



학령기 아동의 자존감, 부모 관련 스트레스와 대처행동 간 관계

The Relationship with Self-Esteem, Parent-Related Stress and Coping in School Age Children

민하영*

대구가톨릭대학교 아동학과

Min Ha-Young*

Dept. of Child Studies, Daegu Catholic University

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship with self-esteem, parent-related stress, and coping in school age children. Subjects were 208 school age children enrolled in 5th and 6th grades at elementary schools in K Province. Data was collected via questionnaires, requiring self-reporting by school age children. Collected data were analyzed by mean, standard deviation, simple regression, and binary logistic regression, by using SPSS Win 19.0. First, school age children's self-esteem was negatively associated with parent-related stress. Second, according to results of binary logistic regression, school age children's self-esteem revealed significant discriminatory power in coping. Children at high levels of self-esteem used active coping more than passive coping. Third, school age children's parent-related stress revealed significant discriminatory power in coping. Children at high levels of parent-related stress used passive coping more than active coping.

Key words: Self-Esteem, Parent-Related Stress, School Age Children's Coping

I. 문제제기

스트레스가 갖는 환경 적응의 부정적 영향(Rice et al., 2006)을 고려해 볼 때, 일상 생활에서 학령기 아동이 경험하는 부모 관련 스트레스는 특별한 주의와 관심이 요구될 수 있다. 학령기 아동이 경험하는 일상의 다양한 생활 스트레스 가운데 가장 큰 설명력을 나타내는 스트레스가 부

모 관련 스트레스(Min & Yoo, 1998a)로 알려져 있기 때문이다.

심리적 고통의 수준이 개인의 주관적 평가에 따라 달라지는 것(Linley & Joseph, 2004)처럼 부모 관련 스트레스 역시 아동이 주관적으로 어떻게 평가하고 인식하는지에 따라 결정되는 것으로 알려져 있다. 이는 학령기 아동에게 부모가 제공하는 객관적 스트레스보다 스트레스를 지

이 논문은 2017년 대구가톨릭대학교 교내 학술연구비 지원을 받아 수행된 논문으로, 2016년도 한국생활과학회 학술대회에서 포스터 발표한 것을 확장한 것임.

* Corresponding Author: Min Ha Young

Tel: +82-53-850-3545, Fax: +82-53-850-3520

E-mail: hymin@cu.ac.kr

© 2017, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

각하고 해석하는 아동 자신의 내적 특성이 우선 고려되어야 함을 시사하는 것이다. 그러한 의미에서 자존감은 부모 관련 스트레스에 영향을 미치는 아동의 주요한 개인 내적 특성이라 할 수 있다. 자신의 가치에 대한 주관적 판단과 평가를 의미하는 자존감(Coopersmith, 1967)은 개인의 정서, 동기, 태도 및 가치관 뿐 아니라 인지적 평가를 반영하는 사고과정에 영향을 미치는 변인으로 간주(Carver et al., 1989)되고 있기 때문이다.

자존감이 개인의 사고과정에 미치는 영향력을 고려할 때, 자존감은 부모 관련 스트레스를 평가하고 인식하는 인지적 활동에 영향을 미친다고 볼 수 있다. 자존감이 높은 사람은 자신을 가능한 긍정적으로 볼 뿐 아니라 본질적으로 자신을 가치있다고 여기며 자신의 단점과 나약함에 대해 솔직히 인정한다. 뿐만 아니라 자신을 비난하는 상황에서도 폐쇄적이거나 부정하기보다 개방적이며 수용하는 자세를 보인다(Buss, 1995; Salmivalli, 2001). 자존감이 갖는 이와 같은 특성 때문에 자존감이 높은 아동은 부모의 꾸중이나 비난 등 스트레스 유발 상황을 보다 개방적이고 수용적으로 평가할 가능성이 클 수 있으며 그에 따라 부모 관련 스트레스를 크게 경험하지 않을 수 있다. 이러한 가능성은 학령기 아동의 자존감이 부모 관련 스트레스 지각에 영향을 미칠 수 있는 의미있는 개인 내적 특성임을 함의하는 것이다.

한편 지각된 부모 관련 스트레스보다 환경 적응에 더 의미있는 것은 스트레스에 대한 대처행동이다. 지각된 스트레스 양이 많다하더라도 적절한 대처가 이루어질 경우 스트레스로 인한 부작용은 예방될 수 있기 때문이다. 스트레스가 사고과정인 개인의 인지적 해석에 의해 영향을 받듯이 스트레스에 대한 대처행동 역시 개인의 인지적 판단에 의해 영향을 받는다(Lazarus & Folkman, 1984). 이는 스트레스 대처행동 역시 스트레스와 마찬가지로 개인의 사고과정에 영향을 미치는 아동의 자존감에 의해 영향 받을 수 있음을 시사하는 것이다.

