



# 한국 대학생의 행복감 구조모형 구축

이 하 나

동양대학교 간호학과 조교수

## A Structural Equation Model of Happiness in Korean College Students

Lee, Hana

Assistant Professor, Department of Nursing, Dongyang University, Yeongju, Korea

**Purpose:** The aim of this study was to develop a structural model based on Bronfenbrenner's ecology of human development theory, that illustrates relationships of happiness and associated factors among Korean college students. **Methods:** Study participants were 357 college students recruited from five universities throughout the convenience sampling. Self-reported data were collected from November, 2018 to January, 2019. The data were analyzed using descriptive statistics, Pearson's correlation coefficients, and a structural equation modeling in order to identify factors associated with college students' happiness. **Results:** The tested model demonstrated the acceptable model fit compared to the hypothesized model, that explained college students' happiness with 68.7% accuracy. Positive family function, high self esteem and ego-resilience were significant factors associated with happiness for college students. However, positive friend support was not significant in our model. **Conclusion:** Our study findings suggest that both family and individual interventions are required to reduce negative emotions and increase happiness of college students. In particular, multicomponent interventions should include the concepts of self esteem, ego-resilience, and family function in terms of assessment and intervention contents tailored to Korean college students.

**Key Words:** Happiness; Models, Structural; Ecosystem; Students; Self concept

### 서 론

#### 1. 연구의 필요성

행복은 일상생활에서의 경험과 주관적인 경험을 반영하기 때문에 주관적 안녕감(subjective well-being)이자, 삶을 자신의 기준에 의거하여 총체적으로 평가하여 느끼는 자기 만족감이다[1,2]. 또한 인류가 궁극적으로 추구해온 삶의 최종 목표이자 인간의 가장 기본적인 권리이며, 개인이 자신의 삶에서 가장

중요하게 추구하는 것이다[1]. 한국보건사회연구원의 '행복도 추이와 설명요인: 유엔 세계행복보고서를 중심으로'에 따르면, 우리나라 1인당 국내 총 생산이나 건강기대수명 등 행복도를 나타내는 객관적 행복감은 세계 평균보다 높지만 국민이 스스로 평가하는 주관적 행복감은 평균 이하를 기록한 것으로 나타났다[3]. 이는 빠른 시일 내에 경제적 성장을 이뤄내어 물질적 풍요 속에 살고 있으면서도, 역설적으로 물질에 대한 집착은 오히려 높아지고 다른 사람과의 비교를 통한 개인의 만족감은 낮아지게 된 결과로 보여진다. 또한 정보의 홍수 속에서 사람들

**주요어:** 행복, 구조모형, 생태학적 체계, 학생, 자아개념

**Corresponding author: Lee, Hana** <https://orcid.org/0000-0001-6660-8113>

Department of Nursing, Dongyang University, 145 Dongyangdae-ro, Punggi-eup, Yeongju 36040, Korea.  
Tel: +82-54-630-1209, Fax: +82-54-630-1371, E-mail: lhn0407@dyu.ac.kr

- This research was supported by Basic Science Research Program through the National Research Foundation of Korea (NRF) funded by the Ministry of Science, ICT & Future Planning(or Ministry of Education) (NRF-2017R1C1B5076573).

Received: May 27, 2019 | Revised: Jun 11, 2019 | Accepted: Jun 17, 2019

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

간의 관계는 점점 메말라가고 삭막해지고 있으며 이로 인하여 도덕성의 결핍, 정신건강의 황폐화 등 여러 가지 정신적 문제들이 생겨나 삶의 만족도가 낮아지며 행복감을 낮게 평가하는 것과도 관련된다[4,5]. 특히, 우리나라 대학생의 주관적 행복지수는 10점 만점에 6.84점으로 다른 생애주기에 비해 낮은 것으로 보고되었는데, 이는 대학 진학을 위하여 교사나 부모에 의한 지나친 통제 속에서 청소년기를 보냈고, 대부분의 시간을 과도한 학업성취로 소비하였으며, 대학교에 진학해서도 자기탐색, 가치의 수용 등 새로운 과제에 직면하고, 점차 심화되고 있는 우리나라 고용전쟁에 맞서 있는 현실을 반영하는 것과 관련된다[6,7]. 이러한 결과는 우리나라 대학생의 낮은 주관적 행복지수에 보다 적극적인 관심을 가져야 할 때라는 것을 의미하며, 대학생의 행복감을 증진시키기 위한 구체적 중재가 마련되어야 할 것으로 생각된다.

Bronfenbrenne의 생태학적 모형[8]은 인간에 영향을 미치는 생태학적 환경의 동지 구조를 제시하였는데, 인간과 환경 간의 상호작용이 일어나는 교류과정에 초점을 맞추어 인간이라는 유기체와 환경을 하나의 생태계로 간주하였다. 또한 개인이 처한 환경적 요소를 고려하는 관점으로 인간에게 영향을 미치는 다양한 차원의 환경적 영향을 포괄적으로 고려하기 위한 접근을 가능하게 해주었고, 이러한 접근은 필연적으로 환경적 존재일 수밖에 없는 인간의 감정 및 행위에 대한 합리적 설명을 위해 요구되고 있다[8]. 구체적으로 생태학적 모형은 인간의 감정 및 행위에 영향을 미치는 다양한 차원을 생태학적 환경으로 보고 있으며, 개인적 차원(자아존중감, 자기효능감), 대인관계 및 조직적 차원(사회적 지지, 가족) 등의 수준으로 구분하고 있다[8,9]. 이는 생태학적 모형[8]에 근거하여 필연적으로 환경적 존재일 수밖에 없는 대학생을 대상으로 하여, 그들의 감정 중 하나인 행복감을 설명하는 변수를 찾고 설정하는 데 적합한

접근으로 여겨진다. 따라서 개인이 지니고 있는 심리적 특성인 개인 수준과 개인에게 주어진 환경적 특성인 대인관계 및 조직 수준의 차원을 고려하여 대학생의 행복감에 영향을 미치는 요소들을 생태학적 구조모형과 연관시켜 구축해 볼 수 있다.

