

# 고등학생의 심리적 안녕감이 정서지능과 내외통제성에 미치는 영향

이경미<sup>1</sup>, 김영태<sup>2\*</sup>, 박정환<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>제주대학교 교육학과, <sup>2</sup>원광대학교 교육학과

## Influence of Psychological Well-being on Highschool Student's Emotional intelligence and Interior-Exterior Control

Kyung-Mee Lee<sup>1</sup>, Young-Tae Kim<sup>2\*</sup> and Jung-Hwan Park<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Dept. of Education, Jeju National University

<sup>2</sup>Dept. of Education, Wonkwang University

**요약** 이 연구의 목적은 고등학생의 심리적 안녕감이 일상생활을 함에 있어서 대표적인 적응 지표로서 기능하는 정서지능과 어떠한 관련성이 있는지 알아보고, 또한 심리적 안녕감이 고등학생들의 내외통제성에는 어떠한 관련성이 있는지 살펴보는 데 목적이 있다. 이러한 연구목적에 달성하기 위하여 고등학교 학생 402명을 대상으로 질문지를 이용하여 실시하였다. 응답결과에 대하여 첫째, 정서지능은 남학생보다 여학생이 높다. 둘째, 심리적 안녕감이 높을수록 정서지능과 내외통제성도 높다. 셋째, 심리적 안녕감이 정서지능과 내외통제성에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구결과로 볼 때, 심리적 안녕감은 정서지능과 밀접한 관계가 있음을 인식하고 정의적인 측면의 상담교육 및 활동을 통하여 다른 사람을 이해하는 능력과 인간관계에서 현명하게 대처하고 행동하는 능력인 사회성을 강화시킬 필요가 있으며, 또한, 심리적 안녕감을 이해하고 내외통제성과의 관련성을 통하여 행복한 삶을 살아가는데 도움을 줄 수 있는 프로그램이 개발되어야 할 것으로 사료된다.

**Abstract** The purpose of this study was to discover the relevance between the psychological well-being of highschool students and their emotional intelligence, which functioned as a representative adjustment index in their daily life, as well as their interior-exterior control. To attain this purpose, this study targets as research subjects 402 students who were freshman at two different high schools of Jeju City. The results were as follows. First, female students had a higher level of emotional intelligence than male students had. Second, those with greater feeling of psychological well-being had higher emotional intelligence and interior-exterior control. Third, the psychological well-being had a positive effect on emotional intelligence and interior-exterior control. According to this survey, we need to recognize that there is a close relationship between psychological well-being and emotional intelligence. We also need to strengthen the ability of students to better understand other people through the affective rather than the subject-centered cognitive aspect of counseling education and activities. There is also a need to strengthen their social skills that gives them the ability to deal with and act wisely in human relationship. This can be achieved through counseling education and programs that can promote better understanding of their psychological well-being as well as influencing interior-exterior control.

**Key Words** : Psychological Well-being, Emotional Intelligence, Interior-Exterior Control

## 1. 서론

### 1.1 연구의 필요성 및 목적

2000년대로 접어들면서 정신건강에 대한 관심이 병리

적인 문제 중심에서 긍정적인 심리기능 중심으로 변화하게 됨에 따라, 상담 및 심리 분야에서 안녕감이 중요한 주제로 다루어지고 있다. 심리적 안녕감에 영향을 주는 요인은 매우 다양하다. 개인이 처한 사회·문화적인 구조

\*교신저자 : Young-Tae Kim

Tel: +82-10-2877-7536 e-mail: kytkyt@wku.ac.kr

접수일 12년 02월 02일

수정일 12년 02월 28일

계재확정일 12년 03월 08일

나 선천적으로 타고난 개인의 기질, 특성 등도 개인의 심리적 안녕감에 크게 영향을 미칠 뿐만 아니라 개인의 여러 성격차원, 자존심 크기, 자신의 감정을 표현하는 능력 [1] 등이 영향을 주는 것으로 보고되고 있다.

정서지능은 자신과 정서를 적응적·효율적으로 처리하는 능력으로 [2,3], 인지적 측면에서만 인간을 평가하거나 교육적 성취를 예언하는 일은 인간 잠재능력 개발에 손실을 가져온다는 비판이 대두되어 교육 성취의 예언과 설명, 사회적 적응과 성공의 측면에서 정서능력의 중요성이 논의되는 과정에서 등장하였다. 내외통제성은 자신의 행동과 관련된 인과관계를 어떻게 지각하느냐 하는 개인의 지각체계로서, 사건을 자신의 행동과 관련시켜 어떻게 판단하는가에 따라서 그 이후의 행동의 결과가 어떤 차이를 갖는가 하는 문제와 관련된다. 심리적 안녕감은 인생의 다른 시기보다 청소년기에 중요한데 그 이유는 심리적 안녕감이 청소년에게 있어서 긍정적 발달의 주요 지표가 되고, 다른 긍정적인 결과에 공헌하기 때문이다 [4].

