

부모의 성취압력이 중학생 자녀의 전반적 행복감에 미치는 영향 : 자녀가 느끼는 사교육 부담감의 매개효과

Perceived Burden of Private Education as a Mediator Between Parental Achievement Pressure and Adolescents' Happiness

손승희*

한남대학교 아동복지학과 교수*

Son, Seung Hee*

Department of Child Development and Guidance, Hannam University

Abstract

This study explores how parental achievement pressure impacts adolescents' overall happiness, focusing on the mediating role of the burden of private education. Reports indicate that South Korean adolescents rank among the least happy in OECD countries. While various factors contribute to this, situation, it is hypothesized that excessive parental expectations and the demand for private education increase stress and lower well-being. Using data from the 14th wave of the Korean Child Panel (N=1,348), this study examines the relationships between parental achievement pressure, private education burden, and adolescent happiness. The analysis was performed using SPSS 23.0 and the Hayes PROCESS macro Model 4. Findings show that parental achievement pressure negatively affects adolescents' happiness. Furthermore, this pressure significantly heightens the burden of private education, which, subsequently reduces happiness. The mediating effect of private education burden was confirmed, indicating that parental achievement pressure indirectly impacts happiness by increasing stress from private education. These results highlight that both direct and indirect effects of parental expectations contribute to lower adolescent well-being. The study emphasized the need for parental education programs to set realistic achievement expectations and advocates for policy interventions aimed at alleviating private education burdens, to ultimately enhance adolescent happiness.

Keywords: Parental achievement pressure, Adolescents' happiness, Private education burden, Mediation effect

I. 서론

청소년기는 신체적, 심리적으로 급격한 변화를 경험하며 자아정체성을 본격적으로 형성하는 매우 중요한 시기이다(송명자, 2008). 특히 이 시기에 청소년들이 경험하는 행복감은 일시적이고 단순한 정서적 경험을 넘어 성인기 삶

의 전반적인 만족과 심리적 안녕감에도 지속적으로 영향을 미친다는 점에서 청소년기 행복감에 대한 사회적 관심과 학문적 탐색이 꾸준히 이루어지고 있다(이상록 외, 2015; Suldo & Huebner, 2006; Zhang & Yang, 2025).

청소년의 행복감은 학업성취, 자아존중감, 학교생활 적응, 또래 관계 등 주요한 발달적 지표와 밀접하게 관련되어

본 논문은 2024년 (사)한국생활과학회 동계학술대회(2024.11.29)에서 발표한 포스터 논문을 수정·보완한 것임

* Corresponding author: Son, Seung Hee

Tel: +82-42-629-8247, Fax: +82-42-629-7462

E-mail: shson@hnu.kr

© 2025, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

있다(이지언 외, 2022; Huebner et al., 2003). 행복감이 높은 청소년은 학교생활에서의 적응력이 뛰어나고 스트레스와 불안을 보다 효과적으로 관리하며 또래와도 원만하게 상호작용한다(현의숙, 황혜정, 2019). 또한, 긍정적 정서를 자주 경험하는 청소년들은 내적 학습 동기가 높고 성취에 대한 자신감을 갖게 되어 장기적으로 높은 삶의 만족감을 유지하는 것으로 보고되고 있다(Diener, 2000).

이러한 청소년의 행복감은 개인 내적 요인과 사회·환경적 요인의 상호작용을 통해 형성된다. 개인 내적 요인은 주로 자존감, 자기효능감, 통제감 등이 있으며, 사회·환경적 요인은 부모와의 관계, 또래 관계, 학교 환경 등이 있다(이의빈, 김진원, 2022; Huebner et al., 2003; Kerr et al., 2012; Zhang & Yang, 2025). 특히, 부모와의 관계 및 부모의 양육 태도는 청소년의 행복감 형성에 매우 중요한 환경적 요인으로 보고되고 있다(이미영, 2020). 부모의 온정적이고 합리적인 양육 태도가 청소년의 심리적 안녕과 행복감 증진에 긍정적 영향(박봉환, 2023; 박혜진, 채유정, 2019)을 미치는 반면, 어머니의 학업성취압력이 자녀의 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미친다고 보고한 연구결과들(이선미, 주영아, 2019; Luthar & Becker, 2002)을 종합해 볼 때 부모의 자녀에 대한 과도한 성취 기대는 자녀의 행복감을 낮춘다고 할 수 있다.

최근 대한민국의 부모-자녀 관계는 정서적 지지와 같은 긍정적 관계보다는 ‘학업성취’라는 특정 목표를 중심으로 형성되는 경향이 강하게 나타나고 있다. 이러한 현상은 대한민국 특유의 사회문화적 배경, 즉 전통적으로 높은 교육 열과 명문대 입학 및 자녀의 직업적 성공에 대한 부모들의 강력한 욕망에서 비롯된다. 대한민국 부모들은 자녀의 높은 학업성취가 자녀의 미래 경제적 지위와 직업적 안정성을 보장하는 최선의 방법이라고 믿으며 이러한 이유로 자녀에게 높은 성취기대와 압력을 지속적으로 가하고 있다(이선미, 주영아, 2019; 이의빈, 김진원, 2022; 임소현 외, 2022).

