

청소년의 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 영향: 자아존중감과 우울의 이중매개효과

주소망[†]
명지대학교

본 연구의 목적은 청소년의 사회적 위축, 자아존중감, 우울 및 학업 무기력 간의 관계를 살펴보고, 청소년의 사회적 위축과 학업 무기력 간의 관계에서 자아존중감과 우울의 이중매개효과를 확인하는 것이다. 본 연구를 위해 2018년 한국 아동·청소년 패널조사 1차년도 데이터 중 중학교 1학년 학생 자료를 활용하였으며, 2,590명의 자료에서 무응답을 한 자료 181부를 제외하고 총 2,409명의 자료를 최종 분석에 사용하였다. 수집된 자료를 분석하기 위해 SPSS 21.0을 활용하여 빈도분석, 기술통계분석, Pearson의 상관관계분석, SPSS Macro를 이용하여 이중매개효과 분석 및 매개효과 유의성 검증을 위한 부트스트래핑을 실시하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 학업 무기력에 미치는 변인들의 상대적 영향력은 자아존중감, 우울, 사회적 위축 순으로 나타났다. 둘째, 청소년의 사회적 위축과 학업 무기력 간의 관계에서 자아존중감과 우울은 이중매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 연구 결과를 바탕으로 본 연구의 시사점과 제한점 및 후속연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어: 청소년, 학업 무기력, 사회적 위축, 자아존중감, 우울

■ 서론

‘공포자’는 ‘공부를 포기한 자’의 줄임말로 청소년들의 학업 포기과 무력감을 여실히 보여주는 용어이다(김재운 외, 2020). 이러한 청소년들의 태도는 학업 무기력(Academic Helplessness)이라는 학업 상황에서의 학습된 무기력의 일종으로 볼 수 있다. 학습된 무기력은(Learned Helplessness) 반복된 실패의 경험을 통해 행동의 결손을 초래하는 결과로 비수반성 인지(Non-Contingency)에 대한 지각이다(Peterson et al., 1993). 즉, 청소년들은 학업 장면에서 지속적인 실패를 경험함으로써 무기력 상태에 놓이는 것이다(Maier & Seligman, 1976). 이에 따라 학교 현장에서는 해마다 학업 포기과 진로미결정 상태의 무기력한 학생들의 비중이 점점 늘고 있는 실정이다(김희정, 박관성, 2019).

또한 학업에 무기력한 청소년들은 반복적인 실패를 경험하여 새로운 과제가 당면했을 때 자신의 노력으로 그 결과를 통제할 수 없을 것이라는 믿음을 가지게 된다(Hiroto & Seligman, 1975). 이러한 무기력은 인지나 신체적 장애가 없는 청소년에게도 가정이나 학교의 학업상황에서, 더 나아가 일상 전반에서 의기소침하고 목표 의식 없는 생활 및 또래 관계 철수 등으로 나타날 수 있다(심혜숙, 임혜경, 2008; 유지영, 김춘경, 2014; 이보경, 이재창, 2003). 이에 따라 무기력에 빠진 학생들은 새로운 학습상황을 대면하지 않으며 미래에 대한 방향 감각을 상실한 채 일상 전반에 대한 관심과 흥미를 상실하게 된다(강승호 외, 2008).

청소년기는 자아정체감을 형성하고 지적인 성장과 함께 여러 가지 발달과업을 수행하며, 신체·정신·정서적으로 급격한 변화를 가져오는 중요

한 시기이다. 또한 정서 및 심리적 불안정과 불균형으로 인하여 발달과업으로도 높은 스트레스를 경험하게 된다(주소희, 2020). 특히 정서·행동적으로 미성숙한 청소년은 발달상 학업에 대한 무기력으로 성공보다 실패의 경험이 반복되어 자신의 지각 및 반응, 성취 경험과는 무관하게 무력감을 갖게 된다. 이로 인해 청소년들은 자신의 노력보다 능력 여부에 쉽게 귀인하며, 이러한 특성은 아동기 후기로 갈수록 강해진다(Akca, 2011). 특히 아동 후기에서 청소년 초기에 해당하는 중학교 1학년은 학업과 환경의 급격한 변화로 인해 어려움을 겪고 있을 가능성이 높다. 따라서 학업 무기력으로 파생되는 문제들을 예방하기 위해서는 청소년 초기에 개입하는 것이 효과적일 것으로 보인다.

학업 무기력은 청소년의 내·외현적 문제를 유발하는 것으로 알려져 있다(장효원 외, 2012). 특히 학업성취, 진로·직업선택, 사회 진출 등 무수한 과업들을 앞두고 있는 청소년 시기에는 학업 무기력으로 인한 부정적 영향이 더욱 심각할 수 있다. 선행연구에 의하면 학업 무기력을 경험하는 청소년은 학습동기(박경연, 2002)는 낮은 반면 학업 스트레스는 높으며(정은, 신민정, 2014), 인터넷 게임 중독 문제(고재량, 변상해, 2014; 권순희, 권순녀, 2008) 등을 경험하는 것으로 밝혀졌다. 따라서 청소년들의 적응적인 전인적 발달을 도모하기 위해서는 학업 무기력에 영향을 미치는 변인이 무엇인지 살펴보고 이를 분석할 필요가 있다. 청소년의 학업 무기력은 학업상황에서 학습된 무기력 발생의 근본기제와 교육환경적인 특성이 결합되어 발생하는 것으로(박병기 외, 2015), 청소년의 개인 요인과 사회적 환경으로서 가정, 학교 요인이 학업 무기력에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(김

재운 외, 2020).

청소년기에는 학급이 올라갈수록 심층적인 학문과 입시경쟁 속에서의 중압감으로 다양한 사회적 체계와 상호작용에 적응하지 못하고 어려움을 경험하며, 심리·사회적으로 위축과 혼란 등의 다양한 문제를 겪기도 한다(박은정 외, 2018). 특히 청소년기에 나타나는 대표적인 심리·사회적 특성으로 사회적 위축이 있으며, 이는 사회적인 상황에서 다른 사람들과 함께 어울리기보다는 단독적으로 행동하는 특성을 일컫는다(Rubin et al., 2009). 사회적 위축은 새로운 사람 또는 환경을 접했을 때 긴장과 움츠러드는 반응을 수반하며 친구, 교사, 가족 등 주변 사람들과의 적절한 관계 형성을 방해함으로써 대인관계의 어려움을 야기한다(Rubin et al., 2009).