대학생의 행복감에 영향을 미치는 요인들은 많은 연구들에서 밝혀졌다. 대학생의 행복감의 영향요인으로 개인의 심리·성격적 요인이 더욱 중요한 영향을 미친다고 밝혀냈으며[7] 그 중 자아존중감, 자아탄력성, 셀프리더십, 인성능력 등이 행복감에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났고[4,5], 이외에도 건강한 가족기능, 높은 사회적 지지, 긍정적 대인관계 일수록 행복감을 느끼는 것으로 나타났다[4,5,10]. 이를 토대로 본 연구는 대학생의 행복감의 영향요인들을 생태학적 모형[8]에 따라 개인수준의 차원은 자아존중감, 자아탄력성을, 대인관계 및 조직수준의 차원은 가족기능, 친구 지지를 변수로 하여 개념적 기틀을 제시하였다(Figure 1).

행복감에 영향을 주는 다양한 선행연구에도 불구하고 행복감과 관련된 연구들은 행복감의 영향요인들의 상관관계나 회귀분석 결과를 나타내고 있다. 따라서 대학생들을 대상으로 하여 그들의 행복감에 미치는 영향요인들을 생태학적 모형[8]에 따라 대학생의 행복감에 영향을 주는 각 요인들 간의 구조관계를 분석하여 직접 혹은 간접적으로 영향을 미치는 정도를 밝히는 것은 매우 의미 있는 일이며 대학생의 행복감을 증진시키기 위한 간호중재 방안과 프로그램 개발의 기초자료로 활용될 수 있을 것이다. 궁극적으로는 대학생의 신체·정신·사회적 건강 증진을 위한 정책 수립에 필요한 기초자료로 활용될 수 있을 것이다. 이에 본 연구는 대학생의 행복감 구조모형을 체계적으로 구축하여 대학생의 부정적 정서를 감소시키고 긍정적 정서인 행복감을 증진시키는 데 필요한 효과적인 간호전략의 근거를 제공하고자 한다.

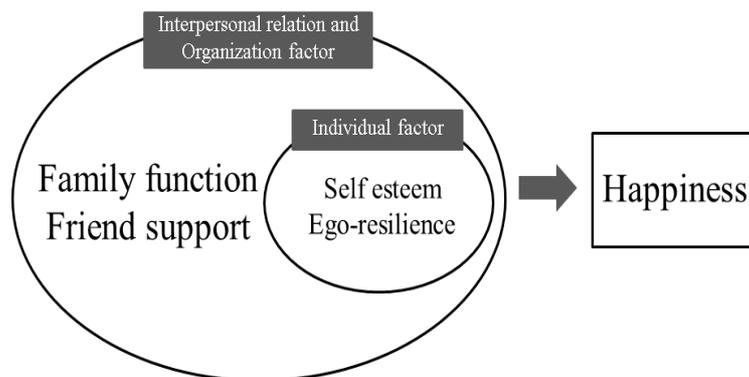


Figure 1. Theoretical framework of this study based on ecological model.

## 2. 연구목적

본 연구는 생태학적 모형[8]과 선행연구에 의해 확인된 결과들을 토대로 대학생의 행복감의 관련요인들을 포함한 구조모형을 구축하고 실제 자료를 통하여 모형의 적합도를 검증하여 구조모형을 제시하는 것을 목적으로 한다. 이를 위한 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대학생의 행복감의 가설적 모형을 구축한다.
- 가설적 모형과 실제 자료 간의 적합성을 검증한다.
- 대학생의 행복감에 영향을 주는 변수들의 상대적 중요성을 확인한다.

## 연구방법

### 1. 연구설계

대학생의 행복감에 영향을 미치는 요인들을 종합하여 가설적 모형을 구축하고 모형의 적합도를 판단하여 변수 간의 관계를 검증하는 횡단적 조사연구이다.

### 2. 연구대상

본 연구대상자는 4개 도시에 소재해 있는 5개 대학에 재학 중이며 연구참여에 자발적으로 동의한 대학생을 대상으로 편의표집하였다. 대상자의 구체적인 선정기준은 (1) 현재 대학교에 재학 중인 자와 (2) 본 연구참여에 자발적으로 동의한 자였다. 대상자의 모집시 학년과 성별에 대한 별도의 고려는 시행하지 않았다. 구조방정식 분석을 위한 최소 표본의 이상적인 권장 크기는 200 이상이다. 표본 크기가 커지면(400~500 사이) 민감성이 증가하여 아주 미세한 차이에도 적합도가 권장 수준을 벗어나므로 구조모형 분석을 위하여 일반적으로 200~400 정도의 표본이 바람직하다[11]. 따라서 본 연구에서는 관측변수에 대한 최소 권장 수준을 만족하면서 이상적인 표본크기와 탈락률 10%를 고려하여 300부를 목표로 366부를 배부하고, 설문 응답이 불충분하거나 누락된 부를 제외한 총 357명의 설문 자료를 최종 분석에 활용하였다.

### 3. 연구도구

본 연구는 자가 보고형의 구조화된 설문지를 사용하였다. 대학생의 일반적 특성으로 성별, 나이, 경제수준, 종교, 전공, 성

격성향을 물어보는 문항과 행복감, 가족기능, 친구 지지, 자아존중감, 자아탄력성 설문지로 구성하였다. 모든 도구는 저자에게 사용 승인을 획득한 후 자료수집을 시행하였다.

