

대학생들의 심리적 안녕감의 구조분석 및 주관적 안녕감과 관계분석

김 경 순*

〈 목 차 〉	
I. 서 론 1. 주관적 안녕감 2. 심리적 안녕감 3. 심리적 안녕감의 구성요인 4. 선행연구 II. 연구방법 1. 연구대상 2. 조사도구 III. 결과	1. 하위척도 분석 2. 인구통계 변인에 따른 심리적 안녕감의 차이분석 3. 확인적 요인분석 4. 주관적 안녕감과 심리적 안녕감간의 관계 IV. 논의 및 결론 참고문헌 Abstract

I. 서 론

모든 인간은 행복을 추구하며 잘 살고 싶어 한다. 남녀노소 할 것 없이 누구나 좋은 삶(good life) 혹은 질 높은 삶을 회구한다. 인생살이가 고달파지기를 바라는 사람, 남보다 못 살고 싶은 사람, 내일의 삶이 오늘보다 더 못하기를 바라는 사람은 없을 것이다. 이른바 '삶의 질(quality of life)' 이라는 문제는 세상 사람들 모두의 관심사라고 할 것이다.

이러한 삶의 질은 객관적 삶의 질과 주관적 삶의 질로 나누어볼 수 있다(이훈구, 1997; 조명한, 차경호, 1998). 객관적 삶의 질이란 경제적, 환경적 또는 사회적인 삶의 상황이 어떠한가를 의미한다. 이에 반하여 주관적 삶의 질은 주관적 안녕감(subjective well-being; SWB) 또는 행복(happiness)이라고도 하는데 이는 한 개인이 자신이 처한 상황에 대하여 어떻게 생각하고 어떠한 경험을 하는가를 의미한다. 즉 주관적 안녕감이란 객관적인 삶의 상황에

* 제주대학교 직업능력개발원

대한 주관적인 평가로 주관적 만족도의 수준이나 긍정적 또는 부정적인 정서경험의 정도를 말한다(Diener, 1984, 1994).

그런데 교육수준, 나이, 성별, 소득수준 등과 같은 인구사회학적 변인들이 설명할 수 있는 주관적 안녕감은 총변량의 약 15%이하로 나타나기 때문에(Diener, 1984, 1994; Ryff, 1989) 인구사회학적 변인으로 주관적 안녕감에서의 개인차를 설명하는데는 한계가 있다. 삶의 질이란 개개인이 그들의 생활 속에서 주관적으로 경험하는 것이므로 객관적 지표들을 평가하는 것은 개인이 경험하는 삶의 질을 직접적으로 평가하지 못한다. 이러한 객관적 자료의 한계 때문에 심리학자들은 개개인이 자신의 삶을 어떻게 평가하는지 또는 자신의 삶에 얼마나 만족하는지 즉 주관적 안녕감을 측정함으로써 개인의 행복을 연구해왔다(Andrews & Withey, 1976; Campbell, Rodgers, 1976).

그러나 Ryff(1989)는 주관적 안녕감의 구조가 삶의 만족도, 정적 정서 및 부적 정서로 이루어져 있다는 주장에 대한 이론적 근거가 부족하다고 비판하면서 삶의 질이 높다는 것이 단지 행복한 삶을 의미하는 것만은 아니라고 제안하였다. 그리고 그는 주관적 안녕감보다는 심리적 안녕감(psychological well-being)이 삶의 질을 보다 잘 반영하는 것이라고 주장하면서 좋은 삶에 대한 임상, 상담, 발달 심리학에서의 여러 이론들을 기초로 하여 심리적 안녕감이 6개의 차원으로 이루어짐을 보여주었고 이를 측정하는 척도를 개발하였다.

이러한 심리적 안녕감은 삶에 대한 전반적이고 주관적인 평가인 주관적 안녕감과 달리 이론적으로 주관적 안녕감에 영향을 준다고 생각되는 심리적 측면들에 대한 주관적 평가인 동시에 각 개인의 성격적 특성이라고 볼 수 있다. 그래서 본 연구에서는 이들 심리적 안녕감의 6차원과 주관적 안녕감과의 관계를 밝힘으로서 어떠한 심리적 요인이 주관적 안녕감에 더 큰 영향을 미치는가를 알아보고자 한다.

그리고 여러 연구들에(Diener & Diener, 1995; Kwan, Bond, & Singelis, 1997; Oishi, Diener, Lucas, & Suh, 1999; 조명한, 차경호, 1998; 차경호, 2004) 의하면 주관적 안녕감과 관련있는 변인들이 문화(국가)에 따라 서로 다른 것으로 여겨진다. 49개국의 대학생들의 삶의 만족도를 조사한 Diener & Diener(1995)는 국가의 문화적 특성 즉 개인주의적 성향이 강한 국가와 집단주의 성향이 강한 국가에서의 삶의 만족에 미치는 변인에 차이가 있음을 발견하였다. 또한 차경호(2004)는 우리나라 대학생의 경우 삶의 목적이 주관적 안녕감의 유의미한 예측변인이 아닌데 비하여 미국의 경우는 삶의 목적이 주관적 안녕감에 영향을 미쳤다고 하였다.

이와 같은 연구 결과들을 볼 때 우리나라 대학생들을 대상으로 한 주관적 안녕감에 대한 연구결과는 외국의 경우와는 다를 것으로 예상된다. 이에 본 연구에서는 우리나라 대학생들

의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 심리적 안녕감의 요인이 외국의 경우와 어떻게 다른지를 알아보고자 한다. 그리고 본 연구결과가 대학생들로 하여금 보다 행복한 삶을 영위하는데 도움을 줄 수 있을 것으로 기대한다.

본 연구에서는 주관적 삶의 질을 측정하는 개념으로 제안된 심리적 안녕감의 구성개념을 검토하기 위해서 다음 3가지 점에 초점을 맞춰 연구를 진행하였다.

첫째, 대학생을 대상으로 하여 심리적 안녕감의 구성요소를 파악하고, 두 번째는 삶의 질의 구성요소를 밝히기 위한 보다 구체적인 작업으로 한 개인의 주관적 판단에 의한 안녕감(주관적 안녕감)과 심리학적 개념들에 비추어 판단된 안녕감(심리적 안녕감)은 어떠한 관계를 갖는지를 분석하고, 세 번째, 위의 구조가 우리나라 대학생들에게 어떻게 적용되며 이들의 성별과 연령에 따라 어떤 양상을 보이는지에 대해 파악하였다.

1. 주관적 안녕감

주관적 안녕감이란 개개인이 주어진 삶의 상황에 대하여 어떻게 생각하고 있고 어떠한 경험을 하는가를 의미하며, 주관적 안녕감의 수준이 높다는 것은 높은 삶의 만족도, 적은 부정적 정서경험, 그리고 많은 정적 정서경험을 하는 상태라고 정의할 수 있다. 주관적 안녕감이 의미하는 안녕감이란 자신의 삶을 만족스럽게 받아들이며 긍정적 정서는 많이, 그리고 부정적 정서는 적게 경험하는 것이다.

주관적 안녕감은 두개의 일반적인 측면인 정서적(affective) 요인과 인지적(cognitive) 요인으로 나누어지고 있다(Diener, 1984; Emmons & Diener, 1986; Diener & Diener, 1995; Myers & Diener, 1995; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). 정서적 요인은 일반적으로 행복감(happiness)이라고 불리어지기도 하는데(Ryan et al., 2001; Keyes et al., 2002), 개인이 살아가면서 느끼는 긍정적 및 부정적 정서 경험 혹은 반응이다. 정서적 요인은 삶의 여건에 대한 정적(positive) 정서 반응과 부정(negative) 정서 반응을 모두 포함하는 데 그 이유는 여러 연구들이 정적 정서와 부정 정서가 서로 독립적임을 보여주기 때문이다(Bradburn, 1969; Diener & Emmons, 1984; Diener & Larsen, 1984; Emmons & Diener, 1985). 이 두 정서는 일견 동일 차원의 양극이라고 생각할 수도 있겠지만, 연구 결과 관련성이 있기는 하지만 구별되는 요인으로 밝혀졌다(Diener et al., 1985; Diener et al., 2003; Andrews et al., 1991; Shmotkin et al., 1998; Ryan et al., 2001).

인지적 요인은 삶의 만족도를(Andrews & Withey, 1976) 일컫는다. 삶의 만족도(satisfaction)란 개인이 설정한 기준과 비교하여서 자신의 삶의 질을 평가하는 판단 과정을

말한다(Shin & Johnson, 1978). 자신이 설정한 기준과 자신이 지각하는 삶의 여건들을 비교하여 삶의 여건들이 기준과 일치한다면 삶의 만족도는 높을 것이다. 그러므로 삶의 만족도는 삶에 대한 의식적이고 인지적인 판단이다.

정서적 요인과 인지적 요인은 정적 상관관계를 보이며 많은 주관적 안녕감의 측정도구들은 두 측면들을 모두 포함하고 있다. 그러나 만족도 요인과 정서적 요인들이 시간이 지남에 따라 때때로 독립적으로 변하며 여러 다른 변인들과 서로 다른 관계성을 보이기 때문에 이들을 구분하는 것이 타당한 것으로 여겨진다(Andrews & Withey, 1976; Campbell, Converse, & Rodgers, 1976; Stock, Okum, & Benin, 1986; Pavot & Diener, 1993). 즉, 주관적 안녕감의 인지적 요인과 정서적 요인이 완전히 독립적이지는 않지만 이 두 요인을 독립적으로 측정했을 때 주관적 안녕감에 대한 상호보완적인 정보를 제공하는 것이다.

Ryan et al. (2002)은 주관적 안녕감 연구에 대해 쾌락주의(hedonism) 전통에 기초를 둔 접근으로 안녕감을 만족도와 쾌락적 행복을 보는 입장이라고 규정하는데 이어, 동서양의 많은 철학자나 종교지도자들이 쾌락적 행복을 안녕의 근원적인 준거로 삼으려고 하지 않는다는 지적을 하였다. 이들은, 쾌락적 행복감은 천박한 이상(bulgar ideal)일 뿐이므로 사람을 욕망의 노예로 만들어 버리고 만다는 Arisotles의 주장을 빌어 이러한 지적을 뒷받침 하였다. 또 Keyes et al.(2002)은 이론적 기반이 약하다는 점과, 인간의 잠재력 실현 및 완전하고 이상적인 상태로의 성장·발달에 중요한 ‘긍정적으로 기능함’(positive functioning)이라는 측면이 무시되었다는 점에서 주관적 안녕감 연구에 대한 비판을 제기하였다. 이들은 Waterman (1984, 1993)의 그리스어 eudaimonia에 대한 해석을 토대로, 진정한 행복은 쾌락(hedonic pleasure) 이상의 것이며, 진정한 잠재력(tue potential) 혹은 진정한 본성(true nature)의 실현을 통해 우리나라는 것이라고 설명한다. 그리고 Ryff(1989; Ryff & Keyes, 1995)는 삶의 만족도, 정적 정서, 그리고 부적 정서로 구성된 주관적 안녕감이 삶의 질을 의미한다는 주장에 대해 이론적 근거가 부족하다고 비판하면서 삶의 질이 높다는 것이 단지 행복하고 만족한 삶을 의미하는 것만은 아니라고 제안하였다. 즉, 좋은 삶이란 사회의 구성원으로서 한 개인이 얼마나 잘 기능하고 있는가를 기준으로 삼아야 한다고 주장하였다.

