



ISSN 1229-8565 (print)

한국지역사회생활과학회지

Korean J Community Living Sci

<http://doi.org/10.7856/kjcls.2017.28.2.273>

ISSN 2287-5190 (on-line)

28(2): 273~287, 2017

28(2): 273~287, 2017

# 자극 추구 기질과 위험회피 기질이 중학생의 학교생활 적응에 미치는 영향 : 정서조절 능력의 매개효과를 중심으로

최 아 라 · 이 숙<sup>1)†</sup>

전남대학교 생활환경복지학과 대학원 · 전남대학교 생활복지학과<sup>1)</sup>

## Effects of Harm Avoidance Temperament and Novelty Seeking Temperament on School Adjustment in Middle School Students: Mediating Effects of Emotional Regulation

Ara Choi · Sook Lee<sup>1)†</sup>

Graduate of Family Environment & Welfare, Chonnam National University, Gwangju, Korea

Dept. of Family Environment & Welfare, Chonnam National University, Gwangju, Korea<sup>1)</sup>

### ABSTRACT

This study was conducted to explore the effects of novelty seeking temperament and harm avoidance temperament on school adjustment in middle school students and to investigate the mediating effects of emotional regulation on the relationship between temperament and school adjustment. A survey was conducted on a random sample of 672 middle school students. Data were analyzed using PASW ver. 18.0 and AMOS ver. 18.0 to carry out descriptive statistics, correlation analysis, and the structural equation model. The main results of analysis could be summarized as follows. First, novelty seeking temperament and harm avoidance temperament had a negative influence upon school adjustment in middle school students. Second, emotional regulation had a positive influence upon school adjustment in middle school students. Third, temperament acted as a partial mediator for emotional regulation affecting school adjustment in middle school students. The study contributes to the literature by providing fundamental insights into school adjustment in middle school students.

**Key words:** temperament, school adjustment, emotion regulation

Received: 4 April, 2017 Revised: 19 April, 2017 Accepted: 22 May, 2017

<sup>†</sup>Corresponding Author: Sook Lee Tel: +82-62-530-1323 E-mail: sookleej@hanmail.net

This is an Open-Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

## I. 서론

### 1. 연구의 필요성 및 목적

청소년기는 신체적·인지적·심리적 변화를 경험하며, 자아정체감 확립, 사회적 역할의 획득, 지적능력의 획득, 자신의 적성 발견을 통한 진로 선택과 준비, 가치체계의 확립 등 다양한 발달과업이 주어지며(Erickson 1956), 이를 바탕으로 성인기를 준비하기 때문에 청소년기의 발달과업 성취는 매우 중요하다고 하겠다. 청소년기에는 학교에서 보내는 시간이 더욱 증가하며, 학교 교육을 통하여 사회화 과정에 필요한 지식과 기술을 습득한다는 점에서 학교생활 적응은 청소년기에 매우 중요한 발달과업이라 할 수 있다(Weissberg 2004). 학교생활 적응은 학교생활과 밀접하게 관련된 학업적, 사회적, 정서적 측면에서의 요구를 합리적으로 만족시키기 위해 물리적이고 심리적인 학교 환경에 순응하거나 그 환경을 변화시키고 조작하는 외현적·내재적 행동으로서(Moon 2002), 학교생활 적응은 청소년의 심리적·발달적으로도 중요하며, 앞으로의 삶의 질에도 큰 영향을 미친다(Parker & Asher 1987). 특히 중학교 시기는 초등학교 시절보다 더 많은 학업 부담을 경험하게 되며, 대인관계에서 요구되는 사회적 역할의 변화에 대한 부담으로 스트레스가 급격히 증가하게 된다(Grolnick et al. 2002; Shin et al. 2012). 또한 정서행동조절 능력이 미성숙하여 스트레스 상황에 직면하게 되면 쉽게 방황하는 경향이 있어 중학교 시기의 학교생활 적응은 더욱 중요하다고 할 수 있다(Kim 2017).

그러나 우리나라 청소년들은 입시 및 성취 중심의 교육환경과 획일화된 교육 및 주입식 교육으로 인해 학교생활에 적응하는데 있어 많은 어려움을 경험하고 있는 것으로 보인다. 그 예로 Ministry of Education (2016)에 따르면 최근 6년간 학업중단 학생은 총 47,070명으로, 전체 학업중단 학생의 약 53%에 해당하는 24,959명이 학교 부적응 등의 사유로 학업을 중단한 것으로 나타났으며, 특히 상급학교로 올라갈수록 학교 부적응 요인이 학업중단에 큰 영향을 미치는 것으로

나타났다.

학교생활에 적응하지 못하는 청소년들은 불안, 절망, 소외감, 우울과 같은 정서적 문제나 학교폭력, 집단 따돌림, 비행, 자살과 같은 행동적 문제를 보일 가능성이 높고(Chong et al. 2010; Wendy et al. 2011), 청소년기에 학교생활에 적응하지 못하게 되면 성인이 되었을 때 문제 상황에 적절히 대응하지 못하고 대인관계를 원만하게 이끌어가지 못하는 등 성인기에도 여러 가지 어려움을 경험할 수 있다(Lim & Lee 2014). 즉, 청소년들의 학교생활 적응은 청소년기뿐만 아니라 성인기의 적응에도 영향을 미치는 매우 중요한 문제이므로, 청소년들의 학교생활 부적응을 예방하고 학교생활 적응을 도울 수 있는 교육적·복지적 관점에서의 개입이 매우 중요하다고 하겠다.

학교생활 적응은 학교생활과 밀접하게 관련된 학업적, 사회적, 정서적 측면에서의 요구를 합리적으로 만족시키기 위해 물리적이고 심리적인 학교 환경에 순응하거나 그 환경을 변화시키고 조작하는 외현적·내재적 행동으로서(Moon 2002), 청소년의 학교생활 적응에 영향을 미치는 변인들을 탐색하기 위해 많은 연구가 이루어져왔다.

청소년들의 학교생활 적응에 영향을 미치는 변인을 탐색하기 위해 많은 연구가 이루어졌으며, 개인적 변인 중 기질이 학교생활 적응에 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 기질은 생의 초기에 나타나 일생에 걸쳐 안정적으로 유지되는 개인의 유전적 특성으로 자극에 대해 자동적으로 일어나는 정서적 반응 성향을 의미하며(Goldsmith et al. 1987), 최근 들어 Cloninger의 이론을 바탕으로 한 기질과 청소년의 적응 및 문제행동과 관련된 연구들이 활발히 이루어지고 있다(Ha, 2015; Hidetoshi et al. 2010; Park & Kang 2012). Cloninger (1987)는 유전적으로 서로 독립적인 4가지 차원인 자극 추구(Novelty Seeking: NS), 위험회피(Harm Avoidance: HA), 사회적 민감성(Reward Dependence: RD), 인내력(Persistence: P)으로 구성된 심리생물학적 기질 모델을 제시하였는데, 그 중 자극 추구 기질과 위험회피 기질은 강할수록 적응에 불리하며(Clouinger & Svrakic

2000), 높은 자극 추구 성향은 외현화 문제와 높은 위험회피 성향은 내현화 문제와 관련이 있다는 연구결과들이 지속적으로 보고되고 있다(Kim & Min 2006; Hidetoshi et al. 2010; Lee & Oh 2010).

기질과 적응간의 관계에 관한 연구는 주로 유아를 대상으로 이루어져 왔으나 최근 들어 기질과 청소년의 학교생활 적응 간의 관계를 다룬 연구가 이루어지고 있다. Shin(2015)의 연구에서는 청소년의 자극 추구 기질과 위험회피 기질이 청소년의 학교 적응에 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, Lee(2012)의 연구에서는 남자 중학생의 경우 자극 추구 기질은 학교 부적응에 정적인 영향을 미치는 반면, 위험회피 기질은 학교 부적응에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 학교 부적응 중학생의 경우 자극 추구 기질은 학교 부적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났고, 학교 부적응 중학생의 경우 자극 추구 기질은 학교 부적응에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이상의 선행연구를 통해 기질이 학교생활 적응에 영향을 미치는 중요한 변수임을 예측할 수 있으며, 특히 Cloninger (1987)의 기질 차원 중 자극 추구 기질과 위험회피 기질이 청소년의 학교생활 적응에 위험요인으로 작용할 수 있음을 예측해볼 수 있다. 또한, 위험회피 기질의 경우 Shin의 연구에서는 학교생활 적응에 부적 영향을, Lee의 연구에서는 학교 부적응에 부적 영향을 미치는 것으로 나타나 자극 추구 기질이 학교생활 적응에 미치는 영향이 일관되지 않게 나타나 이에 대한 확인도 필요해 보인다.

