mossing, Stefansen, & Hjemdal, 2010). 이는 우울이나 불안과 같은 내면적 문제가 탄력성과의 관련성이 높음을 말한다. 우울과 불안은 개인의 적응을 나타내는 대표적인 정신건강 지표로 개인의 적응을 위협하는 위험요인이다. 우울한 개인은 부정적인 정서를 지속적으로

느끼며, 자기 자신, 자신의 세계, 자신의 미래에 대해 인지적으로 왜곡을 하게 된다(Beck, 1976). 이로 인해 삶에 대한 관심의 철수, 동기의 결여, 활력의 상실, 절망감 및 자살에 대한 생각이 일어나게 되며 일상생활에서 기능 수준이 떨어지게 된다. 또한 지나친 불안은 불안정한 정신 상태, 통제력 상실, 흥분, 산만, 비판에 대한 극도의 민감성 등을 초래하여 개인의 적응 수준을 떨어뜨린다(김상옥, 2010). 선행 연구에 따르면 탄력성과 우울은 부적 상관을 보이며(문경일, 2012; 박재연, 2010; 이윤주, 2008), 탄력성과 불안 또한 유의미한 부적 상관을 보이는 것으로 나타났다(이윤주, 2008). 메타연구에서는 우울과 불안의 탄력성에 대한 효과크기가 비슷한 수준으로 나타났다(Lee et al., 2012). 이와 같이 우울과 불안이 탄력성과의 상관관계에서 유사한 양상을 보이고, 메타연구의 효과크기도 유사하게 나타났으나, 우울과 불안은 서로 다른 변인이기에 각각의 변인이 청소년에게 있어서 영향력에 차이가 있는지를 밝힐 필요가 있다. 즉, 우울과 불안이 탄력성에 유사한 영향을 끼치는 것으로 나타나는 것은 우울과 불안 간의 유사성으로 인한 오염이 있기 때문일 것으로 추측되며, 탄력성에 미치는 영향에 우울과 불안이 함께 나타나는 현상이 이를 설명한다(이윤주, 2008). 선행연구에서는 탄력성과 우울간의 관계가 탄력성과 불안 간의 관계보다 더 강하다고 한다(Humphreys, 2003). 청소년에게 있어서 우울과 불안이 탄력성에 각각 어떻게 영향을 미치는지 연구를 통해 밝힌다면 예방교육과 개입에 있어서 의미하는 바가 있을 것이다.

탄력성에 관한 국내 연구는 탄력성의 개인 간 차이를 밝히고, 개인 간 차이에 영향을 미치는 변인에 관한 연구에 주로 초점을 맞추고

있다(이윤주, 민하영, 이영미, 2004; 이옥형, 2011; 박진아, 이은경, 2011). 따라서 탄력성이 개인 내에서 변화하는 과정과 관련된 연구가 아직은 부족하고, 개인 내 탄력성의 변화량에 영향을 미치는 변인에 대한 종단연구도 부족하다. 개인 간 차이뿐만 아니라 개인 내 변화량을 관측하기 위해서는 종단연구가 유용할 것으로 보인다. 종단연구에서 개인 내 탄력성의 변화량에 영향을 미치는 보호요인과 위험요인을 밝힌다면 청소년들이 어려운 상황 속에서도 성공적인 적응을 하는 데에 실제적인 도움을 줄 수 있을 것이다. 종단 연구를 통해 개인 내 탄력성이 시간의 흐름에 따라 다양한 변인과 함께 변화하는 양상을 지속적으로 관찰하는 것의 필요성은 이미 선행연구들에서 제기되고 있다(홍은숙, 2006; Cicchetti & Garmezy, 1993; Sapienza & Masten, 2011). 따라서 탄력성의 개인 간 차이뿐만 아니라 개인 내 탄력성의 변화에 영향을 미치는 요인에 대한 연구를 하기 위해서 종단분석을 한다면 실제로 청소년 상담에 있어서 내적인 위험요인의 존재를 파악하고 보호요인을 강화하여 탄력적인 청소년으로 성장하도록 하는 개입과 예방교육에 쓰일 수 있을 것이다. 그러므로 본 연구는 횡단연구들에서 개인 간 탄력성의 차이에 영향을 미치는 것으로 밝혀진 변인들이 개인 내 탄력성의 변화량에도 영향을 미치는지 종단연구를 통해 밝힘으로써 선행연구들의 결과를 확인하고, 개인 내 탄력성의 변화량에 실제로 영향을 미치는 변인을 확인하는 계기가 될 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 서울 지역 K중학교 학생 400여 명을 대상으로 한 단기 종단연구로, 두 차례에 걸쳐 자료를 수집하였다. 2011년 12월에 1차 자료를 수집하였으며, 2012년 6월에 2차 자료를 수집했다. 1차 자료수집 시 응답학생들은 2학년이었고, 2차 자료수집 시에는 3학년에 진학했다. 두 차례에 걸친 자료수집에 모두 응답한 학생은 364명이었는데, 이 중 남학생이 156명(42.9%), 여학생이 208명(57.1%)이었다. 자료수집은 연구자가 학교 측에 협조를 구한 후, 진로상담교사의 협조를 받아 서면으로 진행되었으며, 연구 참여를 원하는 학생을 대상으로 실시하였다.

측정도구

탄력성 척도

본 연구에서는 탄력성(resilience)을 측정하기 위해 Connor와 Davidson(2003)이 개발하고 Back, Lee, Joo, Lee, Choi(2010)가 번안한 후, Campbell-Sills와 Stein(2007)이 사용하기 용이하게 축약한 CD-RISC(Conner-Davidson Resilience Scale: CD-RISC)를 사용했다. Back 등(2010)이 한국어로 번안한 CD-RISC는 강인성(hardiness), 인내(persistence), 낙관성(optimism), 지지(support), 영성(spiritual in nature)으로 하위 영역이 구분되어 있고, 총 25문항으로 이루어져 있다. 이 중 본 연구에서는 Campbell-Sills와 Stein(2007)이 내적일치도와 구성타당도를 높이기 위해 단일요인으로 선정한 10문항을 사용하였으며, Likert 식 5점 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’ 0점, ‘거의 대부분 그렇다’ 4점으로 평정했다. 10문항 탄력성 척도의 신뢰도(Cronbach’s α)는 .85이었으

며, 본 연구에서는 1차 측정 탄력성의 신뢰도 (Cronbach's α 가 .89, 2차 측정 탄력성이 .90이었다.

