

# 고등학생 시기 청소년활동이 대학생의 주관적 행복감에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과

이시연\*

## 초 록

본 연구는 고등학생 시기 청소년활동 경험이 대학생의 주관적 행복감에 미치는 영향을 검증하고, 자아존중감의 매개효과를 살펴봄으로써 청소년기 청소년활동의 중요성에 대하여 살펴보고자 하였다. 본 연구는 전문대학교에서 청소년 관련 교과목을 수강하는 학생들에게 고등학생 시기(17-19세)에 참여했던 청소년활동 경험과 주관적 행복감, 자아존중감을 측정하였다. 설문조사는 3차에 걸쳐 총 330부를 배포하였고, 289부를 최종 분석에 사용하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 고등학생 시기 청소년활동 경험이 증가할수록 대학생의 주관적 행복감이 증가하였다. 둘째, 고등학생 시기 청소년활동 경험과 대학생의 주관적 행복감 간의 관계에서 자아존중감은 부분매개효과가 있는 것으로 확인되었다. 따라서 본 연구에서는 대학생의 주관적 행복감과 자아존중감에 영향을 미치는 고등학생 시기 청소년활동의 활성화 방안에 대하여 논의하였다.

**주요어** : 청소년활동, 대학생, 주관적 행복감, 자아존중감

## I. 서론

우리나라의 경우 대학생들은 고등학교까지 다양한 활동을 통해 개인의 행복과 만족을 누리며 청소년기의 발달과업을 성취하기보다는 대학 진학을 목적으로 한 입시에 초점을 맞춘 학업성취에 몰두하며 대부분의 시간을 보내고 있으며, 대학에 입학한 후에는 자기탐색과정이나 직업선택에 대한 스트레스, 다양한 가치관의 수용 등 해결해야 할 새로운 과제에 직면하면서 청소년들과는 다른 우울과 불안, 스트레스 등 대학생활 적응에 여러 어려움을 경험하고 있다(이순희, 김신정, 2012). 우리나라 고등학생

\* 주저자, 교신저자 : 장안대학교 사회복지학과 강사, apollonian@naver.com

의 90%가 대학으로 진학하고 있는 현실에서 이처럼 대학생들이 겪는 불안정한 건강 상태는 개인적인 삶은 물론 사회부적응과 같은 사회 전체에 영향을 미치게 되므로(임은정, 성지아, 2013), 대학생의 주관적 행복감에 대한 사회적 관심이 필요하다.

주관적 행복감이란 개인이 생활 속에서 경험하는 정서적인 측면의 주관적 안녕감을 의미한다(Compton, 2005). 주관적 행복감이란 개인이 자신의 삶속에서 경험하는 총체적인 감정으로 개인의 지각된 행복감을 의미하며, 이러한 행복감은 주관적 안녕감과 유사 개념으로 사용되고 있다(이선희, 정복례, 김순희, 2015). 주관적 안녕감에 대한 인지적 이론에서는 행복한 개인이 자신의 삶을 긍정적으로 평가하고 판단하는 상태로 보고 있으며(김희정, 2009), 행복한 일이 반드시 일어나야만 행복감을 경험할 수 있는 것이 아니라, 어떤 사건을 긍정적이고 낙관적으로 해석하면 행복감을 경험할 수 있다고 본다(Compton, 2005).

행복은 개인에게 많은 이익을 줄 수 있는데, 행복한 사람들은 신체적인 면에서 더 강한 면역체계를 가지며, 장수하는 경향이 있고(Ostir et al., 2000), 사건과 주변 환경에 대해 더 긍정적이고 적응적인 방식으로 경험하고 반응하며(Lyubomirsky, 2001), 우울, 자살과 같은 병리적인 증상을 덜 보이고, 자기조절능력과 대처능력이 뛰어나며 건강한 삶을 영위할 수 있다(Fredrickson et al., 2003). 따라서 한 개인이 행복을 추구한다는 것은 개인적인 측면 뿐만 아니라 사회적인 측면에서도 삶의 질 향상을 위해 중요한 일이라고 할 수 있다.

이러한 대학생의 행복감은 대학생 시기의 다양한 환경 및 경험과도 관련되어 있으나 이전 시기의 발달과정과도 밀접한 관련이 있다. 즉 청소년 시기에 건강한 성장발달이 이루어지고, 자아정체감, 자아존중감, 행복추구 등 개인의 자아와 관련된 기초역량이 발달하여 성인으로서의 삶을 잘 영위할 수 있는 준비가 잘 되어있는가와 관련되어 있다(권일남, 김태균, 최진이, 이상경, 2014).

특히 청소년 시기는 이후 성인기에 영향을 미치는 다양한 발달과업이 있으며, 다양한 활동과 성장을 통해 역량을 개발시키는 중요한 시기이다. 이러한 역량 개발과 균형있는 성장발달을 돕기 위해 다양한 청소년활동이 학교 및 지역사회에서 제공되고 있다. 청소년활동은 청소년기에 직면하는 발달적 욕구 충족과 성공적인 성인의 삶에 필요한 역량 개발을 돕는 체험중심의 교육적 행위로 정의할 수 있으며(최창욱, 문호영, 김진호, 2015), 청소년 시기의 청소년활동의 참여경험은 성인기에 필요한 역량을 개발하고 이를 통해 행복한 삶을 살 수 있도록 돕는데 영향을 미친다고 할 수 있다.

