

한국청소년문화연구소
<청소년문화포럼>VOL.80

ISSN 1975-2733(Print)/ 2713-797X(Online)

<http://dx.doi.org/10.17854/ffyc.2024.10.80.101>

청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 미치는 영향에 대한
자아존중감의 매개효과

The Effects of Satisfaction with Youth Activities on Subjective
Happiness: The Mediating Effects of Self-esteem

이 하 은•박 영 순

부산광역시청소년활동진흥센터 팀장•신라대학교 교육대학원 조교수

Lee, Haeun•Park, Youngsun

Busan Youth Service Center Team Leader•Graduate School of Education,

Silla University Assistant Professor

청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 미치는 영향에 대한 자아존중감의 매개효과¹⁾

The Effects of Satisfaction with Youth Activities on Subjective Happiness: The Mediating Effects of Self-esteem

이 하 은*²⁾·박 영 순**³⁾

Lee, Haeun*·Park, Youngsun**

국 문 요 약

본 연구에서는 청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 미치는 영향에서 자아존중감의 매개효과를 분석하고자 하였다. 이를 위하여 한국청소년활동진흥센터협회에서 실시한 「2022년 전국청소년활동정책 지표조사」를 통해 수집된 B지역 중학생, 고등학생 806명의 데이터를 활용하였다. 분석에는 SPSS 29.0과 Hayes(2017)의 SPSS Process Macro Model 4를 적용한 회귀분석 및 매개효과 검증을 위한 부트스트래핑 기법을 사용하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 청소년활동 만족감은 주관적 행복감, 자아존중감과 유의한 정적 상관관계를, 자아존중감 역시 주관적 행복감과 유의한 정적 상관관계를 나타냈다. 둘째, 청소년활동 만족감은 주관적 행복감에 유의한 영향을 미쳤으며, 자아존중감은 이러한 영향을 부분매개 하였다. 즉 청소년활동 만족감은 주관적 행복감에 직접 영향을 미치기도 하지만 청소년의 자아존중감을 통해 간접적으로도 영향을 미쳤다. 본 연구의 결과를 통해 청소년활동이 갖는 함의와 함께 후속연구를 위한 제언을 논의하였다.

주제어: 청소년활동 만족감, 주관적 행복감, 자아존중감, 매개효과

1) 본 연구는 이하은의 석사학위 논문을 수정·보완한 것임.

2) 부산광역시청소년활동진흥센터 팀장

3) 신라대학교 교육대학원 조교수, 교신저자

I. 서론

한국의 청소년은 스스로 얼마나 행복하다고 느낄까?

여러 보고서를 보면 우려스러운 수준이다. 한국방정환재단(2021)의 「2021년도 한국어린이·청소년행복지수 | 국제비교연구조사결과보고서」를 보면, 한국 어린이·청소년의 ‘주관적 행복지수’는 OECD 22개 국가 중 최하위인 22위로 나타났다. 이듬해 통계청 통계개발원(2022)이 발표한 「아동·청소년 삶의 질 2022」 보고서에서는 아동·청소년의 사망원인 1위가 자살로 나타났으며, 초록우산어린이재단(2023)의 ‘2023 아동행복지수 보고서’에서 역시 행복지수가 낮은(하 집단) 아동이 전체 조사 대상자의 87%로 압도적으로 높았다. 이러한 결과는 한국 청소년이 스스로 행복하지 않다고 인식하는 정도가 높음을 시사한다. 또한 청소년의 행복감 증진에 관한 다양한 분야의 관심과 노력이 필요함을 역설하는 것으로 이해된다.

주관적 행복감은 스스로가 행복하다고 인식하는 정도라 할 수 있으며, 주관적 안녕감으로도 해석된다(Diener, 1984). 행복감이란 정서 상태나 만족의 측면에서 개인이 경험하는 좋은 감정으로 여겨지며, 여기에는 행복감이 높은 사람들이 일반적으로 경험하는 세 가지 핵심적인 특성, 즉 삶의 만족감, 높은 긍정정서와 낮은 부정정서가 주요 요소로 포함된다(Seligman, 2002). 이들 요소는 학술연구뿐만 아니라 국제기구에서 측정하는 행복의 프레임으로도 사용되고 있다(Diener, 2000). 한국 청소년의 낮은 행복지수는 그들이 긍정정서를 덜 경험하고 부정정서는 더 경험하면서 삶의 만족도가 떨어져 주관적 행복감이 낮다는 것을 의미한다고 볼 수 있다.

주관적 행복감은 개인에게 심리적으로나 적응상의 이득을 주는 것으로 알려져 있다. 주관적 행복감이 높은 사람은 진행되는 일에 대해서 스스로 긍정적으로 평가하며, 삶의 전반에서 긍정적인 정서를 더 많이 경험한다(Myers & Diener, 1995). 반면에 주관적 행복감이 낮은 사람은 그들의 삶의 상황과 사건들을 합리적으로 평가하지 못하거나 바람직하지 않다고 여겨 불안, 우울, 분노와 같은 불쾌한 감정을 느끼기도 한다(Lyubomirsky, King, & Diener, 2005; Myers & Diener, 1995). 또한 높은 수준의 긍정정서는 삶의 에너지와 집중도를 높여주고 개인의 건강과 안녕감을 증진케 함으로써 삶의 만족감에 영향을 주나, 부정정서는 개인의 행동을 축소시키고 공격이나 도피와 같은 행동을 발생시켜 삶의 목표와 수행에 부정적 영향을 미칠 수 있다(Elliot & Thrash, 2002; Watson, Clark, & Tellegen, 1988). 이러한 관점은 청소년의 경우도 마찬가지라 할 수 있다. 주관적 행복감이 높은 청소년이 그렇지 않은 청소년보다 내재적 가치를 더 중시하며 타인을 향한 높은 신뢰감 및 사회를 긍정적으로

바라보는 시각을 가지며(신지은, 최혜원, 서은국, 구제선, 2013), 심리적 및 정서적 측면 주관적 건강 상태, 교육 성취에도 긍정적 영향을 미치는 것으로 드러났다(이상록, 김은경, 윤희선, 2015). 나아가 청소년의 주관적 행복감을 높이는 것은 그들의 물질이나 인터넷 등의 중독문제 예방에도 기여하는 것으로 밝혀졌다(박상규, 2018). 이렇듯 청소년의 높은 주관적 행복감이 가져다주는 긍정적 영향이 큰 만큼 청소년의 행복감 증진을 도모 할 방안 마련이 중요하다 하겠다.

