

대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인

조남희, 권려원^{2*}
경운대학교 간호학과 교수

The Factors Affecting Life Satisfaction of College Students

Nam-Hee Jo, Ryeo-Won Kwon^{*}
Professor, Division of Nursing, Kyungwoon University

요약 본 연구는 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 실시되었다. 연구대상자는 일 지역에 위치한 3개 대학의 재학생 191명으로 하였으며, 자료수집은 자가보고 설문지를 활용하였다. 자료분석은 빈도, 백분율, 평균, 표준편차, 독립표본 T검정, 일원배치 분산분석(One way ANOVA), 피어슨의 상관계수(Pearson Correlation Coefficient), 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 사용하였다. 연구결과 대상자의 삶의 만족도에 영향을 미치는 유의한 요인은 자아존중감과 학교생활 만족도로 나타났으며 영향요인에 따른 설명력은 42.3%로 나타났다. 연구결과는 대학생의 자아존중감과 학교생활 만족도 향상이 대학생의 삶의 만족도를 높여주는 데 도움이 될 수 있다는 것을 시사한다. 따라서 향후 대학생의 삶의 만족도 향상을 위한 교육프로그램 개발 시 자아존중감과 학교생활 만족도 증진을 위한 고려가 필요할 것으로 생각된다.

주제어 : 대학생, 학교생활 만족도, 자아존중감, 가족 건강성, 삶의 만족도

Abstract This study was conducted to identify factors that affect the life satisfaction of college students. The subjects of this study were 191 students from three universities located in one area, and the data collection used self-reported questionnaires. Data analysis was performed using frequency, percentage, mean, standard deviation, Independent T-test, One-way ANOVA, Pearson Correlation Coefficient, and Multiple Regression Analysis. The results of the study showed that significant factors affecting the life satisfaction of the subjects were self-esteem and school life satisfaction, and the explanatory power according to the influence factors was 42.3%. The research results suggest that improving college students' self-esteem and school life satisfaction can help them improve their life satisfaction. Therefore, it is necessary to consider self-esteem and school life satisfaction when developing educational programs to improve the life satisfaction of college students in the future.

Key Words : College Student, School Life Satisfaction, Self-esteem, Family Strength, Life Satisfaction

1. 서론

1.1 연구의 필요성

대학생은 졸업 후 생산활동의 주축이 되는 성인기로 진입할 우리 사회 핵심 인구집단이다. 대학생은 부모로

부터 심리적 독립을 이루며 치열한 경쟁에 참여하면서 진로에 대한 고민과 선택 및 준비를 위한 발달과업을 안고 있다[1]. 삶의 만족도는 삶의 질에 대한 포괄적인 평가이다. 일상생활에서 기쁨과 긍정적인 자아상을 가지며 낙천적인 태도와 감정을 유지하는지 과거나 현재

*Corresponding Author : Ryeo-Won Kwon(ms601626@hanmail.net)

Received May 3, 2021
Accepted July 20, 2021

Revised June 2, 2021
Published July 28, 2021

의 삶에 대해 어느 정도 심리적 만족이나 행복감을 느끼는지에 대한 주관적 평가를 의미한다[2,3]. 대학생은 사회적으로 자유롭고 새로운 지평을 열어간다는 의미에서 행복감이나 삶의 만족도가 높을 것으로 예상되지만, 오히려 다른 연령대 보다 삶의 만족도가 낮은 것으로 나타났다[4]. 대학 입시를 목표로 매진했던 고등학교 시기나 어느 정도 취업이 결정되어 비교적 안정된 삶을 영위하는 장년기에 비해 학업, 진로와 취업 준비 등 미결정 상황이나 불안정성으로 인한 부담이 크다[5]. 즉 입학 후 직면한 낯선 대학환경과 확장된 대인관계 속에서 경험하게 되는 불안정성, 학업, 경쟁, 진로와 취업을 위한 준비는 대학생의 삶의 만족도에 부정적인 요인으로 작용한다.

삶의 만족도는 사회심리적 측면을 중심으로 신체적인 건강과 정신건강, 사회생활 및 여가활동, 행복감, 자율성과 자아감 등 다양한 영역을 포함하는 통합적 개념이다[6]. 대학생의 경우 삶의 만족도는 사회경제적인 외재적 특성들 보다 개개인의 내재적 특성에 의해 더 큰 영향을 받고 있는 것으로 나타났다[5]. 자아존중감은 대학생의 전반적인 삶의 만족도에 영향을 미치는 내재적 특성으로서 중요하다[4,7]. 자아존중감은 자신에 대한 생각이나 감정 전체를 의미하며 스스로를 얼마나 가치 있게 느끼는지에 대한 자기평가이다. 자아존중감은 삶의 만족도에 영향을 미치며 자아존중감이 낮을지 혹은 높은지에 따라 개인의 행동 양식, 자아실현, 목표의 계획과 달성, 사회적 적응 등은 달라질 수 있다[8]. 자아존중감이 높은 개인은 외부의 자극이나 일상생활로부터 오는 스트레스를 보다 건강하게 관리할 수 있으며 대학생의 삶의 만족도를 높여주는 데 긍정적인 영향을 줄 수 있다[7].

