

어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향

류은수*

본 연구는 청소년이 지각하고 있는 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력이 학교생활 적응에 미치는 영향을 알아보는데 목적이 있다. 본 연구를 위해 충청남도 소재 중학교 1, 2, 3학년 총 382명의 청소년을 대상으로 조사를 실시하였다. 수집된 자료는 SPSS 22.0 통계프로그램을 사용하여 Pearson 적률상관분석, 중다회귀분석을 실시하였으며, 본 연구의 결과는 다음과 같다. 어머니의 심리적 통제, 청소년의 자기조절능력, 학교생활적응은 세 변인 모두 서로 양호한 상관관계를 가지고 있었으며, 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력은 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구결과는 학부모 교육자료 개발의 근거를 마련하고, 나아가 남녀 청소년의 특성에 맞는 차별화된 학교적응 프로그램을 개발하고 실행하는데 도움을 줄 것이다.

주제어 : 어머니의 심리적 통제, 청소년, 중학생, 자기조절능력, 학교생활적응

논문 투고일: 2021. 11. 23. 최종심사일: 2021. 12. 22. 게재확정일: 2021. 12. 27.

* 이 논문은 대구한의대학교 대학원 청소년학과 석사학위논문의 일부임

** 남서울대학교 대학원 아동복지학과 영유아교육보육전공 박사과정

Corresponding Author: Ryu, Eun Soo, Namseoul University, Daehak-Ro Seonghwan-eup, Choongnam, Korea. 31020. E-mail: 6327953@naver.com

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

청소년기는 인생에 있어 매우 중요한 시기이다. 아동기에서 성인기로 가는 과도적 발달단계인 청소년기는 신체적·심리적·사회적·인지적 영역 등에서 급격한 변화와 성장이 이루어지며, 개인은 이 시기에 자율성 획득, 학업성취, 진로선택, 대인관계 형성 등의 발달과업을 잘 수행할 수 있어야 한다(윤노을, 2018). 특히, 청소년기의 발달과업을 잘 수행하기 위해서는 청소년이 건전한 사회구성원으로 성장하는데 필요한 교육과 사회적 관계를 제공하고 성인기 이후의 심리적·사회적 적응에 영향을 미치는 환경인 학교생활에 어떻게 적응하는가가 매우 중요하다(Calentino et al, 2004). 학교는 청소년들이 많은 시간을 보내고 다양한 사회적 관계를 맺는 장소인 만큼 학교에서의 적응이 원활하지 못하다면 학업을 비롯한 대인관계와 사회적, 심리적 적응에 있어서 다양한 부작용들이 나타나게 된다(유지혜·유혜승, 2018).

2021년도 여성가족부 청소년실태조사에 따르면, 2020년 초·중·고 학생의 학교생활 만족 비율은 83.0%로 3년 전보다 5.3% 감소하였으며, 매년 약 6만여명의 학생들이 학교에서 잘 적응하지 못해 학업을 중단하고 있으며, 학교 밖 청소년은 약 28만명 정도로 추정되고 있다(여성가족부, 2021). 최근 학교부적응 문제는 단순히 개인의 문제만이 아니라, 거시적인 차원에서 인적자원과 경제적 자원의 손실을 초래하며 사회 전체의 문제로 인식되고 있다. 다시 말해, 가출, 비행, 저소득과 빈곤 등과 같이 개인을 넘어 가정 및 사회 모두에 부정적 영향을 줄 수 밖에 없고, 사회불안 증가로 이어지게 되며(Richman et al, 2004), 학교에서의 대인관계와 생활이 적절하지 못한 청소년들은 또래압력이나 그 영향으로 인한 일탈행위 가담으로 청소년 비행이나 범죄에 연루되어 학교를 떠나게 되거나 혹은 반대로 학업을 중단한 후 또 다른 비행이나 범죄에 연루되는 등의 여러 비행을 일으켜 심각한 사회문제를 야기할 수 있다(정은주, 2015). 이러한 견지에서, 청소년의 학교생활부적응으로 인한 피해를 막고, 학교생활 적응에 영향을 미치는 요인이 무엇인지를 파악하고, 이에 대한 빠른 개입이 요청된다.

청소년의 학교생활적응에 관한 선행연구를 살펴보면, 최근 학교생활부적응으로 인해 생기는 학생의 내면적·외면적 문제의 발생과 관련되어 학교생활적응에 영향을 미치는 원인을 밝히려는 연구들이 점차적으로 이루어지고 있다.

