

고등학생의 진로스트레스, 사회적 지지 및 자기효능감과 심리적 안녕감 간의 구조모형 검증*

전 형 태¹⁾

동신대학교 교육학과

권 재 환²⁾

동신대학교 상담심리학과

본 연구는 고등학생을 대상으로 진로스트레스, 사회적 지지, 자기효능감과 심리적 안녕감의 관계모형을 설정하고, 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지와 자기효능감의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위하여 고등학생 960명을 대상으로 질문지법에 의한 설문조사를 실시하여 자료를 수집하였다. 선행변인인 진로스트레스와 매개변인인 사회적 지지와 자기효능감이 심리적 안녕감에 영향을 미친다고 가정한 연구모형을 설정하였다. 연구모형을 검증하기 위하여 상관분석과 구조방정식모형 검증을 실시하였다. 본 연구를 통하여 얻은 결과는 다음과 같다. 첫째, 진로스트레스를 예언변인으로, 사회적 지지와 자기효능감을 매개변인으로, 심리적 안녕감을 결과변인으로 설정한 연구모형은 모든 경로가 유의미하고 연구모형의 적합도도 양호한 것으로 나타났다. 둘째, 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지는 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 셋째, 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 자기효능감은 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 넷째, 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지가 자기효능감을 통한 순차적 매개효과가 나타났다. 본 연구의 결과는 고등학생의 겪는 진로스트레스를 효과적으로 다루고 그들의 심리적 안녕감을 향상시키기 위하여 사회적 지지에 대한 긍정적 지각과 함께 자기효능감을 길러주는 교육적 개입이 필요함을 시사한다.

주제어 : 진로스트레스, 사회적 지지, 자기효능감, 심리적 안녕감

* 본 논문은 동신대학교 박사학위논문을 수정·보완한 것이며, 2016년 한국인간발달학회 춘계학술대회 포스터 논문으로 발표함.

1) 동신대학교 대학원, 교육학박사

2) 교신저자 : 동신대학교 상담심리학과, 교수 (E-mail: jhkwon@dsu.ac.kr)

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

개인이 자신의 진로를 어떻게 선택하여 추구해나가는가 하는 것은 진로 자체에 대한 만족뿐 아니라 삶의 만족과도 관련된 문제이다. 특히 상급학교 진학 및 직업 선택의 문제에 실질적으로 직면하게 되는 고등학교 시기는 자신에게 적합한 진로를 선택해야 하는 것이 무엇보다 중요한 일이다(장경아, 이지연, 2014). 일반적으로 학생들이 경험하는 스트레스는 학업, 진로, 대인관계, 학교생활적응, 자아정체감 형성 등 다양한 영역에서 나타나고 있으나(김성경, 2003; 이은희, 2004), 우리나라 고등학생들의 가장 큰 스트레스 요인은 학업성취와 진로설정의 문제라는 것은 여러 연구들을 통해 확인되고 있다(김옥희, 2010; 김혜원, 조성연, 김민, 2010; 오선향, 2002).

통계청(2014)에서 발표한 우리나라 청소년상담지원현황에서도 학업이나 진로문제를 주제로 상담을 신청한 학생의 비율이 가장 높은 것으로 나타났고, 그 비율은 매년 증가하고 있는 추세이다. 특히 입시에 대한 압박감과 미래에 대한 불안감, 그리고 경기침체로 인한 취업난 등으로 인하여 겪는 진로스트레스는 고등학생의 발달과 적응을 해치는 주된 요인이 되고 있다(권재환, 전형택, 2015). 진로스트레스(career stress)란 졸업 후 진학 및 취업과 관련된 문제로 인하여 학교생활에서 신체적, 심리적 평형상태가 파괴되고 위기, 긴장감 또는 불안을 느끼는 상태를 말한다(류미화, 2003). 많은 연구들은 고등학생의 진로스트레

스는 부정적 정서에 빠지게 하고 나아가 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 있다(김영태, 2014; 김혜원 등, 2010; 장혜주, 2012).

인간은 살면서 다양한 스트레스를 경험하며 살 수밖에 없다. 그러나 이로 인해 모든 사람들이 정신건강이나 적응의 문제를 초래하지는 않는다. 같은 스트레스 상황에서도 개인의 심리적·환경적 자원에 따라 부적응적인 증상을 보일 수도 있고 그렇지 않을 수도 있기 때문이다(김경희, 권재환, 2014). 최근에는 자아존중감, 감사, 낙관성, 대처, 마음챙김 등 긍정심리학적 자원이 스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 주요한 역할을 하고 있음을 밝히는 연구들이 활발하게 이루어지고 있다(권명희, 2011; 이재원, 2012).

진로나 취업과 관련한 스트레스는 사회적 지지 지각(고경필, 심미영, 2015; 김정현, 2008)이나 자기효능감(고경필, 심미영, 2015; 권재환, 전형택, 2015; 김영태, 2014; 이숙정, 유지현, 2008)에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 있으나, 많은 선행연구들은 사회적 지지나 자기효능감의 증진이 진로스트레스에 효과적으로 대처하게 하고 심리적 안녕감을 증진시키는 데 도움을 줄 수 있는 중요한 요인으로 기능하고 있다고 보고하고 있다(곽윤영, 정문자, 2010; 김금순, 유성모, 2010; 이난, 김현수, 2008; 임미향, 박영신, 김의철, 2007). 왜냐하면 심리적 안녕감은 행복이라는 관점에서 자신의 삶에 대한 평가를 의미하고, 이러한 평가는 삶에 대한 만족을 판단하는 인지적 판단과 정서적 감정에 대한 정서적 평가를 포함하기 때문이다(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). 즉,

고등학생들에게 의미 있는 타인들이 정서적 지지를 제공하고 자기효능감의 증진을 통해 그들의 긍정적 자원을 발견할 수 있는 인지적 자원을 제공한다면 진로스트레스를 극복하는데 도움이 될 것이다. 따라서 진로스트레스도 이를 어떻게 대처하느냐에 따라 심리적 안녕감의 양상이 달라질 수 있다.

그러나 고등학생들의 진로스트레스를 다룬 연구들은 개인의 심리적 안녕감에 미치는 영향에 대한 연구들은 이루어져 왔으나(김정주, 2011; 장경아, 이지연, 2014; 장혜주, 2012), 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지와 자기효능감과 같은 긍정적 자원의 매개역할을 구조적 관계를 통해 살펴본 연구는 없었다. 이에 본 연구는 고등학생들의 진로스트레스가 심리적 안녕감에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고, 이 두 변인들 간의 관계에서 사회적 지지와 자기효능감이 어떠한 역할을 하고 있는지를 살펴보고자 한다.

먼저 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서의 사회적 지지의 영향을 살펴보고자 한다. 개인은 자신을 둘러싼 환경과 상호작용하며 발달하는 존재이기 때문에 우선적으로 환경적인 요인을 고려하는 것이 필요하며(박현미, 장석진, 2013), 특히 환경적인 요인 중에서 사회적 지지는 개인을 보호해주는 중요한 환경적 자원이기 때문이다(이난, 김현수, 2008; Cohen & Syme, 1985). 사회적 지지 제공자 요인은 부모, 형제자매, 교사, 친구 등의 요인으로 구성되어 있으며(Cauce, Felner, Primavera & Ginter, 1982; Dubow & Ullman, 1989; Furnmen & Buhrmester, 1985; Harter, 1985), 의미 있는 타인으로부터의 사회적 지지는 자신의 정체감

을 유지하고 자존감을 지키며 환경에 효율적으로 적응하는 데 도움을 준다(Cohen & Wills, 1985; Harter, 1985; Thoits, 1985; Wills, 1985). 따라서 인간은 스트레스를 받는 상황에서 주변 사람으로부터 사회적 지지를 많이 받다고 지각할 때 스트레스에 더 잘 대처하고 긍정적인 사고를 할 수 있다(Cohen & Wills, 1985). 또한 개인은 사회적 지지 수준이 높을 때 사회적 정보를 더욱 긍정적으로 지각하며, 타인들과의 관계에서 지지와 관련된 행동을 더 의미 있게 기억하고 이러한 기억이 심리적 안녕감에도 영향을 미친다(Godbey, 1985). 이와 같이 사회적 지지는 대인관계에서 획득된 긍정적 자원으로서 고등학생이 진로스트레스 상황에서도 잘 이겨낼 수 있도록 도울 수 있는 중요한 요인으로 작용할 수 있다(Cohen, Hoberman, 1983).

