

## 예비 유아교사의 낙관성에 따른 스트레스 지각과 사회적 지지가 주관적 안녕감에 미치는 영향\*

The Effects of Stress Perception and Social Support on Subjective Well-being  
According to the Optimism Levels of Pre-service Early Childhood Teachers\*

박영신(Young-sin Park)<sup>1)</sup>

### ABSTRACT

The purpose of this study was to analyze the effects of stress perception and social support on subjective well-being according to differing levels of optimism. The participants in this study were 230 pre-service early childhood teachers, majoring in early childhood education at two universities located in Daegu, Gyeongbuk province. The results of this study could be summarized as follows. First, pre-service early childhood teachers were shown to be more optimistic, be more satisfied with life, and had higher positive emotion rates than average. They also showed lower stress perception and negative emotion rates than average. Second, the highly optimistic group showed higher levels than the less optimistic group in terms of both satisfaction with life and positive emotions. Third, the stress perception in both the highly optimistic group and the less optimistic group had an impact on their satisfaction with life, positive emotions, and negative emotions. The degree of peer support perceived by the highly optimistic group showed an impact on satisfaction with life and negative emotions, whereas the degree of parental support perceived by the less optimistic group showed an impact on their levels of satisfaction with life.

**Key Words** : 낙관성(optimism), 스트레스 지각(stress perception), 사회적 지지(social support), 주관적 안녕감(subjective well-being).

\* 본 논문은 2011학년도 한국아동학회 춘계학술대회 포스터 발표논문을 수정·보완한 것임.

<sup>1)</sup> 대구대학교 유아교육과 겸임교수

**Corresponding Author** : Young-sin Park, Department of Early Childhood Education, Daegu University, Kyeongsan 712-714, Korea  
E-mail : yspark0107@hanmail.net

## I. 서 론

우리 사회의 물질적인 풍요가 더해가면서 삶의 질에 대한 관심이 점차 증가하고 있다. 이처럼 삶의 질에 대한 관심이 보편화된 과정에서 인간의 병리, 약점에 대한 연구 뿐만 아니라, 강점이나 안녕에 대한 연구도 필요하다는 인식이 높아져 지난 20년 동안 심리학자들을 위시한 많은 사회 과학자들은 삶의 질 또는 안녕감에 대한 연구들을 활발히 진행시켜 오고 있다(Kim & Lim, 2003).

행복은 개인적인 차원 뿐만 아니라 사회와 공동체에 긍정적인 영향을 미치고(Fredrickson, 2003), 개인에게 더 빈번한 긍정적 정서와 만족감에 영향을 준다(Lyubomirsk, King, & Diener, 2005). 따라서 행복한 삶을 살아가는 사람은 일과 직업에 대한 성취동기와 만족이 높을 가능성이 있다. 이러한 행복감과 직업에서의 성취동기, 만족과의 관계는 유아교사에게도 다름없을 것이다. 과거에 비해 유아교사의 직무와 역할은 한층 다양하고, 복잡해져 직무과정에서 경험하는 소진과 스트레스 또한 증가하였고, 이러한 요소들이 결국 유아교사의 행복을 저해할 가능성이 있다.

유아교사의 행복은 유아의 성장과 발달에 결정적인 요소로 작용한다. 그럼에도 불구하고, 유아교사의 행복이나 안녕감에 초점을 둔 연구(Kim, 2010; M. Lee, 2010; Lee & Choi, 2009)는 아직 매우 부족한 편이다. 최근 보고된 선행연구를 살펴보면, 예비 유아교사의 자아존중감과 주관적 행복감 및 교육신념의 관계를 분석한 Kim (2010)의 연구에서 예비 유아교사의 주관적 행복감의 일반적 경향을 살펴본 결과, 전체평균은 5점 척도에서 3.35로 보통 이상의 수준으로 보고되었다. 또한 유아교사의 행복, 강점, 직무만족

의 관련성을 탐색한 Lee와 Choi(2009)의 연구에서 유아교사의 전반적인 행복은 교사의 강점 활용, 교직에 대한 만족정도와 정적관계가 있는 것으로 보고하였다. 즉, 행복한 유아교사는 자신의 강점, 예를 들어 지혜와 지식, 용기, 인간애, 정의감, 절제력, 초월성 등을 다양하고 적극적으로 활용하였으며, 교사로서의 직무에 대한 만족정도 또한 전반적으로 높다고 보고하였다.

이상의 연구결과를 보면, 긍정 심리학자들에 의해 행복한 사람의 성격강점으로 제안되는 낙관성 또한 직무만족과 관련된 가능성이 있으리라 예상할 수 있다. 그리고 영유아 교사의 행복감과 교사현신을 살펴본 M. Lee(2010)의 연구에서 교사의 행복감 수준은 보통 수준보다 약간 높은 수준으로 나타났고, 행복감과 교사현신은 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 이러한 선행연구의 결과들을 종합하면, 유아교사들의 행복감이 높다는 것은 교사로서의 개인적인 삶의 측면 뿐만 아니라, 유아교육의 질을 높이고, 더 나아가 영유아들에게 긍정적인 영향을 줄 수 있음을 시사한다. 따라서 유아교육 프로그램의 질적 측면 뿐만 아니라, 자신의 직무에 만족하고, 조직에 헌신하는데 긍정적 영향을 줄 수 있는 교사의 행복에 대해 보다 관심을 기울여야 하는 시점이라 여겨진다. 또한 Seligman, Steen과 Peterson (2005)과 같은 긍정 심리학자들에 의하면, 행복은 강점이라는 개인특성의 개발을 통해 향상 가능한 것이므로 행복한 사람들의 공통적인 성격 강점으로 제안되고 있는 특성에 초점을 둘 필요성이 있다.

그렇다면, ‘행복’은 무엇인가? 행복은 개인이 생활 속에서 주관적으로 경험하는 것으로 개인의 행복에 영향을 미치는 심리적 요인에 대한 연구에서는 행복이라는 일상적 용어보다는 ‘주관적 안녕감(subject well-being)’, ‘삶의 질(quality

of life)', '삶의 만족(satisfaction with life)' 등의 용어를 사용하는 경향이 있다(Kwon, 2008). 주관적 안녕감에 대해 Diener(1984)가 제시한 개념을 살펴보면, 주관적 안녕감은 외적기준이나 조건이라기보다는 자신의 삶 전반에 대한 주관적 평가로 인지적 요소에 해당하는 삶의 만족과 정서적 요소에 해당하는 긍정적, 부정적 정서경험으로 보았다. 또한 개인이 일상생활에서 느끼는 안녕감이나 행복감, 만족감으로서의 정서적 안정을 나타내는 성격특성으로 정의하거나(Szalai, 1980) 개인이 자신의 인생에 대한 질적 수준을 긍정적으로 판단하는 정도를 의미하는 것으로 정의하기도 하였다(Veenhoven, 1991). 학자마다 개념 정의에 다소 차이가 있으나, 삶의 만족과 긍정, 부정정서의 경험은 행복, 즉 주관적 안녕감 경험의 핵심요소로서 사람들이 자신의 행복 경험을 보고할 때, 반복적으로 언급하는 내용으로 볼 수 있다(Suh, Koo, Lee, Jueng, & Choi, 2010). 특히, 이러한 주관적 안녕감은 인구통계학적 변수의 설명력이 낮은 것으로 밝혀져(Diener, 1984; Myers & Diener, 1995) 이를 예측하는 보다 안정적인 심리적, 문화적 변인을 중심으로 연구가 진행되고 있는 추세이다.