이러한 심리적 안녕감이 일상에서 일어나는 과정을 해결해 가고, 청소년의 발달 단계상의 특성인 자기중심성 탈피와 사회적 기술의 습득, 삶의 목적 발견 등과 연관이 있다고 볼 때에 고등학생들의 심리적 안녕감 수준을 파악하고, 이와 더불어 심리적 안녕감을 높이기 위해서 이와 관련이 있는 정서지능과 내외통제성과의 관련성을 알아봄으로써 개인이 심리적으로 안정적이고 주도적인 삶을 살아가도록 삶의 질을 향상시키고 건강하고 행복한 삶을 만들어 가기 위한 유용한 시사점을 마련하는데 기초자료로 삼고자 한다.

위와 같은 연구목적에 의해 본 연구에서 설정한 연구 문제는 다음과 같다.

- <연구문제 1> 성별에 따른 심리적 안녕감, 정서지능, 내외통제성은 어떠한 차이가 있는가?
- <연구문제 2> 심리적 안녕감, 정서지능, 내외통제성은 어떠한 관계가 있는가?
- <연구문제 3> 심리적 안녕감이 정서지능과 내외통제성에 영향을 미치는 요인은 무엇인가?

## 2. 연구방법

### 2.1 연구대상 및 자료수집

본 연구는 제주시에 소재한 고등학교 409명을 대상으로 자기보고식 질문지를 이용하여 실시하였다. 응답 자료 중 설문문에 불성실하게 응답한 자료를 제외한 402명(남

210명, 여 192명)의 자료가 최종 분석에 사용되었다. 자료수집 방법은 연구자가 해당학교의 담임선생님에게 각각 의뢰하였으며, 설문지 작성시 유의사항을 동봉하였다. 또한 담당 선생님에게 본 설문의 응답에는 정답이나 오답이 없고 개인적인 정보는 분석되지 않으며 실제적인 상황에서 느끼는 주관적인 감정이나 생각을 솔직하게 응답하는 것이 중요함을 강조하였다. 자료수집 기간은 2011년 1월 11일부터 1월 16일 사이에 해당학교를 직접 방문하여 회수하였다.

## 2.2 연구도구

### 2.2.1 심리적 안녕감

심리적 안녕감에 대한 조사 도구는 [5]가 개발한 심리적 안녕감 척도를 [6]이 번안하고 수정한 척도를 사용하였다. 심리적 안녕감은 6개의 차원을 포함하는데, 6개 차원은 자아수용 8문항, 긍정적 대인관계 7문항, 자율성 8문항, 환경에 대한 통제력 8문항, 삶의 목적 7문항, 개인적 성장 8문항으로 총 46문항이며, Likert식 6점 평정 척도(1점: 전혀 그렇지 않다에서 6점: 매우 그렇다)에 의해 응답하도록 되어있다. 정적 문항 23문항과 부적 문항(역채점 문항) 23문항으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높음을 의미한다.

[표 1] 문항구성 및 신뢰도

[Table 1] Construction of questionnaire and Reliability

| 하위영역    | 문항번호                               | 문항수 | Cronbach's α |
|---------|------------------------------------|-----|--------------|
| 자아수용    | 3, 8, 12*, 19, 24, 26*, 39, 42     | 8   | .75          |
| 긍정적대인관계 | 4*, 9*, 13, 20*, 27*, 38, 46*      | 7   | .83          |
| 자율성     | 5, 10, 15*, 21*, 29, 33*, 36*, 43  | 8   | .77          |
| 환경통제력   | 1, 6*, 14, 16*, 25, 30, 40*, 44    | 8   | .69          |
| 삶의목적    | 7*, 11*, 18*, 23*, 28, 32, 35      | 7   | .79          |
| 개인적성장   | 2*, 17, 22*, 31, 34*, 37, 41*, 45* | 8   | .62          |
| 전체      |                                    | 46  | .90          |

\* : 부정적인 문항

### 2.2.2 정서지능

정서지능을 측정하기 위한 도구는 청소년용으로 개발한 정서지능 검사[2]를 사용하였다. 정서지능 척도의 응답방식은 문항번호 1-37번은 '항상 그렇다', '가끔 그런 편이다', '그렇지 않다'의 3점 Likert척도로 구성되어 있으며, 문항번호 38~47번은 선택형 문항으로 ①번은 2점, ②번은 1점으로 채점하도록 구성되어 있다. 점수가 높을수록 정서지능이 높음을 의미한다. 정서지능의 가능한 총 점수 범위는 47점에서 131점 사이이다.

