

# 결혼경험 유무에 따른 비혼 1인 가구의 생활만족도에 영향을 미치는 요인\*

Factors affecting the life satisfaction of unmarried one-person households according  
to marital experience

중앙대학교 아동청소년학과  
석사 강소현\*\*  
중앙대학교 심리학과  
교수 박정윤\*\*\*

Dept. of Child and Youth Studies, Chung Ang Univ.  
Master Kang, Sohyun  
Dept. of Psychology, Chung Ang Univ.  
Professor Park, Jeoung Yun

## 〈목 차〉

- |            |            |
|------------|------------|
| I. 서론      | IV. 연구결과   |
| II. 이론적 배경 | V. 결론 및 제언 |
| III. 연구방법  | 참고문헌       |

## 〈Abstract〉

The purposes of this study were to identify the factors that affect the life satisfaction of unmarried one-person households and to examine how these factors influence this population. This study targeted 308 unmarried one-person households. The results found the following: one-person households without marriage experience had higher levels of job stress than one-person households with marriage experience, and the level of differentiation of family projections was lower; the overall level of life satisfaction was higher in one-person households without marriage experience than in one-person households with marriage experience; in one-person households without marriage experience, higher life satisfaction correlated with higher levels of self-integration, family projection processes, and family retirement differentiation, and lower job stress, which was correlated with higher self-control ability, higher evaluation and higher material support; and life satisfaction was found to be higher in unmarried one-person households that received more information and had a lower age, lower job stress, and higher

\* 본 논문은 주저자의 석사학위 졸업 논문을 수정 보완한 것임

\*\* 주저자: 강소현(akflsghtn@hanmail.net)

\*\*\* 교신저자 : 박정윤(pjy4838@cau.ac.kr)

monthly income. This study contributes to the literature in that it explores how marital experience interacts with demographic variables, occupational factors, psychological factors, and social support factors and consequently affects the life satisfaction of unmarried one-person households.

**Key Words** : 비혼 1인 가구(unmarried one-person households), 생활만족도(life satisfaction), 자기조절능력(self-control ability), 직무 스트레스(job stress)

## I. 서론

가족생활에서 최근 가장 두드러지는 변화는 가족 형태가 다양해지고 있다는 점인데, 그 중에서도 1인 가구는 1990년 총 가구(일반가구)의 9.0%에서 2015년 27.2%로 그 비중이 두드러지게 증가하였으며 향후에도 지속될 것으로 예측하고 있다(통계청, 2015). 통계청의 인구센서스 조사결과에 따르면, 최근 20년간 3세대 이상의 가구는 지속적으로 감소한 반면, 1인 가구는 2000년에서 2015년까지의 기간 중 전체 가구수 증가의 62.1%를 차지하여 가장 큰 비율로 증가하였으며, 가구유형별로 보았을 때는 ‘1인 가구’, ‘부부가구’, ‘부부 및 자녀가구’ 등의 순으로 변화하여 1인 가구가 우리나라의 가장 주된 가구형태가 되었다(통계청, 2018).

1인 가구 증가 배경에는 산업구조의 변화를 비롯하여 개인주의적 가치관의 확산, 교육기간의 증가, 생활양식의 변화 등 다양한 요인들이 맞물려 발생하는데, 그 중에서도 전통적인 결혼관에서 벗어나 비혼을 선택하는 비중이 늘고 있는 현상에 주목할 필요가 있다(이성림 · 김기옥, 2009). 혼인건수는 1990년 이후 현재까지 급격히 감소하여 2018년에는 가장 낮은 수치를 기록하였고 평균 초혼연령은 지속적으로 증가하였으며 특히 결혼을 꼭 해야 한다고 생각하는 사람의 비율이 2018년도에 들어 처음으로 절반 이하로 떨어져 혼인율이 높아질 가능성은 점점 줄어들고 있다(통계청, 2019).

이러한 비혼 1인 가구의 증가 외에도 1인 가구가

증가한 이유에는 결혼생활을 오래 유지한 중·장년층의 이혼이나 별거에 따른 단독가구의 증가, 교육과 취업의 기회를 위해 원가족과 떨어져 대도시에서 독립가구를 형성하는 청년세대의 증가, 한국의 교육환경과 관련한 분거 가족의 증가, 예상보다 빠르게 진입한 고령사회에 따른 노인 독신가구의 증가 등이 있다(변미리 외, 2008).

1인 가구가 급격히 증가하는 현상은 사회구조의 변동을 야기하며 이들의 다양한 생활상에서 여러 가지 욕구와 문제가 사회문제로 제기되는데, 이러한 측면에서 발생 가능한 본질적인 문제는 경제적 문제와 더불어 사회적으로 고립될 위험이 높아진다는 것이다(박미석 · 전지원, 2017). 이명진, 최유정과 이상수(2014)가 1인 가구의 문제점을 조사한 연구에서 1인 가구원이 심리적으로 불안감과 외로움을 많이 느끼며 특히 아플 때 혼자인 것을 가장 큰 문제점으로 인식한다고 밝혔는데, 이는 사회적 관계를 단절하고 혼자 보내는 시간이 많은 생활로 인해 정서적으로 유대감이 약화되는 것으로 볼 수 있다. 또한 타인과의 생각이나 감정 공유가 줄어들어 다인 가구에 비해 생활을 비관적으로 평가하는 경향이 4배 이상 높게 나타나 우울증과 자살 등과 같은 문제로 이어질 가능성이 크다(이명진 외, 2014)는 것을 보았을 때, 최근 ‘혼밥’, ‘혼술’, ‘혼영’과 같은 신조어가 생겨나며 자유로운 생활을 혼자서도 충분히 즐기는 싱글 라이프의 이면에는 관계의 단절로 인한 고독과 외로움의 정서가 공존하고 있음을 알 수 있다.

‘2016년 보건복지정책 수요조사 및 분석’에서는 삶

의 만족도를 조사한 결과 가구원의 수가 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 1인 가구의 삶의 만족도 수준이 가장 낮게 나타나 다인가구의 만족도와는 상당한 차이를 보였으며(한국보건사회연구원, 2016), 1인 가구의 생활만족도 수준에 밀접한 영향을 미치는 경제상태와 신체·정신적 건강상태 등이 모두 낮은 수준으로 나타났다(김연옥, 2016). 1인 가구원이 혼자 살기 때문에 더 외롭고 만족스럽지 못한 생활을 할 가능성이 높다(김혜영 외, 2007; 이명진 외, 2014)고 밝힌 기존의 연구들을 통해 1인 가구의 생활만족도에 영향을 미치는 요인들에 대해 살펴볼 필요성이 제기된다.

1인 가구 생활만족 수준 및 삶의 만족도와 관련한 선행연구들은 대상 면에서 대부분이 독거노인에 초점이 맞춰져 있었으나(변미리 외, 2008), 최근에는 가족자원경영학 분야에서도 남녀대학생(홍영운·주영애·박인선, 2018), 청년층(양지명·정영금, 2019; 송혜림·강은주·김민주, 2018), 중년층(서지원·양진운, 2017) 등 1인 가구의 대상을 다양하게 접근하는 추세이다. 본 연구의 대상인 비혼 1인 가구에 대한 연구는 일부 이루어지고 있는데, 비혼 1인 가구의 삶의 질과 만족감에 관한 패널연구(강은택·강정구·마강래, 2016; 박미석·전지원, 2017; 서명희·김영희·이현옥, 2017), 비혼 1인 가구의 생활실태를 파악하는 연구(김혜영 외, 2007), 비혼 1인 가구의 교제활동 연구 시간량 조사연구(이진숙·이윤석, 2014) 등을 통해 비혼 1인 가구의 특성에 대해 살펴볼 수 있다. 그러나 이들의 연구는 비혼 1인 가구의 생활만족도를 파악하는데 성별, 연령, 소득수준 등 인구사회학적 변인을 중점적으로 보거나, 한두 개의 영향력만을 고찰하려는 한계가 존재하여 이에 다양한 변인들을 종합적으로 분석할 필요가 있다.

이와 더불어 비혼 1인 가구의 삶을 더욱 심층적으로 살펴보기 위하여 기존 연구들에서 중요하게 적용되는 변수 중 하나인 결혼의 경험(Ben-Zur, 2012)에 따라 세분화하여 비교해 보고자 한다. 결혼의 경험과 이혼 및 사별로 인한 결혼해체의 경험은 개인의

생활에 밀접하게 관련되어 있는 일련의 사건으로, 유배우가 비혼자에 비해, 미혼 1인 가구가 기혼 1인 가구에 비해 삶의 만족도가 높다는 연구들(Lucas, 2005; 강은택 외, 2016)을 통해 결혼의 경험이 고려되어야 함을 알 수 있다. 실제 연령층을 기준으로 1인 가구를 구분하는 선행연구(변미리 외, 2008; 정경희 외, 2012)들의 경우에도 청년층을 미혼, 중장년층을 이혼 및 별거, 고령층을 사별 등으로 연령층의 주요특성을 결혼의 경험과 관련하여 제시(박미석·전지원, 2017)하고 있으므로 본 연구의 대상인 비혼 1인 가구를 연령이 아닌 결혼경험을 기준으로 미혼 1인 가구와 이혼 및 사별 1인 가구로 세분화하여 살펴보고자 한다.