우울 및 불안 척도

본 연구에서 학생들의 우울과 불안을 측정하기 위해 사용한 척도는 간이정신진단검사 (SCL)이다. Derogatis, Lipman과 Covi(1973)가 개발한 자기보고식 척도 Symptom Check List (SCL-90)를 김광일, 김재환과 원호택(1984)이 한국어로 번안하고 표준화한 척도를 이훈구 (1986)가 요인분석을 사용하여 축소 제작한 47개 문항의 간이정신진단검사 중, 우울증과 불안의 2가지 증상에 관한 9문항을 선별해 사용했다. 47개 문항의 간이정신진단검사에는 본래 신체화, 강박증, 대인예민성, 우울증, 불안, 적대감, 공포불안, 편집증, 정신증의 9가지 증상차원을 측정하는 문항이 포함되어있다. 학생들은 지난 6개월 동안의 상태에 일치하는 정도를 5점 Likert 척도에 따라 응답했으며, 점수는 1점이 '전혀 없다', 5점이 '아주 심하다'로 평정했다. 선별한 9문항 중 4문항은 우울증(depression)을, 5문항은 불안(anxiety)을 측정한다. 청소년을 대상으로 한 선행연구(구승진, 정옥희, 장성화, 2011)에서 우울증의 신뢰도 (Cronbach's α 는 .87, 불안은 .84로 나왔다. 본 연구에서 1차 측정 시 신뢰도(Cronbach's α 는 우울증 .84, 불안 .84이었고, 2차 측정 시 우울증의 신뢰도(Cronbach's α 가 .86, 불안이 .88로 나타났다.

학업자아개념 척도

학생들의 자아개념을 조사하기 위해 김용래 (1993)가 제작한 총 110문항의 자아개념척도 중 김영진(2011)이 학업자아개념을 측정한 52

문항의 하위 영역인 학교일반자아개념, 학업 능력자아개념, 수업자아개념, 학업성취자아개념, 교과자아개념 중 국어, 수학 등 구체적인 교과목에 대한 효능감을 측정하는 교과자아개념을 제외하고, 문항수를 항목당 5개로 총 20문항으로 줄인 학업자아개념(Academic Self Concept: ASC) 척도를 사용하였다. 교과자아개념은 포괄적인 의미의 학업자아개념과는 거리가 있다고 판단하였다. 자아개념척도는 학업자아개념과 신체자아개념, 가정자아개념, 사회자아개념, 성격자아개념, 도덕자아개념의 5개 하위영역으로 이루어진 비학업자아개념으로 나뉘어져 있었다. 김영진(2011)의 연구에서 학업자아개념의 신뢰도(Cronbach's α 는 전체 .95, 학교일반자아개념 .83, 학업능력자아개념 .87, 수업자아개념 .82, 학업성취자아개념 .88이었다. 본 연구의 1차 측정 시 신뢰도(Cronbach's α 는 전체 .95이었고, 2차 측정 시 신뢰도 (Cronbach's α 는 전체 .95이었다.

대처전략 척도

스트레스 대처방식을 측정하기 위해 본 연구에서는 Lazarus와 Folkman(1984)이 고안한 '대처방식척도'를 토대로 하였다. 김정희(1987)가 번안한 Lazarus와 Folkman(1984)의 척도를 바탕으로 이장호와 김정희(1988)가 대처방식의 하위차원을 분류하고, 이를 김여진(2006)이 청소년을 대상으로 재구성한 척도를 사용하였다. 재구성한 척도가 제시한 대처방식에는 문제중심적 대처방식, 사회적지지 추구 대처방식, 정서완화적 대처방식과 소망적 사고 대처방식이 있다. 문제중심적 대처방식은 총 7문항으로, 개인, 환경과 관련된 요인 중 문제행동을 유발한다고 생각되는 것에 직면하여 원인 자체를 변화시켜 해결하려는 행동을 의미하며, 사

회적지지 추구 대처방식은 총 6문항으로, 다른 사람에게 도움을 요청하거나 상의함으로써 해결해 가려는 행동을 의미한다. 정서완화적 대처방식은 총 7문항으로 다양한 스트레스 원인으로 인해 발생한 감정적인 위협을 조절 또는 통제하고자 하는 노력을 의미하고, 소망적 사고 대처방식은 총 7문항으로 스트레스를 유발하는 사건이나 상황으로부터 거리를 두고 바람직한 상황을 생각해 문제에 대처하는 행동을 의미한다. 본 연구에서는 5점 Likert식으로 1점은 '전혀 아니다', 5점은 '매우 그렇다'로 평정하였으며, 김여진(2006)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .67에서 .79이었다. 본 연구에서 1차 측정 시 신뢰도(Cronbach's α)는 문제중심적 대처방식이 .75, 사회적지지 추구 대처방식이 .75, 정서완화적 대처방식은 .56, 소망적 사고 대처방식은 .74로 나타났으며, 2차 측정 시 신뢰도(Cronbach's α)는 문제중심적 대처방식 .76, 사회적지지 추구 대처방식 .75, 정서완화적 대처방식 .51, 소망적 사고 대처방식 .61로 나타났다. 대처전략 중 정서완화적 대처방식은 1차와 2차에서 모두 낮은 신뢰도를 보이고, 선행연구에서 정서완화적 대처전략이 탄력성에 영향을 미치는 요인이 아닌 것으로 밝혀져(남경아, 임지영, 송희영, 2006; 박제일, 2007) 최종 자료분석에서 제외하였다.