이러한 맥락에서 청소년활동은 청소년의 행복감을 증진시키는 중요한 활동으로 주목받고 있다. 청소년활동이란 「청소년 기본법」 제3조 3호에서 “청소년의 균형 있는 성장을 위하여 필요한 활동과 이러한 활동을 소재로 하는 수련활동·교류활동·문화활동 등 다양한 형태의 활동”으로 정의하고 있다. 이와 같은 청소년활동은 진취성, 정체성 탐구 및 성찰, 정서적 학습, 팀워크 기술 개발, 지역 사회 구성원과의 유대 형성 등과 연관이 있다(Hansen, Larson & Dworkin, 2003). 청소년은 청소년활동을 통해 다양한 유형의 집단과 관계를 형성함으로써 사회화를 이루어나가게 되고 바람직한 대인관계 기술을 습득하며, 타인의 지지를 얻는 효과를 얻게 된다(권일남, 오해섭, 이교봉, 2010).

최근 청소년활동에 참여한 청소년의 높은 만족도가 그들의 행복감에 영향을 미친다는 결과가 보고되고 있다. 예를 들어, 스포츠나 운동과 같은 여가활동에 참여하는 청소년은 숙제나 비디오 게임으로 시간을 보내는 청소년보다 더 높은 행복감을 보고하였으며, 비행에도 덜 연루되는 것으로 나타났다(Gomez-Baya, Gaspar, Corrêa, Nicoletti, & Garcia-Moro, 2023; Lim & Lee, 2019). 청소년활동과 주관적 행복감의 인과관계 연구에서도 청소년의 체험활동이나 수련활동, 문화 활동 등에 참여하면서 경험하는 높은 만족감은 주관적 행복감을 예측하였다(류시영, 강방훈, 2012; 박동진, 김송미, 2021; 진은설, 2013; 함승우, 2016). 이러한 결과는 다양한 청소년활동이 청소년의 행복감 증진에 긍정적 역할을 하고 있음을 보여준다.

다양한 종류와 유형의 청소년활동에 참여함으로써 얻는 만족감이 왜 그들의 주관적 행복감에 영향을 미치는지 그 기제를 이해하는 것은 향후 청소년활동의 영향을 강화하는 데 기여하는 바 있을 것이다. 본 연구에서는 청소년활동 만족감과 주관적 행복감의 관계에서 갖는 자아존중감의 역할에 관심을 두었다. 즉 청소년활동 만족감이 자아존중감을 매개하여 주관적 행복감에 영향을 미친다고 가정해 볼 수 있겠다.

자아존중감이란 개인이 자신을 어떻게 평가하는지를 나타내는 심리적 자원이며, 자신을 가치 있는 존재로 믿는 정도를 나타내는 것으로(Rosenberg, 1979), 개인의 정서적 안정과 사회적 적응을 돕는 중요한 변수로 인식된다. 또한 자아존중감은 자기 자신의 가치 및 중요성에 대해 개인이 느끼는 정서적 평가의 개념이며, 이는 자신의 정체성에 대한 인지적 개념을

의미하는 자아개념과는 구분된다(Maddox et al., 2001). 특히 청소년기는 자신의 능력과 가치에 대한 인식과 평가가 활발하게 발달하는 시기, 즉 자아존중감 형성에 있어서 중요한 시기라 할 수 있다(Erikson, 1963). 이 시기에는 자신을 돌아보고 자신에 대한 지각과 인식을 발달시키는데 이 과정에서 타인의 평가와 반응이 큰 영향을 미친다. 일례로 많은 청소년이 SNS를 사용하면서 다른 사람이 자신에 대해 어떻게 평가하고 반응하는지 알고자 하며, 자신을 타인과 비교하거나 다른 사람의 반응이 기대와 다를 경우 부적응적인 자의식이 활성화되기도 하고 부정정서를 경험하기도 한다(박영순, 2020). 따라서 청소년기 긍정적이고 적절한 자아존중감의 발달은 무엇보다 중요하다 할 수 있겠다.

한편, 청소년은 또래 집단과 함께 어울리고 긍정적인 상호작용과 피드백이 오가는 청소년활동에 참여함으로써 자아존중감의 향상을 도모할 수 있다는 연구들이 있다(김지혜, 2012; 류시영, 강방훈, 2012; 이시연, 2019; 차한솔, 김주일, 2015). 이 연구자들은 청소년활동 참여에서 오는 만족감이 높을수록 자아존중감도 향상됨을 보여주고 있다. 특히 이시연(2019)은 청소년 시기에 다양한 집단 활동에 참여한 청소년이 이후 성인이 되어 더 높은 행복감을 보고하였는데, 이는 청소년 시기 다양한 활동 경험을 통해 자아존중감이 높아졌기 때문이라고 하였다. 또한 청소년이 봉사활동에 참여함으로써 학교생활 적응력도 좋아졌는데 이 역시 그들의 자아존중감 향상을 통해 가능했음이 드러났다(차한솔, 김주일, 2015). 이렇듯 청소년활동 경험은 참여하는 이들에게 긍정적 경험을 제공할 뿐만 아니라 자아존중감 향상에 의미 있는 영향을 주는 것으로 확인되었다.

선행연구를 통해 청소년활동은 참여하는 청소년에게 높은 만족감을 줄수록 그들의 행복감을 높여주며, 자아존중감의 향상에도 긍정적 영향을 주는 것으로 이해될 수 있다. 그리고 자아존중감이 높은 청소년일수록 자신의 가치를 긍정적으로 인식하며, 이는 주관적 행복감으로 이어질 가능성이 높다는 주장이 있다(김순규, 최혜정, 박신애, 2012; Gomez-Baya et al., 2023). 하지만 청소년활동이 주관적 행복감에 미치는 긍정적 영향을 확인한 연구에 비해 그 활동이 주는 만족감과 행복감의 과정에서 갖는 자아존중감의 영향을 살펴본 연구는 상대적으로 부족하다. 따라서 본 연구에서는 청소년활동에 대한 만족감이 자아존중감을 매개하여 주관적 행복감에 미치는 영향을 분석함으로써, 청소년활동이 갖는 함의를 실증적으로 검토하고자 한다.