#### 1) 행복감

Argyle 등[12]이 제작한 옥스퍼드 행복 질문지를 Hills와 Argyle [13]이 보완하고 Bae [14]가 번역하여 수정·보완한 척도를 사용하였다. 이 도구는 총 29문항으로 구성되어 있으며, '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 6점의 Likert-type 척도로 점수가 높을수록 행복감 정도가 높다는 것을 의미한다. 개발 당시 도구의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95였고, Hills와 Argyle [13]의 연구에서는 .93, 본 연구에서는 .96으로 나타났다.

#### 2) 가족기능

Olson 등[15]이 개발한 가족 결속력 및 적응력의 평가 척도(Family Adaptability Cohesion Evaluation Scale, FACES-III)를 Kim 등[16]이 수정·보완한 척도를 사용하였다. 가족기능 척도는 총 20문항으로 하위 영역은 가족 결속력, 가족 적응력의 2개 영역으로 구성되어 있으며, 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '자주 그렇다' 5점의 Likert-type 척도로 점수가 높을수록 가족기능의 정도가 높음을 의미한다. 개발 당시 도구의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .78이었으며, 본 연구에서는 .93으로 나타났다.

#### 3) 친구 지지

Dubow와 Ullman [17]이 개발한 사회적 지지 중 친구 지지 평가척도(Social Support Appraisal Scale, SSAS)를 Han [18]이 수정·보완한 척도를 사용하였다. 친구 지지 척도는 총 8문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '정말 그렇다'로 5점 Likert-type 척도로 점수가 높을수록 친구 지지 정도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .93으로 나타났다.

#### 4) 자아존중감

Rosenberg [19]가 개발하였으며, 이후 Morris Rosenberg Foundation에서 학술연구 및 교육용으로 사용을 허가한 Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) 척도를 사용하였다. 자아존중감 척도는 총 10문항으로 하위 영역은 긍정적 문항, 부정적 문항 2개 영역으로 구성되어 있으며, 각 문항은 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점의 Likert-type 척도로 점수가 높을수록 자아존중감의 정도가 높음을 의미한다. 도구 개발

당시 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$  는 .92, 본 연구에서는 .94로 나타났다.

### 5) 자아탄력성

Block과 Kremen [20]이 개발한 자아탄력성 척도(Ego-Resiliency Scale, ER)를 Yoo와 Shim [21]이 수정·보완한 척도를 사용하였다. 총 14문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 '전혀 그렇지 않다'에 1점에서 '매우 그렇다'로 4점 Likert-type 척도로 점수가 높을수록 자아탄력성의 정도가 높음을 의미한다. Block과 Kremen [20]의 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$  는 .76, 본 연구에서는 .86으로 나타났다.

## 4. 자료수집

본 연구는 자료수집 전 연구자가 소속된 연구대상자보호심의위원회(IRB2-1041024-AB-N-01-20150317-HR-182)의 승인을 받았다. 자료수집기간은 2018년 11월부터 2019년 1월까지였다. 본 연구자는 5개 대학을 방문하여 담당 교수에게 자료수집에 대한 설명 후 협조 허락을 구하였다. 연구자는 연구대상자 대학생 1, 2, 3, 4학년 중 허락이 있었던 수업의 쉬는 시간에 연구자의 소개 및 오리엔테이션 과정을 거친 뒤 설문조사를 진행하거나, 보조 조사자에게 본 연구의 목적과 방법을 설명한 후 보조 조사자가 대상자들에게 연구의 목적과 방법 등의 오리엔테이션 과정을 거친 뒤 설문조사를 진행하도록 하였다. 오리엔테이션 동안 대상자에게 연구목적, 연구진행 절차, 사생활보호, 자료보호에 대해 설명하였으며, 수집된 자료는 익명으로 처리되고 본 연구를 위해서만 사용되며, 철저하게 비밀이 보장되는 점을 설명하였다. 또한 본 연구와 관련하여 대상자들은 연구에 참여하지 않는 것에 관하여 아무런 장애가 없으며, 연구수행 도중 철회를 원할 경우에는 언제든지 가능하며, 철회 시 전혀 불이익이 없음을 설명하였다. 철회를 하는 즉시 그때까지 받은 대상자들의 정보들은 바로 폐기할 것임을 설명하였으며, 오리엔테이션 동안 설명한 내용을 포함한 오프라인 서면 및 Google 설문지를 통한 동의서를 받았다. 설문응답에 대한 응답률과 회수율을 높이기 위하여 설문이 완료된 대상자에게는 감사의 의미로 3,000원 상당의 커피 쿠폰을 제공하였다. 자료수집 시 본 연구에 대해 질문이 있거나 설문 도중 또는 이후라도 문제가 발생 시 즉시 연구자에게 연락이 가능하도록 연락처를 공지하였다.

## 5. 자료분석

본 연구의 자료분석은 SPSS/WIN와 Amos 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 구체적인 자료분석방법은 다음과 같다.

- 대상자의 인구학적 특성과 연구변수의 특성을 파악하기 위해 기술통계 분석을 실시하였다.
- 표본의 정규성은 왜도, 첨도로 다변량 정규성을 검증하였으며, 변인들 간의 상관관계를 파악하기 위해 피어슨 상관계수(Pearson's correlation coefficient)를 활용하여 분석하였다.
- 가설적 모형의 적합도 검증 및 가설 검증은 점근적 분포무관 추정법(asymptotically distribution-free estimates) 일명 가중최소자승법(weighted least square)을 사용하였으며 모형 적합도 평가는  $\chi^2$  통계량, 기초적합지수(Goodness of Fit Index, GFI), 조정적합지수(Adjusted Goodness of Fit Index, AGFI), 비교적합지수(Comparative Fit Index, CFI), 잔차평균자승이중근(Root Mean square Residual, RMR), 근사오차평균자승의 이중근(Root Mean Squared Error of Approximation, RMSEA)을 이용하였다.