자료분석

먼저 연구대상 학생들의 성별을 파악하기 위해 빈도와 백분율을 알아보고 각 변인의 경향을 이해하기 위해 평균과 표준편차를 산출했다. 다음으로 Pearson의 적률상관분석을 통해 1차 측정 시 탄력성과 우울 및 불안, 학업자

아개념, 대처전략 간의 상관관계와 예측변인들과 탄력성의 변화량 간의 상관관계를 살펴 보았다. 다음으로 여러 변인들이 탄력성에 어떠한 영향을 끼치는지 알아보기 위하여 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 사용했다. 탄력성의 개인 간 차이를 살펴보기 위해서는 1차 측정 탄력성을 종속변수로 놓고 1차 측정 예측변인을 독립변수로 설정해 다중회귀분석을 실시하였다. 또한, 탄력성의 개인 내 변화량을 종속변수로 사용하기 위해 본 연구는 Smith와 Beaton(2008)의 제안에 따라 잔차 점수를 생성해 변화량 변수로 사용하였다. 잔차 점수는 변인의 변화량을 측정하는 한 방법으로, 단순히 2차 측정치와 1차 측정치의 점수 차이를 변화량으로 간주하는 것이 아니라, 회귀식에 1차 측정치를 독립변수로 2차 측정치를 종속변수로 투입한 다음, 2차 측정치에서 회귀식을 통해 예측된 값을 빼서 잔차를 구하였다. 산출된 잔차를 표준화하여 표준화된 잔차의 평균이 0, 표준편차는 1이 되도록 하면, 표준화된 잔차의 값이 양수일 경우는 변수의 수준이 6개월 동안 증가하였음을, 음수일 경우는 감소하였음을 의미하게 된다. 또한, 절대값이 클수록 증가 혹은 감소하는 폭이 크다는 것을 나타낸다. 이와 같은 절차로 산출된 탄력성의 변화량을 예측하는 변인을 파악하고자 1차 측정 우울 및 불안, 학업자아개념, 대처전략의 하위요인들을 독립변수로 설정하여 다중회귀분석을 실시하였다. 자료 분석을 위해 사용한 프로그램은 SPSS 18.0이다.

결 과

탄력성과 예측변인, 탄력성의 변화량과 예측변인의 관계

연구대상자의 탄력성과 우울과 불안, 자아개념, 대처전략 간의 관계와 탄력성의 변화량과 예측변인들간의 관련성 존재유무를 알아보기 위해 각 변인들의 평균과 표준편차를 구한 후 Pearson의 적률상관분석을 실시하였으며, 결과는 표 1에 제시되어 있다. 1차 측정 시 모든 변인들과 탄력성간의 상관이 있는 것으로 나타났으며, 상관계수의 범위는 -.30에서 .61 ($p<0.001$)로 나타났다. 특히 탄력성과의 상관에서 자아개념($r=.61$), 문제중심 대처전략($r=.59$), 사회적지지 추구 대처전략($r=.47$), 소망적

사고 대처전략($r=.28$) 순으로 정적상관을 보였으며, 우울($r=-.30$)과 불안($r=-.30$)은 탄력성과 부적상관을 보였다. 2차 측정 탄력성 또한 1차 측정 시 예측변인들과 모두 유의미한 상관을 보였다. 2차 측정 탄력성은 우울($r=-.37$, $p<0.001$)과 불안($r=-.31$, $p<0.001$)과 부적 상관을 보였으며, 자아개념($r=.57$, $p<0.001$), 문제중심 대처전략($r=.47$, $p<0.001$), 사회적지지 추구 대처전략($r=.35$, $p<0.001$), 소망적사고 대처전략($r=.21$, $p<0.001$)과는 정적상관을 보였다. 탄력성의 변화량과 1차 예측변인과의 상관에서는 우울($r=-.22$, $p<0.001$), 불안($r=-.14$, $p<0.01$), 자아개념($r=.19$, $p<0.001$), 문제중심 대처전략($r=.12$, $p<0.05$)만이 유의한 상관을 보였다. 한

표 1. 변수 간 상관 계수 및 기술통계값

				1차 예측변인						
				우울	불안	자아 개념	문제중심 대처전략	사회적 지지추구 대처전략	소망적 사고 대처전략	
1차 탄력성	1									
2차 탄력성	.69***	1								
1-2차 탄력성 변화량	.03	.69***	1							
1차 예측 변인	우울	-.30***	-.37***	-.22***	1					
	불안	-.30***	-.31***	-.14**	.80***	1				
	자아개념	.61***	.57***	.19***	-.23***	-.20***	1			
	문제중심 대처전략	.59***	.47***	.12*	.00	-.01	.47***	1		
	사회적지지추구 대처전략	.47***	.35***	.05	-.04	-.05	.36***	.68***	1	
	소망적사고 대처전략	.28***	.21***	.05	.33***	.29***	.28***	.67***	.47***	1
	평균	2.10	2.11	0	2.09	1.73	2.67	3.05	2.81	3.28
	표준편차	.68	.68	1	.89	.76	.81	.61	.70	.68

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

편, 1차 측정 시 탄력성과 1-2차 탄력성의 변화량 간 상관이 .03(n. s)으로 나타났으며, 이는 탄력성과 탄력성의 변화량이 관계가 없음을 보여준다.

1차 측정 탄력성과 예측변인의 다중회귀분석

단순 상관 분석을 통해 각 변인들 간 상관이 유의미함을 확인하였으므로 탄력성의 개인 간 차이를 살펴보기 위해 먼저 탄력성 1차 측정치를 종속변수로 두고, 우울, 불안, 학업자아개념, 대처전략의 측정치를 독립변인으로 하여 독립변인들이 종속변인에 대해 갖는 상

대적 영향력을 비교하기 위해 동시투입방식에 의한 다중회귀분석을 실시하였으며, 표 2에 자세한 결과가 제시되어 있다. 분석결과를 살펴보면 R^2 설명값은 .501이었으며, 우울과 학업자아개념, 문제중심 대처전략, 소망적사고 대처전략이 탄력성을 유의미하게 예측함을 알 수 있다. 이 중 문제중심 대처전략($\beta=.413$, $p<.001$)의 표준화 계수의 절대값이 가장 큰 것으로 나타났으며, 다음으로 학업자아개념($\beta=.352$, $p<.001$), 우울($\beta=-.160$, $p<.05$), 소망적 사고 대처전략($\beta=-.149$, $p<.01$) 순으로 나타났다. 또한 우울과 소망적사고 대처전략은 탄력성을 부적으로 예측함을 보여준다.

