

# 전문대학생의 셀프리더십, 거부민감성이 주관적 삶의 질에 미치는 영향

이윤주\*, 서보미  
인천재능대학교 간호학과

## The Effect of Self-leadership and Rejection Sensitivity on Subjective Quality of Life in College Students

Yunju Lee\*, Bomi Seo  
Department of Nursing, JEI University

요 약 본 연구는 전문대학생의 셀프리더십과 거부민감성이 주관적 삶의 질에 미치는 영향을 파악하여 기초자료를 제공하고 자 한다. 일개 대학 전문대학생에게 2016년 11월 14일부터 11월 30일까지 기혼자와 간호학과 학생을 제외하고 설문 조사를 실시한 결과, 불성실한 응답을 제외하고 총 607명 응답을 분석하였다. 자료는 SPSS 18.0 버전으로 t-test, ANOVA, Pearson 상관계수와 단계적 다중회귀분석으로 분석하였다. 전문대학생의 주관적 삶의 질 정도는 4.1점(7점 기준)으로 여학생에 비해 남학생의 주관적 삶의 질이 높고( $p=.021$ ), 1학년인 경우가 그렇지 않은 경우보다 삶의 질이 낮았다( $p<.001$ ). 셀프리더십과 양의 상관관계( $r=.279$ )를 보이고, 거부민감성과는 음의 상관관계 ( $r=-.224$ )를 나타내었다. 전문대학생의 주관적 삶의 질에 대한 회귀분석 결과, 전공만족도( $\beta=32, p<.001$ ), 자연적 보상전략( $\beta=23, p<.001$ ), 성별( $\beta=.17, p<.001$ ), 예기불안( $\beta=-.15, p<.001$ ) 및 학년( $\beta=.14, p<.001$ )순으로 통계적으로 유의하였으며, 이에 대한 설명력은 27.6%이었다. 추후 전문대학생의 주관적인 삶의 질을 향상시키기 위해 셀프리더십과 거부민감성에 대한 교육프로그램을 개발하여 적용하는 것이 필요할 것이다. 또한, 신입생과 여학생의 경우에 삶의 질을 향상시키기 위해 보다 각별한 관심이 요구되는 바이다.

**Abstract** The purpose of this study was to provide a basic data required to improve the satisfaction of life in college students. A sample of 607 students attending the university in Incheon, Korea completed a survey, which consisted of a quality of life questionnaire and sociodemographic inventory. The data were collected between November 14 and November 30, 2016. Data analysis was performed using t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficients, and stepwise multiple regression analysis with SPSS/WIN 18.0 program. The subjective quality of life was significantly correlated with self-leadership ( $r=.279, p<0.01$ ) and rejection sensitivity ( $r=-.224, p<0.01$ ). The significant predictors that influence the quality of life of subjects were satisfaction in major, natural reward strategies, gender, anticipated anxiety and grade, in which 27.6% ( $F=47.27, p<0.01$ ) was the explained variance. (Ed note: confirm) This study showed that rejection sensitivity and self-leadership were significant factors that influenced college students' subjective quality of life. Therefore, college administrators may consider developing educational programs about rejection sensitivity and self-leadership for college students to improve subjective quality of life.

**Keywords** : Quality, Life, Self-leadership, Rejection sensitivity, College student

### 1. 서론

21세기 들어 사람들은 급속한 경제 발전에 발맞추어

신체적 건강뿐만 아니라 정신적인 건강을 통한 행복한 삶을 추구하면서 주관적 삶의 질에 대해 높은 관심을 보이고 있다[1]. 이는 장차 사회생활에 밑바탕이 되는 인성

\*Corresponding Author : Yunju Lee(JEI Univ.)

Tel: +82-32-890-7326 email: sunshine@jeiu.ac.kr

Received June 1, 2018

Revised (1st July 31, 2018, 2nd August 21, 2018)

Accepted September 7, 2018

Published September 30, 2018

의 발달과 사회적 능력을 발달시켜 진로를 결정하는 중요한 시기에 놓여있는 대학생도 마찬가지이다[2]. 하지만, 국내 전문대학생은 전문직업인으로서의 지식과 술기에 관한 교육과정을 이수한 후 취업 자체에 과도하게 초점이 맞추어진 환경에 놓여 있다. 4차 산업혁명의 시대에 기술적 능력을 갖춘 전문대학생들이 사회에서 제 역할을 수행하기 위해 직업기초능력 또한 강조된다[3]. 그런 과정에서 전문대학생들은 다양한 스펙을 보유하지만 불확실한 미래에 대한 불안감과 취업난으로 인하여 극심한 스트레스에 시달리면서 자신의 삶의 질을 부정적으로 평가하는 경향이 있다[4]. 이런 경향들이 전문대학생들의 중도탈락 가능성을 높일 수 있기에 전문대학생들이 삶을 긍정적으로 바라봄으로 건강한 에너지를 발산할 수 있도록 돕는 것이 필요하다.

주관적 삶의 질이란 자신이 살아가는 삶에 대해 느끼는 행복, 즐거움, 자긍심, 만족 및 삶의 의미 등에 관한 정서로 삶에 대한 만족이라 할 수 있다[5].