청소년의 학교생활적응과 관련되는 요인은 부모 및 가정환경요인, 청소년 개인요인, 학교 요인 등이 있다. 먼저 부모 및 가정환경요인을 살펴보면, 부모애착, 부모양육태도, 부모-자녀 간의 의사소통 등이 있으며, 청소년 개인요인으로는 자아탄력성, 자기효능감, 자아존중감, 자기조절능력 등이 있고, 학교요인으로는 또래애착, 또래관계, 교사애착, 교사관계, 학교유대감 등이 있다(김나영, 2021; 김하섬, 2021; 이영민·권성연, 2020; 박지현·윤혜미, 2017).

청소년의 발달단계에 있어서, 가정환경은 인간의 삶에 기초를 만들고 전반적인 삶의 영역에 영향을 주는 중요한 요소다. 그리고 가정에서의 부모-자녀관계는 청소년 행동의 기본이 되며, 어릴 때 형성되는 부모-자녀 관계는 최초의 대인관계인 동시에, 가장 밀접한 사회관계다(박찬현, 2018). 특히, 자녀는 가정에서 부모의 권위를 따르면서 규칙과 과업을 학습하게 되고, 부모와의 동일 시를 통해서 역할과 가치관 등을 모방·내면화시키는 과정에서 사회적 존재로 성장한다. 이러한 점에서, 연구자들은 부모애착, 부모의 양육태도, 부모-자녀 간 의사소통 등에 초점을 두었고, 그 중에서 부모자녀 관계가 청소년의 학교생활적응에 가장 큰 영향을 주는 변인으로 밝혀졌다(김경호, 2020; 임동준·최진아, 2020; 박혜진·김형태·이수천, 2018; 한애리, 2018; 이경혜, 2014).

부모-자녀와의 관계 경험은 다른 모든 인간관계의 토대를 이루는 중요한 요소가 된다. 이러한 부모-자녀와의 관계 중 청소년의 학교생활적응과 관련한 중요한 변인은 부모의 심리적 통제를 들 수 있다. 부모의 심리적 통제란 부모는 자녀가 기대하는 행동을 하지 않을 때 자녀에 대한 애정을 철회하고 자녀로 하여금 죄의식을 느끼게 하는 등의 심리적 수단을 이용하여 자녀의 개인적이며 심리적인 영역에 지나치게 영향력을 발휘하는 것으로 정의 된다(장경문, 2007). 최근 조사 결과에 따르면, 우리나라의 평균 자녀의 수는 2020년 기준 0.84명으로 소위 선진국 클럽인 경제협력개발기구(OECD) 국가 중 최하위를 기록했다(통계청, 2021).

이처럼 사회적 출산율이 급격히 낮아지면서, 소수의 자녀만을 둔 부모들은 자녀에 대한 과잉보호와 지나친 간섭으로 자녀의 자율성을 방해하고 있다. 특히, 양육의 주체가 되는 어머니의 통제는 자녀 주위를 맴돌며 자녀의 삶 구석구석에 영향력을 행사하려하는 ‘헬리콥터 맘’이라는 신조어를 낳기도 하였고, 자녀의 거짓과 잘못된 점까지도 부인하고 감싸주려고 하는 ‘피노키오 맘’과 같은 사회적 문제를 낳기도 했다. 이처럼 어머니는 자녀를 자신의 소유물처럼 생각하거나 과도하게 보호하려 하고, 자녀들을 자신의 의도대로 양육하고자 심리적으로 통제하는 경향이 높다(Blatt, 2004; Barber, 2002).

이런 청소년들에게 부와 모의 영향력은 다르게 작용한다(김우정, 2021; 한애리, 2018) 하지만, 대다수의 연구들은 부·모의 영향력을 구분하지 않고, 부모의 영향력에 대한 평균 수치를

가지고 학교생활적응의 차이를 연구해 왔다. 이런 연구와는 달리, 본 연구는 양육의 주체가 되는 어머니의 심리적 통제에 더 큰 의미를 두고, 어머니의 심리적 통제가 학교생활적응에 어떤 유의미한 영향을 미치는지를 확인하고자 한다.

또한 청소년 개인요인 중 가장 중요한 요인으로는 자기조절능력을 들 수 있다. 자기조절 능력이란 환경의 요구에 적절히 대처해 나가며, 상황적 요구에 따라 활동을 시작하거나 멈출 수 있으며, 사회화 과정 중에 요구되는 가장 중요한 능력으로 목표 달성을 위해 행동을 지연시킬 수 있으며, 외부의 제한 없이 자율적으로 안정된 행동을 보이는 능력이다(Kopp, 1982). 또한, 청소년이 신체적·심리적·인지적·사회적으로 적응하는데 있어서, 자신을 계획하고 관리하는 능력 즉, 장기적인 목표달성을 위해 바람직한 행동은 하고 그렇지 않은 능력을 억제하여 충동적이거나 즉각적이지 않고 스스로 문제를 신중하게 계획, 해결, 평가하는 능력을 말한다(손승아 외, 2006). 따라서, 자기조절능력의 개념을 정리하면, 개인적 목표설정과 설정한 목표성취로의 행동조정을 포함하는 인간행동의 체계적 과정이라 정의할 수 있다.