표 2. 종속변인별 회귀분석 결과

종속 변인	예측변인	B	SE	β	R^2	F (df1, df2)
탄력성 1차	우울	-.130	.052	-.160*	.501	61.830*** (6,357)
	불안	-.071	.059	-.074		
	학업자아개념	.316	.039	.352***		
	문제중심 대처전략	.488	.075	.413***		
	사회적지지추구 대처전략	.080	.053	.076		
	소망적사고 대처전략	-.158	.059	-.149**		
탄력성 변화량	우울	-.335	.098	-.299***	.070	5.527 (6,357)
	불안	.114	.112	.087		
	학업자아개념	.152	.074	.123*		
	문제중심 대처전략	.085	.142	.052		
	사회적지지추구 대처전략	-.124	.100	-.086		
	소망적사고 대처전략	.143	.112	.098		

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

탄력성의 변화량과 예측변인의 다중회귀분석

두 번째로 탄력성의 개인 내 변화량에 영향을 미치는 변인을 살펴보기 위해 탄력성의 변화량을 종속변인으로 설정하고, 우울, 불안, 학업자아개념, 대처전략의 측정치를 독립변인으로 두고 다중회귀분석을 실시했으며, 결과는 표 2에 제시되어 있다. 분석 결과 R^2 설명량은 .070이었으며, 탄력성의 변화량을 유의미하게 예측한 변인은 우울과 학업자아개념이었다. 즉, 우울은 개인 내 탄력성을 감소시키고 학업자아개념은 증가시켰으며, 우울 측정치의 표준화된 회귀계수가 $-.299(p<.001)$ 로 상대적으로 절대값이 컸고, 학업자아개념의 표준화된 회귀계수는 $.123(p<.05)$ 이었다.

논 의

본 연구는 중학생의 탄력성에 영향을 미치는 보호요인과 위협요인이 탄력성의 개인 간 차와 개인 내 변화량에 미치는 영향에 차이가 있는지를 비교하기 위하여 이루어졌다. 탄력성 연구는 현재까지 횡단적 관점에서 탄력성의 개인 간 차에 영향을 끼치는 변인을 밝히는 연구가 주를 이루고 있으며(전인경, 2009), 탄력성 집단을 다른 집단과 구분해주는 특성이 무엇인지를 밝히는 연구나 개인 간 탄력성의 차이에 영향을 주는 변인이 무엇인지를 밝히는 연구들이 주로 이루어졌다. 탄력성이 변화가능하다는 관점을 고려할 때, 개인 내 탄력성의 변화에 영향을 미치는 변인을 알아보기 위해서는 종단 연구를 해야 할 필요성이 있다(홍은숙, 2006). 이에 본 연구에서는 탄력성의 개인 간 차와 개인 내 변화량을 구분하

여 각각에 영향을 끼치는 변인을 확인하였다.

연구 목적을 실행하기 위하여 두 번의 회귀분석을 실시하였다. 첫 번째 회귀분석은 개인 간 차이에 영향을 미치는 변인을 알아보기 위한 분석에 해당한다. 보호요인과 위협요인이 1차 시점에서 측정한 탄력성에 어떻게 영향을 주는지를 분석하였다. 분석 결과, 탄력성의 개인 간 차이를 유의미하게 설명하는 요인은 우울, 학업 자아개념, 문제중심 대처전략, 소망적사고 대처전략이었다. 문제중심 대처전략과 학업자아개념이 높으면 탄력성도 높다. 즉, 우울의 정도가 낮으면서 학업 자아개념이 높고 문제중심 대처전략을 사용하면서 소망적사고 대처전략을 덜 사용하는 중학생의 경우가 그렇지 않은 중학생에 비해 더 탄력성 정도가 높은 것으로 나왔다. 선행연구에서 문제중심 대처전략이 상황을 해결하기 위한 적극적인 행동을 하는 것이며 탄력성과 정적인 상관을 보인다는 결과(이하나, 정현주, 이기학, 이학주, 2006; 장경문, 2003)와 같은 맥락이다. 학업 자아개념도 청소년의 탄력성에 영향을 미치는 변인이라는 선행연구(김영진, 2011; 김현수, 오인수, 2012) 결과와 일치한다. 우울과 소망적 사고 대처전략 역시 선행연구들에서 밝혀진 결과와 동일하게 부적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 위협요인보다는 보호요인의 회귀계수가 큰 것은 보호요인이 탄력성에 더 큰 영향을 주는 것을 보여준다. 이는 메타분석을 실시한 선행연구(Lee et al., 2012)에서 나타난 결과와 동일하다.

두 번째 회귀분석은 개인 내 탄력성의 변화량에 영향을 주는 변인을 알아보기 위한 분석이다. 1차와 2차 측정 사이에 변화한 탄력성 변화량(개인 내 변인)과 1차에 측정한 보호요인 및 위협요인(개인 간 변인)을 사용하여 분