대학생의 심리적 독립과 개별화 과정을 잘 이루도록 지원하기 위해서는 건강한 가족의 지지가 필요하며[9] 가족 건강성은 행복한 개인과 사회를 향한 시발점이 될 수 있다[1]. 건강한 가족을 설명하는 가족 건강성의 하위요인으로는 가족 구성원 간의 의사소통, 가족 구성원 간의 몰입, 가족 구성원의 적응력, 가족의 가치관 향상을 포함한다. 건강한 가족은 규칙적이고 다양한 상호작용을 하며 공동체적, 정서적, 도덕적인 관계 향상을 도모하는 것으로 나타났다[10]. 가족의 건강성을 높여주는 것은 개인의 성장과 건강한 사회화 과정에 도움이 될 수 있다. 대학생들이 졸업 후 실제 만들어 가게 될

미래 가족의 건강성을 높여주기 위해서는 가족 건강성 향상을 위한 중재 방안과 적용이 필요하다[11]. 선행연구에서 대학생의 가족 내 긍정적인 부모-자녀 관계는 대학생들에게 자율성과 관계성을 높여주고 일상생활 만족도에 영향을 주었다. 즉 부모-자녀 관계가 긍정적일수록 자율성 확보와 주변 사람들과의 사회적 관계가 원만하였으며 전반적인 대학생의 생활만족도가 향상되는 것으로 나타났다[12]. 다른 선행연구에서는 가족의 건강성이 높아질수록 대학생들이 자기수용과 사회적응 및 자기조절 등에 대한 삶의 태도에서 더 긍정적인 시작을 가지는 것을 알 수 있었다[13]. 이에 대학생의 가족 건강성은 대학생의 삶의 만족도와 관련하여 주요 변수로서 간주되나 삶의 만족도에 영향요인을 분석하는 연구들은 아직까지 부족한 실정이다.

일부 선행연구들이 대학생의 자아존중감, 가족 건강성, 삶의 만족도 단일변수 간의 관련성 연구를 진행해왔다. 그러나 이 세 변수를 한 연구 내에서 같이 살펴보거나 자아존중감과 가족 건강성을 독립변수로 두고 삶의 만족도를 종속변수로 두어 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 규명한 연구는 미비한 실정이었다. 이에 본 연구는 일 지역 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하고 향후 대학생의 삶의 만족도 향상을 위한 프로그램 개발에 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구의 목적

본 연구의 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성, 자아존중감, 가족 건강성 및 삶의 만족도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 만족도의 차이를 파악한다.
- 대상자의 자아존중감, 가족 건강성 및 삶의 만족도 간의 상관관계를 파악한다.
- 대상자의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구 설계

본 연구는 대상자의 자아존중감, 가족 건강성 및 삶의 만족도를 파악하고 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2.2 연구 대상 및 자료수집 방법

본 연구대상자는 G시에 위치한 3개 대학교에 재학 중인 대학생 총 200명으로 편의표집하였다. 대상자에게 본 연구의 목적과 개인정보 보호 등을 설명하고 연구 참여에 대한 서면 동의를 받았으며, 연구 참여에 동의한 대학생을 대상으로 자가보고 설문지를 배부하여 배부된 설문지에 직접 기입하도록 하였다. 이 중 응답 내용이 불충분한 9명의 설문지는 제외하고 최종 191명의 설문지를 자료 분석에 사용하였다.

2.3 연구 도구

2.3.1 자아존중감

대상자의 자아존중감을 측정하기 위한 도구로는 1965년 Rosenberg의 자아존중감 척도(Self-esteem Scale)를 사용하였다. 이 측정도구는 자아존중감을 단일차원으로 개념화하여 포괄적으로 자신을 평가하도록 구성되었다. 자아존중감 척도는 총 10문항이며 각 문항은 5점 리커트 척도이고 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지의 점수로 구성되었다. 부정적인 문항들은 역산하였으며 총점이 높을수록 자아존중감이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .849이었다.