이에 본 연구는 결혼을 한 적이 없거나 이혼 및 사별로 인해 혼자가 된 25세에서 54세까지의 비혼 1인 가구를 대상으로 하여 이들의 생활만족 수준에 영향을 미칠 수 있는 다양한 요인들을 탐색하는데 목적을 두고, 결혼경험 유무에 따른 집단 특성에 기인하여 개인 및 가족적 측면에서의 교육 및 상담적 접근이 가능하도록 기초 자료를 제공하고자 하며, 현재 1인 가구에 대한 정책들이 미흡한 한국사회에서 이들의 일상생활의 질을 높일 수 있도록 1인 가구가 가지는 자원의 파악과 효율적 배분을 통해 다양한 건강가정사업 및 정책적 지원방안 모색을 돕고자 한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 비혼 1인 가구의 현황과 실태

비혼이란 현재 법적으로 무배우자로서, 미혼, 이혼, 사별한 사람 모두를 포함(강은영·진미정·옥선화, 2010)하는 개념이며, 1인 가구란 혼자서 독립적으로 취사 및 취침 등 생계를 유지하는 가구를 의미한다(통계청, 2012). 따라서 본 연구에서 정의하는 ‘비혼 1인 가구’란 현재 법적으로나 사실적으로 무배

우자로서, 결혼한 적이 없거나 결혼 후 이혼·사별로 인해 1인이 독립적으로 취사 및 취침 등의 생계를 영위하고 있는 가구를 말한다. 가구유형은 다양해지고 가구원수는 점차 줄어들면서, 1인 가구가 증가하는 추세는 유럽, 북미, 일본 등의 선진국에서는 이미 우리나라에 앞서 경험한 보편적인 현상으로, 최근 그 증가세가 완만해진 것으로 보인다(김혜영 외, 2007). 유럽이 미국보다 1인 가구의 비율이 더 높은 것으로 나타나는데, 그 중에서도 노르웨이(37.9%), 독일(37.5%), 프랑스(33.0%), 영국(28.5%) 순으로 높고 그 다음을 미국(28.0%)이 차지하고 있으며 일본의 경우 32.7%에 이르러 아시아 국가 중에서는 독보적인 수치라 할 수 있다(김도희, 2012). 이러한 국가들에서 공통적으로 발견되는 사실은 1인 가구 중 노인층의 비율이 높게 나타나기는 하지만, 90년대 이후 젊은 층의 비율이 꾸준히 증가한다는 점이다. 한국의 1인 가구 증가는 선진국의 변화추이를 뒤따르고 있으나 이들에 비해 압축적인 상승세를 보여주는데, 2018년도 통계청 자료에 따르면 전체 가구 중 9.0%에 불과했던 1990년에서 2000년 20.5%, 2010 23.9%, 2015년 27.2%로 가파르게 증가하였으며, 다른 국가들에서 나타났던 공통적인 특징인 젊은 세대의 비율이 노인세대에 비해 더 높은 증가세를 보이는 것을 확인할 수 있으므로 노인을 제외한 다른 집단들에서도 다방면의 연구가 필요함을 시사한다(통계청 2018).

비혼 1인 가구를 대상으로 한 연구들을 살펴보면, 비혼 1인 가구의 사회적 관계 활동 양상을 교제활동 시간량으로 비교하여 분석한 연구(이진숙·이윤석, 2014)에서는 교제활동 시간이 성별에 따라 차이가 났는데 하루 평균 여성은 64분, 남성은 45.6분을 교제활동에 사용했으며, 여성이 남성보다 가족이나 친척과의 교제시간이 더 많았고 친구, 연인, 동료, 이웃 등과의 교제시간도 더 많은 것으로 나타났다.

김혜정(2015)은 비혼 1인 가구 중에서도 30대에서 50대까지의 여성을 대상으로 생활실태를 파악한 연구에서 경제적 측면 외에도 사회적 관계, 주거, 건강,

사회적 안전망 등 다양한 영역에서 사회적 배제가 발생한다는 것을 밝혔으며, 특히 배우자도 자녀도 없는 비혼 여성 1인 가구는 친구나 그 외의 인간관계에서 기혼자와 관계가 소원해지면서 사회적 관계를 넓힐 수 없는 환경이 형성되어 사회적으로 고립될 위험이 높아진다고 하였다.

이 외에도 30대·40대 독신가구의 경제생활(심영, 2002), 노인 1인 가구를 대상으로 경제 상태와 경제적 불평등 연구(성지미·이윤정, 2001), 소비지출의 영향에 대해 분석연구(이윤정·김순미, 2004), 1인 가구의 도시정책, 주거실태분석, 주거선택요인(변미리 외, 2008; 김옥연·문영기, 2009; 이영행·최민섭, 2009) 등 다양한 분야에서 1인 가구의 연구가 진행되었다.

이상의 선행연구들은 연구 영역이 다양해지고 있는 반면 그 내용은 단순한 소비경향 및 주거환경 등의 생활실태를 파악하는 수준으로, 이제는 다인 가구와 1인 가구의 차이는 물론이고 비혼 1인 가구 내에서도 성별, 혼인상태, 생활환경 및 경험 등에 따라 연구의 다각화가 요구되는 데에 비해 단순 실태파악을 넘어서서 비혼 1인 가구의 삶을 면밀히 분석한 연구는 아직 미미하다. 따라서 본 연구에서는 비혼 1인 가구의 생활만족도에 영향을 주는 변인에 대한 심도 깊은 탐구를 위해 비혼 1인 가구를 결혼경험의 유무를 기준으로 세분화하여 생활만족도와 관련변인들을 밝혀보고자 한다.

## 2. 생활만족도 관련변인에 대한 선행연구 고찰

생활만족도를 정의한 국내 연구를 살펴보면, 생활만족도는 개인의 생리적, 심리적 사회적 조건 속에서 과거로부터 현재까지의 생활에 대해 주관적인 평가와 만족감(홍순혜, 1984)이라고 설명하였으며, 과거와 현재뿐만 아니라 미래의 삶과 활동에 대한 전망까지 포함하여 판단하는 긍정적인 정도라고 말하였다(김옥태·정용승·채재성, 1999). 또한 손진분과 박미려(2007)는 자신이 처한 현재의 상황에 대한 만

족감과 지금까지 경험해온 상황에 대한 종합적인 만족감으로써 주관적이고 심리적인 만족상태라고 하였다. 이와 같이 생활만족도란 학자들마다 어떤 관점으로 보는가의 차이일 뿐 과거부터 현재까지 자신의 삶의 어떻게 평가하는지에 대해서는 모두 일맥상통한다고 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 현재의 주변상황이나 일상생활을 구성하는 활동 및 삶에 대한 행복감이나 만족감을 주관적으로 인지하는 정도를 생활만족도로 정의하고자 한다.

생활만족도 관련변인에 대한 선행연구는 세대별 1인 가구의 생활만족도(소운서, 2017), 청년 1인 가구의 생활만족도(김세영, 2018), 1인 가구의 생활만족도 및 우울에 관한 연구(김순정, 2019) 등이 있으나 비혼 1인 가구를 대상으로 한 생활만족도 관련변인에 관한 연구가 많지 않기 때문에 비혼 1인 가구의 예도 연구 대상을 다양하게 보고자 하였다.

### 1) 인구사회학적 변인

성별이 생활만족도에 미치는 영향력을 살펴보면, 서명희(2018)는 1인 가구의 삶의 만족도에 대한 분석을 통하여 성별에 유의미한 차이가 있다고 보았으며, 여성의 만족도가 높게 나타났다. 반승주(2019)는 중·고령 1인 가구의 삶의 만족과 성공적 노후에 대하여 연구하였는데, 남성이 여성보다 신체적 건강과 심리적 건강상태에 대한 만족도가 높았으나 사회성은 낮은 수준을 보였다. 장유련(2019)은 젊은 여성 1인 가구를 대상으로 생활만족도에 대하여 살펴본 결과 성별에 따라 유의한 차이가 있었는데, 남성 1인 가구의 경우 개인의 안전 인식이 삶의 만족도에 영향을 미친 반면 젊은 여성 1인 가구의 경우 개인의 안전 인식에 대한 영향력은 없었고 경찰이나 이웃 등에 의한 커뮤니티 안전이 삶의 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

연령에 따라 생활만족도에 미치는 영향력을 살펴보면, 소운서(2017)는 세대별 1인 가구에 따른 생활만족도 연구결과 연령에 따라 생활만족도에 유의한

차이가 있었으며, 중년기(40세 이상 59세 이하)는 개인적·사회적 변화가 많으므로 상대적으로 청년기(20세 이상 39세 이하)나 노년전기(60세 이상 74세 미만), 노년후기(75세 이상)에 비해 생활만족도가 낮은 것으로 나타났다고 하였다. 강승엽(2017)의 연구에서도 연령에 따라 생활만족도에 유의미한 차이가 있었으며, 1인 가구 가운데 20대, 30대 청년 1인 가구의 삶의 만족도가 낮은 것으로 나타났다.