다음으로 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서의 자기효능감의 영향을 살펴보고자 한다. 자기효능감은 인간기능의 조절에 영향을 미치는 매개과정으로 어떻게 느끼고 사고하며, 스스로를 동기화시키고 행동하는지에 영향을 주어 어떤 수행의 결과를 유발하는 심리적 기능으로(Bandura, 1977, 1986) 자신에 대한 유능성, 효능성, 자신감을 의미하는 개념이다(Bandura, 1997). 따라서 자기효능감은 사회적 지지와 마찬가지로 진로스트레스 같은 부정적인 경험을 극복하도록 만드는 긍정적 자원으로 작용해 개인의 심리적 안녕감에 직접적인 영향을 미치는 요인이 될 수 있기 때문이다. 자기효능감이 높은 사람은 진로스트레스와 같이 위협적이라고 평가되는 상황에서 이를 회피하지 않고 스스로의 삶에서 목표를

달성해 왔거나 이루어 가는 과정에 있다고 생각함으로써 심리적 안녕감을 높일 수 있다는 것이다(Debats, 1996; Sheck, 1991). 실제 다수의 연구에서도 자기효능감이 심리적 안녕감을 설명하는 중요한 요인이라고 보고하고 있다(곽윤영, 정문자, 2010; 김금순, 유성모, 2010; 김지현, 김복환, 하문선, 2011; 이순성, 2010; 임미향 등, 2007).

또한 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서의 사회적 지지와 자기효능감의 인과적 관계를 살펴보고자 한다. 일반적으로 인간은 사회적 지지를 많이 받는다고 지각할수록 스스로를 더 유능하고 성공적이며 적응을 잘 할 수 있다고 평가하는 경향이 높다(옥경희, 2001; 최주희, 1994). 개인이 사회적 지지를 많이 받게 되면 성공을 위해 많은 노력을 투자하게 될 것이고, 그러한 노력으로 인해 성공 가능성도 또한 높아지게 되어 점차 자기효능감도 높아지게 된다(허경철, 1991). 즉 사회적 지지가 진로스트레스 상황을 잘 극복하게 만들어 이로 인하여 자기효능감을 높여주고, 나아가 심리적 안녕감에도 긍정적인 역할을 할 수 있다. 개인은 타인이 자신을 이상적인 모습으로 지각해주기를 바라고 부정적 평가를 두려워한다(하정희, 송수민, 정은선, 2010). 따라서 자기효능감을 형성하기 위해 다양한 시도가 필요하지만 사회적 지지가 부족한 개인은 필요한 시도조차 하지 못하게 되고, 그에 따른 성공경험도 부족하게 되어 심리적 안녕감을 경험하기 어렵게 된다(이인숙, 최해림, 2005). 사회적 지지는 자기효능감을 예언할 뿐만 아니라 심리적 안녕감을 설명하는 요인(곽윤영, 정문자, 2010; 김금순, 유성모, 2010; 이

난, 김현수, 2008; 임미향 등, 2007)이라는 것은 여러 연구들을 통해 입증되었다. 또한, 박영신, 김의철, 김영희, 민병기(1999)의 연구에서는 사회적 지원과 생활만족도의 관계에서 자기효능감이 매개역할을 하는 것으로 나타났다. 따라서 사회적 지지는 자기효능감을 통해 심리적 안녕감에 영향을 미칠 수 있다고 볼 수 있다. 이와 같이 중요한 타인이 제공하는 사회적 지지는 자기효능감의 중요한 원천이 될 것이며, 이렇게 형성된 자기효능감이 사회적 지지와 심리적 안녕감 간의 관계에서 매개역할을 할 것으로 보인다.

결과적으로 진로스트레스와 심리적 안녕감과의 경로 사이에서 사회적 지지가 자기효능감을 통해 심리적 안녕감에 영향을 미치는 위계적인 구조경로를 형성할 것으로 가정할 수 있다. 이에 본 연구는 고등학생의 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 개인의 환경적 요인인 사회적 지지와 심리적 요인인 자기효능감을 매개요인으로 설정하여 그 영향을 살펴보고, 각 요인들 간의 구조적 관계를 검증하고자 한다. 이를 통하여 고등학생이 타인으로부터 제공받는 환경적 요인인 사회적 지지에 대한 지각과 심리적 요인인 자기효능감이 진로스트레스로 인한 부정적인 영향을 완화시키거나 없애는 데 도움이 될 수 있는 이론적 근거를 제공하고, 교육현장에서 진로지도나 진로상담 등의 적용에 도움을 주고자 한다.

2. 연구문제

본 연구의 목적을 달성하기 위해 연구문제

를 다음과 같이 설정하였다.

첫째, 고등학생의 진로스트레스, 사회적 지지 지각, 자기효능감 및 심리적 안녕감의 관계는 어떠한가?

둘째, 진로스트레스는 사회적 지지 지각과 자기효능감을 매개로 심리적 안녕감에 영향을 미치는가?

II. 연구방법

1. 연구모형

본 연구는 진로스트레스를 선행변인으로 하고 심리적 안녕감을 결과변인으로 한 개념적 틀을 구성하고 사회적 지지와 자기효능감을 매개변인으로 설정하였다. 진로스트레스가 심리적 안녕감에 직접적인 영향을 미치기도 하고 매개변인으로 설정한 사회적 지지와 자기효능감을 매개로 하여 간접적으로도 영향을 미치기도 한다는 부분매개모형(그림 1)을 연구모형으로 설정하였다.

스트레스 경험은 개인차가 존재하기 때문에 이를 어떻게 지각하는지에 따라 영향력도 달라진다. 같은 수준의 스트레스 상황에서도 사회적 지지를 많이 받는다고 지각하는 개인은

그렇지 못한 개인에 비해 스트레스 상황에서 더 잘 대처할 수 있다(Cohen & Wills, 1985). 여기에서 사회적 지지는 심리적 안녕감에 영향을 미치는 중요한 환경적 요인이기 때문에(이난, 김현수, 2008; Cohen & Syme, 1985), 사회적 지지를 통해 개인이 자신을 믿고 다른 사람을 지지해주는 것을 배우며, 좌절을 극복하고, 문제해결에 대한 도전을 받아들이는 능력을 강화시킬 수 있다(Sarason, Sarason, & Gurung, 1997). 스트레스가 심한 경우에도 사회적 지지를 통해 스트레스를 쉽게 극복할 수도 있으나 사회적 지지가 부족하다면 개인의 심리적 안녕감은 저하될 것이다(신노라, 안창일, 2004; 오수성, 신현균, 2008; 유지현, 박기환, 2009; 이영자, 1994).