학교생활 적응에 관한 연구에서 최근 관심을 받는 심리적 요인 중 하나로 정서조절 능력을 들 수 있다. Moon(2001)은 우리나라 교육이 인지적인 측면만 강조하고 정서교육을 무시하는 주지주의 교육에 의존하고 있어 학교폭력, 반사회적 일탈행동, 비행 행동과 같은 사회부적응이 일어난다고 주장하며, 정서교육에 대한 중요성을 강조하였다. 과거에는 학교교육에 있어 주로 지적인 측면만을 강조해 왔으나 최근에는 정의적인 교육을 강조하고 있고(Kim 2000), 인지적 지능과 더불어 정서지능의 중요성이 크게 대두되고 있다. 정서지능은 정서인식 표현, 감정입, 정서 활용능력, 정서 구분능력, 정서 조절능력으로 구성되어 있으며, 정

서지능은 합리적·합목적적으로 사고하고 행동하여 환경에 대처할 수 있는 개인의 능력으로서(Mayer & Salovey 1997), 정서지능이 높을수록 개인은 주어진 환경에 잘 적응할 수 있다. 정서지능과 학교생활 적응과의 관련성을 밝힌 연구들을 살펴보면, Suh(2002), Jeoung(2003)의 연구에서는 정서지능 하위요인 중 정서조절 능력이 학교적응과 가장 높은 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났으며, Moon(2005)의 연구에서는 정서지능 하위요인 중 정서조절 능력이 학교적응에 가장 많은 영향을 미친다고 나타났다. 여러 연구들에서 정서지능 하위요인 중 정서조절 능력이 학교생활 적응을 예측하는 가장 영향력 있는 변인으로 밝히고 있다.

정서조절 능력이란 정서(emotion)와 조절(regulation)이라는 두 가지의 개념이 합쳐진 복합적인 용어로서 자신의 부정적인 기분이나 감정을 긍정적 상태로 변화시키고, 긍정적인 기분을 오래 유지할 수 있는 것이라 할 수 있다(Jang 2010). 또한 정서조절 능력이란 자신과 타인의 정서를 조절할 줄 아는 능력으로서 자신의 정서에 대해 정확하게 인식하고 이를 조절할 수 있는 능력인 '자기 정서조절 능력'과 타인의 정서를 인식하고 이를 효율적으로 다룰 수 있는 능력인 '타인 정서조절 능력'으로 구성된다(Moon 1996). 즉, 정서조절 능력이란 자신이 속한 사회가 기대하는 정서상태로 조절하는 능력으로서(Salovey & Mayer 1990) 정서조절 능력은 개인의 사회적 적응에 중요한 영향을 미치게 된다(Lim 2001; Cole et al. 2004). 따라서 청소년의 경우 정서조절 능력은 자신의 큰 생활반경 중 하나인 학교생활 적응에 영향을 미칠 것이라 예측할 수 있으며, 이와 관련된 선행연구를 살펴보면 다음과 같다. Eisenberg & Fabes(1992)의 연구에서는 부정적인 정서를 효과적으로 조절하는 능력이 낮은 아동이 또래간의 인기가 낮고 사회적 유능성이 낮은 것으로 나타났다. 인구나사회학적 특성, 정서조절 능력, 부모 양육행동이 청소년의 학교적응에 미치는 영향을 살펴본 Jang(2010)의 연구에서 정서조절 능력이 가장 영향력 있는 변인으로 나타났고, Choi(2010)와 Oh(2012)의 연구에서는 정서조절 능력이 청소년의 학교생활 적응

에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이상의 선행 연구를 바탕으로 정서조절 능력이 학교생활 적응에 중요한 변인임을 알 수 있다.

한편, 정서조절 능력은 기질과도 관련이 있다. 기질은 개인의 정서 및 행동발달과 밀접한 관련이 있으며 (Thomas & Chess 1977), 특히 정서조절에 영향을 미치는 주요변인 중 하나로 밝혀지고 있다(Calkins 1994; Rothbart & Bates 2006; Park 2014; Lee & Jin 2016). 기질은 자극에 대처하는 방식의 개인차를 의미하는데 (Cloninger et al. 1993), 이러한 개인차가 정서반응에 영향을 미쳐 정서조절 능력에 영향을 미치게 된다 (Santucci et al. 2008). 기질과 정서조절 간의 관계를 다룬 선행연구를 살펴보면 Kim(2007)의 연구에서는 유아의 기질 특성 중 수줍음, 정서성이 높을수록 정서조절 능력이 낮은 반면 사회성은 높을수록 정서조절 능력이 높았으며, Yu & Lee(2017)의 연구에서는 유아의 부정적 정서성 기질이 정서조절 능력에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 많은 연구에서 활동성 기질이 높을수록 정서조절 능력이 낮은 것으로 나타났다(Park & Park 2009; Choi 2013; Park 2014).

이상의 선행연구를 바탕으로 기질, 정서조절 능력, 학교생활 적응은 서로 유의미한 관계를 가지는 것으로 보이며, 기질과 정서조절 능력은 학교생활 적응에 영향을 미치는 중요한 변인임을 예측할 수 있다. 기질은 개인의 생물학적 특성으로 시간에 걸쳐 안정적인 특성을 가져 개인의 기질만으로 학교생활 적응을 이해하고 개입하는 것은 한계가 있다. 따라서 기질적 특성이 학교생활 적응으로 이어지는 구체적 과정에 대한 이해가 필요하며, 개인의 변화 가능한 특성에 주목할 필요가 있다. 즉 기질적 특성과 학교생활 적응 간의 관계에서 영향을 미치는 매개 변인을 탐색하는 것이 중요하리라 본다. 특히 최근에는 학교생활 적응에 있어 개인의 심리 내적인 변인의 중요성이 강조되고 있는데(Jang 2010), 이는 개인의 심리 내적인 변화는 개인의 노력에 따라 충분히 변화 가능하기 때문이다. 따라서 기질과 학교생활 적응 간의 관계에서 심리 내적인 변인인 정서조절 능력의 매개효과를 함께 살펴본다면 중학생의

학교생활 적응을 심층적으로 이해할 수 있으리라 본다. 그러나 이를 다룬 연구들을 찾기 어려워 비슷한 개념을 가진 선행연구를 통해 정서조절 능력이 매개변인으로서 작용할 수 있을지 예측해보고자 한다. Selman et al.(1992)의 연구에서 기질적 취약성 요인과 사회적 취약성 요인이 청소년의 부적응 행동에 미치는 영향에서 개인의 심리적 요소가 매개역할을 한다고 나타났으며, Park & Oh(2016)의 연구에서 위험회피 기질과 내재화문제, 자극 추구 기질과 외현화 문제에서 정서조절전략이 부분 매개 하는 것으로 나타나 정신건강에 취약한 기질적 특성을 보일지라도 개입을 통해 적응적인 정서조절 전략을 활용할 수 있도록 한다면 기질적 취약성이 정서 및 행동문제로 나타날 가능성을 줄일 수 있다고 하였다. 이러한 연구결과들은 기질과 학교생활 적응 간의 관계에서 정서조절 능력의 매개적 역할을 예측 가능하게 한다.

중학생의 학교생활 적응에 관한 선행연구가 각각의 변인들 간 관계만을 분석하고 있어 이들 요인 간 경로 분석 및 직간접적인 영향에 대한 보다 심층적인 분석이 요구된다. 또한 기질과 적응간의 관계를 다룬 연구들이 주로 유아를 대상으로 이루어져 청소년을 대상으로 한 연구를 찾기 어려워 중학생을 대상으로 기질, 정서조절 능력, 학교생활 적응에 관한 연구가 필요하리라 본다. 따라서 본 연구에서는 기질이 중학생의 학교생활 적응에 영향을 미칠 것이라 예측하고, 이들 간의 관계에서 정서조절 능력이 매개 역할을 하는지 검증하고자 한다. 본 연구의 결과를 통해 중학생의 학교생활 적응을 이해하고, 중학생의 학교생활 적응을 증진시킬 수 있는 기초자료를 제공함으로써 청소년들의 바람직한 적응을 돕는데 본 연구의 의의가 있다.