주관적 안녕감의 구성요소로 언급되는 삶의 만족, 긍정정서, 부정정서는 때때로 한 개인 내에서 비슷한 정도로 발생하지만, 이런 구성요소들은 분리된 것이다(Lucas, Diener, & Suh, 1996). 특히, 긍정정서와 부정정서로 정서반응을 분리하여 포함시킨 것은 두 가지 정서가 관련성이 있긴 하지만, 구별되는 요인으로 서로 독립적인 것으로 밝혀지고 있기 때문이다(Brown & Ryan, 2003; Diener & Emmons, 1984). 따라서 주관적 안녕감이 높다는 것은 자신의 삶을 만족스럽게 받아들이고, 긍정적인 정서는 많이, 그리고 부정적 정서는 적게 경험하는 것을 의미한다. 본 연

구에서의 행복은 개인이 지각하는 인지적 요인과 정서적 요인을 포함하는 개념인 '주관적 안녕감'의 용어를 사용하고자 한다.

한편, 교사라는 직업은 다른 직업에 비해 높은 수준의 스트레스를 갖는 직업으로 분류된다(Kovess-Masféty, Rios-Seidel, & Sevilla-Dedieu, 2007). 특히, 유아교육기관의 교사들은 다양한 역할과 과중한 업무로 인한 높은 직무 스트레스가 있다(Cho & Koo, 2005; Shin & Parker, 2010; Wilhelm, Dewhurst-Savellis, & Park, 2000). 그러나 모든 교사들이 스트레스로 생기는 부정적인 정서로 인해 심리적 부적응을 겪거나 불행한 것은 아니다. 어떤 유아교사는 높은 스트레스 상황에도 불구하고, 다시 자신의 안녕을 되찾고 교직 생활을 잘 유지할 뿐만 아니라, 교사로서 더욱 성숙해지기도 한다. 즉, 같은 정도의 스트레스를 경험한다 할지라도 어떤 사람에게는 삶에 긍정적으로 작용할 수 있으며, 어떤 사람에게는 부정적으로 작용하여 재적응이 불가능하게 되기도 한다(Faser, Kirby, & Smokoski, 2003; Park, 2005). 이것은 같은 수준의 스트레스를 경험한다 할지라도 사람마다 다른 반응과 양상을 유발하게 하는 요인이 있음을 시사하는 것이다.

선행연구에서는 외향성, 자존심, 개인적 통제감, 낙관성 등의 성격요인이 주관적 안녕감과 관련된다고 보고된 바 있다(Scheier & Carver, 1985). 특히, 낙관성은 현재 혹은 미래를 낙관적으로 바라보거나 사건을 낙관적으로 귀인하는 개인 내적 보호요인으로 다루어져 개인의 적응 과정 및 심리적, 신체적 건강과 관련하여 긍정적인 기능을 하는 안정적인 심리적 변인이다(Do & Lee, 2008; Scheier & Carver, 1985). 따라서 이러한 미래에 대한 낙관적인 기대인 낙관성이 현재 삶의 안녕감에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다고 본다.

낙관성(optimism) 연구는 사람의 기질 또는 성향으로 보는 낙관성(Scheier & Carver, 1985)과 설명양식으로 보는 낙관성(optimistic explanatory style)으로 크게 두 가지 관점으로 구분된다. 먼저, 기질적 낙관성(dispositional optimism)은 미래에 나쁜 일보다는 좀 더 나은 일들이 일어날 것이라는 일반적 기대로 자신의 목표를 달성하기 위해 더 노력하게 하거나 반대로 노력을 철회하고 수동적이게 하는 중요한 결정인자이다. 이러한 기질적 낙관성은 상황 특정적이기보다는 시간과 상황이 변하더라도 비교적 일관되게 나타나는 성격특성으로 개인의 사고, 판단, 행동에 광범위한 영향을 미치는 요소이다.

한편, Peterson과 Seligman(1984)은 사람의 성격특성보다는 설명양식으로 낙관성을 개념화하였다. 이러한 견해에 따르면, 낙관성은 자신이 겪은 부정적 사건에 대해 외적, 불안정한, 특정한 귀인을 하는 것으로 부정적인 사건이 발생한 원인이 외부적, 일시적, 구체적인 영역에 있다고 해석한다. 반면, 비관적인 사람들은 부정적 사건이나 경험이 자기 내부적이고, 포괄적인 사실들에 있다고 해석한다(Carr, 2004). 이처럼 부정적 사건이나 경험에 대한 설명양식의 차이가 나타나는데, 일반적으로 자신에게 일어난 부정적인 사건을 외적이고, 불안정하며, 영역 특정한 원인으로 귀인을 하는 사람들은 미래에 일어날 일을 통제하려고 노력하는 유연한 적응성을 보여준다(Lee & Lee, 2011). 이상의 낙관성에 대한 두 가지 접근은 기대 이전의 변인들의 측정인지, 기대 그 자체의 측정인지의 차이가 있다(Carver & Scheier, 2002). 두 가지 접근 가운데 특히, 기질적 낙관성은 가장 직접적으로 측정할 수 있어(Norem & Chang, 2000) 본 연구에서의 낙관성은 Scheier와 Carver(1992)의 기질적 낙관성으로 정의하고자 한다.

낙관성에 초점을 둔 국외 선행연구를 살펴보면, 낙관성을 주관적 안녕감의 신뢰로운 예언변인으로 밝히고 있다(Scheier & Carver, 1992). 먼저 대학생들을 대상으로 한 연구에서 낙관성이 높은 학생들은 자존감이 더 높으며, 더 나은 적응을, 뿐만 아니라(Aspinwall, Lisa, Taylor, & Shelly, 1992) 더 긍정적인 기분상태를 유지하였다(Scheier & Carver, 1985; Segerstrom, Taylor, Kemeny, & Fahey, 1998). 또한 국내에서 낙관성을 주제로 한 선행연구를 보면, 초등학교 교사의 낙관성, 교사효능감, 직무만족의 관계를 밝힌 Kim(2009)의 연구, 대학생의 낙관성과 강인성의 매개효과를 통해 행복증진 프로그램의 효과성을 연구한 Kim, Lee와 Kim(2010)의 연구, 대학생의 낙관성이 거부민감성, 정서표현성 및 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴본 Sim(2007)의 연구, 부모관련 스트레스 및 또래지지의 조절효과를 중심으로 초등학교 고학년 아동의 낙관성과 주관적 안녕감의 관계를 살펴본 You와 Bang(2011)의 연구, 초, 중, 고등학교 교사의 자율성, 낙관성, 교수몰입과 주관적 안녕감의 관계를 살펴본 Lee와 Lee(2011)의 연구 등이 있다. 이처럼 국내의 낙관성 연구들은 2000년대 후반 들어 보다 활발하게 진행되고 있고, 연구대상의 범위 또한 초등학생과 청소년, 대학생, 교사 등으로 다양함을 알 수 있으나, 유아교육기관 현장 진입을 준비하는 직전 단계에 있는 예비 유아교사에 초점을 둔 연구는 거의 이루어지지 않았다.

이상에서 살펴본 기질적 낙관성은 상황 특정적이기보다 시간과 상황이 바뀌더라도 비교적 일관되게 나타나는 안정적인 성격특성이다(Scheier & Carver, 1985). 따라서 이와 관련된 개인외적 요인에 대해 밝혀 주관적 안녕감 증진을 위한 방안을 모색할 필요가 있는데, 그렇다면 주관적 안녕감과 관련된 개인외적 요인으로 어

면 것이 있는지 살펴보아야 한다. 먼저, 스트레스를 살펴볼 필요성이 제기된다. 스트레스는 특정 상황에 대해 어떻게 이것을 지각하는지에 대한 개인적인 가치나 정서에 대한 평가인식이다(Weinstein, Brown, & Ryan, 2009). 즉, 어떻게 스트레스를 인지하고 받아들이느냐 사람마다 차이가 있어 스트레스 요인을 위협으로 받아들일 수도 있고, 삶의 긍정적인 도전으로 평가할 수도 있어 이를 ‘스트레스 지각(stress perception)’이라 한다(Lazarus & Folkman, 1984; Spada, Nikčević, Moneta, & Wells, 2008). 따라서 동일한 수준의 스트레스 요인이라 할지라도 사람마다 이를 지각하는 것에는 차이가 있음을 알 수 있다. 이러한 측면에서 낙관성은 스트레스가 큰 상황과 적응 사이의 관계에서 큰 설명력을 가지는 개인내적 요인으로서, 부정적인 삶의 사건이 신체 건강이나 심리적 적응을 악화시키는 데 보호요인으로 작용할 수 있다(Magaletta & Oliver, 1999). 따라서 낙관성은 개인적인 가치나 정서에 대한 평가과정에 영향을 주어 스트레스 지각 차이를 유발할 수 있다(Choi, 2010; Lee, 2007).