선행연구에서 사회적 위축을 보이는 경우 학업에 대한 흥미가 낮고(박병선 외, 2017), 낮은 학업 성취(금지현 외, 2013)와 학업관련 문제(감원정, 2019) 및 학교생활 문제(이봉주 외, 2014) 등이 있는 것으로 보고되고 있다. 이와 같이 사회적으로 위축된 청소년들은 사회·정서 및 대인관계 문제뿐만 아니라 이 문제들로 인해 학업에 집중하는 데 어려움을 경험할 가능성이 높다(김재운 외, 2020). 실제로 사회적 위축은 학업 문제 중에서도 특히 학업 성취에 부정적인 영향을 미치는데(Welsh et al., 2001), 이는 학업 성취의 실패 경험이 학습된 무기력으로 이어질 수 있다는 것이다(황매향 외, 2009). 즉, 중학생의 높은 사회적 위축은 학업 성적에 부정적인 영향을 미치고, 더 나아가 학업에 대한 의욕을 저하시킨다는 것이다(김재운 외, 2020).

또한 위축된 청소년은 낮은 자아존중감으로 인해 부정적 자기이해와 불안 등의 심리적 문제 뿐

아니라 내면화된 문제행동 특성을 보인다(권연희, 2013; 김재철, 최지영, 2011; 윤미설, 이동형, 2015; 이원식, 2018). 이들은 자신의 욕구나 어려움을 잘 드러내지 않으며(East, 1991), 교사나 부모 등 타인이 그 욕구를 알아차리지 못하게 은폐한다(김은실, 손현동, 2012; 노선옥, 정희섭, 2004; 박유나, 2005; Davis & Conroy, 1995). 이와 같이 극도로 위축된 행동을 보이는 청소년의 경우 타인에게 직접적 피해는 주지 않지만 부모나 교사로부터 상대적으로 관심을 덜 받으므로 심리적 어려움을 해결하지 못하는 경우가 많을 수밖에 없다(박랑규, 강우선, 2006). 이들의 단독적인 행동은 사람들과의 관계형성을 저해하고, 욕구를 표현하거나 자신의 어려움을 드러내지 못하는 특성은 심리적 어려움의 해결을 방해하는 요인이 된다. 즉, 자신의 문제를 스스로 해결할 힘도 부족하고 타인에게 도움을 요청하는 것에도 어려움을 겪는다. 이러한 행동 특성 및 심리적 요인은 학업 상황에서 적용되어 문제를 해결하지 못하고 결국 좌절로 인해 무기력을 경험할 것으로 예상할 수 있다. 이렇듯 사회적 위축으로 발생할 수 있는 다양한 부정적인 결과를 고려하였을 때, 사회적 위축이 학업과 관련한 무기력을 유발하는 원인으로 작용할 수 있으므로 사회적 위축과 학업 무기력의 관계를 살펴보고자 한다.

청소년들의 개인요인들인 자아평가, 자기개념과 학업 무기력과의 관계를 분석한 선행연구들(문종길, 2015; 손향숙, 2006; 유지영 외, 2014; 정수자, 1996)에서는 청소년의 자아평가나 자기개념이 낮을수록 학업 무기력이 높고, 더불어 학업 무기력이 높은 학생일수록 자아평가가 낮다고 보고하고 있다. 자아존중감은 자기 존경의 정도 및 자신을 가치 있는 사람으로 느끼는 정도를 말하며, 자신이

존중받을 수 있는 존재임을 인식하고 있는 수준을 의미한다(Rosenberg, 1965). 청소년의 자아존중감은 학업태도를 형성하는데 영향을 미치는 주요 요인이다. 청소년이 자아존중감을 높게 지각할 때 자신의 학업태도를 긍정적으로 인식하며, 반대로 자아존중감을 낮게 지각할 때는 자신의 학업태도에 대한 자책과 실망으로 학업성취 수준을 발달시킬 수 없다는 것이다(문명현, 2016). 또한 선행요인으로는 자아존중감이 낮게 지각되면 동기부여와 의사결정 능력이 부족하게 되어 학업에 대해 어려움을 느끼며 자신이 다른 사람보다 높은 수준임에도 불구하고 자신의 능력을 낮게 평가하는 부정적 인식을 가질 수 있을 것이다(Maier & Herman, 1974).

자아존중감과 우울 관련 연구에서는 자아존중감이 높은 사람은 우울이 낮으며(정현임, 2005), 자신감과 인내력, 대인관계의 능력이 높고, 자아존중감이 낮은 사람은 우울과 불안한 정서 상태를 보인다고 하였다(Rosenberg, 1965). 자아존중감이 낮은 사람의 경우, 자신에 대해 부정적으로 평가하고 스스로를 무가치한 사람이라고 생각하기 때문에 불안을 자주 느끼고 쉽게 우울해져 건강한 사회생활을 영위하기 힘들다. 따라서 본 연구에서는 청소년의 낮은 자아존중감으로 인해 형성된 부적응적 사고가 우울을 유발할 것으로 예측하였다(Coopersmith, 1967).

선행연구에서 학습된 무기력과 개인요인 간의 상관관계효과 크기가 가정, 학교요인에 비해 더 크게 나타났다. 이는 학업 무기력이 가정이나 학교요인에 비해 개인의 인지와 관련이 높다는 연구를 뒷받침한다(정문주 외, 2016; Abramson et al., 1987). 특히 청소년의 자기중심적인 발달특성은 가정과 학교라는 환경보다 개인 스스로에 대한 자기 평

가와 인식, 존재감 등에 몰두한다. 그로 인해 전반적인 자기에 대한 만족감을 충족하지 못하고 특히 학습 상황에서 무기력함을 반복적으로 학습하는 것으로 해석할 수 있다(정문주 외, 2016). 이러한 선행연구에 근거하여 청소년이 지각하는 자신에 대한 평가가 학업 태도에 미치는 영향과 정신건강과의 관련성을 구체적으로 확인해보고자 한다. 또한 사회적 위축이 높은 청소년의 내면화된 문제행동 특성이 자기평가와 정신건강에 순차적으로 매개하여 학업 무기력에 영향을 미치는지 알아볼 필요성이 제기된다.