자기조절능력은 개인의 생물학적 요소와 심리사회적 요소를 포함하는 것으로 청소년의 건 강한 발달을 저해하는 위험 행동에 영향을 미치고 있으며, 이 위험요인의 영향력은 자기조절 능력과 같은 보호적 요소에 의해 중재된다. 심리적인 차원에서는 자기조절능력이 청소년의 다양한 발달 과업을 달성하는데 가장 핵심적인 역할을 할 것으로 생각되며, 행동적인 차원에서는 이들이 속한 가정 이외의 가장 중요한 요인이라 할 수 있다(한상철, 2001). 청소년의 심리적·행동적 문제를 예방하고 대처하기 위해, 가장 지속적이고 효과적인 영향을 주는 변인으로 자기조절능력의 필요성도 제기되고 있다(윤영신, 2007). 또한 청소년들이 학업에 열중하거나 목표를 이루려 하더라도, 수행하는 과정 중에 자기조절능력 기능이 원활하지 않으면, 지연행동, 학업중단, 가출 같은 행동을 할 수 있다고 말했으며, 이런 측면에서 자기조절능력의 중요성을 강조하기도 하였다(Kuhl & Kazen, 2006).

청소년의 자기조절능력은 긍정적으로 사회적 역할을 발휘하는데 중요한 변인으로써 자기조절을 잘 하는 청소년이 사회적으로 긍정적인 역할을 할 수 있으며 자기조절능력이 떨어지는 청소년들은 인지문제해결과 학업성취에 있어서 낮은 성취를 보일 뿐만 아니라 대인관계에 있어서도 충동적이고 공격적이며, 정서적·사회적 적응에 어려움을 겪고, 더 나아가 폭력과 일탈을 일삼는 반 사회적 행동을 보이기도 한다(여은정, 2019). 이러한 성향은 청소년기를 거쳐 성인에 이르기까지 지속될 수 있기 때문에 그 중요성이 더욱 크다고 할 수 있다.

또한 자기조절능력이 높을수록 청소년들의 학업성취, 대인관계, 학교적응에 긍정적 영향을 주며 학교생활 만족도가 높다고 보고되었다(김나리, 2013; 이은숙, 2011). 또한 긍정적 자

아개념보다 부정적 자아개념에 큰 영향을 받는 것으로 나타났다. 긍정심리학에서는 스트레스와 같은 역경에 부딪혔을 때 포기하지 않고 무엇인가를 이루려고 하는 원동력이 자기조절능력의 동기로 보며 실제로 학교생활을 영위하는데 여러 측면에서 청소년들의 학교생활적응에 영향을 미친다고 보고하고 있으며, 이러한 자기조절능력은 심리적 적응을 가능하게 한다고 밝히고 있다(정혜원, 2012).

이와같이, 선행연구들의 결과를 살펴볼 때 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력은 학교생활적응을 예측하는 중요한 변인임을 알 수 있다. 하지만, 어머니의 심리적 통제나 청소년의 자기조절능력을 변인으로 학교생활적응에 대한 영향력을 규명한 연구는 극히 드물며, 연구대상에 있어서도 초등학생이나 유아들을 대상으로 한 연구가 일부 있을 뿐, 중학생을 대상으로 한 연구는 턱 없이 부족한 가운데 있다.

이에, 본 연구는 청소년이 지각한 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 영향력을 끼치는지를 알아봄으로써, 청소년들의 학교생활적응을 위한 기초자료를 제공하며, 학부모교육자료 근거를 마련하고 더 나아가 청소년의 특성에 맞는 차별화된 학교생활적응 프로그램을 개발하고 실행하는데 도움을 주고자 한다.

2. 연구문제

본 연구는 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 설계되었으며 연구 문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 어머니의 심리적 통제, 청소년의 자기조절능력, 학교생활적응의 관계는 어떠한가?

연구문제 2. 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력은 학교생활적응에 미치는 영향은 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 충청남도에 있는 중학교 1, 2, 3학년 학생을 대상으로 총 403부를 배부하였고, 회수한 설문지 403부 중 응답자가 고의로 응답표시를 누락하였거나 동일 및 반복 번호 표시 등의 무성의한 답변으로 판단되는 설문지 21부를 제거하고 382부를 분석하였다. 조사 대상자의 일반적 현황은 <표 1>과 같다.