가구소득은 소비욕구를 충족시켜주고 생활을 긍정적으로 평가할 가능성을 높여줌으로써 생활만족도와 밀접한 관련이 있는 변수로(김학주, 2016), 대부분의 연구에서 소득수준이 높을수록 삶의 만족도 수준이 높았다(강상경, 2012; 박미석·김미영, 2012; 김학주, 2016). 강은택 외(2016)는 소득을 주관적 소득과 절대적 소득으로 나누어 살펴보았는데, 미혼 1인 가구의 경우에는 주관적 소득과 절대적 소득 모두 삶의 만족감에 영향을 미친 반면, 기혼 1인 가구의 경우에는 주관적 소득을 더 중요시한 것으로 분석되었다.

교육수준과 생활만족도에 대한 선행연구는 많지 않았지만, 교육수준이 높을수록 20대 이상 여성의 생활만족도가 높게 나타났고(우재영, 2013), 중년기 남성의 경우도 교육수준이 높을수록 생활만족도에 정적 영향을 미치는 것으로 보고되었다. 1인 가구의 삶의 만족도를 예측하는 서명희(2018)의 연구에서는 학력이 고졸 이하인 집단보다 대졸 이상인 집단에서 삶의 만족도가 높게 나타났다. 이와 같이 선행연구를 바탕으로 인구사회학적 요인으로 볼 수 있는 성별, 연령, 소득수준, 교육수준 등에 따라 생활만족도에 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 생활만족도 향상을 위한 요인으로 고려해 볼 수 있다.

### 2) 직업적 요인

생활만족도 관련변인으로 직업적 요인에 대해 선행연구를 살펴본 결과, 김화진(2015)은 1인 가구원의 행복지수와 우울에 영향을 미치는 요인으로 직업의

유무가 유의하게 나타난다고 하였다. 즉 직업이 있는 경우 행복지수가 높고 우울이 낮은 것으로 나타났다. 이명주(2002)의 연구에서는 직무 스트레스를 유발하는 요인을 어떻게 인지하고 대응하는가에 따라 생활만족도에 미치는 영향이 달라진다고 하였는데, 간접·소극적 대처방안 보다는 간접·적극적 대처방안을 사용하는 것이 삶의 만족도를 높인다고 보았다. 직무 스트레스와 생활만족도의 관련성을 보고한 연구들(김은수, 2007; 오정석, 2013; 김사라·김유숙, 2017)에서는 일반적으로 직무 스트레스가 높을수록 삶의 만족도는 낮아진다고 하였다.

### 3) 심리적 요인

생활만족도에 영향을 미치는 심리적 요인으로, 한석빈(2015)은 중년여성의 자아분화수준이 생활만족도에 미치는 영향에서 자아분화 하위변인인 인지 대정서적 기능, 자아통합, 가족투사 과정, 정서적 단절, 가족퇴행 모두 생활만족도와 정적인 관계를 맺고 있다고 보았다. 즉 지적기능과 정서적기능이 잘 분리되어 있으며 가정 내에서 정서적으로 단절하려는 경향을 보이지 않고 부부간의 문제를 특정자녀에게 투사하지 않을수록, 퇴행적 행동보다 건설적인 방법을 찾고 자신의 신념을 잘 견지할수록 생활만족도 수준이 높았다. 서영희(2006)는 자아분화와 결혼만족도와의 관계에서 자아분화가 잘 이루어지지 않을수록 부부 의사소통 불만족, 결혼에 대한 전반적 불만족, 문제해결 의사소통 불만족, 부부공유 시간 불만족, 성생활 불만족 등 결혼만족도가 낮게 나타난다고 보았다.

생활만족도에 영향을 미치는 또 다른 심리적 요인을 살펴보면, 박영신과 김의철(2008)은 부부를 대상으로 한 연구에서 배우자로부터 사회적 지원을 많이 받을수록 자기조절능력이 높아지고 이로 인해 생활만족도가 높아진다고 밝혔다. 김선과 최재희(2013)의 연구에서도 자기조절능력이 높을수록 노인의 생활만족도가 높아지며, 이서기(2010)는 청소년의 자

기조절능력이 생활만족도에 정적인 영향을 미친다는 연구결과를 보아, 자기조절능력이 높은 사람은 스트레스 상황에서 효율적으로 대처하며 생활만족도나 적응에 긍정적인 영향을 준다는 것을 알 수 있다(박영신 외, 1999).

### 4) 사회적 지지 요인

사회적 지지 요인과 생활만족도의 관련성에 대한 선행연구를 살펴보면, 박미석과 전지원(2017)의 연구에서는 사회적 지지가 미혼 및 사별 1인 가구의 삶의 질에는 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타난 반면, 별거 및 이혼 1인 가구의 경우 사회적 지지 변인이 삶의 질에 유의미하지 않게 나타났다. 박선영(1998)은 사회적 지지가 노인의 생활만족도에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 가족의 지지가 높은 노인일수록 의미 있는 타인의 지지 또한 높아진다고 하였다. 김효진(2007) 역시 사회적 지지가 노인의 생활만족도에 직접적인 영향을 미치며, 사회적 지지를 많이 받을수록 노인의 생활만족도가 높아진다고 나타났다. 이 외에도 사회적 지지가 생활만족도에 영향을 미친다고 밝힌 선행연구들(김나영, 2007; 이재화, 2011; 장현주, 2009) 대부분은 사회적 지지와 생활만족도가 정적인 영향을 미친다는 결과를 도출하였으며, 사회적 지지가 높을수록 생활만족도가 높아진다고 하였다.

이렇듯 생활만족도 관련변인에 대한 선행연구 동향을 살펴본 결과, 인구사회학적 변인뿐만 아니라 직업적 요인, 심리적 요인, 사회적 지지 요인 등 다양한 요인들이 생활만족도에 유의미한 영향을 미친다는 것을 알 수 있었으나 비혼 1인 가구를 대상으로는 이를 종합적으로 살펴본 연구가 아직 많이 이루어지지 않았으며, 특히 비혼 1인 가구를 결혼경험의 유무를 기준으로 유형화하여 영향력을 살펴본 연구는 충분히 고찰되지 않았으므로 본 연구에서 이를 밝혀보고자 한다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구문제

본 연구의 목적을 달성하기 위한 연구문제를 제시하면 다음과 같다.

첫째, 비혼 1인 가구의 생활만족도 관련변인의 경향성은 어떠한가?

둘째, 비혼 1인 가구의 생활만족도에 미치는 변인들의 상대적 영향력은 어떠한가?

#### 2. 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구는 결혼을 한 적이 없거나 이혼 및 사별로 인해 혼자가 된 25세에서 54세까지의 비혼 1인 가구의 생활만족도에 영향을 미치는 다양한 요인에 대해 살펴보고, 변인간의 상대적 영향력을 파악하기 위해 자기보고식 질문지법을 사용하여 자료를 수집하였다. 본 연구의 대상자를 1인 가구 중에서도 비혼자로 선정할 이유는 유배우자와 현재 배우자가 없는 경우 삶의 만족도가 다르다는 선행연구(Lucas, 2005; Bailey & Snyder, 2007)와 같이 배우자의 유무가 생활만족도에 차이가 있을 것으로 예상되며, 1인 가구의 증가가 비혼 인구가 증가하는 현상과 밀접한 관련(김혜영 외, 2007)이 있음에도 불구하고 비혼 1인 가구에 대한 연구가 아직 미흡하기 때문이다. 또한 비혼 1인 가구 중에서도 집단 특성을 좀 더 명확히 하기 위해 생활만족도와 밀접하게 관련이 있는 혼인상태를 기준으로 비혼 1인 가구와 이혼 및 사별 1인 가구로 세분화하여 살펴보았다.

본 조사를 실시하기에 앞서 설문지의 문항에 대한 이해도와 문항의 적절성을 살펴보기 위해 2019년 2월 25일부터 3월 1일까지 총 20명의 비혼 1인 가구를 대상으로 예비조사를 실시하였다. 회수된 내용을 토대로 설문지의 문항을 수정·보완하여 본 조사를 실시하였다. 본 조사는 2019년 3월 6일부터 2019년 4월 12일까지 오프라인 및 온라인 설문을 통해 총

340명에게 설문지를 배포하였다. 오프라인 조사는 서울과 경기 지역을 대상으로 편의표집방법을 활용하여 설문지를 직접 전달하거나 우편을 이용하였으며, 온라인 조사는 '1인 가구', '싱글', '나 혼자 산다' 등을 검색하여 혼자 사는 사람들과 비혼자들이 다양한 생활정보나 일상을 공유하고 친목을 도모는 커뮤니티 중에서 적어도 회원수를 만 명 이상 보유하고 있는 커뮤니티를 선정하여 자료를 수집하였다. 그 중에서 319부를 수거하여 수거율은 93.8%였으며, 성의 없는 답변이나 분석에 사용할 수 없는 설문지를 제외한 후 308부를 최종자료로 분석하였다.

#### 3. 측정도구 구성

##### 1) 인구사회학적 변인

본 연구의 조사대상자의 일반적 특성을 알아보기 위한 변인으로 성별, 연령, 교육수준, 종교, 혼인상태를 묻는 문항과 주거관련 변인으로 1인 가구 지속 기간과 자가, 전세 등의 거주 유형을 묻는 문항을 포함하였다. 경제 및 직업 관련 변인으로는 직업, 고용형태, 소득수준으로 구성하였으며, 총 10문항으로 구성되었다.