한편, 사회적 지지로서의 대인관계 또한 주관적 안녕감에 중요하다. 외국의 선행연구에서 삶의 만족에 기여하는 변인으로 가족관계와 우정을 제시한 바 있고(Argyle, 1987; Campbell, 1981), 한국 사람들 또한 가족관계와 친구관계에 대해 긍정적으로 지각할수록 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다(Kwak, 1995; Park, Kim, Kim, & Min, 1999). 즉, 사회적 관계 속에서 개인이 사회적 지지체계나 자원들의 지지를 지각하는 정도가 높을수록 심리적 안녕을 누리고 긍정적인 사고를 한다(Cohen & Wills, 1985)는 것을 의미하여 대인관계가 주관적 안녕감에 영향을 주는 요소가 됨을 알 수 있다(Myer & Diener, 1995).

그러나 사회적 지지를 측정할 때, 사회적 관계망의 크기를 나타내는 객관적인 사회 관계망보다 가족, 친구들과 어떤 관계를 맺고 있는가하는 관계의 질이 중요하다. 즉, 관계맺는 가족이나 친구들의 수보다는 관계의 질이 주관적 안녕감의 하위요인인 긍정정서, 부정정서와 관련된다 고 밝혀졌다. 특히, 우리나라 문화권에서는 서양 문화권에서와 달리 긍정적인 대인관계와 같은 집단주의 문화와 관련된 사항들이 개인의 삶의 질을 결정하는데 중요한 요인이 된다(Kim, Kim, & Cha, 2001).

사람들에게 사회적 지지가 없다면, 일상의 스트레스가 없지않더라도 주관적 안녕감이 낮아질 가능성이 있다. 연령이 증가할수록 가정뿐만 아니라, 학교나 직장 등으로 생활범위가 확대되어 그 집단 내에서의 대인관계로 인해 삶의 질과 정서경험은 영향을 받게 된다. 청소년기를 벗어나 성인기에 접어든 대학생들은 아직 부모로부터 완전히 독립된 생활을 하는 시기는 아니므로 부모로부터의 지지가 여전히 중요하리라 예상된다. 또한 청소년기를 거쳐 대학생생활에서 맺어진 친구관계까지 고려한다면, 친구관계 또한 삶에 큰 영향을 줄 수 있을 것이다. 청소년을 대상으로 한 연구에서는 가족들보다 친구들의 지지가 긍정정서에 보다 중요하다고 밝혀진 바 있으나(Kee-Lee Chou, 1999), 성인기에 접어든 대학생들의 안녕감에 영향을 주는 사회적 지지원은 무엇인지 밝혀볼 필요도 있다.

유아교육현장의 많은 부분은 교사의 의도적이고, 계획적인 활동으로 이루어지기 때문에 교사는 유아에게 가장 밀접하고 강력한 영향력을 미친다. 교사로서의 성장은 지속적인 발달과정을 거치므로 유아교육현장 진입의 직전단계로서 예비 유아교사의 안녕감 또한 건강한 유아교사를 확보하는데 중요함에도 불구하고, 아직 그들의

주관적 안녕감에 초점을 둔 연구는 미비하다. 또한 예비 유아교사의 안녕감 증진을 위해 낙관성과 스트레스 지각, 사회적 지지와의 관계를 밝힌 연구는 거의 없는 실정이다. 이러한 측면에서 본 연구에서는 먼저, 예비 유아교사의 낙관성, 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감의 전반적인 수준을 점검해 보고, 낙관성 수준에 따른 관련 변인들의 차이를 살펴보고자 한다. 또한 낙관성 수준에 따라 스트레스 지각과 사회적 지지가 주관적 안녕감에 미치는 영향력을 규명해 보고자 한다. 본 연구를 통해 예비 유아교사 단계에서 이후 직업생활에서의 주관적 안녕감을 증진시키기 위해 인간의 성격적 강점으로 밝혀지고 있는 낙관성과 이와 관련된 삶의 스트레스와 사회적 지지의 지각에 대한 심리적 개입을 위한 기초자료를 제공할 수 있을 것이다. 이에 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

- <연구문제 1> 예비 유아교사의 낙관성, 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감의 일반적 경향은 어떠한가?
- <연구문제 2> 예비 유아교사의 낙관성 수준에 따른 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감은 차이가 있는가?
- <연구문제 3> 예비 유아교사의 낙관성 수준에 따라 주관적 안녕감에 미치는 스트레스 지각, 사회적 지지의 영향력은 어떠한가?

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구는 2010년 6월 1주~3주 동안 대구·경북에 소재하는 4년제 대학교 2곳의 유아교육

과에 재학 중인 대학생 254명을 대상으로 설문을 실시하였다. 본 연구자가 연구목적에 대해 충분히 설명하고, 학생들의 동의를 구한 후 설문을 완성하도록 하였으며, 연구협조에 동의한 대학에는 우편으로 설문지를 전달하여 2주 후 응답이 완료된 설문지를 수거하였다. 본 연구에서 배부한 254부의 설문지 가운데 245부를 수거하였고, 그 가운데 불성실한 응답을 한 15부를 제외하여 최종 표본수는 230부로 이를 분석자료로 사용하였다.

연구대상자 사회인구학적 배경을 살펴보면, 여학생 223명(97.0%), 남학생 7명(3%)으로 학과 특성상 여학생이 대다수로 포함되었다. 또한 학년분포를 살펴보면, 1학년은 75명(32.6%), 2학년은 62명(27.0%), 3학년은 26명(11.3%), 4학년은 67명(29.1%)으로 나타나 1학년이 가장 많았고, 그 다음으로 4학년, 2학년, 3학년의 순이었다.

### 2. 연구도구

#### 1) 낙관성

본 연구에서는 낙관성을 측정하기 위하여 Scheier, Carver와 Bridge(1994)가 개정한 삶의 정향 평가지(Revised Life Orientation Test : LOT-R)를 Shin(2005)이 번안한 척도를 사용하였다. 이 척도는 미래에 대한 일반화된 기대감을 측정하는 문항들로 구성되어 있다. 총 10개 문항 중 3개 문항은 긍정적인 진술문항으로 ‘불안한 상황에서도, 나는 보통 최선의 결과가 나타나리라고 기대한다.’ 등이고, 3문항은 부정적인 진술 문항으로 ‘나에게 좋은 일이 일어나리라는 기대를 걸지 않는다.’ 등으로 서술되어 있으며, 나머지 4문항은 검사의도를 인식하지 못하게끔 하는 모호문항으로 ‘나는 쉽게 긴장을 풀 수 있다.’ 등으로 구성되어 있다. 이 척도는 Likert식 5점 척

도로 1(전혀 그렇지 않다)에서부터 5(매우 그렇다)까지 선택하도록 되어 있다. 부정적인 진술문항은 역점수로 환산하여 채점하고, 모호문항은 채점에서 제외되어 총점범위는 6점에서 30점이다. 점수가 높을수록 낙관성이 높은 것을 의미한다. 선행연구에서 보고된 신뢰도 계수 Cronbach  $\alpha$ 를 살펴보면, Shin(2005)의 연구와 본 연구에서 모두 .72로 나타났다.

