

# 주거환경 스트레스와 감성지능의 상관성 연구

## A Study on Correlations between Residential Stress and Emotional Intelligence Quotient

김진화\*                      정준현\*\*                      이윤정\*\*\*  
Kim, Jin-Hwa    Jeong, Jun-Hyun    Lee, Youn-Jung

### Abstract

Recently, people's attitude toward residential environment has been changed from a simple shelter to a place affecting their mental function, and the change has increased demand for high quality of residential environment. Nevertheless, a number of unsatisfactory elements that do not meet the demand of residents for residential environment have continuously caused them to be exposed to stress. The purpose of this study is to explore the importance of residential environment by examining stress factors from the residential environment and finding out the effects of the residential environment stress on human emotional intelligence quotient and its application pattern. This study was carried out using not only self-report questionnaires with the Likert 5-point scale to find out the origin of residential environment stress factors, but the emotional intelligence quotient measuring device developed by Wong & Low (2000) to analyse correlations between the residential environment stress and emotional intelligence quotient. The questionnaire survey in this study was carried out among students of D College, and data were analysed using the statistical program SPSS, version 14.0.

Keywords : residential stress, emotional intelligence, coping styles of housing dwellers

주요어 : 주거환경 스트레스, 감성지능, 주거대처유형

## I. 서론

### 1. 연구의 목적

현대인들의 주거환경에 대한 요구는 점차 다양해지고 있다. 자본주의적 입장에서 물리적 환경의 기술적인 향상을 우선시 했으나, 이제는 점차 주거환경에 대한 정신적인 시각으로 확장되어, 단순한 피난처가 아닌 거주자의 심리상태에 영향을 줄 수 있는 장소로 인식이 변화되고 있다. 이는 거주자의 가치관, 행동, 태도의 형성에 직접적인 영향을 미치는 주거환경의 본질적 중요성과도 일치한다. 그러나 여전히 일상을 영위하는 주거환경 요소들 중에는 거주자들의 요구에 부응하지 못하는 불만족의 요소들 즉, 주거의 대규모화, 고층화, 과밀, 혼란, 소음, 사생활 침해가 되는 환경, 자유로운 활동의 제한 등이 꾸준히 스트레스를 유발하고 있다. 또한 이러한 주거환경 스트레스에 관한 기존의 연구들은 단순히 주거환경 스트레스원의 규명에만 집중되어 있었고, 그 대상 또한 고층아파트에 치우쳐 있던 것이 사실이다.

본 연구는 주거환경 스트레스원을 규명하고, 여러 가지 주거특성에 따른 주거환경 스트레스의 차이, 주거대처행동 유형 등을 파악하며 나아가 주거환경 스트레스가 인간의 감성지능에 미치는 영향 및 적응 패턴을 규명함으로써 주거환경의 중요성을 고찰함을 목적으로 한다.

### 2. 연구의 범위 및 방법

본 연구는 주거욕구단계를 바탕으로 하여 생존의 욕구, 안전의 욕구, 안락과 편의의 욕구, 사회관계 유지의 욕구, 자아실현과 미적욕구에 관한 주거환경 스트레스 요인들을

분석하고, 감성지능은 자기 감성의 이해, 타인 감성의 이해, 감성조절 및 감성활용 등 4가지 구성요소를 기준으로 분석하여 주거환경 스트레스가 감성지능에 미치는 영향에 대해 고찰하였다.

그리고 주거대처행동은 무행동, 주거적응, 주거조절, 만족 등 4가지 유형들을 기준으로 분석하였다.

본 연구를 위해 D대학교 학생들을 대상으로 likert 5점 척도를 사용하여 주거환경 스트레스와 주거대처행동 파악 및 감성지능의 측정하는 설문조사를 하였으며, 이 중 유효한 174부를 분석에 사용하였다. 통계적 자료 분석은 SPSS 14.0프로그램을 이용하였다.