석하였다. 분석 결과, 위험요인 중에서는 우울이, 보호요인 중에서는 학업자아개념이 탄력성 개인 내 변화량에 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다. 다시 말해 1차 시점에서 우울의 점수가 낮았으며, 학업자아개념이 높았던 중학생들이 그렇지 않았던 중학생들에 비해 개인 내적으로 탄력성이 상대적으로 더 많이 증가하였다고 할 수 있다. 학업자아개념이 유의미하게 탄력성의 개인 내 변화량에 영향을 미치는 것은 자아 관련 변인이 다른 보호요인에 비해 탄력성에 미치는 영향력이 큰 것으로 나타난 선행연구의 결과 및 개인 간 차이를 결정하는 변인을 분석한 첫 번째 결과와 일치한다(Lee et al., 2012). 이에 반해 개인 내 탄력성의 변화량에 영향을 미치는 것으로 나타난 변인은 개인 간 탄력성의 차이에 영향을 주는 변인과 달랐다. 즉, 대처전략들이 탄력성의 개인 내 변화에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났으며, 보호요인보다는 위험요인인 우울이 상대적으로 더 큰 영향을 주었다. 이는 선행연구들에서 대처전략이 긍정적인 적응 등의 결과를 보여준다는 이론적 견해(Lazarus & Folkma, 1988)와 차이를 보인다. 개인 간 차이에 초점을 둔 분석과 달리 시간의 흐름에 따른 개인 내 변화량에 초점을 둔 분석에서 우울이 탄력성 변화량에 영향을 미친다는 결과가 나온 것은 Fredrickson(2001)의 Broaden and Build Theory를 통해 설명할 수 있다. 이 이론에 따르면 부정적 정서들은 특정한 방식으로만 행동하려는 행동 레퍼토리를 유발함으로써 개인의 순간적 사고를 좁히고 신체적, 지적, 사회적 자원을 만들지 못하여 문제 해결적 행동(탄력적 행동)을 하지 못하도록 한다. 이에 반해 정적 정서들은 마음속에 떠오르는 인지의 반경을 넓히는 레퍼토리를 통해

개인의 사고를 확장시키고(broaden), 개인의 신체적, 지적, 사회적 자원을 만들어냄으로써(build) 문제 해결적 행동을 증가하도록 한다. 즉, 좋은 토양에서 나무가 더 잘 성장한다는 이론이라고 할 수 있다. 이 이론에 따르면 부정적 정서인 우울이 높을수록 문제해결이 불가능할 것이라고 생각하고 이에 따라 탄력성이 증가할 가능성은 낮아지게 된다. 따라서 우울이 낮을수록 탄력성 변화량이 높은 결과가 도출되었을 것으로 보인다.

정서가 탄력성에 영향을 미친다고 할 때, 위험요인의 두 변인인 불안과 우울 중 불안은 탄력성에 영향을 주지 않는 것으로 나타났다. 경험적 연구들(Dobson, 1985; Klerman, 1977, 1988)에서 밝혀진 바와 같이 불안과 우울은 서로 밀접한 관련이 있다고 하며, 메타연구에서는 탄력성에 영향을 미치는 변인이 불안과 우울 모두이며 효과크기가 비슷한 수준으로 나타난 결과가 있다(Lee et al., 2012). 그러나 우울과 불안이 탄력성에 미치는 영향을 종단적으로 분석한 본 연구에서는 우울만이 탄력성에 영향을 주는 것으로 나타났다. 이는 우울과 불안이 다른 양상을 보인다는 최근의 연구들을 통해서 설명할 수 있다. 우울과 불안은 모두 공포, 슬픔, 죄책감 등 부정적 정동과 강한 상관관계를 나타내지만 기쁨, 열정, 활력 등의 긍정적 정동은 우울 증상과 상관관계가 있으나 불안 증상과는 상관관계가 적은 것으로 나타났다(박영남, 2003). 탄력적인 사람은 심한 스트레스와 같은 생리적이거나 심리적인 위험 상황에 직면해서도 어려움을 극복하고 긍정적인 정서를 느끼며 환경에 성공적으로 적응한다. 따라서 긍정적 정동의 부재와 관련이 높은 우울은 탄력성에 영향을 주는 반면 불안은 탄력성과 관련이 없게 나타난 것이라

고 볼 수 있다.

이상의 연구 결과를 통해 상담 현장에서 탄력적인 중학생을 길러내기 위해 예방적으로 해야 할 일은 우선 정신건강에 주의를 기울이는 것이다. 여러 요인들이 탄력성의 개인 간 차와 개인 내 변화량에 미치는 영향을 비교해보면, 실제로 개인의 탄력성 증가에 영향을 주는 변인은 우울이 가장 큰 것으로 나타났다. 이를 반영할 때, 중학생들이 스트레스 상황에서도 건강한 적응을 하도록 하려면 정신건강의 관리, 그 중에서도 우울하지 않도록 하는 것이 필요하다. 또한 긍정적인 정서를 증가시키는 것은 개인의 사고를 확장시키고 신체적, 지적, 사회적 자원을 만들어냄으로써 문제해결적인 행동을 하도록 하여 탄력적이 되게 하므로, 중학생들에게 긍정적인 정서의 증가를 유도하는 예방적 개입이 필요하다. 또한 탄력성의 증진을 위하여 학업자아개념을 높이는 것도 중요하다. 학업자아개념은 학생들이 자신의 능력을 평가하는 여러 영역 중에서도 가장 중요하게 여기는 부분이기 때문에 탄력성 증진을 위해서 관심을 기울여야 한다. 학업자아개념은 태생적인 능력이 아니라 환경에 따라 발달이 가능하므로(김현수, 오인수, 2012), 개입을 통하여 증진을 하는 것이 가능하다. 본 연구에서 밝혀진 것처럼 중학생의 탄력성에는 위협요인과 보호요인 모두 영향을 미치고 있다. 이는 위협요인과 보호요인을 모두 고려한 개입을 하여 탄력성을 증진함으로써 중학생의 적응 정도를 향상하도록 해야 함을 의미한다(Werner & Smitn, 1992; William, Roberta, Karina, Heidi, & Richard, 2009).