2.3.2 가족 건강성

대상자의 가족 건강성을 측정하기 위한 도구로는 1995년 어은주와 유명주가 개발한 가족 건강성 척도를 사용하였다. 가족 건강성 척도는 가족 간의 몰입, 가족 간의 의사소통, 가족 가치관, 가족원의 적응력을 설명하는 요인들로 구성된 총 34문항이었다. 각 문항은 4점 리커트 척도이고 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점까지의 점수로 구성되었으며 총점이 높을수록 가족 간의 몰입, 가족 간의 의사소통, 가족 가치관, 가족원의 적응력에 대한 평균 점수 및 가족 건강성이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .977이었다.

2.3.3 삶의 만족도

대상자의 삶의 만족도를 측정하기 위한 도구로는 1994년 양옥경이 개발하고 2014년 오승하가 수정하여 사용한 생활만족도 도구를 사용하였다. 이 측정도구는 신체 및 정신건강 5문항, 사회생활 및 여가활동에 대한

4문항, 행복감에 대한 3문항, 자율성과 자아감에 대한 3문항을 포함하는 총 15문항이었다. 각 문항은 5점 리커트 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점부터 '매우 그렇다' 5점까지의 점수로 구성되었으며 총점이 높을수록 삶의 만족도가 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .939이었다.

2.4 자료 분석

수집된 자료를 분석하기 위해 SPSS 18.0 통계 프로그램을 사용하였으며, 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율, 평균과 표준편차로 산출하였다.
- 대상자의 자아존중감, 가족 건강성 및 삶의 만족도의 정도는 평균, 표준편차, 최소값, 최대값을 산출하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 만족도의 차이는 독립표본 T검정(Independent t-test)과 일원 배치 분산분석(One way ANOVA)을 활용하였고 차이가 있는 집단의 사후검정은 Scheffe 혹은 Duncan test로 분석하였다.
- 대상자의 자아존중감, 가족 건강성 및 삶의 만족도 간의 상관관계는 피어슨의 상관계수(Pearson Correlation Coefficient)로 분석하였다.
- 대상자의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인은 입력(Enter) 방법 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 활용하여 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 자아존중감, 가족 건강성 및 삶의 만족도

연구대상자의 자아존중감, 가족 건강성 및 삶의 만족도의 정도는 Table 1과 같다. 대상자의 자아존중감 평균 점수는 $3.65 \pm .62$ 였으며, 가족 건강성 평균 점수는 $3.34 \pm .53$ 였고, 삶의 만족도 점수는 $3.44 \pm .67$ 로 나타났다.

Table 1. Self-esteem, Family Strength, Life Satisfaction of Subjects (N=191)

Variables	M \pm SD	Min.	Max.	Ran.
Self-esteem	3.65 \pm .62	2.20	5.00	1-5
Family strength	3.34 \pm .53	1.74	4.00	1-4
Life satisfaction	3.44 \pm .67	1.53	5.00	1-5

3.2 대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 만족도 차이

연구대상자의 일반적 특성에 따른 삶의 만족도의 차이는 Table 2와 같다. 삶의 만족도는 출생순위에 따라 유의한 차이가 있었으며($F=4.42, p=.013$), 출생순위가 둘째인 그룹이 셋째인 그룹보다 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다. 스스로 지각하는 아버지와의 관계에 따라 유의한 차이가 있었으며($F=3.08, p=.048$), 아버지와 의 관계가 높은 그룹이 관계가 나쁜 그룹보다 삶의 만족도가 높았다. 친구와의 관계에 따라 유의한 차이가 있는($F=5.48, p=.005$) 것으로 나타났다. 또한 학교생활 만족도에 따라서 유의한 차이가 있었으며($F=18.65, p<.001$), 학교생활 만족도가 보통이거나 좋은 그룹이 나쁜 그룹보다 삶의 만족도가 높은 것으로 나타났다.

3.3 대상자의 자아존중감, 가족 건강성 및 삶의 만족도 간의 상관관계

연구대상자의 자아존중감, 가족 건강성 및 삶의 만족

도 간의 상관관계를 분석한 결과는 Table 3과 같다.

먼저 대상자의 자아존중감은 가족 건강성과 유의한 양의 상관관계($r=.351, p<.001$)가 있는 것으로 나타났다. 또한 대상자의 자아존중감은 삶의 만족도와 유의한 양의 상관관계($r=.585, p<.001$)가 있는 것으로 나타났다. 대상자의 가족 건강성은 삶의 만족도와 유의한 양의 상관관계($r=.323, p<.001$)가 있는 것으로 나타났다.