한편 Diener(1984)는 주관적 안녕을 심리적 안녕과 동의어로 사용하여 행복감, 생활만족도, 긍정적 정서를 포함시켰다. 그는 주관적 안녕의 특징으로 주관성과 긍정적인 구인의 측정 및 삶에 대한 모든 측면의 종합적 평가를 들고 있다. Diener에 따르면 주관적 안녕감은 다음과 같은 중요한 특징들을 갖고 있다. 첫째, 주관적 안녕감에서는 안녕감을 반응자의 관점에서 접근한다. 따라서 제3자가 어떻게 파악하는지에 상관없이 반응자 자신이 삶에 만족한다고 생각하면 그 사람의 주관적 안녕감은 높은 것이다. 이와 같이 안녕 여부를 심리학자

가 판단하지 않고 반응자의 지각에 의존하는 방식은 주관적 안녕감이 현상학적 전통과 연결되어 있음을 시사한다. 둘째, 주관적 안녕감은 순간적인 기분이나 감정이 아니라 오랜 기간에 걸친 안녕감을 지칭한다. 셋째, 주관적 안녕감의 개념에서는 정적 극단에서 부정적 극단에 이르기까지 삶의 만족의 전 범위를 포괄한다. 주관적 안녕감에서는 부정적 상태에서 벗어나는 것만으로는 충분하지 않고 기쁨이나 행복의 경험도 중요한 관심의 대상인 것이다.

2. 심리적 안녕감

심리적 안녕감은 개인의 삶이 전체적으로 즐겁고 기쁘지, 개인이 자신의 삶에 만족하며 행복감을 느끼고 있는지의 전체적인 삶의 만족도로 정의되어 진다(Diener, 1984; Stack et al., 1991).

심리적 안녕감은 경제수준, 신체건강, 주거환경, 가족관계, 직장생활, 여가활동 등 다양한 요인에 의해 결정된다(Andrews and Withey, 1976; Abbey and Andrews, 1986; Aneshensel et al., 1991; Brief et al., 1990). 또한 안녕감은 사회환경이나 주위 사람들과의 관계에 의해 영향을 받기도 하지만 자긍심, 삶의 목표, 개인의 통제력 등 개인의 심리적 요소들에 의해서도 결정된다고 주장되고 있다(Emmons and Diener, 1985; Ryff, 1989; Zika and Chamberlin, 1992).

심리적 안녕에 대해서는 지금까지 그 용어와 개념이 폭넓게 쓰여 왔다. 건강분야에서는 안녕감을 신체적 건강에 대한 자기평가 및 신체적 조화(physical fitness)에 대한 전반적인 감정으로 보고, 심리적 안녕이 신체적 조건과 밀접한 관계가 있다고 하였다(Taylor & Brown, 1994). 따라서 안녕(well-being)과 건강(health)의 개념은 동일하게 간주되었고, 또한 심리적 안녕감은 결과적 상태라기보다는 현재에도 변화하고 있는 지속적인 과정으로 보았다.

그러나 삶의 만족도는 매우 다양한 영역에서 평가되는 개인의 만족도이므로, 한 영역에서의 만족도를 측정하는 것보다 여러 영역에서 이를 측정할 다음, 통합하여야 할 필요성이 제기되고 있다(Kwan, Bond, & Singelis, 1997). Campbell(1981)은 건강, 가족관계, 고용, 친구관계, 거주, 여가활동 등 최소 12영역에서의 삶의 만족도를 측정하여 통합한 다음, 이를 개인의 심리적 안녕감으로 개념화하였다.

심리학자들이나 정신과 의사들은 정신 건강이라는 어휘를 사용하였으며 현재는 적응, 심리적 안녕, 그리고 심리적 고통과 같은 용어들을 사용한다. 사회학자들은 삶의 질, 경제학자들은 복지 혹은 유용이라는 용어를 사용하면서 이 용어들이 금전적 수입이 아니라 안녕과 동의어임을 인정하였다. 이들의 연구를 종합한 Headey 등은 이 모든 용어들을 포함하는 일

반적인 개념으로 안녕(well-being)과 불행(ill-being)이라는 용어를 제시하였다(윤여근, 2003에서 재인용).

Fordyce(1998)는 안녕감, 행복감, 삶의 만족도(Life Satisfaction), 그리고 사기(morale)를 상호 관련되는 개념들로 간주하였다. Veit & Ware(1993)는 개인의 행복과 관련된 물음으로 안녕감을 측정하는 것을 타당하고 신뢰성이 있으며, 이를 근거로 주관적 안녕감에 영향을 주는 요인들을 규명하는 것이 용이하다고 제안하였다. Carp & Carp(1983)는 안녕감이 다양한 영역의 인생경험에 대한 만족의 총합이라고 하였고, Diener(1984)는 안녕감에 행복감, 생활 만족도, 긍정적 정서를 포함시켰다.

Kaplan과 Maehr는 심리적 안녕을 정서적, 인지적 그리고 행동적 경험들에 대한 현상적 조직으로 정의했고, 이러한 개념은 여러 차원으로 다양하게 구성된 측정 도구에 의해 측정되었다. 그 측정 도구의 구성내용은 일반적인 정서적 경향(emotional tone), 학교에서 경험하는 특수한 정의(special affect), 일반적인 행동 통제, 교실에서의 파괴적인 행동, 동료와의 사회적인 관계, 학업적 효능감 등에 대한 학생의 지각(문은식, 2002에서 재인용)으로 이루어졌다.

이회정(1995)은 긍정적인 면을 강조하여 긍정적 정서와 생활 만족도를 심리적 안녕으로 정의하였다. Bradurn은 부정적인 정서와 긍정적 정서를 비교함으로써 얻게 되는 총체적인 판단으로 정의하였으며, Lawton(1983)과 Costa(1987)는 안녕은 전반적으로 삶에 대해 느끼는 주관적인 정서적, 인지적 평가로서 긍정적, 부정적인 요소 모두를 포함한다고 하였다. 안녕감은 삶의 긍정적이고, 적극적인 측면을 반영하는 것이나 단순히 부정적인 정서가 없다고 해서 안녕의 지표로 여겨지는 것이 아니며, 긍정적인 정서와 부정적인 정서가 서로 독립적으로 안녕감에 영향을 미친다는 것이다(박효서, 2000; 허유정, 2001).

Liang(1985)은 안녕감이 인생에 대한 전반적인 정서적 사정뿐 아니라 개인의 인지라고 정의하였다(허유정, 2001에서 재인용). Taylor & Brown(1988)은 안녕감과 관련한 자존심과 낙천적 경향과 긍정적 정서가 높은 성취동기와 효율적인 과제수행능력, 실패 앞에서 쉽게 굴복하지 않는 인내를 증가시킴으로써 과제에 있어서 성공할 수 있는 가능성을 증가시킨다고 하였다. Kopp와 Ruzicka(1993)는 심리적 안녕을 숙달감과 기쁨으로 보고 일상생활에서 성취나 기쁨이 높은 경우 심리적 안녕이 높다고 하였다.

이상을 종합하면 심리적 안녕감은 일상생활의 사건에 사람들이 적응하면서 느끼는 정서로서, 환경에 대한 개인의 반응이나 환경의 자극과 개인의 반응사이의 상호작용의 결과로 나타나는, 개인의 지각된 주관적인 경험에 기초한 행복감 또는 전체적인 감정을 일컫는 특정용어로 정의할 수 있다(McDowell & Newell, 1990).

이런 여러 가지 심리적 안녕에 대한 정의들을 바탕으로 하여, 본 연구에서는 심리적 안녕

을 '삶에 대한 긍정적 정서와 전반적인 생활에 대한 주관적인 평가'로 정의한다. 그리고 심리적 안녕을 측정하는 구성요소로 최근의 경험에 대한 감정으로서 '삶에 대한 느낌'과 인지적 요소로서 '전반적인 삶의 만족도', 두 가지 측면을 통하여 심리적 안녕을 측정할 것이다.

3. 심리적 안녕감의 구성요인

심리적 안녕감에 영향을 주는 요인은 매우 다양하다. 첫 번째 요인은 개인이 처한 사회·문화적인 구조나 선천적으로 타고난 개인의 신체적·지적 자원 등이 심리적 안녕감에 크게 작용할 뿐만 아니라 개인의 여러 성격차원, 자존심 크기, 자신의 감정을 표현하는 능력(Jensen, 1987) 등도 영향을 주는 것으로 보고되고 있다(배성애, 1998).

두 번째 요인은 어떤 결정인자들 보다도 긍정적인 정서경험의 빈도가 심리적 안녕감에 중요하다라는 결과를 보여준다(허유정 2001). 정서적 영역이 대부분을 차지하는 심리적 안녕감에 있어서는 개인특질로서의 정서경험과 표현성이 심리적 안녕감과 밀접한 관계가 있다고 할 수 있다.

Bryant와 Verloff(1982)는 심리적 안녕의 중요 요인으로서 행복감, 긴장 정도와 개인적 유능감을 들고, 이들 세 차원은 서로 구별되는 독립적인 측면을 나타내며, 이에 영향을 주는 생활영역이 서로 다르게 존재한다고 하였다.

Ryan과 Deci(2000)도 사람들이 심리적 안녕감의 차원과 유사한 세 가지의 보편적인 심리적 욕구, 즉 자율성(autonomy), 유능성(competence), 그리고 관계성(relatedness)에 대한 욕구를 갖고 있으며 이들 욕구의 충족이 주관적 안녕감에 영향을 주는 중요한 요인이라고 제안한다.

Andrews(1985)는 안녕의 요인들로 긍정적 정서, 부정적 정서, 삶에서의 성공이나 자신에 대한 인지적 평가, 전반적인 삶에 대한 평가와 영역별 삶에 대한 평가의 다섯 가지 요인을 설정하였다.