탄력성에 영향을 미치는 보호요인과 위협요인이 탄력성의 개인 간 차 및 개인 내 변화량에 미치는 영향을 구분하여 비교한 의미 있는

결과가 도출되었으나 본 연구는 다음과 같은 제한점을 가진다. 첫째, 탄력성의 개인 내 변화량을 측정하는 데 있어 탄력성이 변화가능하다는 전제하에 종단적 분석을 실시하였으나, 측정시점 간의 간격이 6개월이라는 점이 다소 미비하다. 현실적으로 종단연구를 진행하는데 데이터를 모으기에 한계점이 있었다. 추후 연구에서는 보다 정확한 확인을 위하여 측정시점 간의 간격을 1년 이상으로 선정하고 연구를 진행하길 기대한다. 둘째, 본 연구에서는 연구의 대상자를 한 개 중학교 학생들을 대상으로 한 점이다. 중학생들이 처한 환경이 다르기 때문에 여러 지역의 중학생들을 대상으로 포함하여야 일반화의 가능성이 높다. 이 점도 종단연구를 진행하는 현실적인 어려움으로 인해 발생하였다. 중학생에게 연구 결과를 적용할 때 이 점을 고려해야 할 필요가 있다. 셋째, 대처척도 중 내적 일관성 지수가 낮아 신뢰하기 어려운 정서중심 대처전략을 제외하였다. 연구에서 보다 신뢰할 수 있는 결과를 얻기 위하여 대처척도 중 일부인 정서중심 대처전략을 제외하였다. 정서중심 대처전략의 신뢰도가 본 연구에서는 낮게 나왔고, 선행연구(남경아, 임지영, 송희영, 2006; 박제일, 2007)에서 탄력성에 영향을 미치는 요인이 아닌 것으로 나타나기도 하였으나, 정서중심 대처전략이 실제로 중학생의 탄력성에 어떤 영향을 미치는지를 보다 정확하게 확인하기 위해서는 신뢰할만한 척도를 사용하여 추후 연구를 통해 알아볼 필요가 있다. 넷째, 학업자아개념 척도 중 교과자아개념을 제외하고, 문항수를 단축하였다는 점이다. 본 연구에서는 종단연구의 특성 상 응답률을 높이고 포괄적인 의미의 학업자아개념을 측정하기 위해 국어, 수학 등 구체적인 교과목에 대한 효능감을 측정하

는 교과자아개념을 생략하였고, 문항의 내용 타당성을 고려하여 문항수를 항목 당 5개로 단축하였다. 추후에 모든 문항이 포함된 자아개념으로 분석을 한다면 보다 정확한 결과를 도출할 수 있을 것으로 보인다.

참고문헌

- 구승신, 정옥희, 장성화 (2011). 청소년의 자아정체감, 사회적지지와 정신건강과의 관계. 한국콘텐츠학회논문지, 11(9), 226-237.
- 김계현 (2011). 예방상담학의 구성방안 모색. 상담학회 연차학술대회.
- 김광일, 김재환, 원호택 (1984). 간이정신진단 검사(SCL-90)의 한국어판 표준화 연구 III. 정신건강연구, 2, 278-311.
- 김기정 (1984). 학업성취가 지각된 양육태도와 자아개념에 미치는 영향. 중앙대학교 대학원 박사학위 논문.
- 김미예, 박완주 (2008). 중학생의 자아탄력성과 스트레스 대처방식 및 비행성향. 아동간호학회지, 14(4), 415-422.
- 김민아, 권경인 (2008). 적응유연한 청소년의 정서인식 명확성과 인지적 정서조절 전략에 관한 연구. 청소년상담연구, 16(1), 15-32.
- 김상옥 (2010). 대학생의 자아분화, 자아존중감과 정신건강과의 관계: 우울, 불안을 중심으로. 인제대학교 대학원 석사학위논문.
- 김상직 (2005). 스트레스 대처방식과 학교생활적응 및 자기효능감의 관계 분석. 안동대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김여진 (2006). 청소년이 지각한 부모와의 의사소통과 스트레스 대처방식 및 학교적응간의 관계. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김용래 (1993). 정의적특성과 선행변인이 학업성취에 미치는 영향. 홍익대학교 교육연구소 교육연구 논총, 9, 5-113.
- 김영진 (2011). 부모의 양육태도가 아동의 학습동기 및 학업자아개념에 미치는 영향. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김영희 (1995). 편모가정 내 자녀적응에 관한 연구. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 김용래 (1995). 자아개념척도의 타당화 분석. 교육연구논총, 12, 43-80.
- 김윤정 (2000). 자기효능감이 스트레스 대처방식에 미치는 영향. 대구효성가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지 세트 및 대처방식의 우울에 대한 적용. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김택호, 서 미, 조한익 (2005). 청소년의 탄력성집단과 부적응집단에 따른 이점발견의 차이. 상담학연구, 6(2), 515-529.
- 김현수, 오인수 (2012). 저소득층 중학생의 학교적응유연성 보호요인 탐색: 학업적, 사회적, 정의적 적응유연성을 중심으로. 상담학연구, 13(2), 917-933.
- 남경아, 임지영, 송희영. (2006). 고등학교 청소년의 적응유연성 영향요인. 아동간호학회지, 12(2), 244-252.
- 남미애 (2011). 청소년쉼터에서 생활하는 가출 청소년의 요인별 생활만족이 청소년발달에 미치는 영향. 청소년복지연구, 13(4), 203-229.
- 문경일 (2012). 청소년의 스트레스, 자아탄력성, 우울이 자살사고에 미치는 영향. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 박진아, 이은경 (2011). 간호대학생의 자아탄력성, 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 영향. *간호행정학회지*, 17(3), 267-276.
- 박재연 (2010). 학교폭력이 청소년 우울 및 자살에 미치는 영향에서 탄력성의 매개효과: 성별차이를 중심으로. *사회복지연구*, 41(1), 345-376.
- 박지아 (2002). 적응 유연성과 영적 안녕 및 부모애착 간의 비교: 적응유연 청소년, 위험 청소년, 유능 청소년의 비교. *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 신현숙 (2004). 가정환경 역경에 적응유연한 청소년의 보호요소에 관한 연구: 학교적응, 내재화 및 외현화 문제를 중심으로. *상담학연구*, 5(1), 141-161.
- 신현숙, 구본용 (2001). 청소년의 스트레스 대처방식과 적응과의 관계. *청소년상담연구*, 9, 189-225.
- 안도희, 김지아 (2007). 대학생의 적응유연성에 따른 집단별 특성: 대처전략, 사회적 지지, 유능감 및 학업성적을 중심으로. *한국교육심리학회지*, 21(1), 47-67.
- 양국선, 장성숙 (2001). 학교적응유연성과 관련된 보호요인 특성 연구: 야간실업고등학교 근로청소년 대상. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 13(3), 127-148.
- 이옥형 (2011). 대학생의 생활스트레스, 자아탄력성 및 사회적 지지가 심리적 안녕감에 미치는 영향. *청소년학연구*, 19(1), 29-57.
- 이윤주, 민하영, 이영미 (2004). 대학생의 성인 애착유형, 자아탄력성수준과 대학생활적응의 관계. *아시아교육연구*, 5(4), 125-144.
- 이윤주 (2008). 중학생의 자살위험요인에 대한 자아탄력성의 조절효과. *상담학연구*, 9(2), 659-673.
- 이은주 (1998). 생활사건 스트레스와 사회적 지지가 청소년 비행에 미치는 영향. *한국청소년연구*, 28, 115-137.
- 이장호, 김정희 (1988). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용 - 대학신입생의 경험을 중심으로 -. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 1(1), 24-45.
- 이정은, 이지연, 장진이 (2013). 고등학생의 학교적응유연성에 따른 방어기제와 대처전략의 차이. *중등교육연구*, 61(2), 413-440.
- 이지희, 박성륜, 이채연, 이지혜, 엄정호, 이상민 (2011). 탄력성 집단의 선택-최적화-보상 전략 유형 탐색. *교육방법연구*, 23(4), 781-797.
- 이지희, 박성륜, 엄정호, 이지혜, 이채연, 윤재호, 이상민 (2012). Connor-Davidson 탄력성 척도의 구인타당도 검증. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 24(3), 555-571.
- 이하나, 정현주, 이기학, 이학주 (2006). 대학생의 자아탄력성, 행복감과 스트레스 지각 및 대처와의 관계. *상담학연구*, 7(3), 701-713.
- 이훈구 (1986). 내외통제성: 한국 초·중·고 학생의 내외통제 경향성. *학생생활연구*, 5, 41-60.
- 임지연, 김신영 (2007). 한국 청소년발달 지표 조사. *한국청소년정책연구원*, xxiv, 319 p
- 장경문 (2003). 자아탄력성과 스트레스대처방식 및 심리적 성장환경의 관계. *청소년학연구*, 10(4), 143-161.
- 전인경 (2009). 탄력성의 국내 연구 동향: 탄력성에 영향을 받는 변인 중심으로. *전주대학교 상담대학원 석사학위논문*.
- 홍은숙 (2006). 탄력성(resilience)의 개념적 이해

