

대학생의 주관적 행복감에 대한 영향요인

이선희* · 정복례** · 김순희***

I. 서 론

1. 연구의 필요성

인간은 누구나 행복한 삶을 영위하고자 하는 기본적인 욕구를 갖고 있다. 주관적 행복감이란 개인이 생활 속에서 경험하는 정서적인 측면의 주관적 안녕감이다(Compton, 2005). 경제적 수준과 사회적 안전망이 갖춰진 경제협력기구(Organization for Economic Co-operation and Development(OECD)) 회원국들을 대상으로 한 조사에서 우리나라 학생들의 학업성취수준은 최상위권이나 주관적 안녕감인 행복을 나타내는 삶의 만족도는 최하위권으로 나타났다(OECD, 2014). 우리나라의 경제규모, 교육수준, 국민소득 등을 고려해볼 때, 이러한 결과는 충격적이며 국민행복지수를 높이기 위한 다양한 노력과 관심이 필요하다. 이에 개인적인 차원에서의 주관적 행복감에 대한 관심이 증대되고 있고 국가차원에서도 국민행복시대를 열기 위해 다양한 국정과제, 정책을 펼치고 있다. 우리나라 대학생은 고등학교까지 개인적인 행복과 여가를 누리며 청년전기의 발달과업을 성취하기보다는 오직 대학

진학만을 목적으로 교사나 부모에 의한 지나친 통제와 수동적인 입시 위주의 교육을 받으며 대부분의 시간을 과도한 학업성취로 소비하였고 대학에 와서 자기탐색, 직업 선택, 가치관의 수용 등 새로운 과제에 직면하면서 청소년이나 성인들과는 또 다른 스트레스와 불안, 우울, 대학생활 적응의 어려움을 경험하고 있다(Lee & Kim, 2012). 그리고 전 세계적인 불황과 한국경제의 어려움으로 고용시장이 불안정해져 요즘 대학생들은 신입생시절부터 과도한 취업스트레스, 성적에 대한 압박감을 받고 있다(Cho, 2013). 통계청의 고용동향에 따르면 2014년 상반기 청년층 실업률은 9.6%로(Statistics Korea, 2014), 높은 고등교육수준이 취업을 보장하지 않아 대학생의 취업문제는 우리 사회의 가장 중요한 관심사이며 주요 스트레스원이 되고 있다(Hwang, 2012).

대학생들이 경험하는 생활스트레스 중 취업스트레스가 가장 많은 부분을 차지하고 있으며(Kim, 2003), 대학생들의 행복에 영향을 미치는 행복 및 불행관련 사건을 조사한 Kim (2011)의 연구에서도 불행관련 사건으로 '취업에 대해 걱정'이 가장 영향력이 높은 것으로 나타났다. 대학생들은 이러한 취업에 대한 스트레

* 경북대학교 간호학과 강사

** 경북대학교 간호학과 교수

*** 경북대학교 간호학과 강사(교신저자 E-mail: star-hui@hanmail.net)

• Received: 26 February 2015 • Revised: 17 March 2015 • Accepted: 27 April 2015

• Address reprint requests to: Kim Soonhee

College of Nursing, Kyungpook National University Daegu 702-701

Tel: 82-53-950-7192 Fax: 82-53-940-5438 E-mail: star-hui@hanmail.net

스와 전공에 대한 학업스트레스, 동료들과의 새로운 대인관계 등 여러 요인으로 인하여 신체증상뿐만 아니라 심리사회적 어려움, 대학생활 불만족을 경험하고 있다 (Sung, 2005). 취업스트레스가 높을수록 대학생활에 대한 부적응, 우울 및 불안, 절망감, 허무감, 우울감, 소외감, 고독감 등의 부정적 정서를 경험하고 이는 정서적 갈등, 정체감 상실과 같은 내적 혼란(Cho, 2013; Jo, 2011)을 야기한다. 대학생 때 경험하는 위기감은 행복감에 영향을 미치고(Lim & Seong, 2013), 자살 사고를 증가시켜(Jo, 2011) 결국 우리나라는 경제협력기구(OECD)의 Health Data 2014' 에 따르면 OECD 국가 중 10년 연속 자살률 1위를 기록하는 치명적인 결과를 초래해오고 있다. 우리나라 고등학생의 90%가 대학으로 진학하고 있는 현실에서 이처럼 대학생들이 겪는 불안정한 건강상태는 개인적인 삶은 물론 사회부적응과 같은 사회 전체에 영향을 미치게 되므로 (Lim & Seong, 2013) 대학생의 주관적 행복감은 개인적인 차원뿐만 아니라 사회적인 차원에서도 관심을 가져야 한다고 할 수 있다. 대학생의 행복감은 건강과 관련된 여러 가지 문제를 유발하고 있으므로 간호학적 차원에서 행복감에 대한 영향요인을 알아볼 필요가 있다. 특히 청소년기에서 성인기로 이행하는 발달단계에서 성인으로서의 자아정체감을 형성하는 중요한 시기에 있는 대학생의 주관적 행복감에 대한 연구는 더욱 필요하다고 할 수 있다.

행복감에 대한 선행연구를 살펴보면 자기효능감과 학업성취도는 양의 상관관계, 자기효능감과 행복은 높은 정적 관계에 있다는 연구결과(Kwon, Park, & Kim, 2007)가 있었다. 또한 대학생들의 취업스트레스가 높을수록 행복은 낮았다(Cho, 2013). 이외에도 취업과 관련된 요인들이 행복에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있었다. 즉 대학생들은 취업전망이 긍정적일수록 삶의 영역별 목표는 더 충족되고 목표를 이룰 자기효능감이 높아져 삶에 대한 만족도가 높은 것으로 나타났다(Oh, 2008). 또한 자아존중감이 높을수록 행복감이 높으며(Jo & Park, 2011), 자기효능감이 낮을수록 취업스트레스가 증가한다고 하였다(Kim & Park, 2012).