## 연구 결과

### 1. 일반적 특성

본 연구는 전체 대상자 357명 중 남성은 224명(62.7%), 여성은 133명(37.3%)이었다. 나이는 만 19세 이하가 156명(43.7%), 경제 수준은 보통이라고 대답한 대상자가 189명(52.9%)으로 가장 많았다. 종교는 무교의 비율이 227명(63.6%)으로 가장 높았으며, 전공은 이공계열이 189명(52.9%), 성격성향은 양향성이라고 대답한 대상자가 173명(48.5%)으로 가장 많게 나타났다(Table 1).

### 2. 주요 변인의 서술적 통계, 상관관계 및 다중공선성 분석

주요 변수들의 평균은 가족기능 74.18±12.81점, 친구 지지 33.30±5.23점, 자아탄력성 42.38±6.29점, 자아존중감 38.50±7.30점, 행복감 125.49±21.35점으로 나타났다. 서술적 통계에서 정규분포는 개별 변수의 왜도와 첨도 검정을 통하여 확인하였는데, 왜도의 절대값과 첨도의 절대값이 1.96 범위 내에 분포하고 있어 정규분포의 가정에서 크게 벗어나지 않는 것으로 나타났다. 또한 본 연구에 사용된 잠재변인들 간의 상관관계

를 살펴보면, 잠재변인 간 상관관계수가 .47~.57 범위로 나타나, 상관관계수의 절대값이 모두 .80 이하였다. 측정변수 간의 다중공선성 확인을 위해 공차한계와 분산팽창지수를 산출한 결과, 공차한계가 0.1 이하인 변수가 없었고(0.53~0.66), variance inflation factor가 10을 넘는 변수가 없어(1.506~1.879) 다중공선성의 문제는 없는 것으로 확인되었다.

**Table 1.** General Characteristics of Study Participants (N=357)

Variables	Category	n (%)
Sex	Male	224 (62.7)
	Female	133 (37.3)
Age (year)	≤ 19	156 (43.7)
	20~21	112 (31.4)
	22~23	54 (15.1)
	≥ 24	35 (9.8)
Economic status	Very rich	15 (4.2)
	Rich	85 (23.8)
	Medium	189 (52.9)
	Poor	47 (13.2)
	Very poor	21 (5.9)
Religion	None	227 (63.6)
	Christianity	66 (18.5)
	Catholicism	22 (6.2)
	Buddhism	29 (8.1)
	Others	13 (3.6)
Major	Science and engineering	189 (52.9)
	Health and medical sciences	43 (12.0)
	Humanities and social sciences	92 (25.8)
	Others	33 (9.3)
Personality character	Extrovert	124 (34.7)
	Ambivert	173 (48.5)
	Introvert	60 (16.8)

### 3. 가설 모형의 검증

#### 1) 가설 모형의 적합도 검증

가설 모형의 적합도 분석 결과,  $\chi^2$ 검정에서  $\chi^2$ 는 323.34 ( $p < .001$ )로  $p$ 값이 .05보다 작아 귀무가설이 기각되었다. 그러나 카이제곱 검정에서 기각되었다는 것은 모형을 채택할 충분조건이지 필요조건이 아니기에 다른 적합도 지수를 참조하여 판단하였다. 본 연구에서는 기초적합지수(GFI) .92, 조정적합지수(AGFI) .90, 비교적합지수(CFI) .97로 나타났다. 또한 잔차평균자승이중근(RMR)은 .03, 근사오차평균자승의 이중근(RMSEA)은 .04로 나타나 최적모델기준에 양호하게 부합되는 것을 알 수 있었다(Table 2).

본 연구의 구조방정식 모형에서 잠재변수 간에는 총 8개의 경로가 설정되었다. 가설모형에서 통계적으로 유의하게 나타난 경로를 살펴보면, 가족기능( $\beta = .26, p < .001$ ), 친구 지지( $\beta = .20, p = .007$ )에서 자아탄력성으로 가는 경로가 유의하였으며 이들 변수에 의한 설명력은 16.5%였다. 대학생의 자아존중감은 가족기능( $\beta = .30, p < .001$ ), 친구 지지( $\beta = .44, p < .001$ )에서의 경로가 유의하게 나타났으며 이들 변수에 의한 설명력은 43.9%였다. 대학생의 행복감은 가족기능( $\beta = .15, p = .003$ ), 자아탄력성( $\beta = .10, p = .022$ ), 자아존중감( $\beta = .68, p < .001$ )에서의 경로가 유의하게 나타났으며 이들 변수에 의한 설명력은 68.7%였으나 친구 지지에서의 경로는 유의하지 않았다. 이상의 외생변수에서 내생변수로의 경로를 바탕으로 한 가설모형의 최종 경로는 Figure 2와 같다.

#### 2) 가설모형의 직간접 효과분석

**Table 2.** Parameter Estimates Results of Modified Model

(N=357)

Endogenous variables	Exogenous variables	Standardized regression weights ( $\beta$ )	CR	p	SMC
Ego-resilience	Family function	.26	3.47	< .001	.16
	Friend support	.20	2.70	.007	
Self esteem	Family function	.30	4.92	< .001	.43
	Friend support	.44	7.13	< .001	
Happiness	Family function	.15	2.95	.003	.68
	Friend support	.01	0.33	.740	
	Ego-resilience	.10	2.28	.022	
	Self esteem	.68	9.04	< .001	
Fit indices for hypothetical model	$\chi^2=323.34, df=180, p < .001, GFI=.92, AGFI=.90, CFI=.97, IFI=.97, RMR=.03, RMSEA=.04$				

CR=critical ratio; SMC=squared multiple correlations; GFI=goodness of fit index; AGFI=adjusted good of fit index; CFI=comparative fit index; IFI=incremental fit index; RMR=root mean square residual; RMSEA=root mean square error of approximation.