Table 3. Pearson Correlation Coefficients between Self-esteem, Family Strength, Life Satisfaction of Subjects (N=191)

Variables	Self-esteem	Family strength	Life satisfaction
Self-esteem	1		
Family strength	.351**	1	
Life satisfaction	.585**	.323**	1

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

Table 2. The Difference of Life Satisfaction according to General Characteristics of Subjects (N=191)

Characteristics	Categories	n	%	Life satisfaction		
				M±SD	t or F	p
Gender	Male	31	16.2	3.53±.68	0.73	.471
	Female	160	83.8	3.43±.67		
Age	18~19	18~19	75	39.3	1.49	.227
	20~21	20~21	97	50.8		
	22~24	22~24	19	9.9		
Birth order	First ^a	First	96	50.3	4.42 (b,c)	.013
	Second ^b	Second	78	40.8		
	≥ Third ^c	≥ Third	17	8.9		
Home economic status	Poor ^a	Poor	19	9.9	2.90	.057
	Moderate ^b	Moderate	120	62.8		
	Good ^c	Good	52	27.2		
Relationship with perceived father	Bad ^a	Bad	5	2.6	3.08 (a,c)	.048
	Normal ^b	Normal	28	14.7		
	Good ^c	Good	158	82.7		
Relationship with perceived mother	Bad ^a	Bad	1	0.5	0.90	.409
	Normal ^b	Normal	10	5.2		
	Good ^c	Good	180	94.2		
Relationship with perceived friends	Bad ^a	Bad	2	1.0	5.48 (a,b,c)	.005
	Normal ^b	Normal	22	11.5		
	Good ^c	Good	167	87.4		
School life satisfaction	Poor ^a	Poor	7	3.7	18.65 (a,b,c)	<.001
	Moderate ^b	Moderate	51	26.7		
	Good ^c	Good	133	69.6		

^{a,b,c}Scheffe or Duncan multiple comparisons test; Different letters means significantly different.

Table 4. Factors affecting the Subject's Life Satisfaction

Variables	Life satisfaction									
	B	SE	β	t	p	R ²	Adjusted R ²	F	p	
Self-esteem	.53	.06	.49	8.18	<.001					
Family strength	.13	.08	.11	1.70	.091					
Birth order*	.06	.05	.06	1.13	.258	.44	.42	24.19	<.001	
Relationship with perceived father*	.05	.09	.03	.51	.607					
Relationship with perceived friends*	-.13	.12	-.07	-1.14	.254					
School life satisfaction*	.38	.07	.31	5.10	<.001					

* Dummy variable

3.4 대상자의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인

연구대상자의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인은 Table 4와 같다. 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 입력(Enter) 방법 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 사용하였다. 회귀분석에서는 자아존중감, 가족 건강성 변수와 일반적 특성에 따른 차이검정에 유의한 출생순위, 아버지와의 관계, 친구와의 관계, 학교생활 만족도를 포함하였으며 더미처리하여 분석하였다. Durbin-Watson을 이용한 오차 검정결과 2.029로 자기상관성이 없는 것으로 나타나 잔차의 독립성을 충족하였다. 다중공선성을 검정하기 위해 공차한계(Tolerance)와 분산팽창지수(VIF)를 검정하였다. 모든 변수에서 공차한계는 0.1 이상, 분산팽창지수는 10 미만으로 나타나 다중공선성의 문제가 없었으며 회귀분석을 위한 가정을 충족하였다.

본 연구에서 대상자의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 회귀모형의 결정계수는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다(F=24.186, p<.001). 회귀분석 결과 대상자의 삶의 만족도에 영향을 미치는 유의미한 요인은 자아존중감($\beta=.49$, p<.001), 학교생활 만족도($\beta=.31$, p<.001)로 나타났다. 모형의 설명력을 나타내는 수정된 결정계수(Adj. R²)는 .42이었으며 이들 요인은 대상자의 삶의 만족도를 42% 정도 설명하는 것으로 나타났다.

4. 논의

본 연구는 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하고자 실시되었다. 연구결과 자아존중감,

가족 건강성 및 삶의 만족도는 유의미한 양의 상관관계가 있었으며 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인은 자아존중감과 학교생활 만족도로 나타났다. 이 연구결과를 토대로 논의를 하고자 한다.