<표 1> 조사대상자의 일반적 현황

구분		빈도	유효 퍼센트(%)
성별	남	206	53.9
	여	176	46.1
전체		382	100
학년	1	133	34.8
	2	126	33.0
	3	123	32.3
전체		382	100

2. 연구도구

1) 심리적 통제 척도

청소년이 지각한 어머니의 심리적 통제를 측정하기 위하여 Barber(1996)가 개발하고, 전숙영(2007)이 번안한 심리통제 척도(Psychological Control Scale - Youth Self-Report : PCS-YSR)를 사용하였다. 이 척도는 청소년이 지각한 어머니의 심리적 통제를 청소년이 직접 보고하도록 구성되어 있으며, 심리통제 개념의 구성요인인 자기표현 제한, 감정 불인정, 비난, 죄책감 유발, 애정 철회, 불안정한 감정기복을 측정하는 총 16문항으로 구성되어 있다. Likert 방식의 3점 척도 (1점 ‘전혀 그렇지 않다’ 2점 ‘조금 그렇다’ 3점 ‘매우 그렇다’) 로 되어 있으며, 점수가 높을수록 어머니가 자녀의 자유로운 의사표현과 감정을 제한하고 죄책감을 느끼게 하는 등 개인적 영역에 과도하게 개입하여 자녀가 심리적 자유를 구속한다고 느끼는

것을 말한다. 본 연구에서의 심리적 통제 척도의 각 하위영역별 신뢰도는 <표 2>와 같다.

<표 2> 어머니의 심리적 통제 척도 문항 및 신뢰도 계수

하위 영역		문항수	Cronbach's α
자기표현제한	자녀의 언어적·정서적 표현을 방해하는 표현제한 하는 것	3	.825
감정 불인정	어머니의 생각이나 감정을 자녀에게 주입하는 것	3	.884
비난	자녀의 잘못이나 결점을 잡아 나쁘게 말함	3	.867
죄책감 유발	자녀가 어머니의마음에 들지 않는 행동을 할 때 자녀로 하여금 죄책감을 느끼도록 하는 것	2	.826
애정 철회	기대되는 행동을 하지 않았을 때 자녀에게 애정을 표현하지 않는 것	3	.895
불안정한 감정기복	어머니가 자녀에게 일관되지 못한 방법으로 자신의 감정을 노출시키는 것	2	.901
전 체		16	.945

2) 자기조절능력 척도

청소년의 자기조절능력을 측정하기 위한 도구로 Kuhl & Fuhrmann (1998) 이 개발한 의지구성목록(Volitional Components Inventory ; VCI)의 영어판 (VCI-short version)을 근거로 윤영신(2007)이 변안·수정하여 사용한 척도를 사용하였다. 하위영역은 자기조절양식(self-regulation mode)의 10문항과 의지적 억제양식(volitional inhibition mode)의 11문항으로 구성되어 있다. Likert 4점 척도를 사용하며 ‘전혀 그렇지 않다’(1점) ‘조금 그렇지 않다’(2점) ‘조금 그렇다’ (3점) ‘매우 그렇다’(4점)로 반응하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 자기조절능력 정도가 많은 것을 의미한다. 본 연구에서의 자기조절능력 척도의 각 하위영역별 신뢰도는 <표 3>과 같다.

<표 3> 자기조절능력 척도 문항 및 신뢰도 계수

하위 영역	설 문 문 항	문항수	Cronbach's α
자기조절양식	동기통제, 정서통제, 자기결정, 자기가완 등 목표와 자기가 조화를 이루는 다양한 방법과 전략을 사용하며 의도한 목표수행을 촉진하는 조절 능력	10	.902
의지적 억제양식	의지와 관련된 정서차원의 능력으로 자신의 계획이나 목표에 이르도록 자신을 스스로 조정해 나가는 능력	11	.911
전 체		21	.967

* 표 문항은 역 채점 문항임.

3) 학교생활적응 척도

청소년의 학교생활적응을 측정하기 위하여, 이규미(2005)의 중학생의 학교적응 검사지를 사용하였다. 이 척도는 하위요인으로 총 38문항 중 학교공부 8문항, 학교친구 10문항, 학교교사 10문항, 학교생활 10문항으로 구성되어 있다. Likert 4점 척도를 사용하며, 1점 ‘전혀 그렇지 않다’ 2점 ‘조금그렇지 않다’ 3점 ‘조금그렇다’ 4점 ‘매우 그렇다’로 되어 있으며, 점수가 높을수록 학교생활적응을 잘하는 것을 의미한다. 본 연구에서의 학교생활적응 척도의 각 하위영역별 신뢰도는 <표 4>와 같다.

<표 4> 학교생활적응 척도 문항 및 신뢰도 계수

하위 영역		문항수	Cronbach's α
학교공부	학업수행과 학업태도	8	.864
학교친구	긍정적인 친구관계와 친구와의 상호 협조성	10	.855
학교교사	교사호감과 교사친밀감	10	.846
학교생활	학교규칙과 학교생활에 대한 긍정적인 태도	10	.889
전 체		38	.921

3. 자료 분석

본 연구에서는 중학생이 지각한 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절 능력이 학교생활적응에 어떤 영향을 미치는가를 알아보기 위해 수집된 자료는 부호화 작업을 거쳐 SPSS 22.0 통계프로그램으로 처리 하였다.