스트레스 대처행동은 학자에 따라 접근 대처와 회피 대처(Roth & Cohen, 1986), 통제와 탈출(Havlovic & Keenan, 1995), 접근적 대처와 회피적 대처(Ebata & Moos, 1991) 등 다양한 용어로 설명되고 있다. 그러나 이러한 이원적 대처행동 분류는 일반적으로 스트레스 대처의 상호교류적 모델(transactional model)을 제시한 Lazarus와 Folkman(1984)의 문제 중심 대처행동과 정서 중심 대처행동을 근간으로 한다(Carver et al., 1989). 문제 중심 대처행동(problem-focused coping)은 문제를 해결하거나 스

트레스의 원천을 변경시키려 노력하는 행동들이 포함된다. 이에 반해 정서 중심 대처행동(emotion-focused coping)은 스트레스로 인한 부정적 감정을 줄이거나 관리하는 행동들이 포함된다. 문제 중심 대처행동은 적극적인 문제해결 행동으로, 스트레스를 유발시키는 원인 해결에 초점을 두기 때문에 스트레스로 인한 환경 적응에서 기능적 대처행동으로 평가되고 있다. 이에 반해 정서 중심의 대처행동은 소극적 문제해결 행동으로, 스트레스로 인한 부정적 정서나 감정에서 벗어나므로써 정서적 안정을 찾으려는데 초점을 둔다. 스트레스 유발 원인이 해결되지 않고 남아 있기 때문에 스트레스로 인한 환경 적응에서 정서 중심 대처행동은 문제 중심 대처행동에 비해 기능성이나 효과성이 떨어지는 것으로 평가되고 있다(Stallard et al., 2001).

스트레스 상황에서 문제 중심의 적극적 대처행동이 적응적임에도 불구하고 정서 중심의 소극적 대처행동이 사용되고 있는 것은 대처자원이 사람마다 차이 나기 때문이다. Lazarus와 Folkman(1984)은 개인의 통제감이나 긍정적 자아와 같은 심리적 자원이 대처행동을 결정하는데 중요한 대처자원이 된다고 하였다. 실질적으로 스트레스 상황을 통제할 수 있다고 판단하는 사람은 문제 중심의 대처행동을, 통제하기 어렵다고 평가하는 사람은 정서 중심의 대처행동을 사용하는 것으로 나타나고 있다(Min & Yoo, 1999). 긍정적 자아 측면에서도 자존감이 높은 군병사는 문제 중심의 적극적 대처행동을 더 많이 사용(Lee & Kim, 2015)하며, 자존감이 높은 청소년 역시 적극적 대처의 문제 중심적 대처행동을 사용하는 것에 반해 자존감이 낮은 청소년은 회피적 대처의 정서 중심적 대처행동을 사용하는 것으로 나타났다(Dumont & Provost, 1999; Han et al., 2004; Martyn-Nemeth et al., 2009; Thoits, 1995). 자존감이 높은 사람들이 스트레스 상황에서 문제 중심적 대처행동을 더 많이 사용하는 것은 문제 해결 능력에 대한 자신의 신뢰감을 바탕으로(Dumont & Provost, 1999)으로 스트레스 상황을 통제할 수 있다고 평가할 가능성이 높기 때문이다. 이와 같이 자존감과 같은 개인의 심리적 자원이 대처행동에 영향을 미치는 의미있는 요인이라는 선행 연구(Chong & Kim, 2014; Dumont & Provost, 1999; Han et al., 2004; Lee & Kim, 2015; Martyn-Nemeth et al., 2009)를 고려해 보면, 자존감이 높은 학령기 아동의 경우 부모 관련 스트레스에 대해 문제 중심의 적극적 대처행동을 정서 중심의 소극적 대처행동보다 더 많이 사용할 것으로 보인다. 그런데 여기서 고려

할 것은 통제감이나 자존감 등 심리적 대처자원과 연결하여 대처행동을 살펴본 선행 연구(Han et al., 2004; Lee & Kim, 2015; Min & Yoo, 1999)의 경우 문제 중심의 대처행동과 정서 중심의 대처행동을 개인 간 측면에서 문제 중심과 정서 중심을 각각 개별적으로 살펴보았을 뿐, 개인 내 측면에서 문제 중심 대 정서 중심의 대처행동 사용 비중을 고려하여 접근하지는 않았다는 점이다. 즉 개인 내에서 나타나는 문제 중심 우위의 대처행동이나 정서 중심 우위의 대처행동 등에 관해서는 큰 관심을 두지 않았다는 점이다.