## II. 이론적 배경

### 1. 주거환경 스트레스

주거환경이 거주자에게 작용하는 압력이나 부정적 영향력을 주거환경 스트레스라고 할 수 있는데, 이렇게 주거환경에서 스트레스를 유발시킬 수 있는 요소들은 주거요구의 단계와의 관계로 파악할 수 있다. 주거요구의 단계는 Maslow의 욕구위계설을 기초로 Cooper(1975)가 제안한 것으로 주거욕구위계가 주거생활에 적용될 수 있음이 여러 연구(Soen,1979;Meeks,1980)에서 증명되었다.<sup>1)</sup>

주거환경 스트레스의 발생과정은 그림1과 같고, 여기에서 감성은, 주거환경에 대한 지각을 시작으로 자극의 적정 범위 수준에서 주거환경스트레스를 가늠하고 그에 따라 적절한 대처행동을 하는 과정에 있어 감각정보, 기억정보, 신체정보를 통합하는 직관적 기능을 수행한다는 것

\* 정희원(주저자)대구대학교 실내건축학과 석사과정

\*\* 정희원(교신저자)대구대학교 실내건축디자인학과 교수, 공학박사

\*\*\* 정희원, 대구대학교 겸임교수, 공학박사

1) 박인숙(1992), 주거환경 스트레스가 주거관리 행동에 미치는 영향, 이화여자대학교 박사학위논문, p.8

을 알 수 있다.

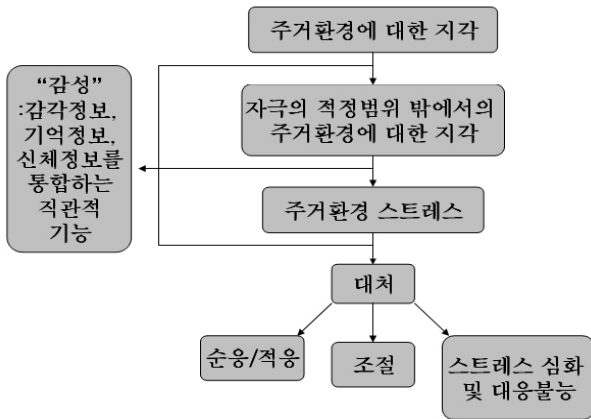


그림1. 주거환경스트레스의 발생 및 대처과정과 감성의 역할  
 \* 「차재호,이진환,홍기원,정영숙(2001), 환경심리학, 학지사, p.138」와 「이구형, 김영준(1997), 감성요소를 포함하는 인지적 의사결정 모형, 한국감성과학회 학술대회 논문집, p.198」를 재구성한 것임.

### 2. 감성지능<sup>2)</sup>

인류가 지속적으로 관심을 두었던 주제는 인간문제의 해결이 아니라 기술문제의 해결에 치우쳐 왔다. 이로 인해 비인간화, 인간성 상실 등의 문제가 야기되었다면 감성지능 연구를 통해 인간이 무엇을 느끼고 무엇을 생각하는가 즉, 인간문제 해결의 해답을 찾을 수 있다.

이러한 감성지능은 Wong & Law(2002)에 의해 만들어진 16개 항목을 이용해 자기보고식으로 측정될 수 있다. 이 척도는 Salovey & Mayer(1990,1997)에 의해 발전된 모델을 기본으로 하며, 이는 표1과 같다. 이 측정도구는 성격 유형 검사와는 다른 개념을 측정하고 있다.

표1. 감성지능의 개념 및 구성요소(Wong&Law:2002)

구성요소	개념
자기 감성의 이해	자신의 감성을 정확하게 이해하고 표현하는 능력
타인 감성의 이해	자기 주위의 다른 사람들의 감성을 인식하고 이해하는 능력
감성 활용	개인이 가지고 있는 감성정보를 개인의 성과와 건설적인 활동에 활용할 수 있는 능력
감성 조절	개인의 감성을 주어진 상황에 따라 적합한 행동으로 나타내는 능력

### 3. 주거대처방식<sup>3)</sup>

‘대처’란 환경적 요구와 개인 내적 요구, 그리고 이 둘 사이의 갈등이 개인의 조절능력을 초과하거나 이에 부담이 될 때 이를 해결하거나 관리하는 것을 말한다.

주거환경 스트레스에 대한 대처 행동은 거주자가 지각하는 스트레스의 수준과 가족의 대처 능력에 따라서 각기 다른 양상을 나타내지만, 대체로 대처 능력이 미약한 사람은 누적된 스트레스를 경험하게 되고, 이러한 스트레스는 일상생활에 부정적인 영향을 미치게 된다.