- 와 교육적 방안. 특수교육학연구. 41(2), 45-67.
- Ahern, N. R., Kiehl, E. M., Sole, M. L., & Byers, J. (2006). A Review of Instruments Measuring Resilience. *Issues In Comprehensive Pediatric Nursing*, 29(2), 103-125.
- Anthony, E. J. (1987). *Children at high risk for psychosis growing up successfully*. In E. J. Anthony & B. J. Cohler (Eds.), *The invulnerable child* (pp. 147-184). New York: Guilford Press.
- Baek, H. S., Lee, K. U., Joo, E. J., Lee, M. Y., & Choi, K. S. (2010). Reliability and validity of the Korean version of the connor-davidson resilience scale. *Psychiatry investigation*, 7(2), 109-115.
- Beck, A. T. (1976) *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: international Universities Press.
- Billings, A. C., & Moos, R. H. (1984). Coping, stress, and social resources among adults with unipolar depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 877-891.
- Bonanno G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Bromley, E., Johnson J. G., & Cohen, P. (2006). Personality strengths in adolescence and decreased risk of developing mental health problems in early adulthood. *Comprehensive Psychiatry*, 47(4), 317-326.
- Brown, D. L. (2008). African American resiliency: Examining racial socialization and social support as protective factors. *Journal of Black Psychology*, 34(1), 32-48.
- Campbell-Sills, L., Cohana, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 585-599.
- Campbell Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the connor - davidson resilience scale (CD RISC): Validation of a 10 item measure of resilience. *Journal of traumatic stress*, 20(6), 1019-1028.
- Campbell Sills, L., Forde D. R., & Stein, M. B. (2009). Demographic and childhood environmental predictors of resilience in a community sample. *Journal of Psychiatric Research*, 43(12), 1007-1012.
- Cicchetti, D., & Garmezy, N. (1993). Prospects and promises in the study of resilience. *Development and Psychopathology*, 5, 497-502.
- Cosway, R., Endler, N. S., Sadler, A. J., & Deary, I. J. (2000). The Coping Inventory for Stressful Situations: Factorial structure and associations with personality traits and psychological health. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 5(2), 121-143.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor Davidson resilience scale (CD RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Derogatis, L., Lipman, R., & Covi, L. (1973). SCL-90: An outpatient psychiatric rating scale-preliminary report. *Psychopharmacological Bulletin*, 9, 13-28.
- Doh, M. J. (2009). *Korean Version of the*