연구결과 대학생의 자아존중감과 가족 건강성은 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 Choi와 Eum[9]이 서울, 경기, 강원도에 소재하고 있는 대학교에 재학 중인 대학생을 대상으로 본 연구와 같은 자아존중감 도구와 가족 건강성 도구로 측정한 연구결과와 일치하였다. 연구에서 대학생이 지각하는 가족 건강성이 높아지면 자아존중감이 향상되는 것으로 나타나 본 연구결과를 지지하였다. Choi[11]가 대학생을 대상으로 한 연구에서 자아존중감은 남학생이 여학생보다 높고, 부모의 양육태도가 민주적이고 허용적일 때 자아존중감이 높았다. 본 연구대상자의 자아존중감은 가정의 경제상태가 좋고 지각하는 친구와의 관계가 양호하고 학교생활 만족도가 높은 경우에 높게 나타났다. 각 연구에서의 인구사회학적 특성이 동일하지 않아 직접적인 비교는 어려운 부분이 있다. 가족 건강성에 대한 인식은 Choi[11]의 연구에서 남학생이 여학생보다 높다고 하였고, 아버지와 어머니의 양육태도가 민주적일 때 권위적이거나 독재형에서 보다 높은 것으로 인식하였으며, 경제수준이 넉넉할 때 높다고 하였다. 본 연구에서의 가족 건강성에 대한 인식 수준은 가정의 경제상태가 양호하고 아버지와 어머니, 그리고 친구와의 관계가 좋을 때 높게 나타났다. 즉 가정의 경제적 여건이 좋을 때 가족의 건강성을 좋게 인식하는 결과가 일치하고 부모의 민주적인 양육태도는 부모와의 관계가 좋을 때 가

족 건강성이 높다는 부분과 유사한 결과를 보였다. 그러나 본 연구에서는 남녀 학생 간에는 차이가 없으므로 나타나 상반되는 결과를 보였으며 반면 나이와 학년, 가족 내 출생순위에 따라서는 가족 건강성의 차이가 없는 것으로 나타나 본 연구결과와 유사한 결과를 보였다. Seo와 Kim[14]은 대학생이 지각하는 가족 건강성이 높을수록 자아존중감도 높아진다고 하여 본 연구결과와 일치하는 결과로서 지지를 보였다. 대학생의 자아존중감 형성과 가족 건강성 간의 유의미한 상관관계 결과는 이 두 요인을 고려하는 교육프로그램 개발의 필요성을 시사한다.

연구결과 대학생의 자아존중감과 삶의 만족도는 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 Cho와 Bae[15]가 전남지역 소재의 관광 관련 학과 223의 대학생을 대상으로 한 연구에서 자아존중감과 삶의 만족도가 정(+)의 상관관계가 있다고 보고한 결과와 일치한다. Lee[16]는 대학생의 학교생활이 그들 생활의 일부분에 지나지 않으며, 궁극적으로 생활의 전반적인 만족을 위해 필요한 하나의 경로일 것이라는 가설 아래 자아존중감이 생활 전반에 대한 만족도에 의미 있는 영향을 미치는지를 연구하였다. 연구결과 자아존중감은 삶의 만족도와 유의미한 상관관계를 나타냈으며 본 연구를 지지하였다. Han[17]은 대학생들의 자아존중감과 학교생활 만족도 간에 유의미한 영향을 보고하여 본 연구결과와 유사한 맥락으로 보여진다. 본 연구결과 대학생의 자아존중감은 가정의 경제상황이 좋고, 친구와의 관계가 좋을수록 또한 학교생활에 대한 만족도가 높을 때 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과를 토대로 하여 대학생의 삶의 만족도와 자아존중감 향상을 위한 교육프로그램 마련을 위한 모색이 필요하다. 즉 대학생의 경제적 여건을 도울 수 있고 친구와의 관계를 향상시켜 줄 수 있으며 전반적인 학교생활 만족도를 높여주는 전략을 포함하는 것이 필요하다. 대학의 다양한 프로그램의 개발과 운영, 프로그램 참여에 따르는 장학혜택, 경제적 활용이 가능한 마일리지나 수수료 부여, 다학제 간 동아리 활동, 친친 포레 학생상담, 멘토와 멘티 활동, 매력적인 편의 공간의 확대와 편리한 행정서비스 등은 대학생의 학교생활 만족도 향상에 도움이 될 수 있을 것으로 보인다.

연구결과 대학생의 가족 건강성과 삶의 만족도는 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 본 연구에서