[표 2] 문항구성 및 신뢰도

[Table 2] Construction of questionnaire and Reliability

| 하위영역 | 문항번호  | 문항수 | Cronbach's α |
|------|-------|-----|--------------|
| 정서인식 | 1~8   | 8   | .83          |
| 정서표현 | 9~15  | 7   | .70          |
| 감정이입 | 16~22 | 7   | .72          |
| 정서조절 | 23~37 | 15  | .81          |
| 정서활용 | 38~47 | 10  | .44          |
| 전체   |       | 47  | .85          |

2.2.3 내외통제성

내외 통제성은 [7]의 내외통제소재(Locus of control)를 사용하였으며, 내적 통제변인은 삶에서 발생하는 일들이 개인의 태도나 행동에 의해 결정된다는 신념의 정도를 측정하며, 외적 통제변인은 생의 사건들이 운명, 행운, 타인과 같은 외적인 힘에 의해 결정된다고 믿는 정도를 의미한다. 내외통제소재 척도는 총 40문항으로, 각 문항의 응답 형식은 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 각 문항은 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)로 환산되며 부정적인 문항(외적 문항:2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40)은 역산하였다. 점수가 높을수록 내적 통제성이 높은 것으로 평가된다. 본 연구에서는 총점을 문항수로 나눈 평균점을 결과 분석에 사용하였으며 신뢰도 계수 Cronbach's α값은 .91이었다.

2.3 자료 분석방법

본 연구의 자료 분석은 신뢰도 검증을 위하여 Cronbach's α를 산출하였으며, 성별의 심리적 안녕감, 정서지능, 내외통제성에 유의한 차이가 있는지 알아보기 위해 변량분석(ANOVA)을 실시하였다. 또한, 심리적 안녕감, 정서지능, 내외통제성과의 관련성을 알아보기 위하여 적률상관계수를 구하였으며, 심리적 안녕감이 정서지능, 내외통제성에 미치는 영향을 알아보기 위해 회귀분석을 실시하였다.

3. 연구결과 및 해석

3.1 성별에 따른 심리적 안녕감, 정서지능, 내외통제성의 차이

고등학생의 심리적 안녕감, 정서지능, 내외통제성이 성별에 따라 차이가 있는가의 결과는 표 3과 같다. 변량 분석 결과, 심리적 안녕감은 남학생이 172.43, 여학생이

174.82였으며, 통계적으로 유의하지 않았다. 정서지능은 남학생이 95.76, 여학생은 97.62로 남학생보다 여학생이 높았으며 p<.05로 통계적 유의수준 하에 있는 것으로 나타났다. 내외통제성은 남학생이 64.33, 여학생이 65.79로 나타났으며 통계적으로 유의하지 않았다.

[표 3] 성별에 따른 변인별 차이

[Table 3] Distinction in each variables according to sex

| 구분     | 성별 | N   | M      | SD     | F     | p    |
|--------|----|-----|--------|--------|-------|------|
| 심리적안녕감 | 남  | 210 | 172.43 | 22.601 | 1.089 | .297 |
|        | 여  | 192 | 174.82 | 23.393 |       |      |
| 정서지능   | 남  | 210 | 95.76  | 10.734 | 4.480 | .035 |
|        | 여  | 192 | 97.62  | 9.621  |       |      |
| 내외통제성  | 남  | 210 | 64.33  | 11.139 | 1.952 | .163 |
|        | 여  | 192 | 65.79  | 9.565  |       |      |

3.2 상관관계 검증

심리적 안녕감, 내외통제성, 정서지능과의 상관관계를 알아보기 위하여 상관관계 분석을 실시한 결과는 표 4와 같다. 분석결과, 심리적 안녕감 하위요인들과 내외 통제성, 정서지능 하위요인의 상관계수도 p<.01 유의 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 먼저 심리적 안녕감 하위요인과 정서지능 하위요인에서 정서조절은 자아수용에서, 정서인식과 정서표현에서는 긍정적 대인관계가, 정서활용에서는 환경에 대한 지배력이 강한 양의 상관관계를 보였다. 또한 감정이입은 개인적 성장이 가장 강한 양의 정적인 상관관계를 보였다. 그러나 환경에 대한 지배력 -.171, 자율성 -.102 순으로 환경에 대한 지배력이 가장 강한 양의 부적인 상관관계를 보였다. 이러한 부적인 관계는 자기 결정적이고 독립적인 자율성과 타인의 감정을 공감해 주는 감정이입과는 부적인 관계로 보여지며, 또한 자기에게 주어진 기회를 효과적으로 사용할 줄 알고, 개인적 필요나 가치에 적합한 환경을 선택하거나 적합한 환경으로 변화시키는 능력이 있는 환경에 대한 지배력도 타인의 정서를 마치 자기 자신이 느끼듯이 공감할 수 있는 능력인 감정이입과는 부적인 관계임을 알 수 있다.