그러나 우리사회에서 고등학생의 경우에는 입시를 앞두고 있는 상황에서 청소년활

동예의 참여가 다소 위축되거나 줄어들 위험이 있다. 한국청소년정책연구원에서 실시한 연구Ⅲ(2016)를 살펴보면 청소년활동의 참여율은 고등학생의 경우 초등학생과 중학생에 비하여 가장 낮게 나타나고 있다(최창욱, 문호영, 김정주, 2016). 고등학생의 시기는 청소년기에 습득해야할 역량은 물론 장기적으로는 성인으로서 성공적인 삶을 유지하는데 필수적인 생애핵심역량으로 연결된다고 할 수 있다(권일남, 김태균, 최진이, 이상경, 2014). 따라서 고등학생들이 다양한 청소년활동에 참여할 때 성인이 된 후 대학생의 삶에 어떠한 영향을 미치는지를 살펴볼 필요가 있으며, 특히 대학생의 주관적 행복감에의 영향을 살펴봄으로써 청소년기 청소년활동이 성인기의 행복감과 관련이 있는지를 실증적으로 검증할 필요가 있다.

선행연구에서 청소년 시기의 청소년활동은 행복감과 밀접하게 관련되어 있다. 학교 및 사회활동의 참여수준이 청소년의 행복에 영향을 미친다고 하였고(Ryff, 1997), 국내 여러 선행연구에서도 청소년의 수련활동, 자원봉사나 동아리활동 참여가 주관적 안녕감을 향상시키는 것으로 나타났다(김윤나, 박옥식, 2009; 도종수, 2011; 이홍직, 2016; 정준교, 2005; 진은설, 2013; 함승우, 2016; 현정혁, 홍준희, 이현영, 2010). 또한 대학생의 행복을 현상학적으로 규명한 연구에서는 대학시절 봉사 및 동아리 등 다양한 활동을 통한 행복 경험의 장이 마련되어야 한다고 하였다(김민경, 2011). 이러한 선행연구의 결과를 살펴볼 때 청소년 활동은 대학생의 행복감을 증진하는데 영향을 미치는 요인임을 추측할 수 있다.

또한 청소년활동은 청소년의 자아존중감 향상에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(박봉규, 김규희, 2008; Barret & Greenaway, 1995). 미국캠핑협회(2004)는 캠프활동이 청소년의 자아존중감, 사회적 만족감 등에 유효한 의미가 있다고 하였고(ACA, 2004), 국내의 여러 선행연구에서 청소년활동 중 자원봉사활동, 체험활동 참여가 청소년의 자아존중감 향상에 영향을 미친다고 보고하고 있다(박성복, 김규희, 2008; 문성호, 문호영, 2009; 류시영, 강방훈, 2012; 송진영, 최영란, 2016)

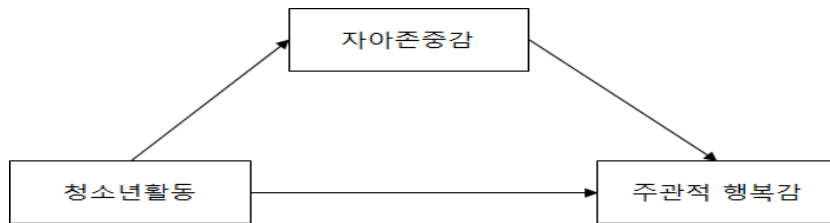
한편, 자아존중감은 행복감과도 밀접한 관련이 있다. 자아존중감이 높을수록 행복감이 높아지며(조계화, 2011), 주관적 건강, 자아존중감 등이 청소년의 행복감에 직·간접적인 영향을 미친다고 하였다(권세원, 이애현, 송인한, 2012). 이러한 연구결과를 토대로 볼 때 청소년활동은 청소년들의 자아존중감과 행복감을 증진하는데 영향을 미치며, 자아존중감도 청소년들의 행복감을 증진하는데 영향을 미치는 요인임을 확인할 수 있어, 궁극적으로 청소년활동과 행복감의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 추측해 볼 수 있다.

그러나 기존의 청소년활동과 행복감과 관련된 연구는 청소년 시기에 한정된 것으로 청소년 시기의 활동경험과 이후 성인기의 행복감에 지속적으로 영향을 미치는지에 관한 연구는 미흡한 상태이다. 즉 기존의 연구들은 대부분 청소년기 청소년활동 경험이 청소년들의 삶에 영향을 미치는지를 다루는 연구들로서, 청소년기의 청소년활동 경험이 대학생이 된 이후의 삶에 영향을 미치는 지에 대한 연구는 미비한 상태이다. 특히 선행연구에서 초·중등학생에 비하여 고등학생의 청소년활동 경험이 더 낮게 나타나는 것을 고려할 때, 이 시기의 청소년활동 경험이 대학생이 된 후에도 지속적으로 삶에 영향을 미치는 지를 살펴보는 것은 이 시기의 청소년활동의 효과를 설명하는데 중요하다 할 수 있다. 이에 본 연구에서는 청소년기 청소년활동의 경험이 대학생이 된 후에도 그들의 주관적 행복감에 지속적으로 영향을 미치는 지를 알아보고자 하였으며, 중요한 기초 역량인 자아존중감이 행복감을 지속적으로 증진시킬 수 있는지를 실증적으로 분석하고자 하였다.

본 연구를 위해 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- 첫째, 고등학생 시기 청소년활동이 대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 가?
- 둘째, 고등학생 시기 청소년활동이 대학생의 자아존중감을 매개로 주관적 행복감에 영향을 미치는가?

본 연구의 연구모형은 [그림 1]과 같다.