Speare(1974)의 주거조절이론에서는 주거환경에 대한 스트레스가 클수록 주거조절행위가 적극적으로 발생한다

2) 양애경(2007), 감성지능, 학습동기, 학습자 스트레스 및 자기주도학습이 학업성취도에 미치는 영향, 홍익대학교 박사학위논문, p.15  
 3) 노세희(2007), 아파트 거주자 주거환경 스트레스와 대처방식, 전남대학교 석사학위논문, p.15-18

고 설명한다. Morris&Winter(1978)에 의하면 가족 구성원은 규범의 관점에서 현재 살고 있는 주택을 평가하며, 이상적인 주거 규범과 현실 사이에 주거결손을 인지하면 스트레스가 발생하고 이러한 주거환경 스트레스에 대한 대처 방식으로 주거조정이나 주거적응의 두 가지 태도를 취하게 된다.

## III. 조사결과 및 논의

### 1. 조사대상자들의 일반적 특성

조사대상자들의 사회·인구학적 특성 및 거주특성은 표2와 같다.

표2. 조사대상자들의 일반적 특성 (N=174)

구분		N	%	구분		N	%	
사회·인구학적 특성	성별	남	85	48.9	거주층수	1~2층	69	39.7
		여	89	51.1		3~7층	66	37.9
	종교	기독교	26	14.9		8~12층	23	13.2
		불교	52	29.9		13층 이상	16	9.3
		천주교	15	8.6	소유형태	자가	147	84.5
		기타	81	46.6		전세	19	10.9
	가족형태	독신	5	2.9		월세	5	2.9
		부모+자녀	149	85.6		기타	3	1.7
		조부모+부모+자녀	15	8.6	주택규모	20평이하	15	8.7
	기타	5	2.9	21~30평		57	32.7	
가족수	1~2명	9	5.2	31~40평		86	49.4	
	3~4명	129	74.1	41~50평		11	6.2	
	5~6명	34	19.5	51평 이상		5	2.9	
	7명 이상	2	1.2	방의 수	2개	15	8.6	
거주지역	대도시	103	59.2		3개	114	65.5	
	중소도시	37	21.3		4개 이상	45	25.9	
	농어촌	34	19.5		거주기간	5년 이하	76	43.7
거주형태	저층아파트(7층이하)	31	17.8	6~10년		44	25.2	
	중층아파트(8~12층)	16	9.2	11~15년		39	22.4	
	고층아파트(13층이상)	57	32.7	16~20년		6	3.4	
	단독주택	46	26.4	21년 이상		9	5.2	
	다세대주택	24	13.7	건축년수	5년 이하	41	23.6	
			6~10년		52	29.7		
			11~15년		49	28.2		
			16~20년		21	12.1		
			21년 이상		11	6.3		

### 2. 주거환경 스트레스의 일반적 경향

주거환경 스트레스를 파악하기 위한 조사도구의 신뢰도 측정을 위해 일관성법을 이용하여 신뢰도 계수(Cronbach's Alpha)를 검정해본 결과 .827로 나타나 일반적인 기준인 .60 이상으로 판명되었다.

주거환경 스트레스의 일반적 경향은 표3과 같고, 생존의 욕구, 안전의 욕구, 안락과 편의의 욕구, 사회적인 상호관계 유지 욕구, 자아실현과 미적욕구의 순으로 주거환경 스트레스가 점차 높아지는 것으로 분석되었다.

### 3. 주거환경 스트레스와 거주 특성과의 상관성

주거환경 스트레스와 거주 특성과의 상관성은 표4와 같고, 거주특성 중에서 거주층수(-.156\*), 소유형태(.179\*), 주택규모(-.127\*\*), 건축년수(.164\*)와 유의한 상관성이 있는 것으로 분석되었다.

표3. 주거욕구단계별 스트레스의 일반적 경향 (N=174)