심리적 안녕감 하위요인들과 내외 통제성의 상관관계를 살펴보면, 개인적 성장이 내외 통제성과 가장 강한 양의 상관관계를 보였다. 그러나 자아수용과는 별다른 관계가 없음을 알 수 있다. 이러한 결과는 심리적 안녕감이 높을수록 내적통제도 높음을 알 수 있으며 특히 자신에 대해 긍정적인 태도를 가지고, 긍정적이고 부정적인 점을 포함하는 자아의 다양한 면을 인지하고 받아들이는 자아수용과 가장 큰 관련성이 있음을 알 수 있다.

[표 4] 각 변인별 간 상관관계  
[Table 4] Verification of Relationship between Each Variables

| 구 분   | 심리적 안녕감  |        |        |        |        |            |         |
|-------|----------|--------|--------|--------|--------|------------|---------|
|       | 긍정적 대인관계 | 자율성    | 삶의 목적  | 자아수용   | 개인적 성장 | 환경에 대한 지배력 |         |
| 정서지능  | 정서조절     | .150** | .163** | .216** | .248** | .123*      | .097    |
|       | 정서인식     | .292** | .034   | .115*  | .020   | .135**     | -.010   |
|       | 감정이입     | .088   | -.102* | .133** | .012   | .146**     | -.171** |
|       | 정서표현     | .250** | .263** | -.003  | .134** | .094       | -.018   |
|       | 정서활용     | .152** | .103*  | -.026  | .048   | -.025      | .193**  |
| 내외통제성 | .219**   | .187** | .151** | .019   | .294** | .227**     |         |

\* p<.05 \*\* p<.01 (N=402)

### 3.3 심리적 안녕감이 정서지능, 내외통제성에 미치는 영향

#### 3.3.1 심리적 안녕감이 정서지능과 내외통제성에 미치는 영향

고등학교의 심리적 안녕감이 정서지능과 내외통제성에 미치는 영향은 표 5와 같다. 심리적 안녕감의 영향을 파악하기 위하여 유의한 상관관계를 보이는 변수들을 포함하여 회귀분석을 실시하였다.

다중회귀분석 결과, 정서지능에 대한 심리적 안녕감의 설명력은 34.4%이었으며, 심리적 안녕감은 정서지능에 대해 긍정적( $\beta=.587$ ) 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 심리적 안녕감이 높을수록 정서지능도 높다는 것을 알 수 있다. 내외 통제성에 대한 심리적 안녕감의 설명력은 18.5%이었으며, 심리적 안녕감은 내외 통제성에 긍정적( $\beta=.430$ ) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 심리적 안녕감이 높을수록 내적통제성이 높다는 것을 알 수 있다.

[표 5] 심리적 안녕감에 영향을 미치는 정서지능, 내외통제성 요인

[Table 5] Influencing Factors of Emotional Intelligence, Interior-Exterior Control on Psychological Well-being

| 변인    | 요인             | B      | SE    | $\beta$ | t      | p    |
|-------|----------------|--------|-------|---------|--------|------|
| 정서지능  | (상수)           | 51.323 | 3.165 |         | 16.215 | .000 |
|       | 심리적 안녕감        | .262   | .018  | .587    | 14.489 | .000 |
|       | R2=.344 p<.001 |        |       |         |        |      |
| 내외통제성 | (상수)           | 31.191 | 3.587 |         | 8.696  | .000 |
|       | 심리적 안녕감        | .195   | .020  | .430    | 9.515  | .000 |
|       | R2=.185 p<.001 |        |       |         |        |      |

### 3.3.2 심리적 안녕감 하위요인이 정서지능에 미치는 영향

고등학교의 심리적 안녕감이 정서지능 하위요인별 정서조절, 정서인식, 감정이입, 정서표현, 정서활용의 측면에 미치는 요인은 표 6과 같다. 심리적 안녕감의 영향요인을 파악하기 위하여 유의한 상관관계를 보이는 변수들을 포함하여 회귀분석을 실시하였다. 다중회귀분석 결과를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 정서조절에 미치는 영향을 살펴보면, 자아수용( $\beta=.24$ ), 삶의 목적( $\beta=.21$ ), 자율성( $\beta=.16$ ), 긍정적 대인관계( $\beta=.15$ ), 개인적 성장( $\beta=.12$ ), 환경에 대한 지배력( $\beta=.09$ ) 순으로 자아수용이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 심리적 안녕감이 높을수록 자신의 정서를 조절할 뿐만 아니라 타인의 정서 반응을 조절하고 변화시키는 능력인 정서조절이 다른 사람과 효과적으로 인간관계를 잘 유지해 나가고 있음을 추측해 볼 수 있다.

둘째, 정서인식에 미치는 영향을 살펴보면, 긍정적 대인관계( $\beta=.29$ ), 개인적 성장( $\beta=.13$ ), 자율성( $\beta=.11$ ) 순으로 긍정적 대인관계가 가장 크게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 심리적 안녕감이 높을수록 자신이 느끼는 감정을 제대로 알아차리는 능력인 정서인식에 영향을 미치고 있음을 추측해 볼 수 있다.