## 2. 연구문제

이러한 연구목적들을 위해 설정된 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 중학생의 기질과 정서조절 능력은 학교생활 적응에 직접적인 영향을 미치는가?

둘째, 중학생의 기질은 정서조절 능력을 매개로 학

교생활 적응에 간접적인 영향을 미치는가?

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구는 G시의 중학교 2학년 남녀 학생 672명을 대상으로 실시하였다. 구체적으로 살펴보면 남학생이 318명(47.3%), 여학생이 354(52.7%)명으로 여학생이 더 많았고, 가정경제 수준에 대한 지각은 중위층이 426명(63.4%), 상위층 213명(31.7%), 하위층 31명(4.6%)으로 나타났으며, 학업성취 수준에 대한 지각은 상위층 281명(41.8%), 하위층 203명(30.2%), 중위층 185명(27.5%)으로 나타났다.

### 2. 측정도구

본 연구에서 사용된 도구는 청소년의 기질 척도, 정서조절 능력 척도 및 학교생활 적응 척도이다.

#### 1) 청소년 기질 척도(Junior Temperament and Character Inventory; JTCI)

중학생의 기질을 측정하기 위해 Temperament and Character Inventory(Cloninger et al. 1994)를 국내에서 표준화한 기질 및 성격검사-청소년용(Oh & Min 2004) 중 기질검사만 사용하였다. 청소년 기질검사는 자극 추구, 위험회피, 사회적 민감성, 인내력 4가지 하위차원으로 구성되어 있으나 본 연구에서는 자극 추구 기질, 위험회피 기질만을 사용하였다. 자극 추구(Novelty Seeking; NS)는 새로운 자극이나 잠재적 보상 단서에 끌리면서 행동이 활성화되는 유전적인 경향성으로 탐색적 흥분/관습적 안정성(NS1), 충동성/심사숙고(NS2), 무절제/절제(NS3), 자유분방/질서정연(NS4)으로 구성되어 있다. 위험회피(Harm Avoidance; HA)는 위험하거나 혐오스러운 자극에 접하면 억제되고 위축되는 유전적 경향성으로 예기불안/낙천성(HA1), 불확실성에 대한 두려움(HA2), 낯선 사람에 대한 수줍음(HA3), 쉽게 지칩/활기넘침(HA4)로 구성되어 있다. 기질척도는 자극 추구 기질 14문항, 위험회피 기질 13

문항으로 구성되어 있으며, 중학생이 각 문항에 대해 ‘그렇지 않다(0점)’에서 ‘그렇다(3점)’로 응답하는 4점 Likert 척도로 점수가 높을수록 특정 기질적 성향이 높다는 것을 의미한다. 각 하위척도의 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 자극 추구 기질 0.71, 위험회피 기질 0.84로 나타났다.

#### 2) 정서조절 능력 척도

중학생의 정서조절 능력을 측정하기 위해 정서지능 모형(Salovey 1997)을 바탕으로 Moon(1999)이 개발한 청소년용 지능검사 중 Jang(2010)이 사용한 정서조절 능력 척도를 사용하였다. 정서조절 능력 척도는 자기정서조절 능력과 타인 정서조절 능력으로 구성되어 있는데 자기 정서조절 능력은 자신의 긍정적인 기분을 유지하고 지속시키려 하면서 좋지 않은 기분은 감소시키려는 것을 의미하고, 타인의 정서조절 능력은 타인의 감정을 조절하고 바꾸려는 능력과 자신에 대한 타인이 갖게 되는 인상을 조절하고 통제하기 위해서 타인에게 보여주는 행동방식을 조절하는 것을 의미한다. 자기정서조절 능력 8문항, 타인 정서조절 능력 7문항으로 총 15문항으로 구성되어 있으며, 중학생들이 각 문항에 대해 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’로 응답하는 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 정서조절 능력이 높음을 의미한다. 전체 정서조절 능력의 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 0.88이며, 자기정서조절 능력 0.82, 타인 정서조절 능력 0.82로 나타났다.

#### 3) 학교생활 적응 척도

중학생의 학교생활 적응을 측정하기 위해 Yu(1994)의 학교생활 적응 척도를 사용하였다. 학교생활 적응 척도는 교사관계, 교우관계, 학교수업, 학교규칙의 4가지 하위영역으로 구성되어 있으며, 교사관계는 교사와의 조화로운 관계정도, 도움을 청하려는 정도, 꾸중에 대한 반응, 긍정적 감정의 표현 적절성 여부에 대한 내용을 담고 있고, 교우관계는 친구와의 조화로운 관계정도, 학급생활의 적극성 여부, 친구에 대한 관심 여부에 대한 내용을 담고 있으며, 학교수업은 수업시간에 주의

를 기울이는 정도, 수업에 대한 호기심, 과제 해결 여부에 대한 내용 등을 담고 있고, 학교규칙은 학교생활 장면에서 자신의 행동을 적절히 통제하면서 올바르게 행동하는가의 여부에 대한 내용을 담고 있다. 학교생활 적응 척도는 하위영역별 6문항씩 총 24문항으로 구성되어 있으며, 중학생들이 각 문항에 대해 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’으로 응답하는 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 학교생활에 잘 적응한다는 것을 의미한다. 전체 학교생활 적응의 신뢰도 계수 (Cronbach’s  $\alpha$ )는 0.90이며, 교사관계 0.80, 교우관계 0.81, 수업태도 0.78, 학교규칙 0.71로 나타났다.

### 3. 연구절차 및 자료분석

본 연구는 G시에 소재하고 있는 중학교 중 4곳을 임의표집하여 자료를 수집하였다. 중학교 2학년 남녀 학생을 대상으로 750부의 질문지를 배포하여 727부가 회수되었으나 응답이 불성실하거나 누락된 자료들을 제외하고 총 672부가 분석에 사용되었다. 질문지는 연구자가 해당 중학교를 방문하여 교장 및 교사에게 연구의 목적 및 질문지 작성요령에 대해 설명한 후 담임 교사에게 질문지를 전달하였으며, 연구에 대한 동의를 부모 및 학생에게 서면으로 구한 후 동의서가 있는 중학생들에 한해 조사가 이루어졌다.

수집된 자료의 분석을 위하여 PASW Statics 18.0 프로그램과 AMOS 18.0 프로그램을 사용하였다. 첫째, 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach’s  $\alpha$  계수를 산출하였다. 둘째, 변수 간의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson의 상관관계분석을 실시하였다. 셋째, 변인들 간의 가설적 모형 적합도와 가설검증을 위해 구조방정식 모형분석을 실시하였고, 간접효과와 총효과의 통계적 유의성을 확인하기 위해 부트스트래핑(Bootstrapping) 검정방식을 활용하였다.

## III. 결과 및 고찰

### 1. 주요 변인들 간의 상관관계 분석

연구모형 분석에 앞서 주요변수들의 관계 및 다중

공선성을 파악하기 위해 상관관계를 분석한 결과는 Table 1에 제시하였다.

먼저 기질과 정서조절 능력의 상관관계를 살펴보면, 자극 추구 기질은 자기정서조절 능력( $r=-0.17, p<0.001$ ), 타인 정서조절 능력( $r=-0.20, p<0.001$ )과 유의미한 부적상관이 있는 것으로 나타났고, 위험회피 기질역시 자기정서조절 능력( $r=-0.25, p<0.001$ ), 타인 정서조절 능력( $r=-0.13, p<0.001$ )과 유의미한 부적상관이 있는 것으로 나타났다. 즉, 자극 추구 성향이 높을수록 자기 정서조절 능력, 타인 정서조절 능력이 낮은 것으로 볼 수 있으며, 위험회피 성향이 높을수록 자기정서조절 능력, 타인 정서조절 능력이 낮은 것으로 볼 수 있다.

중학생의 학교생활 적응은 기질의 하위변인인 자극 추구 기질( $r=-0.20, p<0.001$ ), 위험회피 기질( $r=-0.27, p<0.001$ )과는 유의미한 부적상관이 있는 것으로 나타났고, 자기정서조절 능력( $r=0.40, p<0.001$ ), 타인 정서조절 능력( $r=0.39, p<0.001$ )과는 유의미한 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 즉, 자극 추구 성향이 낮을수록, 위험회피 성향이 낮을수록, 자기정서조절 능력이 높을수록, 타인 정서조절 능력이 높을수록 중학생이 학교 생활에 잘 적응한다고 볼 수 있다.