대학생들의 삶의 질에 관한 기존 연구들을 살펴보면, 이들의 주관적 삶의 질에 영향을 미치는 요인 중 개인이 가진 능력과 성향은 중요 요인으로 제시되고 있다 [2,6,7,8,9]. 대학생의 삶의 질과 애착정도에 관한 연구에서는 타인과의 애착정도가 높을수록 부정적 정서와 스트레스, 정신건강문제가 낮을 뿐만 아니라 긍정적 정서 경험과 사회적 지지가 높은 경우에 삶의 질이 높게 나타났다고 밝혔다[2]. 청년기 남녀 대학생을 조사한 결과, 자기만족도, 진로자신감 및 자기효능감이 주관적인 삶의 만족에 영향을 미쳐 관련 성향이 긍정적일수록 삶의 질도 높게 인식하는 것으로 나타났다[6]. 대학생의 학업과 진로에 대한 스트레스가 대학생활 부적응을 초래하는데, 자기효능감의 완충역할을 통해 긍정적인 변화가 가능하다고 하였다[7]. 또한 대학생의 자아존중감 및 셀프리더십은 그들의 대학생활 만족감이나 행복감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다[8, 9].

셀프리더십은 자신의 성장을 위해 스스로 행동을 통제하고 관리하며 자신을 완성해 가는 자율적이고 지속적인 학습과정이다[10]. 이는 스스로 이유와 목적을 인식하여 성공적인 행동으로 자가 변화시키는 행위중심적 전략, 목표 달성에 대한 과정자체에 의미부여하여 보람을 찾아가는 자연보상적 전략 및 긍정적인 문제해결에 대한 자기상상과 암시 등의 건설적 사고 전략으로 구분한다 [10].

셀프리더십이 향상 될수록 자기 자신에 대한 정확한 이해를 통해 긍정적으로 자기개발하고 삶에 대한 확신을 가질 수 있게 된다[9]. 셀프리더십은 대학생들의 심리적 기능과 유의미한 연관성을 보이는데 특히, 하위요인인 대처능력과 낙관성과는 정적 상관관계이고 회피기제, 비효과성 및 대인 불신과는 부적 상관을 나타내었다[11]. 또한 직업기초능력의 향상을 통해 취업전략을 활성화할 수 있도록 돕는 역할에 있어 셀프리더십은 긍정적 영향을 제공한다[12]. 이런 이런 긍정적인 개인의 능력은 전문대학생들의 주관적인 삶의 질 향상에 긍정적인 영향을 제공할 것으로 본다.

전문대학생들은 학사교육 과정의 대학생들보다 상대적으로 짧은 기간 동안 자신의 전공과 적성을 고려하여 사회로의 진출을 준비해야 하므로 원활한 대인관계를 형성할 수 있도록 능력을 향상시키는 과정들이 더욱 필요하다. 기존 교양교과목 및 전공 기초 교과목에서 의사소통 및 대인관계 관련 지식과 기술을 습득할 수 있도록 되고 있으나 여전히 많은 전문대학생들이 타인과의 관계를 형성함에 어려움을 호소하고 있다[13].

거부민감성은 타인과의 상호작용이 필요한 상황에서 거절을 당할 수 있다는 불안감으로 거부에 대한 사항을 지각할 뿐만 아니라 과민한 반응으로 인해 발생하는 역동적인 인지적·정서적인 과정이라고 하였다[14].

선행 연구를 살펴보면, 거부민감성이 높은 사람들은 거부 신호에 과잉 각성하기 때문에 선의를 가진 타인의 행동에서도 거부를 지각할 가능성이 크다. 이들이 거부를 지각하면 적개심, 의기소침, 정서적 철회, 질투 등의 감정을 느끼는 경향이 있다. 또한 상대방에게로의 수용이나 관계에 속하는 것에 대한 두려움과 의심은 주관적 안정감을 감소시키고, 대인관계에 부정적인 영향을 미친다[15]. 또한 거부민감성은 자기방어적 양가성 및 관계관여적 양가성에도 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 타인과의 관계에서 거절을 우려하여 자신의 감정을 외부로 표출하지 못하고 억제할 가능성이 높기 때문에 정서표현 양가성을 경험하게 되는 것이다[16]. 거부민감성은 전문대학생들의 대인관계에 있어서 심리적인 혼돈을 야기하고 부정적인 영향을 끼쳐 궁극적으로 개인의 삶의 질을 떨어뜨리게 된다[17]. 또한, 이런 부정적 정서와 회피는 심리적 안정감에도 대학생이 사회적 상황에서 느끼는 공포나 불안에 부정적 영향을 미치고 있다 [18]. 거부민감성이 높을수록 주의초점능력에 부정적 영

향을 미치고, 이로 인해 사회불안을 심화시킬 수 있음을 강조하고 있다[19].

대학생을 대상으로 삶의 질과 거부민감성에 관한 연구들을 검색한 결과, 학술연구정보서비스의 대부분의 연구에서 거부민감성 정도를 측정함에 있어 RSQ도구를 사용하여 하위요인의 거부기대와 예기불안 정도를 파악하였다. 하지만, 거부민감성을 측정함에 RSQ도구가 잠재적 연인이나 친구관계에 대한 애매모호한 상황 제시, 문화적 특성을 제대로 반영하지 못한 점 뿐만 아니라 점수 산출방식에서의 적절성에 대한 문제가 제기되었다 [15]. 이를 보완하여 거부민감성모델[16]의 과정적 접근에 따라 거부민감성을 3개의 차원(인지, 정서, 행동)으로 분류하고 신뢰도와 타당도 과정을 거쳐 대학생들의 거부민감성 정도를 파악하기 위해 개발된 도구[15]를 활용하였다. 이를 통해 전문대학생의 거부민감성을 다차원적으로 살펴볼 수 있을 것이다.