셋째, 감정이입에 미치는 영향을 살펴보면, 환경에 대한 지배력( $\beta=-.17$ ), 자율성( $\beta=-.10$ )은 부적인 영향을 나타나고 있는 반면, 개인적 성장( $\beta=.14$ ), 삶의 목적( $\beta=.13$ )은 정적인 영향력을 나타나고 있다. 이러한 결과는 심리적 안녕감이 높을수록 타인의 감정을 읽어내고 타인의 감정을 자신의 것처럼 느끼는 감정이입에 영향을 미치고 있으나, 환경에 대한 지배력과 자율성은 감정이입에 부적인 영향을 나타나고 있다.

넷째, 정서표현에 미치는 영향을 살펴보면, 자율성( $\beta=.26$ ), 긍정적 대인관계( $\beta=.25$ ), 자아수용( $\beta=.13$ ), 개인적 성장( $\beta=.09$ ) 순으로 자율성이 가장 크게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 심리적 안녕감이 높을수록 인식된 자기 정서를 적절하게 말로 표현하거나 상황에 맞는 표정, 행동으로 나타낼 수 있는 정서표현 능력에 영향을 미치고 있음을 추측해 볼 수 있다.

다섯째, 정서활용에 미치는 영향을 살펴보면, 환경에 대한 지배력( $\beta=.19$ ), 긍정적 대인관계( $\beta=.15$ ), 자율성( $\beta=.10$ ) 순으로 환경에 대한 지배력이 가장 크게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 심리적 안녕감이 높을수록 자신의 정서를 이용하여 생산적인 활동의 효과를 증진시킬 수 있는 능력인 정서활용에 영향을 미치고 있음을 추측해 볼 수 있다.

이러한 결과를 보면, 심리적 안녕감 하위요인과 정서지능 하위요인과는 정적인 영향을 나타내고 있으며, 이는 심리적 안녕감이 높을수록 자신과 타인의 정서를 상황과 맥락에 맞도록 변화시키거나 긍정적인 상태로 변화, 유지시킬 수 있는 정서조절능력과 가장 큰 영향력을 보이고 있다. 또한 자신의 감정을 인식하고, 감정을 상황에 맞게 적절하게 표현하며, 자신과 타인의 정서를 효과적으로 조절할 수 있고, 자신의 정서를 이용하여 생산적인 활동의 효과를 증진시킬 수 있는 능력이 있으며, 타인이 느끼는 감정을 충분히 이해하여 공감하는 능력은 심리적 안녕감이 높을수록 정서지능에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다.

[표 6] 심리적 안녕감 하위요인에 영향을 미치는 정서지능 요인

[Table 6] Influencing Factors of Emotional Intelligence on subdivisions of Psychological Well-being

| 변인   | 요인         | B         | SE   | $\beta$ | t      | p     |
|------|------------|-----------|------|---------|--------|-------|
| 정서조절 | (상수)       | 1.720E-16 | .045 |         | .000   | 1.000 |
|      | 자아수용       | .248      | .046 | .248    | 5.444  | .000  |
|      | 삶의 목적      | .216      | .046 | .216    | 4.739  | .000  |
|      | 자율성        | .163      | .046 | .163    | 3.578  | .000  |
|      | 긍정적 대인관계   | .150      | .046 | .150    | 3.288  | .001  |
|      | 개인적 성장     | .123      | .046 | .123    | 2.697  | .007  |
|      | 환경에 대한 지배력 | .097      | .046 | .097    | 2.140  | .033  |
|      |            | R2=.169   |      | p<.001  |        |       |
| 정서인식 | (상수)       | -1.51E-17 | .047 |         | .000   | 1.000 |
|      | 긍정적 대인관계   | .292      | .047 | .292    | 6.207  | .000  |
|      | 개인적 성장     | .135      | .047 | .135    | 2.869  | .004  |
|      | 자율성        | .115      | .047 | .115    | 2.449  | .015  |
|      |            | R2=.110   |      | p<.001  |        |       |
| 감정인입 | (상수)       | -1.94E-17 | .048 |         | .000   | 1.000 |
|      | 환경에 대한 지배력 | -.171     | .048 | -.171   | -3.554 | .000  |
|      | 개인적 성장     | .146      | .048 | .146    | 3.032  | .003  |
|      | 삶의 목적      | .133      | .048 | .133    | 2.757  | .006  |
|      | 자율성        | -.102     | .048 | -.102   | -2.126 | .034  |
|      |            | R2=.069   |      | p<.001  |        |       |
| 정서표현 | (상수)       | -1.26E-16 | .046 |         | .000   | 1.000 |
|      | 자율성        | .263      | .046 | .263    | 5.719  | .000  |
|      | 긍정적 대인관계   | .250      | .046 | .250    | 5.438  | .000  |
|      | 자아수용       | .134      | .046 | .134    | 2.913  | .004  |
|      | 개인적 성장     | .094      | .046 | .094    | 2.040  | .042  |
|      |            | R2=.150   |      | p<.001  |        |       |
| 정서활용 | (상수)       | -1.31E-16 | .048 |         | .000   | 1.000 |
|      | 환경에 대한 지배력 | .193      | .048 | .193    | 3.992  | .000  |
|      | 긍정적 대인관계   | .152      | .048 | .152    | 3.140  | .002  |
|      | 자율성        | .103      | .048 | .103    | 2.130  | .034  |
|      |            | R2=.064   |      | p<.001  |        |       |