먼저 연구대상의 일반적 특성을 알아보고, 연구도구의 문항 간 내적 합치도를 알아보기 위해 Cronbach's α 를 산출하였다. 주요 변인 간 상관관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시하였으며, 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다.

III. 연구 결과

1. 주요 변인 간 상관관계

어머니의 심리적 통제, 청소년의 자기조절능력, 학교생활적응 간의 관련성을 알아보기 위해 Pearson의 적률상관계수를 산출한 결과는 <표 5>과 같다.

어머니의 심리적 통제, 청소년의 자기조절능력, 학교생활적응 간의 상관관계 분석 결과, 세변인 모두 서로 정적 상관관계를 가지고 있었으며, 어머니의 심리적통제 하위요인인 비난과 학교생활적응의 하위요인인 학교교사는 하위요인별 가장 높은 ($r=.88^{**}$, $p<.05$) 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

<표 5> 주요 변인 간 상관관계

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
어머니의 심리적통제												
1.자기표현제한	1											
2.감정불안정	.24	1										
3.비난	.59**	.52**	1									
4.죄책감 유발	.64**	.61**	.61*	1								
5.애정 철회	.37**	.31**	.86*	.55*	1							
6.불안정한감정기복	.55**	.59**	.52*	.75*	.72*	1						
청소년의 자기조절능력												
7.자기조절	.84**	.55**	.43*	.49*	.85	.59	1					
8.의지적억제양식	.61**	.82**	.52*	.67*	.49	.51	.64**	1				
학교생활적응												
9.학교공부	.54**	.73**	.46*	.55*	.64**	.53	.48**	.59**	1			
10.학교친구	.76**	.60**	.62*	.79*	.72**	.72	.55*	.51**	.75**	1		
11.학교교사	.55**	.43**	.88**	.48*	.49**	.63	.41*	.72**	.49**	.59**	1	
12.학교생활	.64**	.75**	.42*	.62*	.62**	.58	.85**	.64**	.51***	.54**	.25*	1

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

2. 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향

1) 어머니의 심리적 통제가 학교생활적응에 미치는 영향

어머니의 심리적 통제가 학교생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시한 결과는 <표 6>과 같다.

<표 6> 어머니의 심리적 통제가 학교생활적응에 미치는 영향

모형	B	SE	β	t	p	공차	VIF
(상수)	4.830	.097		49.552	.000		
자기표현제한	-.241	.075	-.213	-3.236	.000	.625	1.154
감정 불안정	-.213	.065	-.201	-3.265	.000	.525	1.032
비난	-.235	.075	-.239	-3.130	.000	.638	1.118
죄책감 유발	-.016	.053	-.016	-.302	.182	.695	1.285
애정 철회	-.014	.070	-.013	-.205	.122	.432	1.035
불안정한 감정기복	-.010	.058	-.010	-.165	.109	.485	1.202
$R=.606, R^2=.367, \text{Durbin-Watson}=1.814, F=36.290^{***}$							

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

<표 6>에서 제시된 바와 같이 다중공선성진단 결과 공차한계 0.1이하 VIF 10이상의 값을 나타내는 요인이 없으므로 다중공선성이 없는 것을 확인할 수 있었고, 설명력(R^2)은 36.7%를 설명한 것으로 나타났다.

또한 독립성을 나타내는 *Durbin-Watson*은 1.814로 자기상관이 없었으며 하위요인으로 자기표현제한($t=-3.236, p<.001$)과 감정 불안정($t=-3.265, p<.001$)이 비난($t=-3.130, p<.001$)은 학교생활적응에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 죄책감 유발($t=-.302, p>.05$)과 애정철회($t=-.205, p>.05$)와 불안정한 감정기복($t=-.165, p>.05$)은 학교생활적응에 유의한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다.

2) 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향

청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위하여 중다회귀분석

을 실시한 결과는 <표 7>과 같다.

<표 7> 청소년의 자기조절 능력이 학교생활적응에 미치는 영향

모형	B	SE	β	t	p	공차	VIF
(상수)	1.711	.161		10.649	.000		
자기조절양식	-.316	.036	-.377	-8.788	.000	.625	1.036
의지적 억제양식	.342	.039	.376	8.756	.000	.532	1.236
$R=.615, R^2=.378, \text{Durbin-Watson}=1.632, F=115.035^{***}$							

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

<표 7>에서 제시된 바와 같이 다중공선성진단 결과 공차한계 0.1이하 VIF 10이상의 값을 나타내는 요인이 없으므로 다중공선성이 없는 것을 확인할 수 있었고, 설명력(R^2)은 37.8%를 설명한 것으로 나타났다.