또한 본 연구의 주요변수인 기질, 정서조절 능력, 학교생활 적응간의 상관계수가 0.7보다 낮아 다중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다.

Table 1. Correlation analysis

	(N=672)				
	1	2	3	4	5
Novelty seeking	1				
Harm avoidance	0.18***	1			
Self emotion regulation	-0.17***	-0.25***	1		
Others emotion regulation	-0.20***	-0.13***	0.66***	1	
School adjustment	-0.20***	-0.27***	0.40***	0.39***	1

\*\*\*p<0.001

2. 측정모형 분석

구조방정식 모형분석에서는 구조모형 분석을 통해 변수 간의 영향력을 살펴보기 전에 연구모형에 포함된 개념들이 적절하게 측정되고 있는지에 대한 평가가 우선되어야 한다(Moon & Jwa 2008). 관측변수가 잠재 변수를 잘 설명하고 있는지를 확인하기 위해 확인적 요인분석을 통해 측정모형에 대한 분석을 실시하였으며, 그 결과는 Table 2에 제시하였다.

측정모형의 적합도를 평가하기 위해  $\chi^2$ 검증, 절대 적합지수에 해당하는 Root Mean-squared Residual (RMR), Goodness of Fit Index(GFI), Root Mean Squared Error of Approximation(RMSEA)와 증분적합지수에 해당하는 Comparative Fit Index(CFI), Tucker-Lewis Index(TLI)를 사용하였으며, 그 결과는 Table 3에 제시하였다. RMR은 0.05이하면 양호한 적합도로 볼 수 있고, GFI, CFI, TLI는 0.9이상이면 양호한 적합도로 볼 수 있으며, RMSEA는 0.08이하면 양호한 적합도로 볼 수 있다. 본 측정모형의 적합도 지수는  $\chi^2=419.87(df=71)$ , RMR=0.023, GFI=0.926, RMSEA=0.080, CFI=0.913, TLI=0.899로 나타났다. 이러한 기준에 비추어 볼 때 측정모형의 적합도 지수는 수용기준을 충족시키는 것으로 여겨진다.

잠재 변수에 대한 관측 변수의 요인 부하량은 Table 2에 제시한 바와 같이 모든 표준화된 회귀계수( $\beta$ 값)가 0.58-0.91로 나타나 측정변수들은 타당성을 확보하였다.

3. 구조모형 분석

1) 구조모형의 적합도 분석

잠재 변수들 간의 인과관계를 파악하기 위하여 구조모형 분석을 실시하였다.

설정된 연구모형이 관측된 자료에 어느 정도 부합하는지를 확인하기 위하여  $\chi^2$ 검증, RMR, GFI, RMSEA, CFI, TLI 지수를 사용하여 구조모형의 적합도를 평가하였으며 그 결과는 Table 3, Table 4에 제시하였다.

먼저, 자극 추구 기질과 정서조절 능력 및 학교생활 적응에 관한 구조모형의 적합도 지수를 살펴보면  $\chi^2=232.127(df=41)$ , RMR=0.018, GFI=0.947, RMSEA=0.078, CFI=0.941, TLI=0.921로 나타났으며, 위험회피 기질과 정서조절 능력 및 학교생활 적응에 관한 구조모형의 적합도 지수를 살펴보면  $\chi^2=250.070(df=41)$ , RMR=0.024, GFI=0.943, RMSEA=0.082, CFI=0.939, TLI=0.919로 나타나 본 연구의 구조모형은 적합한 것으로 판단되었다.

Table 2. Path estimate of latent variable

Latent variable	Observed variable	B	$\beta$	S.E	C.R	p	SMC
NS	NS2	0.91	0.66	0.08	11.32	***	0.43
	NS3	1.12	0.60	0.10	11.13	***	0.36
	NS4	1.00	0.67	-	-	-	0.45
HA	HA1	1.20	0.66	0.09	13.81	***	0.43
	HA2	1.87	0.91	0.14	12.96	***	0.82
	HA3	1.00	0.58	-	-	-	0.35
Emotion regulation	Self emotion regulation1	0.98	0.72	0.05	19.70	***	0.52
	Self emotion regulation2	0.97	0.81	0.04	21.97	***	0.65
	Others emotion regulation1	1.01	0.81	0.05	22.10	***	0.66
	Others emotion regulation2	1.00	0.77	-	-	-	0.60
School adjustment	Relation of teacher	1.21	0.74	0.07	18.68	***	0.55
	Relation of friend	1.11	0.066	0.07	16.73	***	0.44
	Class attitude	1.35	0.82	0.07	20.14	***	0.68
	School regulation	1.00	0.73	-	-	-	0.54

\*\*\* p<.001

**Table 3.** Model fit summary–novelty seeking temperament

Variable	$\chi^2$	df	RMR	GFI	RMSEA	CFI	TLI
Index	232.127	41	0.018	0.947	0.078	0.941	0.921

**Table 4.** Model fit summary–harm avoidance temperament

Variable	$\chi^2$	df	RMR	GFI	RMSEA	CFI	TLI
Index	250.070	41	0.024	0.943	0.082	0.939	0.919

2) 구조모형의 분석

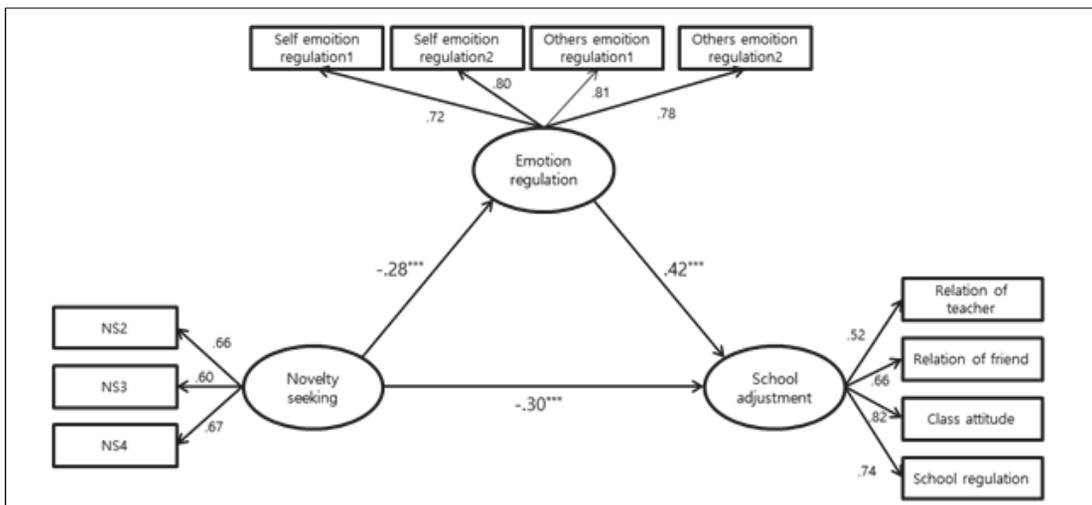
먼저 자극 추구 기질, 정서조절 능력 및 중학생의 학교생활 적응 간의 관계에 대한 구조모형 분석을 살펴보면 총 3개의 경로가 설정되었고, 이에 대한 경로분석 결과는 Table 5, Fig. 1에 제시하였다. 각 경로의 검증 결과 첫째, 정서조절 능력에 대한 자극 추구 기질의 경로를 살펴보면, 자극 추구 기질( $\beta=-0.28$ ,  $p<0.001$ )은 통계적으로 유의하였고, 자극 추구 기질의

정서조절 능력에 대한 설명력은 약 8%로 나타났다. 이는 자극 추구 성향이 낮은 중학생들이 정서조절 능력이 높다고 해석할 수 있다. 둘째, 학교생활 적응에 대한 자극 추구 기질, 정서조절 능력의 경로를 살펴보면, 자극 추구 기질( $\beta=-0.30$ ,  $p<0.001$ )과 정서조절 능력( $\beta=0.42$ ,  $p<0.001$ ) 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 중학생의 학교생활 적응에 대한 자극 추구 기질, 정서조절 능력의 설명력은 33%로 나타났다.