#### 4. 결론 및 논의

본 연구는 고등학생들을 대상으로 심리적 안녕감, 정서지능, 내외통제성은 성별로 어떠한 차이가 있는지, 어떠한 상관관계가 있는지 및 심리적 안녕감이 정서지능, 내외통제성에 미치는 영향을 알아보려고 하였다. 또한, 심리적 안녕감 하위요인이 정서지능 하위요인에 미치는 영향을 살펴봄으로써 심리적 안녕감의 중요성을 인식하고 심리적 안녕감을 향상시킬 수 있는 프로그램 개발 및 상담 활동에 기초자료로 제공하고자 한다. 연구결과를 중심으로 결론 및 논의를 하면 다음과 같다.

첫째, 성별에 따른 심리적 안녕감과 내외통제성은 통계적으로 유의하지 않았으며, 정서지능은 유의미한 차이를 나타냈다. 먼저, 심리적 안녕감은 성별에 따라 차이가 없었으며 이러한 결과는 선행연구들[8-11]과 일치한다. 그러나 중학생, 고등학생, 대학생을 대상으로 한 연구[12]와 성인을 대상으로 한 연구[5,6]에서는 남자가 여자보다 심리적 안녕감이 더 높다고 보고하고 있어 성차에 따른 심리적 안녕감은 다양한 결과를 보이고 있다. 또한, 내외통제성에 성차를 보이지 않는 본 연구의 결과는 의 선행 연구 결과[9,11-13]들과 일치한다. 그러나, [10]의 연구에서는 남성들이 여성보다 더 내외통제성이 높은 것으로 나타나 본 연구와 다른 결과를 나타내었다. 이러한 현상은 내외통제성이 개인적 신념에 관련되는 것이기 때문에, 상황에 대한 개인의 주관적인 관점, 혹은 가치관에 따라, 개인의 속한 사회문화적 배경에 따라, 개인의 해석이 달라지기 때문이다[7,11]. 그러나, 정서지능은 성별에 따라 유의미한 차이를 나타냈다. 이러한 결과는 선행연구들 [15-19]와 일치한다. 그러나 여학생과 남학생의 점수 차이가 통계적으로 유의하지 않다고 한 연구[20], 대학생들을 대상으로 한 연구결과[21]와는 차이가 있어, 정서지능의 성차에 대한 연구들은 일치된 결과를 보여주고 있지 않으므로 반복연구를 통한 확인이 필요하다.

둘째, 심리적 안녕감과 정서지능간 정적인 상관을 보이는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 심리적 안녕감이 높을수록 정서지능이 높다는 것을 추측할 수 있다. 이러한 연구 결과는 [2]는 정서지능이 높은 사람은 대인관계가 매우 원만하여 쾌활하고 책임감과 동정심이 강하고 타인을 배려할 줄 알며 정서표현을 적절히 하여 자신과 타인을 편안하게 하고 사람들과 잘 어울리는 특성을 가진다고 한 맥락과 일맥상통 한다고 볼 수 있다. 또한, 심리적 안녕감과 내외통제성 사이에는 정적인 상관을 보이고 있다. 이러한 결과는 심리적 안녕감이 높을수록 내적 통제성이 높다는 것을 추측할 수 있다.

셋째, 심리적 안녕감이 정서지능과 내외통제성에 유의

한 긍정적 영향을 미친다. 먼저, 심리적 안녕감이 높을수록 정서지능도 높음을 알 수 있는데 이러한 결과는 선행 연구들[19,22]의 연구결과와 일치한다. 또한, 심리적 안녕감이 높을수록 내적 통제성이 높음을 알 수 있는데 이러한 결과는 선행연구들[10,11]의 연구결과와 일치한다. 심리적 안녕감이 높을수록 내적통제성이 높고 이는 자신의 행동의 결과를 자신의 노력, 능력과 같은 개인 내적요인에 원인을 돌리며 현재의 삶은 자신이 주체적으로 만들어낸 결과로 인식하고 긍정적으로 느끼고 받아들이기 때문으로 판단된다.