### 2) 스트레스 지각

스트레스 지각을 측정하기 위하여 Cohen, Kamarack과 Mermelstein(1983)이 개발한 척도를 수정, 번안한 J. Lee(2005)의 척도를 사용하였다. J. Lee(2005)는 Cohen, Kamarack과 Mermelstein(1983)이 개발한 척도를 Cohen과 Williamson(1988)이 요인분석을 통하여 단축형으로 수정한 것을 번안한 것이다. 이 척도는 삶에서 경험하는 스트레스 상황이 스트레스로 지각되는 정도를 측정하는 것으로 일상생활에서 예측할 수 없고, 통제가 불가능하고, 과도한 부담이 느껴지는가에 대한 질문으로 총 10문항이며, 단일요인으로 측정하고 있다. 이 척도는 Likert식 5점 척도로 1(전혀 그렇지 않다)에서부터 5(매우 그렇다)까지 선택하도록 되어 있고, 10문항 중 4문항은 역채점 문항이다. 점수가 높을수록 스트레스에 대한 지각이 높은 것이다. 선행연구에서 보고된 신뢰도 계수 Cronbach  $\alpha$ 를 살펴보면, Cohen과 Williamson(1988)의 연구에서는 .78, J. Lee(2005)의 연구에서는 .83, 본 연구에서는 .84로 나타났다.

### 3) 사회적 지지

사회적 지지를 측정하기 위하여 Park(1995)이 개발한 척도를 수정·보완한 Kim(2005)의 측정도구를 사용하였다. 이 척도는 정서적, 정보적,

평가적, 물질적 지지의 4개 하위요인 25문항으로 구성되어 있으며, Likert식 5점 척도로 1(전혀 그렇지 않다)에서부터 5(매우 그렇다)까지 척도 상에서 부모, 친구로부터 지각된 지지정도를 평가하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 사회적 지지가 높음을 의미한다. 총 25개 문항 중 7개 문항은 정서적 지지에 대한 문항으로 '내가 사랑과 보살핌을 받고 있다고 느끼게 해 준다.' 등이고, 6문항은 평가적 지지에 대한 문항으로 '내가 취한 행동의 옳고 그름을 객관적으로 평가해 준다고 생각한다.'이다. 그리고 6개 문항은 정보적 지지에 대한 문항으로 '내게 생긴 문제의 원인을 찾는데 도움이 되는 정보와 지식을 제공해 줄 것이다.' 등이고, 6개 문항은 물질적 지지에 대한 문항으로 '내가 필요로 하는 돈이나 물건 등에 대해 최선을 다해 마련해 줄 것이다.' 등이다. 선행연구에서 보고된 신뢰도 계수 Cronbach  $\alpha$ 를 살펴보면, Kim(2005)의 연구에서 .92로 나타났고, 본 연구에서는 .94로 나타났다.

### 4) 주관적 안녕감

주관적 안녕감을 측정하기 위하여 E. Lee(2005)가 번안한 측정도구를 사용하였다. 먼저, 삶의 만족은 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 개발한 삶의 만족도 척도(Satisfaction with Life Scale : SWLS)를 E. Lee(2005)가 번안한 척도를 사용하였다. 이 척도는 5문항으로 구성되어 있으며, Likert식 7점 척도로 1(전혀 그렇지 않다)에서부터 7(매우 그렇다)까지 선택하도록 되어 있고, 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높음을 의미한다. E. Lee(2005)의 연구에서 보고된 신뢰도 계수 Cronbach  $\alpha$ 는 .85로 나타났고, 본 연구에서는 .84로 나타났다.

또한 주관적 안녕감을 구성하는 정적 정서와 부정 정서를 느끼는 빈도를 알아보기 위해

ITAS(Intensity & Time Affect Scale)를 E. Lee (2005)가 번안한 척도를 사용하였다. 이 척도도 Likert식 7점 척도로 ‘1(전혀 느낀 적이 없다)’에서부터 ‘7(항상 느꼈다)’까지 선택하도록 되어 있다. 정적 정서를 나타내는 8개의 단어와 부정 정서를 나타내는 16개의 단어에 대해 지난 한 달 동안 각각 ‘전혀 느낀 적이 없다(1)’에서 ‘항상 느꼈다(7)’까지 7점 척도로 평가하도록 되어 있다. 정적 정서를 나타내는 단어는 ‘만족감’, ‘애정’, ‘기쁨’ 등이고, 부정 정서를 나타내는 단어는 ‘두려움’, ‘짜증’, ‘외로움’, ‘초조함’ 등으로 모두 24개의 정서상태를 나타내는 단어들로 구성되었다. E. Lee(2005)의 연구에서 보고된 신뢰도 계수 Cronbach  $\alpha$ 를 살펴보면, 정적 정서는 .90, 부정 정서는 .89로 나타났고, 본 연구에서는 정적 정서 .87, 부정 정서 .90으로 나타났다.

### 3. 분석방법

첫째, 예비 유아교사의 낙관성, 스트레스 지각, 주관적 안녕감의 일반적 경향을 알아보기 위해 기술적 통계분석을 통해 평균과 표준편차, 백분율을 산출하였으며, 척도의 신뢰도를 알아보기 위해 신뢰도 계수 Cronbach  $\alpha$ 를 산출하였다.

둘째, 낙관성 정도에 따른 스트레스 지각과 사회적 지지, 주관적 안녕감의 차이를 알아보기 위해 낙관성 점수 상위 30%, 하위 30% 집단간 독립표본  $t$ 검증을 실시하였다. 셋째, 본 연구의 변인간 관계 및 중다회귀분석을 위한 선행으로 독립변인들의 다중공선성을 알아보았으며, 주관적 안녕감에 대한 관련 변인들의 상대적 영향력을 분석하기 위해 단계적 중다회귀분석(Stepwise Multiregression)을 실시하였다. 이상의 분석을 위해 SPSS 18.0을 사용하였다.

## III 결과분석

### 1. 예비 유아교사의 낙관성, 스트레스 지각, 사회적 지지 및 주관적 안녕감의 일반적 경향

예비 유아교사의 낙관성, 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감(삶의 만족, 긍정정서, 부정정서)의 일반적 경향을 알아보기 위해 기술적 통계분석을 실시한 결과는 Table 1과 같다.

Table 1에 나타난 바와 같이 낙관성( $M = 3.69$ ,  $SD = .67$ )과 삶의 만족( $M = 4.37$ ,  $SD = 1.07$ ), 긍정정서( $M = 4.39$ ,  $SD = 1.09$ )는 보통으로 조금

<Table 1> Pre-service early childhood teachers' optimism, stress perception, social support and subjective well-being scores; mean and standard deviation ( $N = 230$ )

Study variables		Score range	<i>M</i>	<i>SD</i>
Optimism		1-5	3.69	.67
Stress perception		1-5	2.84	.64
Social support	Parental support	1-5	4.28	.66
	Peer support	1-5	4.08	.57
Subjective well-being	Satisfaction with Life	1-7	4.37	1.07
	Positive emotion	1-7	4.39	1.09
	Negative emotion	1-7	2.68	.83



높게 나타났고, 부모지지( $M = 4.28, SD = .66$ )와 친구지지( $M = 4.08, SD = .57$ )는 보통보다 높았으며, 스트레스 지각( $M = 2.84, SD = .64$ )과 부정정서( $M = 2.68, SD = .83$ )는 보통보다 낮게 나타났다. 이 결과는 예비 유아교사들은 비교적 낙관적인 성향을 가지고, 자신의 삶에 대해 만족하면서 긍정적인 정서경험을 하는 경향이 있으며, 부모와 친구로부터 지지를 비교적 높게 인식하고 있는 편이다. 또한 일상생활에서 지각하는 스트레스는 낮은 편이고, 부정적인 정서경험은 적게 하는 편이라 해석할 수 있다.

## 2. 예비 유아교사의 낙관성 수준에 따른 스트레스 지각, 사회적 지지 및 주관적 안녕감의 차이

낙관성 수준에 따른 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감의 차이를 검증하기 위하여 낙관성 점수의 상위 30%, 하위 30%를 선정하여

독립표본  $t$ -검증을 실시하였다. Table 2에서 보듯이 낙관성 수준에 따른 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감의 하위변인인 삶의 만족, 긍정정서, 부정정서에서 유의미한 차이가 나타났다.