이처럼 전문대학생의 셀프리더십과 거부민감성은 삶의 질에 지대한 영향을 미칠 것으로 보는 가운데, 선행연구들의 대부분은 4년제 대학생을 대상으로 이루어진 연구가 대부분이다. 전문대학생은 일반적으로 2년이라는 짧은 교육기간 내 직업기초능력과 전공역량을 갖추어야 하는 현실적인 상황에서 주관적인 삶의 질이 저하되길 쉽다. 이를 보완하기 위해 학업지속과 대인관계에 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 내적보호요인으로서의 셀프리더십과 거부민감성을 살펴볼 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 전문대학생의 셀프리더십과 거부민감성의 주관적 삶의 질과의 관계를 규명하고, 주관적 삶의 질에 미치는 영향요인을 파악하여, 그들의 삶의 질을 높일 수 있는 방안을 마련하기 위한 기초 자료로 삼고자 한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 일개 전문대학생의 셀프리더십과 거부민감성이 주관적 삶의 질에 미치는 영향을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2.2 연구대상

본 연구의 조사 대상은 인천광역시 지역에 소재한 대

학교에 재학 중인 만 18세 이상 전문대학생을 대상으로 설문을 하였다. 문항이해와 설문조사에 동의하여 자기 보고가 가능한 자로 선정하였으며, 간호학과 재학생은 일반적인 전문대학생의 교육과정과 상이하고 4년제 교육과정으로 학사로 졸업하므로 이를 반영하여 설문조사에서 제외하였다. 또한 일반적인 전문대학생을 기준으로 삶의 방식이나 대인관계가 상이한 기혼자는 제외하였다.

### 2.3 연구도구

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 18.0 Program을 이용하여 분석하였다. 셀프리더십은 조직 구성원 스스로가 발생하는 다양한 상황에 대해 스스로 동기를 부여함으로 자신의 삶을 이끌어가는 과정을 의미한다. 본 연구에서 사용한 셀프리더십 척도(RSLQ)는 Houghton과 Neck[21]이 개발하고 Shin 등[11]이 번안한 도구이다. 셀프리더십척도는 3개의 하위요인인 행위중심적 전략(18문항), 건설적 사고전략(17문항) 및 자연적 보상전략(5문항)으로 구성되어 있다. 해당 도구는 5점 Likert 척도로 각 문항별 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)이다. Shin 등[11]의 연구에서 Cronbach's alpha는 .70~.87이었으며 본 연구에서는 행위중심적 전략 .89, 건설적 사고전략 .89, 자연적 보상전략 .76이었다.

거부민감성은 타인과 상호작용을 하는 과정에서 상대방으로부터 거절당할 것이라고 생각하며 하는 반응하는 경향으로 Park과 Yang[15]이 개발하여 타당도를 검증한 한국 대학생 거부민감성 척도를 이용하였다. 이 척도는 4개의 하위요인인 예기분노(5문항), 예기불안(4문항), 과잉반응(4문항) 및 거부지각(3문항)으로 구성되어 있으며 자신의 생각을 잘 나타내는 정도에 응답하는 방식으로 5점 Likert 척도로 구성되어 있다. 본 도구는 점수가 클수록 타인에 대한 거부민감성이 높음을 의미한다. Park과 Yang[15]의 연구에서 Cronbach's alpha는 하위요인별로 예기분노 .88, 예기불안 .82, 과잉반응 .83, 거부지각 .80이었다. 본 연구에서는 예기분노 .87, 예기불안 .80, 과잉반응 .85, 거부지각 .85이었다.

주관적 삶의 질은 일상생활 전반에서 주관적으로 평가하는 삶의 만족을 의미하며, 본 연구에서는 Diener 등(1985)[22]이 개발하고 Ryu(1996)[23]가 번안한 생활만족도 검사(SWLS)를 이용하였다. 7점 Likert 척도로 구성되어 있으며 해당 도구의 점수가 높을수록 생활만족도가 높음을 의미한다. 개발 당시 Diener 등(1985)[22]의

연구에서 Cronbach's alpha는 .87이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's alpha는 .90이었다.

### 2.4 자료수집 방법

자료 수집은 2016년 11월 14일부터 2016년 11월 30일까지 이루어졌다.

연구자는 해당 학과의 강의실을 직접 방문하여 대상자들에게 본 연구의 목적을 설명하였다. 참여자들의 익명성 보장 과 응답 철회에 따른 불이익이 없음을 설명한 뒤 서면으로 연구 동의를 받은 후 설문지를 배부하였다. 총 설문소요시간은 평균 10분 정도였다. 총 630부의 설문지를 배부하여 613부가 회수되었지만 응답내용이 불성실한 6부를 제외한 607부를 최종분석에 사용하였다.

### 2.5 자료 분석

본 연구는 SPSS 18.0 Program 이용하여 분석하였고, 구체적인 내용은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 전공만족도를 포함한 일반적 특성, 셀프리더십, 거부민감성 및 주관적 삶의 질 정도는 빈도분석 또는 기술통계(평균, 표준편차)로 산출하였다.
- 2) 일반적 특성에 주관적인 삶의 질은 더미변수화 하여 t-test를 실시하였다.
- 3) 대상자의 셀프리더십, 거부민감성 및 주관적 삶의 질 간의 상관관계는 Pearson's correlation을 이용하였다.
- 4) 대상자의 주관적 삶의 질에 영향을 미치는 요인은 단계적 다중회귀분석을 이용하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자는 남학생 66.1%, 여학생 39.9%로 남성이 많았고, 20세 이하 53.4%, 21세 이상은 46.6%로 나타났다. 학년은 1학년 58.6%, 2학년 31.8%, 3학년이 9.4%였으며, 종교가 있는 경우보다 없는 경우가 61.8%로 높았다. 대상자의 91.8%가 6개월 내 부모와 거주를 함께 하였으며, 용돈은 30만원 이상이 38.7%로 가장 높은 비율을 차지하였다. 대상자의 39.0%가 아르바이트를 하고 있으며, 자신의 전공에 대해 만족하고 있는 경우가 51.2%로 만족하지 않는 경우 12.9%보다 높았다[Table 1].