주거욕구단계	요인	M	SD	주거욕구단계	요인	M	SD	
생존의 욕구에 관한 스트레스	세면 및 세탁시설	1.75	.921	안락과 편의에 관한 스트레스	주택의 배치구조	2.30	1.098	
	전기조명설비	1.76	.937		쓰레기 처리상태	2.45	1.073	
	취사설비	1.80	.937		수납공간	2.49	1.191	
	냉난방상태	1.80	.935		주차 공간	2.50	1.307	
	화장실 사용	1.82	.990		문화시설	2.86	1.383	
	상하수도 시설	1.86	.993		<b>합계</b>	<b>2.23</b>	<b>.71</b>	
안전의 욕구에 관한 스트레스	새집증후군	1.49	.773	사회인호계유지 욕구에 관한 스트레스	유해시설	1.94	1.027	
	수해	1.55	.830		가족단란	2.11	.985	
	악취	1.78	.848		사생활보호	2.20	1.080	
	수질오염	1.82	.867		이웃과의 격리, 고립감	2.29	1.081	
	안전사고	1.83	.840		이웃의 사회경제, 문화적 수준에 대한 유사성, 친근감의 부족	2.30	1.083	
	낙하물위험	1.84	.954		주택의 경제적 가치	2.41	1.015	
	일조채광	1.90	1.009		교육시설에 대한 만족	2.43	1.055	
	환기통풍	1.91	.990		<b>합계</b>	<b>2.24</b>	<b>.76</b>	
	보행도로	1.96	1.003		자아실현과 미적 욕구에 관한 스트레스	주거소유권	2.06	.992
	주택노후화	2.04	1.109			주택 내 개인공간의 소유	2.17	1.138
	옥외불안감	2.06	1.090			거실의 크기 및 개인화	2.30	1.076
	청결	2.14	1.022			이웃 주택의 외관	2.33	1.015
	대기오염	2.14	1.068			조망, 경관	2.40	1.158
	화재불안감	2.21	1.050			주택의 외관	2.41	1.086
주택유지비	2.22	1.106	주택 내 녹지, 정원의 소유	2.56		1.251		
자전거도로	2.27	1.183	<b>합계</b>	<b>2.31</b>		<b>.85</b>		
보안등 개수	2.40	1.106	<b>전체적인 주거환경스트레스</b>			<b>2.23</b>	<b>.833</b>	
별레, 해충	2.51	1.201						
소음	2.78	1.393						
<b>합계</b>	<b>2.04</b>	<b>.64</b>						
방의 수	1.86	1.022						
대중교통	1.97	1.190						
안락과 편의에 관한 스트레스	옥실 수	1.97	1.017					
	편의시설	1.99	1.170					
	공공시설	2.14	1.100					
	의료시설	2.14	1.150					
	주방 동선	2.18	1.076					
	주택의 규모	2.22	1.102					
	서비스공간	2.22	1.101					
	방의 크기	2.24	1.100					
	쓰레기 수거합 위치	2.25	1.072					

\*범례 - 1:전혀 문제되지 않는다, 2:별로 문제되지 않는다, 3:그저 그렇다, 4:약간 문제가 된다, 5:매우 문제가 된다.

표4. 주거환경스트레스와 거주특성과의 상관성

거주특성	상관계수
거주층수	-.156*
소유형태	.179*
주택규모	-.217**
건축년수	.164*

\*p <.05, \*\*p <.01

주거환경 스트레스를 주거 욕구 단계별로 나누어 거주 특성과의 상관성을 분석해본 결과는 표5와 같다. 주거 욕구 단계 공통적으로 주택규모와 유의한 상관성을 보였고, 생존의 욕구는 소유형태와 건축년수, 안전의 욕구는 거주 지역과 소유형태, 안락과 편의의 욕구는 소유형태, 자아실현과 미적욕구는 소유형태와 방의 수에 통계적으로 유의한 상관성이 있는 것으로 분석되었다.

표5. 주거욕구단계별 스트레스와 거주특성과의 상관성

주거욕구단계	거주특성	상관계수
생존의 욕구	소유형태	.276**
	주택규모	-.339**
	건축년수	.204**
안전의 욕구	거주지역	-.157*
	소유형태	.179**
	주택규모	-.289**
안락과 편의의 욕구	소유형태	.193*
	주택규모	-.363**
사회적인 상호관계 유지 욕구	주택규모	-.271**
자아실현과 미적욕구	소유형태	.156*
	주택규모	-.353**
	방의 수	-.174*

\*p <.05, \*\*p <.01

#### 4. 주거환경 스트레스와 감성지능

##### 1) 감성지능의 측정

조사대상자들의 감성지능을 측정한 결과는 표6과 같다. 감성지능의 4가지 요소 중 자기감성의 이해에 대한 평균이 3.52로 가장 높게 나타났으며, 전체적인 평균은 3.31로 대체로 보통의 감성지능 수준으로 측정되었다.

표6. 감성지능의 측정 (N=174)

감성지능 요소	M	SD
자기감성이해	3.52	.802
타인감성이해	3.34	.722
감성활용	3.27	.740
감성조절	3.21	1.600
<b>전체</b>	<b>3.31</b>	<b>.566</b>

\*범례 - 1:전혀 그렇지 않다, 2:조금 그렇지 않다, 3:그저 그렇다, 4:조금 그렇다, 5:매우 그렇다.