이러한 선행연구를 토대로 행복감에 대한 영향변인을 살펴보면 내적 변인으로 자아존중감(Jo & Park,

2011; Lim & Seong, 2013; Song, Hong, & Park, 2013), 자기효능감(Kim & Park, 2012), 취업스트레스(Cho, 2013), 행복추구방식(Hwang & Kim, 2009), 외적 변인으로 성별(Compton, 2005; Song, Hong, & Park, 2013), 경제수준(Cho, 2013; Song et al., 2013), 대인관계(Lee, 2011), 가족건강성(Song et al., 2013) 등이 있었다.

하지만 행복감에 대한 연구 대부분이 일반인을 대상으로 하였고, 대학생의 취업스트레스, 자기효능감, 자아존중감과 같은 외적 요인과 경제적 수준, 성별, 학년, 건강수준과 같은 내적 요인이 통합적으로 행복감에 미치는 영향에 대한 연구는 거의 이루어지지 않았다. 이에 본 연구자는 대학생의 주관적 행복감 정도를 알아보고 주관적 행복감에 영향을 미치는 내, 외적 요인을 통합적으로 파악하여 대학생의 주관적 행복감 증진을 위한 기초자료를 마련하고자 본 연구를 시도하였다.

2. 연구 목적

본 연구는 대학생을 대상으로 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 파악하여 그들의 스트레스 관리, 학교적응 및 행복감을 증진시키는 기초 자료로 이용하고자 한다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의 차이를 파악한다.
- 대상자의 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감과 주관적 행복감 정도를 파악한다.
- 대상자의 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감과 주관적 행복감 간의 상관관계를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성, 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감이 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악한다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 대학생의 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감이 주관적 행복감에 미치는 영향을

조사하여, 대학생의 주관적 행복감 증진을 위한 기초자료로 이용하고자 시도된 서술적 조사연구이다.

2. 연구 대상

D광역시 소재의 대학 4곳을 선정하여 의사소통이 가능하고 질문지의 내용과 본 연구의 목적을 이해하여 참여에 동의한 자를 연구대상자로 하였다. 표본 수는 G-power 프로그램을 이용하여 중간 효과크기 0.15, 유의수준 0.05, 검정력 95%로 분석한 결과 129명이 산출되었다. 탈락률을 고려하여 설문지 300부를 배부하였고 290부가 수거되었으며(회수율=97.6%) 이중 불성실하게 응답한 설문지 9부를 제외한 총 281부가 분석에 활용되었으므로, 본 연구의 표본 수 281명은 연구결과를 신뢰하기에 적절한 것으로 사료된다.

3. 연구 도구

1) 취업스트레스

취업스트레스는 Hwang (1998)이 코넬대학의 '스트레스측정법(Cornell Medical Index(CMI))'을 근거로 개발한 대학생들의 취업스트레스 척도를 Kang (2006)이 요인분석을 통해 22문항으로 수정·보완한 도구를 활용하여 측정하였다. 이 측정도구는 성격스트레스(6문항), 가족환경스트레스(5문항), 학업스트레스(4문항), 학교환경스트레스(4문항), 취업불안스트레스(3문항)의 5개 영역으로 나누어져 있는 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 취업스트레스가 높다는 것을 의미한다. Kang (2006)의 연구에서 총 신뢰도 Cronbach's α 는 .82로 하부영역인 성격 스트레스는 .85, 가족환경 스트레스는 .88, 학업스트레스는 .80, 학교환경 스트레스는 .79, 취업불안스트레스는 .78이었고, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α 는 .94이었다.

2) 진로 결정 자기효능감

진로 결정 자기효능감은 '개인이 진로결정을 위해 행해야 하는 진로발달과업들을 성공적으로 수행할 수 있다는 자신의 신념'으로 이를 측정하기 위해 Taylor와 Betz (1983)가 개발하고 Lea & Lee (2002)가

변안한 CDMSES-SF(Career Decision-Making Self-Efficacy Scale-Short Form)를 활용하였다. 이 측정도구는 직업정보수집, 자기평가, 목표선택, 미래계획, 문제해결의 5요인으로 구분되며 각각 5문항씩 총 25문항으로 구성된다. 응답자는 5점 Likert 척도에 따라 응답하게 되며 점수가 높을수록 진로발달과업을 성공적으로 수행할 수 있다는 신념이 높은 것을 의미한다. Lea & Lee (2002)의 연구에서 내적일치도 계수는 .85로 나타났다. 본 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 는 .86이었다.

3) 자아존중감

자아존중감은 Rosenberg (1965)가 개발한 Self-Esteem Scale을 Jeon (1974)이 변안한 자아존중감 척도를 활용하여 측정하였다. 이 도구는 1989년 수정·보완된 후 저작권과 관련없이 연구자가 자유롭게 사용하도록 허락된 것으로 긍정문항 5문항, 역문항 5문항의 총 10문항으로 구성되어 있으며 각 문항은 4점 Likert 척도로 최저 1점에서 최고 4점으로 되어 있다. 점수의 범위는 최저 10점 최고 40점까지이며 점수가 높을수록 자아존중감 정도가 높음을 의미한다. Jeon (1974)의 연구에서 신뢰도 Cronbach's α 는 .85이었다. 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α 는 .87이었다.