이에 따라 본 연구에서는 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 영향을 파악하고자 한다. 특히 매개변수로 개인·심리적 요인인 자아존중감과 우울을 선정하여 직접적인 영향뿐만 아니라 자아존중감과 우울을 통한 간접영향을 파악해보고자 한다.

연구문제 1. 청소년의 사회적 위축, 자아존중감 및 우울이 학업 무기력에 미치는 상대적 영향력은 어떠한가?

연구문제 2. 청소년의 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 영향에 대한 자아존중감과 우울의 이중매개효과는 어떠한가?

II 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 한국청소년정책연구원에서 아동·청소년의 성장과 발달의 다양한 양상을 종합적으로 파악하기 위해 조사한 종단자료인 한국아동·청소년 패널조사(Korean Child Youth Panel Survey: KCYPS) 2018의 패널 1차년도 자료를 활용하였다. 본 연구를 위해 2020년 12월에 데이터를 제공을 받아, 자료 분석을 실시하였다.

연구대상은 2018년도 중학교 1학년으로 코호트 2,590명의 자료에서 응답이 부실하거나 누락된 사례 181부를 제외하고 총 2,409명의 자료를 최종 분석하였다. 2,409명 중 남학생은 1,298명(53.9%), 여학생은 1,111명(46.1%)으로 남자가 여자보다 조금 높은 비율로 나타났다.

2. 연구도구

1) 학업 무기력

본 연구에서는 학업 무기력을 측정하기 위해 박병기 등(2015)이 개발한 ‘학업 무기력 척도’를 활용하였다. 총 16문항으로 구성되었으며, 통제신념결여(4문항), 학습동기결여(4문항), 긍정정서결여(4문항), 능동수행결여(4문항)의 4개 하위 요인으로 구성되어 있다. ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’까지 4점 Likert 방식으로 점수가 높을수록 학업 무기력을 높게 지각하는 것을 의미한다. 문항의 예로는 ‘아무리 공부해도 내가 지금보다 더 잘 할 수는 없다고 생각한다.’, ‘내 힘으로 학업문제를 해결

할 수는 없다고 생각한다.’를 들 수 있다. 중학생의 학업 무기력의 내적일치도(Cronbach's α)는 .92이고 하위요인별 신뢰도는 통제신념결여 .87, 학습동기결여 .90, 긍정정서결여 .75, 능동수행결여 .78로 나타났다.

2) 사회적 위축

본 연구에서는 사회적 위축을 측정하기 위해 김선희와 김경연(1998)의 아동 및 청소년의 행동 문제 척도 문항을 수정·보완 후 활용하였다. 총 5문항으로 구성되었으며, ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’까지 4점 Likert 방식으로 점수가 높을수록 사회적 위축을 많이 나타내는 것을 의미한다. 문항의 예로는 ‘부끄러움을 많이 탄다.’, ‘주위에 사람이 많으면 어색하다.’를 들 수 있다. 중학생의 사회적 위축의 내적일치도(Cronbach's α)는 .88로 나타났다.

3) 자아존중감

본 연구에서는 자아존중감을 측정하기 위해 Rosenberg(1965)가 개발한 Society and the Adolescent Self-Esteem을 한국아동·청소년패널조사(KCYPS 2010)에서 번안한 척도를 수정·보완하여 활용하였다. 총 10문항으로 구성되었으며, ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’까지 4점 Likert 방식으로 점수가 높을수록 자아존중감이 높다는 것을 의미한다. 하위요인 2, 5, 6, 8, 9번의 5문항은 역코딩하여 점수로 환산하였다. 중학생의 자아존중감의 내적일치도(Cronbach's α)는 .87로 나타났다.

4) 우울

본 연구에서는 우울을 측정하기 위해 김광일 등

(1984)이 제시한 간이 정신진단검사 실시요강의 우울척도를 한국아동·청소년 패널조사(KCYPS 2010)에서 13문항 중 3문항을 제외하고 수정·보완한 척도를 활용하였다. 총 10문항으로 구성되었으며, ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’까지 4점 Likert 방식으로 점수가 높을수록 우울이 높다는 것을 의미한다. 중학생의 우울의 내적일치도(Cronbach's α)는 .92로 나타났다.

3. 연구절차

최종 수집된 자료들은 SPSS WIN 21.0 통계 프로그램을 통해 분석되었다. 각 척도의 신뢰도 측정을 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였으며, 자료 분석을 위해 평균, 표준편차, 빈도분석, Pearson의 상관관계 분석, 단계적 및 위계적 중다회귀분석 등을 실시하였고, SPSS Macro를 사용하여 이중매개분석, 부트스트래핑을 진행하였다.

II 연구결과

1. 변인들의 기술적 통계

본 연구의 연구문제를 위한 기초 통계자료로서 각 변인들의 전체 총점 및 하위영역별 최소값, 최대값, 평균 및 표준편차는 <표 1>에 제시되어 있다. 먼저 사회적 위축의 평균은 10.73($SD=3.74$)으로 나타났다. 자아존중감의 평균은 30.04($SD=5.00$), 우울의 평균은 17.90($SD=6.37$)으로 나타났다. 학업 무기력의 평균은 29.92($SD=8.43$)로 나타났으며, 학업 무기력의 하위영역 중 통제신념의 평균은 7.13($SD=2.35$), 학습동기 결여의 평균은 7.78($SD=2.92$), 긍정정서 결여의 평균은 7.32($SD=2.30$), 능동수행 결여의 평균은 7.70($SD=2.52$)으로 나타났다.