##### 2) 주거환경 스트레스와 감성지능과의 상관성

주거환경 스트레스와 감성지능과의 상관성은 표7과 같다. 감성지능은 4가지 요소 중 타인감성의 이해능력이 안락과 편의의 욕구에 관한 스트레스(-.167\*)와 유의한 상관성이 있는 것으로 분석되었고, 감성 활용 능력은 사회적인 상호관계유지 욕구에 관한 스트레스(-.206\*\*), 자아실현과 미적 욕구에 관한 스트레스(-.179\*)와 유의한 상관성이 있는 것으로 분석되었다.

다음으로 주거환경 스트레스원이 구체적으로 감성지능과 어떠한 상관성이 있는지 분석한 결과는 표8과 같다.

표7. 주거욕구단계별 스트레스와 감성지능 요소별 상관성

감성지능의 요소	주거환경스트레스	상관계수
타인감성이해	안락과 편의의 욕구에 관한 스트레스	-.167*
	사회적인 상호관계 유지 욕구에 관한 스트레스	-.206**
감성 활용	자아실현과 미적 욕구에 관한 스트레스	-.179*

\*p <.05, \*\*p <.01

#### 5. 주거대처행동

##### 1) 주거대처행동의 일반적 경향

주거대처행동의 일반적 경향은 그림2와 같이, 주거조절 행동(34.5%), 현재 주거환경에 대한 만족(30.5%), 대응불능상태(20.7%), 주거적응행동(14.4%)의 순으로 높게 분석되었다.

2) 주거대처행동과 거주특성, 주거환경 스트레스와의 상관성

주거대처행동은 표9와 같이, 거주특성 중 주택규모 (.278\*\*)와 방의 수(.160\*)와 유의한 상관성이 있는 것으로 분석되었고, 주거환경 스트레스(-.494\*\*)와도 통계적으로 유의한 상관성이 있는 것으로 분석되었다.

표8. 주거환경스트레스와 감성지능요소별 상관성

감성지능요소	자기 감성이해	타인 감성이해	감성 활용	감성 조절
주거환경스트레스				
환기통풍	<b>-.163*</b>	-.095	-.112	-.060
주택 유지비	-.002	-.101	-.052	<b>.160*</b>
낙하물 위협	-.092	-.050	-.056	<b>.168*</b>
방의 수	-.042	<b>-.168*</b>	-.082	-.035
욕실 수	-.106	<b>-.150*</b>	-.076	-.008
방의 크기	-.100	-.069	<b>-.180*</b>	-.032
수납공간	-.035	-.103	<b>-.156*</b>	-.048
공공시설	<b>-.219**</b>	<b>-.176*</b>	-.084	-.134
문화시설	-.073	<b>-.174*</b>	-.010	-.062
이웃과의 거리, 고립감	<b>-.154*</b>	-.122	<b>-.226**</b>	-.042
이웃의 사회, 경제, 문화적 수준에 대한 유사성, 친근감의 부족	-.130	-.055	<b>-.237**</b>	-.059
개인 공간	.031	.045	<b>-.160*</b>	.010
주택의 외관	-.129	-.038	<b>-.183*</b>	-.084
이웃주택의 외관	-.086	-.008	<b>-.169*</b>	-.070
주거소유권	-.074	-.027	<b>-.204**</b>	-.036

\*p <.05, \*\*p <.01

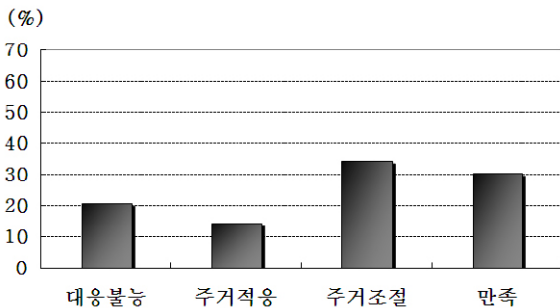


그림 2. 주거대처행동의 일반적 경향

표9. 주거대처행동과 거주 특성 및 주거환경 스트레스와의 상관성

구분	주거대처행동과의 상관계수
거주 특성	
주택규모	.278**
방의 수	.160*
주거환경 스트레스	-.494**

\*p <.05, \*\*p <.01

IV. 결론

본 연구는 주거환경 스트레스와 감성지능, 그리고 주거대처행동과의 상관성에 대해 분석하였으며, 그 결과는 다음과 같이 요약된다.