이상을 종합하면, 청소년활동에 참여하여 얻는 만족감이 높을수록 청소년의 주관적 행복감도 증가한다고 볼 수 있다. 이는 다양한 활동을 통해 자신과 타인에 대한 이해와 관계성이 향상되고, 기량과 능력이 증진되는 경험이 활동 만족감으로 이어지며, 궁극적으로 개인의 행복감을 높이는 데 이바지하기 때문이다. 특히, 활동에서 얻은 높은 만족감은 개인에

대한 긍정적인 평가를 가능하게 하여 자아존중감의 향상을 가져오고, 이는 다시 주관적 행복감의 증진으로 이어질 수 있다. 즉 청소년활동 만족감이 자아존중감을 매개로 주관적 행복감에 긍정적인 영향을 미친다고 가정할 수 있다. 이시연(2019)의 연구에서도 고등학생 시기의 청소년활동 참여 경험이 자아존중감을 매개하여, 대학생이 된 이후에도 주관적 행복감의 향상으로 이어지는 것을 확인한바 있다. 이는 청소년활동 참여를 통해 얻은 만족감이 장기적으로 긍정적인 영향을 미친다는 점을 시사한다. 따라서 본 연구는 청소년활동 만족감을 독립변인으로 설정하여, 그 영향 관계를 심층적으로 분석하고자 한다. 아울러 코로나19로 인한 활동 참여 공백기 이후 청소년의 활동 참여에 대한 주관적인 자기보고 내용을 살펴보고자 하였다. 본 연구는 청소년활동이 청소년의 행복감을 증진하는 주요 요인임을 규명하고, 그 과정에서 자아존중감이 어떤 역할을 하는지를 탐구함으로써, 청소년활동을 통한 행복 증진 방안에 대한 구체적인 함의를 제공할 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 「2022년 전국청소년활동정책 지표조사」의 응답 자료를 활용하였다. 이 조사는 청소년활동 정책의 성과를 제시하고, 청소년활동 현장 및 청소년지도자의 방향 설정을 위한 기초 자료를 마련하고자 실시되었다. 해당 조사는 전국 17개 지역에서 중·고등학교 2학년 재학생 15,724명을 대상으로 실시되었으나, 본 연구에서는 B지역 청소년의 데이터를 중심으로 분석을 진행하였다. 이는 코로나19 위협으로 인한 비대면 수업이 이어진 가운데 본 연구자가 활동하는 지역의 청소년 특성을 구체적으로 파악할 필요성이 있었기 때문이며, 이를 통해 B지역 청소년활동의 계획 수립에 갖는 함의를 도출하고자 하였기 때문이다. 또한, 위 조사의 자료수집에 본 연구자가 직접 참여하고 B지역의 데이터를 수집할 수 있었기 때문에 데이터의 구조적 완성도를 유지하고 있어 분석의 일관성과 정확성을 확보할 수 있었다. 이러한 접근은 지역 특성에 기반한 구체적인 연구 결과를 도출하는 데 유리하며, 연구의 타당성을 높이는 데에도 유리하다고 판단하였다. 또한 이 데이터의 사용은 관련 기관의 사용 승인을 받은 후 이루어졌다.

연구대상은 B지역에 소재한 3개 중학교와 3개의 고등학교에 재학 중인 2학년 학생 전원이었다. 이 조사의 자료수집은 2022년 8월부터 9월까지 학교 교사의 협조를 통해 자기보고식

서면 설문지를 우편으로 배포하고, 응답 완료된 설문지를 다시 우편으로 회수하는 방식으로 이루어졌다. 총 1,301명의 설문지가 회수되었으며, 이 중 청소년활동 참여 경험이 없어 만족도에 응답하지 않은 219명과 거주지역이 다른 6명의 설문지를 제외하고 전체 806명의 자료가 분석에 사용되었다. 정리하자면, 청소년활동 유형 10가지 중 한 개 이상의 청소년활동에 참여한 경험이 있어 만족도에 응답한 B지역 거주 청소년 806명을 연구대상자로 선정하였다. 응답자의 390명(48.4%)이 남자 청소년이었으며, 중학생이 406명(50.4%), 고등학생이 400명(49.6%)이었다.

2. 측정도구

1) 청소년활동 만족감

본 연구에서 사용한 청소년활동 만족감은 한국청소년활동진흥센터협회에서 실시한 「2022년 전국청소년활동정책 지표조사」의 청소년활동 참여 만족도 척도의 점수이다. 이 척도는 문성호, 문호영, 김용대(2009)의 연구에서 사용된 것을 임희진, 문호영, 정정호(2018)가 수정하여 「청소년활동 참여 실태조사 연구V」에서 사용한 것이다.

임희진 외(2018)는 「청소년활동 참여 실태조사 연구V」에서 청소년활동을 10가지 영역(문화/예술 관련 활동, 과학/정보 관련 활동, 모험/개척 관련 활동, 자원봉사 활동, 직업/진로 관련 활동, 국제 교류 활동, 건강/보건 관련 활동, 환경 보존 관련 활동, 기타 청소년 참여 활동)으로 구분하였다. 본 연구에서는 조사 시점 기준 최근 1년간(2021년 8월~2022년 8월), 이들 중 한 가지 이상의 활동 영역에 참여한 청소년의 활동 만족도를 측정하였다.

해당 척도는 청소년활동 만족도를 묻는 5개의 문항으로 구성되어 있으며(예: 청소년활동의 내용이 흥미롭고 유익했다, 청소년활동을 지도한 선생님의 전문성에 대해 만족한다) 5점 리커트 방식(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)으로 평정하도록 되어 있다. 임희진 외(2018)의 연구에서의 척도의 신뢰도 Cronbach α 는 .92로 나타났으며, 본 연구에서의 Cronbach α 는 .95로 나타났다.

2) 주관적 행복감

본 연구에서 사용한 주관적 행복감은 한국청소년활동진흥센터협회에서 실시한 「2022년 전국청소년활동정책 지표조사」의 주관적 행복감 척도의 점수이다. 이 척도는 유니세프가 행복지수를 측정하는 6개 문항(건강, 학교생활, 삶의 만족, 소속감, 어울림, 외로움을 묻는)으로, 2021년 한국방정환재단이 「한국 어린이·청소년 행복지수 국제 비교연구 조사」에서

사용한 것이다. 5점 리커트 척도(1=전혀 아니다, 5=매우 그렇다)로 평가하도록 되어 있으며, 외로움 문항은 역채점하여 분석하였다.

특히, 본 연구에서는 코로나19 팬데믹 시기에 비대면 또는 혼합방식(비대면과 대면 방식의 혼합)으로 청소년활동이 이루어진 상황을 고려하였다. 이러한 상황 속에서 주관적 행복감을 측정하였기 때문에, 코로나 시기의 특수한 상황에서 청소년이 느끼는 소속감과 어울림 등 대인 관계적 요소들이 기존 방식과는 다르게 반영되었을 가능성을 염두에 두었다. 이로 인해, 비대면 상황이 청소년의 행복감에 미치는 영향을 이해하는 데 있어 중요한 배경 정보로 작용할 수 있다. 한국방정환재단(2021)의 연구에서는 신뢰도가 보고되어 있지 않으나, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach α 는 .81로 나타나, 송지준(2020)이 제안한 Cronbach α 값 .60 이상의 기준을 충족하여 신뢰도가 양호한 것으로 판단되었다.