논 의

본 연구에서 연구모형의 구조적 관계를 자세히 파악하고 유의성을 검증하기 위한 목적으로 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 사용하여 효과분석을 하였다(Table 3). 대학생의 행복감에 가장 크게 직접적인 영향을 미친 변수는 자아존중감( $\beta = .68, p = .002$ )이었으며, 그 다음은 가족기능( $\beta = .15, p = .002$ )이었다. 반면, 친구 지지는 대학생의 행복감에 통계적으로 유의한 직접적인 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 자아탄력성과 자아존중감에 영향을 미치는 변수는 가족기능( $\beta = .26, p = .001$ ;  $\beta = .30, p = .001$ ), 친구 지지( $\beta = .20, p = .023$ ;  $\beta = .44, p = .003$ ) 모두 유의하게 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 간접적 영향을 살펴보면, 대학생의 행복감에 가족기능( $\beta = .23, p = .002$ ), 친구 지지( $\beta = .32, p = .002$ ) 모두 통계적으로 유의하게 영향을 미치는 것으로 나타났다.

본 연구는 대학생의 행복감 영향요인에 관한 구조모형을 구축하기 위해 생태학적 모형[8]과 선행연구에 의해 확인된 결과들을 토대로 대학생의 행복감 관련요인들의 이론적 모형을 구축하고자 수행되었다. 본 연구결과 대학생의 행복감 구조모형의 설명력은 68.7%인 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 대학생의 행복감 예측모형이 많이 이루어지지 않아 직접 결과를 비교하기는 어려우나, 청소년을 대상으로 행복감에 영향을 미치는 모형 구축 연구에서 모형 설명력이 73.0%를 나타낸 결과와 유사한 것으로 판단하였다[22].

본 연구에서 대학생의 행복감에 영향을 미치는 요인들을 생태학적 모형에 근거하여 개인적 수준, 환경적 수준의 차원으로 구분하여 모형을 구축한 것과 비슷하게, 청소년의 행복감에 영

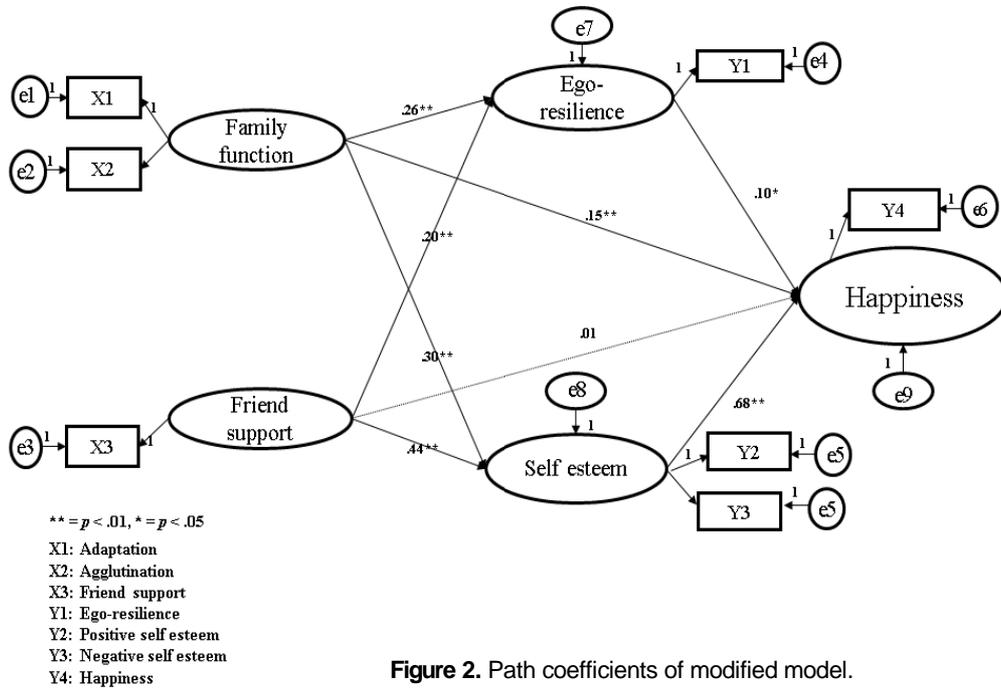


Figure 2. Path coefficients of modified model.

Table 3. Direct and Indirect Effects of Variables Happiness for Korean University Students (N=357)

Endogenous variables	Exogenous variables	Direct effect (p)	Indirect effect (p)	Total effect (p)
Ego-resilience	Family function	.26 (.001)	-	.20 (.001)
	Friend support	.20 (.023)	-	.26 (.023)
Self esteem	Family function	.30 (.001)	-	.30 (.001)
	Friend support	.44 (.003)	-	.44 (.003)
Happiness	Family function	.15 (.002)	.23 (.002)	.39 (.003)
	Friend support	.01 (.718)	.32 (.002)	.34 (.003)
	Ego-resilience	.10 (.026)	-	.10 (.026)
	Self esteem	.68 (.002)	-	.68 (.002)