- Connor-Davidson Resilience Scale(CD-RISC). Unpublished instrument. Retrieved from <http://www.surveymonkey.com/s/N7C8FND>
- Dumont, M., & Provost, M.A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of youth and adolescence*, 28(3), 343-363
- Dyer, J. G., & McGuinness, T. M. (1996). Resilience: Analysis of the concept. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10(5), 276-282.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of personality and social psychology*, 54(3), 466.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844 - 854.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Rev. Psychology*, 55, 745-774.
- Garmezy, N. (1985). *Stress-resistant children: The search for protective factors*. In J.E. Stevenson (Ed.), Recent research in developmental psychopathology: Journal of Child Psychology and Psychiatry Book Supplement#4 (pp. 213-233). Oxford: Pergamon Press.
- Garmezy, N. (1993). Children at poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry*, 56(1), 127-136.
- Garmezy, N., & Rutter, M. (1983). *Stress, coping, and development in children*. New York: Macgraw-Hill. (Eds.)
- Giesbrecht, T., Abidi, K., Smeets, T., Merckelbach, H., van Oorsouw, K., & Raymaecker, L. (2009). Adversity does not always lead to psychopathology: cognitive reactivity is related to longitudinal changes in resilience. *Netherlands Journal of Psychology*, 65(2), 62-68.
- Gucciardi, D. F., Jackson, B., Coulter, T. J., & Mallett, C. J. (2011). The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Dimensionality and age-related measurement invariance with Australian cricketers. *Psychology Of Sport And Exercise*, 12(4), 423-433.
- Jersild, A. T. (1952). *In search of self*. New York Teachers College, Columbia University. Bureau of Publications.
- Jorgensen, I. E., & Seedat, S. (2008). Factor structure of the Connor-Davidson Resilience Scale in South African adolescents. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 20, 23-32.
- Jung, Y. E., Min, J. A., Shin, A. Y., Han, S. Y., Lee, K. U., Kim, T. S., Park, J. E., Choi, S. W., Lee, S. H., Choi, K. S., Park, Y. M., Woo, J. M., Bhang, S. Y., Kang, E. H., Kim, W., Yu, J. J., Chae, J. H. (2012). The Korean Version of the Connor - Davidson Resilience Scale: An Extended Validation. *Stress and Health*, 28(4), 319-326.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Coping and adaptation*. In W, K. Gentry(Ed.), The handbook of behavioral medicine. New York: Gilford.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. Springer Publishing, New York.
- Lee, J. H., Nam, S. K., Kim, A., Kim, B., Lee,

- M. Y., & Lee, S. M. (2013). Resilience: A Meta Analytic Approach. *Journal of Counseling & Development*, 91(3), 269-279.
- Lerner, R. M., Freund, A. M., De Stefanis, I., & Habermas, T. (2001). Understanding Developmental Regulation in Adolescence: The Use of the Selection, Optimization, and Compensation Model. *Human Development*, 44(1), 29-50.
- Leontopoulou, S. (2006). Resilience of Greek youth at an educational transition point: The role of locus of control and coping strategies as resources. *Social Indicators Research* 76(1), 95-126.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2003). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1995). *Competence, resilience, and psychopathology*. In Cicchetti, D., & Cohen, D. J. (Eds.), *Developmental psychopathology* (Vol. 2, pp. 715-752), New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Mrazek, P. J., & Haggerty, R. J. (1994). *Illustrative preventive intervention research programs*. In P. J. Mrazek & R. J. Haggerty (Eds.), *Reducing risks for mental disorders: Frontiers for preventive intervention research* (pp. 215-313). Washington, DC: National Academy Press.
- Pollard, J. A., Hawkins, J. D., and Arthur, M. W. (1999). Risk and protection: Are both necessary to understand diverse behavioral outcomes in adolescence? *Social Work Research* 23(3), 145-158.
- Reynolds, A. (1998). Resilience among black urban youth: Prevalence, intervention effects, and mechanisms of influence. *American Journal of Orthopsychiatry*, 68, 84-100.
- Roberts, J. M., & Masten, A. S. (2004). *Resilience in context*. In R. DeV Peters, R. McMahon, & B. Leadbeater (Eds.), *Resilience in children, families, communities: Linking context to practice and policy* (pp. 13-25). New York: Kluwer Academic/Plenum.
- Rutter, M. (1979) Protective factors in children's responses to stress and disadvantage. *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*, 8(3), 324-338.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
- Sapientza, J. K., & Masten, A. S. (2011). Understanding and promoting resilience in children and youth. *Current Opinion in Psychiatry*, 24(4), 267-273.
- Seiffge-Krenke, I. (1995). *Stress, coping, and relationships in adolescence*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Shavelson, J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct

- interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3), 406-441.
- Smith, P., & Beaton, D. (2008). Measuring change in psychosocial working conditions: methodological issues to consider when data are collected at baseline and one follow-up time point. *Occupational and Environmental Medicine*, 65(4), 288-296.
- Werner E. E. (1990) *Protective factors and individual resilience*. In: Meisells R, Shonkoff J, editors. *Handbook of early intervention*. Cambridge; Cambridge, UK
- Yu, X., & Zhang, J. (2007). Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC) with Chinese people. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 35(1), 19-30.
- 원 고 접 수 일 : 2013. 09. 30.
수정원고접수일 : 2014. 04. 01.
최종게재결정일 : 2014. 04. 03.

Influential Factors on Resilience of Middle School Students: Comparison of Inter- and Intra-individual Differences

Ji-hee Lee

Jeongho Uhm

So Rin Kim

Sang Min Lee

Department of Education, Korea University

This study aimed to compare factors affecting inter- and intra-individual differences of resilience. Depression and anxiety, academic self-concept, coping strategies, and resilience were measured among 400 middle school students in Seoul. The first analysis was to determine risk and protective factors affecting individual differences on resilience. Independent variables of the first analysis were depression, anxiety, academic self-concept, and coping strategies, and dependent variable was resilience, all of which were measured at Time 1. The second analysis was to identify factors influencing intra-individual difference of resilience, which is the change of resilience, using standardized residuals of resilience as dependent variable. In this analysis, independent variables were depression, anxiety, academic self-concept, and coping strategies, all of which were measured at Time 1. Results of regression showed that risk and protective factors affecting inter- and intra-individual differences were different. When it comes to individual differences, academic self-concept, problem-focused coping positively influenced resilience, while depression and wishful thinking coping negatively affected resilience. On the other hand, academic self-concept, and depression influenced intra-individual difference of resilience positively and negatively, respectively. Results of this study indicated that different factors affect inter- and intra-individual differences of resilience. Implications and limitations of the current study were discussed.

Key words : resilience, middle school students, protective factors, risk factors, inter- and intra-individual difference