2. 변인들의 상관관계

청소년의 학업 무기력, 사회적 위축, 자아존중감 및 우울 간의 관계를 살펴보기 위해 변인 간의 상관관계를 분석하였다. 그 결과는 <표 2>와 같다. 첫째, 청소년의 학업 무기력은 사회적 위축

<표 1> 변인들의 기술 통계치

($N=2,409$)

변인	최소값(Min)	최대값(Max)	평균(M)	표준편차(SD)
사회적 위축	5.00	20.00	10.73	3.74
자아존중감	11.00	40.00	30.04	5.00
우울	10.00	40.00	17.90	6.37
학업 무기력	16.00	64.00	29.92	8.43
통제신념	4.00	16.00	7.13	2.35
학습동기 결여	4.00	16.00	7.78	2.92
긍정정서 결여	4.00	16.00	7.32	2.30
능동수행 결여	4.00	16.00	7.70	2.52

<표 2> 변인들 간의 상관관계

(N=2,409)

	1	1-1	1-2	1-3	1-4	2	3	4
1. 학업 무기력	1							
1-1 통제신념	-.76***	1						
1-2 학습동기 결여	.89***	.58***	1					
1-3 긍정정서 결여	.86***	.53***	.69***	1				
1-4 능동수행 결여	.83***	.47***	.64***	.66***	1			
2. 자아존중감	-.55***	-.46***	-.46***	-.51***	-.41***	1		
3. 우울	.49***	.35***	.42***	.48***	.38***	-.65***	1	
4. 사회적 위축	.37***	.28***	.29***	.34***	.31***	-.42***	.55***	1

*** $p < .001$.

($r = .37, p < .001$)과 우울($r = .49, p < .001$)에 유의한 정적 상관을, 자아존중감($r = -.55, p < .001$)에 유의한 부적 상관을 나타냈다. 둘째, 청소년의 학업 무기력의 하위요인별로 살펴보면, 통제신념은 자아존중감($r = -.46, p < .001$)에 유의한 부적 상관을, 우울($r = .35, p < .001$)과 사회적 위축($r = .28, p < .001$)에 유의한 정적 상관을 나타냈다. 학습동기 결여는 자아존중감($r = -.46, p < .001$)에 유의한 부적 상관을, 우울($r = .42, p < .001$)과 사회적 위축($r = .29, p < .001$)에 유의한 정적 상관을 나타냈다. 긍정정서 결여는 자아존중감($r = -.51, p < .001$)에 유의한 부적 상관을, 우울($r = .48, p < .001$)과 사회적 위축($r = .34, p < .001$)에 유의한 정적 상관을 나타냈다. 능동수행 결여는 자아존중감($r = -.41, p < .001$)에 유의한 부적 상관을, 우울($r = .38, p < .001$)과 사회적 위축($r = .31, p < .001$)에 유의한 정적 상관을 나타냈다. 셋째, 자아존중감은 우울($r = -.65, p < .001$), 사회적 위축($r = -.42, p < .001$)에 유의한 부적 상관을, 우울은 사회적 위축($r = .55, p < .001$)에 유의한 정적 상관을 나타냈다.

3. 청소년의 학업 무기력에 대한 사회적 위축과 자아존중감 및 우울의 상대적 영향력

청소년의 사회적 위축과 자아존중감 및 우울이 학업 무기력에 미치는 상대적 영향력을 살펴보기 위해 상관관계분석에서 학업 무기력과 유의한 관계를 나타낸 변인들을 독립변수로, 학업 무기력을 종속변수로 투입하여 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. Durbin-Watson 검정 결과, D-W 계수는 1.90으로 2에 근접하게 나타나 잔차항 간의 상관이 없음이 확인되었다. 또한 분산팽창계수(VIF)는 1.44~2.07로 10이하이고, 공차한계는 .48~.69로 .1 이상이므로 각 변인들 간 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다. 분석 결과, 학업 무기력을 설명하는 변인은 자아존중감($\beta = -.39, p < .001$), 우울($\beta = -.18, p < .001$), 사회적 위축($\beta = .11, p < .001$)의 순으로 나타났다. 이를 구체적으로 살펴보면, 학업 무기력에 대해 자아존중감은 전체 변량의 30%를 설명하는 것으로 나타났으며($F = 1015.54, p < .001$), 우울이 3%의 설명력($F = 584.44, p < .001$)을 추가하고, 이에 사회적 위축이 1%를 추가하여 전체 설명력은 총 34%로 나타났다($F = 403.852, p < .001$). 분석 결과는 <표 3>에 제시되어 있다.

〈표 3〉 청소년의 자아존중감, 우울, 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 상대적 영향력 (N=2,409)

종속변인	단계	독립변인	B	β	R ²	ΔR^2	F
학업 무기력	1	자아존중감	-.65	-.39***	.30		1015.54***
	2	우울	.23	-.18***	.33	.03	584.44***
	3	사회적 위축	.24	.11***	.34	.01	403.852***

*** $p < .001$

〈표 4〉 청소년의 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 영향에 대한 자아존중감과 우울의 이중매개효과 (N=2,409)

단계	β	S.E	t	LLCI	ULCI	R ² (F)
사회적 위축 → 자아존중감	-.42	.02	-22.47***	-.60	-.51	.17 (504.79***)
사회적 위축 → 우울	.34	.03	21.56***	.52	-.62	.52
자아존중감 → 우울	-.51	.02	-32.65***	-.69	-.61	(1280.64***)
사회적 위축 → 학업 무기력	.11	.05	5.39***	.15	.33	.34
자아존중감 → 학업 무기력	-.38	.04	-17.52***	-.72	-.58	(403.85***)
우울 → 학업 무기력	.18	.03	7.41***	.17	.30	.13
사회적 위축 → 학업 무기력	.37	.04	19.24***	.74	.91	(370.05***)

*** $p < .001$

〈표 5〉 자아존중감과 우울의 이중매개효과 부트스트래핑 결과 (N=2,409)

단계	Effect	BootSE	Boot LLCI	Boot ULCI
총 간접효과	.58	.04	.51	.66
사회적 위축 → 자아존중감 → 학업 무기력	.36	.03	.30	.42
사회적 위축 → 우울 → 학업 무기력	.13	.02	.09	.18
사회적 위축 → 자아존중감 → 우울 → 학업 무기력	.08	.02	.05	.12

4. 청소년의 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 영향에 대한 자아존중감과 우울의 이중매개효과

청소년의 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 영향에 대한 자아존중감과 우울의 이중매개효과를 알아보기 위해 Hayes(2013)가 제안한 SPSS Macro의 Model Number 6을 사용하여 분석하였다. 분석 결과

는 <표 4>, <표 5>와 같다.