3) 자아존중감

본 연구에서 사용한 자아존중감은 한국청소년활동진흥센터협회에서 실시한 「2022년 전국청소년활동정책 지표조사」의 자아존중감 척도의 점수이다. 이 척도는 Rosenberg(1965)가 개발한 문항을 변안한 것으로, 임희진, 송병국, 안지선(2014)이 사용한 것을 그대로 활용하였다. 전체 문항은 긍정적인 자아인식을 나타내는 5문항(예, 나는 내가 다른 사람들처럼 가치 있는 사람이라고 생각한다), 부정적인 자아인식을 나타내는 5문항(예, 나는 가끔 나 자신이 쓸모없는 사람이라는 느낌이 든다)으로 구성되어 있다. 4점 리커트 척도(1=전혀 아니다, 5=매우 그렇다)로 평가하도록 되어 있으며, 부정적 자아인식을 나타내는 문항은 역채점하여 전체 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. 임희진 외(2014)의 연구에서의 척도의 신뢰도 Cronbach α 는 .85이었으며, 본 연구에서의 Cronbach α 는 .83이었다.

3. 자료분석

본 연구에서는 청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 미치는 관계에서 자아존중감의 매개효과를 알아보기 위하여, 한국청소년활동진흥센터협회에서 실시한 「2022년 전국청소년활동정책 지표조사」에서 수집된 B지역 806명의 설문조사 결과를 분석에 활용하였다. 분석에는 SPSS 29.0 통계프로그램을 활용하였으며, 구체적인 분석 절차는 다음과 같다. 첫째, 연구대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실행하였다. 둘째, 각 변수의 특성과 자료의 분포를 확인하기 위해 기술통계를 실시하고 각 변수의 최솟값, 최댓값, 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 값을 산출하였다. 셋째, 독립변수인 청소년활동 만족감, 매개변수인 자아존중감,

종속변수인 주관적 행복감 간의 상관성을 검증하기 위하여 Pearson의 상관관계를 산출하였다. 넷째, 청소년활동 만족감이 자아존중감을 매개로 하여 주관적 행복감에 미치는 영향력을 검증하기 위해 Hayes(2017)의 SPSS Process(v.3.3) Macro 모델 4를 적용하여 매개분석을 실행하였다. 이 분석에서는 위계적 회귀분석과 함께 간접효과의 유의성을 나타내는 부트스트래핑(Bootstrapping) 분석이 동시에 이루어진다는 이점이 있다. 부트스트래핑은 신뢰구간 95% 수준에서 5,000회로 검증하였으며, 여기서 간접효과 추정치에 대한 하한값과 상한값 사이에 0이 포함되지 않아 간접효과는 통계적으로 유의한 것으로 해석할 수 있다.

III. 연구결과

1. 주요 변인의 기술통계 및 상관관계

본 연구에서 사용한 주요 변수인 청소년활동 만족감, 주관적 행복감, 자아존중감의 일반적인 특성을 알아보기와 기술통계 분석을, 변수 간 상관성을 알아보기 위해 상관분석을 실행하였다. 그 결과는 <표 1>과 같다. West, Finch와 Curran(1995)은 각 변수의 왜도는 절댓값 '2'이하, 첨도는 '7'이하이면 자료의 정규분포 기준을 충족한다고 제안하였다. 본 연구에서 사용된 변수는 모두 이 가정을 충족하는 것으로 나타났다.

<표 1> 주요 변인의 기술통계 및 상관관계 결과 (N=806)

	①	②	③	왜도	첨도
① 청소년활동 만족감	1			-.384	-.355
② 자아존중감	.169**	1		-.406	-.355
③ 주관적 행복감	.625**	.251**	1	.002	-.507
최솟값	2.000	1.000	1.000		
최댓값	5.000	5.000	4.000		
M(SD)	3.881(.774)	3.766(.872)	2.959(.519)		

** $p < .01$

다음으로 청소년활동 만족감, 자아존중감, 주관적 행복감 간의 상관관계를 확인한 결과, 청소년활동 만족감은 주관적 행복감과 유의한 정적 상관관계를($r=.169, p<.01$), 자아존중감과도 유의한 정적 상관관계를 보였다($r=.251, p<.01$). 이는 청소년활동 만족감이 높을수록 주관적 행복감과 자아존중감이 높아짐을 의미한다. 매개변인으로 설정한 자아존중감과 종속변수인

주관적 행복감 역시 유의한 정적 상관관계를 보였다($r=.625, p<.01$). 이는 자아존중감이 높을수록 주관적 행복감도 높아짐을 의미한다. 따라서 청소년활동 만족감과 자아존중감, 청소년활동 만족감과 주관적 행복감, 자아존중감과 주관적 행복감 간 선형성이 모두 확보되었다. 또한 각 변수 간 상관관계 계수가 .625 이하로 나타나 자기상관의 문제 역시 없다고 판단할 수 있다(이일현, 2015).

2. 자아존중감의 매개효과 검증

청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 미치는 관계에서 자아존중감의 매개효과를 검증하기 위하여 Hayes(2017)의 SPSS Process(v.3.3) Macro 모델 4를 이용하였다. 그 결과는 <표 2>와 같다.

<표 2> 자아존중감의 매개효과 검증 결과

단계	독립변인	종속변인	B	β	SE	t	F	R ²
1	청소년활동 만족감	주관적 행복감	.222	.251	.030	7.340***	53.872	.063
2	청소년활동 만족감	자아존중감	.101	.169	.021	4.855***	23.567	.029
3	청소년활동 만족감	주관적 행복감	.133	.149	.024	5.442***	281.656	.412
	자아존중감		.893	.600	.041	21.852***		