스트레스 상황에서 사람들은 문제 중심이나 정서 중심의 한 가지 대처행동만을 사용하는 것이 아니다. 사람들은 직면한 스트레스 상황을 해결하기 위해서 문제 중심과 정서 중심의 다양한 대처행동을 모두 활용한다. 그러한 가운데 개인 내에서 보다 많이 사용하는 ‘우위의 대처행동’이 나타나는 것이다. 그럼에도 불구하고 선행 연구에서는 개인 내에서 나타나는 ‘우위의 대처행동’을 통제감이나 자존감 등 심리적 대처자원과 연결시켜 살펴보려는 노력을 거의 하지 않았다. 이에 이 연구에서는 학령기 아동을 대상으로 개발한 Min과 Yoo(1998b)의 대처행동을 토대로, 심리적 대처자원으로 평가되는 자존감이 개인 내 대처행동에 영향을 미치는지 살펴보고자 한다. 이를 위해 문제를 직접 해결하기 위한 적극적 대처행동을 문제로부터 유발된 부정적 감정을 완화하거나 조절하기 위한 소극적 대처행동(Min & Yoo, 1998b)보다 많이 사용하는 아동을 적극적 대처행동 우위 집단으로, 소극적 대처행동을 적극적 대처행동보다 많이 사용하는 아동을 소극적 대처행동 우위 집단으로 구분하고자 한다. 그리고 이분형 로지스틱 회귀분석을 통해 자존감과 부모 관련 스트레스가 대처행동에 유의한 영향을 미치는지 살펴보고자 한다.

스트레스 대처행동과 관련해 볼 때, 자존감은 인지적 평가에 영향을 미치는 아동 개인 내적 변인이라 할 수 있다. 그렇다면 부모 관련 스트레스는 인지적 평가를 반영한 아동 개인 외적 환경 변인이라 할 수 있다. 이에 이 연구에서는 스트레스에 대한 개인적 인지 평가가 대처행동을 결정하는데 영향을 미친다(Thurber & Weisz, 1997)는 점을 고려하여, 아동 개인 외적 환경 변인이라 할 수 있는 부모 관련 스트레스도 대처행동에 유의한 영향을 미치는지 살펴보고자 한다. 스트레스를 개인과 환경 간의 상호작용 과정으로 보는 스트레스 대처의 상호교류 모델(Lazarus & Folkman, 1984)에서는 스트레스 상황을 어떻게 인지하느냐에 따라 대처행동이 달라진다고 하였다. 스

트레스를 강하게 느낀다는 것은 스트레스를 해결할 대처 자원의 부족이나 한계를 인식한 것이라 볼 수 있다. 따라서 문제 중심의 적극적 대처행동보다 정서 중심의 소극적 대처행동이 보다 높게 나타날 수 있다. 이러한 가능성은 대학생의 생활 스트레스와 회피 중심의 소극적 대처행동이 정적 관계를 나타냈다고 보고한 연구((Lee, 2016) 뿐 아니라 4년간 독일 청소년을 대상으로 한 종단 연구 (Seiffge-Krenke et al., 2009)에 의해서도 확인된 바 있다. 이러한 선행 연구를 고려해 볼 때, 부모 관련 스트레스를 적게 인지하는 학령기 아동의 경우 소극적으로 대처하기보다 적극적으로 대처하려는 적극적 우위의 대처행동을, 부모 관련 스트레스를 많이 인지하는 학령기 아동은 이에 대해 적극적으로 대처하기보다 소극적으로 대처하려는 소극적 우위의 대처행동을 사용할 것으로 보여진다. 이에 다음과 같은 연구문제를 통해 논의된 가능성과 예측을 경험적 자료를 토대로 규명해 보고자 한다.

- 연구문제 1) 학령기 아동의 자존감은 부모 관련 스트레스에 유의한 영향을 미치는가?
- 연구문제 2) 학령기 아동의 자존감은 부모 관련 스트레스 대처행동(적극적 우위 대처행동 대 소극적 우위 대처행동)에 유의한 영향을 미치는가?
- 연구문제 3) 학령기 아동의 부모 관련 스트레스는 부모 관련 스트레스 대처행동(적극적 우위 대처행동 대 소극적 우위 대처행동)에 유의한 영향을 미치는가?

II. 연구방법

1. 조사대상

학령기 아동의 자존감과 스트레스, 자존감과 대처행동 그리고 스트레스와 대처행동 간 관계를 살펴보고자 하는 이 연구에서는 초등학교 5, 6학년 시기가 되면 문제 중심의 대처행동과 정서 중심의 대처행동을 적절히 이용할 수 있다는 점(Kliewer et al., 1996; Lazarus & Lazarus, 1994)과 자존감을 포함한 자의식 정서(self-conscious emotion)가 발달한다는 점(Harter, 1999)을 고려해 초등학교 5, 6학년 208명을 연구대상으로 선정하였다. 조사대상 아동 중 5학년은 100명(52.9%), 6학년 98명(47.1%), 남아는 101명(48.6%), 여아는 107명(51.4%)이었다.