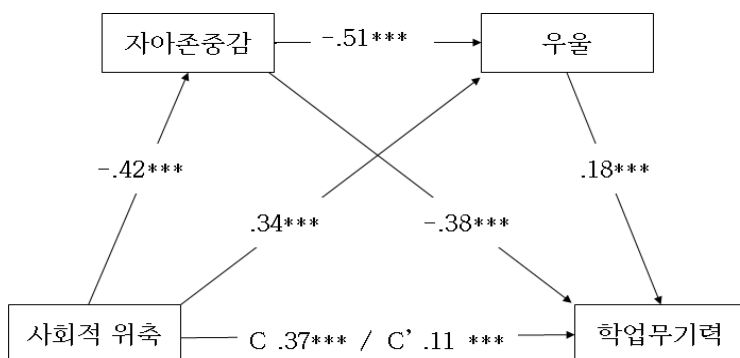
먼저 표 4의 경로별 회귀계수를 살펴보면, 독립변인인 사회적 위축은 제 1의 매개변인인 자아존중감($\beta = -.42, t = -22.47, p < .001$)에 유의한 부적 영향을 미쳤으며, 제2의 매개변인인 우울($\beta = .34, t = 21.56, p < .001$)에도 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 제 1의 매개변인인 자아존중감은 제 2의 매개변인인 우울($\beta = -.51, t = -32.65,$

$p < .001$)과 종속변인인 학업 무기력($\beta = -.38$, $t = -17.52$, $p < .001$)에 각각 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 제 2의 매개변인인 우울은 종속변인인 학업 무기력($\beta = .18$, $t = 7.41$, $p < .001$)에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 영향에서 자아존중감과 우울을 매개했을 때 감소했으나 통계적으로 유의한 것으로 나타나($\beta = .37$, $t = 19.24$, $p < .001 \rightarrow \beta = .11$, $t = 5.39$, $p < .001$) 부분 이중매개 효과가 있음이 밝혀졌다. 이러한 이중매개효과가 통계적으로 유의한지 확인하기 위해 부트스트래핑 방법으로 간접효과를 검증했을 때(0.5~.12), 95% 신뢰수준에서 신뢰구간의 값이 0을 포함하지 않아 영가설이 기각되었으므로 이중매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 또한 사회적 위축과 학업 무기력 간의 관계에서 자아존중감(.30~.42)과 우울(.09~.18)의 개별매개효과 역시 각각 유의한 것으로 나타났다. 이와 같은 결과를 도식화한 최종 모형은 <그림 1>과 같다.

■ 논의 및 결론

본 연구는 청소년의 사회적 위축과 자아존중감 및 우울이 학업 무기력에 미치는 상대적 영향력을 알아보고, 나아가 청소년의 자아존중감과 우울이 사회적 위축과 학업 무기력의 관계를 이중매개 하는지 알아보려고 하였다.

첫째, 청소년의 학업 무기력에 대한 사회적 위축, 자아존중감 및 우울의 영향력은 모두 유의한 것으로 나타났다. 먼저 청소년의 학업 무기력을 가장 잘 예측하는 변인은 자아존중감으로 나타났다. 이는 개인이 자기 자신에 대해서 무가치하고 쓸모 없는 존재로 인식하고 평가하는 것은 학업 무기력과 밀접한 관련이 있다는 것을 의미한다. 구체적으로, 낮은 자아존중감은 학업태도에 대한 자책과 실망감을 발달시켜 학업 향상을 방해하고, 동기와 의사결정 능력을 저하시킴으로써 학업 무기력이라는 심리적 문제로까지 이어지는 것으로 보인다. 이러한 결과는 학업 성취 수준이 높음에도 불구하고 자신의 능력을 낮게 평가하는 부정적 인식이 학업



〈그림 1〉 청소년의 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 영향에서 자아존중감과 우울의 이중매개효과

에 대한 무기력을 증가시킨다는 선행 연구의 결과들과 부합한다(문명현, 2016; Maier & Herman, 1974). 이는 청소년들이 낮은 자기인식과 평가로 인해 학업 무기력을 경험할 위험이 크다는 것을 보여준다.

청소년의 학업 무기력을 예측할 수 있는 두 번째 변인은 우울로 나타났다. 이러한 결과는 흥미와 관심을 상실하고(강승호 외, 2008) 슬픔과 무기력에 몰두하는 것은 학업 무기력을 가중시키는 역할을 할 수 있음을 의미한다. 이는 우울이나 불안과 같은 청소년들의 심리·정서적 요인이 학업 무기력을 증가시킨다는 연구결과들과 맥을 같이 한다(김희수, 2006; 박시현, 2014; 주지은, 1999; Coopersmith, 1967).

또한, 사회적 위축도 청소년의 학업 무기력을 예측하는 변인으로 나타났다. 이는 사회적 상황에서 다른 사람들과 어울리기보다 단독적으로 행동하는 것이 학업 무기력과 관련이 있다는 것을 의미한다. 위축된 청소년들은 욕구를 억압하고 자신의 어려움과 문제를 드러내지 못하여 학업에 대해서도 좌절과 포기를 경험할 수 있다. 이러한 결과는 위축된 청소년들이 사회, 정서, 및 대인관계의 문제뿐만 아니라 이 문제들로 인해 학업에 집중하기를 어려워하고, 학업성취의 반복적인 실패경험으로 인해 학업에 대한 의욕이 저하된다는 연구결과들과 맥을 같이 한다(감원정, 2019; 금지현 외, 2013; 박병선 외, 2017; 황매향 외, 2009; Welsh et al., 2001).

둘째, 청소년의 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 영향에 대해서 자아존중감과 우울이 각각 부분 매개효과를 갖는 것으로 확인되었다. 이것은 청소년의 사회적 위축이 학업 무기력에 직접

영향을 미치거나, 자아존중감 또는 우울을 통해 간접적으로 학업 무기력에 영향을 미칠 수 있음을 의미한다.