먼저, 낙관성 수준에 따른 스트레스 지각 차이를 살펴보면, 낙관성이 높은 학생의 스트레스( $M = 2.61, SD = .83$ )가 낙관성이 낮은 학생의 스트레스( $M = 3.01, SD = .47$ ) 보다 유의하게 낮은 것으로 나타났다( $t = -3.87, p < .001$ ). 이 결과는 낙관적인 성향이 높은 학생들이 낮은 학생보다 스트레스를 적게 지각함을 의미한다.

또한 낙관성 수준에 따른 사회적 지지 차이를 살펴보면, 낙관성이 높은 학생의 부모지지( $M = 4.44, SD = .60$ )가 낮은 학생( $M = 4.10, SD = .71$ ) 보다 유의하게 높고( $t = 3.36, p < .01$ ), 친구지지 또한 낙관성이 높은 학생( $M = 4.16, SD = .55$ )이 낮은 학생( $M = 3.97, SD = .63$ )보다 유의하게 높

<Table 2> The stress perception, social support and subjective well-being according to the optimism levels of pre-service early childhood teachers ( $N = 230$ )

Study variable	Optimism levels	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	
Stress perception	Above 30%	82	2.61	.83	-3.87***	170	
	Below 30%	90	3.01	.47			
Social support	Parental support	Above 30%	82	4.44	.60	3.36**	170
		Below 30%	90	4.10	.71		
	Peer support	Above 30%	82	4.16	.55	2.14*	170
		Below 30%	90	3.97	.63		
Subjective well-being	Life satisfaction	Above 30%	82	4.89	.98	5.93***	170
		Below 30%	90	3.96	1.08		
	Positive emotions	Above 30%	92	4.66	1.15	3.03**	170
		Below 30%	90	4.16	1.02		
	Negative emotions	Above 30%	82	2.39	.68	-4.52***	170
		Below 30%	90	2.96	.92		

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

은 것으로 나타났다( $t = 2.14, p < .05$ ). 즉, 낙관적인 성향이 높은 학생들이 낮은 학생보다 부모와 친구로부터의 지지를 많이 받고 있음을 알 수 있다.

마지막으로 낙관성 수준에 따른 주관적 안녕감의 하위변인에서 나타난 차이를 살펴보면, 낙관성이 높은 학생의 삶의 만족( $M = 4.89, SD = .98$ ), 낮은 학생의 삶의 만족( $M = 3.96, SD = 1.08$ )보다 유의하게 높고( $t = 5.93, p < .001$ ), 긍정정서도 낙관성이 높은 학생( $M = 4.66, SD = 1.15$ )이 낮은 학생( $M = 4.16, SD = 1.02$ )보다 높게 나타났다( $t = 3.03, p < .01$ ). 그리고 부정정서의 경우 낙관성이 높은 학생( $M = 2.39, SD = .68$ )보다 낮은 학생( $M = 2.96, SD = .92$ )이 낮게 나타났다( $t = -4.52, p < .001$ ). 이 결과는 낙관적 성향이 높은 학생들이 낮은 학생보다 자신의 삶에 만족하고, 긍정적인 정서를 더 많이 느끼고, 부정적인 정서를 더 적게 느끼고 있음을 알 수 있다.

이상의 결과를 종합하면, 낙관성이 높은 학생이 낮은 학생보다 스트레스를 덜 느끼고, 부모와 친구로부터 사회적 지지를 많이 받음을 알 수 있다. 또한, 자신의 삶에 대해 만족하면서 긍정적인 정서경험은 많이, 부정적인 정서경험은 적게 한다는 것을 알 수 있다.

### 3. 예비 유아교사의 낙관성 수준에 따른 스트레스 지각, 사회적 지지가 주관적 안녕감에 미치는 영향

예비 유아교사의 주관적 안녕감에 대한 스트레스 지각, 사회적 지지의 영향이 낙관성 수준에 따라 어떻게 다르게 나타나는지 알아보고자 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. 회귀분석에 앞서 독립변인간 다중공선성 문제를 진단한 결

과, VIF는 1.00~1.15, Durbin-Watson 지수는 1.85~2.04로 나타나 VIF가 1에 근접할수록, Durbin-Watson 지수는 2에 가까울수록 독립성 가정이 충족된다는 기준에 적합하다고 판단할 수 있다.

예비 유아교사 주관적 안녕감의 하위변인인 삶의 만족, 긍정정서, 부정정서에 대한 설명변량이 큰 변수부터 투입된 최종모형을 각각 Table 3, Table 4, Table 5에 제시하였다. Table 3에서 보는 바와 같이 전체 집단을 대상으로 삶의 만족에 대해 분석한 결과, 총 설명력은 32%로 스트레스 지각( $\beta = -.39, p < .001$ ), 낙관성( $\beta = .29, p < .001$ ), 친구지지( $\beta = .22, p < .001$ )의 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

한편, 낙관성 상위 30% 집단과 하위 30% 집단을 대상으로 각각 삶의 만족에 대한 스트레스 지각, 사회적 지지의 영향을 분석하였다. 그 결과는 Table 3에서 보는 바와 같이, 낙관성이 높은 집단의 경우에는 삶의 만족에 대한 설명력이 21%로 나타났는데, 친구지지( $\beta = .34, p < .01$ ), 스트레스 지각( $\beta = -.28, p < .01$ )이 영향을 미치는 변인으로 나타났고, 낙관성이 낮은 집단은 삶의 만족에 대한 설명력이 28%로 스트레스 지각( $\beta = -.40, p < .001$ )과 부모지지( $\beta = .22, p < .05$ )가 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 결과는 낙관성이 높고 낮음에 상관없이 스트레스 지각이 낮을수록 자신의 삶에 만족함을 의미하나, 낙관성이 높은 사람의 경우에는 친구로부터의 지지가, 낙관성이 낮은 사람의 경우에는 부모로부터의 지지가 안녕감 향상에 긍정적 영향을 준다는 것을 알 수 있다.

그 다음으로 전체 집단을 대상으로 긍정정서에 대해 분석한 결과는 Table 4에서 제시된 바와 같이 총 설명력은 23%로 친구지지( $\beta = .36, p < .001$ )와 스트레스 지각( $\beta = -.26, p < .001$ )의 순

<Table 3> The effects of stress perception and social support on life satisfaction according to the optimism levels of pre-service early childhood teachers

Grouping	Predictor	<i>B</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\Delta R^2$	$R^2$	<i>F</i>
All ( <i>N</i> = 230)	(Constant)	2.84		4.85			35.13*** (3, 226)
	Stress perception	-.65	-.39	-6.97***	.17	.17	
	Optimism	.46	.29	5.18***	.11	.27	
	Peer support	.41	.22	3.85***	.05	.32	
Above 30% optimism ( <i>N</i> = 82)	(Constant)	3.22		3.82***			10.68*** (2, 79)
	Peer support	.61	.34	3.39**	.14	.14	
	Stress perception	-.33	-.28	-2.78**	.08	.21	
Below 30% optimism ( <i>N</i> = 90)	(Constant)	5.38		5.04***			16.51*** (2, 87)
	Stress perception	-.93	-.40	-4.10***	.23	.23	
	Parental support	.34	.22	2.26*	.04	.28	

\**p* < .05. \*\**p* < .01. \*\*\**p* < .001.