4) 주관적 행복감

주관적 행복감은 Lyubomirsky와 Lepper (1999)가 개발한 주관적 행복감 척도(Subjective Happiness Scale)를 Lim (2004)이 변안한 도구를 활용하여 측정하였다. 이 척도는 전반적인 주관적 행복감을 묻는 4개의 문항으로 구성되었으며 문항 당 1점에서 7점으로 평가되는 7점 Likert 척도이다. 점수 분포는 4점부터 28점까지이고, 점수가 높을수록 주관적 행복감이 높음을 의미한다. Lim (2004)의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 는 .76이었다. 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α 는 .81이었다.

4. 자료수집 및 윤리적 고려

본 연구는 자료수집 전 K대학 생명윤리심의위원회(IRB)의 승인을 받은 후 시행하였다. 연구 대상자는

D광역시 소재 대학 4곳의 대학생을 편의표출로 선정하였다. 자료수집은 2014년 9월 11일부터 2014년 9월 30일까지 하였다. 선정된 대상자에게 연구자가 직접 연구의 목적을 설명하고 본 연구에 대해 이해하여 참여를 수락한 자에게 서면동의를 받은 후 설문조사를 진행하였다.

헬싱키 선언에 입각하여 연구대상자의 윤리적 고려를 위해서 연구 목적, 내용과 취지에 대한 충분한 설명을 하고 사생활 보호를 위해 익명과 비밀보장을 약속하였으며, 참여자의 자료는 부호화하여 연구목적 이외에는 사용하지 않고 연구 참여를 원하지 않는 경우 어떠한 불이익이 없이 언제라도 거부, 중단할 수 있음과 연구가 종료된 후 모두 폐기할 것임을 알려주었다.

5. 자료 분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS/PC WIN 19.0을 이용하여 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율로 분석하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감은 Independent t-test, One-way ANOVA로 분석하고 사후분석은 Scheffe 검정으로 분석하였다.
- 대상자의 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감과 주관적 행복감 간의 상관관계는 Person's correlation coefficient를 이용하여 분석하였다.
- 대상자의 일반적 특성, 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감이 주관적 행복감에 대한 영향을 파악하기 위해 다중공선성 진단 후 단계선택법(stepwise)를 이용한 다중선형회귀분석(multiple linear regression analysis)을 실시하였고 이때 범주형 변수는 Dummy 변수로 처리하여 분석하였다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성에 따른 주관적 행복감의 차이

대상자의 일반적 특성은 표 1과 같다. 연령은 20대 후반이 151명(53.7%)으로 가장 많고 그 다음이 20

대 초반으로 105명(37.4%)이다. 성별로는 여성이 206명(73.3%)이고 남성은 75명(26.7%)이었다. 학년별로 보면 4학년이 117명(41.6%)으로 대부분을 차지하였고 그 다음은 1학년 69명(24.6%), 3학년 67명(23.8%), 2학년 28명(10%) 순이었다. 전공계열로 보면 자연이공계열이 235명(83.6%), 인문사회계열이 43명(15.3%)이었다. 경제수준은 월수입 200만원 이상 400만원 미만인 123명(43.8%)을 차지하였고 400만원 이상 600만원 미만인 79명(28.1%), 200만원 미만이 44명(15.7%), 600만원 이상이 35명(12.4%)이었다. 희망하는 진로방향은 취업이 245명(87.2%)으로 대부분이었고 나머지는 대학원 진학으로 36명(12.8%)이었다. 취업고민 시 불안을 공유하는 경우는 229명(81.5%)이었고 혼자 고민하는 경우는 52명(18.5%)이었다. 주관적 건강상태는 건강하다고 인식하는 경우가 131명(44.6%), 매우 건강하다고 인식하는 경우는 46명(16.4%)으로 자신의 건강상태를 긍정적으로 인식하는 경우가 과반수를 차지하였고 불건강하다고 인식하는 경우는 18명(6.4%)이었다. 대인관계는 좋음 155명(55.2%), 매우 좋음 41명(14.6%)으로 과반수이상을 차지하였고 보통이 79명(28.1%)이었다. 전공만족도는 매우만족 25명(8.9%), 만족 121명(43.1%)으로 전공에 대해 만족하는 경우가 과반수이상을 차지하였고 불만족 23명(8.2%), 매우 불만족 10명(3.5%)이었다. 일반적 특성에 따른 주관적 행복감은 학년별로 차이를 보였고($F=6.40, p<.001$), 집단 간 유의한 차이를 확인하기 위해 Scheffe 검증을 실시한 결과 1학년은 2, 3, 4학년에서 차이를 보였다. 또한 월수입에서도 400만원 미만인 집단과 400이상인 집단에서 차이를 보였다($F=8.85, p<.001$). 대인관계에서 주관적 행복감은 차이를 보였는데($F=14.24, p<.001$) 매우 좋다와 좋음, 보통에서, 좋음과 보통에서 차이를 보였다.

2. 대상자의 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감, 주관적 행복감의 정도

연구의 주요변수인 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감, 주관적 행복감의 정도를 측정할 결과는 Table 2와 같다. 대학생이 지각하는 취업스트레