##### 2) 직무 스트레스

직무 스트레스는 Sosik & Godshalk(2002)의 연구에서 사용한 job stress 문항을 이덕근(2008)이 번역한 직무 스트레스 척도를 사용하였으며 하위변인은 없다. 본 척도는 총 8문항이며, 각 문항은 5점 Likert 척도로, 합산점수가 높을수록 직무 스트레스 수준이 높음을 의미한다. 본 척도의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .901이었다.

##### 3) 자아분화

자아분화는 사고와 정서를 분리할 수 있는 능력을 말하며 원가족으로부터 분화된 정도를 측정하기 위해 Bowen의 가족체계이론을 토대로 제석봉(1989)이

개발한 자이분화 척도를 수정·보완하여 사용하였다. 본 척도는 총 34문항으로, ‘인지 대 정서적 기능’, ‘자아통합’, ‘가족투사 과정’, ‘정서적 단절’, ‘가족퇴행’의 5가지 하위변인으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로, 부정적인 문항은 역 채점하여 점수가 높을수록 자이분화 수준이 높다는 것을 의미한다. 본 척도의 총 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .977이며, 하위변인들의 신뢰도를 측정된 결과 ‘인지 대 정서적 기능’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .910, ‘자아통합’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .868, ‘가족투사 과정’과 ‘정서적 단절’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .866으로 같았으며, ‘가족퇴행’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .932로 나타났다.

#### 4) 자기조절능력

본 연구에서 사용된 자기조절능력 척도는 차정은(1997)의 것을 김아영(1998)이 수정한 일반적 자기효능감 척도에서 하위변인인 자신감, 자기조절 효능감, 과제난이도 선호 중 자기조절 효능감 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 12문항으로 이루어져 있으며, 각 문항은 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 자기조절능력이 높음을 의미한다. 본 연구의 자기조절능력에 대한 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .937이었다.

#### 5) 사회적 지지

사회적 지지 척도는 박지원(1985)이 개발하여 홍주우(1999)가 수정·보완하여 사용한 도구로, 개인이 사회적 유대관계를 통하여 다른 사람이나 집단, 지역사회 등에서 얻을 수 있는 기능적 지지 정도를 알아보는 척도이다. 본 척도는 총 25문항이며, ‘정서적 지지’, ‘정보적 지지’, ‘물질적 지지’, ‘평가적 지지’의 4가지 하위변인으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로, 점수가 높을수록 사회적 지지 정도가 높다는 것을 의미한다. 사회적 지지에 대한 전체 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .972였으며, ‘정서적 지지’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .930, ‘정보적 지지’의

신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .877, ‘물질적 지지’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .866, ‘평가적 지지’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .880이었다.

#### 6) 생활만족도

본 연구의 생활만족도는 김명자(1996), 이해숙(1994), 한입섭(1987)의 연구를 참고하여 이희정(2004)이 재구성한 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 23문항으로, ‘의식주 영역’부터 ‘인간관계 영역’, ‘신체·정신건강 영역’, ‘일 영역’, ‘경제 영역’, ‘사회·여가활동 영역’, ‘행복감 영역’까지 7가지 하위영역으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로, 점수가 높을수록 생활만족도가 높음을 의미한다. 생활만족도의 총 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .966이었으며, ‘의식주 영역’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .858, ‘인간관계 영역’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .832, ‘신체·정신건강 영역’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .841, ‘일 영역’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .769, ‘경제 영역’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .692, ‘사회·여가활동 영역’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .859, ‘행복감 영역’의 신뢰도는 Cronbach  $\alpha$  값 .799로 나타났다.

#### 4. 자료 분석 방법

비혼 1인 가구의 생활만족도에 영향을 미치는 요인을 살펴보기 위해 SPSS 25.0 프로그램을 활용하여 분석을 실시하였다. 연구대상자의 인구사회학적 변인, 직무 스트레스, 자이분화, 자기조절능력, 사회적 지지, 생활만족도를 알아보기 위해 빈도 및 백분율, 각 항목의 평균, 표준편차를 구하고 측정도구의 신뢰도를 검증하였다. 비혼 1인 가구의 직업적 요인, 심리적 요인, 사회적지지, 생활만족도의 차이를 파악하기 위하여 t-test를 실시하였으며, 변인들이 생활만족도에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다.



### 5. 조사대상자의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성에 대한 내용은 다음 <표 1>과 같다. 연구대상의 성별 분포는 남성이 151명(49.0%), 여성이 157명(51.0%)으로 비슷한 비율을 보였다. 집단별로 살펴보면, 미혼 1인 가구는 여성의 비율(50.5%)이 남성(44.5%)보다 더 높았고 이혼 및 사별 1인 가구는 남성(51.7%)의 비율이 여성(48.3%)

보다 조금 더 높았다. 연령은 30세 이상 39세 이하가 125명(40.6%)으로 가장 많은 비중을 차지하였고 미혼 1인 가구의 경우 30세 이상 40세 미만이 68명(53.1%), 25세 이상 30세 미만이 53명(41.4%)으로 거의 대부분을 차지하고 있고, 이혼 및 사별 1인 가구의 경우 40세 이상 50세 미만이 72명(40.0%)으로 가장 많았다. 교육수준은 두 집단 모두 대학교 졸업

<표 1> 연구대상의 일반적 특성

변인	구분	n(%)		
		전체	미혼	이혼 및 사별
성별	남성	151(49.0)	57(44.5)	93(51.7)
	여성	157(51.0)	71(55.5)	87(48.3)
연령 M(SD)=37(8.46)	25세 이상 ~ 30세 미만	62(20.1)	53(41.4)	12( 6.7)
	30세 이상 ~ 40세 미만	125(40.6)	68(53.1)	57(31.7)
	40세 이상 ~ 50세 미만	82(26.6)	6( 4.8)	72(40.0)
	50세 이상 ~ 55세 미만	39(12.7)	1( 0.7)	39(21.6)
교육수준	고등학교 졸업 이하	83(26.9)	31(24.2)	49(27.2)
	대학교 졸업	189(61.4)	87(68.0)	105(58.3)
	대학원 졸업 이상	36(11.7)	10( 7.8)	26(14.5)
종교	개신교	98(31.8)	38(29.7)	60(33.3)
	천주교	58(18.8)	24(18.7)	34(18.9)
	불 교	5( 1.6)	-	5( 2.8)
	없 음	147(47.7)	66(51.6)	81(45.0)
혼자 거주한 기간	1년 미만	18( 5.8)	10( 7.8)	8( 4.4)
	1년 이상 ~ 2년 미만	72(23.7)	30(23.4)	43(23.9)
	2년 이상 ~ 3년 미만	116(37.7)	59(46.1)	57(31.7)
	3년 이상 ~ 4년 미만	58(18.8)	19(14.9)	39(21.7)
	4년 이상 ~ 5년 미만	34(11.0)	10( 7.8)	24(13.3)
	5년 이상	9( 2.9)	-	9( 5.0)
근로유형	상용(1년 이상)근로자	221(71.8)	85(66.4)	136(75.6)
	임시(1년 미만)근로자	63(20.5)	35(27.3)	28(15.6)
	자영업자	14( 4.6)	2( 1.6)	12( 6.6)
	해당사항 없음	10( 3.2)	6( 4.7)	4( 2.2)
월평균 소득	100만원 미만	10( 3.2)	6( 4.7)	4( 2.2)
	100만원 이상 ~ 200만원 미만	79(25.6)	47(36.7)	32(17.8)
	200만원 이상 ~ 300만원 미만	134(43.5)	57(44.5)	77(42.8)
	300만원 이상 ~ 400만원 미만	67(21.8)	16(12.5)	51(28.3)
	400만원 이상	18( 5.8)	2( 1.6)	16( 8.9)
	계	308(100.0)	128(100.0)	180(100.0)

\*무응답을 제외한 백분율임

자가 가장 많았으며, 종교를 가지고 있지 않다고 답한 비율이 가장 높았다. 1인 가구를 지속한 기간은 2년 이상 3년 미만이 116명(37.7%)으로 가장 많았으며, 미혼 1인 가구에서는 2년 이상 3년 미만이 59명(46.1%)으로 가장 많았고 5년 이상 혼자 거주한 사람은 없는 것으로 나타났다. 이혼 1인 가구는 57명(31.7%)으로 가장 많았는데, 5년 이상 혼자 거주한 사람도 9명(5%)이 있는 것으로 나타났다. 근로유형은 두 집단 모두 상용근로자가 가장 많았고, 월평균 가구소득 양상은 두 집단 모두 200만원 이상 300만원 미만의 비율이 가장 높았으나 그 다음으로 높은 비율의 소득은 다르게 나타났다. 미혼 1인 가구의 경우 100만원 이상 200만원 미만이, 이혼 및 사별 1인 가구의 경우에는 300만원 이상 400만원 미만의 소득 수준이 두 번째로 높은 비율로 나타났다.