또한 독립성을 나타내는 *Durbin-Watson*은 1.632로 자기상관이 없었으며 하위요인으로 자기조절양식($t=-8.788, p<.001$)과 의지적 억제양식($t=8.756, p<.001$) 모두 학교생활적응에 유의한 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

3) 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향

어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시한 결과는 <표 8>와 같다.

<표 8> 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향

모형	B	SE	β	t	p	공차	VIF
(상수)		.208	3.312	15.892	.000		
어머니의 심리적 통제	-.591	.049	-.748	-15.414	.000	.352	1.062
청소년의 자기조절능력	.306	.073	.585	7.983	.000	.315	1.112
$R=.665, R^2=.442, \text{Durbin-Watson}=1.870, F=150.069^{***}$							

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

<표 8>에서 제시된 바와 같이 중다회귀분석 결과를 살펴보면, 다중공선성진단 결과 공차한계 0.1이하 VIF 10이상의 값을 나타내는 요인이 없으므로 다중공선성이 없는 것을 확인할

수 있었고, 설명력(R^2)은 44.2%를 설명한 것으로 나타났다.

또한 독립성을 나타내는 *Durbin-Watson*은 1.870로 자기상관이 없었으며 어머니의 심리적 통제는 학교생활적응($t=-15.414, p<.001$)에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 자기조절능력 또한 학교생활적응($t=7.983, p<.001$)에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

IV. 결론 및 제언

본 연구에서는 청소년이 지각한 어머니의 심리적 통제, 청소년의 자기조절능력, 학교생활적응 간의 관계를 알아보고 청소년이 지각한 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 연구로서, 청소년들에 대한 보다 나은 이해와 어머니 역할에 도움을 줄 수 있는 자료를 얻고, 바람직한 성장을 위한 교육프로그램 개발 및 상담에 필요한 기초자료를 제공하고자 하는 목적으로 시도 되었다. 본 연구에서 나타난 결과들에 대해 선행연구와 관련하여 논의해 보면 다음과 같다.

첫째, 청소년이 지각한 어머니의 심리적 통제, 청소년의 자기조절능력, 학교생활적응 간의 상관관계 분석 결과, 세 변인 모두 양호한 상관관계를 가지고 있었으며, 어머니의 심리적 통제 하위요인인 비난과 학교생활적응의 하위요인인 학교교사는 하위요인별 가장 높은 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

둘째, 청소년이 지각한 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력이 학교생활적응에 유의미한 영향이 있는가를 알아 보았다. 그 결과, 청소년이 지각한 어머니의 심리적 통제의 하위요인별 학교생활적응에 미치는 영향에서는 자기표현제한, 감정 불인정, 비난이 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 이는 어머니의 심리적 통제 수준이 낮을수록 학교생활적응 수준이 높은 연구와 유사한 결과이다(이아영, 2014; 김지현, 2010; 이선주, 2010). 그리고 청소년의 자기조절능력의 하위요인별 학교생활적응에 유의미한 영향이 있는가를 알아본 결과, 자기조절양식과 의지적 억제양식 모두 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 이는 선행연구의 결과와 일치함을 알 수 있다(심혜숙·황경진, 2013; 김산옥, 2012).

이러한 연구 결과를 통해 볼 때, 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력은 학교생활적응에 유의미한 영향을 미치는 것을 알 수 있었고, 이는 선행연구결과에서도 밝힌 바와 같이 어머니의 심리적 통제와 청소년의 자기조절능력은 학교생활적응의 중요한 변인임을 알 수 있다(김우정, 2021; 박혜윤, 2019; 한애리, 2018; 김나리, 2013; 안명희·신희수, 2012).

본 연구의 결과를 토대로 청소년의 학교생활적응에 있어 청소년들의 비합리적인 사고와 신념, 내면의 문제의 세부 요인들을 찾고, 청소년의 부정적 사고를 합리적이고 긍정적으로 바꿀 수 있는 방법을 모색하여 청소년이 지각하는 어머니의 심리적 통제를 완화하고 청소년의 자기조절능력을 향상할 수 있는 프로그램개발을 필요로 한다.

마지막으로 본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 몇가지 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 충청남도 한 지역만을 대상으로 중학생을 선정하였기 때문에 연구결과를 청소년 모두에게 일반화 하는 것은 무리가 있을 수 있다. 따라서 후속연구에서는 표집대상을 확대하고 세분화하여 보다 다양한 지역의 다양한 연령층 연구가 이루어져야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 청소년들의 자기보고에만 의존했다는 한계가 있다. 자기보고는 주관적 판단이 개입되거나 사회적 바람직성에 의해 편향되는 문제점을 가지고 있기 때문에 후속 연구에서는 부모, 교사, 또래 등 다양한 보고자를 대상으로 자료를 수집할 필요가 있으며, 질문지 이외 면접, 관찰 등 다양한 측정 방법이 사용될 필요가 있다.