**Table 5.** Estimate of latent variables–novelty seeking temperament

Paths	B	$\beta$	S.E	C.R	SMC
Novelty seeking → Emotion regulation	-0.42	-0.28***	0.08	-5.56	0.08
Novelty seeking → School adjustment	-0.39	-0.30***	0.06	-6.10	0.33
Emotion regulation → School adjustment	0.36	0.42***	0.04	9.35	

\*\*\*  $p<.001$

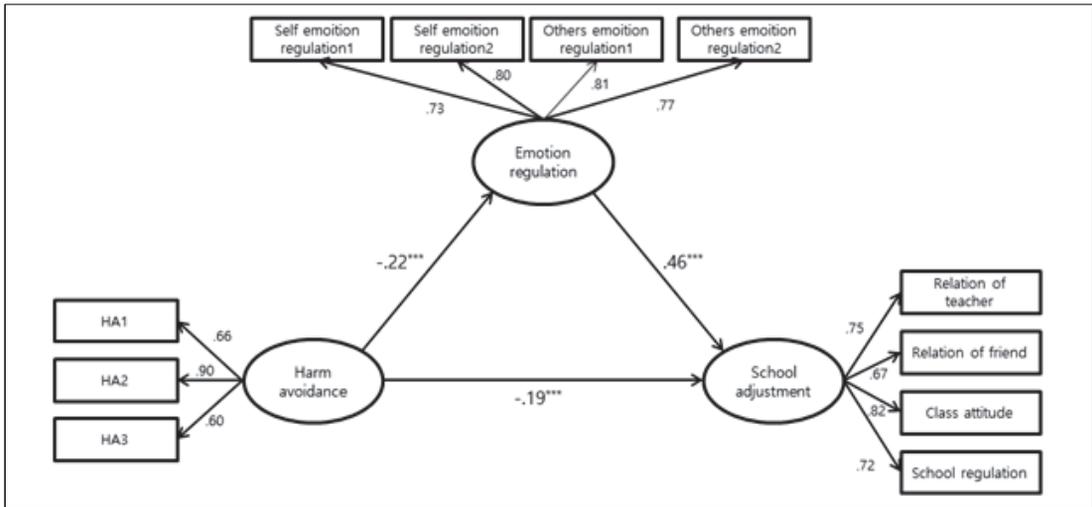


**Fig. 1.** Results of structural equation model–novelty seeking temperament.

**Table 6.** Estimate of latent variables-harm avoidance temperament

Paths	B	$\beta$	S.E	C.R	SMC
Harm avoidance → Emotion regulation	-0.35	-0.22***	0.07	-5.09	0.05
Harm avoidance → School adjustment	-0.26	-0.19***	0.06	-4.64	0.29
Emotion regulation → School adjustment	0.39	0.46***	0.04	10.17	

\*\*\* p<.001



**Fig. 2.** Results of structural equation model-harm avoidance temperament.

이는 자극 추구 성향이 낮을수록, 정서조절 능력이 높을수록 중학생이 학교생활에 잘 적응하는 것으로 해석할 수 있다.

두 번째로, 위험회피 기질, 정서조절 능력, 중학생의 학교생활 적응 간의 관계에 대한 구조모형 분석을 살펴보면 총 3개의 경로가 설정되었고, 이에 대한 경로분석 결과는 Table 6, Fig. 2에 제시하였다. 각 경로의 검증 결과 첫째, 정서조절 능력에 대한 위험회피 기질의 경로를 살펴보면, 위험회피 기질( $\beta=-0.22$ ,  $p<0.001$ )은 통계적으로 유의하였고, 위험회피 기질의 정서조절 능력에 대한 설명력은 약 5%로 나타났다. 이는 위험회피 성향이 낮은 중학생들이 정서조절 능력이 높다고 해석할 수 있다. 둘째, 학교생활 적응에 대한 위험회피 기질, 정서조절 능력의 경로를 살펴보면, 위험회피 기질( $\beta=-0.19$ ,  $p<0.001$ )과 정서조절 능력( $\beta=0.46$ ,  $p<0.001$ ) 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 중학생의

학교생활 적응에 대한 위험회피 기질, 정서조절 능력의 설명력은 29%로 나타났다. 이는 위험회피 성향이 낮을수록, 정서조절 능력이 높을수록 중학생이 학교생활에 잘 적응하는 것으로 해석할 수 있다.

### 3) 구조모형의 효과 분해

본 연구에서는 연구모형의 구조적 관계를 자세히 파악하고 유의성 검증을 위해 최종 구조모형의 표준화 경로계수를 통하여 효과 분해를 실시하였고, 간접효과 및 총효과의 통계적 유의성 검증을 위해 부트스트래핑(Bootstrapping) 방법을 사용하였으며, 그 결과는 Table 7, Table 8에 제시하였다.

본 연구에서는 유전적 요인인 기질을 독립변수로 심리내적 변인인 매개변수로 설정하여 중학생의 학교생활 적응에 미치는 효과에 대해 살펴보았다.

먼저 자극 추구 기질, 정서조절 능력, 중학생의 학교

**Table 7.** Direct, indirect, and total effects of model-novelty seeking temperament

Paths	Direct effect	Indirect effect	Total effect
Novelty seeking → Emotion regulation	-0.28***	-	-0.28**
Novelty seeking → School adjustment	-0.30***	-0.12**	-0.42**
Emotion regulation → School adjustment	0.42***	-	0.42**

\*\*p&lt;.01, \*\*\*p&lt;.001

**Table 8.** Direct, indirect, and total effects of model-harm avoidance temperament

Paths	Direct effect	Indirect effect	Total effect
Harm avoidance → Emotion regulation	-0.22***	-	-0.22**
Harm avoidance → School adjustment	-0.19***	-0.10**	-0.29**
Emotion regulation → School adjustment	0.46***	-	0.46**

\*\*p&lt;.01, \*\*\*p&lt;.001

생활 적응에 관한 구조모형 효과성을 분해한 결과 첫째, 정서조절 능력에 영향을 미치는 자극 추구 기질의 경로는 직접 경로만 존재하며, 직접효과( $\beta=-0.28$ ,  $p<0.001$ )와 총효과( $\beta=-0.28$ ,  $p<0.01$ ) 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 둘째, 중학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 잠재변수들 간의 효과분해를 실시한 결과, 자극 추구 기질은 학교생활 적응에 대한 직접효과( $\beta=-0.30$ ,  $p<0.001$ )가 유의한 것으로 나타났고, 정서조절 능력을 매개변수로 한 간접효과( $\beta=-0.12$ ,  $p<0.01$ )와 총효과( $\beta=-0.42$ ,  $p<0.01$ ) 역시 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 즉, 중학생의 학교생활 적응에 미치는 영향에서 자극 추구 기질이 정서조절 능력에 의하여 부분매개 되며, 이는 자극 추구 기질이 중학생의 학교생활 적응에 직접적으로 영향을 미치기도 하고, 정서조절 능력을 매개변수로 하여 간접적으로도 영향을 미치기도 한다는 것을 보여주는 결과이다. 셋째, 학교생활 적응에 영향을 미치는 정서조절 능력의 경로는 직접경로만 존재하며, 직접효과( $\beta=0.42$ ,  $p<0.001$ )와 총효과( $\beta=0.42$ ,  $p<0.01$ ) 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

두 번째로, 위험회피 기질, 정서조절 능력, 중학생의 학교생활 적응에 관한 구조모형 효과성을 분해한 결과 첫째, 정서조절 능력에 영향을 미치는 위험회피 기질의 경로는 직접 경로만 존재하며, 직접효과( $\beta=-0.22$ ,

$p<0.001$ )와 총효과( $\beta=-0.22$ ,  $p<0.01$ ) 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 둘째, 중학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 잠재변수들 간의 효과분해를 실시한 결과, 위험회피 기질은 학교생활 적응에 대한 직접효과( $\beta=-0.19$ ,  $p<0.001$ )가 유의한 것으로 나타났고, 정서조절 능력을 매개변수로 한 간접효과( $\beta=-0.10$ ,  $p<0.01$ )와 총효과( $\beta=-0.29$ ,  $p<0.01$ ) 역시 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 즉, 중학생의 학교생활 적응에 미치는 영향에서 위험회피 기질이 정서조절 능력에 의하여 부분매개 되며, 이는 위험회피 기질이 중학생의 학교생활 적응에 직접적으로 영향을 미치기도 하고, 정서조절 능력을 매개변수로 하여 간접적으로도 영향을 미치기도 한다는 것을 보여주는 결과이다. 셋째, 학교생활 적응에 영향을 미치는 정서조절 능력의 경로는 직접경로만 존재하며, 직접효과( $\beta=0.46$ ,  $p<0.001$ )와 총효과( $\beta=0.46$ ,  $p<0.01$ ) 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