진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지를 매개변인으로 한 연구는 이루어지지 않았지만, 다양한 생활스트레스와 심리적 요인들과의 관계를 다룬 연구들은 사회적 지지의 매개역할을 검증하고 있다. 예컨대, 이지현(2013)의 연구에 의하면, 어머니의 양육스트레스가 증가할수록 사회적 지지는 낮아지고 사회적 지지는 부모의 긍정적인 양육행동을 촉진하는 매개적 역할을 하는 것으로 나타났다. 또한 생활스트레스와 심리적 안녕감 간의 관계(박영미, 2015), 스트레스와 우울과의 관계(이영자, 1999; 김정엽, 2008), 스트레스와 결혼만족도의 관계(정옥희, 홍혜영, 2011) 등의 연구에서 사회적 지지가 매개적 역할을 하는 것으로 나타나 스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지에 대한 지각이 스트레스의 강도나 방향성에 영향을 미칠 수 있다는 가정을 뒷받침한다.

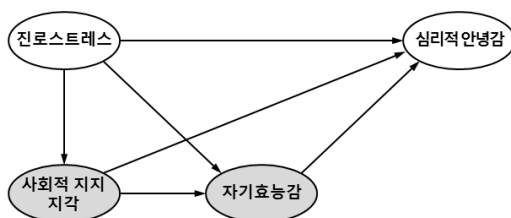


그림 1. 연구모형

스트레스 반응은 외부환경의 위협과 같은 직접적 자극보다 그러한 위협과 요구를 스스로 통제할 수 없다는 낮은 효능감 때문에 나타난다(Bandura, 1997). 반면에 자기효능감이 높은 사람은 위협적이라고 평가되는 상황에서 이를 회피하지 않고 스스로의 삶에서 목표를 달성해 왔거나 이루어 가는 과정에 있다고 생각함으로써 심리적 안정감을 높일 수 있다(Debats, 1996; Sheck, 1991). 이는 자기효능감이 진로스트레스와 심리적 안정감 관계에서 매개적 역할을 하고 있음을 시사하는 것이다(우소연, 박경자, 2009). 또한 고경필과 심미영(2015)의 연구에서는 대학생의 취업스트레스가 가족 지지와 자기효능감을 매개로 하여 대학생활적응에 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다.

이러한 근거들을 토대로 본 연구에서는 연구모형의 대안적 설명을 해주는 경쟁모형으로 진로스트레스가 사회적 지지와 자기효능감을 매개로 하여 간접적으로만 영향을 미친다는 완전매개모형(그림 2)을 설정하였다.

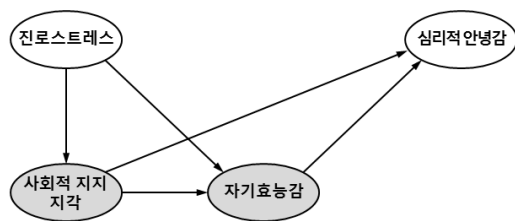


그림 2. 경쟁모형

2. 연구대상

본 연구는 서울·경기와 광주·전남에 소재한 12개 고등학교 재학생 960명을 임의표집하였다. 임의표집에 의해 이루어진 조사연구의

일반화 가능성은 '표본연관성'과 '표본전형성' 등의 기준들에 의해 평가될 수 있다(박광배, 1993). '표본전형성'과 '표본연관성'을 살펴볼 때, 우리나라의 교육환경과 고등학생들의 일반적 특성이 지역별로 큰 차이를 보이지 않고 판단하여 서울·경기와 광주·전남지역의 일반계 고등학교와 특성화 고등학교 학생들을 표집하여 연구를 수행하였다.

설문조사는 연구자가 각 학교에 직접 방문하여 담임교사의 협조 하에 이루어졌다. 연구대상자들에게 본 연구의 목적을 설명하고 조사에 동의를 구한 후 질문지법에 의해 실시하였다. 연구기간 중 IRB 연구 승인을 받았다(문서번호 201505-SB-008-01).

회수된 질문지 중 응답이 무성의하여 다변량 정규분포를 위협하는 극단적인 응답자료 32부를 제외한 928명의 자료를 최종적으로 분석하였다. 연구대상의 성별분포는 남학생 482명(51.9%), 여학생 446명(48.1%)이었고, 학교 계열로는 일반계 고등학생 444명(47.8%), 특성화 고등학생 484명(52.2%)이었다. 학년별로는 1학년 438명(47.2%), 2학년 464명(50.0%), 3학년 26명(2.8%)이었다.

3. 측정도구

진로스트레스 척도

본 연구에서 사용한 진로스트레스 척도는 황성원(1998)이 제작하고 류미화(2003)가 고등학생에 맞도록 재구성한 진로결정 스트레스 진단검사를 사용하였다. 총 15문항으로 구성되어 있고 2개의 하위요인으로 구분된다. 일반적 요인에 의한 진로스트레스는 10문항(예:

나는 나름대로 진학 및 취업준비를 하고 있지만 원하는 만큼 잘 되지 않는 것 같다.), 가정 환경요인에 의한 진로스트레스는 5문항(예: 나는 고등학교 졸업 후 대학에 진학하고 싶지만 집안 사정상 취업을 해서 돈을 벌어야 한다.)으로 구성되어 있다. '전혀 그렇지 않다'(1점)부터 '매우 그렇다'(5점)까지의 Likert식 5점 척도로 점수가 높을수록 진로스트레스가 높음을 의미한다. 류미화(2003)가 보고한 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 일반적 요인 진로스트레스 .76, 가정환경 요인 진로스트레스 .68이었으며, 전체 신뢰도계수는 .78이었다. 본 연구에서 산출한 신뢰도 계수는 일반적 요인 진로스트레스 .83, 가정환경 요인 진로스트레스 .75이었으며, 전체 신뢰도 계수는 .86이었다.

사회적 지지 척도

본 연구에서 사용한 사회적 지지 척도는 Nolten(1994)의 사회적 지지 척도를 이미라(2001)가 수정·보완하여 사용한 사회적 지지 척도 27문항을 사용하였다. 이 척도는 3개의 하위요인으로, 부모의 지지 9문항(예: 나의 부모님은 나에게 관심을 가지신다.), 교사의 지지 9문항(예: 나의 선생님은 나에게 어려움이 있는지 주의 깊게 살피신다.), 친구의 지지 9문항(예: 나의 친구들은 내가 기분이 나쁠 때 나의 기분을 이해해주고 기분을 전환시켜주려고 한다.)으로 구성되어 있다. '전혀 그렇지 않다'를 1점, '별로 그렇지 않다'를 2점, '보통이다'를 3점, '대체로 그렇다'를 4점, '매우 그렇다'를 5점으로 한 Likert식 5점 척도로 구성되어 있어서 점수가 높을수록 사회적 지지원과 의 관계가 우호적이고 지지적이며 만족스럽다

는 것을 의미한다. 이미라(2001)가 보고한 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 부모의 지지 .89, 교사의 지지 .88, 친구의 지지 .76이었으며, 전체 신뢰도 계수는 .85였다. 본 연구에서 산출한 신뢰도 계수는 부모의 지지 .92, 교사의 지지 .92, 친구의 지지 .92였으며, 전체 신뢰도계수는 .95였다.

자기효능감 척도

본 연구에서 사용한 자기효능감 척도는 Sherer, Maddux, Mercandante, Prentice-Dunn과 Jacobs(1982)가 Bandura의 자기효능감 이론의 개념에 입각하여 제작한 자기효능감 척도(Self-efficacy Scales; SES)를 홍혜영(1995)이 번안한 질문지를 사용하였다. 이 척도는 2개의 하위요인으로, 일반적 효능감 17문항(예: 나는 중요한 목표를 설정하면 성취할 수 있다.)과 사회적 효능감 6문항(예: 새 친구를 사귀는 일은 내게 너무 어려운 일이다.)으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 아니다' 1점, '아니다' 2점, '보통이다' 3점, '그렇다' 4점, '아주 그렇다' 5점으로 구성된 Likert식 5점 평정척도이며 부정적인 문항은 역으로 채점하였다. 점수가 높을수록 자기효능감 수준이 높은 것을 의미한다. 홍혜영의 연구에서의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 일반적 자기효능감은 .86, 사회적 자기효능감은 .68이었고, 전체 신뢰도 계수는 .86이었다. 본 연구에서 산출한 신뢰도계수는 일반적 자기효능감은 .83, 사회적 자기효능감은 .67이었고, 전체 신뢰도 계수는 .84였다.