Ryff(1989)는 Maslow의 자아실현(self-actualization), Rogers의 완전히 기능하는 사람(fully functioning person), Jung의 개성화(individuation), Allport의 성숙(maturity), Erikson의 기본적인 삶의 경향성(basic life tendency), Neugarten의 성격의 변화(personality changes) 등의 심리학적 이론들을 기초로 하여 안녕감을 '긍정적으로 기능함'이라는 관점에서 개념화 하고 삶의 질을 구성하는 6개의 차원을 제안하여 이를 측정하는 척도를 개발하였다. Ryff(1989; Ryff & Keyes, 1995)는 이것을 주관적 안녕감과 구별해서 심리적 안녕감이라고 불렀다. 심리적 안녕감의 구성요인은 자아수용성(self acceptance : SA), 긍정적 대인관계(positive relations with other : PR), 자율성(autonomy : AU), 환경에 대한 통제력(Environmental mastery :

EM), 삶의 목적(purpose in life : PL), 그리고 개인적 성장(personal growth : PG)이다.

Ryff(1989)는 심리적 안녕감 개념을 좋은 삶에 대한 정의라고 제안하지만, 심리적 안녕감의 6개의 차원은 이론적으로 삶의 질에 영향을 준다고 생각되는 심리적 변인들이라고 할 수 있다(Diener, Oishi, & Lucas, 2003; Ryan & Deci, 2001). 즉 주관적 안녕감 개념은 좋은 삶에 대한 조작적 정의로 볼 수 있으며 심리적 안녕감의 6개의 차원들은 주관적 안녕감에 영향을 주는 심리적 변인으로 이해할 수 있다.

Ryff(1989)의 심리적 안녕감 6가지 차원을 살펴보면 다음과 같다.

<표 1> 심리적 안녕감의 6가지 차원

차 원	점 수	정 의
자아수용 (self-acceptance)	높은 점수	자신에 대하여 긍정적인 태도를 갖고 있다; 자신에게 좋은 점들은 물론 나쁜 점들을 포함한 자신의 여러 측면들을 인지하고 수용한다; 자신의 과거의 삶에 대하여 긍정적으로 느낀다.
	낮은 점수	자신에 대하여 불만족한다; 자신의 과거의 삶에 대하여 실망한다; 자신이 갖고 있는 나쁜 점에 대하여 괴로워한다; 현재의 자신과는 다른 사람이 되기를 원한다.
긍정적 대인관계 (positive relations with others)	높은 점수	타인과 따뜻하고 만족스럽고, 신뢰로운 관계를 갖고 있다; 타인의 행복(welfare)에 관심이 있다; 강한 애정, 친밀감, 그리고 공감을 느낄 수 있다; 대인관계란 주고받는 것임을 이해한다.
	낮은 점수	타인과 친밀하고 신뢰로운 관계를 거의 갖고 있지 않다; 타인에 대하여 따뜻하거나 개방적이지 않고 타인을 배려하기가 어렵다고 느낀다; 대인관계에서 고립되고 좌절감을 느낀다; 타인과의 중요한 관계를 유지시키기 위하여 타협하려 하지 않는다.
자율성 (autonomy)	높은 점수	결단력이 있고 독립적이다; 특정한 방식으로 생각하고 행동하라는 사회적 압력에 저항할 수 있다; 자신의 행동을 내적 동기에 의해 조절한다; 개인적 기준에 의해서 자신을 평가한다.
	낮은 점수	타인의 평가나 기대에 대하여 걱정한다; 중요한 결정을 할 때 타인의 판단에 의존한다; 특정한 방식으로 생각하고 행동하라는 사회적 압력에 동조한다.
환경 지배력 (environmental mastery)	높은 점수	자신의 환경을 잘 관리하는 능력이 있다고 느낀다; 복잡한 외적인 활동 계획을 잘 조절한다; 주위에 있는 기회를 효과적으로 사용한다; 개인적 필요나 가치에 적합한 환경을 선택하거나 적합한 환경으로 변화시킬 수 있다.
	낮은 점수	일상적인 일들을 다루는데 어려움을 느낀다; 주위환경을 변화시키거나 향상시킬 수 없다고 느낀다; 주위에 있는 기회를 인식하지 못한다; 외부 세계에 대한 통제력이 부족하다고 느낀다.

차 원	점 수	정 의
삶의 목적 (purpose in life)	높은 점수	삶의 목표와 방향 감각을 갖고 있다; 과거와 현재의 삶이 의미가 있다고 느낀다; 왜 사는지에 대한 해답을 제공하는 신념을 갖고 있다; 생활에 목표와 목적이 있다.
	낮은 점수	삶의 의미가 부족하다고 느낀다; 삶의 목표나 방향 감각이 거의 없다; 과거 삶의 목적을 알지 못한다; 삶에 의미를 부여할 신념이나 태도를 갖고 있지 않다.
개인적 성장 (personal growth)	높은 점수	계속적으로 발달한다고 느낀다; 자신이 성장하고 발전되어 감을 느낀다; 새로운 경험에 대하여 개방적이다; 자신의 잠재력을 실현시키려고 한다; 시간이 지남에 따라 자신과 자신의 행동이 향상됨을 느낀다; 자기자신을 보다 잘 이해하고 활용하는 방향으로 변화되어간다.
	낮은 점수	개인적인 침체에 빠져있다고 느낀다; 시간에 따른 성장이나 발전되어감을 느끼지 못한다; 삶이 지루하고 재미없다고 느낀다; 새로운 태도나 행동을 발전시킬 수 없다고 느낀다.

출처 : Ryff, 1989, p. 1072에서 인용, 차경호 2004 재인용

4. 선행연구

Ryff와 그의 동료들(Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995; Schmutte & Ryff, 1997)은 연구를 통해 심리적 안녕감을 구성하는 6개의 차원들의 구성개념 타당도와 함께 이들 차원들이 삶의 질을 잘 대표하는지를 검토하였다. 321명의 남녀를 대상으로 한 연구에서 Ryff(1989)는 6개의 차원으로 구성된 심리적 안녕감 척도와 이제까지 주되게 사용되어 온 주관적 안녕감 척도들(정서균형 척도, 삶의 만족도, 자아존중감, 사기(morale), 통제감, 우울정도)과의 관계를 분석하였다. 그결과, 전반적으로 모든 척도들간의 관계성은 유의미하게 나타났다. 그러나 모든 척도들을 대상으로 한 요인분석의 결과는 자아수용성과 환경지배력은 기존의 주관적 안녕감 척도들과 함께 하나의 요인을 구성하지만 나머지 4개의 심리적 안녕감 차원들은 새로운 요인을 구성하는 것으로 나타났다. 이러한 결과 Ryff는 '행복'에만 초점을 둔 주관적 안녕감 척도에 비하여 심리적 안녕감의 척도가 주관적 삶의 질을 보다 포괄적으로 반영함을 보여주는 증거로 해석했다.

또한 Ryff(1989)는 심리적 안녕감의 6차원들이 연령에 따라 변화하는 패턴이 서로 상이함을 보고하였다. 이 연구에서 환경 통제력과 자율성은 연령이 증가함에 따라 증가하지만, 삶의 목적과 개인적 성장은 연령이 증가함에 따라 감소함을 보여준다. 자아수용과 긍정적 대

인관계는 연령에 따른 변화가 거의 없는 것으로 나타났다. 이러한 결과들은 심리적 안녕감을 이루는 6차원들이 서로 관련성을 보이지만 개념적으로 서로 독립적인 차원임을 보여주는 것으로 해석할 수 있다. 또한 전국단위의 대단위 집단을 대상으로 한 연구에서 Ryff와 Keyes(1995)는 Ryff(1989)와 동일한 결과를 얻었다. 이어서 이 연구자들은 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 통해 이러한 6요인 구조의 타당성을 검토하고(Ryff & Keyes, 1995), 심리적 안녕감과 지금까지 안녕감의 주된 지수로 여겨져 온 주관적 안녕감과의 관계를 조사하였다(Ryff, 1989; Keyes et al., 2002).

위와 같은 결과를 토대로 연구자들은 심리학적 이론적 틀을 고려하지 않고 만들어진 기존의 주관적 안녕감 개념들은 개인의 주관적인 삶의 질에 대한 폭 넓은 의미를 담고 있지 못하다는 점을 비판하였다. 즉, 행복하다는 것 이외에 개인이 갖고 있는 인생의 목적이나 방향의 정도, 대인 관계에서의 만족도, 자기실현의 정도와 같이 개인이 얼마나 잘 기능하고 있는지를 다룸으로써 주관적 삶의 질을 잘 이해될 수 있다고 보는 것이다.

심리적 안녕감을 평가하는 차원은 학자마다 차이가 있다. Abbey와 Andrew(1985)는 여러 가지 사회 심리학적 요인을 제시하였는데 이는 스트레스, 자신에 삶에 대한 통제감, 타인에 의한 통제감, 사회적지지, 수행정도로 보았으며, 이들의 영향으로 생겨난 우울과 불안으로 심리적 안녕감을 평가하였다. 또한 Goodhart(1980)는 정신건강 차원에서 심리적 안녕감을 평가하여 긍정적 정서, 일반적 만족도, 영역별 만족도, 그리고 자존감이 평가되었다.

Fodyce(1998)는 안녕감, 행복감, 삶의 만족도 그리고 사기를 상호 관련되는 개념들로 간주하였다. Bachman 등의 연구에서도 안녕감 측정은 행복감, 삶의 만족도, 그리고 사기와 관련된 개념들에 대한 측정도구를 사용하여 안녕감에 작용하는 하위개념들을 제시하였다(김선희, 1995).

근래에 국내에서 진행되고 있는 심리적 안녕감에 대한 연구를 살펴보면 차경호(1999)는 우리나라 대학생을 대상으로 주관적 안녕감과 개인중심주의-집단중심주의 성향과의 관계를 조사한데 이어, 한국과 미국대학생의 주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 관계(2004)를 조사하였다. 이 연구에서 차경호(2004)는 심리적 안녕감의 6개의 차원 중 긍정적 대인관계 차원을 제외한 모든 차원에서 한국대학생이 미국대학생에 비하여 낮은 수준을 나타낸다고 하였다. 이는 대학입시라는 획일적인 기준에 의해 과도한 경쟁으로 청소년들을 내모는 열악한 교육환경과 과중한 사교육이 여러 원인들 중의 하나일 것이다. 이러한 교육환경과 더불어 우리나라의 문화가 개개인의 독특성과 다양성을 인정하지 않고 경쟁과 성취를 강조하는 수직적 개인주의와 상호간의 의존성보다는 복종을 강조하는 수직적 집단주의의 복합문화의

성격을 가지고 있기 때문에 개개인이 자신을 탐색하고 자신의 독특성을 개발하고 발전시킬 여유를 갖지 못하기 때문이라 생각된다.