*** $p < .001$

매개효과 검증의 1단계에서 청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 미치는 회귀모형이 통계적으로 유의하였으며($F=53.872, p<.001$), 이 모형의 설명력은 6.3%로 나타났다. 독립변인인 청소년활동 만족감은 종속변인인 주관적 행복감에 유의하게 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며($\beta=.251, p<.001$), 이는 청소년활동 만족감이 높으면 주관적 행복감도 높아짐을 의미한다. 2단계에서 자아존중감에 대한 청소년활동 만족감의 회귀모형도 통계적으로 유의하였고($F=23.567, p<.001$), 이 모형의 설명력은 2.9%로 나타났다. 청소년활동 만족감은 자아존중감에 정적으로 유의한 영향을 미쳤으며($\beta=.169, p<.001$), 이는 청소년활동 만족감이 높아지면 자아존중감도 높아짐을 보여준다. 마지막으로 3단계에서 주관적 행복감에 대한 청소년활동 만족감, 자아존중감의 회귀모형도 유의하였으며($F=281.656, p<.001$), 모형의 설명력은 41.2%로 나타났다. 이 단계에서 주관적 행복감에 대해 독립변인인 청소년활동 만족감은 유의한 정적인 영향($\beta=.149, p<.001$)을, 매개변인인 자아존중감 역시 유의한 정적인 영향

($\beta=.600, p<.001$)을 미치는 것으로 나타났다. 이때, 자아존중감을 매개변인으로 포함하지 않고 청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 미치는 영향에 비해 자아존중감을 투입한 이후에 청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 미치는 영향력이 낮아졌다($\beta=.251 \rightarrow \beta=.149$). 이는 청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 미치는 영향을 자아존중감이 부분매개한다는 것을 의미한다. 즉, 청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라, 자아존중감을 통해 간접적으로도 영향을 미침을 알 수 있다.

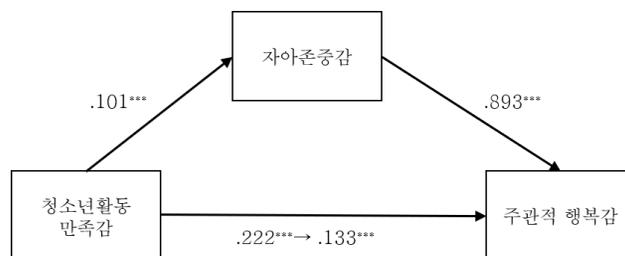
마지막으로 청소년활동 만족감과 주관적 행복감 간의 관계에서 자아존중감이 갖는 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위하여 Bootstrapping 결과를 확인하였다. 절차에 따라 5,000개의 표본을 생성하여 95% 신뢰구간에서 매개효과를 검증한 결과는 <표 3>과 같다.

<표 3> 자아존중감의 매개효과 통계적 유의성 검증

	Effect	SE	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
직접효과	.133	.024	.085	.180
간접효과	.089	.021	.048	.132
총 효과 (직접효과+간접효과)	.222	.030	.163	.282

간접효과: 청소년활동 만족감(X) → 자아존중감(M) → 주관적 행복감(Y)

분석 결과 95% 신뢰수준에서 LLCI와 ULCI 값 사이에 0이 포함되지 않아 자아존중감의 매개효과는 청소년활동 만족감과 주관적 행복감 간의 관계에서 통계적으로 유의하였다. 본 연구의 매개효과 분석 결과 모형은 <그림 1>과 같다.



<그림 1> 청소년활동 만족감과 주관적 행복감에서 자아존중감의 매개효과

IV. 결론 및 논의

본 연구는 청소년활동 참여에 대한 만족감이 청소년의 주관적 행복감에 긍정적인 영향을 미친다는 실증 연구를 바탕으로, 이 두 변수 간의 관계에서 자아존중감이 매개 역할을 하는지를 분석하는 것을 목적으로 한다. 이를 위해 한국청소년활동진흥센터협회에서 실시한 「2022년 전국청소년활동정책 지표조사」의 자료를 활용하여 B지역의 806명의 데이터를 분석에 사용하였다. 분석에는 SPSS 및 SPSS Process macro 프로그램이 활용되었다. 본 연구의 주요 결과를 바탕으로 논의한 결과는 다음과 같다.

첫째, 청소년활동 만족감은 주관적 행복감 및 자아존중감과 유의한 정적 상관관계를 보였다. 이는 청소년활동에 대한 만족감이 높을수록 주관적 행복감과 자아존중감이 높아짐을 의미하며, 이는 선행연구의 결과와도 일치한다(김순규 외, 2012; 류시영, 강방훈, 2012; 박동진, 김송미, 2021). 자아존중감 역시 주관적 행복감과 유의미한 정적 상관관계를 보였으며, 자아존중감이 높을수록 청소년의 주관적 행복감이 높아진다는 연구 결과는 Gomez-Baya et al.(2023)와 같은 선행연구와도 부합한다.

둘째, 청소년활동 만족감은 주관적 행복감에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 청소년이 다양한 활동에 참여하면서 얻게 되는 만족감이 삶의 질을 높이고, 청소년의 행복감을 증진시키는 중요한 역할을 함을 시사한다(김영서, 홍세희, 2021; 김윤나, 박옥식, 2009). 특히 봉사활동, 문화활동, 교류활동 등 다양한 경험은 청소년의 주관적 행복감에 긍정적 정서를 불어넣고, 이 과정에서 청소년의 삶의 만족도 역시 증진될 수 있다(Lim & Lee, 2019).

셋째, 본 연구는 자아존중감이 청소년활동 만족감과 주관적 행복감 간의 관계에서 부분 매개 역할을 한다는 사실을 실증적으로 확인하였다. 즉, 청소년활동 만족감은 자아존중감을 통해 주관적 행복감에 간접적으로 영향을 미친다. 이러한 결과는 청소년활동이 자아존중감을 높이는 심리적 자원으로 작용하며, 이를 통해 청소년이 더욱 높은 수준의 주관적 행복감을 경험할 수 있음을 시사한다(류시영, 강방훈, 2012; 여종일, 2022).

이러한 연구 결과는 청소년활동 만족감이 청소년에게 미치는 긍정적인 영향을 고려할 때, 청소년활동의 활성화와 양질의 청소년활동 경험 기회를 확대해야 함을 보여준다. 이상의 내용을 종합하여 살펴본 시사점은 다음과 같다.

첫째, 청소년활동 프로그램은 자아존중감 향상을 목표로 설계될 필요가 있다. 청소년이 청소년활동에 만족할수록 자아존중감이 높아지지만, 그 효과가 크지 않은 것으로 나타났다. 이는 프로그램의 운영 주체, 활동 내용, 참가자 간의 상호작용 및 피드백 등이 자아존중감

향상에 더 밀접하게 연결될 필요가 있음을 시사한다. 비록 자아존중감에 미치는 효과의 크기는 크지 않더라도, 청소년활동에 대한 만족감은 자아존중감과 행복감의 증진에 유의미한 영향을 미친다. 자아존중감은 청소년의 심리적 안정과 삶의 만족도를 높이는 중요한 요소로 작용하며, 이를 통해 청소년은 긍정적인 정서를 경험하게 된다(Branden, 2015). 또한, 임영식, 문성호, 정경은(2009)의 연구에 따르면, 인증수련활동 7가지 영역 모두에서 청소년활동 만족도와 그 효과가 정적 관계를 보였다는 결과는 본 연구의 결과를 뒷받침한다. 따라서 청소년활동 프로그램 개발 시, 청소년이 자아를 긍정적으로 인식하고 자신의 가치를 확인할 수 있는 활동을 포함하는 것이 중요하다.