Table 1. Demographic characteristics of participants (N=607)

Variables	Categories	n	Percent (%)	Mean ± SD (range)
Gender	Male	206	33.9	
	Female	401	66.1	
Age	Less than 20	324	53.4	20.9±1.41 (18-32)
	Over 20	283	46.6	
Grade	First	356	58.6	
	Second	193	31.8	
	Third	57	9.4	
	Missing data	1	0.2	
Religion	Catholic	35	5.8	
	Christian	155	25.5	
	None	375	61.8	
	Buddhist	28	4.6	
	Etc.	14	2.3	
Type of residence for 6months	Together a parents	557	91.8	
	Living alone	45	7.4	
	Dormitory	1	0.2	
	Etc.	4	0.6	
Pocket money for 1 months	<100,000	54	8.9	
	≥ 100,000- < 200,000	122	20.1	
	≥ 200,000- < 300,000	195	32.1	
	≥ 300,000	235	38.7	
	Missing data	1	0.2	
Part time job	Yes	237	39.0	
	No	361	59.5	
	Missing data	9	1.5	
Satisfaction with major	Not very good	15	2.5	
	Not good	63	10.4	
	Common	218	35.9	
	Good	214	35.2	
	Very good	97	16.0	

### 3.2 대상자의 셀프리더십, 거부민감성 및 주관적 삶의 질 정도

대상자의 셀프리더십은 문항 평균 3.5점(5점 기준)으로 보통이상의 평균을 나타내었다. 하위요인 별 문항평균값을 비교하면, 행위중심적 전략문항평균 3.5점, 자연적 보상 전략 문항평균 3.5점 및 건설적 사고전략 문항평균 3.4점 순으로 나타났다. 거부민감성은 문항 평균 2.5점(5점 기준)으로 보통이었고, 예기본노(문항평균 2.8

점)의 문항평균값이 가장 높았고, 과잉반응(문항평균 2.5 점), 거부 지각(문항평균 2.4점) 및 예기불안(문항평균 2.3점) 순으로 나타났다. 마지막으로 대상자의 주관적 삶의 질 정도는 문항평균 4.1점(7점 기준)으로 보통이상으로 만족하는 것으로 나타났다[Table 2].

### 3.3 일반적 특성에 따른 주관적 삶의 질

일반적 특성에 따른 주관적 삶의 질을 비교하기 위해 더미변수 처리하였다. 대상자의 성별에 따른 주관적 삶의 질은 여학생보다 남학생이 높게 나타났다( $p=.021$ ). 대상자가 1학년인 경우가 그렇지 않은 경우보다 삶의 질이 낮았다( $p=.001$ ). 대상자의 종교 유무, 한 달 용돈 30만원미만 여부, 부모와의 동거 여부 및 아르바이트 여부와는 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았다. 대상자의 주관적 삶의 질은 전공만족도가 만족이상인 경우 21.0점으로 전공만족도가 보통이하인 17.0점에 통계적으로 유의한 차이를 나타내었다( $p<.001$ )[Table 3].

Table 2. Descriptive Statistics of self-leadership, rejection sensitivity & subjective quality of life (N=607)

Variable	M±SD	Item M±SD	Range	Min	Max
Self-leadership	121.5±18.14	3.5±0.52	139	35	174
behavior-focused strategies	62.9±10.04	3.5±0.56	72	18	90
constructive thought patton strategies	41.0±7.76	3.4±0.65	48	12	60
natural reward strategies	17.6±3.27	3.5±0.65	20	5	25
Rejection sensitivitiy	40.6±11.48	2.5±0.72	64	16	80
expectaion anger	14.0±4.31	2.8±0.86	20	5	25
expectation anxiety	9.2±3.22	2.3±0.81	16	4	20
overreaction	10.1±3.73	2.5±0.93	16	4	20
rejecting perception	7.3±2.82	2.4±0.94	12	3	15
Subjective quality of life	20.6±6.46	4.1±1.29	30	5	35

Table 3. T-test of subjective quality of life related to demographic characteristics

Variables	Subjective quality of life		t	p	
	Mean	SD			
Gender	male	21.8	9.36	2.319	.021 *
	female	20.3	6.49		
Freshman	yes	19.9	6.29	-3.388	.001 **
	no	21.7	6.56		
Reglion	yes	20.9	6.54	0.684	.474
	no	20.5	6.41		
Pocket money of less than 300,000	yes	20.6	6.36	-.280	.780
	no	20.7	6.61		
Live with parents	yes	20.6	6.48	.319	.750
	no	20.3	6.36		
Part-time job	yes	20.0	6.89	-1.810	.071
	no	21.0	6.12		
Major satisfaction	below average	18.0	5.98	-10.863	.000 ***
	more than satisfactory	21.0	5.85		

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

### 3.4 셀프리더십, 거부민감성 및 주관적 삶의 질의 관계

전문대학생의 셀프리더십, 거부민감성 및 주관적 삶의 질의 상관관계를 분석한 결과는 Table 4와 같다.