이러한 부모의 성취압력은 자녀의 사교육 참여율을 높이는 주요 원인으로 작용하고 있다. 청소년 사교육 실태를 다룬 교육부, 통계청(2025) 자료에 의하면 2024년 우리나라 중학생의 사교육 참여율은 78%, 주당 평균 참여시간은 7.8시간으로 나타났다. 이는 2023년도 75.4%에 비하여 2.7% 상승한 수치로 초등학생 증가율 1.7%, 고등학생 증가율 0.9%보다 상승폭이 크다. 이처럼 중학생들의 사교육 참여가 매해 늘어나고 있어 특별한 관심이 요구되지만 현재까지 국내에서 중학생을 대상으로 부모의 성취압력과 자

녀의 사교육 부담감에 대한 구체적인 연구는 거의 이루어지지 않은 상황이다. 우리나라의 경우 특목·자사고와 일반고 등으로 고등학교 유형이 분류되어 있는데, 학생의 중학교 학업성취 수준은 진학할 수 있는 고등학교의 유형과 수준에 영향을 미친다. 학업성취와 사회적 성공에 민감한 우리나라 부모들은 자신의 자녀가 보다 우수한 고등학교에 진학하기를 희망하기 때문에 자녀의 중학교 성적에 대한 기대와 압력이 높아지게 된다. 사춘기에 진입하여 자율성 욕구가 민감해진 중학생에게 부모의 성취압력으로부터 비롯된 사교육은 부담으로 다가오게 된다(Eccles & Wigfield, 2023; Ryan & Deci, 2023). 자기결정이론(Self-Determination Theory; Ryan & Deci, 2023)에 따르면, 부모의 성취압력은 중학생 자녀의 자율성을 훼손해 학습을 외부가 시켜서 하는 일로 경험하게 하며 이 과정에서 사교육 참여를 개인적 희생으로 인식하게 한다. 사교육에 참여하더라도 자신의 의지에 의해 참여할 경우 학습의 욕 및 성과도 높아지겠지만, 외부의 압력에 의해 참여한 사교육은 부담감을 높이는 요인이 될 수 있다. 최근 중학생들의 사교육이 지속적으로 증가하고 있는 사회적 상황을 고려하여 본 연구에서는 부모의 성취압력이 중학생 자녀가 느끼는 사교육 부담감에 미치는 영향에 대해 구체적으로 살펴보고자 하였다.

현재 대한민국 사회에서 중학생의 학업성취와 사교육은 뗄레야 뗄 수 없는 관계에 있는 중요한 관심사가 되고 있다. 일상생활에서 사교육에 참여하는 시간이 많기 때문에 중학생들이 자신의 생활에 대해 느끼는 행복감과 사교육은 밀접한 관련이 있을 것이다. 국내에서 이루어진 여러 종단 연구에서 중학생의 사교육 참여 시간이 길수록 학업 스트레스가 유의하게 증가하였으며, 이는 곧 전반적인 행복감을 낮춘다고 보고하였다(박현정, 변상민, 2021; 장유진 외, 2020). 이수진 외(2024)가 실시한 초록우산어린이재단의 아동행복지수 조사에서도 대한민국 중학생의 평균 행복지수는 100점 만점에 47.1점으로 OECD 국가 간 비교에서 최하위수준으로 나타났다. 이 조사에서 주당 9시간 이상 ‘과다 공부’하는 집단이 수면 부족과 행복감 저하, 그리고 높은 수준의 사교육 부담을 느끼고 있다고 보고하였다. 특히, 이러한 과다공부 집단의 비율은 중학교 고학년으로 갈수록 높아지는 것으로 나타났다. 국외 연구에서도 과도한 사교육 참여가 청소년의 심리적 웰빙을 저하시켜 장기적으로 삶의 만족감과 행복감을 현저히 떨어뜨릴 수 있음을 지적하고 있다(Bray, 2013). 최근 우리 사회에서 사교육에 참여하는 청소년들이 증가하고 있는 만큼 건강한 대한민국의

미래를 위해 청소년들의 사교육 부담감과 행복감에 대한 보다 적극적이고 폭넓은 연구의 필요성이 제기된다.

한편, 부모의 성취압력이 높아질수록 자녀들은 심리적 부담감과 스트레스를 더 많이 경험하게 되고, 이로 인해 자기효능감이 감소하고 우울과 불안 등 부정적 정서를 경험하게 되는 것으로 나타났다. 이러한 기존 선행연구들(강문비 외, 2021; 오윤경, 2025; 전미지, 최나야, 2025; Luthar & Becker, 2002)은 주로 부모의 성취압력과 자녀의 학업 스트레스나 문제행동과 같은 부정적 심리 변인과의 관계를 중심으로 살펴보고, 자녀의 행복감과 같은 긍정적 심리변인과 연결한 연구는 부족한 실정이다. 자녀의 성공을 위해 더 많은 사교육을 시키고 학업에 매진하도록 채찍질하는 것이 자녀에게 유익하다는 신념을 가지고 자녀에게 많은 학습량과 높은 성과를 요구하는 부모들이 해마다 증가하고 있다(교육부, 통계청, 2025). 이에 부모의 성취압력과 자녀의 사교육 부담감이 행복감에 어떤 경로로 영향을 미치는지에 대한 실질적인 연구를 통해 바람직한 부모의 역할에 대한 가이드를 제공하는 것은 매우 중요한 일일 것이다.

최근 이루어진 부모의 성취압력과 자녀의 행복감에 대한 연구결과 중 부모의 성취압력이 자녀의 행복감에 직접적으로 미치는 영향은 미미하거나 유의하지 않고, 학업 스트레스가 매개 또는 조절 변인으로 투입될 때 효과가 뚜렷해진다는 연구결과들이 보고되고 있다. 한국아동패널 11차년도 자료를 활용한 이의빈, 김진원(2022)은 부모의 성취압력이 자녀의 행복감을 직접 낮추지는 않았지만 자녀의 학업 스트레스를 증가시켜 행복감을 저하시킨다고 하며 자녀의 학업 스트레스의 간접 효과에 대한 경로를 보고하였다. 우리나라와 같이 교육열이 높은 중국에서 이루어진 Lu et al.(2021)의 연구에서는 부모의 성취 기대가 기본적으로는 행복감을 높였지만, 중학생 자녀가 체감하는 학업압력이 높을수록 그 효과가 약화된다고 보고하였다. 반면, 같은 문화권에서 이루어진 Yin et al.(2025)의 연구에서는 부모의 교육기대가 자녀의 자기효능감과 학습몰입을 통해 주관적 행복감을 높였다고 하였다.