으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

또한, 낙관성이 높은 집단과 낮은 집단의 긍정 정서에 영향을 주는 변인을 분석한 결과, 낙관성이 높은 집단에서 친구지지( $\beta = .34, p < .01$ ), 스트레스 지각( $\beta = -.28, p < .01$ )이 긍정정서 변량에 대해 21%를 설명하였고, 낙관성이 낮은 집단

또한 친구지지( $\beta = .37, p < .001$ )와 스트레스 지각( $\beta = -.29, p < .01$ )의 영향이 동일하게 나타나 27%의 설명력을 나타냈다. 이 결과는 낙관성 수준에 따른 집단간 변인의 설명력은 다소 차이가 나타났으나, 낙관성이 높고 낮음에 상관없이 친구로부터 지지받고, 스트레스를 적게 지각하는

<Table 4> The effects of stress perception and social support on positive emotions according to the optimism levels of pre-service early childhood teachers

Grouping	Predictor	<i>B</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\Delta R^2$	$R^2$	<i>F</i>
All ( <i>N</i> = 230)	(Constant)	2.83		4.89			33.61*** (2, 227)
	Peer support	.70	.36	6.14***	.16	.16	
	Stress perception	-.45	-.26	-4.49***	.07	.23	
Above 30% optimism ( <i>N</i> = 82)	(Constant)	2.67		2.71**			10.63*** (2, 79)
	Peer support	.72	.34	3.41**	.14	.14	
	Stress perception	-.38	-.28	-2.74**	.08	.21	
Below 30% optimism ( <i>N</i> = 90)	(Constant)	3.68		3.83***			16.00*** (2, 87)
	Peer support	.60	.37	3.93***	.19	.19	
	Stress perception	-.64	-.29	-3.10**	.08	.27	

\*\**p* < .01. \*\*\**p* < .001.

<Table 5> The effects of stress perception and social support on negative emotions according to the optimism levels of pre-service early childhood teachers

Grouping	Predictor	B	$\beta$	t	$\Delta R^2$	R <sup>2</sup>	F
All (N = 230)	(Constant)	2.33		7.19			
	Stress perception	.61	.47	8.36***	.21	.21	47.49*** (2, 227)
	Optimism	-.37	-.30	-5.35***	.09	.30	
Above 30% optimism (N = 82)	(Constant)	3.59		6.26***			
	Peer support	-.45	-.36	-3.65***	.15	.15	12.82*** (2, 70)
	Stress perception	.25	.31	3.12**	.09	.25	
Below 30% optimism (N = 90)	(Constant)	-.22		-.40			35.48*** (1, 88)
	Stress perception	1.05	.54	5.96***	.29	.29	

\*\*p < .01. \*\*\*p < .001.

경우 일상생활에서 긍정적인 정서를 경험할 가능성이 크다는 것을 의미한다.

마지막으로 부정정서에 대해 분석한 결과는 Table 5와 같다. 전체 집단을 대상으로 분석하였을 때, 총 설명력은 30%로 스트레스 지각( $\beta = .47, p < .001$ )과 낙관성( $\beta = -.30, p < .001$ )의 순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다.

또한, 낙관성이 높은 집단과 낮은 집단의 부정정서에 영향을 주는 변인을 분석한 결과, 낙관성이 높은 집단에서 친구지지( $\beta = -.36, p < .001$ ), 스트레스 지각( $\beta = .31, p < .01$ )이 부정정서 변량에 대한 25%의 설명력을, 낙관성이 낮은 집단의 경우 스트레스 지각( $\beta = .54, p < .001$ )만이 영향을 주어 29%의 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 즉, 낙관성이 높은 사람도 친구로부터 지지받지 못한다고 느끼거나 스트레스를 많이 지각하게 되면 부정정서를 많이 경험할 수 있음을 알 수 있다. 특히, 낙관성이 낮은 사람은 스트레스 지각이라는 단일요인만으로도 부정정서 변량의 29%를 설명하는 것을 볼 때, 낙관성이 높은 사람에 비해 스트레스로 인한 부정정서를 경험

할 가능성이 보다 크다고 해석된다.

#### IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 예비 유아교사의 낙관성, 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감의 일반적 경향을 알아보고, 낙관성 수준에 따른 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감의 차이를 탐색하였다. 또한 낙관성 수준에 따라 주관적 안녕감의 하위변인으로 구성된 삶의 만족, 긍정정서, 부정정서에 대한 스트레스 지각, 사회적 지지의 영향을 살펴보았다. 본 연구의 결과를 바탕으로 논의점을 제시하면 다음과 같다.

##### 1. 예비 유아교사의 낙관성, 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감의 일반적 경향

<연구문제 1>에서 예비 유아교사의 낙관성, 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감의 일반적 경향을 살펴본 결과, 낙관성, 삶의 만족,

긍정정서는 보통 수준보다 조금 높게 나타났다. 또한 부모지지와 친구지지는 보통보다 높게 나타난 반면, 스트레스 지각과 부정정서는 보통보다 조금 낮게 나타났다. 이 결과는 4년제 대학의 유아교육과에 재학 중인 예비 유아교사들은 비교적 낙관적인 성향을 가지고, 자신의 삶에 대해 만족하면서 긍정적인 정서상태를 가지고 있음을 알 수 있다. 또한 부모와 친구로부터 다양한 지지를 받으며, 일상생활의 스트레스는 낮은 편이다. 이 결과는 예비 유아교사를 대상으로 한 Kim(2010), 유아교사를 대상으로 한 Lee(2010), Lee와 Choi(2009)의 연구결과와 유사한 맥락으로 볼 수 있다.

## 2. 예비 유아교사의 낙관성 수준에 따른 스트레스 지각, 사회적 지지 및 주관적 안녕감의 차이

<연구문제 2>에서는 낙관성 수준에 따른 스트레스 지각, 사회적 지지, 주관적 안녕감의 하위변인으로 구성된 삶의 만족, 긍정정서 및 부정정서의 차이가 있는지 알아보았다. 먼저, 낙관성이 높은 사람은 낮은 사람보다 스트레스가 적은 것으로 나타났다. 이것은 낙관성이 개인적인 가치나 정서에 대한 평가과정에 영향을 주어 스트레스 지각 차이를 유발할 수 있다는 선행연구의 결과(Choi, 2010; Lee, 2007)를 지지한다. 즉, 동일한 수준의 스트레스 요인이라 할지라도 사람마다 이를 지각하는 것에는 차이가 발생할 수 있는데, 이러한 차이를 유발하는 개인내적 요인이 낙관성일 가능성이 있다. 따라서 본 연구에서도 부정적 삶의 사건에 대한 심리적 적응에서의 보호요인으로 작용(Magaletta & Oliver, 1999)함을 확인할 수 있었다.

또한, 낙관성이 높은 사람은 부모와 친구의 지지를 많이 느끼고, 자신의 삶에 대한 만족이 높

았으며, 긍정정서 경험이 더 많은 것으로 나타난 반면, 부정정서 경험은 더 낮게 나타났다. 즉, 낙관성이 높은 사람이 낮은 사람보다 스트레스를 덜 느끼고, 부모와 친구로부터 사회적 지지를 많이 인식하며, 자신의 삶에 대해 만족하면서 긍정적인 정서경험은 많이 하는 반면, 부정적인 정서 경험은 적게 함을 의미한다. 이 결과는 미래에 대한 낙관적인 기대가 현재 삶의 안녕감에 긍정적인 영향을 준다는 Aspinwall 외(1992)의 주장, 낙관적인 사람이 긍정적인 정서경험을 더 많이 한다는 Scheier와 Carver(1992), Segerstrom 외(1998)의 주장과 일치한다. 따라서 예비 유아교사를 대상으로 한 본 연구에서도 선행연구에서 제시한 결과를 지지하며, 추후 예비 유아교사 뿐만 아니라 현직 유아교사의 안녕감을 높이기 위한 방안으로 낙관성 증진을 위한 심리적 개입의 타당성을 확보했다고 보아진다.

## 3. 예비 유아교사의 낙관성 수준에 따라 주관적 안녕감에 미치는 스트레스 지각, 사회적 지지의 영향력

<연구문제 3>에서 낙관성 수준에 따라 집단을 구분하여 주관적 안녕감의 하위변인인 삶의 만족, 긍정정서, 부정정서에 대한 스트레스 지각, 사회적 지지의 영향을 알아보았다. 낙관성이 높은 사람과 낮은 사람 모두 공통적으로 스트레스 지각이 낮을수록 자신의 삶에 보다 만족하는 것으로 나타났다. 이 결과는 낙관성이 높고 낮음에 상관없이 일상에서 지각된 스트레스가 증가하면 자신의 삶에 대한 만족감은 저하됨을 의미한다. <연구문제 2>의 결과와 함께 논의해 보면, 낙관성이 높은 사람은 낮은 사람보다 일상의 스트레스는 적게 경험하지만, 낙관성이 높은 사람이라 할지라도 어떤 스트레스 요인에 대해서 삶의 궁

정적 도전이 아닌 위협으로 평가하게 된다면 삶에 대한 만족은 낮아진다고 볼 수 있다.