먼저 제 1매개 변인으로 설정한 청소년의 자아존중감과 학업 무기력의 관계를 살펴본 결과, 청소년의 자아존중감 수준이 낮을수록 학업에 무기력한 경향이 높아지는 것을 확인할 수 있었다. 즉, 사회적 위축은 청소년들로 하여금 자기인식과 자기평가를 부정적으로 지각하게 하여 학업 무기력을 증가시킨다는 것을 알 수 있다. 이것은 자아존중감이 학업 무기력 증가에 유의미한 영향을 미치고 있다는 연구결과(김아란 외, 2020; 김희수, 2006; 문종길, 2015; 손향숙, 2006; 유지영 외, 2014; 이수민, 김경식, 2020; 장윤주, 2004; 정수자, 1996; 주지은, 1999; 황은주, 윤선아, 2017)와 일치한다. 이러한 결과는 청소년이 자신을 적응적으로 인식하고 평가할 수 있도록 도와야 할 필요성을 시사한다. 또한 자신의 능력을 객관적으로 보지 못하고 낮게 평가하는 부정적인 인식과 관련된 인지적 왜곡을 재구조화하고 적응적인 사고를 할 수 있도록 도울 때 학업에 대한 무력감을 개선할 수 있을 것으로 보인다.

또한 제 2 매개변인으로 설정한 청소년의 우울과 학업 무기력의 관계를 살펴보았을 때, 청소년의 우울 수준이 높을수록 학업 무기력이 증가하는 것을 확인할 수 있었다. 즉, 사회적 위축은 청소년의 슬픔, 무기력 등 정신건강에 영향을 주며 그로 인해 학업 무기력으로 이어지기 쉽다는 것이다. 이는 사회적으로 위축되어 있는 사람이 우울을 더 많이 경험하며, 우울과 학업 무기력이 유의미한 정적 상관을 나타냈다는 선행연구 결과와 일치한다(김희수, 2006; 박시현, 2014; 이명진, 봉미미, 2013; 장효원 외, 2012; 정문주 외, 2016; 주지은, 1999). 따라서

학업 무기력의 선행요인으로서의 우울과의 관계를 살펴볼 때 청소년들의 정신건강에 각별한 주의를 요한다. 청소년의 우울증상은 성장과정에서 겪는 사춘기로 간주되는 경향이 높지만, 우울은 학교 학습, 사회적 인간관계 등 전반에 걸쳐 직접적인 영향을 미치고 삶의 질을 결정하는 중요한 요인(한상철, 1999)이기 때문에 면밀히 살펴며 도움을 주어야 할 것이다.

셋째, 사회적 위축이 청소년의 학업 무기력에 미치는 영향에서 자아존중감과 우울이 부분 이중매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 즉, 사회적 위축은 청소년의 자아존중감에 영향을 미치고 이는 다시 우울을 거쳐 결과적으로 학업 무기력에 영향을 끼치는 것으로 밝혀졌다. 이러한 결과는 사회적 위축이 청소년의 학업 무기력에 영향을 미치는 중요한 요인이라는 것을 보여준다. 이는 자아존중감과 학업 무기력의 관계에서 우울이 유의미한 매개변인으로 확인된 연구(김정규, 김윤경, 1990)의 내용과 맥을 같이 한다. 또한 자아존중감이 우울에 영향을 미친다는 연구(권석만, 2003; 정현임, 2005; 제미영, 2014; 조윤영 외, 2019; Branden, 1995; Coopersmith, 1967; Rosenberg, 1965)와 일치한다. 즉, 사회적으로 위축되어 낮은 자아존중감을 가진 청소년들은 심리·정서적 면에서 지속적으로 부정적인 영향을 받아 우울 증상이 심화되고 학업 영역에서도 높은 무기력감을 경험하는 것으로 보인다. 따라서 사회적 위축이 자아존중감과 우울을 통해 간접적으로 영향을 미칠 뿐만 아니라 직접적으로도 청소년의 학업 무기력에 영향을 끼칠 수 있다는 본 연구 결과를 토대로, 사회적으로 위축되어 있는 청소년들이 학업의 곤란과 실패의 문제로 발전하는 것을 막는 예방 및 치료적 개입이 필요할 것으

로 보인다. 즉 내면적 특성으로 심리적 어려움을 해결하지 못한 청소년들이 학업의 문제를 혼자 감내하는 것이 아닌 도움을 요청할 때 학업 무기력을 개선할 수 있다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 사용된 패널 데이터 대상은 2018년도 중학생 1학년생을 대상으로 했으므로 현시점의 모든 연령을 포함하는 청소년들을 일반화하는 데 신중을 기해야 할 것이다. 둘째, 본 연구는 사회적 위축, 학업 무기력 등의 증상이 병리적 수준을 보이는 임상 집단을 대상으로 한 것이 아니므로 본 연구의 결과를 적용 시 확대 해석 및 논리적 비약의 가능성에 유의하여 신중히 처리해야 할 것이다. 셋째, 본 연구에서는 학업 무기력에 대해 중학교 1학년생을 대상으로 진행하였다. 우리나라의 교육환경에서는 학교급이 올라갈수록 학업에 대한 압박이 가중될 것이다. 따라서 추후에는 다양한 학교급을 대상으로 비교분석을 하는 것도 의미가 있을 것이다. 마지막으로 본 연구의 의의는 다음과 같다. 본 연구는 청소년의 사회적 위축이 학업 무기력에 미치는 영향에서 자아존중감과 우울의 이중매개 역할을 검증하였다. 이를 통해 청소년의 학업 무기력에 대한 각 변인들의 영향력 뿐만 아니라 학업 무기력의 발달 경로를 살펴볼 수 있었다는 것에 그 의의가 있다.