[그림 1] 연구모형

## II. 이론적 배경

### 1. 청소년활동과 대학생의 주관적 행복감

청소년활동과 주관적 행복감과의 관계는 주로 청소년 시기의 청소년활동과 행복감

과의 관계를 통해 살펴볼 수 있다. Ryff(1997)는 학교 및 사회활동의 참여수준이 청소년의 행복에 영향을 미친다고 하였고, 이미리(2003)는 청소년들이 적극적 여가활동(높은 수준의 신체적·심리적 에너지를 요하는 활동으로 일반적인 청소년활동이 포함됨)을 할 때 행복감을 가장 많이 느낀다고 하였다. 국내 여러 선행연구에서도 청소년의 수련활동, 자원봉사나 동아리활동 참여가 주관적 안녕감을 향상시키는 것으로 나타났다(김윤나, 박옥식, 2009; 도중수, 2011; 이홍직, 2016; 정준교, 2005; 진은설, 2013; 함승우, 2016; 현정혁, 홍준희, 이현영, 2010).

한편, 대학생의 행복을 현상학적으로 규명한 연구에서는 대학시절 봉사 및 동아리 등 다양한 활동을 통한 행복 경험의 장이 마련되어야 한다고 하였다(김민경, 2011). 또한 대학생들의 스포츠 활동 참여가 대학생활 적응과 만족, 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고(박관도, 김학덕, 2017), 자원봉사활동은 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치고(김욱, 2017), 대학생의 동아리활동이 학교생활적응유연성에 영향을 미치는 것으로 나타났다(고수현, 이지영, 2013). 이에 청소년활동은 대학생의 주관적 행복감에 영향을 미칠 수 있음을 추측해 볼 수 있다.

## 2. 청소년활동과 대학생의 자아존중감

자아존중감은 개인의 사회생활적응 및 건강한 인격발달과 자아실현에 중요한 요소로서, 자기 자신과 주변의 객관적인 환경요소들에 대한 주관적 경험을 통해 형성된다(김선희, 김창현, 2009). 자아존중감의 개념에 대해 Rosenberg(1979)는 자신에 대해 갖는 “전반적인 긍정적 또는 부정적 태도”라고 정의하였으며, 자기수용(self-acceptance)와 자기존경(self-respect), 그리고 자신이 가치 있다고 느끼는 감정 등을 의미한다(박미현, 2008). 자아존중감의 형성과 변화 및 발달은 인생의 전 과정에 걸쳐 진행되지만 청소년기가 중요한 이유는 자아에 대한 인식과 평가가 다른 발달단계보다도 이 시기에 더 활발하고, 낮은 자아존중감으로 인한 폐해가 가장 심각하기 때문이다(류시영, 강방훈, 2012).

이러한 청소년기의 자아존중감에 청소년활동이 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(박봉규, 김규희, 2008; Barret & Greenaway, 1995). 미국캠핑협회(2004)는 캠프활동이 청소년의 자아존중감, 사회적 만족감 등에 유효한 의미가 있다고 하였고(ACA, 2004), 중단연구에서 청소년의 사회봉사활동의 참여가 자아존중감을 높이는데

긍정적 효과가 있다고 하였다(이성은, 2009). 이외에도 국내의 여러 선행연구에서 청소년활동 중 자원봉사활동, 체험활동 참여가 청소년의 자아존중감 향상에 영향을 미친다고 보고하고 있다(박성복, 김규희, 2008; 문성호, 문호영, 2009; 류시영, 강방훈, 2012; 송진영, 최영란, 2016).

또한 청소년활동은 대학생의 자아존중감에도 영향을 미칠 수 있다. 선행연구에서 자원봉사활동은 대학생의 자아존중감을 향상시키는 것으로 나타났고(김옥, 2016), 여가 스포츠활동이 대학생의 자아존중감에 영향을 미치는 것으로 나타났다고(고연화, 2009). 이러한 연구들은 청소년활동이 대학생의 자아존중감에 영향을 미칠 수 있음을 시사한다.

### 3. 청소년활동, 대학생의 자아존중감 및 주관적 행복감

청소년의 자아존중감은 행복감과 밀접한 관련이 있다. 청소년의 자아존중감이 높을수록 행복감이 높아지며(조계화, 2011), 주관적 건강, 자아존중감 등이 청소년의 행복감에 직·간접적인 영향을 미친다고 하였다(권세원, 이애현, 송인한, 2012). 또한 청소년의 여가활동 참여는 자아존중감을 증진시킴으로써 주관적 안녕감에 직접적으로 영향을 주고(차경호, 2004), 청소년활동 만족도가 자아존중감을 매개로 주관적 행복감에 영향을 미치는 것으로 나타났다(김정민, 송수지, 2017). 따라서 청소년활동은 자아존중감을 매개로 행복감에 영향을 미칠 수 있다.

대학생의 경우에는 청소년활동, 자아존중감과 관계에 관한 연구가 미비하다. 그러나 관련된 선행연구를 살펴보면, 자원봉사활동이 청소년기 발달에 미치는 중단 연구에서 자원봉사활동은 대학생의 삶에 만족도를 크게 개선시키는 역할을 하는 것으로 나타났고(허성호, 정태연, 2010), 또한 대학생의 여가활동은 자기효능감, 생활만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다(이려정, 2011). 또한 앞에서 살펴본 바와 같이 대학생의 청소년활동이 자아존중감에 영향을 미치고(고연화, 2009; 김옥, 2016), 대학생의 자아존중감은 행복감에 영향을 미치는 것으로 나타났다(박희수, 문승연, 2014; 조금이, 박현숙, 2011).