#### IV. 요약 및 결론

본 연구는 기질, 정서조절 능력, 중학생의 학교생활 적응 간의 구조적 관계를 파악하고, 기질과 중학생의 학교생활 적응 간의 관계에서 정서조절 능력의 매개효과를 규명하고자 하였다. 본 연구에서 밝혀진 주요 결

과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 구조모형 분석 결과를 살펴보면 먼저 자극 추구 기질의 경우 정서조절 능력에 부적 영향을 미친다고 나타나 자극 추구 성향이 높을수록 정서조절 능력이 낮다는 것을 알 수 있다. 즉, 충동적이고 성질이 급하며 쉽게 흥분하는 성향을 지닌 중학생들은 정서조절 능력이 낮은 경향이 있다고 해석할 수 있다. 이는 주의분산과 주의집중, 활동수준을 측정하며, 끊임없이 새로운 것을 찾아다니며 격렬한 활동을 보이는 특성을 의미하는 활동성 기질이 높을수록 유아의 정서조절 능력이 낮다는 선행연구 결과(Park & Park 2009; Choi 2013; Park 2014)와 유사하다. 다음으로 위험회피 기질은 정서조절 능력에 부적영향을 미친다고 나타나 위험회피 성향이 높을수록 정서조절 능력이 낮다는 것을 알 수 있다. 즉, 잘 긴장하며 익숙하지 않은 상황에 대한 두려움이 많고 사회적 상황에서 수줍어하고 위축되는 중학생들은 정서조절 능력이 낮은 경향이 있다고 해석할 수 있다. 이는 사람들과 친해지는데 오랜 시간이 걸리며 낯선 상황에서 감정을 억제하는 특성을 의미하는 수줍음기질이 높을수록 정서조절을 잘하지 못한다고 나타난 Kim(2007)의 연구결과 및 위험회피 기질이 역기능적 정서조절과 관련된다는 Park & Chung(2007)의 연구결과와 유사하다. 이러한 결과는 자극 추구 성향이 높은 중학생은 마음이 쉽게 변하고 쉽게 흥분하는 경향성이 있어 자신의 긍정적인 기분을 유지하고 지속시키는 것이 어려우며, 충동적인 경향성이 있어 타인의 감정을 조절하고 바꾸려고 노력하는데 어려움을 경험한다는 것을 의미한다. 따라서 자극 추구 성향이 높은 중학생들이 적절하게 자극 추구를 통제할 수 있도록 안정적인 분위기를 제공하고, 적절한 보상을 통해 정서를 효과적으로 조절할 수 있도록 도울 필요가 있겠다. 위험회피 성향이 높은 중학생은 잘 긴장하고, 다른 사람은 별로 걱정하지 않는 상황에서도 걱정이 많고 비관적인 경향이 있어 자신의 부정적인 기분을 감소시키려고 노력하거나 타인이 갖게 되는 인상을 조절하기 위해 타인에게 보여주는 행동방식을 조절하기 위해 노력하는데 어려움을 경험할

가능성이 있다. 따라서 위험회피 성향이 높은 중학생들이 낙관적으로 사고할 수 있도록 돕고, 사회적 상황에서 자신감을 가질 수 있도록 격려해줌으로써 정서를 효과적으로 조절할 수 있도록 도울 필요가 있겠다.

기질과 정서조절 능력이 중학생의 학교생활 적응에 미치는 영향을 살펴본 결과 기질과 정서조절 능력 모두 학교생활 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 먼저 자극 추구 기질은 학교생활 적응에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이는 자극 추구 성향이 높을수록 학교생활 적응에 어려움을 경험할 가능성이 높다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 남자중학생의 경우 자극 추구 기질이 학교 부적응에 정적인 영향을 미친다는 Lee (2012)의 연구와 자극 추구 기질이 청소년의 학교적응에 부적인 영향을 미친다는 Shin(2015)의 연구결과와 유사하다. 위험회피 기질 역시 학교생활 적응에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났는데 이는 위험회피 성향이 높을수록 학교생활 적응에 어려움을 경험할 가능성이 높다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 위험회피 기질이 학교적응에 부적 영향을 미친다고 나타난 Shin (2015)의 연구 결과를 지지한다. 자극 추구 기질이 높은 중학생들은 새로운 자극에 끌리고 자유분방하며 즉흥적인 경향이 있어 단조로운 작업 수행을 어려워하고 규칙이나 규정에 매이는 것을 좋아하지 않는 성향이 있어 일반적인 주입식 교육 및 구조화되어 있는 학교교육에 잘 적응하지 못할 가능성이 있으며, 특히 학교규칙을 지키거나 수업에 집중하는 것에 어려움을 경험할 가능성이 크다. 따라서 자극 추구 성향이 높은 중학생들에게 적절한 보상을 제공하여 수업에 집중하고, 학교 규칙을 지킬 수 있도록 도울 필요가 있겠다. 한편 위험회피 기질이 높은 중학생들은 잘 긴장하며 수동적이고, 사회적 상황에서 쉽게 위축되고 수줍어하는 경향이 있어 학교생활에 적극적으로 참여하지 못할 가능성이 있으며, 특히 교사관계 및 교우관계에서 어려움을 경험할 가능성이 크다. 따라서 위험회피 성향이 높은 중학생들에게 교사가 먼저 관심을 보이고 친근하게 다가가는 등 더욱 관심을 보이는 노력이 필요하며, 또래관계를 잘 형성하고 유지하는지

관심을 가질 필요가 있겠다. 즉, 기질적으로 취약한 중학생의 경우 학교생활에 적응하는데 어려움을 경험할 가능성이 크므로 이들에 대한 지속적인 관심 및 교육적 개입이 필요할 것으로 보인다.

다음으로 정서조절 능력이 중학생의 학교생활 적응에 미치는 영향을 살펴본 결과 정서조절 능력은 학교생활 적응에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 정서조절 능력이 높을수록 학교생활에 잘 적응한다는 것을 의미하며, 이러한 결과는 청소년의 정서조절 능력이 학교생활 적응에 정적 영향을 미친다는 Choi(2010), Jang(2010), Oh(2012)의 연구결과들을 지지한다. 정서조절 능력이 높은 학생들은 자신의 기분을 긍정적으로 유지하기 위해 노력하거나 타인의 감정을 조절하고 바꾸려는 능력이 뛰어나 교사 및 교우와 잘 관계를 맺고, 타인이 갖게 되는 인상을 조절하고 통제하기 위해 타인에게 보여주는 행동방식을 잘 조절하여 수업태도 및 학교규칙을 잘 지킬 것으로 보이나, 정서조절 능력이 낮은 중학생들은 학교생활 적응에 어려움을 경험할 것으로 보인다. 따라서 정서조절에 어려움을 겪는 중학생들에게 정서에 대한 교육 및 정서조절 훈련 프로그램을 제공함으로써 학교생활에 잘 적응할 수 있도록 도울 필요가 있다.