Table 1. Differences of Subjective Happiness according to General Characteristics (N=281)

| Characteristics | Categories | n (%) | Subjective happiness | |
|-------------------------------------|----------------------------------|------------|----------------------|---------------------------------|
| | | | Mean±SD | t or F (p) |
| Age (yr) | 20~24 | 105 (37.4) | 19.73±4.20 | 2.28 (.079) |
| | 25~29 | 151 (53.7) | 19.31±3.79 | |
| | 30~34 | 16 (5.7) | 17.75±3.47 | |
| | ≥35 | 9 (3.2) | 17.00±3.78 | |
| Gender | M | 75 (26.7) | 20.29±4.09 | 6.49 (.011) |
| | F | 206 (73.3) | 18.95±3.86 | |
| Grade | Freshman ^a | 69 (24.6) | 20.97±3.64 | 6.40 ($< .001$) a>b,c,d |
| | Sophomore ^b | 28 (10.0) | 18.11±4.64 | |
| | Junior ^c | 67 (23.8) | 18.46±3.92 | |
| | Senior ^d | 117 (41.6) | 19.09±3.72 | |
| Major field | Natural sciences and engineering | 235 (83.6) | 19.17±4.00 | 0.97 (.381) |
| | Humanity and social science | 43 (15.3) | 20.07±3.80 | |
| | Art and physical education | 3 (1.1) | 18.67±2.52 | |
| Monthly family income (Million won) | <2 ^a | 44 (15.7) | 17.39±3.38 | 8.85 ($< .001$) a,b<c,d |
| | 2~<4 ^b | 123 (43.8) | 18.81±3.72 | |
| | 4~<6 ^c | 79 (28.1) | 20.42±3.87 | |
| | ≥6 ^d | 35 (12.4) | 20.94±4.40 | |
| Course direction | Employment | 245 (87.2) | 19.13±4.05 | 3.95 (.048) |
| | Graduate school advancement | 36 (12.8) | 20.54±3.03 | |
| Influence on job | Ability | 62 (22.1) | 18.27±3.94 | 2.68 (.047) |
| | Volition and plan | 179 (63.7) | 19.66±3.91 | |
| | Personal relations | 21 (7.5) | 18.43±4.69 | |
| | Prestige school | 19 (6.7) | 20.32±2.91 | |
| Job worries | Sharing | 229 (81.5) | 19.71±3.77 | 13.59 ($< .001$) |
| | Alone | 52 (18.5) | 17.52±4.31 | |
| Subjective health | Excellent | 46 (16.4) | 21.63±4.40 | 13.00 ($< .001$) |
| | Good | 131 (46.6) | 19.70±3.26 | |
| | Fair | 86 (30.6) | 18.02±3.92 | |
| | Poor | 18 (6.4) | 16.61±4.12 | |
| Personal relations | Excellent ^a | 41 (14.6) | 21.95±4.14 | 14.24 ($< .001$) a>b>c |
| | Good ^b | 155 (55.2) | 19.57±3.58 | |
| | Fair ^c | 79 (28.1) | 17.71±3.80 | |
| | Poor ^d | 6 (2.1) | 15.50±1.98 | |
| Major satisfaction | Very satisfied | 25 (8.9) | 23.04±3.31 | 19.22 ($< .001$) |
| | Satisfied | 121 (43.1) | 20.20±3.31 | |
| | Fairly satisfied | 102 (36.3) | 18.39±3.75 | |
| | Unsatisfied | 23 (8.2) | 17.00±3.89 | |
| | Very unsatisfied | 10 (3.5) | 13.80±3.39 | |

스는 최소 22점에서 최대 95점이고 평균 50.36±3.12 점이고 진로 결정 자기효능감은 최소 48점에서 최대 125점이고 평균 87.84±1.09점으로 나타났다. 자아존중감은 평균 31.15±4.68점으로 나타났다. 이에 비해 주관적 행복감은 평균 19.31±3.96점으로 나타났다.

3. 대상자의 취업스트레스, 진로 결정 자기효

능감, 자아존중감, 주관적 행복감 간의 상관관계

대학생의 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감, 주관적 행복감 간의 상관관계에 대한 결과는 Table 3과 같다. 대학생의 진로 결정 자기효능감 ($r = .379, p < .001$), 자아존중감 ($r = .479, p < .001$)은

Table 2. Degree of Job-seeking Stress, CDMSE, Self-esteem and Subjective Happiness (N=281)

| Variables | Range | M±SD | Min | Max |
|----------------------|--------|------------|-----|-----|
| Job-seeking stress | 22~110 | 50.36±3.12 | 22 | 95 |
| CDMSE* | 25~125 | 87.84±1.09 | 48 | 125 |
| Self-esteem | 10~40 | 31.15±4.68 | 14 | 40 |
| Subjective happiness | 4~28 | 19.31±3.96 | 5 | 28 |

*CDMSE=Career Decision-Making Self-Efficacy

Table 3. Correlations among the Research Variables (N=281)

| | Subjective happiness | Job-seeking stress | CDMSE* | Self-esteem |
|--------------------|----------------------|--------------------|-------------|-------------|
| | r(p) | r(p) | r(p) | r(p) |
| Job-seeking stress | -.310(<.001) | | | |
| CDMSE* | .379(<.001) | -.225(<.001) | | |
| Self-esteem | .479(<.001) | -.396(<.001) | .412(<.001) | |

*CDMSE=Career Decision-Making Self-Efficacy

Table 4. Influencing Factors on the Subjective Happiness (N=281)

| Variables | B | SE | β | t | p |
|---|--------|-------|-------|-------|-------|
| (Constant) | 21.395 | .517 | | 41.38 | <.001 |
| Monthly family income* (<200 Million won) | -2.861 | .630 | -.263 | -4.54 | <.001 |
| Major satisfaction* (Very unsatisfied) | -4.715 | 1.154 | -.221 | -4.09 | <.001 |
| Monthly family income* (200~400 Million won) | -1.646 | .459 | -.207 | -3.58 | <.001 |
| Major satisfaction* (Satisfied) | 1.282 | .435 | .161 | 2.95 | .003 |
| Gender* | -1.376 | .484 | -.154 | -2.84 | .005 |
| Subjective health* | -2.229 | .891 | -.134 | -2.50 | .013 |
| Grade* | -1.619 | .716 | -.123 | -2.26 | .024 |