## IV. 연구결과

### 1. 미혼 1인 가구의 생활만족도 관련변인의 경향성

미혼 집단과 이혼 및 사별 집단 간의 관련변인의 경향성 차이가 있는지 알아본 결과 <표 2>와 같이, 직업적 요인인 직무 스트레스, 심리적 요인 중에서 자아분화의 하위변인인 가족투사 과정, 생활만족도의 하위변인인 의식주 영역, 인간관계 영역, 신체·정신건강 영역, 사회·여가활동 영역, 행복감 영역에서 유의미한 차이가 나타났다. 유의미한 차이가 나타난 변인들 중 미혼 집단이 이혼 및 사별 집단보다 직무 스트레스와 생활만족도의 모든 하위변인들에서 평균이 높게 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 미혼 집단의 직무 스트레스 평균은 2.93점(SD=.72), 이혼 및 사별 집단은 2.71점(SD=.75)으로 미혼 집단이 이혼 및 사별 집단보다 일로 인한 스트레스를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다. 자아분화는 가족투사 과정에서만 유의미한 차이를 보였는데, 미혼 집단의 평

균은 3.29점(SD=.45)이었고 이혼 및 사별 집단은 3.56점(SD=.73)으로, 이혼 및 사별 집단이 미혼 집단보다 가족투사 과정에 대한 분화수준이 더 높았다. 미혼 집단과 이혼 및 사별 집단의 자기조절능력은 3.56점으로 같았으며 사회적 지지의 전체평균은 미혼 집단 3.61점(SD=.75), 이혼 및 사별 집단 3.63점(SD=.70)이었다. 하위변인별로 살펴보면, 미혼 집단의 정서적 지지 3.62점(SD=.72), 정보적 지지 3.59점(SD=.77), 물질적 지지 3.60점(SD=.83), 평가적 지지 3.64점(SD=.79)이었고, 이혼 및 사별 집단의 정서적 지지 3.66점(SD=.71), 정보적 지지 3.56점(SD=.74), 물질적 지지 3.63점(SD=.73), 평가적 지지 3.61점(SD=.77)이었다. 이는 유의미한 차이가 나타나지 않았으나 모두 3.5점 이상의 수준으로, 두 집단 모두 자신에 대해 객관적인 평가가 가능하고 통제력이 높으며 사회적 상호작용을 통하여 긍정적인 자원을 받는다고 인지한다.

생활만족도에서 집단 간의 유의미한 차이를 보인 영역은 의식주, 인간관계, 신체·정신건강, 일, 사회·여가활동, 행복감 영역으로, 의식주 영역에서 미혼 집단의 평균은 3.59점(SD=.75), 이혼 및 사별 집단은 3.33점(SD=.65)이었다. 인간관계 영역에서 미혼 집단의 평균은 3.64점(SD=.78), 이혼 및 사별 집단은 3.33점(SD=.76)으로, 미혼 집단의 가족, 친구, 연인과의 관계에 만족하는 수준이 이혼 및 사별 집단보다 높게 나타났다. 신체·정신건강 영역에서는 미혼 집단의 평균이 3.07점(SD=.38), 이혼 및 사별 집단이 2.98점(SD=.26)으로, 미혼 집단이 이혼 및 사별 집단보다 현재 자신의 신체건강 상태와 정신건강 상태에 대해 더 만족하고 있었다. 일 영역에서 미혼 집단의 평균은 3.50점(SD=.82), 이혼 및 사별 집단의 평균은 3.30점(SD=.80)이었고, 사회·여가활동에서의 미혼 집단의 평균은 3.59점(SD=.80), 이혼 및 사별 집단의 평균은 3.37점(SD=.70)이었다. 이는 미혼 집단이 이혼 및 사별 집단보다 현재 하고 있는 일에 더 만족하고 자신이 원하는 일을 충분히 하고 있으며, 만족스러운 사회생활, 하루일과, 저녁 및 주말시

간을 보낸다고 할 수 있다. 행복감 영역에서의 미혼 집단의 평균은 3.57점(SD=.74), 이혼 및 사별 집단의 평균은 3.28점(SD=.72)으로, 미혼 집단이 이혼 및 사별 집단보다 현재의 삶에 더 만족하고 행복해하는 것으로 나타났다. 생활만족도 전체평균을 살펴보면 미혼 집단의 평균은 3.49점(SD=.61), 이혼 및 사별 집단은 3.28점(SD=.55)으로, 유의미한 차이가 나타나지 않은 경제 영역까지 포함하여 생활만족도의 평균은 미혼 집단이 이혼 및 사별 집단보다 전체적으로 생활만족도 수준이 높았다.

## 2. 비혼 1인 가구의 생활만족도에 영향을 미치는 변인들의 상대적 영향력

다중회귀분석에 앞서 각 회귀모형의 적합도를 검증하는 Durbin-watson 검증을 한 결과 잔차 간의 자기상관이 없는 것으로 판단하여 회귀모형이 적절한 것으로 판명되었고, 다중공선성 VIF값을 확인한 결과 1.143-2.347로 다중공선성에도 문제가 없는 것으로 확인되었다. 관련변인들이 명목변수와 서열변수의 경우에는 더미화하여 회귀분석을 실시하였으며 비혼 1인 가구를 결혼경험의 유무로 세분화하여 미혼 집단과 이혼 및 사별 집단 간에 어떠한 차이가 나타나는지 살펴보았다.

(표 2) 비혼 1인 가구 관련 변인들의 경향성

변인	구분	M(SD)		t	
		미혼	이혼 및 사별		
직업적 요인	직무 스트레스	2.93(.72)	2.71(.75)	2.574 <sup>*</sup>	
	심리적 요인	인지 대 정서적 기능	3.59(.56)	3.60(.74)	-.103
자이통합		3.55(.73)	3.57(.71)	-.524	
자이분화		가족투사 과정	3.29(.45)	3.56(.73)	-2.781 <sup>***</sup>
		정서적 단절	3.58(.76)	3.57(.74)	.006
		가족퇴행	3.45(.60)	3.52(.66)	-1.638
전체		3.49(.62)	3.56(.68)	-1.253	
자기조절능력		3.56(.69)	3.56(.68)	.093	
사회적 지지 요인	사회적 지지	정서적 지지	3.62(.72)	3.66(.71)	-.534
		정보적 지지	3.59(.77)	3.56(.74)	.351
		물질적 지지	3.60(.83)	3.63(.73)	-.437
		평가적 지지	3.64(.79)	3.61(.77)	.343
		전체	3.61(.75)	3.63(.70)	-.160
생활만족도	의식주 영역	3.59(.75)	3.33(.65)	3.244 <sup>***</sup>	
	인간관계 영역	3.64(.78)	3.33(.76)	3.496 <sup>***</sup>	
	신체·정신건강 영역	3.07(.38)	2.98(.26)	2.608 <sup>*</sup>	
	일 영역	3.50(.82)	3.30(.80)	2.178 <sup>*</sup>	
	경제 영역	3.46(.81)	3.36(.77)	1.185	
	사회·여가활동 영역	3.59(.80)	3.37(.70)	2.536 <sup>*</sup>	
	행복감 영역	3.57(.74)	3.28(.72)	3.361 <sup>***</sup>	
	전체	3.49(.61)	3.28(.55)	3.181 <sup>***</sup>	

<sup>\*</sup>p<.05, <sup>\*\*</sup>p<.01

1) 미혼 집단의 생활만족도에 미치는 변인들의 상대적 영향력

비혼 1인 가구 중 미혼 집단의 생활만족도에 영향을 미치는 관련 변인들의 상대적 영향력을 살펴보기 위해 모델 I에서는 인구사회학적 변인을 통제한 후 모델 II에서는 직업적 요인으로 근로유형과 직무 스트레스, 심리적 요인으로 자아분화와 자기조절능력, 사회적 지지 요인으로 사회적 지지를 투입하였다. 그 결과는 <표 3>과 같이 나타났다.

먼저 미혼 집단의 인구사회학적 변인을 통제한 모델

I의 결과를 살펴보면, 인구사회학적 변인 중에서는 모든 변인이 통계적으로 유의미하지 않게 나타났다. 관련변인들을 모두 투입하여 살펴본 모델 II의 결과, 직무 스트레스( $\beta = -.133, p < .05$ ), 자아통합( $\beta = .183, p < .01$ ), 가족투사 과정( $\beta = .176, p < .01$ ), 가족퇴행( $\beta = .135, p < .01$ ), 자기조절능력( $\beta = .117, p < .05$ ), 물질적 지지( $\beta = .107, p < .05$ ), 평가적 지지( $\beta = .129, p < .05$ )가 유의미한 변수로 나타났으며, 모델 II의 설명력은 65.3%로, 본 연구에서 제시한 생활만족도 관련변인들이 높은 설명력을 보인다고 할 수 있다.