2. 측정도구

1) 학령기 아동의 자존감

Rosenberg(1965)가 개발한 자존감(Self-Esteem Scale) 척도를 번안하여 사용하였다. 총 10문항으로 '대체로 나는 나 자신에 대하여 만족한다' 등과 같은 긍정적 자존감을 측정하는 문항 5문항, '나는 나 자신이 별로 자랑스러울 것이 없다고 느낀다' 등 부정적 자존감을 측정하는 문항으로 이루어졌다. '전혀 그렇지 않다(1점)'에서부터 '정말 그렇다(5점)'의 5점 Likert로 구성되어 있으며 부정적 자존감을 묻는 문항은 역산 처리함으로써 점수가 높을수록 높은 자존감을 의미하도록 하였다. 문항 간 일치도에 의한 신뢰도 Cronbach's α 는 .83으로 나타났다.

2) 학령기 아동의 부모 관련 스트레스

Min과 Yoo(1998a)가 개발한 학령기 아동의 일상적 생활 스트레스 척도 중 부모 관련 스트레스 척도를 사용하였다. '나의 조그만 실수나 잘못에도 지나치게 화를 내거나 야단치셔서' '내 생각이나 의견을 존중해 주지 않아서' '나를 형제나 친구들과 비교해가며 말해서' 등 15문항으로 이루어진 이 척도는 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서부터 '매우 그렇다(4점)'의 4점 Likert로 측정하였다. 점수가 높을수록 부모 관련 스트레스가 높은 것을 의미하며, 문항 간 일치도에 의한 신뢰도 Cronbach's α 는 .89로 나타났다.

3) 학령기 아동의 부모 관련 대처행동

Min과 Yoo(1998b)가 개발한 아동의 일상적 생활 스트레스 대처행동 척도 중 적극적 대처행동 6문항, 소극적 대처행동 6문항을 사용하였다. 스트레스를 유발시킨 부모와의 문제를 해결하기 위해 문제해결 방안을 생각하거나 문제를 해결하기 위해 계획을 세우는 인지적, 행동적 행위인 적극적 대처행동과 자신의 감정을 혼자서 조용히 표현하거나 소망적 또는 환상적 사고 등을 통해 부모로부터 유발된 스트레스를 완화시키려는 인지적, 행동적 행위인 소극적 대처행동은 '전혀 그렇게 안했다(1점)'에서부터 '많이 그렇게 했다(4점)'의 4점 Likert로 측정하였다. 문항 간 일치도에 의한 신뢰도 Cronbach's α 는 각각 .78, .78로 나타났다.

한편 부모 관련 스트레스 대처행동은 적극적 대처행동과 소극적 대처행동 사용의 양에 따라 적극적 우위

대처행동 유형(적극적 대처행동>소극적 대처행동)과 소극적 우위 대처행동 유형(적극적 대처행동<소극적 대처행동)으로 구분된다. 적극적 대처행동과 소극적 대처행동을 함께 사용한 2명(적극적 대처행동=소극적 대처행동)은 분석에서 제외하였다.

3. 연구 절차

대구·경북지역 내에서 조사를 허락받은 3개 초등학교 5, 6학년 아동을 대상으로 질문지 조사를 실시하였다. 초등학교 담임교사에게 연구의 목적과 취지를 설명하였으며 담임교사의 지도하에 질문지 조사를 실시하였다. 배부된 질문지는 일주일 후에 학교에서 담임교사를 통해 수거하였다. 400부의 질문지가 배부되었으며 수거되지 않은 87부(회수율 78.3%)와 중속과 독립 변인 문항에 한 문항이라도 응답하지 않거나 성실하지 않게 응답한 자료, 적극적 대처행동과 소극적 대처행동이 같게 나온 자료(2부) 등 103부를 제외한 208명의 자료만이 최종분석에 사용되었다.

4. 자료분석

수집된 자료분석은 SPSS Win 19.0프로그램을 이용해 분석하였다. 연구문제 1) 학령기 아동의 자존감과 부모 관련 스트레스 간 관계는 단순 회귀분석을, 연구문제 2) 학령기 아동의 자존감과 부모 관련 스트레스 대처행동 간 관계는 이분형 로지스틱 회귀분석을, 연구문제 3) 부모 관련 스트레스와 부모 관련 스트레스 대처행동 간 관계는 이분형 로지스틱 회귀분석을 통해 유의수준 .05 미만에서 검증하였다.

Ⅲ. 연구결과

연구문제를 분석하기 전에 <Table 1>에서 관련 변인에 관한 평균 및 표준편차를 살펴보았다. 학령기 아동의 자존감은 5점 Likert에서 평균(표준편차) 3.24(.81)를 나타냈다. 이는 학령기 아동들이 자신에 대해 긍정적 가치감이 낮지 않음을 나타내는 것이다. 부모 관련 스트레스와 적극적 대처행동 그리고 소극적 대처행동은 각 4점 Likert에서 평균(표준편차) 1.94(.63), 1.81(.58), 1.86(.70)을 나타냈다. 이는 부모로부터 스트레스를 높이 받지 않으며,

<Table 1> The Mean(SD) of Variables(n=208)

Variables(Likert)	Min-Max	Mean(SD)
Self-esteem(5 Likert)	1-4.90	3.24(.81)
Parent-related stress(5 Likert)	1-4	1.94(.63)
Active coping(4 Likert)	1-4	1.81(.58)
Passive coping(4 Likert)	1-4	1.85(.70)

<Table 2> Simple Regression Analysis of School Age Children's Parent-Related Stress with Self-Esteem(n=208)

Variables	B	Std. Error	β	F(df)	R^2
Constant	3.13	.16		58.44 (1, 207)	.22
Self-esteem	-.37	.05	-.47***		

Note *** $p < .001$

부모 관련 스트레스에서 적극적 대처행동이나 소극적 대처행동을 각각 많이 사용하지 않음을 나타내는 것이다.