셀프리더십과 거부민감성은 약한 음의 상관관계를 보이고( $r=-.124$ ,  $p<.001$ ) 하위요인 중 셀프리더십의 자연적 보상전략과 거부민감성의 예기불안의 음의 상관관계가 상대적으로 높았다( $r=-.207$ ,  $p<.001$ ). 셀프리더십과 주관적 삶의 질은 모든 하위요인인 자연적보상 전략( $r=.380$ ,  $p<.001$ )과 건설적 사고 전략( $r=.285$ ,  $p<.001$ ) 및 행위중심적 전략( $r=.160$ ,  $p<.001$ ) 순으로 양의 상관관계를 나타내었다. 마지막으로 주관적 삶의 질은 거부민감성의 모든 하위요인인 예기불안( $r=-.240$ ,  $p<.001$ ), 과잉반응( $r=-.193$ ,  $p<.001$ ), 예기분노( $r=-.141$ ,  $p<.001$ ) 및 거부 지각( $r=-.167$ ,  $p<.001$ )의 순으로 음의 상관관계를 보였다.

Table 4. Correlation of the variables

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Action-oriented strategy	1	.492**	.620**	.907**	-.008	-.124**	-.068	-.037	-.069	.160**
2. Natural compensation strategy		1	.562**	.693**	-.109**	-.207**	-.140**	-.148**	-.181**	.380**
3. Constructive thinking pattern strategy			1	.872**	-.066	-.190**	-.119**	-.031	-.124**	.285**
4. Self-leadership				1	-.052	-.187**	-.114**	-.060	-.124**	.279**
5. Anticipated rage					1	.482**	.522**	.497**	.803**	-.141**
6. Anticipated anxiety						1	.647**	.532**	.802**	-.240**
7. Overreaction							1	.641**	.860**	-.193**
8. Rejection perception								1	.790**	-.167**
9. Rejection sensitivity									1	-.224**
10. Subjective quality of life										1

\*\* :  $p < .001$

### 3.5 대상자의 주관적 삶의 질에 영향을 미치는 요인

대상자의 주관적 삶의 질에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 일반적 특성 중 더미변수 처리되어 통계적 유의한 차이를 보인 결혼, 학년, 전공만족도와 상관관계를 나타낸 셀프리더십(행위중심적 전략, 자연적보상 전략, 건설적사고 전략), 거절민감성(예기분노, 예기불안, 과잉반응, 거부 지각)을 독립변수로 하여 1차 회귀분석을 실시하였다.

회귀분석 시 잔차간의 상호독립성을 검정한 결과 Durbin-Watson 1.994로 자기상관이 없었다. 다중회귀분석을 실시하기 전 다중 공선성을 검정한 결과 공차한계는 0.1이상이고, 분산팽창인자(VIF)가 1.09~1.16로 10이하의 값을 보여 다중공선성을 보이지 않았다. 또한, 셀프리더십의 하위요인과 거절민감성의 하위요인이 삶의 질에 영향을 미치는 정도를 확인하기 위해 일반적 특성을 보정하여 2차 회귀분석 실시하였다. 1차 회귀모형을 분석한 결과 모형은 유의하였으며( $F=47.27, p < .001$ ), 모형의 설명력은 27.6%였다[Table 5]. 그 결과 전문대학생의 주관적 삶의 질에 영향을 미치는 변수는 전공만족도( $\beta=32, p < .001$ ), 자연적 보상전략( $\beta=23, p < .001$ ), 성별( $\beta$

$=.17, p < .001$ ), 예기불안( $\beta=-.15, p < .001$ ) 및 1학년 여부( $\beta=.14, p < .001$ )순으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 독립변수를 보정한 2차 회귀모형은 유의하였으며( $F=61.93, p < .001$ ), 셀프리더십의 자연적보상 전략( $\beta=.34, p < .001$ ), 거부민감성의 예기불안( $\beta=-.17, p < .001$ ) 순으로 영향을 미치고, 모형 설명력은 17.0%였다[Table 6].

Table 5. Factors influencing of subjective quality of life

Variables	B	S.E	$\beta$	t	p	Tolerance	VIF
(Constant)	10.41	1.87		5.59	<.001		
major satisfaction	4.07	.47	.32	8.61	<.001	0.89	1.13
Natural compensation strategy	.46	.07	.23	6.27	<.001	0.87	1.16
Anticipated anxiety	-.30	.07	-.15	-4.11	<.001	0.92	1.09
Gender (male=0, female=1)	-2.35	.51	-.17	-4.65	<.001	0.86	1.16
Grade (freshman=0, freshman≠1)	1.84	.48	.14	3.82	<.001	0.88	1.14

Adj.R<sup>2</sup>=.27.6, F=47.27, P<.001

Table 6. Factors influencing of subjective quality of life(adjusted general characteristic variables)

Variables	B	S.E	$\beta$	t	p	Tolerance	VIF
(Constant)	11.76	1.63		7.21	<.001		
Natural compensation strategy	.68	.08	.34	4.80	<.001	0.88	1.14
Anticipated anxiety	-.33	.08	-.17	-4.21	<.001	0.97	1.03

Adj.R<sup>2</sup>=.17 F=61.93, p<.001

#### 4. 논의

본 연구는 전문대학생의 셀프리더십, 거부민감성이 주관적 삶의 질에 미치는 영향을 파악하여 그들의 삶의 만족도를 향상하기 위한 기초자료로써 제공하기 위함이다.