첫째, 주거환경 스트레스는 주거욕구 단계를 기준으로 생존의 욕구, 안전의 욕구, 안락과 편의의 욕구, 사회적인 상호관계 유지 욕구, 자아실현과 미적 욕구의 순으로 주거환경스트레스가 높은 것으로 분석되었다. 이는 물리적 주거환경에 대한 조건은 어느 정도 거주자들을 만족시켜 주고 있으나, 점차 높은 단계의 주거욕구 즉, 눈에 보이지는 않지만 정신적인 충족을 느낄 수 있는 삶의 질 향상

을 원함에도 불구하고 현재 그렇지 않은 상황에 대해 스트레스를 받고 있는 것으로 해석할 수 있다.

둘째, 주거환경 스트레스는 거주층수, 소유형태, 주택규모, 건축년수의 거주특성과 통계적으로 유의한 상관성이 있는 것으로 분석되었다. 거주층수는 고층 거주자일수록 주거환경 스트레스를 적게 받는 것으로 나타났는데, 이는 조사대상자들의 연령이 20대인 점에 주목해보았을 때 고층에 대한 심리적 압박감 또는 높이로 인한 생활의 불편함은 크게 인식하지 않고 있다는 것으로 해석할 수 있다. 소유형태와 건축년수는 주거환경 스트레스와 정적 상관성을, 주택규모는 주거환경 스트레스와 부적 상관성을 가진 것으로 분석되어 경제적인 여유가 없을수록 스트레스를 많이 받고, 집이 오래될수록 물리적 환경의 노후로 인해 스트레스를 많이 받는 것으로 해석할 수 있다.

셋째, 주거환경 스트레스는 감성지능과 통계적으로 유의한 상관성이 있는 것으로 분석되었다. 특히 타인의 감성 이해는 안락과 편의의 욕구에 관한 스트레스, 감성 활용은 사회적인 상호관계 유지 욕구 및 자아실현과 미적 욕구에 관한 스트레스에 유의한 상관성을 나타내었다. 이는 주거환경에서 일상생활을 영위하기 위한 편리함에 불편함을 느끼고, 주택을 통해 자아실현의 욕구가 충족되지 않는다면, 고립감과 질투심 등을 느끼며 타인과의 관계형성에 불화를 초래하게 되고, 사회에서의 역할 행동을 제대로 해내는데 악영향을 미칠 수도 있는 것으로 해석할 수 있다.

넷째, 주거대처행동의 유형은 주거조절, 현재 주거환경에 대한 만족, 대응불능 상태, 주거적용의 순으로 높게 나타났다. 주거환경 스트레스에 대한 소극적인 주거적용의 태도보다 현재의 주거환경을 직접 개선하거나 이사를 하고 또는 사회적인 제도나 법규를 변화시킬 수 있도록 관계기관에 진정하겠다는 적극적인 주거조절의 대처행동이 높게 나타났다는 사실을 눈여겨볼만 하다.

마지막으로 주거대처행동은 거주 특성 중 주택규모와 방의 수와 통계적으로 유의한 상관성이 있는 것으로 분석되었는데, 주택규모가 크고 방의 수가 많을수록 주거대처행동이 더욱 적극적인 것으로 나타나 경제적인 여유가 주거환경 스트레스에 대한 대처능력에 영향을 미치는 것으로 해석할 수 있겠다.

이상의 분석내용을 통하여 주거환경 스트레스가 주거욕구단계의 하위단계에서는 어느 정도 충족이 되어 점차 상위단계에서 스트레스가 유발되고, 또한 주거환경 스트레스는 감성지능에 영향을 미치는 중요한 변수가 될 수 있음을 확인하였다.

참고문헌

1. 광인숙(1992), 주거환경 스트레스가 주거관리 행동에 미치는 영향, 이화여자대학교 박사학위논문
2. 이구형, 김영준(1997), 감성요소를 포함하는 인지적 의사결정모형, 한국감성과학회 학술대회 논문
3. 노세희(2007), 아파트 거주자 주거환경 스트레스와 대처방식, 전남대학교 석사학위논문
4. 양애경(2007), 감성지능, 학습동기, 학습자 스트레스 및 자기주도학습이 학업성취도에 미치는 영향, 홍익대학교 박사학위논문
5. 차재호,이진환,홍기원,정영숙(2001), 환경심리학, 학지사
6. Soen,D(1979), Occupant's Need and Dwelling Satisfaction, Ekistics, Vol.46
7. Meeks,C.B(1980), Housing, Prentice-Hall, Inc. Englewood Cliffs,N.J