연구문제 1의 분석 결과 <Table 2>에 나타난 바와 같이, 학령기 아동의 자존감은 부모 관련 스트레스에 22%의 유의한 설명력을 갖는 변인으로 나타났다($R^2=.22$). 자존감이 높은 아동일수록 부모와의 관계로부터 스트레스를 적게 인지하는 것으로 나타났다($\beta = -.47, p < .001$).

연구문제 2의 분석 결과, 적극적 우위 대처행동을 0으로 하고, 소극적 우위 대처행동을 1로 해서 목적변수를 설정하고, 학령기 아동의 자존감을 설명변수로 하는 모형을 만들어 95% 유의도 수준에서 그 적합성을 검증하였다. 그 결과 상수만 포함된 -2LL(Log Likelihood)와 설명변수가 포함된 경우의 -2LL의 차이인 χ^2 의 값이 33.01이고 유의확률이 .000($p < .05$)로 나타나 통계적으로 유의하였다. Hosmer-Lemeshow 검증에서는 χ^2 값이 6.73, 유의확률이 .46($p > .05, ns$)으로 나타났다. 적합도 검증에서 유의확률의 값이 .05보다 커야 귀무가설을 채택할 수 있으므로 적극적 우위 대처행동 집단 및 소극적 우위 대처행동 집단과 학령기 아동의 자존감의 관계에 대한 로지스틱 회귀분석은 적합하다고 볼 수 있다.

적극적 우위 대처행동 및 소극적 우위 대처행동과

학령기 아동의 자존감 조건 하에서 계산된 예측값을 비교한 결과, 적극적 우위 대처행동 집단 93명 중 54명을 정확하게 예측하여 그 확률이 58.1%로 나타났고, 소극적 우위 대처행동 집단 115명 중 81명(70.4%)을 정확하게 예측하여 전체 분석률은 64.9%로 나타났다.

<Table 3>에서 나타나듯, 로지스틱 회귀모형 회귀계수 산출 결과 자존감의 회귀계수는 -1.14이며, 이 회귀계수의 통계적 유의성을 검증하는 값이 Wald 통계량은 28.22로 유의한 것으로 나타났다($p < .000$). 이는 자존감이 부모 관련 스트레스 대처행동을 예측하는데 있어 유의한 변인임을 시사하는 것이다. 자존감은 $\text{Exp}(-1.14) = .32$ 로 자존감 점수가 1점 낮아질 때 소극적 우위 대처행동을 사용할 확률이 0.3배 증가한다고 해석할 수 있다.

연구문제 3의 분석 결과, 적극적 우위 대처행동을 0으로 하고 소극적 우위 대처행동을 1로해서 목적변수를 설정하고, 부모 관련 스트레스를 설명변수로 하는 모형을 만들어 95% 유의도 수준에서 그 적합성을 검증하였다. 그 결과 상수만 포함된 -2LL(Log Likelihood)와 설명변수가 포함된 경우의 -2LL의 차이인 χ^2 의 값이 34.92고 유의확률이 .000($p < .05$)로 나타나 통계적으로 유의하였다.

Hosmer-Lemeshow 검증에서는 χ^2 값이 8.38, 유의확

〈Table 3〉 Binary Logistic Regression Analysis of School Age Children's Coping According to Self-Esteem(n=208)

Variables	B	Std. Error	Wald	df	p	Exp(β)
Constant	3.97	.73	29.36***	1	.000	52.91
Self-esteem	-1.14	.22	28.22***	1	.000	.32

Note *** $p < .001$

〈Table 4〉 Binary Logistic Regression Analysis of School Age Children's Coping According to Parent-Related Stress(n=208)

Variables	B	Std. Error	Wald	df	p	Exp(β)
Constant	-2.11	.53	15.81***	1	.000	.12
Parent-related stress	1.23	.27	20.00***	1	.000	3.41

Note *** $p < .001$

률이 .40($p > .05$, ns)로 나타났다. 적합도 검정에서 유의확률의 값이 .05보다 커야 귀무가설을 채택할 수 있으므로 적극적 우위 대처행동 집단 및 소극적 우위 대처행동 집단과 부모 관련 스트레스의 관계에 대한 로지스틱 회귀분석은 적합하다고 볼 수 있다. 적극적 우위 대처행동 및 소극적 우위 대처행동과 부모 관련 스트레스 조건 하에서 계산된 예측값을 비교한 결과 분석결과로부터 적극적 우위 대처행동 집단 92명 중 52명을 정확하게 예측하여 그 확률이 56.5%로 나타났고, 소극적 우위 대처행동 집단 115명 중 82명(71.3%)을 정확하게 예측하여 전체 분석률은 64.7%로 나타났다.