이러한 연구결과를 토대로 볼 때 청소년활동은 대학생의 자아존중감과 행복감을 증진하는데 영향을 미치며, 자아존중감도 대학생의 행복감을 증진하는데 영향을 미치는 요인임을 확인할 수 있어, 궁극적으로 청소년활동과 대학생의 행복감의 관계에서 자

아존중감의 매개효과를 추측해 볼 수 있다.

### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 연구대상

본 연구는 대학생들의 청소년기인 고등학생 시기의 청소년활동 경험이 그들의 현재 주관적 행복감에 어떤 영향을 미치는 지 파악하기 위하여 수도권 지역의 한 전문대학교의 청소년 전공 교과목을 이수하는 재학생들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 이들의 청소년기 중 고등학생 시기(17-19세)에 참여한 청소년활동 경험과 주관적 행복감, 자아존중감 등을 조사하였다. 조사도구는 한국청소년정책연구원에서 실시한 청소년활동참여 실태조사 연구Ⅱ(2015)에서 사용한 조사도구를 대학생 질문지로 수정하여 활용하였다(최창욱, 문호영, 김진호, 2015). 조사는 총 3차에 걸쳐 이루어졌으며, 1차는 2016년 10월에 설문지 180부를 배포하여 이중 부실 응답 23부를 제외한 157부를 수집하였고, 2차는 2017년 4월에 동일 과목의 신규 수강자에게 80부를 배포하여 부실 응답 8부를 제외한 72부를 수집하였으며, 3차 는 2018년 4월에 동일 과목의 신규 수강자들에게 70부를 배포하여 이중 부실응답 10부를 제외한 60부를 수집하였다. 3차에 걸쳐 수집된 289부를 최종분석에 사용하였다.

#### 2. 측정도구

본 연구에서는 한국청소년정책연구원 청소년활동 실태조사 연구Ⅱ(2015)에서 사용한 연구도구를 사용하여 청소년기 청소년활동경험, 자아존중감, 주관적 행복감을 측정하였다. 각 변수별 측정도구에 대한 구체적인 사항은 다음과 같다.

##### 1) 고등학생 시기 청소년활동 경험

청소년활동의 영역별 경험은 9가지 영역으로 여성가족부(2014) 인증수련활동 영역별 분류를 토대로 구성되었다. 건강·보건활동, 과학정보활동, 교류활동, 모험개척활동, 문화예술활동, 봉사활동, 진로탐색 및 직업체험활동, 환경보존활동, 자기(인성)계발활동

동 등 9가지 영역으로 구분하고, 각 영역별로 활동의 참여여부를 질문하였다. 각 문항은 고등학교 시기(17~19세)에 '참여한 적 없음', '참여한 적 있음'(1~2번, 3~4번, 5번이상)으로 측정하였다. 본 연구는 청소년활동을 '참여한 적 있음'의 점수를 합산하여 사용하였다. 청소년활동에 대한 Cronbach's Alpha는 .831로 분석되었다.

## 2) 주관적 행복감

주관적 행복감은 한국방정환재단과 연세대학교 사회발전소(2010)가 어린이·청소년의 주관적 행복을 측정하기 위해 활용한 6개 문항에 1개의 단일문항을 추가하여 사용한 한국청소년정책연구원의 실태조사 연구Ⅱ(2015)의 문항을 사용하였다. 5점 척도로 구성되었으며, 1문항을 역채점 한 후 점수가 높을수록 주관적 행복감이 높은 것으로 해석되었다. 척도의 Cronbach's Alpha는 .810로 나타났다.

## 3) 자아존중감

자아존중감 척도는 Rosenberg(1965)의 척도를 사용했다. 척도는 총 10문항이며, 이 중 5문항은 역문항으로 구성되었다. 5점 척도로 구성되었으며, 역문항 변환 후 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 나타낸다(임희진, 송병국, 2014). 척도의 Cronbach's Alpha는 .813로 나타났다.

## 4) 통제변수

대학생의 주관적 행복감은 선행연구에서 성별에 따라 차이를 보였는데, 남학생이 여학생보다 주관적 행복감이 높았다(이선희, 정복례, 김순희, 2015). 또한 학년별 차이를 보였는데, 고학년이 저학년보다 유의하게 주관적 행복감이 낮아 이는 학년이 올라갈수록 청소년기에서 성인기로 이행하면서 감소하는 것으로 나타났다(이선희, 정복례, 김순희, 2015). 따라서 본 연구에서는 성별과 학년을 통제변수로 사용하였다.

## 3. 분석방법

분석방법은 SPSS 19.0을 이용하여 조사대상자의 일반적 특성에 대해 빈도분석, 주요 변수들의 점검을 위해 기술통계를 실시하였고, 변인 간 관계를 살펴보기 위해 상관분석을 실시하였다. 또한 Baron & Kenny(1986)가 제시한 절차에 따라서 위계적



회귀분석을 실시함으로써 매개효과를 살펴보았으며, Sobel test를 실시하여 매개효과의 유의성을 검증하였다.

## IV. 분석결과

### 1. 조사대상자의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성은 <표 1>에서와 같다. 성별은 남 26.6%, 여 73.4%이었으며, 학년은 대학교 1학년 73.4%, 2학년 14.2%, 3학년 12.5%로 나타났다.

<표 1> 조사대상자의 일반적 특성

구분		빈도(명)	백분율(%)
성별	남	77	26.6
	여	212	73.4
	합계	289	100.0
학년	1학년	212	73.4
	2학년	41	14.2
	3학년	36	12.5
	합계	289	100.0

### 2. 주요변수의 기술통계 및 상관관계

주요변수의 기술통계 실시 결과(<표 2>), 본 연구의 왜도의 절대값이 3을 넘지 않으며, 첨도의 절대값이 10을 넘지 않아 각각 정규분포성 조건을 충족시켰다(Kline, 2015).