심리적 안녕감 척도

본 연구에서 사용한 심리적 안녕감 척도는

Ryff(1989)가 개발한 심리적 안녕감 척도 54문항을 김명소, 김혜원, 차경호(2001)가 요인분석을 통해 선별한 46문항을 사용하였다. 이 척도는 6개의 하위요인으로, 자아수용 8문항(예: 살아온 내 인생을 돌이켜볼 때 현재의 결과에 만족한다.), 환경지배력 8문항(예: 나에게 주어진 상황은 내게 책임이 있다고 생각한다.), 긍정적 대인관계 7문항(예: 남들과 친밀한 인간관계를 유지하는 것이 어렵고 힘들다.), 자율성 8문항(예: 대다수의 사람들과 의견이 다를 경우에도 내 의견을 분명히 말하는 편이다.), 삶의 목적 9문항(예: 그저 하루를 살아가고 있을 뿐 장애에 대해서는 별로 생각하지 않는다.), 개인적 성장 6문항(예: 현재의 내 생활영역을 넓힐 생각이 없다.)으로 구성되어 있다. '전혀 그렇지 않다'(1점)부터 '매우 그렇다'(5점)까지의 Likert식 5점 척도로 부정적인 문항은 역으로 채점하여 점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높음을 의미한다. 김명소 등(2001)의 연구에서 보고된 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 자아수용 .76, 환경지배력 .66, 긍정적 대인관계 .72, 자율성 .69, 삶의 목적 .73, 개인적 성장 .70이었다. 본 연구에서 산출한 신뢰도계수는 자아수용 .78, 환경지배력 .65, 긍정적 대인관계 .51, 자율성 .68, 삶의 목적 .74, 개인적 성장 .63이었고, 전체 신뢰도 계수는 .89였다.

4. 자료분석

연구의 자료는 통계 프로그램 SPSS 21.0과 AMOS 21.0을 이용하여 분석하였다. 연구대상자들의 일반적 배경을 알아보기 위하여 빈도와 백분율을 산출하고 각 측정도구의 신뢰도

를 알아보기 위하여 Cronbach's α 를 구하였다. 각 측정변인간의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson의 적률상관계수를 구하였다. 다음으로 본 연구에서 설정한 연구모형을 검증하기 위해 구조방정식 모형(SEM)을 통한 분석을 실시하였다. 본 연구에서 설정한 연구모형의 타당성을 입증하기 위하여 경쟁모형과 χ^2 차이검증을 통하여 비교하였다. 구조모형의 적합도 평가를 위하여 χ^2 검증과 적합도 지수들 중 TLI, CFI, RMSEA를 사용하였다. 또한 경로의 효과성을 분해하고 매개효과의 유의미성을 검증하기 위하여 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 활용하였다.

III. 결과 및 해석

1. 측정변수들의 기술통계 및 상관분석

측정변수들의 기술통계 및 상관분석을 실시한 결과는 표 1과 같다. 본 연구에서 측정된 변인들의 왜도와 첨도가 모두 ± 1.965 범위를 벗어나지 않아서 정규분포를 가정하고 있는 것으로 나타났다. 모든 측정변수들의 평균점수는 5점 척도 상에서 3점 내외로 중립점수인 '보통이다'에 가깝게 분포하고 있었다. 진로스트레스의 하위요인들은 사회적 지지, 자기효능감 및 심리적 안녕감의 하위요인들과 대부분 유의미한 부적 상관을 보이는 것으로 나타났다. 따라서 진로스트레스는 사회적 지지와 자기효능감 및 심리적 안녕감에 부정적인 관계가 있는 요인임을 알 수 있었다. 한편, 사회적 지지, 자기효능감 및 심리적 안녕감의 하

표 1. 측정변수들의 기술통계 및 상관관계 ($N = 928$)

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. 일반요인	1												
2. 가정환경요인	.58**	1											
3. 부모 지지	-.05	-.21**	1										
4. 교사 지지	-.11**	-.13**	.52**	1									
5. 친구 지지	-.02	-.10**	.60**	.58**	1								
6. 일반적 효능감	-.38**	-.29**	.24**	.26**	.28**	1							
7. 사회적 효능감	-.15**	-.14**	.27**	.20**	.31**	.52**	1						
8. 자아수용	-.32**	-.19**	.31**	.36**	.34**	.46**	.38**	1					
9. 환경지배력	-.30**	-.23**	.28**	.31**	.30**	.49**	.35**	.57**	1				
10. 긍정 대인관계	-.25**	-.33**	.38**	.23**	.41**	.46**	.47**	.38**	.41**	1			
11. 자율성	-.19**	-.13**	.10**	.07*	.10**	.37**	.33**	.30**	.35**	.21**	1		
12. 삶의 목적	-.38**	-.37**	.30**	.28**	.31**	.56**	.34**	.42**	.50**	.51**	.23**	1	
13. 개인적 성장	-.13**	-.19**	.29**	.27**	.35**	.33**	.20**	.40**	.32**	.31**	.16**	.43**	1
<i>M</i>	3.02	2.66	3.64	3.38	3.51	3.17	3.17	3.11	3.16	3.30	3.05	3.20	3.23
<i>SD</i>	.64	.77	.75	.74	.70	.47	.52	.49	.41	.59	.43	.51	.43
skewness	-.25	-.21	.01	.17	.15	.80	.45	.01	.48	.56	.38	.49	.40
kurtosis	.25	-.20	-.16	.10	.24	1.67	1.56	1.22	1.03	.06	1.94	.80	.38

* $p < .05$. ** $p < .01$.표 2. 잠재변인별 확인적 요인분석(측정모형의 모수추정치) ($N = 928$)

잠재변인	측정변인	<i>B</i>	β	S.E.	C.R.
진로스트레스	일반 요인	1.00	.85		
	가정환경 요인	.98	.69	.07	13.32***
사회적 지지	부모 지지	1.00	.73		
	교사 지지	.97	.72	.05	19.33***
	친구 지지	1.04	.82	.05	20.78***
자기효능감	일반적 효능감	1.00	.87		
	사회적 효능감	.75	.59	.05	15.08***
심리적 안녕감	자아수용	1.00	.66		
	환경지배력	.82	.65	.04	19.10***
	긍정적 대인관계	1.19	.65	.07	16.52***
	자율성	.47	.36	.05	9.81***
	삶의 목적	1.18	.76	.07	17.58***
	개인적 성장	.69	.52	.05	13.80***

*** $p < .001$.

위요인들은 모두 유의미한 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다. 따라서 사회적 지지, 자기효능감 그리고 심리적 안녕감은 상호간 긍정적 관계가 있는 요인임을 알 수 있었다.

각 잠재변인별 확인적 요인분석을 한 결과는 표 2와 같다. 각 잠재변인에서 관측변인으로 가는 모든 경로의 요인부하량이 .5 이상의 값을 보이고, 통계적으로도 유의미한 것으로 나타나 문항의 집중타당성이 입증되었다(우종필, 2012).

2. 구조모형의 검증

진로스트레스와 사회적 지지, 자기효능감, 그리고 심리적 안녕감 간의 영향력을 검증하기 위하여 본 연구에서 설정한 연구모형이 수집된 자료에 일치하는지를 분석하기 위하여

최대우도법(maximum likelihood method)을 사용하여 구조모형의 적합도를 검증하였다. 진로스트레스를 예언변인으로, 사회적 지지와 자기효능감을 매개변인으로, 심리적 안녕감을 결과변인으로 설정한 연구모형과 경쟁모형인 완전매개모형에 대한 적합도를 분석한 결과는 표 3, 그리고 그림 3과 같다.