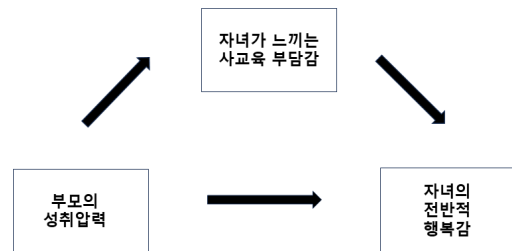
이러한 연구결과들을 요약해보면, 부모의 성취압력이 자녀의 행복감에 미치는 영향이 정적인지 부적인지, 직접 영향을 미치는지, 간접적으로 영향을 미치는지 단정 지을 수 없다. 우리나라와 같이 부모의 성취압력이 높고, 자녀가 느끼는 사교육 부담감이 큰 사회적 분위기를 고려했을 때 우리나라 청소년과 부모를 대상으로 부모의 성취압력과 자녀의 사교육 부담감 및 전반적인 행복감의 관계를 종합적

으로 심도 있게 탐색해 볼 필요성이 제기된다.

따라서 본 연구에서는 대한민국 중학생을 대상으로 부모의 성취압력이 자녀의 전반적인 행복감에 미치는 영향을 탐색하고, 이 과정에서 자녀가 느끼는 사교육 부담감의 매개효과를 구체적으로 규명하고자 한다. 이를 통해 밝혀진 연구결과는 부모가 자녀에게 가하는 성취압력의 부정적인 영향을 최소화하고 청소년의 정신건강과 바람직한 부모-자녀 관계 형성을 위한 통합적이고 현실적인 부모교육 프로그램 및 정책적 지원 방안의 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 부모의 성취압력은 자녀의 전반적 행복감에 직접적인 영향을 미치는가?
- 연구문제 2. 부모의 성취압력은 자녀가 느끼는 사교육 부담감을 통해 자녀의 전반적 행복감에 간접적인 영향을 미치는가?



[그림 1] 연구모형

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 부모의 성취압력과 중학생 자녀의 사교육 부담감 및 전반적 행복감 간의 관계를 살펴보기 위해 한국아동패널의 14차년도 데이터를 분석에 활용하였다. 14차년도는 대상아동이 만 13세, 중학교 1학년이 되는 해로 무응답을 제외한 1,348명 아동의 자료를 사용하였다. 대상아동은 남자 688명(51%), 여자 660명(49.0%)이었으며 평균연령은 13.4세였다. 참고로 연구 대상 아동의 어머니의 연령은 40대 971명(72.0%), 50대 256명(19.0%), 30대 113명(8.4%), 20대 8명(0.6%) 순으로 나타났다. 어머니의 학력은 4년제 대학 졸업 516명(38%), 전문대 졸업 381명(28.4%), 고등학교 졸업 356명(26.5%), 대학원 졸업 89명(6.6%), 중학

교 줄 이하 6명(0.5%) 순으로 나타났다. 가정의 월소득은 300만원 미만 197명(14.6%), 300~400만원 대 466명(34.6%), 500~600만원 대 382명(28.3%), 700~800만원 대 158명(11.7%), 900만원 이상 145명(10.8%)으로 나타났다.

2. 연구도구

1) 부모의 성취압력

부모의 성취압력은 오아름(2017)의 척도를 한국아동패널 연구진이 수정한 척도를 사용하여 측정하였다. 본 척도는 ‘부모님은 내가 학교 성적이 조금 떨어져도 꾸중을 하신다.’, ‘부모님은 내가 공부해야 할 시간에 잠을 자면 깨우신다.’, ‘부모님은 나에게 남보다 더 좋은 성적을 얻어야 한다고 말씀하십니다.’ 와 같이 부모가 자녀의 성취에 갖는 관심 및 압력에 대한 내용으로 이루어진 12개 문항의 5점 Likert 척도로 구성되었다. 연구진이 대상 아동에게 질문지를 나눠주고 ‘지금부터 ○○(이)가 부모님에 대해서 어떻게 생각하는지 물어 보겠습니다. 해당되는 내용에 표시해 주세요.’라고 질문하면 연구대상 아동이 각 문항에 대해 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘항상 그렇다’(5점)까지 평정하였다. 점수가 높을수록 아동이 지각한 부모의 학업에 대한 성취압력이 높음을 의미한다. 본 척도의 신뢰도 계수는 Cronbach’s $\alpha = .88$ 로 나타났다.

2) 자녀가 느끼는 사교육 부담감

본 연구에서 자녀가 느끼는 사교육 부담감은 한국아동패널 연구진이 개발한 ‘아동이 인식하는 사교육’ 척도를 사용하여 측정하였다. ‘아동이 인식하는 사교육’ 척도는 총 4 문항으로 이루어져 있는데 그 중 사교육 부담감에 대한 문항은 1문항으로 ‘현재 다니고 있는 학원/과외에 대해 어떻게 느끼는지?’에 대한 5점 척도이다. 연구진이 연구대상 아동에게 질문지를 나눠주고 연구 대상 아동은 해당 질문에 대해 ‘전혀 부담스럽지 않다’(1점)에서 ‘매우 부담스럽다’(5점)까지 평정하였다.

3) 자녀의 전반적 행복감

본 연구에서 자녀의 전반적 행복감은 MCS(2008)의 Child Paper Self Completion Questionnaire를 한국아동패널 연구진이 번역한 척도를 사용하여 측정하였다. 본 척

도는 ‘00이는 하루하루를 생각하면 어떠니?’, ‘00이는 친구에 대해 생각하면 어떠니?’와 같은 문항 총 6개로 이루어져 있다. 연구진이 들려주는 각 문항을 듣고 자신의 상태를 ‘전혀 행복하지 않아요’(1점)에서 ‘매우 행복해요’(4점)까지 적혀진 그림 카드 중 하나를 선택한다. 점수가 높을수록 일상생활의 각 영역(외모, 친구, 가족, 학교공부, 학교, 삶)에 대한 행복감이 높음을 의미하며, Cronbach’s $\alpha = .73$ 으로 나타났다.