주요변수들 간의 Persons 상관분석을 실시한 결과(<표 3>), 종속변수인 주관적 행복감과 자아존중감, 고등학생 시기 청소년활동 간에는 정적으로 유의한 상관관계를 나타냈다.

<표 2> 주요변수의 기술통계

	최소값	최대값	평균	표준편차	왜도	첨도
청소년활동	0	93.0	31.10	18.79	.791	.264
주관적행복감	11.0	35.0	24.70	4.40	.032	.078
자아존중감	17.0	49.0	34.20	6.05	.127	.006

〈표 3〉 주요변수간 상관관계

	청소년활동	주관적행복감	자아존중감
청소년활동	1		
주관적행복감	.214***	1	
자아존중감	.161**	.660***	1

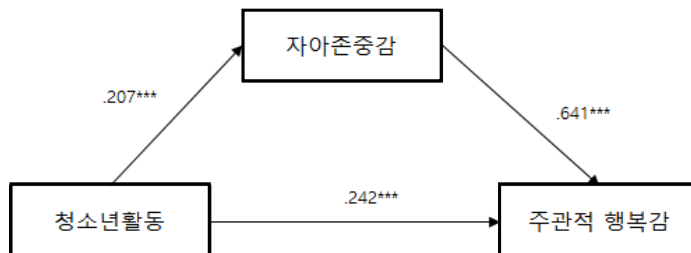
\*\*p<0.01. \*\*\*p<0.001

### 3. 청소년활동과 주관적 행복감과의 관계에서 자아존중감의 매개효과

조사대상자의 청소년활동과 주관적 행복감과의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 살펴보았다. 분석결과는 〈표 4〉, [그림 2]와 같다.

〈표 4〉 청소년활동과 주관적 행복감과의 관계에서 자아존중감의 매개효과

단계		B	S.E	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
1단계 독립 → 매개	성별	-2.724	.793	-.199	-3.436**	.082	8.503***
	학년	1.529	.508	.177	3.009**		
	청소년활동	.067	.019	.207	3.566***		
2단계 독립 → 종속	성별	-1.445	.581	-.145	-2.488*	.070	7.196***
	학년	.608	.372	.097	1.633		
	청소년활동	.057	.014	.242	4.144***		
3단계 독립,매개 → 종속	성별	-.173	.457	-.017	-.378	.448	57.560***
	학년	-.106	.292	-.017	-.363		
	청소년활동	.026	.011	.109	2.371*		
	자아존중감	.467	.033	.641	13.941***		



[그림 2] 청소년활동과 주관적 행복감과의 관계에서 자아존중감의 매개효과

자아존중감의 매개효과 분석을 위해 Baron & Kenny(1986)가 제시한 방식에 따라 3단계 분석을 실시하였다. 1단계에서 청소년활동이 매개변수인 자아존중감에 미치는 영향을 살펴본 결과, 청소년활동은 자아존중감에 정적으로 유의한 영향( $\beta=.207$ ,  $p<.001$ )을 미치는 것으로 나타났다. 2단계에서는 청소년기 청소년활동이 대학생의 주관적 행복감에 미치는 영향이 유의한지 살펴보았다. 분석결과, 청소년기 청소년활동은 대학생의 주관적 행복감에 정적으로 유의한 영향( $\beta=.242$ ,  $p<.001$ )을 미치는 것으로 나타났다. 마지막으로 3단계에서는 청소년활동과 자아존중감이 주관적 행복감에 미치는 영향이 유의한지 살펴본 결과, 청소년활동이 정적으로 유의한 영향( $\beta=.109$ ,  $p<.05$ )을 미치는 것으로 나타났으며, 자아존중감도 정적으로 유의한 영향( $\beta=.641$ ,  $p<.001$ )을 미치는 것으로 나타났다. 청소년활동과 주관적 행복감의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 살펴본 결과, 3단계 청소년활동의 표준화계수( $\beta$ )가 .109로 유의하긴 하지만 2단계의 청소년활동의 표준화계수 .242보다 감소하였다. 이는 자아존중감이 청소년활동과 주관적 행복감과의 관계를 부분매개 한다고 볼 수 있다. 또한 자아존중감의 부분매개효과가 통계적으로 유의한지 검증하기 위하여 Sobel test를 실시한 결과, Z값은 3.422로  $p<.001$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 즉 자아존중감은 청소년기 청소년활동과 대학생의 주관적 행복감과의 관계에서 부분매개효과가 있으며, 유의성도 검증되었다.

## V. 결론

본 연구의 목적은 청소년기 중 고등학생 시기에 참여한 청소년활동 경험이 자아존중감을 매개로 대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는지를 알아보고자 하였다. 연구결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 고등학생 시기 청소년활동 경험은 성별과 학년을 통제하고도 대학생의 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 고등학생 시기의 청소년들이 다양한 청소년활동에 많이 참여 할수록 대학생의 주관적 행복감을 높이는데 영향을 미칠 수 있어, 이 시기의 청소년활동의 참여를 증진할 수 있는 방안을 모색하는 것이 필요하다. 청소년들에게 가장 중요한 것 중 하나는 성인으로서의 행복한 삶을 살아갈 수 있도록 필요한 구성요소를 잘 갖추도록 돕는 것이라고 할 수 있다. 따라서 성인기에 행복한 삶을 영위하도록 돕기 위해 청소년기 다양한 청소년활동 경험을 증진

하는 것은 중요하며, 본 연구를 통해 이러한 청소년활동의 가치가 증명되었다는 점에서 중요한 의의가 있다.