둘째, 기질의 학교생활 적응에 대한 구조방정식 모형의 효과분해 결과를 살펴보면, 자극 추구 기질과 위험회피 기질 모두 중학생의 학교생활 적응에 미치는 직접효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며, 정서조절 능력을 매개로 한 간접효과 및 총효과 역시 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 즉 자극 추구 기질 및 위험회피 기질은 중학생의 학교생활 적응에 직접적으로도 영향을 미치며, 매개변수인 정서조절 능력을 경유하여 간접적으로도 영향을 미치므로 기질과 중학생의 학교생활 적응 관계에서 정서조절 능력이 부분 매개한다는 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 기질적 성향과 청소년의 문제행동과의 관계에서 정서조절 전략이 부분매개 효과를 보였다는 Park & Oh(2016)의 연구결과와 유사하다. 이는 기질적으로 취약한 중학생은 학교생활 적응에 어려움을 경험할 가능성이 높으

며, 더불어 기질적으로 취약한 중학생들은 자신 및 타인의 정서를 정확하게 인식하고 이를 조율하는 능력이 부족하여 학교생활 적응에 어려움을 경험할 수 있다고 해석할 수 있다. 구체적으로 자극 추구 성향이 높은 청소년들은 쉽게 흥분하고 충동적인 경향이 있어 정서를 조절하는 것에 어려움을 경험할 수 있고, 이로 인해 학교생활 적응에까지 어려움을 경험할 수 있으며, 위험회피 성향이 높은 청소년들은 잘 긴장하고 수동적이며 걱정이 많은 성향이 있어 부정적인 기분을 오래 유지하는 등 정서를 조절하는 것에 어려움을 경험할 수 있어 학교생활에 부정적 영향을 미칠 수 있고, 이로 인해 학교생활 적응에까지 어려움을 경험할 수 있다. 즉 기질이 정서조절 능력을 매개로 중학생의 학교생활 적응에 영향을 미치는 것으로 나타나 중학생의 학교생활 적응에 있어 기질과 정서조절 능력의 중요성이 확인되었다.

이상의 결과들을 통해 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, 청소년의 자극 추구 기질과 위험회피 기질은 중학생의 학교생활 적응에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 기질 검사를 통해 학생들의 기질적 특성을 파악하고, 기질적 취약성이 있다고 판단되는 중학생들이 학교생활에 잘 적응할 수 있도록 지속적인 관심을 갖으며, 학교생활 적응에 어려움을 갖는 중학생을 대상으로 기질 특성에 맞는 개입이 필요할 것으로 보인다. 예를 들어 자극 추구 성향이 높은 중학생들에게는 충동성을 조절할 수 있는 프로그램을 제공하여 충동성 및 에너지를 적절하게 조절할 수 있도록 도와 학교생활에 잘 적응할 수 있도록 도울 수 있으며, 위험회피 성향이 높은 중학생들에게는 자신감과 사회성을 증진시킬 수 있는 프로그램을 제공한다면 교사 및 교우관계를 증진시키는 등 학교생활에 잘 적응할 수 있을 것으로 보인다.

둘째, 정서조절 능력 역시 중학생의 학교생활 적응에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 기질적 요인보다 정서조절 능력이 상대적으로 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타나 정서조절 능력이 중학생의

학교생활 적응을 예측하는 강력한 변인이라고 할 수 있다. 따라서 중학생이 학교생활에 잘 적응할 수 있도록 정서조절 능력을 향상시켜주는 것이 필요하며, 구체적으로 학교생활에 어려움을 겪는 중학생을 대상으로 부정적인 기분을 감소시키고, 긍정적인 기분을 유지하는 전략 및 타인이 갖게 되는 인상을 조절하고 통제하기 위해 타인에게 보여주는 행동방식을 조절하는 구체적인 방법에 대한 교육이 필요하다고 하겠다. 특히 입시위주의 교육으로 정서 및 인성에 대한 교육이 미비한 우리나라 교육현실에서 정서지능의 하위요인 중 하나인 정서조절에 대한 교육적 개입은 매우 의미있는 일이라 보이며, 과중한 학업으로 인해 많은 스트레스를 경험하는 중학생들에게 부정적인 기분을 긍정적인 기분으로 전환하고, 긍정적인 기분을 유지하도록 노력하는 자기 정서조절 능력과 타인에 대한 배려보다 자신의 성취를 우선시 생각하는 경쟁적인 사회 분위기 속에서 자라나는 우리 청소년들에게 타인의 감정을 인식하고, 타인의 정서를 위해 자신의 행동방식을 조절하는 타인정서조절을 향상시키는 것을 매우 중요한 일이라 사료된다.

셋째, 정서조절 능력은 기질과 학교생활 적응 간의 관계에서 부분 매개 역할을 하는 것으로 나타났다. 이는 중학생의 학교생활 적응에 있어 선천적으로 타고난 기질적 특성뿐만 아니라 심리적 변인인 정서조절 능력 역시 중요하다는 것을 보여주며, 특히 학교생활 적응에 위협요인으로 볼 수 있는 기질적 취약성과 학교생활 적응간의 관계에서 정서조절 능력이 보호요인으로 작용할 수 있다는 점에서 매우 중요한 결과라고 할 수 있다.

기질은 자극에 대처하는 방식의 개인차로서 이러한 개인차가 정서조절 능력에 영향을 미치게 된다는 점에서(Santucci et al. 2008) 기질적 취약성을 가진 청소년의 경우 정서조절에도 어려움을 경험할 것이라 보이며, 이는 궁극적으로 학교생활에 적응하는데 어려움을 가져올 수 있다. 따라서 부모 및 교사가 중학생의 기질적 특성을 이해하고 이를 고려하여 상호작용하도록 노력하고, 중학생 스스로도 자신의 기질적 특성을 이해

하고 기질적 취약성을 보완하기 위해 노력한다면 이는 정서조절 능력에 긍정적인 영향을 미치며, 궁극적으로 학교생활 적응에도 긍정적인 영향을 미칠 것이라 예측할 수 있다. 한편, 기질적 취약성을 보완하기 위한 개인 및 학교의 노력도 중요하나 기질은 선천적이고 안정적인 특성으로 인해 기질에 대한 직접적인 개입보다 매개변인인 정서조절에 대한 개입이 효과성 측면에서 더욱 중요하리라 사료된다. 또한, 기질적 성향에 따라 정서를 조절하는 방식이 다를 수 있으므로, 기질적 특성에 맞는 정서조절 프로그램을 개발한다면 더욱 효과적일 것으로 보인다. 예를 들어, 자극 추구 성향이 높은 청소년의 경우 에너지 및 감정을 적절하게 조절하지 못하여 정서조절 능력에 어려움을 경험하고 이는 궁극적으로 학교생활 적응에 어려움을 가져올 수 있으므로, 자극 추구 성향이 높은 청소년들에게 에너지 및 감정을 조절하는 것에 초점을 둔 프로그램 개발이 필요하며, 위험회피 성향이 높은 청소년의 경우 에너지 및 정서수준이 낮고 비관적인 경향이 있어 궁극적으로 학교생활 적응에 어려움을 경험할 수 있으므로 부정적인 기분을 발산하고 긍정적으로 사고하는 것에 초점을 둔 정서조절 프로그램 개발이 필요할 것으로 보인다.

마지막으로 본 연구의 결과를 바탕으로 후속 연구에 대한 제안을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 연구대상자 수가 제한적이며, 한 지역의 중학생으로 국한되어있으므로 후속연구에서는 다양한 지역, 다양한 학교 종류별로 광범위한 표집을 하여 연구의 일반화를 높이는 것이 필요하다.

둘째, 본 연구는 중학생의 학교생활 적응에 대해 기질과 정서조절 능력만을 다루고 있으나 청소년의 학교생활 적응은 다차원적인 변인들의 복합적인 상호작용을 통해 이루어지므로 후속 연구에서는 다양한 변인들을 고려하여 이들 간의 관계를 체계적으로 분석한다면 청소년의 학교생활 적응에 대한 보다 더 심층적인 이해 및 개입이 가능할 것으로 보인다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 기질, 정서조절 능력, 중학생의 학교생활 적응과의 관계를 확인하고, 정서조절 능력이 이들 간의 관계에서 매개역할을 한다는 것을

밝힘으로써, 중학생의 학교생활 적응을 이해하는데 기초 자료를 제공하고 중학생의 학교생활 적응 향상을 위한 프로그램을 개발하는데 정보를 제공함에 의의가 있다.