<표 3> 관련변인이 미혼 1인 가구의 생활만족도에 영향을 미치는 상대적 영향력

		미혼 1인 가구	
변인	구분	Model I $\beta$	Model II $\beta$
인구사회학적 변인	성별	-.007	.024
	연령	-.083	-.092
	교육수준	-.030	-.022
	종교	-.031	-.018
	혼자거주기간	.035	.099
	주거소유형태	-.108	-.037
	월평균 소득	.114	-.002
직업적 요인	근로유형		-.011
	직무스트레스		-.133*
심리적 요인	자아분화	인지 대 정서적 기능	.092
		자아통합	.183**
		가족투사 과정	.176**
		정서적 단절	.102
		가족퇴행	.135**
	자기조절능력	.117*	
사회적 지지 요인	사회적 지지	정서적 지지	.017
		정보적 지지	.100
		물질적 지지	.107*
		평가적 지지	.129*
	Constant(상수)	3.716	3.105
	$R^2$	.027	.653
	adj. $R^2$	-.033	.625
	F	.447	31.406***

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

1) 성별: 0=여자, 1=남자, 2) 종교: 0=없음, 1=있음, 3) 주거소유형태: 0=전세 및 월세, 1=자가, 4) 근로유형: 0=단기/자영업, 1=상용근로자

구체적으로 살펴보면, 생활만족도에 영향을 미치는 유의미한 변인 중 가장 높은 영향력을 보인 변인은 자아분화로, 자아통합, 가족투사 과정, 가족퇴행 순으로 나타났다. 이는 타인이나 상황으로부터 자신의 신념과 생활원리를 잘 견지하며 부모가 자신에게 투사했다고 느끼지 않을수록, 가정에 위기가 발생했을 때 가족들의 갈등대처방법이나 의사소통 등에서 퇴행적 행동을 보이지 않을수록 생활에 대한 만족도가 높다는 것을 의미한다. 그 다음으로 높은 영향력을 보인 변인은 직무 스트레스로 생활만족도에 부정

영향을 미쳤다. 즉 일에 대한 스트레스를 적게 받을수록 생활만족도가 높은 것을 알 수 있다. 직무 스트레스에 이어 평가적 지지, 자기조절능력, 물질적 지지의 순으로 생활만족도에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 필요할 때 돈·물건·서비스·시간 등의 직·간접적 도움을 받을 수 있고, 자신에 대해 객관적으로 평가하고 통제력이 높을수록, 자신의 존재를 인정받거나 행위를 존중받는다고 인지할수록 생활만족도가 높다고 할 수 있다.

〈표 4〉 관련변인이 이혼 및 사별 1인 가구의 생활만족도에 영향을 미치는 상대적 영향력

		이혼 및 사별 1인 가구	
변인	구분	Model I	Model II
		$\beta$	$\beta$
인구사회학적 변인	성별	.080	.045
	연령	-.119	-.126**
	교육수준	-.085	-.021
	종교	.027	.021
	혼자거주기간	-.112	-.019
	주거소유형태	-.052	-.047
	월평균 소득	.233**	.102 <sup>†</sup>
직업적 요인	근로유형		-.001
	직무스트레스		-.109 <sup>†</sup>
심리적 요인	자아 분화	인지 대 정서적 기능	.143
		자아통합	.163
		가족투사 과정	.153
		정서적 단절	.044
		가족퇴행	.035
	자기조절능력		-.060
사회적 지지 요인	사회적 지지	정서적 지지	.093
		정보적 지지	.179**
		물질적 지지	.070
		평가적 지지	.057
Constant(상수)		2,541	3,168
$R^2$		.088	.562
adj. $R^2$		.050	.533
F		2,328 <sup>†</sup>	26,282***

<sup>†</sup> $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

1) 성별: 0=여자, 1=남자, 2) 종교: 0=없음, 1=있음, 3) 주거소유형태: 0=전세 및 월세, 1=자가, 4) 근로유형: 0=단기/자영업, 1=상용근로자

## 2) 이혼 및 사별 집단의 생활만족도에 미치는 변인들의 상대적 영향력

이혼 및 사별 집단의 인구사회학적 변인을 통제한 모델 I의 결과를 <표 4>에서 살펴보면, 인구사회학적 변인에서 8.8%의 설명력을 보이며 통계적으로 유의미하게 나타났다. 생활만족도에 유의미한 영향을 미친 인구사회학적 변인으로는 월평균 소득( $\beta=.233$ ,  $p<.01$ )이 유일했는데, 즉 월평균 소득이 높을수록 생활만족도가 높았다. 관련변인들을 모두 투입하여 살펴본 모델 II의 결과, 정보적 지지( $\beta=.179$ ,  $p<.001$ ), 연령( $\beta=-.126$ ,  $p<.01$ ), 직무 스트레스( $\beta=-.109$ ,  $p<.05$ ), 월평균 소득( $\beta=.102$ ,  $p<.05$ ) 순으로 유의미한 영향력을 나타냈으며 56.2%의 설명력을 보였다. 이 역시 본 연구의 관련변인들이 생활만족도에 높은 설명력을 보이고 있다는 것을 알 수 있다.

구체적으로 살펴보면, 정보적 지지가 생활만족도에 가장 높은 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 이는 어려운 상황에 처했을 때 문제를 해결하는 방법이나 몰랐던 사실에 대한 설명, 사회생활에 대한 충고, 합리적 결정에 대한 조언 등에 대한 정보를 제공받겠다고 느낄수록 생활만족도가 더 높았다. 그 다음으로 생활만족도에 높은 영향력을 미친 변인은 연령, 직무 스트레스 순으로 두 변인 모두 생활만족도에 부적 영향을 미쳤다. 즉 연령이 낮을수록, 일로 인한 스트레스를 적게 경험할수록 생활만족도가 높게 나타났다. 마지막으로 생활만족도에 유의미한 영향을 미친 변인은 월평균 소득이었는데, 영향력의 크기는 모델 I에 비해 낮아졌으나 모델 II에서도 여전히 소득수준이 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 나타났다.

## V. 결론 및 제언

본 연구는 비혼 1인 가구를 미혼 집단과 이혼 및 사별 집단으로 유형화하여 생활만족도에 미치는 관

련변인의 영향을 살펴보고자 하였다. 본 연구결과를 토대로 논의를 전개하면 다음과 같다. 첫째, 비혼 1인 가구의 생활만족도의 수준을 살펴보았을 때, 미혼 1인 가구가 이혼 및 사별 1인 가구에 비해 더 높은 생활만족도 수준을 보였다. 이러한 연구결과는 결혼 경험이 없는 1인 가구가 결혼경험이 있는 1인 가구보다 높은 삶의 만족감을 보인 선행연구(강은택 외, 2016)와 일치한다. 주로 20대와 30대인 미혼 1인 가구의 경우 자신의 연령과 직업적 상황이 안정적이고 확고한 기반을 마련하기 위해 책임감 있고 활발하게 과업을 수행하는 시기이며(서명희, 2018), 원가족과의 독립에 대한 욕구 충족이 큰 시기인 점과 연계해 볼 수 있다. 반면 이혼 및 사별 1인 가구의 경우 이미 결혼생활을 경험한 후 결혼해체 또는 배우자 상실로 인해 만족도가 급격히 감소(Lucas, 2005)하여 미혼 1인 가구가 더 낙관적이고 희망적인 경향을 보인다고 할 수 있다(Bailey & Snyder, 2007). 따라서 비혼 1인 가구를 미혼과 이혼 및 사별 1인 가구로 유형화하여 차별화된 프로그램 지원이 필요하고, 건강가정지원센터 등의 가족복지 전달체계를 활용하여 1인 가구 사업이 활성화되고 이와 관련된 적극적인 홍보가 이루어져야 한다.

둘째, 이혼 및 사별 1인 가구의 경우 생활만족도에 영향을 미치는 인구사회학적 변인으로 연령과 소득별로 차이가 나타났는데, 연령이 낮고 소득이 높을수록 생활만족도가 높았다. 이는 성인초기의 1인 가구가 성인중기의 1인 가구에 비해 삶의 만족도가 높았다는 연구(서명희, 2018)와 연령이 증가함에 따라 우울의 수준이 높게 나타난 연구(오채민, 2018)와 같은 맥락이며, 가구소득이 높을수록 삶의 만족도가 높게 나타난 선행연구(김학주, 2016; 서명희, 2018)와 일맥상통하는데, 본 연구결과가 선행연구와 유사하다고 할 수 있다. 비혼자들에게 경제력은 일상생활에서 필요한 기본적인 욕구충족을 하게 함으로써 생활의 만족도를 높이는 직접적인 수단으로, 1인 가구는 다인 가구에 비해 전반적으로 소득이 낮고 저소득층 비중이 높기 때문에 경제적 충격에 노출될 수

있는 가능성이 크다고 불구하고(김혜영, 2014) 우리 사회는 다인가구와 핵가족 중심의 정책이 이루어지고 있으므로 비혼 1인 가구의 기본생활 유지를 위한 정책을 적극적으로 개발함으로써 비혼 1인 가구원들의 삶의 질을 높이도록 할 필요가 있다.

반면, 미혼 1인 가구에서는 생활만족도에 영향을 미치는 유의미한 인구사회학적 변인이 없는 것으로 나타났다. 미혼 1인 가구와 이혼 및 사별 1인 가구의 생활만족도에 이러한 차이가 나타나는 이유에 대해서는 후속연구가 필요하겠으나 집단 간 차이가 발생한다는 점은 분명해 보인다. 이처럼 비혼 1인 가구 중에서도 결혼경험 유무에 따라 이질적인 특성을 갖는 것을 볼 때, 1인 가구를 대상으로 한 연구나 정책 개발에 있어서 1인 가구에 대한 특성을 정확하게 반영하기 위해서는 1인 가구와 다인 가구의 비교 외에도 미혼 1인 가구와 이혼 및 사별 1인 가구의 다양한 문제와 욕구를 파악하여 심도 깊은 고찰을 통해 다양하고 정확한 기초 자료를 확보하고 이를 반영한 차별화된 정책마련이 요구된다.