3. 연구절차

본 연구에서 사용한 자료는 한국아동패널 14차년도 자료이다. 모집단은 2008년 출생한 신생아 2,150가구로 14차년도의 경우 모집단의 96.5%의 샘플을 유지하고 있다. 본 연구의 변인인 부모의 성취압력, 중학생 자녀의 사교육 부담감 및 전반적 행복감은 모두 연구 대상 아동이 평정하는 것으로 해당연도 7월~12월에 한국아동패널 연구진이 대상 아동을 직접 만나 면접 조사를 통해 자료를 수집하였다.

4. 자료분석

수집한 자료는 SPSS 23.0과 PROCESS macro version 4.2를 사용하여 분석하였다. 첫째, 변인들의 일반적인 경향을 알아보기 위해 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 산출하였다. 둘째, 본 연구에서 사용한 척도의 신뢰도를 알아보기 위해 신뢰도계수를 산출하였다. 셋째, 부모의 성취압력, 자녀가 느끼는 사교육 부담감, 자녀의 전반적 행복감 간의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다. 넷째, 매개효과를 검증하기 위해 Preacher와 Hayes(2008)가 개발한 PROCESS macro의 모형 4를 사용하여 분석하였으며, 매개효과의 통계적 유의성은 Bootstrap를 이용하였다. 검증 시 모형의 Bootstrap의 샘플 수는 5,000개로 지정하였고, 신뢰구간은 95%로 설정하였다.

III. 연구결과

1. 기초분석

본 연구에서 사용한 주요 변인들의 정규성 여부를 확인

하기 위해 왜도(skewness)와 첨도(kurtosis)를 산출하였다. 왜도와 첨도 기준은 일반적으로 정규성 판단의 경험적 기준으로 활용되며(Weston & Gore, 2006), 이때 왜도는 ±2 이내, 첨도는 ±4 이내일 때 정규분포로 간주할 수 있다. 본 연구의 변인인 부모의 성취압력, 자녀의 사교육 부담감, 자녀의 전반적 행복감의 왜도는 각각 .22, .17, -.31로 모두 ±2 범위 내에 있었으며, 첨도 역시 -1.23, -.71, -1.69로 ±4 기준을 충족하여 연구 변인들은 모두 정규성이 입증되었다.

다음으로 변인들 간 Pearson의 상관분석 결과, 부모의 성취압력, 자녀의 사교육 부담감, 자녀의 전반적 행복감 간에 유의한 관계가 나타났다<표 1>. 먼저 부모의 성취압력과 자녀가 지각한 사교육 부담감 간에는 정적으로 유의한 관계가 나타났다($r = .20, p < .001$). 반면, 부모의 성취압력과 자녀의 전반적 행복감($r = -.13, p < .001$), 자녀의 사교육 부담감과 전반적 행복감 간에는 부적으로 유의한 관계가 나타났다($r = -.27, p < .001$).

2. 부모의 성취압력과 자녀의 전반적 행복감의 관계에서 자녀의 사교육 부담감의 매개효과

본 연구에서는 부모의 성취압력이 자녀의 사교육 부담감을 거쳐 자녀의 전반적 행복감에 영향을 미치는지 알아보기 위해 PROCESS Macro 모형 4를 사용하여 매개효과에 대한 회귀분석을 실시하였다. 이를 위해 부모의 성취압력을 독립변인으로, 자녀의 전반적 행복감을 종속변인으로 설정한 후 자녀가 느끼는 사교육 부담감을 매개변인으로 투입하였다. 이에 대한 결과는 <표 2>, <표 3>에 나타난 바와 같다.

첫째, 부모의 성취압력은 자녀의 전반적 행복감에 부적으로 유의한 영향을 직접적으로 미치는 것으로 나타났다($B = -.04, p < .01$). 즉, 부모가 자녀에 대한 성취압력이 높을수록 자녀의 전반적 행복감 수준이 낮아지는 경향이 확인되었다. 둘째, 부모의 성취압력은 자녀가 느끼는 사교육 부담감에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다($B = .25, p < .001$). 이는 부모의 성취압력이 높을수록 자녀가 체감하는 사교육

<표 1> 변인들 간의 상관관계와 기술통계

(N=1,348)

변인	1	2	3
1. 부모의 성취압력	1.00		
2. 자녀가 느끼는 사교육 부담감	.20***	1.00	
3. 자녀의 전반적 행복감	-.13***	-.27***	1
M	4.35	2.33	2.71
SD	.93	1.00	.55
왜도	.22	.17	-.31
첨도	-1.23	-.71	-1.69

*** $p < .001$

<표 2> 부모의 성취압력과 자녀의 전반적 행복감간의 관계에서 자녀의 사교육 부담감의 매개효과

(N=1,348)

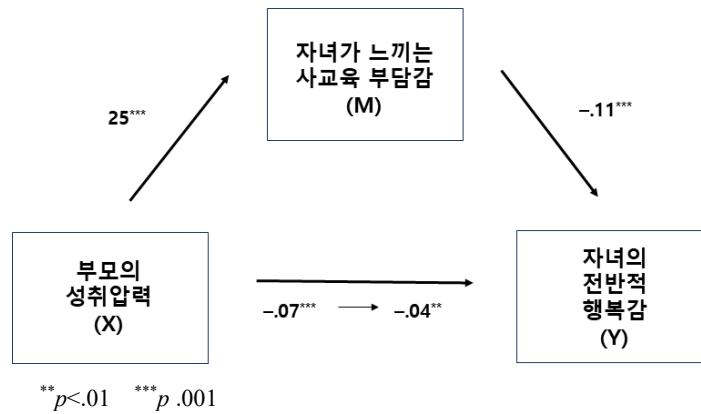
종속변인	독립변인	B	SE	t	95 % CI		F(df)	R ²
					LL	UL		
자녀가 느끼는 사교육 부담감	부모의 성취압력	.25***	.04	6.92	.18	.32	47.91 (1110)	.04
자녀의 전반적 행복감	부모의 성취압력	-.04**	.02	-2.80	-.08	-.01	46.34 (1109)	.08
	자녀가 느끼는 사교육 부담감	-.11***	.01	-8.45	-.14	-.09		
자녀의 전반적 행복감	부모의 성취압력	-.07***	.02	-4.48	-.10	-.04	20.03 (1110)	.02

주. CI = confidence interval; LL = lower limit; UL = upper limit.