그러나 본 연구에서 삶의 만족에 대한 사회적 지지의 영향은 낙관성 수준에 따라 다르게 나타났다. 낙관성이 높은 사람은 친구로부터 지지받을 때, 삶의 만족이 증가한 반면, 낙관성이 낮은 사람은 부모로부터 지지받을 때, 삶의 만족이 증가하였다. 이 결과는 집단주의 문화가 지배적인 한국 사회에서 긍정적인 대인관계가 개인의 삶의 질에 결정적이라는 선행연구의 결과(Kim, Kim, & Cha, 2001)와 같은 맥락이며, Cohen과 Wills(1995), Myer와 Diener(1995)가 주장했듯이 대인관계가 주관적 안녕감에 영향을 주는 요소임을 알 수 있다. 특히, 대인관계 중에서도 가족관계와 친구관계에 대한 긍정적 지각이 삶의 만족과 관련된다는 Argyle(1987)과 Campbell(1981), Kwak(1995)과 Park 외(1999)의 주장과 일치하나, 낙관성이 높은 사람과 낮은 사람의 삶의 만족에 영향을 주는 대상에는 차이가 있음을 확인할 수 있었다. 따라서 낙관성이 높은 사람은 자신의 삶을 인지적으로 평가하는 과정에서 친구와의 관계로부터 느끼는 지지가 중요한 요소인 반면, 낙관성이 낮은 사람은 부모와의 관계로부터 느끼는 지지가 중요함을 시사한다.

한편, 긍정정서에 대한 스트레스 지각과 사회적 지지의 영향력을 살펴본 결과, 낙관성이 높은 사람과 낮은 사람이 공통적으로 친구지지, 스트레스 지각이 긍정정서에 영향을 주는 것으로 나타났다. 즉, 낙관성 수준에 상관없이 일상생활에서 친구로부터 지지받고, 스트레스를 적게 느낀다면, 기쁨이나 사랑, 행복 등의 긍정적인 정서를 많이 경험할 가능성이 있음을 의미한다. 따라서 예비 유아교사들이 대학생활 동안 경험하는 친구관계의 질이 긍정정서, 부정정서의 경험에 영향을 줄 수 있으므로 유아교사를 준비하는 4

년의 기간 동안 학생들 간의 친밀감과 유대, 다양한 형태의 상호협력을 경험할 기회를 제공하는 것이 바람직할 것이다.

마지막으로 예비 유아교사의 부정정서에 영향을 주는 변인을 살펴본 결과, 낙관성이 높은 사람의 경우에는 친구지지와 스트레스 지각의 영향이 나타났고, 낙관성이 낮은 사람에게서는 스트레스 지각의 영향만이 나타났다. 즉, 낙관성이 높은 사람은 친구로부터 지지받지 못한다고 느끼거나 스트레스를 느끼게 되면 화가 나거나 슬픔, 수치심, 불안감, 불행함 등의 정서를 많이 경험할 가능성이 있음을 시사한다. 특히, 본 연구에서 낙관성이 낮은 사람의 경우에는 낙관성이 높은 사람과 달리 사회적 지지의 영향이 나타나지 않았고, 스트레스 지각이라는 단일요인만으로도 부정정서 변량의 29%를 설명하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 낙관성이 낮은 사람의 부정정서에 미치는 스트레스의 영향( $R^2 = .29$ )은 낙관성이 높은 집단에서 미치는 영향( $R^2 = .09$ )보다 훨씬 크다고 해석할 수 있다. 따라서 낙관성이 낮은 사람이 스트레스를 많이 지각할수록 화를 내거나 슬픔 또는 수치심 등의 부정정서를 경험할 가능성이 크다는 것을 시사한다.

한편, 본 연구에서는 정서상태를 긍정, 부정으로 구분하여 주관적 안녕감을 살펴보았다. 낙관성 수준에 따른 집단별로 긍정정서와 부정정서에 대한 변인들의 영향력을 종합하면, 낙관성이 높은 사람의 경우 친구의 지지와 스트레스 지각이 긍정, 부정정서에 공통적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 결과는 낙관적인 대학생의 정서적 안녕감에 영향을 주는 요인으로 스트레스 뿐만 아니라, 사회적 지지원으로서의 친구관계 질이 중요함을 시사한다. 또한 이 결과는 가족들보다 친구들의 지지가 청소년의 긍정정서에 보다 중요하다고 밝힌 선행연구(Kee-Lee Chou,

1999)와 유사한 맥락으로 청소년기를 벗어나 초기 성인기에 접어든 예비 유아교사 또한 친구관계가 안녕감에 중요한 요소라고 해석할 수 있다. 그리고 앞서 살펴본 삶의 만족에 대한 영향에서도 낙관성이 높은 사람의 경우 친구지지의 영향이 나타난 것을 함께 고려한다면, 예비 유아교사의 친구관계 질은 주관적 안녕감에 영향을 주는 중요한 요소임을 알 수 있다.

그러나 낙관성이 낮은 사람은 스트레스 지각이 긍정, 부정정서에 공통적으로 영향을 주었으나, 친구지지는 부정정서에 영향을 주지 않음을 알 수 있다. 즉, 낙관성이 낮은 사람의 경우에는 낙관성이 높은 사람과 달리 친구관계의 질이 부정정서와는 관련되지 않음을 알 수 있었다. 또한 부모지지는 낙관성 수준에 상관없이 긍정, 부정정서에 영향을 주지 않았다. 이 결과는 부모와의 관계가 성인기에 들어서 대학생활을 하는 예비 유아교사들의 정서상태에 더 이상 중요한 요소가 아님을 시사한다. 따라서 예비 유아교사의 주관적 안녕감을 증진시키려면 부모-자녀관계보다는 친구관계에 초점을 두어 친구관계에서 사랑과 보살핌, 행동에 대한 객관적 평가, 유익한 정보와 지식의 제공, 필요한 자원 등의 다양한 지지를 주고받을 수 있는 환경을 조성해 주어야 할 것이다. 본 연구는 예비 유아교사의 주관적 안녕감에 초점을 두어 낙관성, 스트레스 지각, 사회적 지지와의 관련성을 밝혀 추후 유아교사로서의 삶의 만족감을 증진하고, 정서적으로 보다 안녕한 생활을 영위하기 위한 프로그램 개발의 기초자료를 제공한 것에 그 의의가 있다.

끝으로 본 연구의 제한점을 살펴보고, 이를 근거로 후속연구를 위한 제안을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 결과는 연구대상 집단을 표집하는 과정에서 일부 지역에서만 표집 되었다는 점에서 일반화의 한계가 따른다. 따라서 추후 연구

에서는 연구대상의 지역적 범위를 확대할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 예비 유아교사의 주관적 안녕감에 대한 예측변인들의 총 설명력이 30% 이내에 그쳤다. 추후 연구에서는 주관적 안녕감에 영향을 줄 수 있는 다양한 변인들을 고려하여 직선적인 관계를 넘어서 보다 다각적인 모형으로 분석해 본다면 행복한 유아교사 양성을 위한 풍부한 자료를 제공할 것이라 기대한다.