χ^2 값, 비교 적합도 지수인 TLI와 CFI, 모수 불일치성 지수인 RMSEA를 통하여 모형의 적합도를 검증한 결과, 본 연구에서 설정한 연구모형인 부분매개모형의 모든 적합도 지수가 경쟁모형인 완전매개모형보다 더 양호한 것으로 나타났다. 따라서 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지와 자기효능감이 두 변인과의 관계를 부분적으로 매개하는 연구모형이 더 적합한 모형인 것으로 나타났다.

표 3. 연구모형과 경쟁모형의 적합도 지수

(N = 928)

구조모형	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
연구모형(부분매개모형)	318.07	53	.909	.938	.073
경쟁모형(완전매개모형)	355.61	54	.898	.929	.078
차이	37.55	1			

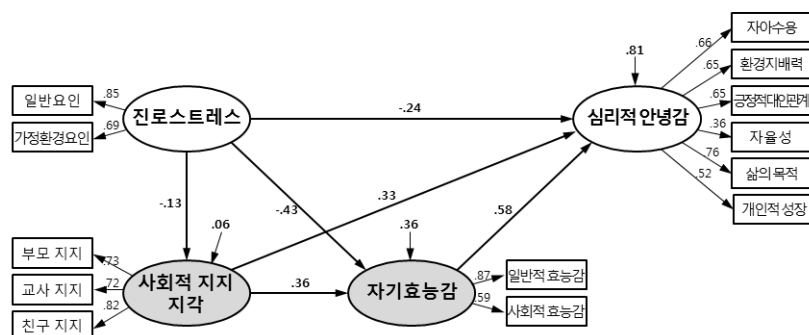


그림 3. 연구모형의 표준화 구조계수

다음으로 연구모형의 타당성을 입증하기 위하여 경쟁모형과 χ^2 차이검증을 통하여 두 모형을 비교하였다. 두 모형간의 χ^2 값의 차이가 37.55인 것으로 나타나 임계값인 3.84보다 커서 본 연구의 연구모형인 부분매개모형을 더 적합한 모형으로 최종 채택하였다.

다음으로 최종모형의 다중상관치(squared multiple correlation; SMC)를 살펴본 결과, 사회적 지지 .06, 자기효능감 .36, 심리적 안녕감 .81이었다. 따라서 진로스트레스가 사회적 지지를 설명하는 변량은 6%, 자기효능감을 설명하는 변량은 36%, 그리고 심리적 안녕감을 설명하는 변량은 81%인 것으로 나타나 진로스트레스는 심리적 안녕감에 가장 많은 영향을 주는 것으로 나타났다.

본 연구에서 설정한 변인들 간 경로계수의 유의도를 검증한 결과는 표 4와 같다. 본 연구에서 설정한 6개의 모든 경로가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 즉, 고등학생의 진로스트레스는 사회적 지지, 자기효능감, 그리고 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 사회적 지지는 자기효능감과 심리적 안녕감에 긍정적인 영향을

미치고, 자기효능감도 심리적 안녕감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타나 사회적 지지와 자기효능감은 심리적 안녕감을 높여주는 요인인 것으로 나타났다.

연구모형에서 설정한 각 경로간의 직접효과, 간접효과, 총효과의 구조적 관계를 알아보기 위하여 부트스트래핑(bootstrapping)을 이용하여 효과성을 분해하고 매개효과의 유의도를 검증한 결과는 표 5와 같다. 진로스트레스는 자기효능감에 직접 영향($\beta = -.43, p < .001$)을 미침과 동시에 사회적 지지를 통해서 간접적으로도 영향($\beta = -.05, p < .01$)을 미치는 것으로 나타났다. 또한 진로스트레스는 심리적 안녕감에 직접 영향($\beta = -.24, p < .001$)을 미침과 동시에 사회적 지지와 자기효능감을 통해서 간접적으로도 영향($\beta = -.04, p < .01$)을 미치는 것으로 나타났다. 사회적 지지는 심리적 안녕감에 직접 영향($\beta = .33, p < .001$)을 미침과 동시에 자기효능감을 통해서 간접적으로도 영향($\beta = .21, p < .01$)을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지와 자기효능감은 유의미한 매개변인임이 통계적으

표 4. 연구모형의 경로계수

($N = 928$)

경로	B	β	S.E.	C.R.
사회적 지지 $\leftarrow$ 진로스트레스	-.13	-.13	.04	-3.06**
자기효능감 $\leftarrow$ 진로스트레스	-.33	-.43	.03	-9.81***
자기효능감 $\leftarrow$ 사회적 지지	.27	.36	.03	9.40***
심리적 안녕감 $\leftarrow$ 진로스트레스	-.14	-.24	.02	-5.96***
심리적 안녕감 $\leftarrow$ 사회적 지지	.19	.33	.02	8.88***
심리적 안녕감 $\leftarrow$ 자기효능감	.46	.58	.05	10.01***

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

표 5. 연구모형의 인과적 효과 분해

(N = 928)

경로	직접효과	간접효과	총효과
사회적 지지 ← 진로스트레스	-.13**	-	-.13**
자기효능감 ← 진로스트레스	-.43***	-.05**	-.48***
자기효능감 ← 사회적 지지	.36***	-	.36***
심리적 안녕감 ← 진로스트레스	-.24***	-.04**	-.28***
심리적 안녕감 ← 사회적 지지	.33***	.21**	.54***
심리적 안녕감 ← 자기효능감	.58***	-	.58***

주. Bootstrap = 500, 추정치는 표준화된 계수임.

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

로 검증되었다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 고등학생의 진로스트레스, 사회적 지지, 자기효능감과 심리적 안녕감의 관련성을 알아보고, 진로스트레스가 심리적 안녕감에 영향을 미치는 데 있어서 사회적 지지와 자기효능감이 매개변인으로 작용할 것이라는 가정을 하고 각각의 변인들이 심리적 안녕감에 직·간접적으로 영향을 미치는 지를 살펴보고자 하였다. 이를 위해 구조방정식모형을 설정하고 모형의 적합도와 경로계수의 효과검증을 실시하였다. 본 연구의 결과를 바탕으로 한 논의는 다음과 같다.

첫째, 진로스트레스 하위요인들은 사회적 지지 지각, 자기효능감, 그리고 심리적 안녕감의 하위요인들과 대부분 유의미한 부적 상관을 보였으며, 진로스트레스가 높을수록 사회적 지지, 자기효능감 및 심리적 안녕감에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한

결과는 취업스트레스가 가족 지지에 직접적인 영향을 미쳤다는 연구(고경필, 심미영, 2015), 청소년기 스트레스가 가족 지지에 영향을 미쳤다는 연구(김정현, 2008)와 일치한다. 이는 고등학생이 진로스트레스를 경험하게 되면 가족이나 친구 등 주변사람들로부터 지지를 덜 받는다고 지각하게 된다는 것을 의미한다. 또한 진로스트레스를 부정적으로 평가하거나 스트레스가 과도할 경우에는 사회적 지지의 긍정적 영향력이 감소할 수 있음을 시사한다. 그리고 취업스트레스가 자기효능감에 부정적인 영향을 미쳤다는 연구(고경필, 심미영, 2015), 대학생의 진로스트레스가 자기효능감에 부정적인 영향을 미쳤다는 연구(이숙정, 유지현, 2008), 그리고 고등학생의 진로스트레스가 자기효능감에 부정적인 영향을 미쳤다는 연구(권재환, 전형택, 2015) 등과 일치하며, 대학생의 스트레스가 진로결정효능감에 영향을 미쳤다는 연구(김영태, 2014)와 맥락을 같이 한다. 이러한 결과는 고등학생 시기의 진로스트레스는 자기효능감에 부정적인 요인으로 작용할 가능성이 높음을 시사한다. 또한 진로스트레

스가 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미친 결과는 진로스트레스가 물리적·심리적 문제를 초래하며 심리적 안녕감에 부정적 영향을 미친다는 연구(김경희, 권재환, 2014)와 일치하는 결과이다. 이는 진로스트레스가 고등학생들의 심리적 안녕감에 직접적으로 영향을 미치고 있어 그들의 진로스트레스를 적절하게 다루어야 부정적 영향력을 줄일 수 있음을 시사한다.