김혜원과 김명소(2000)는 기혼 여성을 대상으로 서양의 개인주의적 문화권에서 도출된 심리적 안녕감 6요인 구조가 우리나라와 같은 집단주의 문화권에서도 타당성을 갖는지를 검토하였다. 그리고 김명소, 김혜원 및 차경호(2001)는 성인 남녀를 대상으로 6요인 모형의 타당성을 조사하였다. 양병한(2003)은 초등학교 교사들을 대상으로 심리적 안녕감의 6요인구조와 심리적 안녕감 각 요인의 성차 및 연령차를 규명하고 안녕감의 다른 한 차원인 주관적 안녕감과 관계를 검토하였다. 심리적 안녕감의 구조에 대한 이 연구는 우리나라의 성인 남녀 혹은 기혼 여성의 경우에도 Ryff(1989)의 6요인 구조가 타당하다는 결론을 내렸다.

심리학 분야에서 뿐만 아니라 노인학(손화희, 정옥분, 1999 등), 간호학(백영주, 정미영 및 안은희, 2001 등), 체육(고선훈, 강효민 및 문용, 1998 등) 등에서도 이에 대한 연구를 해오고 있다.

II. 연구방법

1. 연구대상

설문지를 통하여 응답자들에게 자신의 주관적 안녕감과 심리적 안녕감에 대해 보고하게 하였으며, 제주지역의 대학생들을 대상으로 하였다. 제주시내 지역에 소재한 3개 대학교에서 400매의 검사지를 배부하여 회수되지 않은 것과 불성실하게 응답한 12매를 제외한 388명의 자료가 분석되었다. 응답자들의 인구통계적 특성을 요약하면 다음과 같다.

분석대상은 남자 160명(41.2%), 여자 228명(58.8%)이었고, 연령별로는 20세이하가 152명(39.2%), 21세~23세 149명(38.4%), 24~26세 75명(19.3%), 27~29세 11명(2.8%), 30대 1명(0.3%)의 비율을 보였다. 그리고 1학년이 123명(31.7%), 2학년이 89명(22.9%), 3학년이 103명(26.5%), 4학년이 73명(18.9%)이었으며, 이문계열이 240명(61.9%), 이학계열이 131명(33.7%), 의학계열이 8명(2.1%), 예·체능계열이 9명(2.3%)이었다. 이들의 종교별 분포를 보면 불교가 93명(24.0%), 기독교 64명(16.4%), 천주교 50명(12.9%), 기타 3명(0.8%), 종교 없음 178명(45.9%)으로 나타났다.

2. 조사도구

1) 주관적 안녕감

주관적 안녕감을 측정하기 위해 삶의 만족도, 정적 정서, 부적 정서의 3가지 영역을 측정하였다. ① 삶의 만족도 측정은 Diener 등(Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985)이 개발한 삶의 만족도 척도(The Satisfaction With Life Scale : SWLS)를 조명한과 차경호(1998)가 한국판으로 번안한 척도로 측정하였다. SWLS는 모두 5문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 7점 척도로 되어 있다. ② 정적 정서경험 빈도와 부적 정서경험 빈도 측정도 조명한과 차경호(1998)가 사용한 척도를 사용하였다. 지난 한 달 동안의 정적 정서와 부적 정서를 얼마나 자주 경험했는지를 1(전혀 없었다)에서 7(항상)의 7점 척도로 측정했다. 이 측정에는 기쁨, 자부심, 애정, 그리고 만족감의 4가지 정적 정서와 공포, 화냄, 슬픔, 그리고 죄책감의 4가지의 부적 정서를 포함하고 있다. 본 조사에 사용된 문항은 <부록2>에 제시되었다.

2) 심리적 안녕감

심리적 안녕감은 Ryff(1989)에 의해 개발된 심리적 안녕감 척도(Psychological Well-Being Scale : PWBS)를 Ryff 등(Ryff, Lee, & Na, 1993, Ryff & Keyes, 1995 재인용)이 조명한과 차경호(1998)가 한국판으로 번안한 척도를 사용하여 측정하였다. PWBS는 총 54문항으로 6개의 차원을 포함하고 있고 각각의 차원들은 9개의 문항을 포함하고 있다. 6개의 차원은 자아수용(SA), 긍정적 대인관계(PR), 자율성(AU), 환경에 대한 지배력(EM), 삶의 목적(PL), 개인적 성장(PG)이다. 각 문항은 1(전혀 그렇지 않다)에서 6(매우 그렇다)의 6점 척도로 이루어졌다. 본 연구에서의 PWBS의 각 차원에 대한 신뢰도 계수는 한국과 미국대학생집단에서 각각 자아수용 척도가 .77, .87, 긍정적 대인관계 척도가 .77, .72, 자율성 척도가 .74, .71, 환경에 대한 지배력 척도가 .68, .81, 삶의 목적 척도가 .80, .79, 그리고 개인적 성장 척도가 0.56, .67이었다. 각 차원에 대한 정의는 <부록1>에 제시되어 있으며, 본 조사에 사용된 문항은 <부록2>에 제시되었다.

3) 자료분석

주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 각 변인들의 일개념성 타당도와 신뢰도 분석을 위해 주성분 요인분석과 함께 Cronbath α 를 산출하였다. 다음으로 Ryff와 Keyes(1995)가 제안한 심리적 안녕감의 구조를 검증하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 이들 분석을 위해

SPSS 10.0을 이용하였다.

확인적 요인분석은 AMOS 4.0을 이용하여 분석하였으며, 모형의 부합도는 일반적으로 쓰이는 χ^2 검증, 모형의 간명성은 고려하지 않지만 표본의 크기에 영향을 받지 않고 모형오류를 측정하는 CFI(comparative fit index), 모형의 간명성을 고려하지 않고 표본의 크기의 영향을 받는 GFI(goodness-of-fit index), 모형의 간명성은 고려하지만 역시 표본의 크기의 영향을 받는 AGFI(adjusted goodness-of-fit index), 표본의 크기에 민감하지 않고 모형의 간명성을 선호하는 지수인 RMSEA(root mean square error of approximation)를 사용하였다.

그리고 주관적 안녕감과 심리적 안녕감간의 관계를 살펴보기 위해 Person 상관계수 및 다중 회귀분석을 실시하였다.

Ⅲ. 결 과

1. 하위척도 분석

주관적 안녕감 3가지 척도의 신뢰도 분석을 위해 내적일치도 계수(Cronbach α)를 산출한 결과는 다음과 같다.

<표 2> 주관적 안녕감 척도의 내적일치도 계수

구 분	긍정적 정서	부정적 정서	삶의 만족도
주관적 안녕감	.77	.58	.81

심리적 안녕감 6가지 하위척도의 내적일치도 계수(Cronbach α)를 산출한 결과는 다음과 같다.

<표 3> 심리적 안녕감의 내적일치도 계수

구 분	현실만족	대인관계	자율성	삶의 목적	현실 부적응	개인적 성장
심리적 안녕감	.81	.72	.75	.67	.61	.67

2. 인구통계 변인에 따른 심리적 안녕감의 차이분석

인구통계 변인에 - 나이, 학년, 계열, 종교 - 따라 심리적 안녕감에 차이가 있는지 알아보기 위하여 일원 변량분석을 실시하였다. 그런데 일원 변량분석을 하기 위해서는 각 집단에 속하는 사람 수가 적어도 두 명보다는 많아야 하는데 나이가 30대인 학생은 한 명만 있어서 일원 변량분석을 할 수가 없었다. 그래서 나이에 따른 일원 변량분석을 실시할 때는 부득이하게 30대에 속하는 학생의 데이터는 제외하고 387명의 학생들의 자료를 이용하여 일원 변량분석을 실시하였다.

그 결과 <표 4>에서 보는 바와 같이 나이에 따라 심리적 안녕감이 집단간에 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 조사되었으나, 그 외 변인들에 있어서 집단간에는 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았다.

<표 4> 나이에 따른 심리적 안녕감의 일원 변량분석

		제공합	자유도	평균제공	f	사후검증 (Scheffe)
현실만족	집단-간	287.90	3	95.97	2.58	
	집단-내	14274.37	383	37.27		
	합 계	14562.27	386			
대인관계	집단-간	45.52	3	15.18	.70	
	집단-내	8261.64	383	21.57		
	합 계	8307.17	386			
자율성	집단-간	265.34	3	88.45	4.50**	20이하< 24~26
	집단-내	7530.92	383	19.66		
	합 계	7796.25	386			
삶의 목적	집단-간	15.70	3	5.23	.62	
	집단-내	3224.20	383	8.42		
	합 계	3239.91	386			
현실 부적응	집단-간	163.57	3	54.52	3.77*	
	집단-내	5543.74	383	14.48		
	합 계	5707.31	386			
개인적 성장	집단-간	34.73	3	11.58	1.08	
	집단-내	4109.04	383	10.73		
	합 계	4143.77	386			

*p < .05, **p < .01

<표 4>에 의하면 자율성[$F(3, 386) = 4.50, p < .01$] 과 현실부적응[$F(3, 386) = 3.77, p < .05$] 에서는 통계적으로 유의미한 차이를 나타내었으나, 다른 하위요인에서는 집단간에 통계적으로 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다.

그리고 자율성과 현실부적응의 하위집단들 간의 차이를 검증하기 위하여 사후검증으로 Scheffe검증을 실시하였다. 사후검증 결과 24세~26세 학생들이 20세 이하 학생들보다 자율적인 것으로 나타났다. 그러나 현실부적응의 경우에는 사후검증 결과 집단간에 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다.

다음으로 심리적 안녕감 6요인에 대해 성별로 차이가 있는지 분석해본 결과, <표 5>와 같이 자율성에서는 남녀간에 통계적으로 유의미한 차이($t=-3.18, p=.01$)가 있는 것으로 나타났으나, 다른 하위요인들 간에는 차이가 없는 것으로 조사되었다(표 5).