R² = .232 Adj. R² = .226 F = 11.398 p < .001

*Dummy variables Reference group: Average family income: ≥6 Million won; Major satisfaction: Very satisfied; Gender: M: Subjective health: Excellent; Grade: Freshman

주관적 행복감과 통계적으로 유의한 정적 상관관계가 있었고, 취업스트레스($r = -.310, p < .001$)는 주관적 행복감과 유의한 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 대학생의 취업스트레스는 진로 결정 자기효능감($r = -.225, p < .001$, 자아존중감($r = -.396, p < .001$)과 유의한 부적 상관관계가 있었고, 진로 결정 자기효능감은 자아존중감($r = .412, p < .001$)과 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

4. 대상자의 일반적 특성, 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감이 주관적 행복감

에 미치는 영향

대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 다중회귀분석을 시행한 결과는 Table 4와 같다. 주관적 행복감과 유의한 상관이 있는 변수인 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감과 일반적 특성에서 성별, 학년, 월수입, 진로방향, 취업영향, 취업고민, 주관적 건강상태, 대인관계, 전공만족도가 주관적 행복감에 차이가 있어 이들 변수를 예측변수로 투입하였다. 일반적 특성에서 명목척도로 측정된 변수는 가변수로 처리하여 분석하였다. 먼저 다중공선

성의 유무를 분석한 결과 분산팽창인자(VIF)는 1.02에서 1.19이고 Durbin-Watson값은 2.042로 기준값인 2에 매우 근접하고 0또는 4에 가깝지 않으므로 잔차들간에 상관관계가 없는 것을 확인하였다.

대학생의 주관적 행복감에 영향을 주는 변인은 월수입, 전공만족도, 성별, 주관적 건강, 학년 순이었다. 전공에 대해 만족하는 경우는 대학생의 주관적 행복감에 순 방향으로 영향을 주며($B=.161, p=.003$), 월수입이 200만원 미만인 경우($B=-.263, p<.001$), 전공에 대해 매우 불만족($B=-.221, p<.001$), 월수입이 200만원 이상 400만원 미만인 경우($B=-.207, p<.001$), 여성($B=-1.54, p=.005$), 주관적 건강에서 건강하지 않음($B=-.134, p=.013$), 2학년인 경우($B=-.123, p=.024$)는 역방향으로 영향을 주는 것으로 확인되었다. 그리고 이 변인들로 대학생의 주관적 행복감을 설명할 수 있는 수정된 결정계수(Adjusted R^2)는 .226으로 주관적 행복감을 22.6% 설명하는 것으로 나타났다.

IV. 논 의

본 연구는 취업스트레스, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감과 같은 내적 변인과 경제적 수준, 성별 등과 같은 외적 변인이 대학생의 주관적 행복감에 미치는 영향을 통합적으로 조사하여, 대학생의 행복감 증진에 도움을 주고자 시도되었다.

본 연구 결과 성별에 따라 차이를 보여 남학생이 여학생보다 주관적 행복감이 높았다. Song 등(2013)의 연구에서 부정적 정서와 긍정적 정서를 남성보다 여성이 더 많이 경험하는 것으로 나타났고 Hwang과 Kim (2009)의 연구에서도 남성에 비해 여성이 감정적이고 정서에 더 많이 가치를 두면서 남성들보다 부정적 정서를 더 많이 경험한다고 하여 본 연구결과와 유사하다. 이는 우리나라의 가부장적 남성위주 사회 분위기로 인해 남성에 비해 여성이 감성적, 정서적으로 취약하기 때문에 초래된 것으로 판단된다.

본 연구에서 대학생의 주관적 행복감은 1학년은 2, 3, 4학년에서 차이를 보였다. 이는 학년, 성별에 따라 주관적 행복감 정도에서 유의한 차이가 없었던 Jo와 Park (2011)의 연구결과와 상이하였다. Jo와 Park

(2011)의 연구에서는 연구 대상자가 간호대학생 1, 2, 3학년만을 대상으로 하였고 여성이 86.2%를 차지하여 본 연구와 일치하지 않는 것으로 판단된다. 본 연구에서 고학년이 저학년생보다 유의하게 주관적 행복감은 낮아 이는 학년이 올라갈수록 청소년기에서 성인기로 이행하면서 자신에 대한 존중감은 증가하나 졸업 후 취업, 사회진출에 대한 두려움과 걱정으로 상당한 스트레스를 받으면서 학업에 몰입하고 있지만(Lee & Kim, 2012), 현 사회적 상황을 고려하면 자신의 성장과 발달 가능성보다는 가정의 경제적 상태, 배경에 의지해 이것이 주관적 행복감에 더 큰 영향요인이라고 생각하기 때문에 주관적 행복감은 감소하는 것으로 판단된다. 따라서 저학년인 신입생시절부터 적극적인 개입과 상담 및 관리를 통해 고학년의 취업스트레스를 감소시키고 주관적 행복감을 증진시킬 필요가 있겠다.