## References

- Calkins SD(1994) Origins and outcomes of individual differences in emotion regulation. *Monogr Soc Res Child Dev* 59(2-3), 53-72
- Cheon SY(2017) The development process oriented psychology group counseling program to Improve school life adjustment of adolescents. Master's Thesis, Hannam University
- Choi BN(2013) Relation among parental meta-emotion philosophy, children's temperament and emotion regulation. Master's Thesis, Seoul Women's University
- Choi MH(2010) The effects of perceived emotional intelligence and family functioning on the school related adjustment of middle school students. Master's Thesis, Cheongju University
- Chong WH, Huan VS, Quek CL, Yeo LS, Ang RP(2010) Teacher-student relationship: The influence of teacher interpersonal behaviors and perceived beliefs about teachers on the school adjustment of low achieving students in Asian middle schools. *Sch Psychol Int* 93(1), 55-64
- Cloninger CR(1987) A systematic method for clinical description and classification of personality variants: a proposal. *Arch Gen Psychiatry* 44(6), 573-588
- Cloninger CR, Przybeck TR, Svrakic DM, Wetzel RD(1994) The Temperament & Character Inventory(TCI): A guide to its development and use. St. Louis, MO: Center for Psychobiology of Personality
- Cloninger CR, Svrakic DM(2000) Personality disorders. In comprehensive textbook of psychiatry, edited by Sadock & Sadock, 1723-1764. New York: Lippincott Williams & Wilkins
- Cloninger CR, Svrakic DM, Przybeck T(1993) A psychobiological model of temperament and character. *Arch Gen Psychiatry* 50, 975-990
- Cole PM, Martin SE, Dennis TA(2004) Emotion regulation as a scientific construct: Challenge and directions for child development research. *Child Dev* 75(2), 317-333
- Eisenberg N, Fabes RA(1992) Emotion, regulation, and the development of social competence. In M. S. Clark(Ed.), *Pers Soc Psychol Rev*(vol. 14). Newbury Park, CA: Sage
- Erickson EH(1956) The problem of ego identity. *J Am Psychoanal Assoc* 4, 56-121
- Goldsmith HH, Buss AH, Plomin R, Rothbart MK, Thomas A, Chess S, Hinde, RA, McCall RB(1987) Roundtable: what is temperament? four approaches. *Child Dev* 58, 505-529
- Grolnick WS, Surland ST, Decourcey W, Jacob K(2002) Antecedents and consequences of mothers' autonomy support: an experimental investigation. *J Dev Psychol* 38(1), 143-155
- Gumora G, Arsenio WF(2002) Emotionality, emotion regulation, and school performance in middle school children. *J Sch Educ Psychol* 40(5), 395-413
- Ha SS(2015) The moderating effect of adolescent character strengths on the relationship between temperament and maladjustment. *Korean J Youth Stud* 22(6), 1-32
- Hidetoshi H, Masayo U, Noriko S, Zi C, Nao M, Toshinori K(2010) Understanding externalizing behavior from children's. *Psychiatry Res* 175(3), 142-147
- Jang SH(2010) The effect of adolescent's emotional regulation and parenting behavior on school adjustment. Master's Thesis, Sungkyunkwan University
- Jeoung YJ(2003) The relationship among emotional intelligence, self-efficacy and school-related adjustment. Master's Thesis, Hong-Ik University
- Kim AR(2017) The mediating effects of family resilience in the relationship between parental conflicts perceived by middle school students and school adjustment. Master's Thesis, Sangji University
- Kim BK, Min BB(2006) The relationship among perceived parenting behaviors, temperament, character, and depression in adolescence. *Korean J Clin Psychol* 25(1), 221-236
- Kim JY(2007) The effects of preschooler's temperament, marital conflict and preschooler's emotion regulation on problem behavior. Master's Thesis, Ewha Womans University
- Kim YR(2000) Education psychology. Seoul: Moonumsa Publishing Co.
- Lee JH(2012) The effects of solution-focused group counseling program on emotional adjustment, social adjustment capability and school adjustment of middle school students with school maladjustment. Master's Thesis, Donga University
- Lee JY, Oh KJ(2010) The effects of temperament and gender on adolescent depressive-delinquent comorbid Class: a latent profile analysis. *Korean J Clin Psychol* 29(1), 53-72
- Lee YW, Jin MK(2016) The Effects of Children's Temperament and Mothers' Reactions to Negative Emotions on the Children's Emotional Regulation. *Korean J Fam Welf* 21(1), 23-46
- Lim HJ, Lee JE(2014) Structural relationships among self-determination, Goal orientations, and english learning outcomes in college students. *Korean J Educ* 34(2), 91-114
- Lim HS(2001) Child's sex, temperament, mother's emotion regulation, and parenting as related to child's emotion regulation. Master's Thesis, Ewha Womans University
- Mayer JD, Salovey P(1997) What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter(Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational*

- implications (pp. 3-31). New York: Basic Books
- Ministry of Education(2016) 2015 suspension of studies, 4864 decrease over last year
- Moon ES(2005) Relationship between emotional intelligence and school adjustment of middle school students. Educational research & Development institute Chungnam National University 26(2), 147-160
- Moon YJ, Jwa HS(2008) The effect of academic stress on psychological health in adolescents: Moderating effect of emotional regulation. Korean J Soc Welf Stud 38, 353-379
- Moon YL(1996) Measuring emotional intelligence in Korea. Seoul: Sejong Culture Publishing
- Moon YL(1999) The development of emotion intelligence program for moral character education. Seoul National University Education Collection of Treatises 592, 31-98
- Moon YL(2001) Study on emotional intelligence development program in school. Seoul National University Education Collection of Treatises 62, 31
- Oh HS, Min BB(2004) Temperament and character inventory 12-18. Seoul: Maumsarang
- Oh SN(2012) The effect of achievement goal orientation and self-control, emotion regulation in middle school student's school adjustment. Master's Thesis, Hanyang University
- Parker JG, Asher SR(1987) Peer relations and later personal adjustment: Are low-accepted children at risk? Psychol bulletin 102, 357
- Park JA, Chung MJ(2007) Moderating effects of mothers' parenting behaviors on the relationship between temperament of preschoolers with anxiety disorders and their dysfunctional emotion regulation. Korean J Couns Psychother 19(2), 273-295
- Park JH, Oh KJ(2016) The effects of harm avoidance and novelty seeking temperament on mental health among Korean adolescents: Mediating effects of emotion regulation difficulties. Korean J Youth Stud 23(2), 221-241
- Park JS, Park SY(2009) Effects of child's temperament, mother's parenting behavior, and child's emotion regulation on child aggression and social withdrawal. Korean J Child Stud 30(3), 85-98
- Park MJ, Kang JH(2012) Effects of infant temperament, their parents' conflict and parenting behaviors on externalizing problem behaviors of infants. Korean J Emot Behav Disord 28(4), 331-352
- Park YJ(2014) A study on relation between children's temperament and children's emotion regulation: the mediating role of mother's parenting efficacy. Master's Thesis, Duksung Women's University
- Rothbart MK, Bates JE(2006) Temperament. In W. Damon & R. Lerner (Series Eds.), & N. Eisenberg (Vol. Ed.), Handbook of child psychology, Vol. 3. Social, emotional, and personality development (6th ed., pp. 99-166). New York: Wiley
- Salovey P(1997) Emotional development and emotional intelligence: educational implication. NY: Basic Books
- Salovey P, Mayer JD(1990) Emotional Intelligence. *Imagin Cogn Pers* 9, 185-211
- Santucci AK, Silk JS, Shaw DS, Gentzle A, Fox NA, Kovacs M(2008) Vagal tone and temperament as predictors of emotion regulation strategies in young children. *Dev Psychobiol* 50(3), 205-216
- Selman RL, Schultz LH, Nakkula M, Barr D, Watts C, Richmond JB(1992) Friendship and fighting: a developmental approach to the study of risk and prevention of violence. *Dev Psychopathol* 4, 529-558
- Shin M, Jeon SH, Yoo MS(2012) Analysis of the structural relationship between social relationships, self esteem, life satisfaction, and school adjustment in early adolescents. *Korean J Child Stud* 33(1), 81-92
- Shin YN(2015) The effects of adolescents' temperament and social support on school maladjustment. Master's Thesis, Hanshin University
- Suh DS(2002) The relationship of emotional intelligence, self-concept and school-related adjustment. Master's Thesis, Hong-Ik University
- Thomas A, Chess S(1977) Temperament and development. New York: Brunner/Mazel
- Weissberg RP(2004) What works in school-based social and emotional learning programs for positive youth development. *Am Acad Pol Soc Sci* 59(1), 86-97
- Wendy T, Kari JV, Kayla JK(2011) Perceived popularity during early adolescence: Links to declining school adjustment among aggressive youth. *J Early Adolesc* 31(1), 125-151
- Yu JH, Lee KN(2017) The effects of children's temperament, father's child-rearing involvement and mother's parenting efficacy on young children's emotional self-regulation. *Korean J Future Early Child Educ* 24(1), 277-303
- Yu YH(1994) The relation analysis of school adjustment anxiety, academic achievement. Master's Thesis, Korea University