셋째, 청소년의 학교생활적응에 영향을 미치는 요인으로 가정 환경적 요인과 개인적 요인을 고려하였지만, 청소년기 학교생활적응은 가정환경적요인, 개인적요인, 사회적요인 등 다양한 변인에 의해 영향을 받을 수 있기 때문에 다양한 변인에 대한 지속적인 연구가 필요할 것이다.

넷째, 본 연구에서는 주 양육자인 어머니의 심리적 통제를 사용하였으나, 최근 아버지의 역할이 강조되면서 아버지의 양육 참여가 증가되고 있는 점을 고려하여 후속연구에서는 아버지의 심리적 통제에 대한 깊은 연구가 필요하다. 아울러 기존의 심리적 통제 척도는 어머니와 아버지의 역할이 분명 다름에도 불구하고 같은 요인으로 구성되어 있어 구체적인 요인 분석을 통한 척도개발에 많은 연구가 이루어져야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 김경호(2020). 청소년이 지각한 부모의 양육방식이 학교생활적응에 미치는 영향 : 초·중·고등학생의 비교. *한국사회복지교육*, 51, 143-170.
- 김나리(2013). 학령기 아동의 놀이성과 자기조절능력이 학교적응에 미치는 영향. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 김나영(2021). 중학생의 부모애착, 또래애착, 교사애착이 학교생활적응에 미치는 영향. 동아대학교 대학원 석사학위논문.
- 김산옥(2012). 청소년기 학교스트레스와 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향. 제주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김우정(2021). 부모의 심리적 통제가 중학생의 분노표현방식에 미치는 영향 : 인지적 정서조절전략의 매개효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김지현(2010). 어머니의 자녀관련 스트레스, 심리적 안녕감 및 지지/통제가 청소년의 학교생활적응에 영향을 미치는 경로. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 김하섬(2021). 청소년의 부모-자녀 간 의사소통 유형이 학교생활적응에 미치는 영향 : 공감과 대인관계 유능성의 매개 효과. 강원대학교 대학원 석사학위논문.
- 김혜진(2003). 부부갈등과 부모-자녀관계 및 아동의 학교적응간의 관계. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박지현·윤혜미(2017). 가족의사소통유형이 남·여 중학생의 학교생활적응에 미치는 영향에 대한 자아 존중감의 매개효과. *학교사회복지*, 39, 149-175.
- 박찬현(2018). 다문화가정 아버지와의 대화시간 및 학부모 역할이 청소년의 학업에 미치는 영향 : 자아 존중감의 매개효과를 중심으로. 중앙대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 박혜윤(2019). 어머니의 감독과 심리적 통제가 청소년의 공격성에 미치는 영향 : 도덕적 이탈의 매개적 역할. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박혜진·김형태·이수천(2018). 부모의 양육태도가 자녀의 학교생활적응에 미치는 영향. *보건과 복지*, 20(3), 137-160.
- 손승아·안경숙·김승경(2006). 청소년의 자기조절능력과 심리환경적 요인에 관한 연구. *한국청소년연구*, 17(1), 127-148.
- 심혜숙·황경진(2013). 청소년의 자기조절능력과 긍정적 사고가 학교생활적응에 미치는 영향. *교육혁신연구*, 23(1), 1-19.
- 안명희(2010). 모의 불안정 성인애착과 심리적 통제 : 모의 정서와 자아 유능감의 매개효과. *한국심리학회지 : 여성*, 15(4), 691-710.
- 안명희·신희수(2012). 어머니의 심리적 통제가 초기 청소년 자녀의 우울에 미치는 영향 : 매개효과를 중심으로. *청소년학연구*, 19(2), 227-253.
- 여성가족부(2021). 청소년실태조사.