Ⅰ 참고문헌

- 김원정 (2019). 청소년의 사회적 위축과 주관적 성적 인식의 관계에서 학교 적응의 매개효과: 성별의 조절된 매개효과를 중심으로. *학습자중심교육연구*, 19(17), 693-712.
- 강승호, 문은식, 배정희 (2008). 인간관계, 학습사, 동기적 변인들이 학습된 무기력에 미치는 영향: 인문계와 실업계 고등학교의 비교. *교육심리연구*, 22(4), 723-742.
- 고재량, 변상해 (2014). 청소년의 학업 스트레스, 인터넷 중독 및 학습된 무기력의 구조적 관계 분석. *청소년학연구*, 21(7), 27-54.
- 금지현, 손찬희, 채수은, 강성국 (2013). 중학생의 학교생활 적응과 가정 및 개인 관련 변인간의 관계. *청소년학연구*, 20(2), 119-144.
- 권석만 (2003). *우울증*. 서울: 학지사.
- 권순희, 권순녀 (2008). 부모의 양육태도, 학습된 무기력이 컴퓨터 게임중독에 미치는 영향. *한국컴퓨터정보학회논문지*, 13(4), 59-69.
- 권연희 (2013). 유아의 수줍음 및 어머니의 완벽주의와 또래 괴롭힘 피해 간 관계에 대한 거부적 양육행동의 중재 및 매개효과. *열린유아교육연구*, 8(3), 287-307.
- 김아란, 심석, 유진희, 김상하, 신성만 (2020). 부모의 부정적 양육태도와 학업 무기력 간의 관계: 자아존중감의 매개효과. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 221-221.
- 김광일, 김재환, 원호택 (1984). *간이정신진단검사 실시요강*. 서울: 중앙적성출판사.
- 김선희, 김경연 (1998). 아동 및 청소년의 행동문제 척도 개발. *한국가정관리학회지*, 16(4), 155-166.
- 김은실, 손현동 (2012). 사회적 위축 아동 어머니의 민감성에 영향을 주는 정서와 유발 변인에 대한 질적 분석. *교원교육*, 28(4), 311-336.
- 김정규, 김윤경 (1990). 인생의 목적과 우울증 및 학습무기력 귀인유형의 관계고찰. *교육논총*, 14, 43-60.
- 김재윤, 한희수, 박은영, 강민주 (2020). 부모의 부정적 양육태도가 중학생의 학업 무기력에 미치는 영향에서 사회적 위축과 스마트폰 의존의 순차적 매개효과. *Family and Environment Research*, 58(4), 601-611.
- 김재철, 최지영 (2011). 부모학대가 공격성에 미치는 영향: 자존감, 학교폭력 피해경험의 매개효과. *아동교육*, 20(1), 19-32.
- 김희수 (2006). 고등학생의 학습된 무기력이 정신건강과 자기효능감에 미치는 영향. *중등교육연구*, 54(2), 77-93.
- 김희정, 박관성 (2019) 고등학생의 스마트폰중독과 학업 무기력의 관계에서 자기결정성 기본심리욕구의 매개효과. *학습자중심교육연구*, 19(12), 211-229.
- 노선옥, 정희섭 (2004). 초등학생의 성공적 학급 생활을 위한 사회적 기술에 관한 교사의 기대. *특수교육연구*, 11(2), 69-92.
- 문명현 (2016). 청소년의 인지된 학업성취에 영향을 미치는 위험요인에 대한 자아존중감의 매개효과. *영남대학교 대학원 박사학위논문*.
- 문종길 (2015). *미움챙김, 학업탄력성, 귀인성향, 학습된 무기력 간의 구조적관계: 학업성취의 조절효과*. 한남대학교 대학원 박사학위논문.
- 박경연 (2002). 학습된 무기력 극복을 위한 프로그램이 자아개념 및 학업성취에 미치는 효과. *동아대학교 대학원 석사학위논문*.
- 박랑규, 강우선 (2006). 저소득층 아동의 정서행동 특성. *한국아동심리치료학회지*, 1(1), 1-23.
- 박병기, 노시연, 김진아, 황진숙 (2015). 학업 무기력 척도의 개발 및 타당화. *아동교육*, 24(4), 5-29.
- 박병선, 배성우, 박경진, 서미경, 김혜지 (2017). 청소년의 또래애착, 사회적 위축, 우울, 학교생활적응 간의 구조적 관계분석. *보건사회연구*, 37(2), 72-101.
- 박시현 (2014). 청소년의 학습된 무력감 및 감각추구성향과 위험행동과의 관계. *청소년행동연구*, 19, 99-125.
- 박유나 (2005). *유아기 이동을 위한 수줍음 극복 프로그램 개발 및 효과 검증*. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