둘째, 사회적 지지 하위요인들은 자기효능감과 심리적 안녕감의 모든 하위요인들과 유의미한 정적 상관을 보이는 것으로 나타났으며, 사회적 지지에 대한 지각이 높을수록 자기효능감과 심리적 안녕감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 사회적 지지가 개인의 긍정적 자원이 되어 심리적 안녕감에 영향을 미치는 중요한 환경적 요인이라는 연구와 일치하는 결과이다(이난, 김현수, 2008; Cohen & Syme, 1985). 즉, 고등학생들에게 중요한 타인이 제공하는 사회적 지지가 그들의 삶의 질을 높일 수 있는 중요한 자원이 되고 있음을 알 수 있다. 따라서 고등학생의 발달적 특성과 개인적 특성에 따른 적절한 지지와 격려가 필요하다. 그러나 고등학생을 비롯한 청소년들의 진로스트레스에 대하여 적절한 지지나 격려방법에 대한 정보 제공을 위한 부모교육이나 교사교육은 부족한 실정이다. 따라서 부모교육 프로그램이나 교사교육 프로그램에서 고등학생과의 의사소통 방법뿐만 아니라 격려나 지지에 대한 구체적인 방법을 알려주는 교육 프로그램을 강화할 필요가 있다.

셋째, 자기효능감의 하위요인들은 심리적 안녕감의 모든 하위요인들과 유의미한 정적

상관을 보이는 것으로 나타났으며, 자기효능감이 높을수록 심리적 안녕감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기효능감이 부정적인 경험을 극복하도록 만드는 자원으로 심리적 안녕감에 영향을 미치는 중요한 요인이라는 연구와 일치하는 결과이다(곽윤영, 정문자, 2010; 김금순, 유성모, 2010; 김지현 등, 2011; 이순성, 2010; 임미향 등, 2007). 이는 고등학생들이 자신의 심리적 자원을 발견하고 효율적으로 활용할 수 있도록 하기 위해 다양한 경험을 통해 도전과 시도를 할 수 있도록 지원해야 할 것이다. 이들에게 도전과 시도에 대한 적절한 성공경험과 실패경험을 제공하여 성공적인 발달과 적응을 이루어가는 데 도움을 줄 필요가 있다.

넷째, 고등학생의 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지의 매개효과를 살펴본 결과 두 변인간의 관계에서 사회적 지지는 부분매개효과를 나타냈다. 이러한 결과는 사회적 지지가 높은 개인이 사회적 정보나 지지와 관련된 정보를 더 긍정적으로 지각하여 심리적 안녕감에 영향을 미친다는 연구(Cohen & Wills, 1985)와 유사한 맥락에서 해석할 수 있다. 즉, 진로스트레스가 심하다라도 사회적 지지의 제공을 통해 스트레스 상황을 효율적으로 극복할 수 있으나, 사회적 지지가 부족하면 심리적 안녕감이 저하될 수밖에 없다는 것이다(신노라, 안창일, 2004; 오수성, 신현균, 2008; 유지현, 박기환, 2009).

다섯째, 고등학생의 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 자기효능감의 매개효과를 살펴본 결과 두 변인 간의 관계에서 자기효능감은 부분매개효과를 나타냈다. 이러한 결과

는 자기효능감이 부정적인 경험을 극복하도록 만드는 자원이 되고 심리적 안녕감을 설명하는 중요한 요인임을 밝힌 연구들(곽윤영, 정문자, 2010; 김금순, 유성모, 2010; 김지현 등, 2011; 이순성, 2010; 임미향 등, 2007)과 유사한 맥락이다. 따라서 개인의 진로스트레스가 심하더라도 자기효능감을 증진할 수 있도록 도와준다면 진로스트레스를 효율적으로 극복하여 심리적으로 안정감을 갖게 될 것이다(이하나, 정현주, 이기학, 이학주, 2006).

여섯째, 고등학생의 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 사회적 지지와 자기효능감의 매개효과를 살펴본 결과 두 변인 간의 관계에서 사회적 지지가 자기효능감을 통한 순차적 매개효과를 나타냈다. 이러한 결과는 사회적 지지는 자기효능감의 예언변인일 뿐만 아니라 심리적 안녕감의 설명변인이라는 연구(곽윤영, 정문자, 2010; 김금순, 유성모, 2010; 이난, 김현수, 2008; 임미향 등, 2007)와 사회적 지지와 자기효능감이 스트레스에 대한 취약성을 감소시키는 요인이라는 연구(박영신 등, 1999; 신노라, 안창일, 2004; 오수성, 신현균, 2008; 유지현, 박기환, 2009)와 유사한 맥락이다. 또한 사회적 지지와 주관적 안녕감 및 생활만족도의 관계에서 자기효능감이 매개역할을 한다는 연구들(박영신 등, 1999)과도 일치하는 것이다. 사회적 지지는 자기효능감의 중요한 원천이며, 자기효능감은 심리적 안녕감에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 따라서 개인의 진로스트레스가 심하더라도 사회적 지지를 많이 받는다고 지각하면 자기효능감이 높아져 심리적 안녕감을 저하시키지 않거나 오히려 높일 수 있다는 의미이다.

마지막으로 부분매개모형으로 설정한 연구모형과 완전매개모형으로 설정한 경쟁모형의 적합도를 비교한 결과 연구모형의 적합도 지수가 경쟁모형보다 더 양호한 것으로 나타났다. 또한 연구모형의 타당성에서도 연구모형이 더 적합한 모형으로 분석되었다. 따라서 연구모형으로 설정한 부분매개모형을 최종적으로 채택하였다.

이상에서 살펴본 연구결과를 종합해보면, 고등학생들의 발달과정에서 필연적으로 경험하게 되는 진로스트레스의 부정적인 영향을 줄이고 심리적 안녕감을 높이기 위해서는 환경적으로 의미 있는 타인들의 격려와 지지가 중요하고, 또한 심리적으로 긍정적 자아개념을 형성할 수 있도록 자기효능감을 높여주는 지도 및 상담전략이 필요하다는 것을 시사한다. 또한 사회적 지지에 대한 긍정적 지각과 자기효능감이 개인의 심리적 안녕감 증진에 긍정적인 역할을 하기 위해서는 타인에 의한 지지나 격려뿐만 아니라 자기 스스로를 격려하고 지지하는 방법을 터득하도록 지도하는 것도 필요하다.