〈Table 4〉에서 나타나듯, 로지스틱 회귀모형 회귀계수 산출 결과 부모 관련 스트레스의 회귀계수는 1.23이며, 이 회귀계수의 통계적 유의성을 검정하는 값이 Wald 통계량은 20.00으로 유의한 것으로 나타났다($p < .000$). 이는 부모 관련 스트레스가 부모 관련 스트레스 대처행동을 예측하는데 있어 유의한 변인임을 시사하는 것이다. 부모 관련 스트레스는 $\text{Exp}(1.23)=3.41$ 로 부모 관련 스트레스 점수가 1점 높아질 때 소극적 우위 대처행동을 사용할 확률이 3배 증가한다고 해석할 수 있다.

V. 논의 및 결론

대구·경북지역의 5개 초등학교에 재학 중인 5, 6학년 아동 208명을 대상으로 자존감이 부모 관련 스트레스에 영향을 미치는지, 자존감이 대처행동에 영향을 미치는지 그리고 부모 관련 스트레스가 대처행동에 영향을 미치는지 살펴보았다. 그리고 연구결과를 토대로 다음과 같은 결론 및 논의를 도출하였다.

첫째, 학령기 아동의 자존감은 부모 관련 스트레스에 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자존감이 낮을수록 부모와의 관계에서 지각되는 스트레스는 높은 것으로 나타났다. 이와 같은 연구결과는 부정적 사건을 경험할 경우 자존감이 낮은 사람은 더욱 더 부정적인 반응을 보이는데 반해, 자존감이 높은 사람은 부정적인 사건으로부터 발생할 수 있는 부정적 영향을 덜 받는다고 보고한 Brown과 Mankowski(1993)의 연구를 지지하는 것이다. 또한 청소년을 대상으로 한 연구에서 자존감과 가족관계 스트레스가 유의한 부적 관계를 나타냈다고 보고한 Han et al.(2004)의 연구 및 대학생을 대상으로 자존감이 적극적 대처행동과 정적 상관관계를, 소극적 대처행동과 부적 상관관계를 나타냈다는 Kim(2007)의 연구와도 일치하는 것이다. 부모 관련 스트레스가 학령기 아동의 자존감에 영향을 받는다는 사실은 심리적 고통에 대한 평가가 개인의 주관적 평가에 따라 달라진다는 사실(Linely & Joseph, 2004)과 연결지어 볼 때, 자존감이 부모 관련 스트레스에 대한 주관

적 평가에 영향을 미치는 개인 내적 특성임을 의미하는 것이다.

둘째, 학령기 아동의 자존감은 부모 관련 스트레스 대처행동에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자존감이 높은 학령기 아동일수록 부모 관련 스트레스에서 적극적 우위 대처행동의 사용 비중이 높았다. 즉 문제 중심의 적극적 대처행동을 정서 중심의 소극적 대처행동보다 더 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 자존감이 높은 군 장병(Lee & Kim, 2015)이나 청소년(Dumont & Provost, 1999; Han et al., 2004; Martyn-Nemeth et al., 2009) 또는 대학 신입생(Chong & Kim, 2014)이 문제 중심의 대처행동을 더 많이 사용한다고 보고한 연구결과와 유사한 것이다. 기존 연구와 달리 이 연구에서는 개인 간 분석이 아닌 개인 내 분석을 기초로 하였음에도 불구하고 자존감이 높은 사람이 적극적 대처행동이 높다는 선행 연구 결과를 지지하고 있다. 학령기 아동의 자존감이 부모 관련 스트레스 대처행동에 유의한 영향을 미친다는 사실은 Lazarus와 Folkman(1984)이 지적한대로 개인의 긍정적 자아가 대처행동을 결정하는 중요한 심리적 자원임을 재확인하는 것이라 할 수 있다.

자신의 가치에 대한 주관적 판단과 평가인 자존감이 인간 행동의 동기적 요소로 작용한다는 점(Rosenberg, 1965)을 고려해 볼 때, 높은 자존감은 스트레스 문제를 해결할 수 있다는 인지적 평가를 촉발시킴으로써 문제를 실질적으로 해결하도록 동기화 시킨다고 볼 수 있다. 자존감이 높은 사람들이 자신에 대한 긍정적 평가를 기반으로 외부의 부정적 피드백이나 도전들에 더 효과적으로 대처한다는 연구 결과(Heatherton & Wyland, 2003)를 생각할 때, 학령기 아동의 자존감 향상 프로젝트는 스스로 자신을 보호하는 프로젝트로 평가될 수 있다. 본격적인 사춘기 진입 및 상급 학교 진학 등으로 학령기 시기보다 더 다양하고 더 심각한 스트레스에 노출되어질 중고등학교 시기 때 학령기에 강화된 자존감 향상 프로젝트는 스트레스로 인한 부정적 영향을 최소화시키는데 대처자원으로 기능할 것으로 보여지기 때문이다. 따라서 학령기 아동을 대상으로 아동 스스로 자신에 대해 자신이 얼마나 유능하며 중요하고 가치있는 존재라는 믿음을 고양시키는 것은 현재 시점 뿐 아니라 건강한 청소년기를 준비하기 위한 사전 활동이라 할 수 있다.