대학생의 삶의 만족도는 5점 만점에 평균 3.44점으로 중간 이상 정도의 수준을 나타냈으며 본 연구대상자들은 대체로 자신의 삶에 대해 긍정적으로 지각하고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생 대상 삶의 만족도가 중간 이상 수준으로 나타났던 Park과 Kim[1]의 연구결과와 비슷한 결과였다. 반면 Park과 Kwon[4]의 연구에서는 대학생의 삶의 만족도가 중간보다 낮은 수준의 결과로 나타나 차이를 보였다. 이는 대학생의 경우 삶의 형태가 일반적으로 다른 생애주기에 있는 연령대 인구보다 다양하게 나타날 수 있고 연구의 시행 시점이나 측정도구가 같지 않은 요인도 영향을 미쳤을 것으로 생각되며 추후 동일한 시점을 기준으로 같은 도구를 사용한 반복연구가 필요함을 시사한다. 또한 가족 건강성은 삶의 만족도에 유의미한 효과를 준다는 결과에 의해서도 지지되었다. 건강한 가족 체계의 구축을 위해서는 가족 구성원의 신체적, 정신적, 사회적 건강을 높이며 능동적인 삶을 살아가는 데 도움을 줄 수 있는 사회적 지지가 필요하다고 생각된다. 본 연구에서 사용한 삶의 만족도를 측정하는 도구는 사회심리적 영역을 중심으로 신체 및 정신건강, 사회생활 및 여가활동, 행복감, 자율성 및 자아감을 포괄하고 있는 하위 문항들을 구성하고 있다. 본 연구의 주요 변인인 대학생의 가족 건강성과 삶의 만족도가 비교 연구와는 일부 차이가 있으며 이는 같은 도구를 사용하지 않아 직접적인 비교를 하는데 제한점을 가진다. 반면 Baek과 Park[18]의 연구는 본 연구지역과 인근에 위치한 대구 지역 대학생을 대상으로 실시되었으며 본 연구와 같은 가족 건강성 측정도구를 사용하였다. 연구결과 대학생이 체감하는 심리적인 복지감은 가족 간의 유대관계와 의사소통, 가족 간의 문제해결 수행능력 및 가치체계 공유와 유의미한 상관관계가 있었다. 즉 가족 간 의사소통이 잘 되고 문제해결 수행능력이 높고 가족 내 가치체계에 대한 공유가 많아질 때 심리적 행복이나 만족감이 높아진다는 결과를 보고하여 본 연구와 유사한 결과를 보였다. 특히 코로나19와 비대면 수업 운영은 대학생들이 가정에서 가족과 함께 생활하는 시간을 연장하게 되었다. 이러한 사회적 상황과 언택트 환경에 맞추어 대학생들이 좀 더 쉽게 접근할 수 있도록 가족 구성원 간의 의사소통 기술과 올바른 가치체계 형성을 도울 수 있는 증재 프로그램의 마련이 필요할 것으로 생각된다.

결과적으로 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인은 자아존중감과 학교생활 만족도 순으로 나타났다. 먼저 자아존중감은 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 주요 요인으로 확인되었다. 이러한 결과는 Cho와 Bae[15]가 대학생의 생활만족에 영향을 미치는 요인에 대해 확인한 다중회귀분석 결과와 일치하는 것으로 나타났다. 대학차원에서 대학생의 자아존중감을 높여 줄 수 있는 다양한 교육프로그램의 활용과 교양교육 기회의 제공에 대한 모색이 필요할 것으로 보인다. 유사한 연구로서 Jung[19]은 대학생 1,180명의 자아존중감과 스트레스에 대해서 청년패널 10차년도 자료를 이용해 분석하여 보고한 바 있다. 연구결과 대학생의 자아존중감은 여러 변인 중에서 스트레스에 가장 높은 영향을 미치는 요인으로 분석되었으며, 대학이 학생들의 단순 학습활동 외에 자아존중감을 향상시켜 줄 수 있는 상담프로그램 등을 마련할 필요가 있다고 하였다. Lee와 Lee[7]는 대전지역 대학생의 스트레스와 자아존중감이 삶의 만족도에 어떠한 영향을 미치는지 연구하였다. 연구결과 대학생 스스로가 가치 있는 사람이라는 자아존중감과 자아정체성 확립이 높을 때 삶의 만족도가 향상되는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자아존중감이 삶의 만족도에 영향을 미치는 주요 요인으로 나타난 본 연구결과와 일치하는 결과이다. 재학생의 학교생활 만족도 향상을 위한 다양한 방안 마련을 위해 대학의 노력은 계속되어야 할 것이다. 본 연구결과 대학생의 자아존중감이 경제적 상황이 양호하고 친구와의 관계와 학교생활 만족도가 높을 때 향상되는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과를 근거로 대학은 대학생의 경제적 상황과 학우들 간의 협력 관계 및 학교생활에서 만족감을 높여 줄 수 있는 방안에 대한 모색이 필요할 것으로 생각된다.