셋째, 미혼 1인 가구와 이혼 및 사별 1인 가구의 생활만족도에 영향을 미치는 변인을 살펴보면, 두 집단 모두 공통적으로 직무 스트레스가 낮을수록 생활만족도가 높았다. 이는 스트레스를 느끼지 않는 편이라고 응답한 경우 삶의 만족도가 더 높게 나타난 선행연구(서명희, 2018)와 그 맥을 같이하는데, 1인 가구 대부분이 경제활동을 할 가능성이 크므로 이들의 직무 스트레스를 줄이는 다양한 노력들이 필요하고 이에 대한 지원이 요구된다.

또한 미혼 1인 가구의 생활만족도에 영향을 미치는 심리적 요인으로는 자아통합, 가족투사 과정, 가족외행과 자기조절능력이 나타났다. 이는 자아분화 수준이 높을수록 이성관계만족(박희수, 2017), 결혼관계만족(김향순·김순덕·구명미, 2019)이 높게 나온 연구와 같은 맥락임을 확인할 수 있으며, 특히 독립적인 성향이 뒷받침되어야 생활에 대한 만족도가 높다는 것을 알 수 있다. 따라서 자아분화 수준을 높이기 위해 타인이나 상황으로부터 신념을 잘 견지하

여 독립성을 높일 수 있도록 하고 교육이나 상담을 통해 자신의 정서를 분리하려는 노력이 필요하다. 자기조절능력은 자기 통제력이 높을수록 대학생활적응을 잘한다는 연구(유혜승·김병석, 2015)와 자기효능감이 낮을수록 우울감이 높아진다는 연구(주태하, 2011)와 비슷한 맥락이라고 볼 수 있다. 자유로운 생활 속에서 통제력이 높아야 하는 1인 가구원의 경우 생활만족도와 더욱 밀접한 관련이 있다고 할 수 있으므로 규칙적인 운동이나 생활패턴을 유지하는 등의 개인적인 노력과 자기조절 프로그램이나 상담 등의 외부적인 도움을 통해 자신감과 자신에 대한 통제력을 높일 수 있도록 한다.

마지막으로 생활만족도에 영향을 미치는 사회적 지지 요인을 살펴보면, 미혼 1인 가구의 경우 어려움에 처했을 때 주변으로부터 직접적, 간접적으로 도움을 받으며 자신을 인정해주고 존중해준다고 느낄 때 생활만족도가 높았으며, 이혼 및 사별 1인 가구의 경우 합리적 결정이나 생활에 대한 정보를 제공받았다고 느낄수록 생활만족도가 높았다. 이는 박미석과 전지원(2017)의 연구에서 미혼과 사별 1인 가구의 사회적 지지가 삶의 질에 유의미한 영향을 미쳤다는 결과와는 일치하는 반면, 이혼 1인 가구의 경우 사회적 지지 변인이 유의미하지 않게 나온 연구결과와는 일치하지 않았다. 본 연구를 통해 사회적 지지 요인이 생활만족도에 영향을 미친다는 것은 확인할 수 있었지만 집단 간 차이에 대한 보다 정확한 이해를 위해서는 후속연구가 필요하다. 비혼 1인 가구원들이 가족뿐만 아니라 친구 및 주변인들과 관계를 맺고 지속적인 상호작용을 통해 정서적 교감을 나눌 수 있도록 하는 개인적 노력과 더불어 사회적 관계망을 구축하고 접근성을 높여 공동체 활동 등으로 지역사회 내의 소속감을 가질 수 있도록 지역사회의 적극적 개입과 지원방안 모색이 요구된다.

본 연구에서는 비혼 1인 가구를 다양한 가족형태로 포함하여 비혼 1인 가구의 생활만족도에 영향을 미치는 요인들을 종합적으로 분석함으로써 기존의 1인 가구를 대상으로 한 연구와는 다른 시사점과 의

의를 보여주었다. 그러나 비혼의 특성상 자발성 요인이 생활만족도에 영향을 미치는 주요 요인으로 예측되는데, 자발적 비혼과 비자발적 비혼을 구분하지 않았다는 한계를 가지므로, 추후에는 이를 보완하여 보다 심층적인 연구가 이루어져야 할 것이다. 자발성 요인 외에도 성격특성, 갈등대처방식, 의사소통 유형 등 다양한 변인들에 대한 후속연구가 이루어진다면 비혼 1인 가구의 삶을 이해하는 데에 더욱 도움이 될 것으로 보인다. 또한 본 연구는 서울 및 경기 지역에 거주하는 1인 가구를 대상으로 편의표집하였기에 이를 일반화하기에는 한계가 있으므로 추후 연구에서는 표본의 대표성을 높이고 지역의 표준화가 이루어져야 할 것이다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 비혼 1인 가구를 대상으로 생활만족도에 영향을 미치는 관련변인들을 직업적 요인, 심리적 요인, 사회적 지지 요인으로 나누어 다양하게 탐색하고 결혼경험 유무에 따라 집단별로 세분화하여 살펴보았다는 데에 의의가 있다.

## 참고문헌

- 1) 강상경(2012). 삶의 만족도와 관련요인의 세대 간 차이에 대한 탐색적 연구. *사회복지연구*, 43(4), 91-119.
- 2) 강승엽(2017). 주거환경과 고용환경이 청년 1인 가구의 삶의 만족에 미치는 영향 연구: 경기도 거주 청년 1인 가구를 중심으로. *서울과학기술대학교 석사학위논문*.
- 3) 강은영 · 진미정 · 옥선화(2010). 비혼 여성의 비혼 자발성 관련요인 탐색: 결혼 및 가족 가치관을 중심으로. *대한가정학회지*, 48(2), 135-144.
- 4) 강은택 · 강정구 · 마강래(2016). 1인 가구의 주관적 삶의 만족감에 관한 연구: 미혼 1인 가구와 기혼 1인 가구를 중심으로. *사회과학연구*, 27(1), 3-23.
- 5) 김나영(2007). 대학생 스트레스, 사회적 지지, 대학생활 만족도의 관계에 관한 연구. *건국대학교 석사학위논문*.
- 6) 김도희(2012). 청년 1인가구 증가 요인에 따른 생활실태분석과 정부의 정책과제. *한국지방정부학회 학술대회 논문집*, 0(0), 1-27.
- 7) 김명자(1996). 중년기 부인의 사회적 지원과 생활만족도에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, 14(3), 151-166.
- 8) 김사라 · 김유숙(2017). 소방공무원의 직무스트레스와 삶의 만족도와와의 관계: 가족탄력성과 사회적 지지의 조절효과. *한국가족치료학회지*, 25(4), 815-837.
- 9) 김선 · 최재희(2013). 생활무용참여 노인의 자기효능감, 심리적 행복감 및 생활만족도의 관계. *한국 무용과학회지*, 30(1), 175-191.
- 10) 김세영(2018). 청년 1인가구의 정신건강과 생활만족도: 다인가구 청년 구성원과의 차이를 중심으로. *한국가정관리학회 춘계학술발표대회 자료집*, 11-16.
- 11) 김순정(2019). 1인 가구주의 생활만족도 및 우울에 영향을 미치는 생태학적 변인에 관한 연구. *청주대학교 석사학위논문*.
- 12) 김아영(1998). 동기이론의 교육현장 적용 연구와 과제: 자기효능감 이론을 중심으로. *교육심리연구*, 12(1), 105-128.
- 13) 김연옥(2016). 1인 가구 시대의 도래: 특성과 생활실태. *한국가족복지학*, 52, 139-166.
- 14) 김옥연 · 문영기(2009). 1인 가구 주거실태 분석: 서울시 1인 가구를 중심으로. *주거환경*, 7(2), 37-53.
- 15) 김옥태 · 정용승 · 채재성(1999). 생활체육참가자의 스포츠 참여동기가 여가만족과 생활만족에 미치는 영향. *한국체육학회지*, 38(3), 87-95.
- 16) 김은수(2007). 어린이집 교사의 삶의 만족도와 직무스트레스 및 대처방법과의 관계 연구. *중앙대학교 사회개발대학원 석사학위논문*.
- 17) 김학주(2016). 경제적 요인이 한부모가구의 생