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

〈표 3〉 부모의 성취압력과 자녀의 전반적 행복감 간의 관계에서 자녀가 느끼는 사교육 부담감의 간접효과 검증 (N=1,348)

구분	B	SE	95 % CI	
			LL	UL
총효과	-.07	.02	-.10	-.05
직접효과	-.04	.02	-.08	-.02
간접효과	-.03	.01	-.04	-.02



[그림 2] 부모의 성취압력이 자녀의 사교육 부담감을 매개로 전반적 행복감에 영향을 미치는 경로

에 대한 정서적 압박이 커진다는 것을 의미한다. 셋째, 자녀가 느끼는 사교육 부담감은 자녀의 전반적 행복감에 부정적으로 유의한 영향을 미쳤다($B=-.11, p<.001$). 이는 사교육 부담이 큰 학생일수록 덜 행복하다고 느낀다는 것을 의미한다. 넷째, 간접효과 검증 결과 부모의 성취압력이 자녀가 느끼는 사교육 부담감을 거쳐 전반적 행복감에 미치는 영향은 $B=-.03$ 이었으며, 95 % Bootstrap 신뢰구간이 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의하였다. 즉, 부모의 성취압력이 자녀에게 사교육 부담감을 느끼게 하고 이러한 부담감은 중학생 자녀 입장에서 자신이 덜 행복하다고 느끼게 하는 원인이 된다고 할 수 있다. 연구결과를 종합해보면, 부모의 높은 성취압력은 자녀의 행복감을 직접적으로 낮출 뿐 아니라 사교육 부담감을 증가시켜 행복감을 저하시키는 이중 경로를 갖는다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 대한민국의 중학생을 대상으로 부모의 성취압력이 자녀의 전반적 행복감에 미치는 영향을 알아보고 이 과정에서 자녀가 지각하는 사교육 부담감의 매개효과를 구조적으로 검증하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과를 논 의하면 다음과 같다.

첫째, 청소년 자녀의 전반적 행복감에 부모의 성취압력과 자녀의 사교육 부담감 모두 부정적으로 유의한 영향을 미쳤다. 이러한 결과는 부모의 지나친 학업성취압력이 자녀의 심리적 안녕과 행복감을 저하시킨다는 기존 연구결과(이선미, 주영아, 2019; Luthar & Becker, 2002) 및 자녀의 높은 학업스트레스는 자녀의 심리적 스트레스와 부담감을 높인다는 국내의 선행연구와 맥락을 같이 하는 결과이다(박현정, 변상민, 2021; 장유진 외, 2020). 보건복지부(2024)가 2023년에 실시한 아동종합실태조사에 따르면, 우리나라 9~17세 아동은 방과 후 시간을 자신이 원하는 대로 보내지 못하는 경우가 많았다. 조사 참여아동의 42%가 방과 후에 친구들과 놀기를 희망했으나 실제로 그렇게 지내는 아동은 19%에 불과했다. 반대로 학원이나 과외를 희망한 아동은 25%였으나 실제 참여율은 54%로 나타나 아동들이 원하는 활동과 실제 활동 사이에 뚜렷한 차이가 나타났다. 이 조사 항목은 5년 전인 2018년에도 동일하게 실시되었다. 당시 학원이나 과외를 원한 아동은 약 20%였지만, 실제 참여율은 50%였다. 친구들과 놀기를 바란 아동은 절반에 가까운 48%였으나 실제로 놀 수 있었던 비율은 20%였다. 이러한 결과는 최근 5년간 아동들의 방과 후 생활에서 학업 관련 활동의 비중이 높아졌음을 시사한다. 즉, 아동들이 ‘희망하는 삶’과 ‘실제 삶’의 차이가 심화되면서 주관적으로 느끼는 여유와 행복감이 감소할 가능성을 보여

준다(정지나, 손승희, 2020).

특히, 대한민국의 높은 교육열과 학벌주의와 같은 독특한 사회문화적 특성 때문에 부모가 자녀에게 가하는 성취압력의 부정적 영향이 보다 강하게 나타났을 가능성(윤가영 외, 2022)에 유의하여야 한다. 사회 전반적으로 성취에 대한 기준이 높아 청소년들이 부모의 성취압력에 보다 민감해질 가능성을 고려할 때 이는 비단 가정에서 부모만 노력한다고 해결될 수 있는 문제가 아니다. 사회 전체적으로 청소년들의 행복에 대한 관심을 갖고 이를 실현할 수 있는 분위기 개선에 대한 노력이 필요할 것이다.