둘째, 청소년활동 참여 기회를 확대하고, 양질의 활동 경험을 제공할 필요가 있다. 청소년활동은 단순한 시간 채우기 활동이 아니라, 청소년의 정서적, 사회적 발달을 돕는 중요한 수단임을 본 연구 결과가 보여주고 있다. 그러나 부산광역시청소년활동진흥센터에서 실시한 「2022년 청소년활동 요구 및 실태조사」에 따르면, 2018년과 2020년에 비해 2022년 B지역 청소년활동 만족도가 모든 영역에서 하락한 것으로 나타났다. 이를 다시 끌어올리기 위해서는 청소년, 청소년지도사, 활동 공간, 리더십 등 다양한 측면에서 접근해야 하며, 특정 대상이나 분야에 국한하지 않고 전반적인 개선 노력이 필요하다. 국가 차원에서는 청소년활동에 대한 인식을 높이고, 청소년의 다양한 요구를 반영한 프로그램을 제공하는 것이 중요하다. 또한 청소년지도자의 역량을 강화하여 청소년이 활동에 더욱 적극적으로 참여하며, 만족감을 느낄 수 있도록 해야 한다(임영식 외, 2009).

셋째, 청소년 주도 활동의 중요성을 강조할 필요가 있다. 도종수(2011)의 연구에 따르면, 청소년이 스스로 주도적으로 참여한 활동일수록 만족도가 높아지고, 이는 주관적 행복감에도 긍정적인 영향을 미친다. 따라서 청소년활동 프로그램 기획 시 청소년의 의견을 반영하고, 자율적인 참여를 독려하는 방식이 효과적일 것이다. 청소년의 주도적 참여가 높아질수록 청소년활동에 대한 만족감과 효과가 더욱 증대될 수 있다.

본 연구는 청소년활동이 청소년의 주관적 행복감에 미치는 영향을 분석하고, 자아존중감이 이 관계에서 매개 역할을 한다는 것을 실증적으로 확인한 연구로서, 다음과 같은 학문적·실천적 의의를 지닌다.

첫째, 자아존중감이 청소년의 심리적·정서적 발달에 미치는 중요한 영향을 실증적으로 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 자아존중감은 청소년이 자신의 가치를 평가하고 자신을 긍정적으로 인식할 수 있는 심리적 자원으로, 본 연구는 청소년활동이 자아존중감을 높임으로써 궁극적으로 주관적 행복감을 증진시키는 주요한 경로임을 밝혀냈다. 이는 청소년의 행복감 증진을 위한 교육 및 상담 프로그램의 기획과 설계에 중요한 기초 자료로 활용될 수

있을 것이다(Orth & Robins, 2014). 청소년활동 프로그램을 단순한 여가 활동의 차원에서 벗어나, 청소년의 자아존중감을 강화하는 심리적 지원 활동으로 재구성하는 데 기여 할 수 있다.

둘째, 청소년활동 만족감이 청소년의 주관적 행복감에 미치는 긍정적인 효과를 구체적으로 확인했다는 점에서 의의를 찾을 수 있다. 본 연구는 청소년활동에 대한 만족감이 높을수록 주관적 행복감이 증진된다는 점을 실증적으로 증명함으로써, 청소년활동이 청소년의 삶의 질을 향상하는 중요한 활동임을 확인하였다. 이는 다양한 청소년활동이 단순한 참여를 넘어서 청소년에게 실질적인 만족을 제공해야 한다는 점을 강조하고 있으며, 청소년의 활동에 대한 만족감을 높이기 위한 다양한 프로그램 개발이 필요함을 시사한다. 특히 본 연구는 청소년활동의 질적 향상과 프로그램의 다양성을 통해 청소년의 행복감을 증진시키는 방안 마련에 중요한 기초를 제공한다(김윤나, 박옥식, 2009).

셋째, 코로나19 팬데믹 상황에서 비대면 활동과 혼합형 활동의 효과를 분석했다는 점에서 차별화된 의의를 가진다. 대면 활동이 어려운 상황에서 비대면으로 진행된 청소년활동이 청소년의 자아존중감과 행복감에 미치는 영향을 확인함으로써, 팬데믹과 같은 비상 상황에서도 청소년활동이 지속적으로 이루어져야 할 필요성을 강조하였다. 이는 앞으로도 비대면 또는 혼합형 청소년활동이 일상화될 가능성이 높은 상황에서, 해당 활동의 긍정적 영향을 바탕으로 청소년의 정서적 안정을 도모할 수 있는 방안을 모색하는 데 중요한 시사점을 제공한다. 비대면 활동의 효과를 보완하는 연구로 활용될 수 있으며, 향후 비대면 활동의 프로그램 개발과 운영에 참고자료로 활용될 수 있을 것이다.

넷째, 자아존중감이 주관적 행복감을 매개하는 중요한 역할을 함으로써, 청소년의 전인적 발달을 위한 심리적 요인의 중요성을 재확인하였다는 점에서도 의의가 있다. 자아존중감은 청소년이 자신에 대한 긍정적인 평가를 내리고, 이를 바탕으로 긍정적인 사회적 관계와 높은 수준의 정서적 안정감을 형성하는 데 중요한 역할을 한다(Harter, 1993). 본 연구는 이러한 자아존중감이 청소년활동과 행복감 간의 관계에서 중요한 매개 역할을 한다는 점을 실증적으로 밝혀, 자아존중감 증진을 위한 청소년활동 프로그램의 필요성을 제기하였다. 이는 청소년활동이 자아존중감을 강화하는 방향으로 설계될 때, 더욱 효과적인 결과를 도출할 수 있음을 시사하며, 청소년의 심리적 발달에 대한 이해를 높이는 데 기여한다.