본 연구에서 대학생의 경제적 수준을 나타내는 월수입은 주관적 행복감에서 차이를 보였다. 주관적 행복감은 월수입 4백만원 이상인 집단이 4백만원 미만인 집단과 차이를 보였다. 이는 Cho (2013)의 연구에서 주관적 경제수준이 좋다고 인식할수록 주관적 행복감이 더 높은 것으로 나타난 결과와 Jo와 Park (2011)의 연구에서 주관적 경제상태가 중상인 집단이 중, 하, 상의 집단에서보다 주관적 행복감이 큰 것으로 나타난 결과와 유사하다. 또한 Lim, Ko, Shin과 Cho (2010)의 연구에서는 19세에서 80세에 이르는 한국인 1,000명을 대상으로 조사한 결과 월수입이 200만원 미만인 경우에 그렇지 않은 집단에 비해 정신적 웰빙이 현저히 떨어지는 것으로 보고하였다. 이는 경제적 인 요인은 각 개인의 내적요인인 자기효능감이나 자아존중감 등 독립적 자아형성에 영향을 주는 것으로 자신의 선택이나 자기표현 등 심리내적요소와 작용하여 그들이 느끼는 주관적 행복감이 낮았을 것으로 생각된다. 주관적 행복감은 대상자들이 속한 사회적 역량수준(교육이나, 자유 수준)에 따라 변하게 되는 것으로 경제적 수준과 주관적 행복감이 정비례하지 않으나 월수입과 같은 경제적 수준을 나타내는 인구통계학적 변인이 주관적 행복감에 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있었다.

대학생의 주관적 건강상태, 대인관계, 전공만족도는 주관적 행복감에서 차이를 보였다. 이는 대학생의 행복

감에 대한 Cho (2013)의 연구결과에서도 주관적 건강상태가 좋다고 인식할수록 행복감이 더 높은 것으로 나타났다. Jo와 Park (2011)의 연구에서도 건강상태, 동료관계, 전공만족, 성적에 따라 행복감에서 차이를 보였다고 보고하여 본 연구결과와 유사하다. Lee (2011)의 연구에서도 자아존중감, 대인관계, 좋아하는 일의 몰입, 자기만족이 행복감과 관련되어 있다고 보고되어 본 연구결과와 맥락을 같이한다. 따라서 대학생의 행복감 증진을 위해서는 정기적인 건강검진 홍보 및 실시, 건강관리 교육 강화를 통해 건강상태를 유지, 증진하고, 교수와 선후배간의 지지적인 관계 형성 및 자조모임, 아웃리치활동, 동아리활동을 통해 가족, 친구, 종교 및 사회단체 등 다양한 사회체계 내에서 원만한 대인관계를 형성하도록 할 필요가 있다. 또한 지속적인 상담과 적성 검사 실시 등을 통한 전공만족도를 향상시키는 중재방안이 모색되어야 한다.

본 연구결과와 대학생의 진로 결정 자기효능감, 자아존중감은 주관적 행복감과 통계적으로 유의한 정적 상관관계, 취업스트레스는 주관적 행복감과 유의한 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 취업스트레스가 높을수록 주관적 행복감이 낮아진다는 Cho (2013)의 연구결과와 일치하고 대학생의 자아존중감과 주관적 행복감은 정적 상관관계($r = .50, p < .001$)가 있다는 Jo와 Park (2011)의 연구결과와도 유사하다. Lim과 Seong (2013)의 간호대학생의 행복감에 대한 연구에서는 자아존중감과 행복감은 부적 상관관계가 있는 것으로 나타나 본 연구결과와 차이를 보였다. 따라서 대학생들이 주관적 행복감을 느끼고 즐기기 위해서는 대학교육현장에서 학생들에게 성적과 같은 학업 성취만을 강조하고 중요시하는 사회적 관점을 변화시키고 대학생들의 역할 수행과 학습 참여를 통해 진로 결정 자기효능감을 높일 수 있는 학습환경을 조성하는 가정, 학교를 포함한 지역사회 전반의 변화가 필요하겠다. 또한 대학생의 주관적 행복감은 취업스트레스가 낮을수록 증가하므로 대학생의 주관적 행복감을 증진하기 위해서는 대학생활에서 학업성취도에 근거해 취업률을 높이려고 하기보다는 적극적으로 다양한 선택을 위한 취업상담과 스트레스 관리를 통해 취업스트레스는 낮추고 자기역량강화, 자기성찰 프로그램 등을 통해 자신에 대한 가치와 효능감을 높일 필요가 있겠다.

본 연구에서 대상자의 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인으로는 성별, 학년, 월수입, 주관적 건강상태, 전공만족도였고 대학생의 주관적 행복감에 대한 설명력은 22.6%이었다. Hwang과 Kim (2009)의 연구에서 성별과 학년에 따라 주관적 행복감은 유의미한 차이가 있었지만, 학점, 종교유무에서는 차이가 없었고 이러한 요인은 주관적 행복감에 대해 남녀 각각의 삶의 상황적 변인들보다 더 큰 설명력을 보였다. Hwang과 Kim (2009)의 연구에서 여성은 남성보다 몰입추구경향이나 의미추구경향에서 다소 낮으며 즐거움추구경향에는 현저히 높아, 여성이 일시적이고 즉흥적인 자극과 즐거움을 추구하며 항상 기쁘고 유쾌한 삶을 추구하는 성향이 있고 여성이 남성들보다 감정적이고 정서에 더 많이 가치를 두고 있다고 볼 수 있다고 하였고, 여성들은 남성들보다 모든 감정들을 더 자주, 더 강하게 경험한다는 기존의 연구결과(Compton, 2005)와 유사하다. 또한 여성이 긍정적인 정서는 더 적게 경험하고 부정적인 정서는 더 크게 경험하는 연구(Hwang & Kim, 2009)와도 관련이 있다고 할 수 있다. 즉 여성들은 남성들보다 감정에 더 민감하고, 부정적 감정을 더 많이 경험한다면 그것을 보상하기 위해서 즐거움을 더 많이 추구한다고 볼 수 있다. 따라서 남성보다 여성 대학생의 주관적 행복감 증진을 위해서는 부정적인 정서를 덜 경험하도록 하는 것이 효과적이라 할 수 있고, 남녀간의 주관적 행복감에 대한 차이를 인식하고 이에 적합한 주관적 행복감 향상 프로그램을 적용할 필요가 있다. Cho (2013)의 연구에서도 대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 인구사회학적 요인으로 성별, 주관적 건강상태, 주관적 경제수준이 통계적으로 유의미하게 나타나 본 연구결과와 일치한다. 대학생의 주관적 행복감에 대한 Hwang과 Kim (2009)의 연구에서도 건강은 주관적 행복감에 영향을 미치고 학점의 높고 낮음과 같은 학업성취도는 주관적 행복감에 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 본 연구결과와 동일하다고 하겠다. 따라서 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인으로 성별, 경제적 수준, 주관적 건강수준과 같은 인구사회학적 특성을 고려할 필요가 있음을 시사한다. 본 연구결과에서 취업스트레스, 진로결정 자기효능감, 자아존중감과 같은 내적인 요인보다 경제적 수준, 성별, 주관적 건강수준과 같은 외적 요인이