- 여은정(2019). 청소년의 자기표현성이 또래관계에 미치는 영향 : 자기조절능력의 매개효과를 중심으로. 동의대학교 대학원 석사학위논문.
- 유지혜·유혜승(2018). 청소년의 우울과 학교적응의 관계에서 공격성 및 자아탄력성의 매개효과. *아시아교육연구*, 19(1), 89-113.
- 윤노을(2018). 부와 모의 양육행동이 남녀 청소년의 비행에 미치는 영향 : 도덕적 이탈의 매개적 역할. *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 윤영신(2007). 청소년의 자기조절능력관련 변인연구. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이경혜(2014). 청소년의 빈곤지각에 따른 부모-자녀 의사소통 및 자기인식이 학교생활적응에 미치는 영향 : 어머니와 아버지의 의사소통에 따른 비교분석. *아동교육*, 23(4), 143-170.
- 이규미(2005). 중학생의 학교적응 구성개념에 관한 연구. *한국심리학회지 : 상담 및 심리치료*, 17(2), 383-398.
- 이선주(2010). 부모의 통제가 남녀 아도오이 자아존중감에 미치는 영향 : 아동의 자율성의 매개적 역할, *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 이아영(2014). 부모의 지지와 통제 및 학교생활적응이 남녀 청소년의 자살 생각에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 이영민·권성연(2020). 중학생이 지각한 부모의 양육태도가 학교생활적응에 미치는 영향 : 스마트폰의 존도의 매개효과. *보건사회연구*, 41(1), 308-324.
- 이은숙(2011). 아동의 자기조절능력이 학교생활적응에 미치는 영향 : 외동이와 형제아의 비교를 중심으로. *서울기독대학교 대학원 석사학위논문*.
- 임동준·최진아(2020). 부모-자녀 의사소통이 아동의 학교생활적응에 미치는 영향에서 자기조절 능력의 매개효과. *놀이치료연구*, 24(3), 1-14.
- 장경문(2007). 아동이 지각하는 부모의 심리적통제와 아동의 내외향적 성격특성에 따른 자기 결정성 및 학업성적 의 차이. *초등교육연구*, 20(1), 165-179.
- 전숙영(2007). 어머니의 심리통제와 아동의 행동문제-학령기 후기 아동의 정서적 자율성의 매개효과에 대한 탐색. *대한가정학회지*, 45(6), 101-111.
- 정천경(2019). 청소년의 자기조절능력 및 사회적 문제해결능력이 학교행복감에 미치는 영향 : 대인관계의 매개효과를 중심으로. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 정혜원·정동우(2012). 청소년의 자기통제력이 사이버비행에 미치는 영향 : 부모애착, 교사애착의 매개 및 조절효과를 중심으로. *청소년학연구*, 19(9), 1-23.
- 통계청(2021). 2020년 출생통계(확정), 국가승인통계 제 10103호 출생통계.
- 한상철(2001). 청소년기 위험행동의 원인 및 보호적 요소와 발달적 모형에 대한 탐색적 연구. *교육학연구*, 39(4), 291-312.
- 한애리(2018). 중학생의 희망과 자기자비 및 어머니의 심리적 통제가 심리적 안녕감에 미치는 영향. *충부대학교 대학원 석사학위논문*.
- Barber, B. K.(Eds.), (2002). *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents*. Washington, DC : American Psychological Association.
- Blatt, S. J. (2004). *Experiences of depression : Theoretical clinical and research perspectives*.

- Weshington D.C : American Psychological Association.
- Calentano, Haggerty, Oesterle, Fleming & Hawkins(2004). The importance of bonding to school for health development : Findings from the social development research group. *Journal of school Health*, 74(7), 252-261.
- Kopp, C.(1982). The adolescents of self-regulation a developmental perspective. *Developmental Psychology*, 18(2), 199-214.
- Kuhl, J., & Fuhrmann, A.(1998). Decomposing self-regulation and self-control: The Volitional Components Inventory. In J. Heckhausen, & C. Dweck (Eds.), *Motivation and self-regulation across the lifespan*. 15-49. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Kuhl, J., & Kazen, M.(2006). Putting self-regulation theory into practice: A user's manual. *Applied psychology*, 55(3), 408-418.
- Richman, J. M., Bowen, G. L., & Woolley, M. E.(2004). School failure: An ecological-interactional-developmental perspective. In M. W. Fraser.

Abstract

The Effects of Maternal Psychological Control and Adolescents' Self-regulatory Ability on the Adolescents' School Adjustment

Ryu, Eun Soo*

The objective of this study is to examine how adolescents' school adjustment is affected by their perceived maternal psychological control and self-regulatory ability. For this purpose, 382 middle school students in their 1st, 2nd and 3rd grades in Chungcheongnam-do, were surveyed. The collected data were analyzed by using SPSS 22.0 through Pearson Ratio Correlation Analysis, and Multiple Regression Analysis.

The conclusions of this study are as follows.

The three variables, maternal psychological control, adolescents' self-regulatory ability and their school adjustment, are positively co-related to each other and the maternal psychological control and self-regulatory ability have significant effects on adolescents' school adjustment. The result of this study will provide the basis of the development of parent education sources, and furthermore, will help develop and implement a differentiated school adaptation program suitable for the characteristics of male and female adolescents.

Key Words : maternal psychological control, adolescent, middle school student, self-regulatory ability, school adjustment.

* Nam Seoul National University Graduate school Department of Child Ph.D. program Infant education Childcare major.