본 연구는 사교육 부담감을 중학생이 지각한 사교육에 대한 부담의 정도로 정의하고 이를 단일 문항의 5점 척도로 측정하였다. 현재까지 사교육에 대한 연구는 주로 사교육 참여 시간이나 과목 개수 등과 같은 양적인 측면에 초점이 맞춰져 왔는데(박현정, 변상민, 2021; 장유진 외, 2020), 본 연구에서는 중학생들이 느끼는 사교육 부담감에 대한 ‘질적인 측면’을 측정하였다는 점에서 의미가 있다고 할 수 있다. 황현주(2023) 역시 단일 문항으로 측정된 아동의 사교육 부담감이 사교육 받는 과목 수보다 학업스트레스를 더 잘 설명한다고 보고하며 아동의 사교육 부담감과 관련된 질적 정보의 중요성을 강조하였다. 우리나라 사교육 상황의 복잡성과 심각성을 고려할 때 아동이 느끼는 사교육 부담감의 다차원적 속성을 반영한 척도를 사용하여 이를 측정하는 것이 바람직하겠지만, 본 연구는 패널 데이터의 한계로 단일 문항으로 측정하였기 때문에 다양한 차원을 충분히 포괄하지 못하였다는 제약이 있을 수 있다. 이에 향후 연구에서는 사교육 부담감의 여러 측면을 반영한 척도 개발이 요구되며, 이를 통해 아동의 사교육 부담감을 더 정교하게 파악하고 이를 완화할 수 있는 실질적 방안을 모색하는 후속 연구가 적극적으로 이루어지길 기대하는 바이다.

둘째, 부모의 성취압력은 자녀가 느끼는 사교육 부담감을 유의미하게 증가시켰다. 임소현 외(2022)의 조사에서 부모들이 사교육을 시키는 주요 이유로 응답자의 76.4%가 자녀의 성적 향상, 59.7%가 좋은 대학 진학이라고 답변하였는데, 이러한 자료를 참고로 해석해 볼 때 부모의 성취에 대한 요구가 클수록 자녀가 사교육에 많이 참여하게 되고, 이는 자녀의 사교육 부담감을 늘린다고 할 수 있다. 부모의 공부압박을 5점 척도로 조사한 이수진 외(2024)가 실시한 초록우산재단의 「2024 아동행복지수·생활시간조사」 조사에 따르면, 부모의 공부압박은 초등학교 저학년 2.29점에서 중학생은 2.54점, 고등학생은 2.49점으로 나타나 자녀가 중학교 시기일 때 부모의 공부압박이 가장 높게 나타

남을 알 수 있다. 우리나라 사회의 특성상 사교육을 전혀 하지 않는 나라로 만들자고 주장하는 것은 불가능할 것이다. 일정 수준의 사교육을 한다하더라도 청소년들이 부담감을 느끼지 않고, 학습효과도 높이기 위해서는 즐겁게 공부할 수 있는 분위기를 만들어 주는 것이 중요하다고 할 수 있다. 이는 Wang et al.(2024)의 연구결과로도 뒷받침 되는데, 이들은 자기결정이론 메타분석을 통해 교사와 부모가 학습자의 자율성을 지지할 때 학생의 학습에 대한 내적 동기가 크게 향상되었다고 보고하였다. 즉, 즐거운 분위기가 조성된 자율적 학습 환경에서 학습할 때 자신의 의지로 학습을 하게 되므로 학습에 대한 부담감이 줄어들 수 있다. 앞선 논의에서 이야기한 것처럼 이것은 가정에서 부모만 노력한다고 변화될 수 있는 상황이 아니다. 전 국민이 청소년의 행복감에 민감해지기 위해서는 사회 전반의 분위기를 바꿀 수 있는 공공 캠페인을 통한 공감대 형성이 중요하다고 할 수 있다. 예를 들어, 싱가포르의 Every School a Good School 정책은 교육서열 완화, 다양한 성장 경로 인정, 부모 인식 개선을 통해 사교육 의존도를 줄이고 학생의 행복감을 높이는 데 성공한 대표적 사례로 평가된다(Ng, 2017). 우리나라도 청소년들의 학업부담을 낮추기 위해 범국가적인 노력이 필요하겠다.

셋째, 부모의 성취압력과 자녀의 전반적 행복감 간의 관계에서 자녀가 느끼는 사교육 부담감의 간접 효과가 유의하게 나타났다. 즉, 부모의 성취압력은 자녀의 전반적 행복감을 직접적으로 저하시킬 뿐 아니라, 사교육 부담감을 매개로 간접적으로도 낮춘다는 경로가 검증된 것이다. 이러한 매개효과가 나타난 이유는 부모의 성취압력이 자녀에게 사교육 참여라는 구체적인 행동을 유발하며, 이로 인해 자녀가 심리적 부담감과 스트레스를 경험하여 궁극적으로 행복감이 저하되는 과정이 형성되었기 때문으로 해석해 볼 수 있다. 이는 자녀가 강제된 사교육 환경에서 학습에 대한 자율성을 잃고 내적 동기가 감소하게 되어 결과적으로 우울, 불안과 같은 부정적 정서가 촉진된다고 보고한(박현정, 변상민, 2021; 장유진 외, 2020) 선행연구들과 일맥상통하는 결과이다. 또한 과도한 사교육 참여는 부모와 자녀 간의 긍정적이고 정서적인 상호작용의 기회를 감소시켜 부모-자녀 관계의 질을 저하시킴으로써 자녀의 행복감 저하에 더욱 부정적인 영향을 미쳤을 가능성이 높았을 것(이선미, 주영아, 2019; Luthar & Becker, 2002)이라고 유추해 볼 수 있다.

본 연구에서 측정된 부모의 성취압력의 내용을 살펴보면, ‘부모님은 내가 학교 성적이 조금 떨어져도 꾸중을 하

신다.’, ‘부모님은 내가 공부해야 할 시간에 잠을 자면 깨우신다.’, ‘부모님은 친구들과 노는 시간을 정해두고 더 이상 놀지 못하도록 하시는 편이다.’ 등과 같이 자녀의 학업에 부모가 많이 관여한다는 것을 알 수 있다. 부모의 교육에 대한 기대가 있더라도 자녀가 자신이 상황을 주도적으로 조절할 수 있다고 믿고 학습에 몰입하는 경우 행복감이 높아졌다고 보고한 Yin et al.(2025)의 연구결과를 참고할 때 중학생 자녀의 학습에 대한 자율성과 주도성을 격려해주는 부모의 태도가 중요하다고 할 수 있다.