주관적 행복감에 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 주관적 행복감은 개인이 생활 속에서 주관적으로 경험하는 것이기 때문에, 이것만으로 개인의 주관적 행복감을 설명하는 데에는 한계가 있다고 볼 수 있으므로(Hwang & Kim, 2009) 내적 요인을 함께 고려할 필요가 있다. Lyubomirsky, Shehldon과 Schkade (2005)의 연구에서도 행복감은 유전과 환경에 의해서 60% 이상 제한되어 있으며 나머지 40%가 개인의 의지와 노력으로 변화가능하며 나이, 성별, 교육수준, 수입, 지능, 신체적 매력 등은 삶의 상황적 요인에 속하며 외부적인 요인으로써 개인이 개입할 수 있는 여지가 거의 없지만 행복추구경향은 개인의 의지와 노력에 속하는 영역으로 개입의 여지가 많으며 변화의 가능성도 크다고 하였다. 그러므로 각 개인의 주관적 행복감을 증진하기 위해서는 그들이 가지게 되는 삶의 실제적 상황의 외적 요인을 고려한 내적 요인의 동기화와 이를 강화할 필요가 있었다.

본 연구가 지니는 의의와 시사점은 대학생의 주관적 행복감에 영향을 미치는 내적, 외적 요인을 포함한 다양한 요인들을 통합적으로 고려해 대학생의 주관적 행복감에 대한 영향요인을 조사하였다는 것이다. 그러나 본 연구는 전국 대학생을 연구대상으로 표집하지 않아 연구 결과를 일반화하는 데는 한계가 있고 본 연구에서 대학생의 주관적 행복감에 대한 설명력은 22.6%(Adjusted R²)로 낮아 행복감에 대한 다양한 변인을 규명하는 연구가 필요하겠다.

V. 결 론

본 연구는 D광역시 소재 대학 4곳의 대학생을 대상으로 대학생의 주관적 행복감에 미치는 영향 요인을 파악하고자 실시하였다. 연구결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 주관적 행복감은 성별, 학년, 전공계열, 월수입, 취업고민, 주관적 건강상태, 대인관계, 전공만족도에 따라 차이가 있었다. 둘째, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감이 높을수록 주관적 행복감은 높았고, 취업스트레스가 높을수록 주관적 행복감이 낮은 것으로 나타났다. 셋째, 주관적 행복감에 영향을 미치는 요인으로는 성별, 학년, 월수입, 주관적 건강상태, 전공만족도였고 대학생의 주관적 행복감에 대한 설명력은

22.6%이었다.

따라서 대학생의 주관적 행복감 증진을 위해서는 적극적인 개입과 상담을 통해 주관적 행복감에 대한 외적 요인을 우선 사정하고 성별과 학년에 따른 수준 및 비교를 통한 차이를 인식해 이를 토대로 성별, 학년에 따라 전공만족도, 진로 결정 자기효능감, 자아존중감과 같은 내적 요인을 향상시킬 수 있는 정서적, 인지적 측면에서의 간호중재적 접근이 필요하겠다. 또한 지지그룹이나 멘토링을 통해 각 학년별 대상자에게 적합한 맞춤형 행복 설계를 하고 이를 토대로 실질적인 도움을 제공하는 것이 필요하겠다.

이상의 연구결과를 토대로 다음과 같이 제언한다. 대학생의 주관적 행복감은 성별, 학년에 따라 차이가 있었으므로 연구대상 표본 선정 시 남녀구성비와 각 학년 당 학생 수의 비율 등을 보다 객관화시키고 이에 따라 주관적 행복감에 대한 영향 요인을 조사, 분석하여 고위험군을 선별하며, 고위험군의 경우 학교, 보건소 등 지역사회와 정신건강 상담 서비스에 연결하여 전문적인 상담이나 정서적 지지를 제공한 효과에 대한 연구를 제언한다. 그리고 지역별, 학과별 대학생의 주관적 행복감의 차이에 대한 조사와 연구대상자를 전국 대학생으로 표집하여 연구결과를 일반화할 필요가 있겠다.