넷째, 심리적 안녕감 하위요인과 정서지능 하위요인에 미치는 요인을 회귀분석을 실시한 결과, 심리적 안녕감 하위요인 모두 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 먼저, 정서조절에 미치는 영향을 살펴보면, 자아수용이 가장 크게 정서조절에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 자신의 기본과 타인의 감정 상태를 파악하여 나쁜 기분을 억제하여 좋은 기분상태로 전환하고 좋은 기분 상태를 계속해서 유지하고 강화하는 정서조절은 심리적 안녕감이 높을수록 정서조절을 잘 한다고 볼 수 있다. 또한 긍정적 대인관계가 가장 크게 정서인식에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 긍정적인 대인관계를 하기 위해서는 자신의 기분상태 뿐만 아니라 상대방의 감정을 빨리 인식해야 함을 추정해 볼 수 있다. 그리고 감정입에 미치는 영향을 살펴보면, 환경에 대한 지배력, 자율성은 부적인 영향을 미쳤으며, 개인적 성장, 삶의 목적은 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 환경을 지배하고 관리하는 외적 행동 계획을 조절하는 환경에 대한 지배력은 상대방의 감정을 공감하고 이해하는 것과는 부적인 영향을 미치는 것으로 볼 수 있으나, 자신이 성장하고 발전되어 가는 개인적인 성장과 삶의 목표와 방향 감각을 갖고 있는 삶의 목적과는 정적인 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 또한, 자율성이 가장 크게 감정표현에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고, 환경에 대한 지배력이 가장 크게 정서활용에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 결과들은 심리적 안녕감과 정서지능의 하위요인 중 정서조절이 심리적 안녕감과 가장 큰 영향력을 미치고 있으며, 심리적 안녕감이 높을수록 타인과의 관계 속에서 자신의 감정을 균형있게 조절할 줄 알며, 목표 달성을 위해 일시적인 만족이나 충동을 억제하고 긍정적으로 동기화 할 수 있는 정서표현 능력을 가지며, 타인의 감정을 상하지 않도록 배려하여 마음을 편안하게 해주는 관계를 맺음을 알 수 있다.

이상의 연구결과로 볼 때, 심리적 안녕감이 높을수록 자신의 감정을 인식하고, 감정을 상황에 맞게 적절하게

표현하며, 자신과 타인의 정서를 효과적으로 조절할 수 있고, 자신의 정서를 이용하여 생산적인 활동의 효과를 증진시킬 수 있는 능력이 있으며, 타인이 느끼는 감정을 충분히 이해하여 공감하는 정서지능과 높은 관련성이 있다. 또한 심리적 안녕감이 높을수록 자신의 선택한 결과를 외부의 환경에 두는 것이 아니라 자신의 능력, 노력 등으로 귀인하는 내적통제성과도 관련이 있다. 따라서 고등학생의 정서지능을 함양시키는 프로그램들의 개발이 필요하다고 할 수 있다.

본 연구의 한계와 후속연구에 대한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상은 제주시 소재 인문계 고등학교 학생들을 대상으로 하였기 때문에 지역적으로 특정한 곳에 편중되어 한국 청소년들에 대한 연구로 일반화하기 어렵고, 무선 표집이 이루어지지 않은 점 등으로 인해 연구결과를 일반화 시키는데 한계가 있다. 후속 연구에서는 본 한국 청소년들의 특성으로 결과가 일반화될 수 있도록 더 많은 지역과 다양한 학교유형을 대상으로 하는 후속 연구가 필요할 것이다.

둘째, 연구도구로 자기보고식 설문지만을 사용하였기 때문에 응답한 내용의 진위를 확인하기 어렵고 다소 많은 설문지의 문항수로 인해 얼마나 성의 있게 답변했느냐를 고려할 때 신뢰성 확보에 한계가 있다. 그렇기 때문에 본 척도를 사용할 때는 해석에 유의할 필요가 있으며, 다른 측정치들의 결과와 함께 종합적으로 사용하고 후속 연구에서는 이를 보완할 수 있는 관찰이나 면담 등의 질적인 연구 방법을 통해 보완할 필요가 있다.

셋째, [5]의 심리적 안녕감 척도가 우리나라 사람들에게 타당성을 갖는 것으로 밝혀지기는 했지만[6], 서구의 개인적 문화에 기초한 심리학 이론을 바탕으로 하고 있고, 또한 성인들을 대상으로 하여 개발된 척도임을 고려할 때, 우리나라 고등학생의 심리적 안녕감을 잘 예측해줄 수 있을지 다소 의문에 제기되며, 심리적 안녕감에 영향을 주는 다른 요인들의 영향력을 동일하게 통제하지 못하였기 때문에, 추후 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인들을 확인하여 통제되어야 할 필요가 있다.