연구결과 학교생활 만족도는 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 대학생의 학교생활이 전체 삶에서 비록 일부밖에 해당할지라도 학교생활에 대한 만족 정도는 전체 삶에서 중요한 의미와 평가요인으로서 작용하고 있다는 것을 보여진다. Kee[20]는 대학생의 학교생활 만족도 관련 요인을 개인적 특성과 환경적 특성으로 구분하여 보고하였는데 개인적 특성에서는 개인이 학습과정에 적극적으로 참여할 수 있을 때 대학생활 만족도가 더 높아지고, 환경적 특성에서는 대학풍토가 영향을 주었으며 교수님과

선후배 등 인적교류가 많았을 때 대학생활 만족도가 더 높아진다고 하여 대학생활 만족도 향상을 위한 방안을 제시하였다. Kang[21]은 전공 수업의 질 향상을 위한 제고와 학교시설 확충이 대학생의 학교생활 만족도를 높여 주는 데 도움이 필요하다고 하였으며, Jun[22]은 대학생활 만족도가 전체 삶의 만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 보고하여 본 연구결과와 맥을 같이 하였다. Jun[22]의 연구는 상대적으로 대상자 수가 많고 다른 연구에서 살펴보기 어려운 많은 변인들을 투입해서 영향요인을 도출했다는 점에서 의미를 부여할 수 있을 것이다. 이에 대학은 재학생의 학교생활 만족도 향상을 위한 지속적인 전략 마련이 필요할 것으로 사료된다.

반면 본 연구에서 대학생의 가족 건강성은 삶의 만족도에 영향을 미치는 유의미한 요인으로 나타나지 않았다. 가족 건강성과 삶의 만족도 간에는 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났으나 다중회귀분석 결과에서는 통계적으로 유의하지 않은 결과를 보였다. 이러한 결과는 본 연구대상자인 대학생들의 전반적인 삶의 만족도에서 가족 건강성 보다 자아존중감이나 학교생활에 대한 만족감의 정도가 더 큰 영향을 미쳤다는 것으로 해석된다. 선행연구와 비교해 보았을 때 Kim[12]이 부모와 자녀관계가 긍정적일수록 생활만족도가 높아진다는 결과와 Park[13]이 가족의 건강성이 높아지면 삶에 대해보다 긍정적인 태도를 보인다는 결과와는 차이를 보이는 결과이다. 이는 선행연구와 본 연구가 대학생을 대상으로 연구하였으나 가족의 건강성과 삶의 만족도를 측정하는 도구들은 일치하지 않았으므로 추후에는 같은 도구를 사용해서 연구의 결과를 비교하는 후속연구들이 필요할 것으로 보인다.

대학생의 자아존중감과 학교생활 만족도 향상은 대학생의 삶의 만족도를 높여주는 데 도움이 될 수 있다는 것을 시사한다. 대학은 이를 고려하여 체계적인 자아존중감 향상 프로그램의 개발과 적용, 대학만족도나 교육만족도 설문 조사 결과에 따른 세밀한 피드백과 개선 등을 통해 학교생활 만족도를 높여가는 노력이 필요할 것으로 생각된다. 본 연구결과는 대학생의 삶의 만족도 향상을 위한 교육프로그램 개발 시 자아존중감과 학교생활 만족도를 높여주는 방안에 대한 고려가 필요하다는 근거를 제시하였다는 점에서 의미가 있다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 대학생을 대상으로 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 실시되었다. 연구결과 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 유의한 요인은 자아존중감, 학교생활 만족도로 나타났으며, 이들 변수는 대학생의 삶의 만족도를 42% 정도 설명하는 것으로 나타났다. 본 연구는 G시에 위치한 3개 대학의 대학생을 대상으로 수행되었으며 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미칠 수 있는 모든 변수를 포함하지 못하였으므로 연구결과와 일반화에는 제한점이 있다. 향후 대학생의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인을 확인하는 연구에서는 여러 지역의 대학생을 포함하여 그 수를 확대하고 예측되는 많은 변수를 고려하여 실시할 것을 제언하는 바이다.