둘째, 고등학생 시기 청소년활동 경험이 대학생의 주관적 행복감과의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 살펴보았다. 성별과 학년을 통제하고 살펴본 결과 고등학생 시기의 청소년활동 경험은 대학생의 주관적 행복감에 직접적인 영향을 미치며, 자아존중감을 통해 간접적인 영향도 미치는 것을 확인하였다. 즉 고등학생 시기에 경험한 청소년활동은 성인기의 주관적 행복감 강화에 직접적인 도움이 될 뿐만 아니라, 자아존중감을 증진시킴과 동시에 이를 통해 주관적 행복감의 강화에도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 고등학생 시기의 청소년활동의 경험이 성인기의 한가지 영역에만 영향을 미치는 것이 아니라 여러 역량에 영향을 미치고 역량 간 상호관계를 유지할 수 있다는 점을 나타낸다고 할 수 있다(이시연, 강현아, 2018). 따라서 성인기의 보다 다양한 역량 강화를 위해서는 고등학생 시기의 다양한 청소년활동을 경험할 수 있는 기회가 보다 많이 제공되어야 하며, 이 시기의 청소년활동의 활성화를 위해 유용한 토대를 구축하고, 제도를 개선하는 것이 필요하다.

이러한 논의를 토대로 고등학생 시기 청소년활동의 활성화를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 고등학생 시기의 청소년활동을 활성화하기 위해서는 막연히 청소년활동이 청소년발달과 성장에 도움이 된다는 추상적인 개념으로 접근하기보다 성인기에 필요한 역량 개발의 중심으로 제시되는 것이 필요하다. 성인기 삶에 필요한 역량 개발을 위하여 자신이 해야 할 일에 대해서 분명한 목적과 동기를 가지고 있다면 획득하는 성과는 증가할 수 있으며, 자신의 부족한 역량을 깨닫고 청소년활동에서 이를 보완해준다는 점을 지각하면 청소년활동을 하는 동기가 더욱 강화될 수 있다. 또한 청소년활동 동시절에서도 사전에 청소년들의 역량을 진단하고 이를 보완하면서 부족함을 채워주는 전문성 높은 프로그램을 제시함으로써 어떠한 프로그램이든 청소년들의 역량을 개발하는 데 초점을 둔 청소년활동으로 인식할 수 있도록 지도하는 것이 필요하다.

둘째, 청소년기의 발달과정을 고려한 청소년활동 프로그램의 개발과 이를 도울 수 있는 매뉴얼이 제시되어야 한다. 청소년활동에 대한 효과는 성별과 학년에 따라 차이를 나타내었으며(안병환, 김창현, 2006), 본 연구에서도 성별과 학년은 대학생의 자아존중감에 영향을 미치며, 특히 성별은 대학생의 주관적 행복감에도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 청소년활동 과정에서 개인적으로 받아들이는 지각의 차이가 남녀 또는 학년별로 다르다는 것을 나타내는 것으로써, 프로그램 개발 시 이에 대한

고려가 필요함을 나타낸다고 할 수 있다. 즉, 청소년활동이 더욱 효과적이 되기 위해서는 각 시기별, 내용별로 발달의 특성이 다르게 나타나고, 자아이해에 관한 사고발달, 문제행동의 특성 등 참여 청소년 특성에 기초하여 이들의 욕구와 특성이 잘 반영된 프로그램이 개발되는 것이 필요하다. 또한 이러한 청소년의 특성에 따라 어떠한 프로그램을 개인별로 실시하는 것이 적절한지에 대한 판단의 근거 마련과 이를 제시하는 매뉴얼을 통해 좀 더 체계적인 접근이 이루어지도록 도와야 한다.

셋째, 청소년활동의 학교중심프로그램 개발과 효과성 입증에 필요하다. 고등학생 시기의 청소년활동의 강화를 위해서는 학교에서의 프로그램 강화를 통해 접근성을 높여야 하며, 구체적 효과성이 제시될 수 있어야 한다. 이러한 프로그램은 청소년활동의 기록 관리에도 도움이 됨으로써 입학사정관제에 필요한 자기소개서 작성에도 도움이 될 수 있다. 고등학생에 적합한 수련활동의 제시와 운영이 필요하고, 참여 후 어떠한 역량이 개발되었는지를 확인할 수 있는 개인별 평가가 구체적으로 제시될 필요가 있다. 학교 내에서 이루어지는 활동을 강화하기 위해서는 활동의 내용과 질적인 평가에도 많은 관심을 기울여야 한다. 또한 개별적 활동을 위해서는 학교와 활동시설과의 연계활동이 더욱 심화되어야 한다. 특히 학교의 특색과 지역사회의 연계를 강화하여 학생이 장점을 최대한 살려 도움을 주는 활동을 만드는 노력이 강화되어야 한다. 학교별 특성화 프로그램은 타 학교의 학생과 차별화가 가능하며, 동시에 학생이 학교에서 다양한 경험을 갖게 하고, 이를 통해 자신의 진로를 탐색할 수 있는 기회를 얻을 수 있다. 교과와 관련된 프로그램뿐만 아니라 인성교육과 생활지도, 진로지도 등을 위한 다양한 프로그램을 개발하면서 학교에서 운영되는 여러 가지 형태의 체험 활동 기회를 적극 활용하되 방과 후 학교운영, 계발활동 활성화, 다양한 진로탐색기회 제공, 독서활동 강화 등에서 보다 전문적이고 계획적인 협의와 노력을 통해 프로그램의 질적인 발전을 모색해야 한다.