## 참 고 문 헌

- Argyle, A. (1987). *The psychology of happiness*. London : Methuen.
- Aspinwall, Lisa G., Taylor & Shelley E. (1992). Modeling cognitive adaptation : A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *PsycSCAN Developmental psychology*, 14, 60-61.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present : Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 822-848.
- Campbell, A. (1981). *The sense of well-being in America*. New York : McGraw-Hill.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology : The Science of happiness and human strengths*. New York : Brunner-Routledge : Taylor & Francis Group.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). Control processes and self-organization as complementary principles underlying behavior. *Personality and Social Psychology Review*, 6, 304-315.
- Cho, S. Y., & Koo, H. A. (2005). A job stress and self efficacy of child care teachers. *Korean Journal of Child Studies*, 26(4), 55-70.
- Choi, M. W. (2010). The effect of interpersonal relationship stress of special education teachers

- of elementary school on burnout : focusing on the mediation effect of optimism. Unpublished master's thesis, Kyungpook National University, Daegu, Korea.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Diener, E., & Emmons, R. A. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1105-1117.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Do, I. J., & Lee, Y. H. (2008). The Effect of Elementary School Children's Optimistic Explanatory Style on Subjective Well-Being. *Human life science*, 11, 97-109.
- Dougall, A. L., Hyman, K. B., & Smith, H. (1999). Subjective Well-being : Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. R. (2003). What Good Are Positive Emotions in Crises? A Prospective Study of Resilience and Emotions Following the Terrorist Attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 365-376.
- Kee-Lee Chou (1999). Social Support and subjective well-being among Hong Kong Chinese young adults. *Journal of Genetic Psychology*, 3, 319-331.
- Kim, H. S. (2009). The Relationship between Teachers' Job Satisfaction, Optimism, and Efficacy. Unpublished master's thesis, Daegu University, Kyeongsan, Korea.
- Kim, H. S., Lee, Y. S., & Kim, C. S. (2010). The effect of happiness enhancement program of college students : repeated measure mediated effects of hardiness and optimism on subjective-well being. *The Korean Journal of Health Psychology*, 15(3), 499-514.
- Kim, J. E. (2010). Relationship among Self-esteem, Subjective Happiness, and Educational Faith in Pre-Service Early Childhood Teachers. Unpublished master's thesis, Yeungnam University, Kyeongsan, Korea.
- Kim, J. S. (2008). The Effect of Optimism on Psychological Well-being in Controllability Perception of Risk Situations : The Roles of Stress Coping and Benefit-finding as Mediators. Unpublished master's thesis, Hanyang University, Seoul, Korea.
- Kim, M. S., Kim, H. W., & Cha, K. H. (2001). 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), 19-39.
- Kim, M. S., & Lim, J. Y. (2003). The Structure of Good Life and the Relationship with Subjective Well-being among College Students : Focusing on Gender Difference. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 8(1), 83-97.
- Kim, W. S. (2005). The Effect of University Students Social Support and Purpose in life on Career Decision Level. Unpublished master's thesis, Catholic University, Seoul, Korea.
- Kovess-Masféty, V., Rios-Seidel, C., & Sevilla-Dedieu, C. (2007). Teachers' mental health and teaching levels. *Teaching and Teacher Education*, 23(7), 1177-1192.
- Kwak, K. J. (1995). Life Satisfaction of Adolescents in Terms of KLSSA. *Korean Journal of Psychology : Social Issues*, 2(1), 5-16.
- Kwon, S. M. (2008). *Positive Psychology*. Hakjisa.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. NY : Springer.
- Lee, E. K. (2005). The Effects of Neuroticism and Extraversion on Subjective Well-being -the importance



- of depression and positive emotions-. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul, Korea.
- Lee, J. E. (2005). The Effect of Self-Complexity and Self-Efficacy on Depression and Perceived Stress. Unpublished master's thesis, Ajou University, Suwon, Korea.
- Lee, J. S., & Lee, J. H. (2011). An Analysis of the Structural Relationship Among Teachers' Autonomy, Optimism, Teaching Flow, and Subjective Well-Being. *The Journal of Korean Teacher Education*, 28(1), 65-90.
- Lee, K. M., & Choi, Y. J. (2009). An analysis of relationships among happiness index, character strengths, and job satisfaction of preschool educators. *Korean Journal of early childhood education*, 29(3), 215-235.
- Lee, M. R. (2010). A Study on the Relationship between Early Childhood Teacher's Well-being and Commitment. Unpublished master's thesis, Konkuk University, Seoul, Korea.
- Lee, S. H. (2010). Mediating effects of perceived stress, and dysfunctional meta-cognition between mindfulness and well-being. Unpublished master's thesis, MyoungJi University, Seoul, Korea.
- Lee, C. J. (2007). The Effects of Social Support and Optimism in the Relation between Stress and School-Maladjustment. Unpublished master's thesis, Gangnam University, Yongin, Seoul.
- Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. M. (1996). Discriminant validity of subjective well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Lyubomirsky S. King, L., & Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect : Does Happiness Lead to Success?. *Psychological bulletin*, 131(6), 803-855.
- Magaletta, P. R., & Oliver, J. M. (1999). The Hope Construct, Will, and Ways : Their Relations with Self-Efficacy, Optimism, and General Well-Being. *Journal of Clinical Psychology*, 55(5), 539-552.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Norem, J. K., & Chang, E. C. (2000). A very full glass : Adding complexity to our thinking about the Implication and applications of optimism and pessimism research. In E.C. Cahng (Ed), *Optimism & Pessimism : Implications for Theory, Research and Practice*, 347-367, American Psychological Association Washington, DC.
- Park, Y. S., Kim, U. C., Kim, Y. H., & Min, B. K. (1999). Structural Dynamics of Life-Satisfaction and its Relationship to Social Support and Self-Efficacy : Analysis of Primary School Students. *Korean Journal of Psychology : Social Issues*, 5(1), 57-76.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (1984). Casual Explanations as a Risk Factor for Depression : Theory and Evidence. *Psychological Riview*, 91, 347-374.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health : assessment and implication of generalized outcome expectancies. *Health psychology*, 5, 2219-2247.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being : Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Review*, 16, 201-228.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-master, and self-esteem) : A reevaluation of the Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063-1078.
- Segerstrom, S. C., Taylor, S. E., Kemeny, M. E., & Fahey, J. L. (1998). Optimism Is Associated With Mood, Coping, and Immune Change in Response to Stress. *Journal of personality and social*

- psychology*, 74(6), 1646-1655.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Shin, H. J., & Park, J. S. (2010). The study on variables affected children teachers' psychological well-being : Focused on children teachers' job stress and organizational effectiveness. *Korean Journal of Early childhood Education*, 14(2), 147-170.
- Shin, H. S. (2005). Testing the Mediating Effect of Copying in the Relation of Optimism and Pessimism to Psychological Adjustment in Adolescents. *Korean Journal of Youth Studies*, 12(3), 165-192.
- Sim, K. W. (2007). The Effect of Optimism on Rejection Sensitivity, Emotional Expressiveness and Life Satisfaction. Unpublished master's thesis, Catholic University, Seoul, Korea.
- Spada, M. M., Nikčević, A. V., Moneta, G. B., & Wells, A. (2008). Metacognition, perceived stress, and negative emotion. *Personality & Individual Differences*, 44(5), 1172-1181.
- Suh, E. M., Koo, J. S., Lee, D. G., Jueng, T. Y., & Choi, I. C. (2010). Happiness Index and the meaning in Korean. *The Korean Psychological Association, Annual convention special symposium*, 213-232.
- Szalai, A. (1980). The meaning of comparative research on the quality of life. In A. Szalai & F. M. Andrew (Eds.) *The Quality of Life Comparative studies*, 7-21, Beverly Hills, California : SAGE Publication.
- Veenhoven, R. (1991). Is Happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Weinstein, N., Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2009). A multi-method examination of the effects of mindfulness on stress attribution, coping, and emotional well-being. *Journal of Research in Personality*, 43(3), 374-385.
- Wilhelm, K., Dewhurst-Savellis, J., & Parker, G. (2000). Teacher Stress? An Analysis of Why Teachers Leave and Why They Stay. *Teachers and teaching*, 6(3), 291-304.
- You, S. K., & Bang, H. J. (2011). The Relationship Between Optimism and Subjective Well-being in Students in the Upper Grades of Elementary School : The Moderating Effect of Parent-related Stress and Peer Support. *The Korean Journal of the Human Development*, 18(2), 169-185.

---

2011년 10월 30일 투고, 2012년 2월 8일 수정  
2012년 2월 10일 채택