전문대학생의 셀프리더십은 문항평균 3.5점으로 요인별 문항평균점수는 행위중심적 전략 3.5점, 자연적보상 전략 3.5점, 건설적사고 전략 3.4점이었다. 이는 미용전공 전문대학생을 대상으로 한 연구[8]의 문항평균 3.2점보다 높았고, 4년제 일반대학교 대학생을 대상으로 한 연구결과인 평균 3.5점과는 차이가 없었다[24]. 2년제와 4년제 대학생을 비교한 연구[25]에서 셀프리더십의 문항평균점수가 각각 3.3점, 3.5으로 차이를 나타내 본 연구와는 불일치하였다. 본 연구에서 셀프리더십의 하위요인 중 행위중심적 전략의 평균 점수가 가장 높게 나타났다. 이는 대학생을 대상으로 한 대부분의 셀프리더십 연구[8, 9, 24, 25]와 일치하였다. 이는 전문대학생들이 타인 행동에 대한 관찰을 통해 성공적인 행동은 보다 강화하고, 자신의 삶을 관리하고 통제하려는 노력들을 하고 있다는 것을 알 수 있다. 국내 대학생을 대상으로 한 셀프리더십 측정도구를 개발한 연구[11]에서 거론하는 바, 스스로 동기부여하면서 필요한 행동과 긍정적인 마음을 통해 건강한 사고를 할 수 있는 능력을 전문대학생들도 높게 보유하고 있으므로 이런 능력을 표출 할 수 있는 학과 및 대학차원에서의 프로그램 개발 등의 노력이 필요하다고 본다.

일반적 특성에 따른 전문대학생의 주관적 삶의 질 차이를 살펴보면 남학생이 여학생에 비해 1.5점 높으며 성별에 따른 유의미한 차이를 보였다. 청년기 남녀 대학생들의 주관적 삶의 질을 본 연구[6]에서 남학생의 대학생활만족도가 여학생보다 높았던 결과와 일치한다. 이는

거부민감성이 대학생활의 효과에 영향을 미친다는 것이 본 연구에서 확인되었는데, 여학생의 거부민감성이 남학생보다 높다는 것[20]과 관계가 있을 것으로 본다. 거부민감성이 높을수록 대인관계 유능성과 관계의 질을 저하시킨다는 연구결과[18, 26]에서 볼 때, 이는 주관적인 삶의 질에도 부정적인 영향을 제공하였을 것이다. 여대생만을 대상으로 한 연구에서 사회성이 대학생활만족도에 직접적인 영향을 제공한다고 한 바[27] 사회성에 영향을 제공할 수 있는 거부민감성에 지속적으로 관심을 가지고 부적정서로 숨기기보다는 드러내놓고 이에 대한 적절한 방법을 찾고 도움을 받을 수 있도록 하는 상담프로그램이 필요하다.

본 연구에서 전문대학생의 용돈이 30만원 이상인 경우가 가장 많았는데, 용돈정도에 따른 유의미한 주관적 삶의 질 차이는 없었다. 용돈 범주를 경제적 자립도와 연관지어보면, 대학생의 경제적 자립도가 대학생의 심리적 안정감에 긍정적인 영향을 미친다고 한다[28]. 하지만, 동일한 연구에서 경제적 자립도와 개인성장 간에는 유의미한 차이가 없었다[28]. 이는 이상적인 삶, 조건 및 성취 등에 대한 만족감을 묻는 주관적인 삶의 질이 자신의 삶을 보다 진전시키려는 의미의 개인성장과 유사하게 볼 경우 개인성장에 유의미한 차이를 보이지 않은 결과와 일치한다고 연구라고 볼 수 있다. 본 연구에서 대학생의 전공만족도는 삶의 질에 상당한 영향을 미치는 것으로 파악되었다. 대학생이 전공에 대해 만족하지 못하는 경우 이는 상당한 스트레스로 작용하는데, 대학생의 진로 및 학업스트레스가 대학생활 적응에 부정적 영향을 미친다고 본 연구[7, 29]와 일치한다. 이에 전문대학생들의 전공만족도는 보다 나은 삶의 질을 희망하는 이들의 중도탈락을 예방할 수 있기에 학과 및 대학차원에서 다양한 전략들이 사용되고 있어 지속적으로 시행될 수 있도록 해야 할 것이다.

본 연구에서 사용한 거부민감성도구는 거부민감성에 대해 인지·정서·행동의 다차원 접근을 통해 파악할 수 있어 사용하였다. 단, 개발당시 거부민감성에 대한 평균점수가 제시되지 않았고[15], 해당 도구를 사용한 추가적인 연구가 아직 없어 하위요인별 점수 자체를 비교할 수는 없다.

거부민감성 요인별 문항평균 점수는 예기불안(2.3점)과 예기분노(2.8점)가 최대, 최저 점수였으며, 평균 2.6점이었다. 이는 거부민감성 도구가 5점 만점 기준 시 전

문대학생의 거부민감성은 보통 보다 낮은 정도이다. 본 연구에서 전문대학생들의 예기불안 점수가 낮은 수준에 속하는 점수임에도 대학생의 주관적인 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 회귀분석 결과 확인된 바, 거부를 받을 것으로 기대하는 상황에서 느끼는 불안감에 대해 보다 관심이 필요하다고 본다. 거부민감성의 하위요인과 주관적 삶의 질과의 상관관계에서 거부불안( $r=-.24$ )과 거부지각( $r=.22$ )로 상관성에 큰 차이를 보이지는 않았으나 영향을 미치는 변수로 확인되지는 않았다. 애매모호한 거부 상황에 대해 거부로 인식하는 것을 거부지각으로 정의하였는데 거부민감성이 높을 경우 거부지각에 대해 역치가 낮아져 애매모호한 상황에 대해 보다 쉽게 거부로 인식하게 된다고 한다[15]. 이는 다시 거부불안을 활성화시키는 악순환 고리를 가져오므로 이를 낮추고 상황에 적절하게 대처할 수 있도록 돕는 거부상황 대처 대인관계 훈련 프로그램 및 거부 상황에 대한 인식전환 프로그램 등의 개발이 필요하다.