향을 미치는 요인의 구조모형 연구[22]에서도 행복감에 영향을 미치는 요인들을 개인특성 변수와 환경특성 변수를 가지고 모형을 구축하였기에 나타난 결과로 생각된다. 그러나 중년 여성의 행복감 구조모형에서의 모형 설명력이 82.0%를 나타낸 결과[23]와는 차이가 있었는데, 이는 본 연구 모형이 생태학적 모형을 바탕으로 정립하였으나, 생태학적 모형과 선행연구에 근거한 측정변수 설정 시, 자아존중감, 자아탄력성, 가족기능, 친구 지지를 사용하였고 Kim [23]의 연구는 건강상태, 경제적 스트레스, 사회적 지지, 자아존중감, 낙관성의 다양한 변수를 사용하였기에 측정변수 수의 차이로 나타난 결과로 판단된다. 이에 추후 연구에는 생태학적 모형[8]에 근거하여 대학생의 행복감을 설명하는 다양한 측정변수들을 고려한 모형 구축 연구를 제안해본다.

본 연구에서 자아존중감은 대학생의 행복감에 직·간접 및 총 효과가 있으며, 대학생의 행복감에 가장 크게 영향을 미치는 변수로 나타났다. 이러한 결과는 다양한 선행연구들에서 자아존중감과 행복감 간에 정적인 상관관계가 있음을 밝힌 연구결과들과 맥락을 같이 한다[5,19,24]. 간호대학생을 대상으로 한 연구에서도 자아존중감이 행복감의 직접적인 정적 영향을 미치는 것으로 나타난 결과와[24] 자아존중감이 행복해지는 데 중요한 요인이며 소득 수준이 낮든, 높든지 간에 행복감을 높이는 데 유의미함을 보여준다고 했던 연구들이 본 연구결과를 지지한다[5,25]. 자아존중감이 낮은 사람은 불안이 강하며, 자아존중감이 높은 사람은 정서적으로 안정되어 불안, 강박 등과 같은 심리 정서적 문제를 줄이거나 예방할 수 있으며, 이는 결과적으로 행복에 긍정적인 영향으로 작용한다[24]. 따라서 대학생의 행복감을 높이기 위한 전략으로 대학생의 자아존중감을 구체적으로 평가하고, 자아존중감을 향상시켜야 할 것이다. 구체적 중재방법으로 자아존중감 향상을 위하여 긍정적 자아탐색, 미래에 대한 낙관적 인식 등을 높일 수 있는 개인상담 및 중재 프로그램이 활성화되어야 할 것이며 더불어, 대학생들에게 성공적인 경험을 많이 할 수 있는 활동이 이루어져 자아존중감을 높일 수 있도록 해야 할 것이다.

본 연구에서 자아탄력성은 대학생의 행복감에 직·간접 및 총 효과가 모두 있는 것으로 나타났다. 이는 대학생의 자아탄력성, 행복감과 스트레스 지각 및 대처와의 관계 연구[26]에서 자아탄력성이 행복감에 긍정적 영향을 미친다는 결과와 일치한다. 또한 간호대학생을 대상으로 한 행복지수 영향요인 연구[10]에서도 자아탄력성이 대학생의 행복지수에 정적 상관관계를 미친다고 나타난 결과와도 일치한다.

최근 미국에서 시작된 긍정심리학(positive psychology)에

서는 자아탄력성과 같은 개인의 주관적 요인이 긍정적 생각을 일으키는 데 영향을 미치는 주요 요소라 하였다[27]. 이는 자아탄력성이 높은 사람들은 불안이나 우울과 같은 부정적인 정서를 낮게 지각하며 갈등 상황에서도 경미한 수준의 스트레스를 경험한다는 것과 연결된다. 또한 자아가 탄력적인 사람은 스트레스 상황에서 벗어나는 속도도 빨라, 스트레스와 충돌한 경우 긍정적인 의미를 찾아내어 긍정적인 정서 조절을 하는 것과 같은 맥락이다[10,26,27]. 즉, 대학생의 행복감을 높이기 위해서는 자아탄력성을 강화시킬 프로그램 운영 등이 필요할 것이다. 구체적으로 자아탄력성의 속성인 낙관적 태도, 자신감 향상, 좋은 관계 형성을 위한 중재 프로그램을 제안한다. 낙관적 태도, 긍정적 원동력을 불러일으키도록 감사 프로그램을 활용하는 것도 좋을 것이다. 또한 자신감 향상을 위해 개인의 수준에 맞는 목표를 설정하며, 목표 달성을 통한 성취경험을 통해 자신감을 향상시키도록 노력해야 할 것이며, 좋은 관계 형성을 위해 가족들로부터의 안정감, 학생들 간의 자조모임, 동아리 활동을 통한 선후배와 친구 간의 끈끈한 유대관계, 교수의 따뜻한 지지 등 사회체계 내에 원만한 대인관계가 형성되도록 해야 할 것이다[10].

본 연구는 가족기능을 대학생의 행복감 구조모형의 외적 변수로서 모형을 구축하였다. 그 결과 가족기능은 자아존중감, 자아탄력성에도 영향을 미치며, 대학생의 행복감에 정적 영향을 미치는 외적 요인으로 나타났다. 이는 다양한 선행연구들에서 가족기능이 자아탄력성[28], 자아존중감[29]과 같은 개인의 심리내적 요인에 영향을 미치는 변수로 설명된 연구결과들과 일치하며, 행복에 영향을 미치는 요인으로 사회적·환경적 요인과 개인의 심리적 요인이 복합적으로 영향을 미친다고 나타난 연구결과가 본 연구를 지지한다[10]. 가족에 의해 제공되는 지지는 개인의 긍정적 신념 형성에 중요한 역할을 하며, 이는 궁극적으로 행복감에 유의한 영향을 주게 된다[30]. 대학생의 가족건강성과 행복감을 분석한 Song 등[4]의 연구에서도 대학생들은 가족을 중심으로 따뜻한 가족애를 생활 속에서 경험했을 때 자신이 행복함을 느낀다고 하였다. 또한 Diener [1]는 매우 행복한 사람들의 공통점으로 가족들로부터 좋은 관계를 유지했던 경험이 많았던 점을 강조하였다. 즉, 가정이 화목하고, 화목한 가족과 함께 있는 따뜻한 가족애를 느끼는 것은 대학생들의 행복감에 외적 요인으로 영향을 미친다. 그러므로 대학생들의 행복감을 증진시킬 수 있도록 가족의 건강성을 높이는 것을 제안한다.