넷째, 청소년활동의 효율적 운영을 위한 운영기관 간 체계적 협력이 강화되어야 한다. 지금까지 청소년단체나 시설들은 지역에서 단체나 규모가 서로 비슷할 경우 상호 협조와 지원의 협력적 관계 구축이 다소 미흡하였다. 지역사회에서 청소년활동을 연합하여 시너지 효과를 높이기 위해서는 개별 시설이나 단체에 부족한 역량을 타 시설이나 단체에서 보완하고, 서로의 전문성을 보장받고 특성과 네트워크를 강화하는 방안에 대해 고민해야 한다. 청소년활동 시설 간 네트워크만이 아니라 지역사회복지협의체, 교육복지 네트워크, 공공기관이나 기업 등 다양한 특성의 시설 및 기관과의 연계협력력을 통해 청소년활동 규모를 전체적으로 키우고, 지역 내 청소년들이 쉽게 접근

할 수 있는 방안을 마련하는 것이 매우 필요하다. 이러할 때 청소년활동에 대한 접근성과 효율성이 더욱 증대될 수 있다.

그러나 본 연구는 대상선정에 있어 청소년 관련 교과목을 이수하는 학과 학생들을 대상으로 한정된 점과 한 전문대학교에서만 자료를 수집한 점으로 이를 대학생 전체에 일반화하는데 한계가 있다. 또한 청소년활동에 영향을 미칠 수 있는 다양한 통제변수를 사용하지 못하고, 학년과 성별만을 사용한 점과 대학생의 고등학생 시기 청소년활동 경험을 회색적(retrospective) 측정방식을 취한 점은 본 연구의 한계점이라고 할 수 있다.

따라서 후속 연구에서는 다양한 전공과 4년제 대학을 비롯하여 전체 대학생을 대표하는 조사대상자 선정과 다양한 인구사회학적 변인에 대한 조사를 바탕으로 변인간의 관계를 규명하는 것이 필요하다. 특히 청소년기의 활동경험이 성인기에 지속되는지 여부와 효과를 파악하기 위해 종단연구 등의 후속연구가 필요하다.

이러한 연구의 한계점에도 불구하고 청소년기 청소년활동의 경험이 이후 성인기에 어떠한 영향을 미치는지를 설명하고자 함으로써 청소년기의 청소년활동의 중요성과 효과성을 설명하는 실증적인 자료를 제공하였다는데 의의가 있다. 본 연구 결과를 바탕으로 다양한 연령의 청소년들이 참여할 수 있는 청소년활동 프로그램이 개발되고 보급될 수 있는 지역사회 청소년 정책방향 설정에 기초자료가 될 것으로 기대된다.

## 참고문헌

- 고수현, 이지영(2013). 대학생의 동아리활동이 학교생활적응유연성에 미치는 영향. 복지상담교육연구, 2(1), pp.35-51.
- 고연화(2009). 대학생들의 여가 스포츠활동이 자기신체평가와 자아존중감에 미치는 영향. 교원교육, 25(3), pp.329-343.
- 권세원, 이애현, 송인한(2012). 청소년 행복감에 관한 연구:청소년탄력성모델(Adolescent Resilience Model)의 적용. 한국청소년연구, 65, pp.39-72.
- 권일남, 김태균, 최진이, 이상경(2014). 청소년활동론: 역량개발중심. 서울:학지사.
- 김민경(2011). 대학생의 “행복경험”에 대한 현상학적 연구. 청소년학연구, 18(10), pp.1-34.
- 김선희, 김창현(2009). 청소년의 여가활동유형별 참여정도와 자아존중감, 자기효능감과의

- 관계. 한국사회체육학회지, 36(36), 425-436.
- 김욱(2017). 자원봉사가 대학생의 자아존중감, 자아통제감 및 삶의 만족도에 미치는 효과. 청소년학연구, 23(5), pp.505-528.
- 김윤나, 박옥식(2009). 청소년활동의 효과에 관한 비교 분석. 청소년복지연구, 11(1), pp.79-99.
- 김정민, 송수지(2017). 청소년활동 만족도가 주관적 행복감에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과를 중심으로. 학습자중심교과교육연구, 17(20), pp.359-373.
- 김희정(2009). 대학생의 긍정적 정서, 몰입, 삶의 의미가 행복감에 미치는 영향. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 도중수(2011). 청소년자원봉사활동이 주관적 행복감에 미치는 영향. 청소년복지연구, 13(4), pp.21-45.
- 류시영, 강방훈(2012). 청소년의 체험활동 만족과 자아존중감, 행복감 간의 관계: 아시아태평양잼버리 참가자를 중심으로. 한국청소년연구, 23(4), pp.27-50.
- 문성호, 문호영(2009). 청소년 자원봉사활동의 실태 및 효과에 관한 비교분석. 청소년복지연구, 11(1), pp.101-120.
- 박관도, 김학덕(2017). 대학생들의 스포츠 활동 참여가 대학생활적응과 만족, 행복감에 미치는 영향. 한국웰니스학회지, 12(3), pp.278-282.
- 박미현(2008). 중년여성의 여가활동 유형에 따른 자아존중감, 여가만족 및 생활만족의 관계. 상명대학교 대학원 박사학위논문.
- 박성복, 김규희(2008). 고등학생의 자원봉사활동과 자아존중감. 복지행정논총, 18(2), pp.91-113.
- 박희수, 문승연(2014). 대학생의 자아존중감과 사회적지지가 행복에 미치는 영향-학교생활 적응의 매개효과-. 한국자치행정학보, 28(3), 197-219.
- 송진영, 최영란(2016). 고등학생의 청소년활동참여가 학교생활적응에 미치는 영향:공동체 의식과 자아존중감의 매개효과를 중심으로. 교육문화연구, 22(5), pp.179-209.
- 안병환, 김창현(2006). 청소년수련활동의 효과에 관한 연구. 한국교육논단, 5(2), pp.41-60.
- 여성가족부(2014). 청소년백서.
- 이미리(2003). 청소년기 행복감 수준의 일상 맥락변화에 따른 다양성. 한국심리학회지:발달, 16(4), pp.193-209.
- 이려정(2011). 대학생의 여가활동과 자기효능감, 생활만족도 간 영향연구. 관광레저연구,

23(7), pp.489-509.