셋째, 학령기 아동의 부모 관련 스트레스는 대처행동

에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 부모로부터 높은 스트레스를 경험할 때 학령기 아동은 적극적 우위 대처행동보다 소극적 우위 대처행동을 보다 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이와 같은 연구결과는 지역아동 센터를 이용하는 초등학생의 스트레스와 대처행동 간 관계에서 부모 관련 스트레스가 높을 때 소극적이고 회피적 대처행동을 보다 많이 사용한다고 보고한 Park과 Jung(2012)의 연구결과와 유사하다고 할 수 있다. 또한 특정한 스트레스 상황에서 높은 수준의 스트레스를 경험한 독일 청소년들이 위축된 대처행동을 사용한다고 보고한 Seiffge-Krenke et al.(2009)의 연구결과와 유사하다고 할 수 있다.

스트레스 수준은 스트레스의 자극이나 반응 자체에 의해 결정되는 것이 아니라 스트레스 유발 사건을 어떻게 평가하고 어떠한 심리적 기제를 사용하느냐에 따라 결정된다고 보는 Lazarus와 Folkman(1984)의 스트레스의 상호작용 모델(transactional model of stress)에 따르면, 부모로부터 높은 스트레스를 경험한다는 자체는 문제 해결에서 주 양육자인 부모의 도움을 받기 어렵다고 아동 스스로 평가했음을 반영하는 것이라 할 수 있다. 이는 곧 문제 해결을 위한 대처자원의 감소를 의미하는 것이라 할 수 있다. 따라서 부모로부터 높은 스트레스를 경험하는 아동은 문제 중심의 적극적 대처행동보다 정서 중심의 소극적 대처행동을 보다 많이 사용한 것이라 보여진다.

문제 중심의 적극적 대처행동에 비해 정서 중심의 소극적 대처행동이 불안, 우울 등 부정적 적응 지표와 보다 강하게 연결되어 있음(Lazarus & Folkman, 1984)을 고려해 볼 때, 부모로부터 높은 스트레스를 경험하는 학령기 아동들이 소극적 우위 대처행동을 보다 많이 사용한다는 이 연구 결과는 숙고해야 할 부분이라 할 수 있다. 스트레스보다 스트레스에 대한 대처행동이 환경 적응에 더 중요한 설명력을 갖고 있다는 사실(Moos & Billings, 1982)을 기반으로 부모 관련 스트레스를 많이 지각하는 아동을 대상으로 부모 외 다양한 대처자원이 있음을 아동 스스로 인식할 수 있도록 지원함으로써 아동이 보다 능동적으로 문제 중심의 적극적 대처행동을 우위로 사용할 수 있도록 교육시켜야 할 것이다. 학령기 아동을 대상으로 대처행동을 개인 간 측면에서 적극적 우위 대처행동과 소극적 우위 대처행동으로 구분한 후, 대처행동에 영향을 미치는 변인을 자존감과 부모 관련 스트레스 측면에서 살펴보았다. 그리고 그

과정에서 자존감이 부모 관련 스트레스 및 이에 대한 대처행동에 영향을 미치는 주요 심리적 자원임을 규명하였다. 발달의 다양한 영역에서 자존감 향상 프로그램의 중요성이 강조되고 있는 상황에서, 자존감 향상 프로그램은 학령기 아동의 스트레스 및 대처행동 측면에서도 중요하게 다루어져야 할 주제임을 확인했다는 측면에서 연구의 의의를 찾을 수 있다. 그런데 여기서 유념해야 할 것은 자존감과 자기에 성향이 정적인 관련성이 있다는 점이다(Raskin et al., 1991). 이와 같은 관련성은 자기에가 갖고 있는 자신에 대한 웅대하고 거대한 자아상(Wink, 1991)이 자존감으로 오인되기 때문에 나타나는 현상이라 할 수 있다. 자존감이 긍정적 차원의 심리적 자원이라면 자기에는 병리적 차원의 심리적 자원으로 구분된다. 따라서 자존감과 자기에 성향은 분명히 구분되어 사용될 필요가 있다. 추후 연구에서 자기에 성향과 스트레스 및 스트레스 대처행동에 관한 연구가 이루어진다면 스트레스와 대처행동 측면에서 자존감과 구분된 자기에 성향의 특성을 규명해보는 기회가 될 것이라 생각된다.