본 연구결과 친구 지지는 대학생의 행복감에 긍정적인 영향을 미쳤으나, 그 설명력이 통계적인 유의수준에는 미치지 못하

였다. 이는 Kim과 Han [10]의 높은 사회적 지지, 긍정적인 대인관계가 행복감을 잘 예측하는 주요 변인이라고 밝힌 결과와는 다른 결과였다. 그러나 청소년을 대상으로 행복에 직접적인 영향을 미치는 변인으로 청소년을 둘러싼 환경 특성보다는 자아탄력성, 자아존중감과 같은 개인 특성 변인이라고 한 결과와 비슷하며, 개인을 둘러싼 환경보다는 개인 안에 존재하는 개인 특성이 행복에 영향을 미치는 가장 큰 변인이라는 기존의 연구 결과들이 본 연구결과를 지지한다[22]. 특히, 이러한 결과는 행복감, 자아존중감, 자아탄력성이 대학생 본인의 내부적인 특성에 비해, 친구 지지는 대학생을 둘러싼 환경체제로 친구 지지가 대상자 본인에게는 직접적 영향력을 갖는 것이 미미하여 나타난 것이라 생각된다. 그러나 대학생을 둘러싼 환경체제로 가족기능이 대학생의 행복감에 영향을 미치는 정적 변수로 나타났으므로, 추후 연구에서는 대학생의 행복감에 영향을 미치는 유의미한 환경요인을 탐색할 필요가 있으며, 친구 지지와 대학생의 행복감과의 관련성을 재확인해 볼 수 있는 반복 연구가 필요할 것으로 보인다.

지금까지 대학생의 행복감 구조모형 및 대학생의 행복감에 직·간접적으로 영향을 미치는 요인과 경로에 대하여 논의하였다. 특히 본 연구는 자아존중감이 대학생의 행복감에 가장 큰 영향을 주는 것으로 나타났다. 이는 대학생들에게 자아존중감을 높이는 것이 행복감을 높이는 가장 근본적이며, 효과적인 방안임을 알 수 있게 해준다. 또한 대학생의 행복감을 높이기 위해서는 단순히 개인적인 내적 성격 특성 요인 이상의, 건강한 가족기능을 통한 긍정적 지지의 복합적 요인을 반영한다는 사실을 확인할 수 있었다. 따라서 대학생의 행복감을 높이기 위하여 개인의 내적 요인은 물론 건강한 가족형성을 위해 총체적인 접근으로 상호 협력할 수 있는 포괄적인 접근이 요구된다.

본 연구에는 몇 가지 제한점이 있다. 연구대상자는 일부 대학들을 편의표집 하였기에 모집단을 대표하기가 어려우며, 대학생의 행복감, 자아존중감, 자아탄력성, 가족기능, 친구 지지에 대한 자가 보고식 척도를 사용하였으므로 연구결과를 일반화하는 데는 신중을 기해야 한다. 이에 무작위표본추출로 대학생의 표본수를 확보하여 모형을 검증한 후속 연구가 필요할 것이다. 하지만 이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 대학생의 행복감 영향요인들을 생태학적 모형[8]의 개인 수준의 차원과 대인관계 및 조직 수준의 차원에서 변수 간의 상대적인 영향력과 경로를 검증하여 현상을 이해하도록 시도되었고, 생태학적 모형[8]을 대학생의 행복감에 일반화시켜 좋은 설명력을 나타낸 것에 의의가 있으며, 이러한 결과는 추후 연구의 이론적 뒷받침을 제공할 수 있을 것으로 사료된다. 또한 교육적 측면에서

변수들 간의 효과를 근거로 경로에 대한 설명과 추론을 통해 대학생의 행복감을 높이기 위한 간호중재 개발에 유용한 자료를 규명하였으며, 연구학적 측면에서 회귀분석과 상관관계 연구에서 벗어나 대학생의 행복감 관련 요인들을 총체적으로 포함한 모형을 구축하여 직·간접 효과와 총 효과를 규명하여 구조 모형을 구축했다는 점에서 의의가 있다.

## 결론

본 연구는 대학생을 대상으로 행복감을 설명하는 요인들을 규명하고 대학생의 행복감 모형을 구축한 후 요인 간의 직·간접 경로를 확인하여 대학생의 행복감을 통합할 수 있는 모형을 개발하였다. 모형 검증 결과, 대학생의 행복감에 자아존중감, 자아탄력성이 직접적인 영향을 미쳤으며, 간접적으로는 가족기능이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 대학생의 행복감을 높이기 위해서는 우선적으로 대학생들에게 자아존중감을 높이기 위한 간호중재가 필요할 것이며, 자아탄력성을 높이는 혼합형 간호중재 전략이 필요하다고 본다. 또한 가족기능을 긍정적으로 증진시키기 위한 가족 차원의 다양한 프로그램이 대학생의 행복감을 높이기 위한 효과적인 방법이라 생각된다. 추후 대학생의 자아존중감과 자아탄력성을 높이고, 건강한 가족기능 향상을 위한 혼합형 중재 프로그램을 개발하여 대학생의 행복감에 미치는 효과를 측정할 연구를 제언해 본다.