이선희, 정복례, 김순희(2015). 대학생의 주관적 행복감에 대한 영향요인. 한국보건간호학회지, 29(1), pp.115-126.

이성은(2009). 청소년 자원봉사활동과 자아존중감의 관계에 관한 종단적 연구. 사회복지연구, 40(2), pp.101-120.

이순희, 김신정(2012). 대학생이 지각하는 스트레스와 우울 및 자아존중감. 한국보건간호학회지, 26(3), pp.453-464.

이시연, 강현아(2018). 고교시절 청소년활동이 대학생의 리더십생활기술에 미치는 영향: 자아존중감 및 행복감의 매개효과. 한국콘텐츠학회논문지, 18(4), pp.454-466.

이흥직(2016). 중고생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인: 인구사회학적 요인, 사회자본 요인을 중심으로. 생명연구, 39, pp.151~186.

임은정, 성지아(2013). 간호 대학생의 웃음지수, 자아존중감, 주관적 행복감, 삶의 질과의 관계. 전인건강과학회지, 3(2), pp.25-31.

정준교(2005). 청소년의 자원봉사와 아르바이트의 관계에 관한 연구: 여가생활 만족도, 삶의 생활만족도와 자아존중감을 중심으로. 한국청소년정책연구원, 제2회 한국청소년패널 학술대회 자료집, pp.517-541.

조금이, 박현숙(2011). 간호대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인. 한국산학기술학회논문지, 12(1), pp.160-169.

조계화(2011). 간호대학생의 행복에 관한 인식: Q방법론적 접근. 한국간호교육학회지, 17(2), pp.178-189.

진은설(2013). 청소년활동의 참여동기, 활동만족도, 적응유연성 및 행복감과의 관계. 한국청소년연구, 24(1), pp.185-217.

최창욱, 문호영, 김정주(2016). 청소년활동 참여 실태조사 연구Ⅲ. 한국청소년정책연구원.

최창욱, 문호영, 김진호(2015). 청소년활동 참여 실태조사 연구Ⅱ. 한국청소년정책연구원.

함승우(2016). 청소년수련활동 참가만족과 자아존중감이 적응유연성 및 행복감에 미치는 영향. 관광연구저널, 30(12), pp.95-108.

허성호, 정태연(2010). 자원봉사활동이 청소년기 발달에 미치는 영향. 한국청소년연구, 58, pp.143-164.

현정혁, 홍준희, 이현영(2010). 청소년의 스포츠 활동참여 정도에 따른 신체적 자기개념 및 행복요인 분석. 한국체육학회지, 49(6), pp.161-171.

ACA(2004). Youth Development Outcomes of the Experience. American



Camping Asspciations Inc.

- Baron. R. M. & Kenny. D. A. (1986). The Moderator-mediator Variable Distinction in Social Psychological Research : Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), pp.1173-1182.
- Compton, W . C. (2005). *An introduction to positive psychology*. Belmont: Thomson/ Wadsworth.
- C. D. Ryff. (1997). Experience and well-being: Explorations on domains of life and how they matter. *International Journal of Behavior Development*, 20, pp.193-206.
- Fredrickson, B. L., Tugade, M., Wauugh, C E., & Larkin, G. R. (2003). What good are emotions in crisis? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attack on the united states on september 11th 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, pp.356-376.
- Jon Barret & Roger Greenaway. (1995). *Why Adventure?: The Role and Value of Outdoor Adventure in Young People's Personal and Social Development : a Review of Research*. Foundation for Outdoor Adventure.
- Kline. R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*(4th Ed.). Mew York: The Guilford Press.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *The American Journal of Psychology*, 56(3), pp.239-249.
- Ostir, G. V., Markides, K. S., Black, S. A., & Goodwin, J. S. (2000). Emotional well-being predicts sussequent functional independence and survival. *Journal of the American Geriatrics Society*, 48, pp.473-478.
- Rosenberg, M. (1979). *Cobceiving the self*. New York: Basic Books.

## Abstract

# The Effects of Experience of Youth Activities during High School Years on Subjective Happiness of College Students : Mediating effect of self-esteem

Lee si youn

The purpose of this study was to verify the effect of youth activity experience during high school years on the subjective happiness of college students and to identify the mediating effect of self-esteem. For the purpose, I verified the youth activities during high school years of college students had experience. I also measured self-esteem, subjective happiness of the students. I surveyed 330 students and analyzed the data of 289 students. The results are as follows. First, there was a significant positive association between the experience of youth activities and subjective happiness. Second, self-esteem showed a partial mediating effect on the relationship between the youth activity and subjective happiness. Based on the results, this study suggested ways to promote youth activities that affect the subjective happiness and self-esteem of college students.

**Keyword** : youth activities, college student, subjective happiness, self - esteem

투고일 : 2019. 09. 01    심사일 : 2019. 09. 22.    게재확정일 : 2019. 9. 30.