Steinberg(2014)는 청소년기는 뇌 발달 특성상 감정조절 능력, 사회적 유대, 위험관리 능력이 형성되는 결정적 시기라고 지적하며, 과도한 학업 스트레스는 전두엽 발달에 부정적 영향을 미칠 수 있다고 지적하였다. 따라서 중학교 시기의 교육에서는 학업 관련 목표 달성만큼이나 정서적 안정, 또래 관계, 스트레스 관리 역량을 기르는 경험의 제공이 필수적이다. Suldo와 Huebner(2006)는 청소년기에 삶의 만족도가 높을수록 성인이 되었을 때 정서적 안정, 사회적 적응, 정신건강이 긍정적으로 유지된다는 종단 연구결과를 발표하며 청소년기의 행복감이 장기적 삶의 질에 핵심적인 보호요인임을 강조하였다. 이러한 결과는 청소년기의 정서적 안정과 심리적 안정이 단기적 학업성취보다 미래 적응을 더욱 강하게 예측할 수 있음을 시사한다. 이러한 연구결과들을 종합해 볼 때, 청소년기 학업 부담을 줄이는 것 뿐 아니라 자율적인 진로 탐색 기회 확대, 긍정적 또래활동, 정서코칭 프로그램 등 심리사회적 개입이 병행되어야 하겠다.

하지만, 최근 대한민국 사회는 ‘7세 고시’라는 말이 나올 정도로 학업 및 성공에 대한 압력이 점점 더 강해지고 있다. 부모들은 자녀에게 과도한 학업성취압력을 가하는 것이 자녀의 행복감과 정신건강에 부정적 영향을 미친다는 사실을 인식하고 적절한 성취 기대와 함께 자녀의 자율성과 내적 동기를 존중하는 균형 잡힌 양육 태도를 실천해야 한다. 이를 위해 학교와 지역사회 단위의 부모교육을 적극적으로 운영해야 한다. 영유아의 경우 육아종합지원센터 등과 같은 전문기관에서 부모교육 프로그램이 적극적으로 이루어지고 있으나(손승희 외, 2023), 청소년 자녀를 둔 부모들이 자녀와의 갈등으로 인해 많은 어려움을 호소하는 것에 비해 이에 대한 맞춤형 부모교육은 거의 찾아보기 어려운 실정이다. 이에 청소년기 자녀를 둔 부모를 위한 부모교육 프로그램 개발 및 교육 실시의 필요성이 제기된다. 또한 과도한 사교육 참여로 인한 자녀의 정신건강에 미치는 악영향을 최소화하기 위해 정부 및 교육기관 차원에서도 청소년

의 심리적 안정을 위한 제도적 지원이 요구된다.

이상의 논의를 바탕으로 본 연구의 제한점을 살펴보고 추후 연구를 위한 제언을 하고자 한다. 첫째, 향후 종단적 연구를 통해 부모의 성취압력과 사교육 참여가 자녀의 장기적인 행복감 변화에 미치는 영향을 보다 명확하게 밝힐 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서 사교육 부담 이외의 다른 심리·사회적 매개 변인을 함께 고려하지 않았다는 점에서 후속 연구에서는 자아존중감, 내적 동기, 사회적 지지 등의 추가적인 변인을 고려한 보다 포괄적이고 통합적인 연구가 필요하다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 기존의 연구들이 주로 부모 성취압력과 자녀의 문제행동이나 정신건강 등 부정적 결과와의 직접적 관계를 주로 연구한 것과 달리 사교육 부담감이라는 현실적이고 구체적인 매개 변인을 통해 부모 성취압력과 자녀의 전반적 행복감 간의 관계를 구조적으로 파악했다는 점에서 중요한 의의를 갖는다. 이러한 결과는 대한민국의 교육적 현실을 반영한 정책적 지원 방향을 결정하는데 필요한 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

주제어: 부모의 성취압력, 중학생 자녀의 사교육 부담감, 중학생 자녀의 전반적 행복감

REFERENCES

- 강문비, 이우걸, 송주연(2021). 학생이 지각한 부모 성취압력과 자녀의 학업성취, 시험불안, 스트레스 및 자아존중감의 관계에 대한 메타분석. *교육심리연구*, 35(2), 365-392.
- 교육부, 통계청(2025). *2024년 초·중·고 사교육비 조사 결과*. 세종: 교육부.
- 박봉환(2023). 긍정적 부모양육태도가 청소년의 삶의 만족도에 미치는 영향: 스마트폰 과의존의 매개효과. *상담심리교육복지*, 10(2), 97-110.
- 박현정, 변상민(2021). 중학생의 사교육 참여가 학업스트레스에 미치는 영향의 종단 분석: 지연효과, 횡단효과, 상호작용효과를 중심으로. *아시아교육연구*, 22(1), 61-95.
- 박혜진, 채유정(2019). 부모의 긍정적 양육행동과 청소년 삶의 만족도와의 관계: 성취가치의 매개효과. *학습*