<표 5> 성별에 따른 심리적 안녕감의 차이검증

	성별	N	평균	표준편차	t 값
현실만족	여자	228	37.61	5.99	-1.26
	남자	160	38.41	6.41	
대인관계	여자	228	18.92	4.68	1.26
	남자	160	18.32	4.58	
자율성	여자	228	23.46	4.30	-3.18**
	남자	160	24.93	4.67	
삶의 목적	여자	228	8.68	2.80	.29
	남자	160	8.59	3.05	
현실 부적응	여자	228	20.96	3.80	.79
	남자	160	20.65	3.93	
개인적 성장	여자	228	12.12	3.24	.09
	남자	160	12.09	3.34	

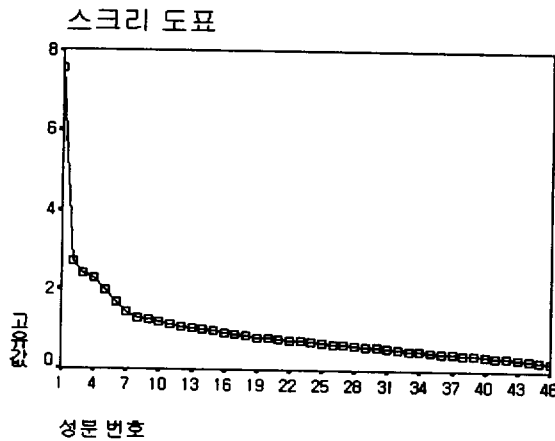
** $p < .01$

3. 확인적 요인분석

예비조사로부터 측정모델에 포함되는 문항으로 선정된 46문항들에(현실만족 요인 8개, 긍정적 대인관계 요인 7개, 자율성 8개, 환경통제력 8개, 삶의 목적 7개, 개인적 성장 8개 문항) 대하여 388명의 자료를 사용하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 측정변수들이 여섯 가지

요인들을 잘 나타내는지 알아보기 위하여 각 요인을 측정하는 문항들은 오직 해당 요인에만 부하되도록 하였으며, 주성분 분석(principal component analysis) 방법으로 요인분석을 실시하였다. 그리고 회전 방식은 사각(oblique)회전과 직교(varimax)회전을 시켜보았으나 회전 방법간 차이는 거의 없었으며, 본 연구에서는 직교회전을 실시하였다.

요인 분석 결과 14개 요인의 고유치가(7.54, 2.70, 2.40, 2.27, 1.98, 1.69, 1.44, 1.27, 1.25, 1.18, 1.14, 1.06, 1.04, 1.01) 1보다 커 요인을 추출하기 곤란하였다. 그런데 요인수를 결정하는 방법에는 고유치를 통한 방법과 scree plot을 통하여 결정하는 방식이 있다(이순묵, 1995; 이영준, 2002). 그래서 몇 가지의 요인으로 추출하는 것이 가장 타당할지를 알아보기 위하여 <그림 1>과 같이 scree plot 분석을 실시하였다.



<그림 1> 요인분석 Scree Plot 검정 결과

<그림 1>을 보면 요인 7에서 고유치가 일정하게 유지되는 것으로 보아 심리적 안녕감을 6개의 요인으로 추출하는 것이 좋을 것으로 생각되지만 이를 확인하기 위하여 6개 요인으로 구성된 측정모델 이외에 대안 모델로 7개 요인모델을 설정하였다. 각 측정 모델들에 대해 확인적 요인분석을 실시한 결과로부터 얻은 다섯 가지 부합도 지수들을 <표 6>에 제시하였다.

<표 6> 6개 요인 모델 및 7개 요인 모델의 전반적 부합도 지수

Model	χ^2	df	CFI	GFI	AGFI	RMSEA
6개 요인 모델(45문항)	22.256**	9	0.966	0.980	0.953	0.062
6개 요인 모델(46문항)	25.002**	9	0.961	0.978	0.949	0.068
7개 요인 모델	66.624***	14	0.904	0.955	0.911	0.099

** $p < .01$

본 요인구조 모형의 적합성에 대한 확인적 요인분석을 위해 일반적으로 쓰이는 χ^2 검증, 모형의 간명성은 고려하지 않지만 표본의 크기에 영향을 받지 않고 모형오류를 측정하는 CFI, 모형의 간명성을 고려하지 않고 표본의 크기의 영향을 받는 GFI, 모형의 간명성은 고려하지만 역시 표본의 크기의 영향을 받는 AGFI, 표본의 크기에 민감하지 않고 모형의 간명성을 선호하는 지수인 RMSEA를 사용했다. CFI, GFI, AGFI는 .90이상이면 모형의 적합도가 좋은 것으로 간주되고, RMSEA의 경우에는 .05미만이면 좋은 적합도(close fit), .08미만이면 괜찮은 적합도(mediocre fit), .10보다 크면 나쁜 적합도(unacceptable fit)로 간주된다(홍세희, 2000).

확인적 요인 분석결과 6개 요인과 7개 요인으로 구성된 측정모델의 적합도 CFI, GFI, AGFI는 모두 .90이상으로 좋은 부합도를 보이고 있다. 그러나 RMSEA값을 보면 6개 요인 모델의 경우 .08미만의 괜찮은 적합도를 보이고 있으나, 7개 요인 모델의 경우에는 적합도가 .099인 것으로 나타났다. 이러한 결과를 볼때 6개 요인 모델이 더 우세한 것으로 생각된다.

그런데 6요인 심리적 안녕감 모델의 요인 계수행렬을 살펴보면, 개인적 성장 7문항 중 1문항의 요인 계수가 .30미만을 보이고 있어 이 문항을 제거한 후 부합도지수를 계산한 결과 0.966(CFI), 0.980(GFI), 0.953(AGFI), 0.062(RMSEA)과 같이 좀더 양호한 부합도 지수를 얻을 수 있었다. 따라서 최종적으로 개인적 성장 문항 1개를 제외한 45개 문항을 바탕으로 심리적 안녕감을 분석하였다. 그리고 요인 수는 6개로 제한하여 요인분석을 실시하였다. 그 결과로 도출된 6개 요인 모델에 대한 요인 계수행렬은 <표 6>에 제시되어 있다. 요인 분석결과 요인 1은 변량의 16.68%를 설명하였으며, 요인 2는 6.00%, 요인 3은 5.29%, 요인 4는 5.03%, 요인 5는 4.35%, 요인 6은 3.73%의 변량을 설명하였다. 이들 6개 요인 모두는 전체 변량의 41.08%를 설명하였다.

<표 7> 확인적 요인분석 결과 : 측정모델의 요인 계수 행렬

	원 번호	문항 번호	문 항	요인 1	요인 2	요인 3	요인 4	요인 5	요인 6
현 실 만 족	PG4	31	그 동안 한 개인으로서 크게 발전해 왔다고 생각한다.	.63					
	PL6	32	내가 세운 계획을 어떻게 해서라도 실천하려고 노력한다.	.60					
	EM6	30	나는 시간을 잘 활용하여 해야 할 모든 일을 제 때에 잘 처리해 나갈 수 있다.	.58					
	SA5	24	과거에 실수를 저지르기도 했지만, 전체적으로는 모든 일이 매우 잘되었다고 생각한다.	.58					
	SA7	39	과거를 돌이켜 보면 좋았던 때도 있었고 힘들었던 때도 있었지만 대체로 만족한다.	.56					
	EM3	14	매일의 생활에서 내가 해야 할 책임들을 잘 해내고 있다.	.55					
	SA1	3	살아 온 내 인생을 돌이켜 볼 때 현재의 결과에 만족한다.	.55					
	PL5	28	미래의 계획을 짜고 그 계획을 실현시키려고 노력하는 것을 즐긴다.	.50					
	EM5	25	나는 일반적으로 나의 개인문제나 돈 문제를 잘 관리하고 있다.	.49					
	SA8	42	내 자신을 친구나 친지들과 비교할 때면 내 자신에 대해 흐뭇하게 느껴진다.	.49					
	SA2	8	나 자신에 대해 자부심과 자신감을 갖고 있다.	.40					
EM8	44	내 가정과 생활방식을 내 맘에 들도록 꾸려 올 수 있었다.	.35						
대 인 관 계	PR4	20	정말 필요할 때 내 말에 귀를 기울여 줄 사람은 많지 않다.		-.71				
	PR2	9	나의 고민을 털어놓을 만한 가까운 친구가 별로 없어 가끔 외로움을 느낀다.		-.70				
	PR7	46	다른 사람들과 다정하고 신뢰깊은 관계를 별로 경험하지 못했다.		-.58				
	PR1	4	남들과 친밀한 인간관계를 유지하는 것이 어렵고 힘들다.		-.56				
	PR6	38	내 친구들은 믿을 수 있고, 그들도 나를 믿을 수 있다고 생각한다.		.54				
	PR5	27	대부분의 사람들이 나보다 친구를 더 많이 갖고 있는 것 같다.		-.49				
	PR3	13	가족이나 친구들과 친밀한 대화를 나누는 것을 즐긴다.		.44				
	SA4	19	내 성격의 거의 모든 면을 좋아한다.		.39				

대학생들의 심리적 안녕감의 구조분석 및 주관적 안녕감과 의 관계분석

	원 번호	문항 번호	문 항	요인	요인	요인	요인	요인	요인
				1	2	3	4	5	6
자 율 성	AU3	15	나는 무슨 일을 결정하는데 있어 다른 사람들의 영향을 받지 않는 편이다.			.75			
	AU2	10	나는 무슨 일을 결정하는 데 있어 다른 사람들의 영향을 받지 않는 편이다.			.72			
	AU6	33	논쟁의 여지가 있는 문제들에 대해서 내 자신의 의견을 내세우지 못한다.			-.55			
	AU7	36	친구와 가족이 반대하는 경우에는 나의 결정을 쉽게 바꾸는 편이다.			-.54			
	AU1	5	대다수의 사람들과 의견이 다를 경우에도, 내 의견을 분명히 말하는 편이다.			.54			
	AU4	21	나는 강한 의견을 가진 사람으로부터 영향을 받는 편이다.			-.50			
	AU5	29	내 의견이 비록 다른 여러 사람들의 의견과 반대되는 경우에도, 나는 내 의견이 옳다고 확신한다.			.45			
	AU8	43	내 스스로 정한 기준에 의해 내 자신을 평가하지, 남들의 기준에 의해 평가하지 않는다.			.32			
삶 의 목 적	PL4	23	내 인생에서 무엇을 성취하려고 하는지 잘 모르겠다.				-.63		
	PL1	7	그저 하루하루를 살아가고 있을 뿐 장래에 대해서는 별로 생각 하지 않는다.				-.62		
	PL7	35	나는 인생목표를 가지고 살아간다.				.57		
	PL2	11	과거에는 나 자신이 혼자 목표를 세우곤 했으나 돌이켜보면 그것이 시간 낭비였던 것 같다.				-.49		
현 실 부 적 용	EM4	16	내가 해야 할 일들이 힘겹게 느껴질 때가 있다.					.64	
	EM2	6	매일매일 해야 하는 일들이 힘겹다.					.60	
	SA6	26	많은 면에서 내가 성취한 것에 대해 실망을 느낀다.					.51	
	EM7	40	생활을 만족스럽게 꾸려 나가는 것이 쉽지 않다.					.48	
	SA3	12	내가 아는 많은 사람들은 인생에서 나보다 더 많은 것을 성취하는 것 같다.					.46	
	PL3	18	가끔 매일 하는 일들이 사소하고 중요하지 않은 것처럼 느껴진다.					.45	
	PG3	22	지난 세월을 되돌아 보면, 내 자신이 크게 발전하지 못했다고 생각된다.					.42	
개 인 적 성 장	PG8	45	이제껏 살아 온 삶의 방식을 뒤늦게 바꿀 수는 없다고 생각한다.						-.63
	PG6	37	나에게 있어서 삶은 끊임없이 배우고, 변화하고, 성장하는 과정이었다.						.58
	PG7	41	내 인생을 크게 개선하거나 바꾸겠다는 생각은 오래 전에 버렸다.						-.57
	PG2	17	나 자신과 인생살이에 자극을 줄 만한 새로운 경험을 하는 것이 중요하다고 생각한다.						.53
	PG5	34	현재의 생활방식을 바꿔야 할 새로운 상황에 처하는 것을 싫어한다.						-.51
	PG1	2	현재의 내 활동반경(생활영역)을 넓힐 생각이 없다.						