본 연구의 결과와 논의를 바탕으로 내린 결론은 다음과 같다. 첫째, 진로스트레스가 고등학생의 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 우리나라 교육환경은 고등학생들은 진로스트레스를 받을 수밖에 없다. 고등학생들이 진로스트레스를 경험하더라도 적절한 시기와 안전한 상황에서 사회적 지지를 제공받고 자기효능감을 가질 수 있는 교육적 환경의 마련이 선행되어야 한다. 학생 개개인의 진로설계활동을 통한 대학진학 및 취업 지원을 할 수 있도록 교육과정 및 교과

와 연계한 진로탐색활동을 전개하고 고등학생의 진로발달단계에 맞는 진로체험 프로그램의 개발 및 적용, 진로체험처 확보 및 관리시스템이 강화되어야 할 것이다. 단위학교에 배치되어 있는 진로진학상담교사와 전문상담교사의 진로교육 및 진로상담 역량 강화 연수의 활성화도 필요하다. 특히 부모나 교사뿐만 아니라 친구관계에서도 사회적 지지와 자기효능감을 향상시킬 수 있는 교육적 방안이 마련되어야 한다. 둘째, 부모교육이나 교사교육 장면에서 청소년의 진로스트레스의 이해와 적절한 지도 및 개입방법에 대한 교육내용과 지도지침서를 개발하여 활용할 수 있도록 보급하는 등의 정책적 배려가 필요하다. 셋째, 고등학생의 심리적 안녕감을 높이기 위해 그들만의 발달적 특성과 환경적 특성에 따른 진로스트레스 요인과 영향력에 대한 구체적인 이해가 필요하다. 또한 그들의 상황적 특성을 고려한 진로지도 및 진로상담 전략이 모색되어야 한다. 넷째, 고등학생의 스트레스의 부정적 영향력을 감소시키기 위해서 학교장면에서 심리적 자원을 스스로 향상시키고 스트레스에 효과적으로 대처할 수 있도록 스트레스 대처기술에 대한 지도가 필요하다. 다섯째, 진로스트레스는 고등학생과 대학생만 경험하는 스트레스가 아니라 모든 연령대에서 경험하는 스트레스이다. 일반 구직자나 재직자, 여성, 노인, 다문화가정의 가족구성원 등 다양한 배경이나 연령대의 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계를 다루는 연구도 필요하다.

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 성별이나 고등학생의 소속 학교의 유형을 구분하지

않고 분석하였다. 그러나 상급학교 진학이 주목적인 일반계고와 취업이 주목적인 특성화고 학생들의 진로스트레스와 이에 따른 심리적·환경적 영향은 차이가 있을 수 있다. 또한 성별로도 본 연구에서 설정한 각 변인간의 구조적 관계가 다를 가능성도 있다고 본다. 후속 연구에서는 성별이나 일반계고와 특성화고 학생의 진로스트레스, 사회적 지지, 자기효능감 및 심리적 안녕감을 비교한 연구를 수행한다면 성별이나 학교의 유형에 따른 개입전략을 수립하는 데 더욱 실질적인 자료를 제공할 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구대상을 표집 할 때 우리나라의 교육환경과 고등학생들의 일반적 특성이 지역별로 큰 차이를 보이지 않는다는 가정 하에 확률표집으로 하지 않고 임의표집으로 수집하였다. 그러나 후속연구에서는 연구결과의 일반화 가능성을 보다 더 높이기 위해서 지역별로 균등한 확률표집 절차를 통해 표집할 것을 제안한다.

이상과 같은 제한점에도 불구하고 본 연구는 고등학생의 진로스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 고등학생이 타인으로부터 제공받는 환경적 요인인 사회적 지지에 대한 지각과 심리적 요인인 자기효능감의 매개적 역할을 경험적 연구를 통해 밝힘으로써 우리나라 고등학생들의 당면한 적응문제인 진로스트레스로 인한 부정적인 영향을 완화시키거나 없애는 데 도움이 될 수 있는 이론적 근거를 제공하고, 교육현장에서 진로지도나 진로상담 등의 적용에 시사점을 제공했다는 점에 그 의의가 있다.

참고문헌

- 고경필, 심미영 (2015). 대학생의 취업스트레스와 대학생활적응과의 관계에서 가족지지, 자기효능감의 매개효과. 한국콘텐츠학회논문지, 15(6), 379-391.
- 곽윤영, 정문자 (2010). 부모의 양육태도 및 대학생의 경제적 자립도가 대학생의 심리적 안녕감 및 자기효능감에 미치는 영향. 한국청소년연구, 21(3), 121-141.
- 권명희 (2011). 결혼이주여성의 문화적응 스트레스가 심리적 안녕감에 미치는 영향: 심리사회적 자원의 매개효과와 조절효과를 중심으로. 청주대학교 대학원 박사학위논문.
- 권재환, 전형택 (2015). 고등학생의 진로스트레스, 자기효능감과 사회적 문제해결능력의 관계모형 검증. 직업교육연구, 34(4), 73-91.
- 김경희, 권재환 (2014). 대학생의 학업 및 진로스트레스, 수용행동과 심리적 안녕감의 관계모형 검증. 인간발달연구, 21(4), 43-60.
- 김금순, 유성모 (2010). 자기효능감, 스트레스 대처능력 및 심리적 안녕감이 주관적 안녕감에 미치는 영향. 뇌교육연구, 6, 19-53.
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념분석. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 15(2), 19-39.
- 김성경 (2003). 대학 신입생의 스트레스와 학교적응에 관한 연구. 청소년학연구, 10(2), 215-237.
- 김영태 (2014). 대학생들의 취업스트레스와 심리적안녕감이 진로결정효능감에 미치는 영향. 한국산학기술학회논문지, 15(5), 2778-2788.
- 김옥희 (2010). 고교생의 진로스트레스와 자살과의 인과관계. 진로교육연구, 23(2), 177-191.
- 김정엽 (2008). 여성노인의 심리적 복지감에 미치는 영향요인. 대구가톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 김정주 (2011). 여고생의 스트레스와 심리적 안녕감 및 마음챙김과 수용행동간 관계. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 김정현 (2008). 청년기 스트레스가 학교적응에 미치는 영향에 대한 가족지지의 조절효과: 부모와의 관계를 중심으로. 한국가족복지학회, 13(4), 161-183.
- 김지현, 김복환, 하문선 (2011). 간편형 한국어 BFI(Big Five Inventory) 타당화 연구. 인간이해, 32(1), 47-65.
- 김혜원, 조성연, 김민 (2010). 청소년 삶의 만족도에 대한 공부 중요성 인식, 공부압력과 성공압력의 영향력 및 부모-자녀 의사소통의 중재효과. 대한가정학회지, 48(5), 49-60.
- 류미화 (2003). 고등학생이 지각한 가정환경과 진로결정 스트레스와의 관계. 동아대학교 대학원 석사학위논문.
- 박광배 (1993). 청소년 조사연구의 재검토: 조사영역, 표집방법, 보고양식의 문제. 한국청소년연구, 14, 18-32.
- 박영미 (2015). 갱년기 여성의 생활스트레스가 심리적 복지감에 미치는 영향: 사회적 지지의 매개효과를 중심으로. 대전대학교 대학원 석사학위논문.