References

- Cho, H. C. (2013). A study on the stress involved in preparing for employment on college student's happiness : The moderating effects of social support. *Studies on Korean Youth*, 24(1), 157-184.
- Compton, W. C. (2005). An introduction to positive psychology. Belmont: Thomson/Wadsworth.
- Hwang, J. W. & Kim, K. H. (2009). The Relationship between Orientations to Happiness and Subjective Well-being among University Students. *The Korea Journal of Counseling*, 10(1), 57-71.
- Hwang, R. I. (2012). Factors Affecting

- Employment Stress among College Nursing Students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 26(2), 215-226.
- Hwang, S. W. (1998). *A study on employment stress of university students.*. Unpublished master's thesis, Dong-A University, Busan.
- Jeon, B. J. (1974). Self-esteem: A test of its measurability. *Yonsei Research Institute*, 11(1), 107-130.
- Jo, G. Y. & Park, H. S. (2011). Predictors of Subjective Happiness for Nursing Students. *Journal of academia-industrial technology*, 12(1), 160-169.
- Jo, K. H. (2011). original articles : Perception of undergraduate nursing students toward happiness: A Q-methodological approach. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 17(2), 178-189.
- Kang, Y. R. (2006). *The influence of jobs seeking stress on their career maturity dance majoring students.* Unpublished master's thesis, Dankook University, Gyeonggi.
- Kim, B. J. (2011). A Study of Life Events Influenced on Happiness of College Students. *The Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 25(1), 115-135.
- Kim, M. O. & Park, Y. S. (2012). The Relationship between Career Preparing Behavior and Jobs Seeking Stress in University students: Moderation Effect of Career Decision-Making Self-Efficacy. *Korean journal of youth studies*, 19(11), 69-90.
- Kim, Y. S. (2003). *A Study on Life Stress and Coping Style of College Students.* Unpublished master's thesis, Daegu University, Daegu.
- Kwon, Y. J., Park, Y. S., & Kim, U. C. (2007). The Relationship Among Emotional Support, Self-efficacy, Happiness and Academic Achievement of University Students. *Korean Education Inquiry*, 25(2), 153-172.
- Lea, E. K. & Lee H. S. (2002). A Study on the Effect of Career Self - Efficacy Upon the Career Attitude and Maturity. *Korean journal of counseling and psychology*, 14(1), 109-120.
- Lee, S. H. & Kim, S. J. (2012). The Degree of Perceived Stress, Depression and Self Esteem of University Students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 26(3), 453-464. <http://dx.doi.org/10.5932/JKPHN.2012.26.3.453>
- Lee, Y. J. (2011). The efforts for becoming happy of college students. *Asian journal of education*, 12(1), 63-84.
- Lim, E. J. & Seong J. A. (2013). A Study on the Relation of Laughter Index, Self esteem, Subjective happiness, Quality of life in Nursing College Students. *Holistic Health Science*, 3(2), 25-31.
- Lim, J. S. (2004). *Relationships of a self-enhancement bias, life events and subjective well-being in old-adults.* Unpublished master's thesis, Ewha Woman University, Seoul.
- Lim, Y. J., Ko Y. G., Shin, H. C., & Cho, Y. R. (2010). Happiness and the Mental Health Index in South Koreans : Korean Mental Health. *The Korean Psychological Association*, 2010, 233-257.
- Lyubomirsky, S. & Lepper, H. (1999). A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation. *Social indicators research*, 46(2), 137-155.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The Architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131.
- Oh, H. S. (2008). A Study of the Relationships between the Employment Prospects, Life Aims and Life Satisfaction of University Students. *Korean Psychological Journal of*

- Culture and Social Issues*, 14(4), 19-37.
- Organization for Economic Co-operation and Development(OECD). (2014, September). *OECD Better Life Index: Life Satisfaction for Korea*. Retrieved September 15, 2014, from <http://www.oecdbetterlifeindex.org/>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, N.J. : Princeton University Press.
- Song, I. S., Hong, D., & Park, H. S. (2013). The Effects of Family Strength on Happiness as Perceived by College Students. *Korean Journal of Family Welfare*, 18(4), 579-598. <http://dx.doi.org/10.13049/kfwa.2013.18.4.579>
- Statistics Korea. (2014, September). *The unemployment rate tables among young people*. Retrieved September 2, 2014, from http://kosis.kr/nsportalStats/nsportalStats_0102Body.jsp?menuId=2&NUM=79.
- Sung, M. H. (2005). A Study of the Relationship Between College Student's Attachment, Self-Efficacy and the Adjustment of College Life. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 26(2), 316-327.
- Taylor, K. M. & Betz, N. E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 22(1), 63-81.

Influence on Subjective Happiness of University Students

Lee, Sunhee (Lecturer, College of Nursing, Kyungpook National University)

Chung, BokYae (Professor, College of Nursing, Kyungpook National University)

Kim, Soonhee (Lecturer, College of Nursing, Kyungpook National University)

Purpose: The purpose of this study was to determine the influence of job-seeking stress, career decision-making self-efficacy and self-esteem on subjective happiness of university students. **Methods:** The participants were 281 university students in D city. Data were collected using a structured questionnaire. The data were analyzed using SPSS/WIN 19.0 using one-way ANOVA, t-test, Pearson correlation, and multiple regression. **Results:** Subjective happiness showed positive association with career decision-making self-efficacy, self-esteem and negative association with job-seeking stress. Factors that had an influence on subjective happiness were monthly family income (less than two million won $\beta = -.263$, $p < .001$, between two million won and four million won $\beta = -.207$, $p < .001$), major satisfaction (very unsatisfied $\beta = -.221$, $p < .001$, satisfied $\beta = .161$, $p = .003$), gender (female $\beta = -.154$, $p = .005$), subjective health (unhealthy $\beta = -.134$, $p = .013$), and school year (sophomore $\beta = -.123$, $p = .024$). These factors explained 22.6% of the variance in their subjective happiness. **Conclusion:** The results of this study showed that more positive career decision-making self-efficacy, self-esteem and more negative job-seeking stress were needed for their subjective happiness. This study also indicated that economic status, major satisfaction, gender, and subjective health were very important in predicting their subjective happiness. Thus, to improve their happiness, it would be necessary to consider both intrinsic factors such as major satisfaction and extrinsic factors such as general characteristics.

Key words : Happiness, Stress, Satisfaction