SA(self acceptance) = 자아수용

EM(enviromental mastery) = 환경 지배력

PR(positive ralation) = 긍정적 대인관계

AU(autonomy) = 자율성

PL(purpose in life) = 삶의 목적

PG(personal growth) = 개인적 성장

각 요인을 구성하고 있는 문항들을 살펴보면 다음과 같다. 먼저 1요인은 총 12문항으로 구성되어 있는데, 이 요인을 구성하고 있는 문항들을 구체적으로 살펴보면 PG(개인적 성장) 1문항, PL(삶의 목적) 2문항, EM(환경 지배력) 4문항, SA(자아수용) 5문항으로 이루어져 있다. 그런데 이 문항들은 여러 가지 요인들에서 추출된 문항들이긴 하지만 대체로 현실에 얼마나 만족하고 있는지를 측정하는 문항들이므로 생각된다. 그래서 이 요인을 현실만족이라고 규정하였다.

2요인은 총 8문항으로 구성되어있는데 이들 문항은 PR(긍정적 대인관계)를 측정하는 문항 7개와 SA(자아수용)를 측정하는 문항 1개로 구성되어 있어서 이 요인을 긍정적 대인관계라고 규정하였다.

3요인은 AU(자율성)를 측정하는 문항 8개로 구성되어 있어서 이 요인을 자율성이라고 규정하였다.

4요인은 PL(삶의 목적)을 측정하는 문항 4개로 구성되어 있어서 이 요인을 삶의 목적이라고 규정하였다.

5요인은 총 7문항으로 구성되어 있는데, 이들 문항을 구체적으로 살펴보면 EM(환경 지배력) 3문항, SA(자아수용) 2문항, PL(삶의 목적) 1문항, PG(개인적 성장) 1문항으로 이루어져 있다. 그런데 이 문항들은 여러 가지 요인들에서 추출된 문항들이긴 하지만 대체로 현실에 얼마나 만족하고 있는지를 측정하는 문항들이므로 생각된다. 그래서 이 요인을 현실 만족이라고 규정하였다.

6요인은 PG(개인적 성장)를 측정하는 문항 6개로 구성되어 있어서 이 요인을 개인적 성장이라고 규정하였다.

4. 주관적 안녕감과 심리적 안녕감간의 관계

주관적 안녕감과 심리적 안녕감간의 관계를 알아보기 위하여 <표 8>과 같이 상관분석을 실시하였다.

<표 8> 주관적 안녕감과 심리적 안녕감간의 상관관계

	현실 만족	대인 관계	자율성	삶의 목적	현실 부적용	개인적 성장	긍정적 정서	부정적 정서	삶의 만족도
현실만족	—								
대인관계	.36***	—							
자율성	.34***	.32***	—						
삶의 목적	.46***	.28***	.26***	—					
현실 부적용	-.49***	-.26***	-.29***	-.42***	—				
개인적 성장	.18***	.24***	.25***	.22***	-.18***	—			
긍정적 정서	.42***	.42***	.14**	.20***	-.32***	.12	—		
부정적 정서	-.20***	-.21***	-.16**	-.03	.25***	-.01	-.12*	—	
삶의 만족도	.52***	.26***	.09	.17**	-.43***	.01	.46***	-.15**	—

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

긍정적 정서와 현실만족($r=.42, p < .001$), 대인관계($r=.42, p < .001$), 자율성($r=.14, p < .01$), 삶의 목적($r=.20, p < .001$)은 정적인 상관관계를 보였으나, 현실부적용($r=-.32, p < .001$)과는 부적 상관관계를 보였으며, 개인적 성장과는 유의미한 상관관계가 없는 것으로 나타났다.

부정적 정서와 현실부적용($r=.25, p < .001$)은 정적인 상관관계를 보였으나, 현실만족($r=-.20, p < .001$), 대인관계($r=-.21, p < .001$), 자율성($r=-.16, p < .01$)과는 부적 상관관계를 보였고, 삶의 목적 및 개인적 성장과는 유의미한 상관관계가 없는 것으로 나타났다.

그리고 삶의 만족도와 현실만족($r=.52, p < .001$), 대인관계($r=.26, p < .001$), 삶의 목적($r=.17, p < .01$)은 정적인 상관관계를 보였으나, 현실부적용($r=-.43, p < .001$)과는 부적 상관관계를 보였다. 그러나 자율성 및 개인성장과는 유의미한 상관관계가 없는 것으로 나타났다.

다음으로 주관적 안녕감과 심리적 안녕감간의 관계를 좀더 구체적으로 살펴보기 위하여 심리적 안녕감 6요인들을 예측변인으로 하고 주관적 안녕감 3요인을 준거변인으로 하여 단계적 회귀분석을 실시하였다. 먼저 <표 9>와 같이 주관적 안녕감의 하위요인 중에서 긍정적 정서와 심리적 안녕감간의 중다 회귀분석을 실시하였다.

<표 9> 긍정적 정서에 대한 단계적 회귀분석 결과

	유의한 예측변인	β	t	F	R^2
전체(N=388)	현실만족	.275	5.216***	36.129***	.274
	대인관계	.314	6.549***		
	현실 부적응	-.130	-2.563*		
	자율성	-.095	-1.977*		
남성(N=160)	현실만족	.344	4.061***	17.023***	.305
	대인관계	.298	4.190***		
	자율성	-.225	-2.895**		
	현실 부적응	-.188	-2.338*		
여성(N=228)	대인관계	.327	5.208***	39.113	.258
	현실만족	.277	4.407***		

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

<표 9>에서 보는 바와 같이 현실만족, 대인관계, 현실 부적응, 자율성이 긍정적 정서의 유의한 예측변인이었으며, 전체 분산의 27.4%를 설명하는 것으로 나타났다.

그리고 남성의 경우에는 전체와 같이 현실만족, 대인관계, 자율성, 현실 부적응이 유의미한 예측변인이었으며, 전체 분산의 30.5%를 설명하였다. 그러나 여성의 경우에는 대인관계와 현실만족만이 유의미한 예측변인이었으며, 전체 분산의 25.8%를 설명하는 것으로 나타났다.

다음으로 부정적 정서와 심리적 안녕감간의 관계를 알아보기 위하여 <표 10>와 같이 단계적 회귀분석을 실시하였다.

<표 10> 부정적 정서에 대한 단계적 회귀분석 결과

	유의한 예측변인	β	t	F	R^2
전체(N=388)	현실 부적응	.254	4.697***	13.794***	.097
	대인관계	-.182	-3.554***		
	삶의 목적	.129	2.379*		
남성(N=160)	현실 부적응	.367	4.173***	8.897***	.102
	삶의 목적	.233	2.652**		
여성(N=228)	대인관계	-.174	-2.521*	8.121***	.127
	현실 부적응	.191	2.892**		
	자율성	-.156	-2.289*		
	개인적 성장	.131	1.983*		

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

<표 10>를 보면 부정적 정서에서는 현실 부적응, 대인관계, 삶의 목적이 유의미한 예측변인이었으며, 전체 분산의 9.7%를 설명하는 것으로 나타났다. 남성의 경우에는 현실 부적응, 삶의 목적이 유의미한 예측변인이었으며, 전체 분산의 10.2%를 설명하였다. 그리고 여성의 경우에는 대인관계, 현실 부적응, 자율성, 개인적 성장이 유의미한 예측변인이었으며, 전체 분산의 12.7%를 설명하는 것으로 나타났다.

다음은 삶의 만족도와 심리적 안녕감간의 관계를 알아보기 위하여 <표 11>과 같이 단계적 회귀분석을 실시하였다.

<표 11> 삶의 만족도에 대한 단계적 회귀분석 결과

	유의한 예측변인	β	t	F	R^2
전체(N=388)	현실만족	.467	9.049***	36.063***	.362
	현실 부적응	-.289	-5.920***		
	삶의 목적	-.144	-2.968**		
	자율성	-.131	-2.857**		
	대인관계	.119	2.595*		
	개인적 성장	-.089	-2.047*		
남성(N=160)	현실만족	.525	6.735***	27.830***	.418
	현실 부적응	-.386	-4.956***		
	삶의 목적	-.236	-3.192**		
	자율성	-.174	-2.443*		
여성(N=228)	현실만족	.415	6.604***	47.384***	.296
	현실 부적응	-.211	-3.360**		

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

<표 11>을 보면 삶의 만족도에는 6개 하위요인 모두가 유의미한 예측변인이었으며, 전체 분산의 36.2%를 설명하였다. 남성의 경우에는 현실만족, 현실 부적응, 삶의 목적, 자율성이 유의미한 예측변인이었으며, 전체 분산의 41.8%를 설명하였다. 그리고 여자의 경우에는 현실만족, 현실 부적응이 유의미한 예측변인이었으며, 전체 분산의 29.6%를 설명하는 것으로 나타났다.

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 주관적 삶의 질을 측정하는 개념으로 제안된 심리적 안녕감의 구성개념을 검토하기 위해서 다음 3가지 점에 초점을 맞춰 연구를 진행하였다.