REFERENCES

- [1] H. S. Park & K. S. Kim. (2015). The Effects of Family Strength on the Life satisfaction of University Students : Focusing on the Mediation Effects of Self-Determination. *Korean Journal of Human Ecology*, 24(4), 499-511.
DOI : 10.5934/kjhe.2015.24.4.499
- [2] B. L. Neugarten, R. J. Havighurst & S. S. Tobin. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of gerontology*, 16, 134-143.
DOI : 10.1093/geronj/16.2.134
- [3] E. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larsen & S. Griffin. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
DOI : 10.1207/s15327752jpa4901_13
- [4] H. S. Park & B. S. Kwon. (2006). Satisfaction with Life and It's Predictors of College Students. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 15(1), 48-56.
- [5] B. K. Lee. (2013). A Study on the Effects of Locus of Control and the Perception of Happenstance on Life Satisfaction of College Students. *Journal of Human Understanding and Counseling*, 34(1), 37-54.
- [6] S. H. Oh & S. K. Moon. (2015). Anxiety and Life Satisfaction within Single-Mother and Single-Father Households. *Family and Family Therapy*, 23(4), 843-862.
DOI : 10.21479/kaft.2015.23.4.843
- [7] H. S. Lee & J. C. Lee. (2018). The Effect of Job Stress and Self-Esteem on Life Satisfaction in University Students. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 8(4), 553-562.
DOI : 10.35873/ajmahs.2018.8.4.050
- [8] M. Rosenberg M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton. New Jersey : Princeton University Press.
- [9] Y. J. Choi & Y. J. Eum. (2016). The Relationship between Family Strengths and Self-Esteem in College Students : Mediated Effect of Separation-Individuation and Self-Identity. *Korea Journal of Counseling*, 17(6), 357-379.
DOI : 10.15703/kjc.17.6.201612.357
- [10] E. J. Eo & Y. J. Yoo. (1995). A Study on Development of the Scale for Measuring Family Strengths. *Journal of Korean Home Management Association*, 13(1), 145-156.
- [11] J. H. Choi. (2015). Self-Esteem and Familial Strength of the University Students. *Korean Journal of Contemporary Education*, 27(-), 1-20.
- [12] E. J. Kim. (2007). Effects of Self-Determination on College Freshman's Life Satisfaction. *The Korean Journal Of Educational Psychology*, 21(3), 539-555.
- [13] S. J. Park. (2020). The Effect of Family Function and Satisfaction with Life on Positive Attitude of College Students. *Journal of The Korea Contents Association*, 20(5), 389-397.
DOI : 10.5392/JKCA.2020.20.05.389
- [14] H. J. Seo & J. O. Kim. (2009). Self-Esteem and Happiness caused by University Student's Perception of Family Strengths. *Journal of Family Relations*, 14(3), 141-178.
- [15] K. H. Cho & H. S. Bae. (2016). A Study on the University Student's Leisure Satisfaction, Self-Esteem and Life Satisfaction. *Journal of Tourism Management Research*, 20(5), 165-186.
DOI : 10.18604/tmro.2016.20.5.9.
- [16] Y. J. Lee. (2020). A Structural Relation among Self-Efficacy, Self-Esteem and Life Satisfaction of Highly Stressed University Students for Studying after Taking Swim Class in College. *Journal of the Korean Applied Science and Technology*, 37(2), 192-205.
DOI : 10.12925/jkocs.2020.37.2.192
- [17] S. I. Han. (2017). Study of Structural Relationship between College Students' Self-Esteem, Character and Academic Life Satisfaction. *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 17(2), 453-469.
DOI : 10.22251/jlcci.2017.17.2.453

- [18] K. S. Baek & J. H. Park. (2015). The Effects of Family Health, Satisfaction of Dating and Life Stress on Psychological Well-Being of College Students. *Korean Journal of Family Welfare*, 20(3), 503-524.
DOI : 10.13049/kfwa.2015.20.3.503
- [19] Y. J. Jung. (2019). Self-Esteem and School Life Satisfaction Affect the Stress of College Student. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 9(8), 707-714.
DOI : 10.35873/ajmahs.2019.9.8.063
- [20] H. K. Kee, S. H. Kang, C. Y. Yun & E. H. Lee. (2021). Trends and Influencing Factors of College Students' College Life Satisfaction. *Journal of Teaching & Learning research*, 14(1), 1-26.
- [21] D. H. Kang. (2020). A Study on the Influence Factors of School Life Satisfaction in University Students. *The Journal of Humanities and Social Sciences* 21, 11(5), 781-796.
DOI : 10.22143/HSS21.11.5.57
- [22] S. K. Jun. (2018). Factors Affecting College Life Satisfaction: Focused on Individual, University, Negative/Positive Emotions, and Locality Perception Variables. *The Journal of Humanities and Social Sciences* 21, 9(5), 1327-1340.
DOI : 10.22143/HSS21.9.5.94

조 남 희(Nam-Hee Jo)

[정회원]



- 2006년 2월 : 경북대학교 간호학과 간호학석사
- 2015년 2월 : 경북대학교 간호학과 간호학박사
- 2015년 3월 ~ 현재 : 경운대학교 간호학과 교수

- 관심분야 : 기초건강과학, 건강증진, 성인건강
- E-Mail : jnh1063@naver.com

권 려 원(Ryeo-Won Kwon)

[정회원]



- 1996년 8월 : 대구한의대학교 보건학과(보건학석사)
- 2016년 2월 : 계명대학교 공중보건학과(보건학박사)
- 2013년 9월 ~ 현재 : 경운대학교 간호학과 교수

- 관심분야 : 성인간호학, 건강증진, 응급간호
- E-Mail : ms601626@hanmail.net