본 연구에서 셀프리더십의 하위요인인 자연적 보상전략 및 건설적 사고 전략과 거부민감성은 약한 음의 상관관계를 보였다. 특히 거부민감성의 하위요인인 예기불안은 셀프리더십의 모든 요인과 음의 상관관계를 보였다. 이는 높은 사회불안 수준은 진로탐색 활동과 진로정체성에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타난 연구[30]와 일치한다고 본다. 거부지각은 셀프리더십의 행위중심적 전략과 유의미한 관계를 나타내지 않았다. 이는 대학생들이 거부적 상황으로 인식한다고 하더라도 이에 대해 행위중심적 전략으로 대처하는 것과는 관계가 없다고 볼 수 있다.

주관적 삶의 질은 셀프리더십의 하위요인 중 자연적 보상 전략 및 건설적 사고 전략과 보다 높은 양의 상관관계를 보였다. 이는 미용전문대학생의 셀프리더십과 전반적인 만족도의 관계를 본 연구[8]에서 행위중심적 전략 및 자연보상적 전략과의 상관관계가 보다 높았던 것과는 일치하지 않았다. 거부민감성은 삶의 만족정도에 대해 4년제 대학생을 대상으로 한 연구[11]보다는 낮은 부적상관계가 있음을 나타내었다. 하지만, 삶의 만족에 영향을 미치므로 스스로 관계들을 형성하고 사회생활을 시작하는 이 시기에 거부민감성을 줄여줄 수 있도록 각 하위개념 정도에 맞추어 도움을 제공할 수 있어야 할 것이다.

주관적 삶의 질은 회귀분석 결과, 전공만족도가 높을수록, 셀프리더십의 자연적보상 전략의 정도가 높을수록,

거부민감성의 예기불안이 낮을수록, 남학생일수록, 2학년 이상일수록 높은 것으로 확인되었다. 미용 전공 전문대학생들을 대상으로 한 셀프리더십과 대학생활만족도를 살펴본 연구[8]에서는 셀프리더십이 26.3%의 설명력을 나타낸 반면, 본 연구에서의 설명력은 낮게 나타났다. 본 연구에서 주관적 삶의 질에 미치는 셀프리더십과 거부민감성의 하위요인만을 파악한 결과, 자연적보상 전략, 예기불안 순으로 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 이는 자연적보상 전략이 목표 달성보다는 과정 자체에 의미를 두어 동기부여와 과정을 즐기는 내적 보상의 수준을 높이다보니[31] 주관적인 삶의 질을 높이는 데 영향을 준 것으로 판단된다. 전문대학생들은 성과를 중시하는 사회에서 일찌감치 경쟁을 해야 하는데, 스스로 일이나 다양한 상황에 대해 과정을 중시하고 의미부여를 할 수 있는 방법과 그 중요성을 지속적으로 알려주는 것이 필요하다. 나아가 사회적으로 과정을 중시하고 의미를 부여할 수 있어야 대학생들의 이런 전략이 활성화되고 그로 인해 주관적 삶의 질이 높아질 수 있을 것이다. 대학생 1학년의 경우 새로운 교육운영과정 체계, 지역이나 관심사가 다양한 학생들간의 인간관계 등으로 스트레스가 많다. 또한, 이 시기에 자신이 선택한 전공에 대한 만족감이 형성되기 시작하므로 이들의 주관적인 삶의 질을 높여주기 위해 자신의 삶을 스스로 영위해 나갈 수 있도록 돕는 셀프리더십 프로그램과 대인관계에서 부정적 정서로 작용하는 거부민감성을 낮출 수 있는 대인관계 프로그램 등을 마련하여 적용하는 것이 필요하다고 본다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 전문대학생의 주관적 삶의 질을 향상시키기 위해 셀프리더십과 거부민감성이 미치는 영향을 파악하고자 실시하였다. 연구 결과에 따라 이들의 주관적 삶의 질은 성별이나 학년에 따라 다르고, 전공에 대한 만족도가 상당한 영향을 미치는 것으로 파악되었다. 개인의 역량과 성향에 포함되는 셀프리더십과 거부민감성은 긍정적 또는 부정적으로 연관되어 있다는 것을 알 수 있었다. 대학생들의 주관적 삶의 질에 셀프리더십의 역량은 삶을 보다 풍성하게 할 수 있는 역량이나, 거부민감성이 높은 경우 삶에 대한 부정적인 시각이 높아질 수 있다는



것을 확인하였다. 이에 전문대학생들이 가진 셀프리더십의 역량을 더 발휘할 수 있는 기회의 제공과 역량을제고할 수 있는 프로그램들이 지속적으로 제공되는 것이 중요하다고 본다.

일반적으로 사람들이 부정적인 성향에 대해서는 드러내지 않고 감추는 경향이 있으나 거부민감성이 삶의 질에 미치는 영향을 미치므로 이에 대한 인식의 개선이 시급하다고 본다. 대학과 학과에서는 전문대학생을 대상으로 하여 교양교육과정에서 거부민감성에 대한 교육이 이루어져야 한다. 또한 거부민감성을 감소시킬 수 있는 전문화된 프로그램을 개발하는 것도 필요하다.