## References

- [1] Jensen, M. R., Psychobiological factors predicting the course of breast cancer. *Journal of personality*, 55(2), pp. 317~342, 1987.
- [2] Moon, Y. L., EQ is high, the success seems, Seoul: Geulyirang Press, 1997.
- [3] Goleman, D., Emotional intelligence. New york: Bantam

- Book. 1995.
- [4] Shin, J. Y., Lee, Y. A., & Lee, K. H., The Effects of Life Meaning and Emotional Regulation Strategies on Psychological Well-being of Korean Adolescents. The Korean Journal of Industrial and Organizational Psychology, 17(4), pp. 1035~1057, 2005.
- [5] Ryff, C. D., Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. Journal of personality and social psychology, 57. 1069~1081, 1989.
- [6] Kim, M. S., Kim, H. W., & Cha, K. H., Analyses on the Construct of Psychological Well-Being(PWB) of Korean Male and Female Adults. The Korean Journal of Social and Personality Psychology, 15(2), pp. 19~39, 2001.
- [7] Rotter, J. B., Generalized Expectancies for Internal vs. External Control of Reinforcement. Psychological Monographs; General & Applied, 80(1), pp. 1~28, 1966.
- [8] Kim, K. H., Relationship of psychological well-being with family relationship, friendship, and school adjustment of high school and college students, Graduate School, Pusan National University, Master's Thesis, 2006.
- [9] Ahn, M. K., On the Relation of Adolescents' Body-esteem, Academic Achievements and Internal-external Locus of Control with Interpersonal Anxiety. Graduate School of Education, Sogang University, Master's Thesis, 2003.
- [10] Ha, Y. J., Relationship among self-esteem, internal locus of control, and psychological well-being : focusing on males and females in their 20s and 30s. Graduate School of Education, Yonsei University, Master's Thesis, 2007.
- [11] Lee, M. J., The Relationship among Body Esteem, Internal-External Locus of Control and Psychological Well-being of High School students. Graduate School of Education, Kunkook University, Master's Thesis, 2007.
- [12] Bae, S. A., A Study on the cognitive factors affecting adolescence's psychological well-being. Graduate School of Education, Kyungnam University, Master's Thesis, 1999.
- [13] Oh, S. M., A study on the effect on Self-concept and Internal-External Control According to Psychological Environment of Adolescence. Graduate School of Education, Kyonggi University, Master's Thesis, 2002.
- [14] Lee, H. G., Lee, S. HJ, Lee, E. A., & Park, S. A., Emotional Psychology, Seoul : Bobmunsa Press, 2005.
- [15] Bae, J. H., A study on the relationship between middle and high school students' emotional intelligence, self-concept and interpersonal relations. Graduate School of Education, Kangwon National University, Master's Thesis, 2001.
- [16] Lee, J. E., The Effects of Emotional Intelligence and Creative Personality on Children's Stress and Stress Coping Behaviors. Graduate School, Myongji University, Master's Thesis, 2008.
- [17] Jeong, H. H., Relationships between child's Emotional Intelligence and Stress, Journal of the Korean Home Economics Association, 40(7), pp. 25~39, 2002.
- [18] Choi, J. H., Influence of Parent-Childen Communication and Emotional Intelligence on the Problem Behavior of Adolescents. Graduate School, Inha University, Ph.D Thesis, 2006.
- [19] Choi, B. R., Relations between Emotional Intelligence and Subjective Well-Being of Male and Female Children. Graduate School of Education, Gyeongin National University of Education, Master's Thesis, 2010.
- [20] Min, H. K., Effect of Emotional Intelligence on Social Development and Academic Achievement of Elementary School Students. Graduate School of Education, Chuncheon National University of Education, Master's Thesis, 2005.
- [21] Lee, E. W., The Effects of the Integrated Multicultural Education Program on Children's Recognition and Attitudes toward Cultural Aspects. Graduate School, Keimyung University, Master's Thesis, 2005.
- [22] Lee, Y. R., The Effects of Adolescents' Parent-adolescent Communication, Emotion Intelligence and Parentification on Psychological Well-being. Graduate School, Myongji University, Master's Thesis, 2008.

이 경 미(Kyung-Mee Lee)

[정회원]



- 2009년 2월 : 제주대학교 가정관 리학과(이학사)
- 2011년 8월 : 제주대학교 교육대 학원 상담심리전공(상담학석사)
- 2011년 9월 ~ 현재 : 제주특별 자치도 특수교육지원센터 상담 사

<관심분야>

상담, 인터넷 중독, 특수교육

**김 영 태**(Young-Tae Kim)

[정회원]



- 1991년 2월 : 원광대학교 교육학과(문학사)
- 1995년 8월 : 원광대학교 교육학과(교육학석사)
- 2007년 2월 : 원광대학교 교육학과(교육학박사)

<관심분야>

교육심리, 교육과정, 다문화교육

---

**박 정 환**(Jung-Hwan Park)

[정회원]



- 1994년 2월 : 원광대학교 교육학과(문학석사)
- 2001년 2월 : 한국교원대학교 교육학과(교육학박사)
- 2004년 9월 ~ 현재 : 제주대학교 교육학과 부교수

<관심분야>

교육공학, 유러닝(U-Learning), 포트폴리오 평가