- 원 박사학위논문.
- 박영신, 김의철, 김영희, 민병기 (1999). 초등학교의 생활만족도 형성요인에 대한 구조적 관계분석: 사회적 지원과 자기효능감을 중심으로. 한국심리학회지: 사회문제, 5(1), 57-76.
- 박현미, 장석진 (2013). 가족지지와 청소년 진로태도 성숙과의 관계: 자기효능감의 매개효과. 한국가족치료학회지, 21(1), 1-21.
- 신노라, 안창일 (2004). 성인애착유형과 자기개념, 효능감, 대처양식, 사회적지지 수준과 애인 불안과의 관계. 한국심리학회지: 임상, 23(4), 949-968.
- 오선향 (2002). 고등학생의 스트레스 요인과 스트레스 대처방식에 관한 연구. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 오수성, 신현균 (2008). 5.18 피해자들의 생활스트레스, 대처방식, 지각된 사회적 지지와 외상 후 스트레스, 심리건강 간 관계. 한국심리학회지: 임상, 27(3), 595-611.
- 옥경희 (2001). 대학생들의 사회적 지지와 대학생활적응. 학생생활연구, 8, 21-39.
- 우소연, 박경자 (2009). 학령 후기 일상적 스트레스가 학교생활적응에 미치는 영향을 중재하는 보호요인: 자기통제력과 유머감각. 아동학회지, 30(2), 113-127.
- 우종필 (2012). 구조방정식모델 개념과 이해. 서울: 한나래.
- 유지현, 박기환 (2009). 소방공무원의 PTSD 증상과 관련된 심리 사회적 변인들: 우울, 불안, 대처방식 및 사회적 지지를 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 28(3), 833-852.
- 이난, 김현수 (2008). 중학생의 사회적 지지와 자기효능감과의 관계. 사회과학논총, 23(2), 77-97.
- 이미라 (2001). 청소년의 학교생활 적응에 영향을 미치는 사회지지체계에 대한 연구. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 이숙정, 유지현 (2008). 대학생의 학업 및 진로스트레스와 대학생활적응의 관계에서 자기효능감의 매개효과. 교육심리학회지, 22(3), 589-607.
- 이순성 (2010). 청소년 삶의 만족도와 관련 변인의 종단적 추이 분석. 강원대학교 대학원 박사학위논문.
- 이영자 (1994). 스트레스, 사회적 지지, 자아존중감과 우울 및 불안과의 관계. 서울여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이영자 (1999). 단독가구 노인의 스트레스와 우울감. 성신여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 이은희 (2004). 대학생들이 경험하는 생활스트레스와 우울 공변량 구조모형을 통한 대처방식의 조절효과 검증. 한국심리학회지: 건강, 9(1), 25-48.
- 이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심 척도(ISS)의 타당화 연구: 애착, 과민성 자기애, 외로움과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(3), 651-670.
- 이재원 (2012). 대학생의 생활스트레스와 낙관성 및 심리적 안녕감 간의 관계. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지현 (2013). 주의력결핍·과잉행동장애 아동 어머니의 양육스트레스가 양육행동에 미치는 영향: 양육효능감과 사회적 지지의 매개효과를 중심으로. 서울대학교 대학원 석사

- 학위논문.
- 이하나, 정현주, 이기학, 이학주 (2006). 대학생의 자아탄력성, 행복감과 스트레스 지각 및 대처와의 관계. *상담학연구*, 7(3), 701-713.
- 임미향, 박영신, 김의철 (2007). 대학생의 사회적 지원, 성격, 자기효능감, 학업성취가 주관적 안녕감에 미치는 영향. *청소년학연구*, 15(4), 255-283.
- 장경아, 이지연 (2014). 한국 고등학생의 진로변인과 삶의 만족간 구조모형 검증: 통합사회인지 진로모형의 적용. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(4), 1023-1046.
- 장혜주 (2012). 청소년의 진로스트레스, 분노표현방식 및 삶의 만족도 간의 관계. *부모교육연구*, 9(1), 75-93.
- 정옥희, 홍혜영 (2011). 기혼여성의 스트레스와 결혼만족도의 관계에서 마음챙김과 사회적 지지의 매개효과. *통합치료연구*, 3(2), 51-67.
- 최주희 (1994). 대학생이 지각한 사회적 지지와 자아정체감간의 관계 연구. *서울여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 통계청 (2014). *청소년상담지원현황(2014년)*. 통계청
- 하정희, 송수민, 정은선 (2010). 자기제시동기에 따른 수치심경향성과 대인관계와의 관계. *상담학연구*, 11(3), 993-1006.
- 허경철 (1991). Bandura의 자아효능감 발달이론과 자주성 함양을 위한 교수-학습방법. *교육월보*, 119, 51-55.
- 홍혜영 (1995). 완벽주의 성향, 자기효능감, 우울과의 관계 연구. *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 황성원 (1998). *대학생의 취업스트레스에 관한 연구*. 동아대학교 대학원 석사학위논문.
- Bandura. A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change, *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura. A. (1986). *Social foundation of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura. A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York. Freeman.
- Cauce, A. M., Felner, R. D., Primavera, J., & Ginter, M. A. (1982). Social support in high risk adolescents: Structural components and adaptive impact. *American Journal of Community Psychology*, 10, 417-428.
- Cohen, S., & Hoberman, H. (1983). Positive event and social as buffers of life stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 33(2), 99-125.
- Cohen, S., & Syme, S. I. (1985). Issues in the study and Application of Social Support. In S. Cohen, & S. I. Syme, (Eds.), *Social support and health* (pp.v 3-23). SF: Academic Press.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis, *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Debats, D. L. (1996). Meaning in life: Clinical relevance and predictive power. *British Journal of Clinical Psychology*, 35, 503-516.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R., and Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Dubow, E. F., & Ullman, D. G. (1989). Assessing

- social support in elementary school children: The survey of children's social support. *Journal of Clinical Child Psychology*, 18(1), 52-64.
 - Furnmen, W., & Buhrmester, D. (1985). Children's perception of the personal relationships in their social networks. *Developmental Psychology*, 21(6), 1016-1024.
 - Godbey, G. (1985). *Leisure in your life*. PA: Venture Publishing.
 - Harter, S. (1985). *Manual for the social support scale for children*. Colorado: University of Denver.
 - Nolten, P. W. (1994). *Conceptualization and measurement of social support: The development of the student social support scale* (Doctoral Dissertation). University of Wisconsin-Madison. 1-2.
 - Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
 - Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Gurung, R. A. R. (1997). Close personal relationships and health outcomes: A key to the role of social support. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships* (pp. 547-573). New York: Wiley.
 - Sheck, D. T. (1991). Meaning in life and psychological well-being: An empirical study using the Chinese version of the purpose in life questionnaire. *Journal of Genetic Psychology*, 153, 185-200.
 - Sherer, M., Maddux, J., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., & Jacobs, B. (1982). The Self-Efficacy Scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671.
 - Thoits, P. A. (1985). Social support and psychological well-being: Theoretical possibilities In. I. G. Sarason, & B. R. Sarason (Eds). *Social support: Theory, research, and applications* (pp. 51-71). The Hague, Netherlands: Martinus Nijhof.
 - Wills, T. A. (1985). Supportive functions of interpersonal relationships. In S. Cohen, & S. L. Syme (Eds.). *Social support and health* (pp. 61-82). Orlando: Academic Press.
- 1 차원고접수 : 2016. 08. 01.
수정원고접수 : 2016. 11. 07.
최종게재결정 : 2016. 12. 02.

Verification of a Structural Model of the Relationship between High School Student's Career Stress, Social Support, Self-Efficacy and Psychological Well-being

Jeon, Hyung-Teag

Dept. of Education,

Kwon, Jae-Hwan

Dept. of Counseling Psychology,

Dongshin University

This study was intended to validate the mediating effect of social support and self-efficacy in the relationship between career stress and psychological well-being using the model on the relationship among career stress, social support, self-efficacy, and psychological well-being of high school students. Data were collected through self-report questionnaire administered to 960 high school students. The results of this study were as follows: First, all paths were found significant and suitability of research model turned out to be high in the research model in which career stress was defined as predictive variable and both social support and self-efficacy were defined as mediating variables while psychological well-being was defined as endpoint. Second, social support was found to have a mediating effect on the relationship between career stress and psychological well-being. Third, self-efficacy was found to have a mediating effect on the relationship between career stress and psychological well-being. Fourth, social support was found to have a consecutive mediating effect on the relationship between career stress and psychological well-being through self-efficacy. The results of this study suggested that education intervention conducive to increasing both social support and self-efficacy would be needed to help high school students cope with career stress effectively and increase psychological well-being.

Keywords: career stress, social support, self-efficacy, psychological well-being