다섯째, 본 연구는 청소년활동 프로그램의 개발 및 정책 수립에 기초 자료로 활용될 수 있다는 점에서 실질적 의의를 가진다. 청소년활동에 대한 만족감이 청소년의 자아존중감과 행복감에 미치는 영향은 다양한 청소년활동 프로그램 개발과 청소년복지 정책 수립에 중요한 방향성을 제공한다. 특히 본 연구 결과는 청소년활동이 단순히 시간 채우기식의 활동이

아닌, 청소년의 전반적인 삶의 질을 향상하는 중요한 수단임을 강조함으로써, 청소년 정책과 활동 프로그램의 활성화를 위한 구체적인 자료로 활용될 수 있다. 청소년활동의 양적 확대뿐만 아니라 질적 향상을 도모하기 위한 실질적인 전략을 제시하는 기초 자료가 될 수 있으며, 이를 통해 청소년복지 및 교육 분야에서의 실천적 기여를 할 수 있을 것이다.

여섯째, 청소년활동의 효과를 구체적으로 확인함으로써 후속 연구의 방향성을 제시한다는 점에서 의의를 가진다. 본 연구는 자아존중감이 매개하는 과정을 통해 청소년활동의 심리적 효과를 분석하였으나, 이후 사회적 지원, 또래관계, 학교 적응력 등 다양한 변인들이 청소년활동과 주관적 행복감 간의 관계에서 어떤 영향을 미치는지 추가적으로 분석할 수 있는 기초 자료를 제공하였다. 후속 연구에서는 다양한 변인들이 포함된 연구모형을 적용하여 보다 심층적인 연구가 이루어질 수 있을 것이다.

본 연구는 위와 같은 시사점과 의의를 가지는 반면 제한점 역시 가지고 있다. 본 연구가 가지는 한계와 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 결과 선행연구와 달리 자아존중감은 다른 변인과의 낮은 상관관계를 보였으며, 청소년활동 만족감이 자아존중감에 대해 갖는 설명력은 2.9%로 비교적 낮게 나타났다. 따라서 청소년활동 만족감이 자아존중감에 미치는 영향을 과대 해석하지 않도록 주의가 필요하다. 본 연구에서는 코로나19로 인한 팬데믹 기간의 청소년활동에 대한 조사자료를 활용하였는데 이 기간의 청소년활동은 비대면 활동이 많아 그 취지와 목적이 불충분하게 전달되었을 가능성을 배제하기 어렵다. 자아존중감은 발달적 과정을 통해 형성되어 가는 비교적 탄탄한 개인 내적 특성이므로, 비교적 짧은 기간이나 회기에 다양한 활동과 상호작용이 제한되는 환경에서 진행되었다면 활동에 대한 만족도와와의 관련성이 제한적일 것으로 이해된다(Maddox et al., 2001). 또한 본 연구에서는 주관적 행복감에 영향을 미칠 수 있는 다양한 변수(가정환경, 성적, 교사와의 관계 등)를 통제하지 못한 것도 제한점이라 할 수 있다. 후속 연구에서는 통제변수를 고려한 분석이 필요할 것이다.

둘째, 「청소년 기본법」 제3조 제1호에서 청소년을 만 9~24세로 규정하고 있음에도 본 연구에서는 B지역의 중학교 2학년, 고등학교 2학년 학생만을 연구 대상으로 한정하였다. 또한 학교에 재학 중인 학생을 대상으로 하여, 학교 밖 청소년 역시 연구 대상에 포함하지 못하였다. 따라서 연구 결과를 모든 청소년에게 일반화하기엔 어려움이 있다. 후속 연구에서는 청소년 연령에 해당하는 연구 대상자로의 확대뿐만 아니라 학교 밖 청소년을 포함하는 등의 노력을 통해 일반화 가능성을 높일 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 자료수집의 측면에서 몇 가지 제한점이 있다. 먼저 자기 보고식 설문 방법으로 자료를 수집하였기 때문에 연구 대상자의 주관적 편향이나 선호 경향성이 응답에

반영되었을 가능성이 있다. 또한 만족도 측정의 문항이 실태조사를 위한 목적으로 개발되어 활동 참여 기간이나 활동유형 등에 대한 고려 없이 일률적이고 단편적으로 이루어졌다는 비판을 피하기 어렵다. 따라서 후속 연구에서는 더 타당한 측정 방법을 모색할 필요가 있다.

넷째, 청소년활동 만족감이 주관적 행복감에 미치는 영향에 대한 자아존중감에 매개효과를 확인할 수 있었으나, 함승우(2016)가 청소년 수련활동 참가 만족이 자기수용과 타인 신뢰를 매개로 하여 행복에 영향을 미친다고 밝힌 것처럼 후속 연구에서는 다른 변인들을 추가하여 결과를 확장하는 것이 필요하다. 더불어 본 연구에서는 청소년활동 만족감에 영향을 미칠 수 있는 다양한 변인을 통제하지 못했기 때문에 후속 연구에서는 다양한 변인들을 함께 고려한다면 더 깊이 있는 이해와 설명이 이루어질 것으로 기대된다.

■ 참고 문헌

- 권일남, 오해섭, 이교봉 (2010). 청소년활동론. 고양: 공동체.
- 김순규, 최혜정, 박신애 (2012). 청소년활동이 청소년의 개인, 가족, 학교측면 결과에 미치는 영향. 한국사회복지학, 64(4), 189-207.
- 김영서, 홍세희 (2021). 고등학생의 청소년활동 참여에 따른 잠재프로파일 유형과 공동체의식 및 주관적 행복감의 차이. 조사연구, 22(1), 91-125.
- 김윤나, 박옥식 (2009). 청소년활동의 효과에 관한 비교분석 -자아존중감, 직업성숙도, 학업성취, 생활만족도, 스트레스, 비행과의 관계를 중심으로-. 청소년복지연구, 11(1), 79-99.
- 김지혜 (2012). 청소년 봉사활동이 자아존중감과 자아탄력성을 매개로 공동체 의식과 삶의 만족도에 미치는 영향 -봉사활동 시간과 주관적 만족을 중심으로-. 청소년복지연구, 14(1), 41-62.
- 도종수 (2011). 청소년자원봉사활동이 주관적 행복감에 미치는 영향. 청소년복지연구, 13(4), 21-45.
- 류시영, 강방훈 (2012). 청소년의 체험활동 만족과 자아존중감, 행복감 간의 관계. 한국청소년 연구, 23(4), 27-50.
- 문성호, 문호영, 김용대 (2009). 2009년도 청소년활동프로그램 공모사업 만족도 및 효과성 연구. 서울: 보건복지가족부.
- 박동진, 김송미 (2021). 청소년활동만족도가 주관적 행복감에 미치는 영향: 청소년활동 성취 기대수준과 청소년활동 참여정도의 순차적 매개효과. 사회과학연구, 37(2), 103-125.
- 박상규 (2018). 행복은 청소년의 중독 예방에 기여할 수 있는가?. 한국심리학회지, 중독, 3(2), 1-11.
- 박영순 (2020). 청소년의 사회불안과 SNS중독경향성 관계에서 우울과 자기몰입의 이중매개. 한국디지털콘텐츠학회논문지, 21(11), 1973-1980.
- 부산광역시청소년활동진흥센터 (2022). 2022년 청소년활동 요구 및 실태조사.
- 송지준 (2020). 논문작성에 필요한 SPSS/AMOS 통계분석방법. 파주: 21세기사.
- 신지은, 최혜원, 서은국, 구재선 (2013). 행복한 청소년은 좋은 시민이 되는가? 긍정 정서와 친사회적 가치관 및 행동. 한국심리학회지, 사회 및 성격, 27(3), 1-21.
- 여종일 (2022). 청소년활동만족도와 중·고등학생의 행복감 간의 관계: 자아존중감에 의한 공동체의식의 조절된 매개효과. 한국청소년활동연구, 8(1), 29-48.
- 이상록, 김은경, 윤희선 (2015). 청소년의 행복감이 청소년 발달에 미치는 영향. 사회과학연구, 26(4), 413-438.