첫째, 대학생을 대상으로 하여 심리적 안녕감의 구성요소를 파악하고, 두 번째는 삶의 질의 구성요소를 밝히기 위한 보다 구체적인 작업으로 한 개인의 주관적 판단에 의한 안녕감(주관적 안녕감)과 심리학적 개념들에 비추어 판단된 안녕감(심리적 안녕감)은 어떠한 관계를 갖는지를 분석하고, 세 번째, 위의 구조가 우리나라 대학생들에게 어떻게 적용되며 성별과 연령에 따라 어떤 양상을 보이는지에 대해 파악하였다.

먼저 삶의 질의 주관적인 영역이 과연 어떠한 구성개념을 갖는지를 분석하기 위해 심리학 이론들에서 제기된 개념을 바탕으로 구성된 심리적 안녕감이 6개의 구성요소를 갖는가를 분석하였다. 확증적 요인분석을 통해 살펴본 결과 현실만족, 대인관계, 자율성, 삶의 목적, 현실 부적응, 개인적 성장이라는 6가지 요인을 포함하는 모델이 심리적 안녕감을 설명하는데 적합한 모델임을 알 수 있었다. 이러한 결과는 심리적 안녕감의 6개 차원(자아수용, 환경통제력, 긍정적 대인관계, 자율성, 삶의 목적, 개인적 성장)이 하나의 상위 요인으로 수렴됨을 보고한 국내외의 결과(Ryff & Keyes, 1995 ; 차경호, 1999 ; 김혜원, 김명소, 2000, 차경호, 2001)와는 부분적으로 일치하는 것이다. 6개의 요인 중에서 4개의 차원은 - 긍정적 대인관계, 자율성, 삶의 목적, 개인적 성장 - 한 두 문항을 제외하고는 거의 일치하였으나 나머지 2개의 차원은 - 자기수용, 환경통제력 - 서로 섞여서 새로운 차원을 형성하였는데 이들 문항은 개인이 현실에 얼마나 만족하는가와 현실에 적응하지 못하는가를 측정하는 문항들로 생각되어 이들을 각각 현실만족과 현실 부적응으로 명명하였다.

이것은 강정갑(2001)이 자료를 재분석한 결과 정-부 문항으로 요인이 추출되었다는 결과와 유사한 결과이다. 본 연구에서도 환경통제력과 자기수용이 하나의 차원에서 통합되어 강정갑(2001)의 연구처럼 긍정적인 문항과 부정적인 문항으로 요인이 갈라졌다. 이러한 결과는 주관적 안녕감의 하위척도들과 함께 요인분석한 결과에서 환경통제력과 자기수용의 두 척도가 동일한 요인의 구성변인인 것으로 분석되었다(Ryff, 1989 ; Keyes, 2001)는 연구결과와도 맥을 같이한다. 결국 환경통제력과 자기수용은 하나의 차원으로 생각되며, 이 요인들을 어떻게 나누어야 할지는 더 많은 연구가 이루어져야 할 것으로 생각된다.

두 번째로 삶의 질의 주관적 측면에 대한 양립적인 개념인 심리적 안녕감(PWB)과 주관적 안녕감(SWB)간의 관계를 살펴보았다.

먼저 두 개념간의 단순상관관계 분석과 회귀분석 결과는 주관적 안녕감의 3요인 모두에 대해 현실만족과 현실 부적응은 비교적 높은 상관관계를 보인 반면 자율성, 삶의 목적, 개인적 성장은 낮은 상관관계를 보였다. 이와 같은 결과는 현실만족과 현실 부적응이 주관적 안녕감과 가장 밀접한 요인인 반면 자율성과 개인적 성장요인이 낮은 상관을 보인다는 이전의 연구 결과들과 일치한다(Ryff, 1989 ; Ryff & Keyes, 1995; 김혜원, 김명소, 2000 ; 김명소 외, 2001 ; 양병한, 2003 ; 차경호, 1999, 2004). 이들 연구에서 주관적 안녕감과 관련이 높은 두 변인 자아수용과 환경통제력을 측정하는 문항들이 본 연구에서는 현실만족과 현실 부적응에 나누어 분포하고 있으므로 결론적으로는 서로 일치하는 결과라고 생각된다. 이러한 결과를 볼 때 자신을 어떻게 받아들이고 환경에 적응하는가가 주관적인 삶의 질을 결정하는 중요한 요소라고 추측된다.

한편 긍정적 정서와 부정적 정서 모두에 대해 서구의 결과에서는 두드러지지 않았던 긍정적 대인관계의 중요성이 나타난 점이 특이할만한 점이다. 이러한 결과는 여자의 경우 더욱 두드러지게 나타났다. 긍정적인 정서 및 부정적인 정서와 심리적 안녕감에서 남자의 경우에는 현실만족과 현실 부적응이 심리적 안녕감에 가장 영향을 많이 미치는 것으로 조사되었으나, 여자의 경우는 남자와 달리 대인관계가 가장 많은 영향을 미치는 것으로 조사되었다. 이러한 긍정적 대인관계의 중요성은 국내 대학생이나(차경호, 1999) 한국 성인 남녀를 대상으로 한 연구(김명소 외, 2001), 기혼여성을 대상으로 한 연구(김혜원, 김명소, 2000)에서도 나타난 바 있는 결과이다. 그리고 한국과 미국대학생의 주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 관계를 연구한 차경호(2004)의 연구결과에서도 긍정적 대인관계는 한국대학생집단에서만 유의미한 설명변인이었다고 보고하였다.

이것은 우리나라의 집단주의 문화 특성을 반영하는 것으로 추측된다(차경호, 1999, 2004). 49개국 대학생들의 삶의 만족도를 조사한 Diener & Diener(1995)의 연구에 의하면 국가의 문화적 특성 즉 개인주의적 성향이 강한 국가와 집단주의 성향이 강한 국가에서의 삶의 만족에 미치는 변인에 차이가 있음을 발견하였다. 또한 Markus와 Kitayama(1991)는 문화에 따라서 자기(self)에 대한 이해, 타인에 대한 이해, 그리고 이들 둘 사이의 관계성에 대한 이해에 많은 차이가 있으며 이러한 차이로 인하여 개개인은 매우 다른 인지적, 정서적 경험을 한다고 하였다. 집단주의 문화권인 동양 문화권에서는 타인에게 주의를 기울이며 개인들 간의 상호의존성이 중요하지만 개인주의 문화권인 서양 문화권에서는 자기 자신에게 주의를 기울이고 자신의 내적인 특성들을 표현함으로써 타인과의 독립성을 유지하는 것이 중요하다고 하였다. 그런데 우리나라 문화는 개인의 독립성과 자율성을 강조하는 개인주의 문화라기보다는 개인들간의 상호의존성과 집단의 규칙이나 규범을 강조하는 집단주의 문화이다

(Hofstede, 1991 ; Triandis, 1995). 그래서 긍정적 대인관계를 유지하는 사람이 우리나라의 문화적 요구에 적합하기 때문에 긍정적 정서를 더 자주 경험하는 것으로 생각된다.

마지막으로, 주관적 안녕감(SWB)과 심리적 안녕감(PWB)의 관계가 성별과 연령에 따라 어떤 양상을 보이는지에 대해 살펴보았다.

먼저 성별에 따른 심리적 안녕감의 차이를 보면 자율성에서 남녀간에 차이를 보였다. 이것은 초등학교 교사들의 심리적 안녕감에서 자율성에서만 남녀간에 차이를 나타내었다는 양병한(2003)의 연구와 일치하는 결과이다. 또한 한국성인 남녀를 대상으로 한 연구에서 자율성과 개인적 성장에서 유의미한 차이를 나타내었다는 김명소의(2001)의 연구와 대학생들을 대상으로한 연구에서 긍정적 대인관계와 자율성 차원에서만 차이가 유의미하게 나타났다는 차경호(1999)의 연구와 부분적으로 일치하는 결과이다.

주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 관계를 알아보기 위하여 남녀를 분리하여 회귀분석을 실시하였다. 그 결과 긍정적인 정서 및 부정적인 정서와 심리적 안녕감에서는 남녀간에 차이를 나타내었는데, 남자의 경우에는 현실만족과 현실 부적응이 심리적 안녕감에 가장 영향을 많이 미치는 것으로 조사되었으나 여자의 경우는 남자와 달리 대인관계가 가장 많은 영향을 미치는 것으로 조사되었다.

이러한 결과는 부모들이 자녀를 양육할 때 여자 아이에게는 대인관계의 발달을 더 강조하며, 개인주의나 자율성의 발달은 덜 강조하기 때문인 것으로 생각된다(Gilligan, 1993). 이러한 결과로 여성의 자율성이 상대적으로 더 억압되기 때문인 것으로 추측된다. 이것은 미국인을 대상으로한 Ryff(1989)의 결과에서 자율성에서 남녀의 차이가 없었다는 연구결과와는 상반된 것으로 미국사회가 우리 사회와는 달리 여성에게도 동등한 지위와 권한을 부여하는 사회인데 반하여 우리나라는 여전히 남성 주도적이며 가부장적 사회라는 것을 반영하는 결과로 생각된다(차경호, 1999).

그리고 우리나라는 집단주의 사회라고 볼 수 있는데(Hofstede, 1991 ; Triandis, 1995) 이로 인하여 대인관계가 주관적 안녕감에 많은 영향을 미친다. 그런데 대인관계 척도는 사람들과의 관계를 측정하는 문항들 즉 친구집단이나 가족집단, 사회집단에 어느 정도의 소속감을 느끼는가를 측정하는 문항들로 되어 있다. 대인관계를 잘 한다는 것은 어떤 집단에 잘 융화되고 소속감을 느낀다고 볼 수 있다. 반대로 대인관계를 잘 못한다는 것은 집단에 잘 어울리지 못한다고 볼 수 있다. 반면에 자율성은 대인관계와 상반되는 개념으로 생각된다. 즉 자율성이 높다는 것은 집단의 영향을 덜 받고 독립적인 것을 말한다.

따라서 본 연구 결과를 보면 남자의 경우 자율성이 여자보다 높으므로 어떤 집단에 대한 소속감이 긍정적 정서나 부정적인 정서를 유발하지는 않는 것으로 여겨진다. 그러나 여자의

경우에는 자율성이 낮으므로 어떤 집단에 대한 소속감 여부 즉 대인관계가 정서에 보다 많은 영향을 미치는 것으로 추측된다.