- 활만족도에 미치는 영향에 관한 연구 : 건강수준의 조절효과를 중심으로. 사회복지정책, 43(2), 191-214.
- 18) 김향순 · 김순덕 · 구명이(2019). 기혼여성의 자아분화가 결혼만족에 미치는 영향 : 부부의사소통의 매개효과를 중심으로. 한국가족자원경영학회지, 18(3), 159-176.
- 19) 김혜영(2014). 유동하는 한국가족 : 1인가구를 중심으로. 한국사회, 15(2), 255-292.
- 20) 김혜영 · 선보영 · 진미정 · 사공은희(2007). 비혼 1인 가구의 가족의식 및 생활실태조사. 한국여성개발원 연구보고서, 2-314.
- 21) 김혜정(2015). 비혼 여성 1인가구의 사회적 배제에 관한 연구. 여성학연구, 25(2), 7-40.
- 22) 김화진(2015). 1인 가구원의 행복지수와 우울이 자살생각에 미치는 영향. 전남대학교 석사학위논문.
- 23) 김효진(2007). 사회적 지지가 시설거주노인의 생활만족도에 미치는 영향. 경희대학교 석사학위논문.
- 24) 박미석 · 김미영(2012). 중년기 기혼남녀의 가정자원 수준 및 집단별 생활만족도. 한국가족자원경영학회지, 16(3), 35-51.
- 25) 박미석 · 전지원(2017). 비혼 1인가구의 생활불안 및 사회적 지지가 삶의 질에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 35(4), 25-42.
- 26) 박선영(1998). 사회적 지지가 저소득층 노인의 생활만족도에 미치는 영향에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 27) 박영신 · 김의철(2008). 배우자의 사회적 지원, 자녀에 대한 신뢰 및 자기효능감이 성인의 가정생활만족도에 미치는 영향. 한국심리학회지 : 문화 및 사회문제, 14(4), 71-101.
- 28) 박영신 · 김의철 · 김영희 · 민병기(1999). 사회문제 : 초등학교 생활만족도 형성요인에 대한 구조적 관계 분석 : 사회적 지원과 자기효능감을 중심으로. 한국심리학회지 : 문화 및 사회문제, 5(1), 57-76.
- 29) 박지원(1985). 사회적 지지 척도개발을 위한 일 연구. 연세대학교 박사학위논문.
- 30) 박휘수(2017). 미혼 남녀의 자아분화수준과 용서에 대한 신념이 이성관계 만족에 미치는 영향. 숭실대학교 석사학위논문.
- 31) 반승주(2019). 중 · 고령 1인가구의 주거특성과 삶의 만족도에 관한 연구. 서울벤처대학원대학교 박사학위논문.
- 32) 변미리 · 신상영 · 조권중 · 박민진(2008). 서울의 1인가구 증가와 도시정책 수요연구. 서울시정개발연구원 연구보고서.
- 33) 서명희(2018). 1인 가구의 삶의 만족도 예측요인. 충북대학교 박사학위논문.
- 34) 서명희 · 김영희 · 이현옥(2017). 1인 가구의 경제적 노후준비와 삶의 만족도 연구 : 미혼과 기혼 비교를 중심으로. 한국콘텐츠학회논문지, 17(1), 718-727.
- 35) 서영희(2006). 기독교 가정에서 부모와의 애착 및 자아분화가 결혼 만족도에 미치는 영향. 총신대학교 선교대학원 석사학위논문.
- 36) 서지원 · 양진운(2017). 중년1인가구의 혼인상태별 여가시간사용 결정요인 분석. 한국가족자원경영학회지, 21(3), 77-95.
- 37) 성지미 · 이윤정(2001). 노인독신가구의 경제상태와 경제적 불평등에 관한 연구. 대한가정학회지, 39(2), 111-130.
- 38) 소윤서(2017). 세대별 1인가구의 생활만족도 차이 및 영향요인 분석. 고려대학교 석사학위논문.
- 39) 손진분 · 박미려(2007). 한부모가족의 생활만족도에 영향을 미치는 요인. 한국가족자원경영학회지, 11(3), 45-65.
- 40) 송혜림 · 강은주 · 김민주(2018). 청년1인가구의 생활시간 사용 연구 : 성별 · 취업여부에 따른 식사와 여가활동을 중심으로. 한국가족자원경영학회지, 22(2), 45-63.
- 41) 심영(2002). 독신가구의 경제생활에 대한 탐색

- 적 연구. 한국가정관리학회지, 20(6), 197-208.
- 42) 양지명 · 정영금(2019). 청년 취업 1인가구의 일과 여가의 균형에 대한 연구. 한국가족자원경영학회지, 23(2), 17-40.
- 43) 오정석(2013). 경찰 직무스트레스와 삶의 만족도. 경찰복지연구, 1(1), 87-107.
- 44) 오채민(2018). 경제 · 사회적 요인이 여성의 생활만족도에 미치는 영향. 농촌지도와 개발, 20(2), 556-602.
- 45) 우재영(2013). 경제 · 사회적 요인이 여성의 생활만족도에 미치는 영향. 농촌지도와 개발, 20(2), 556-602.
- 46) 유혜승 · 김병석(2015). 마인폴니스 및 자기통제력과 대학생활적응간의 관계. 상담학연구, 16(1), 231-249.
- 47) 이덕근(2008). 리더십이 직무스트레스와 조직유효성에 미치는 영향. 성균관대학교 박사학위논문.
- 48) 이명주(2002). 중년남성의 직무스트레스와 대처방안 및 사회적 지지에 따른 삶의 만족도. 동덕여자대학교 여성개발대학원 석사학위논문.
- 49) 이명진 · 최유정 · 이상수(2014). 1인 가구의 현황과 사회적 함의에 관한 탐색적 연구. 사회과학연구, 27(1), 229-253.
- 50) 이서기(2010). 청소년의 스포츠 참여수준, 자기조절능력, 신체적 자기개념, 정서 및 학교생활만족도의 인과관계 분석. 전북대학교 박사학위논문.
- 51) 이성림 · 김기욱(2009). 우리나라 독신가구의 여가활동 소비지출패턴에 관한 연구. 소비문화연구, 12(3), 105-123.
- 52) 이영행 · 최민섭(2009). 1인 가구의 주거선택요인이 원룸 선호도 · 만족도에 미치는 영향에 관한 연구: 원룸 거주 대학생을 중심으로. 한국주거환경학회논문집, 7(2), 155-174.
- 53) 이윤정 · 김순미(2004). 남녀 노인독신가구의 경제상태와 소비지출의 영향요인 분석. International Journal of Human Ecology, 42(12), 93-106.
- 54) 이재화(2011). 다문화가정 여성의 가족관계 스트레스에 따른 사회적 지지가 생활만족도에 미치는 영향. 대구한의대학교 박사학위논문.
- 55) 이진숙 · 이윤석(2014). 비혼 1인가구의 사회적 관계: 여성과 남성의 교제활동 시간 비교를 중심으로. 한국인구학, 37(4), 1-24.
- 56) 이혜숙(1994). 가정환경 변인과 여성노인의 생활만족도. 인하대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 57) 이희정(2004). 성인여성의 여가교육 참여가 생활만족도에 미치는 영향. 한남대학교 사회과학문화대학원 석사학위논문.
- 58) 장유련(2019). 젊은 여성 1인가구의 안전에 대한 인식과 삶의 만족도. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 59) 장현주(2009). 미혼어머니의 생활만족도에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 부모만족도, 사회적 지지, 사회적 편견을 중심으로. 숭실대학교 석사학위논문.
- 60) 정경희 · 남상호 · 정은지 · 이지혜 · 이윤경 · 김정석 · 김혜영 · 진미정(2012). 가족구조 변화와 정책적 함의. 한국보건사회연구원 연구보고서.
- 61) 제석봉(1989). 자아분화와 역기능적 행동과의 관계: Bowen의 가족체계이론을 중심으로. 부산대학교 박사학위논문.
- 62) 주태하(2011). 사회적 지지, 자기효능감, 스트레스가 노인 우울에 미치는 영향: 가구유형별 비교연구. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 63) 차정은(1997). 일반적 자기효능감 척도개발을 위한 일 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 64) 통계청(2012). 인구주택총조사에서 나타난 1인 가구 현황 및 특성.
- 65) 통계청(2015). 인구주택총조사(1990-2015).
- 66) 통계청(2018). 인구주택총조사에 나타난 1인가구의 현황 및 특성.
- 67) 통계청(2019). 2018 한국의 사회지표.
- 68) 한국보건사회연구원(2016). 2016년 보건복지정책 수요조사 및 분석.

- 69) 한석빈(2015). 중년여성의 자아분화수준이 가족 스트레스와 가정생활만족도의 관계에 미치는 영향. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 70) 한임섭(1987). 노인의 생활만족도에 관한 연구 : 경제활동과 가족관계를 중심으로. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 71) 홍순혜(1984). 활동이론에 따른 한국노인의 생활만족도에 관한 실증적 연구. 서울대학교 석사학위논문.
- 72) 홍영윤 · 주영애 · 박인선(2018). 남녀대학생의 1인 가구 선택의향에 관한 연구. 한국가족자원경영학회지, 22(4), 75-87.
- 73) 홍주우(1999). 노인의 자아존중감 및 사회적지지가 정신건강에 미치는 영향 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 74) Bailey, T. C., & Snyder, C. R. (2007). Satisfaction with life and hope: A look at age and marital status. *The Psychological Record*, 57(2), 233-240.
- 75) Ben-Zur, H. (2012). Loneliness, optimism, and well-being among married, divorced, and widowed individuals. *The Journal of Psychology*, 146(1-2), 23-36.
- 76) Lucas, R. E. (2005). Time does not heal all wounds: A longitudinal study of reaction and adaptation to divorce. *Psychological Science*, 16(12), 945-950.

- 투 고 일 : 2019년 12월 03일
- 심 사 일 : 2020년 01월 09일
- 게재 확정일 : 2020년 02월 10일