REFERENCES

- Brown, J. D., & Mankowski, T. A. (1993). Self esteem, mood, and self-evaluation: Changes in mood and the way you see you. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(3), 421-430.
- Buss, A. (1995). *Personality, temperament, social behavior, and the self*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Carver, C. S., Sheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Chong, Y. S., & Kim, S. B. (2014). Relationships among self-esteem, self-compassion, coping strategies, and college life adjustment in freshmen. *The Korean Journal of Developmental Psychology*, 27(4), 117-140.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman and Company.
- 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.
- Ebata, A. T., & Moos, R. H. (1991). Coping and adjustment in distress and healthy adolescence. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 12(1), 33-54.
- Han, G. H., Jang, H. S., & Ahn, K. S. (2004). The role of adolescents self-esteem in stress experiences, coping against them, and problem behaviors. *Korean Journal of Youth Studies*, 11(3), 385-402.
- Harter, S. (1999). *The construction of self: A developmental perspective*. New York: Guilford Press
- Havlovic, S. J., & Keenan, J. P. (1995). Coping with work stress: The influence of individual differences. In P. Perrewe (Ed.), *Occupational stress: A handbook* (pp. 179-192). Philadelphia, PA: Taylor & Francis.
- Heatheron, T. F., & Wyland, C. L. (2003). Assessing self-esteem. In S. J. Lopez, & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*(pp. 219-235). Washington, DC: American Psychological Association.
- Kim, K. W. (2007). Relationships among self-esteem, self-acceptance and stress coping behavior. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 19(4), 983-999.
- Kliewer, W., Fearnow, M. D., & Miller, P. A. (1996). Coping socialization in middle childhood: Tests of maternal and paternal influences. *Child Development*, 67(5), 2339-2357.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress*,

- appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S., & Lazarus, B. N. (1994). *Passion and reason*. New York: Oxford University Press.
- Lee, E. S. (2016). Moderated effects of coping strategies in the relation between life stress and psychological well-being in university students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 30(3), 470-482.
- Lee, J. H., & Kim J. K. (2015). Effects of self-esteem, locus of control to military life on soldiers adjusting : Mediating effect of social support and stress coping strategies. *Korean Psychological Journal of Culture and Social Issues*, 21(3), 299-315.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17(1), 11-2.
- Martyn-Nemeth, P., Penckofer, S., Gulanick, M., Velsor-Friedrich, B., & Bryant, F. B. (2009). The relationships among self-esteem, stress, coping, eating behavior, and depressive mood in adolescents. *Research in Nursing & Health*, 32(1), 96-109.
- Min, H. Y., & Yoo, A. J. (1998a). Development of a daily hassles scale for school age children. *Korean Journal of Child Studies*, 19(2), 77-96.
- Min, H. Y., & Yoo, A. J. (1998b). Development of daily hassles coping scale for children. *Family and Environment Research*, 36(7), 83-96.
- Min, H. Y., & Yoo A. J. (1999). The perceived controllability of stress situations and children's coping with hassles. *Korean Journal of Child Studies*, 20(1), 61-77.
- Moos, R. H., & Billings, A. G. (1982). Conceptualizing and measuring coping resources and coping processes. In L. Goldberger, & S. Breznitz (Eds.). *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects*(pp. 212-230). New York: Free Press.
- Park, J. E., & Jung, Y. H. (2012). The stress, coping behavior and health states of elementary students in community child centers. *The Korean Journal of Stress Research*, 20(4), 309-320.
- Raskin, R. Noacek, J., & Hogan, R. (1991). Narcissistic self esteem management. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 911-918.
- Rice, K. G., Leever, B. A., Christopher, J., & Porter, J. D. (2006). Perfectionism, stress, and social (dis)connction: A short-term study of hopelessness, depression, and academic adjustment among honors students. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 524-534.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Roth, S., & Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist*, 41(7), 813-819.
- Salmivalli, C. (2001). Feeling good and about oneself, being bad to others? remarks on self-esteem, hostility, and aggressive behavior. *Aggression and Violent Behavior*, 6(4), 375-393.
- Seiffge-Krenke, I., Aunola, K., & Nurmi, J. E. (2009). Changes in stress perception and coping during adolescence: The role of situational and personal factors. *Child Development*, 80(1), 259-279.
- Stallard, P., Velleman, R., Langsford, J., & Baldwin, S. (2001). Coping and psychological distress in children involved in road traffic accidents. *The British Journal of Clinical Psychology*, 40(2), 197-208.
- Thoits, P. A. (1995). Stress, coping, and social support processes: Where are we? What next? *Journal of Health and Social Behavior*, 35, 53-79.
- Thurber, C. A., & Weisz, J. R. (1997). "You can try or you can just give up": The impact of perceived control and coping style on childhood homesickness. *Developmental Psychology*, 33(3), 508-517.

Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597.

Received 30 May 2017;
1st Revised 25 August 2017;
Accepted 26 August 2017