## CONFLICTS OF INTEREST

The author declared no conflicts of interest.

## ORCID

Lee, Hana

<https://orcid.org/0000-0001-6660-8113>

## REFERENCES

1. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984; 95(3):542-575.
2. Diener E. Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research*. 1994;31(2):103-157. <https://doi.org/10.1007/BF01207052>
3. Lee YG. Koreans, objective happiness indicator is high but subjective well-being indicator is low. *The Munhwa Il-bo* [Internet]. 2016 [cited 2019 May 11]. Available from: <http://www.munhwa.com/news/view.html?no=20160615M W170904348846>
4. Song IS, Hong D, Park HS. The effects of family strength on

- happiness as perceived by college students. *Korean Journal of Family Welfare*. 2013;18(4):579-598.
5. Choi M, Cho S. Structural analysis of factors influencing university students' happiness. *Journal of Korean Home Management Association*. 2016;34(1):49-63.  
<https://doi.org/10.7466/JKHMA.2016.34.1.49>
  6. Seo IK, Lee YS. Effects of college students' hopelessness upon their happiness: moderating effects of social support. *The Journal of the Korea Contents Association*. 2016;16(6):193-204.  
<https://doi.org/10.5392/JKCA.2016.16.06.193>
  7. Cho H. A study on the stress involved in preparing for employment on college student's happiness: the moderating effects of social support. *Studies on Korean Youth*. 2013;24(1):157-184.
  8. Bronfenbrenner U. *The ecology of human development: experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press; 1979. 330 p.
  9. McLeroy KR, Bibeau D, Steckler A, Glanz K. An ecological perspective on health promotion programs. *Health Education Quarterly*. 1988;15(4):351-377.
  10. Kim YS, Han MY. Factors influencing happiness index of nursing students. *Journal of Korean Academy of Nursing Administration*. 2015;21(5):501-510.  
<https://doi.org/10.11111/jkana.2015.21.5.501>
  11. Stevens J. *Applied multivariate statistics for the social sciences*. 3rd ed. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates; 1996. 734 p.
  12. Argyle M, Martin M, Crossland J. *Happiness as a function of personality and social encounters*. Netherlands: Elsevier; 1989. 543 p.
  13. Hills P, Argyle M. The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*. 2002;33(7):1073-1082.  
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)
  14. Bae H. *The relationship among family cohesion, self-differentiation and happiness in college students [master's thesis]*. [Masan]: Kyungnam University; 2003. 53 p.
  15. Olson DH, Portner J, Lavee Y. *Faces III: family adaptability and cohesion evaluation scales, family social science*. St. Paul: University of Minnesota; 1985. 41 p.
  16. Kim SY, Kang BG, Kim DS. A study on comparison between normal family and problem family by circumplex model. *Korean Journal of Family Welfare Association*. 1998;3(2):17-37.
  17. Dubow EF, Ullman DG. Assessing social support in elementary school children: the survey of children's social support. *Journal of Clinical Child Psychology*. 1989;18(1):52-64.  
[http://dx.doi.org/10.1207/s15374424jccp1801\\_7](http://dx.doi.org/10.1207/s15374424jccp1801_7)
  18. Han MH. A study on stress, perceived social supports, and behavior problems of children [dissertation]. [Seoul]: Seoul National University; 1996. 137 p.
  19. Rosenberg M. *Conceiving the self*. New York, NY: Basic Books; 1979. 319 p.
  20. Block J, Kremen AM. IQ and ego-resiliency: conceptual and empirical connection and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996;70:349-361.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349>
  21. Yoo SK, Shim HW. Psychological protective factors in resilient adolescents in Korea. *The Korean Journal of Educational Psychology*. 2002; 16(4):189-206.
  22. Sung EM, Kim GH. The structural relationships analysis among happiness, personal traits, and environments traits of adolescents using the structural equation modeling. *Studies on Korean Youth*. 2013;24(4):177-202.
  23. Kim SJ. *A structural equation model for happiness in middle-aged women [dissertation]*. [Daejeon]: Eulji University; 2015. 107 p.
  24. Nam MH, Lee MR. Factors influencing subjective happiness index of health behavior, self esteem and major satisfaction by nursing students. *The Korea Society of Digital Policy and Management*. 2014;12(10):363-374.  
<https://doi.org/10.14400/JDC.2014.12.10.363>
  25. Kim S, Lee S. The influence of job-seeking stress, career decision-making self-efficacy, self-esteem and academic achievement on nursing students' happiness. *Korean Journal of Adult Nursing*. 2015;27(1):63-72.  
<https://doi.org/10.7475/kjan.2015.27.1.63>
  26. Lee HN, Jeong HJ, Lee KH, Lee HJ. The relationship among stress perception, stress coping, ego-resilience and happiness of university students. *The Korea Journal of Counseling*. 2006; 7(3):701-713.
  27. Lee HN. Concept analysis of happiness on Korean university students using hybrid model. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2018;19(11):357-369.  
<https://doi.org/10.5762/KAIS.2018.19.11.357>
  28. Kang HK. Family strengths and ego-resilience of school-aged children. *Journal of Korean Home Management Association*. 2005;23(3):93-102.
  29. Seo HJ, Kim JO. Self-esteem and happiness caused by university student's perception of family strengths. *Journal of Family Relations*. 2009;14(3):141-178.
  30. Lee DS, Padilla AM. Predicting South Korean university students' happiness through social support and efficacy beliefs. *International Journal for the Advancement of Counselling*. 2016;38(1):48-60. <https://doi.org/10.1007/s10447-015-9255-2>