- 박은정, 이유리, 이성훈 (2018). 청소년의 사회적 위축이 또래애착에 미치는 영향: 자아존중감의 조절효과에 대한 학교급의 차이. *학습자중심교과교육연구*, 18(2), 31-55.
- 심혜숙, 임혜경 (2008). 청소년들의 학습된 무기력과 심리경향 및 뇌파의 관계. *청소년학연구*, 15(7), 299-318.
- 손향숙 (2006). 자아탄력성과 학습된 무기력이 학업성취에 미치는 영향. *학생생활연구*, 14, 1-22.
- 유지영, 김춘경 (2014). 초등학교의 부모애착과 학습된 무기력간의 관계에서 자아개념의 매개효과. *청소년학연구*, 21(8), 347-372.
- 윤미설, 이동형 (2015). 청소년의 사회적 위축 하위유형에 따른 사회정서적 기능의 차이. *청소년학연구*, 22(9), 301-326.
- 이명진, 붐미미 (2013). 청소년기의 학습된 무기력. *교육학연구*, 51(1), 77-105.
- 이보경, 이재창 (2003). 초등학교의 학습된 무기력 및 가상공간에서의 자기효능감이 인터넷 중독에 미치는 영향. *청소년상담연구*, 11(2), 47-56.
- 이봉주, 민원홍, 김정은 (2014). 청소년기 사회적 위축 문제의 발달궤적에 영향을 미치는 요인: 발달-맥락주의적 관점을 적용한 탐색적 연구. *청소년학연구*, 21(8), 317-346.
- 이수민, 김경식 (2020). '교차성'의 렌즈로 본 여학생 간 차이로 젠더 해체하기: 양육태도, 자아존중감과 우울 및 학업 무기력의 구조적관계에 대한 다중집단분석. *한국교육사회학회 학술대회 발표자료*, 2020(1), 49-76.
- 이원식 (2018). 대학생의 사회적 위축이 삶의 만족도에 미치는 영향: 공격성의 매개효과를 중심으로. *보건사회연구*, 38(3), 75-108.
- 장효원, 김정현, 어성연, 정인경 (2012). 중학생의 학업스트레스정도에 따른 건강관련생활습관 및 정신건강비교. *한국가정교육학회지*, 24(3), 57-72.
- 제미영 (2014). 청소년의 우울관련 변인에 관한 메타분석. *전주대학교 대학원 박사학위논문*.
- 정문주, 양현숙, 채은영, 김선희 (2016). 청소년의 학습된 무기력과 관련요인에 대한 메타분석. *청소년학연구*, 23(5), 31-65.
- 정수자 (1996). 학습된 무기력에 미치는 가정변인 효과의 경로 분석. *교육심리연구*, 10(3), 257-290.
- 정윤주 (2004). 아동이 지각한 어머니의 심리통제와 아동의 행동문제: 아동의 성과 또래수용도의 증재효과에 대한 탐색. *아동학회지*, 25(6), 205-223.
- 정은, 신민정 (2014). 무기력의 심리에 관한 신경과학적 접근. *교육의 이론과 실천*, 19(3), 115-145.
- 정현임 (2005). 청소년의 자아존중감이 우울과 공격성에 미치는 상관관계에 관한 연구. *광운대학교 대학원 석사학위논문*.
- 조윤영, 배희진, 정현희 (2019). 청소년이 지각하는 부정적 양육경험과 우울과의 관계: 자아존중감, 사회적 위축, 학교 내 대인관계의 다중매개효과. *중등교육연구*, 67(4), 673-704.
- 주소희 (2020). 청소년의 학업 무기력과 비행에 관한 연구: 부모 양육태도의 조절효과를 중심으로. *인문사회* 21, 11(3), 955-964.
- 주지은 (1999). 학습자의 동기적 특성과 학업성취 간의 관계. *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 한국청소년정책연구원 (2010). *한국 아동·청소년 패널조사(KCYPS) 중 User's Guide*. 서울: 한국 아동·청소년정책연구원.
- 한상철 (1999). 기출 청소년의 우울과 자살행동. *경산대학교 논문집*, 17(1), 35-61.
- 황매향, 선혜연, 정애경, 김동진, 김영빈 (2009). 성적 하락을 경험한 학업우수 학생들의 학업실패 과정과 반응. *아시아교육연구*, 10(3), 191-212.
- 황은주, 윤선아 (2017). 부모의 심리적 통제가 여자 중학생의 학습된 무기력에 미치는 영향. *학습자중심교과교육연구*, 17(13), 525-542.
- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87(1), 49-74.
- Akca, F. (2011). The relationship between test anxiety and learned-helplessness. *Social Behavior and Personality*, 39(1), 101-112.

- Branden, L. (1995). *The effect of interview length on attrition in the national longitudinal survey of youth*. National longitudinal survey discussion paper.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman.
- Davis, C. A., & Conroy, M. (1995). Peers as behavior change agents for preschool with behavioral disorders. *Preventing School Failure*, 39(4), 4-10.
- East, P. L. (1991). The parent-child relationships of withdrawn, aggressive, and sociable children: child and parent perspectives. *Merrill-Palmer Quarterly*, 37(3), 425-444.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, and conditional process analysis*. New York: Guilford Press.
- Hiroto, D. S., & Seligman, M. E. P. (1975). Generality of learned helplessness in man. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31(2), 311-327.
- Maier, D., & Herman, A. (1974). The relationship of vocational decidedness and satisfaction with dogmatism and self-esteem. *Journal of Vocational Behavior*. 5(1), 95-102.
- Maier, S. F., & Seligman, M. E. (1976). Learned helplessness: Theory and evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 105(1), 3-46.
- Peterson, C., Maier, S. and Seligman, M. E. P. (1993). *Learned helplessness: A theory for the age of personal control*. New York: Oxford University Press.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self-image*. NJ: Princeton University Press.
- Rubin, K. H., Coplan, R. J., & Bowker, J. C. (2009). Social withdrawal in childhood. *Annual Review of Psychology*, 60, 141-171.
- Welsh, M., Parke, R. D., Widaman, K., & O'Neil, R. (2001). Linkages between children's social and academic competence: A longitudinal analysis. *Journal of School Psychology*, 39(6), 463-482.

원고접수일: 2020. 12. 18.

수정원고 접수일: 2020. 12. 29.

게재 결정일: 2020. 12. 29.

인지행동치료상담연구Korean Journal of Cognitive Behavior Therapy and Counseling
2020, Vol. 2, No. 1, 75-89

An Effect of Social Withdrawal of Adolescent' upon the Academic Helplessness: The Dual Mediating Effect of Self-Esteem and Depression

Ju, So Mang (Myong Ji Univ.)

The objective of this research is to observe the relation of adolescents social withdrawal with the self-esteem, depression and academic helplessness, and to confirm the effect of the dual mediating effect of self-esteem and depression in the relation between the adolescents social withdrawal and academic helplessness. For this research, we used the student data of middle school's 1st grader of the 2018's Korean Child and Youth Panel Survey, and used for the final analysis the data of 2409 students except 181 data with no answer of 2,509 students' data. For analyzing the collected data, we executed the bootstrapping with the SPSS 21.0, frequency, the technical statistics analysis, Pearson's interrelation analysis, and SPSS Macro for analyzing the dual mediating effect and verifying the significance of mediated effect. The main result of this research is as follows. First, the relative effect of variable upon the academic helplessness was appeared to be the self-esteem, depression and social withdrawal in order. Second, the self-esteem and depression had the dual mediating effect upon the relation between the adolescents social withdrawal and academic helplessness. Based on the research result, we discussed the suggestion and limitation of this research and the proposal for the future research.

■ *Key words* : Adolescent, Academic Helplessness, Social Withdrawal, Self-Esteem, Depression