한편 남자의 경우 삶의 목적이 부정적인 정서에는 정적인 영향을 미치며, 삶의 만족도에는 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 반하여 여자의 경우에는 삶의 목적이 주관적 안녕감의 유의미한 예측변인이 아닌 것으로 나타났다. 이러한 결과는 우리나라 대학생의 경우 삶의 목적이 주관적 안녕감의 유의미한 예측변인이 아닌데 비하여 미국의 경우는 삶의 목적이 주관적 안녕감에 영향을 미친다는 차경호(2004)의 결과와 부분적으로 일치하는 결과이다. 이는 집단주의 문화에서는 개인들 간의 상호의존성을 강조하기 때문에 긍정적인 대인관계를 유지하는 것이 중요하고 반면에 개인주의 문화에서는 개인의 내적인 특성을 표현함으로써 타인과의 독립성을 유지하는 것이 강조되므로 자신의 내적인 특성의 하나로 삶의 목적을 찾는 것이 중요하기 때문이라고 생각된다(차경호 재인용, 2004).

개인적 성장의 경우에는 남녀 모두 주관적 안녕감에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 우리나라 대학생들을 대상으로한 차경호(1999)연구에서 남녀 모두 개인적 성장이 부적 정서의 유의미한 예측변인이었다는 연구와는 다른 결과이나 우리나라 대학생과 미국 대학생들을 대상으로한 차경호(2004)의 연구에서 우리나라 대학생과 미국 대학생 모두 개인적 성장이 주관적 안녕감의 유의미한 예측변인이 아니었다는 연구와는 일치하는 결과이며, 김명소 외(2001)의 연구에서 20대의 경우 자아수용, 환경통제력만이 주관적 안녕감의 유의미한 예측변인이었다는 연구와도 일치하는 결과이다.

이러한 연구결과들을 종합해 보면 우리나라 대학생들의 경우 자신의 삶의 목표 수립이나 개인적 성장에 대하여 고민하기보다 자신을 어떻게 수용하고, 현실을 어떻게 받아들이거나 통제하며, 대인관계를 어떻게 맺는가에 더 많은 관심을 보이기 때문에 이러한 결과가 나타난 것으로 생각된다. 따라서 대학생들의 심리적인 안녕감을 높이기 위해서는 개인적으로 성장할 수 있도록 프로그램을 만들거나 자신의 삶의 목적을 수립하도록 도울 것이 아니라 자신에게 주어진 환경을 잘 통제하면서 살아가는 방법은? 현실에 보다 잘 적용하기 위해서는 어떻게 할 것인가? 자신을 잘 이해하고 수용하기 위한 훈련, 대인관계 훈련과 같은 프로그램이 우리나라 대학생들에게 더 도움이 될 것으로 생각된다.

다음으로 주관적 안녕감과 심리적 안녕감간의 관계에 대한 연령별 양상을 살펴본 결과, 자율성과 현실 부적응에서 통계적으로 유의미한 차이를 나타내었다. 이를 사후분석 한 결과 자율성에서만 차이가 있는 것으로 나타났는데 24~26세 집단이 20세 이하 집단보다 자율성이 높은 것으로 나타났다. 이것은 김명소 외(2001), 강정갑(2001)의 연구와는 서로 다른 결과이나 양병한(2003)의 결과와는 같은 결과이다. 이러한 결과를 볼 때 대학생들의 경우 나이가

들어가면서 보다 자율적으로 행동하는 것으로 추측해볼 수 있을 것 같다. 그런데 본 연구에서 주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 관계가 연령에 따라 어떤 양상을 보이는지에 대해 살펴보는 데는 다소 무리가 있다. 그 이유로 첫째, 각 연령별 집단의 크기가 너무 차이가 나며 - 20세이하(152명), 21세~23세(149명), 24~26세(75명), 27~29세(11명), 30대(1명) - 둘째, 나이의 분포가 20대에 한정되어 있어 나이별 차이를 보기에 무리가 있다. 따라서 본 연구의 결과를 연령 차이에 따라 분석하는 것은 무리가 있다고 생각된다.

본 연구는 Ryff(1989)가 제안한 심리적 안녕감의 구성요소들이 우리나라 대학생들에게도 적합한 구조를 갖는지를 확인한 결과 우리나라 대학생들의 경우 구성요소들이 다를 수 있다는 사실을 확인하였다. 그리고 우리나라 대학생의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 요인들을 확인하고 이 요인들이 남녀별로 어떻게 다른지를 확인한데서 본 연구의 의의를 찾을 수 있다.

그러나 본 연구는 전국적 단위의 응답자를 대상으로 하고 있지는 않아 결과를 일반화하는데 제한점을 갖는다. 이러한 한계점을 극복하기 위해서 앞으로의 연구에서는 전국적 단위의 응답자를 대상으로 주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 연구가 이루어져야만 할 것이다. 또한 본 연구에서 심리적 안녕감의 구성요소들이 선행연구와 다르게 추출되었는데 이를 보완하기 위한 다양한 후속연구들이 이루어져야 할 것으로 생각된다.

참 고 문 헌

- 강정갑(2001). 경남지역 초등교사의 심리적 안녕감과 교사 위상변화에 대한 지각. 창원대학교 대학원. 석사학위 논문.
- 김명소·김혜원·차경호(2001). 심리적 안녕감의 구성개념 분석 : 한국 성인 남녀를 대상으로. *한국심리학회지 : 사회 및 성격*, 15(2). 19-40.
- 김명소·성은현·김혜원(1999). 한국 기혼여성(아줌마)들의 성격특성과 주관적 삶의 질. *한국심리학회지 : 여성*, 4(1). 41-55.
- 김혜원·김명소(2000). 우리나라 기혼여성들의 심리적 안녕감의 구조분석 및 주관적 안녕감과 관계분석. *한국심리학회지 : 여성*, 5(1). 27-41.
- 신남철(2002). 교사들의 심리적 안녕감, 직무만족, 직무몰입과 학교조직효과 성과의 관계 연구. 창원대학교. 박사학위논문.
- 양병환(2003). 초등 교사들의 심리적 안녕감 : 그 구조 및 주관적 안녕감과 관계. *교육학연구*, 41(4). 285-309.
- 엄은미(2001). 자기표현훈련 프로그램이 분노표현, 자기표현, 심리적 안녕감에 미치는 효과 : 초등학교 고학년 아동을 중심으로. 고려대학교 석사학위 논문.
- 이훈구(1997). *행복의 심리학 : 주관적 안녕*. 서울 : 법문사
- 조명한·차경호(1998). 삶의 질에 대한 국가간 비교. *아산재단 연구총서 제48집*. 서울 : 집문당.
- 차경호(1999). 대학생들의 주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 관계. *사회과학연구*, 18(Dec.). 575-595. 호서대학교 사회과학연구소.
- 차경호(2001). 심리적 안녕감의 구성개념분석 : 한국 성인 남녀를 대상으로. *한국심리학회지 : 사회 및 성격*, 15(2). 19-39.
- 차경호(2004). 한국과 미국대학생의 주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 관계. *청소년학연구*, 11(3). 321-337.
- 홍미선(1998). 자기주장훈련이 자기표현과 대인관계에서의 사회적지지 및 심리적 안녕에 미치는 효과. 경남대학교 석사학위 논문.
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social Indicators of Well-Being : America's Perception of Life Quality*. New York : Plenum.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chiago : Aldine.

- Cantril, H. (1965). *The pattern of human concerns*. New Brunswick, N. J. : Rutgers University Press.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L.(1976). *The Quality of American Life*. New York : Russell Sage Foundation.
- Christopher, J. C.(1999). Situation of psychological well-being : Exploring the cultural roots of its theory and research, *Journal of Counseling & Development*, 77, 141-152.
- Diener, E.(1994). Assessing subjective well-being : Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E.(1984). Subjective well-being, *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. & Diener, M.(1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
- Diener, E. & Emmons, R. A. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of personality and Social Psychology*. 47, 1105-1117.
- Diener, E., Emmons, R. S., Larsen, R. J., & Griffin, S.(1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E. & Larsen, R. J. (1993). The experience of emotional well-being. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions*. New York : Guilford Press.
- Diener, E., Suh,E., Lucas, R., & Smith, H.(1999). Subjective well-being : Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Diener. E. & Suh, S. M.(2000). *Culture and subjective well-being*, Cambridge, Massachusetts : MIT Press.
- Emmons, R.A., & Diener, E.(1985). Personality correlates of subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 11, 89-97.
- Hofstede, G.(1991). *Cultures and organizations : Software of the mind*(세계의 문화와 조직) 차재호,나은영 (공역, 1995), 서울 : 학지사.
- Gilligan, C.(1993). *In a different voice : Psychological theory and women's development*. Cambridge, MA : Harvard Univ. Pr.
- Kafka, G. J. & Kozma, A.(2002). The construct validity of Ryff's scales of psychological well-being(SPWB) and their relationship to measures of subjective well-being, *Social Indicators Research*, 57, 171-190.

- Kwan, V. S. Y., Bond, M. H. & Singelis, T.M.(1997). Pancultural explanations for life satisfaction : Adding relationship harmony to self-esteem, *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1038-1051.
- Markus, H. & Kitayama, S.(1991). Culture and self : Implications or cognition, emotion, and motivation, *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Michalos, A. C.(1991). *Global report on student well-being*. New York : Spring-Verlag.
- Oishi, S., Diener, E.F., Lucas, R.E., & Suh, E.M.(1999). Cross-cultural variations in predictors of life satisfaction : Perspectives from needs and values. *personality and Social Psychology Bulletin*, 25, pp. 980-990.
- Ryan, R. M. & Dicit, E. L.(2001). On happiness and human potentials : A review of research on hedonic and eudaimonic well-being, *Annual Review of Psychology*, 52, 141-66.
- Ryan, R. M. & Dicit, E.L.(2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being, *Americal Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryff, C. D.(1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M.(1995). The structure of psychological well-being revisited, *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Shin, D. C. & Johnson, D. M.(1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life, *Social Indicators Research*, 5, 475-492.
- Triandis, H. C.(1995). *Individualism and collectivism*. Boulder, CO : Westview Press.

<Abstract>

The Structure Analysis of the Psychological Well-Being and the Relation Analysis of the Subjective Well-Being of the University Students

Kim, Gyoung-soon

This study is intended to examine the notion of constituents of the psychological well-being which is suggested to measure the subjective quality of life. The survey for 400 students in Cheju National University has found that six factors - satisfaction, personal relationship, autonomy, purpose in life, maladjustment, and personal growth - are suitable for explaining the psychological well-being.

Moreover, all of the three factors of the subjective well-being are most highly related with the satisfaction and maladjustment but the autonomy, purpose in life, and personal growth are least related.

There is some difference in the autonomy for the psychological well-being between men and women. To men, satisfaction and maladjustment affect the psychological well-being most, but women are most affected by personal relationship in the psychological well-being. In the aspect of age, the statistics shows that there is meaningful difference in the autonomy and maladjustment for reality.

This study has found that the constituents of the psychological well-being suggested by Ryff(1989) can not be fit to the Korean students.