- 이시연 (2019). 고등학생 시기 청소년활동이 대학생의 주관적 행복감에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과. *한국청소년활동연구*, 5(3), 117-134.
- 이일현 (2015). *회귀분석*, 서울: 한나래.
- 임영식, 문성호, 정경은 (2009). 2009 인증수련활동 효과성 측정연구. 서울: 보건복지가족부 한국청소년진흥센터.
- 임희진, 문호영, 정정호 (2018). 청소년활동 참여 실태조사 연구V (연구보고 18-R07). 세종: 한국청소년정책연구원.
- 임희진, 송병국, 안지선 (2014). 청소년활동 참여 실태조사 연구 I (연구보고 14-R02). 세종: 한국청소년정책연구원.
- 진은설 (2013). 청소년활동의 참여동기, 활동만족도, 적응유연성 및 행복감의 관계. *한국청소년연구*, 24(1), 185-217.
- 차한솔, 김주일 (2015). 청소년 봉사활동만족도가 학교생활적응에 미치는 영향: 또래애착과 자아존중감의 매개효과. *청소년학연구*, 22(3), 177-204.
- 청소년 기본법 제3조 제1호[시행 2023. 6. 28.] [법률 제19130호, 2022. 12. 27., 일부개정]
- 청소년 기본법 제3조 제3호[시행 2023. 6. 28.] [법률 제19130호, 2022. 12. 27., 일부개정]
- 초록우산어린이재단 (2023). 2023 아동행복지수 보고서.
- 통계청 통계개발원 (2022). *아동·청소년 삶의 질 2022*.
- 한국방정환재단 (2021). 2021년도 한국어린이·청소년행복지수 | 국제비교연구조사결과보고서.
- 한국청소년활동진흥센터협회 (2022). 2022년 전국청소년활동정책 지표조사.
- 함승우 (2016). 청소년 수련활동 참가만족과 자아존중감이 적응유연성 및 행복감에 미치는 영향. *관광연구저널*, 30(12), 95-108.
- Branden, N. (2015). 김세진 역. *자존감의 여섯 기둥: 어떻게 나를 사랑할 것인가*. 서울: 교양인.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Elliot, A. J. & Thrash, T. M. (2002). Approach-avoidance motivation in personality: Approach and avoidance temperaments and goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(5), 218-226.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*, 2. New York: Norton.
- Gomez-Baya, D., Gaspar, T., Corrêa, R., Nicoletti, J. A., & Garcia-Moro, F. J. (2023). Leisure Time Activities and Subjective Happiness in Early Adolescents from Three

- Ibero-American Countries: The Cases of Brazil, Chile and Spain. *Children*, 10(6), 1058. <https://doi.org/10.3390/children10061058>.
- Hansen, D. M., Larson, R. W., & Dworkin, J. B. (2003). What adolescents learn in organized youth activities: A survey of self-reported developmental experiences. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 25–55.
- Harter, S. (1993). Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents. In *Self-esteem: The puzzle of low self-regard*, 87–116. Boston, MA: Springer Us.
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach.*, NY: The Guilford Publication.
- Lim, S. J., & Lee, Y. Y. (2019). The Influence of Sports/Health Activity on Self-Esteem and Subjective Happiness Related to Delinquency: Focused on Elementary, Middle, and High School Students. *Educational Innovations and Applications*, 225–228.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success?. *Psychological Bulletin*, 131(6), 803–855.
- Maddox, G. L., Atchley, R. C., Evans, J. G., Hudson, R. B., Kane, R. A., Masoro, E.J., et al. (2001). *The encyclopedia of aging*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological science*, 6(1), 10–19.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381–387.
- Rosenberg M. (1965). *Society and adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the Self*, New York 1979. New York (NY): Google Scholar.
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic Happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Nicholas Brealey Publishing.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063–1070.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural Equation Modeling: Concepts, Issues, and Applications*, 56–75. Sage Publications, Inc.

The Effects of Satisfaction with Youth Activities on Subjective Happiness: The Mediating Effects of Self-esteem

Lee, Haeun*⁴⁾•Park, Youngsun**⁵⁾

Abstract

This study aimed to analyze the mediating effects of self-esteem on the relationship between satisfaction with youth activities and subjective happiness. Data from 806 middle and high school students in Busan, Korea, were collected through the "National Youth Activity Policy Indicator Survey 2022" conducted by the Korea Association of Youth Service Center. The analysis utilized SPSS 29.0 and Hayes' (2017) SPSS Process Macro Model 4, employing regression analysis and the bootstrapping method to verify mediation effects. The study's findings are as follows: First, there was a significant positive relationship between satisfaction with youth activities and subjective happiness. Second, satisfaction with youth activities was significantly positively related to self-esteem. Third, self-esteem showed a significant positive relationship with subjective happiness. Finally, self-esteem was found to partially mediate the relationship between satisfaction with youth activities and subjective happiness. This indicates that greater satisfaction with youth activities not only directly enhances subjective happiness but also indirectly contributes to it by improving self-esteem. These findings highlight the importance of enhancing satisfaction with youth activities as a means to foster subjective happiness in adolescents, particularly through its positive effect on self-esteem. The implications and limitations of the present study are also discussed.

Key words: satisfaction with youth activities, subjective happiness, self-esteem, the mediating effects

2024. 08. 08 투고, 2024. 09. 16 심사완료, 2024. 09 23 게재확정

4) Busan Youth Service Center, Team Leader

5) Graduate School of Education, Silla University, Assistant Professor, Corresponding Author