- 자중심교과교육연구, 19(19), 345-366.
- 보건복지부(2024). 2023 아동종합실태조사. 세종: 보건복지부.
- 손승희, 오수정, 송나래(2023). 대전광역시육아종합지원센터 기능 및 역할 재정립 방안. 대전: 대전광역시육아종합지원센터, 한남대학교 산학협력단.
- 송명자(2008). 발달심리학. 서울: 학지사.
- 오아름 (2017). 부모 학업 성취 압력이 학습자 실수 인식에 미치는 영향: 학습자 성취 목표지향성의 매개효과를 중심으로. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 오윤경(2025). 아동이 지각한 어머니의 성취압력이 아동의 스마트 과의존에 미치는 영향: 아동의 학업스트레스와 그릿의 다중 매개효과. 가정과삶의질연구, 43(1), 1-10.
- 윤가영, 이준배, 박선웅(2022). 지각된 부모의 학업성취 압력과 정신건강 간의 관계에서 정체성 발달의 매개효과. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 28(4), 529-553.
- 이미영(2020). 부모의 양육태도가 청소년의 행복감에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과. 청소년문화포럼, 64, 115-135.
- 이상록, 김은경, 윤희선(2015). 청소년의 행복감이 청소년 발달에 미치는 영향. 사회과학연구, 26(4), 413-438.
- 이선미, 주영아(2019). 부모학업성취압력이 중학생의 학업성취와 심리적 안녕감에 미치는 영향: 사회적 지지의 조절효과. 인문사회21, 10(2), 331-346.
- 이수진, 박현선, 정수정, 김희진, ...이원지(2024). 2024 아동행복지수 생활시간조사 결과. 서울: 초록우산 아동복지연구소.
- 이의빈, 김진원(2022). 부모의 성취압력이 아동의 삶의 만족도에 미치는 영향: 학업 스트레스의 매개효과를 중심으로. 청소년문화포럼, 69, 129-158.
- 이지연, 정익중, 민지연(2022). 아동·청소년기 주관적 행복감 관련변인에 대한 메타분석. 사회복지연구, 53(4), 89-120.
- 임소현, 김혜진, 백승주, 김혜자(2022). 국민에게 듣다: KEDI POLL 20년을 통해 살펴본 교육에 대한 국민 의식 변화. 제180차 KEDI 교육정책포럼(p.1-40), 서울, 한국.
- 장유진, 이승연, 송지훈, 홍세희(2020). 부모 학력과 경제수준이 청소년의 주관적 행복감에 미치는 영향: 사교육 시간과 학업 스트레스의 순차적 매개효과 검증. 청소년학연구, 27(12), 249-273.
- 전미지, 최나야(2025). 어머니의 마음챙김양육과 아동의 마음챙김, 학업성취압력인식이 학업스트레스에 미치는 영향. 한국청소년연구, 36(1), 55-85.
- 정지나, 손승희(2020). 지지적인 학교환경이 아동의 친사회적 행동에 미치는 영향: 아동의 자아존중감과 행복감의 직렬매개효과. 한국보육지원학회지, 16(6), 105-122.
- 현의숙, 황혜정(2019). 초등학교 고학년생이 지각한 교사 애착과 또래애착이 행복감에 미치는 영향: 학교생활 적응의 매개효과 검증. 학습자중심교과교육연구, 19(5), 451-472.
- 황현주(2023). 한국 초등학교 고학년 아동의 사교육 이용 개수와 사교육 부담감이 아동의 학업 스트레스에 미치는 영향. 생애학회지, 13(1), 37-50.
- Bray, M. (2013). Benefits and tensions of shadow education: Comparative perspectives on the roles and impact of private supplementary tutoring in the lives of Hong Kong students. *Journal of International Comparative Education*, 2(1), 18-30.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2023). Expectancy-value theory to situated expectancy-value theory: Reflections on the legacy of 40+ years of working together. *Motivation Science*, 9(1), 1-12.
- Huebner, E. S., Suldo, S. M., Smith, L., & McKnight, C. (2003). Life satisfaction in children and youth: Empirical foundations and implications for school psychologists. *Psychology in the Schools*, 41(1), 81-93.
- Kerr, M., Stattin, H., & Özdemir, M. (2012). Perceived parenting style and adolescent adjustment: Revisiting directions of effects and the role of parental knowledge. *Developmental Psychology*, 48(6), 1540-1553.
- Lu, H., Nie, P., & Sousa-Poza, A. (2021). The effect of parental educational expectations on adolescent subjective well-being and the moderating role of perceived academic pressure: Longitudinal evidence for China. *Child Indicators Research*, 14, 117-137.

- Luthar, S. S., & Becker, B. E. (2002). Privileged but pressured? A study of affluent youth. *Child Development, 73*(5), 1593-1610.
- MCS (2008). MCS Child paper self completion questionnaire. Retrieved from https://cls.ucl.ac.uk/search/?s=Child+paper+self+completion+questionnaire&_gl=1*121gx32*_up*MQ..*_ga*MTU2Nzc3MDY3MS4xNzU2MDgxNzg0*_ga_EYRQV4V0KV*cze3NTYwODE3ODMkbzEkZzAkdDE3NTYwODE3ODMkajYwJGwwJGgw
- Ng, P. T. (2017). *Learning from Singapore: The power of paradoxes*. New York: Routledge.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods, 40*(3), 879-891.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2023). Acting as one: Self-determination theory's scientific and existential import. In R. M. Ryan(Ed.), *The Oxford handbook of self-determination theory*. Oxford: Oxford University Press.
- Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. New York: Houghton Mifflin Harcourt.
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous?. *Social Indicators Research, 78*(2), 179-203.
- Wang, Y., Wang, H., Wang, S., Wind, S. A., & Gill, C. (2024). A systematic review and meta-analysis of self-determination-theory-based interventions in the education context. *Learning and Motivation, 87*, 102015.
- Weston, R., & Gore, P. A. Jr. (2006). A brief guide to structural equation modeling. *The Counseling Psychologist, 34*(5), 719-751.
- Yin, X., Jia, S., Shao, Y., & Zhang, L. (2025). The impact of parental educational expectations on subjective well-being among adolescents: The serial mediating role of self-efficacy and learning engagement. *BMC Psychology, 13*, 353.
- Zhang, F., & Yang, R. (2025). Parental expectations and adolescents' happiness: the role of self-efficacy and connectedness. *BMC Psychology, 13*, 24.

Received 16 June 2025;

1st Revised 28 July 2025;

Accepted 14 August 2025