본 연구에서는 다음과 같이 제언한다. 첫째, 본 연구는 일개대학의 전문대학생을 대상으로 한 바 일반화하기에는 한계가 있다. 둘째, 본 연구에서는 전문대학생의 주관적 삶의 질만을 알아본 바 보다 종합적인 삶의 질 척도를 이용하여 셀프리더십과 거부민감성과의 관계를 파악해보는 것이 필요하겠다. 마지막으로 전문대학생들의 삶의 질을 향상시킬 수 있는 셀프리더십과 거부민감성 프로그램이 마련이 필요하다.

## References

- [1] Y. S. Jang, A Study on the Quality of Life of Koreans, p195, Korea Institute for Health and Social Affairs, 2007.
- [2] J. H. Jeon, "Multiple Mediating Effects between Attachment and Life Quality among Freshmen in University - Stress, Affect, Social Support, Mental Health -", *Korean Journal of Human Ecology*, Vol.22, No.2, pp.257-266, 2013.
- [3] S. H. Min, "An exploratory study on the basic workplace literacy development for the junior college students", *The Korea Association of Future Education*, Vol.17, No.1, pp.73-97, 2004.
- [4] M. J. Cho, "The Effects of Career Maturity of College Students on Job-Seeking Anxiety and Stress", Dong-A University, Unpublished master's thesis, 2010.
- [5] S. Y. Han, "Quality of Life and Intrinsic Motivation", *The Korean Journal of Culture and Social Issues*, Vol.2, No.1, pp.95-111, 1995.
- [6] S. R. Hong, "Perceptions of the Self-Efficacy of Youth and Subjective Quality of Life", *Journal of Korean Home Management Association*, Vol.29, No.6, pp.71-87, 2011.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.7466/JKHMA.2011.29.6.071>
- [7] S. J. Lee, J. H. Yu, "The Mediation Effect of Self-Efficacy between Academic and Career Stress and Adjustment to College", *The Korean Journal of Educational Psychology*, Vol.22, No.3, pp.589-607, 2008.
- [8] M. H. Kim, Y. J. Kim, "A Study on the Influences of the Self-leadership of College Students Majoring in Beauty Arts on Their Learning Effects and College Life Satisfaction", *Journal of the Korean Society of Design Culture*, Vol.22, No.4, pp.25-36, 2016.
- [9] C. Y. Park, "The Relationship Between Self-Leadership and Self-Esteem of College Students", *Korean journal of physical education*, Vol 53, No.2, pp.137-149, 2014.
- [10] C. C. Manz, "Self-Leadership: Toward an Expanded Theory of Self-Influence Processes in Organizations", *Academy of Management Review*, Vol.11, No.3, pp.585-600, 1986.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.2307/258312>
- [11] Y. K. Shin, M. S. Kim, Y. S. Han, "A Study on the Validation of the Korean Version of the Revised Self-Leadership Questionnaire(RSLQ) for Korean College Students", *THE KOREAN JOURNAL OF SCHOOL PSYCHOLOGY*, Vol.6, No.3, pp.313-340, 2009.
- [12] K. H. Kim, "Analysis of Influence and Relationship between Self-Leadership and Employment Strategies in University Students", *Korean Journal of Youth Studies*, Vol.20, No.10, pp.369-390, 2013.
- [13] J. M. Boo, D. O. Kang, E. H. Kang, "The mediating effect of defense mechanism in relationship between college students' stress from interpersonal relationship and psychological well-being", *Korea Journal of Counseling*, Vol.17, No.3, pp.295-318, 2016.
- [14] S. Feldman, G. Downey, "Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior", *Development and Psychopathology*, Vol.6, No.1, pp.231-247, 1994.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.1017/S0954579400005976>
- [15] M. J. Park, N. Yang, "Validation of Rejection Sensitivity Scale for College Students", *THE KOREAN JOURNAL OF COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY*, Vol.29, No.1, pp.103-127, 2017.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.23844/kjcp.2017.02.29.1.103>
- [16] S. R. Levy, O. Ayduk, G. Downey, *The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others and valued social groups*. p251-289. In M. R. Leary(Eds.), *Interpersonal Rejection*, Oxford University Press, 2001.
- [17] S. K. An, Y. J. Chung, "The Effects of Rejection Sensitivity on Interpersonal Problems of University Students: The Mediating Effect of Ambivalence over Emotional Expressiveness", *THE KOREAN JOURNAL OF COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY*, Vol.28, No.3, pp.719-741, 2016.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.23844/kjcp.2016.08.28.3.719>
- [18] H. S. Kim, Y. S. Lee, "The Relationship of Rejection Sensitivity, Self-Encouragement, and Interpersonal Competence of Undergraduate Students", *Journal of Rehabilitation Psychology*, Vol.18, No.3, pp.375-392, 2011.
- [19] J. H. Heo, "The Effects of Negative Emotions on SWB in College Students : In the Mediation of Emotion Expression", *Journal of Social Science*, Vol.25, No.3,

- pp.225-244, 2014.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.16881/jss.2014.07.25.3.225>
- [20] Y. A. Lee, I. Yi, "The Relation Between Rejection Sensitivity and Social Anxiety in Male and Female Korean College Students: The Mediating Effects of Attentional Focusing and Moderating Effects of Attentional Shifting", *Korean Journal of Health Psychology*, Vol.21, No.3, pp.641-660, 2016.  
DOI: <https://doi.org/10.17315/kjhp.2016.21.3.010>
- [21] J. D. Houghton, C. P. Neck, "The Revised Self-Leadership Questionnaire: Testing a hierarchical factor structure for self-leadership", *Journal of Managerial Psychology*, Vol.17, No.8, pp.672-691, 2002.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.1108/02683940210450484>
- [22] E. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larson, S. Griffin, "The satisfaction with life scale: A measure of global life satisfaction", *Journal of Personality Assessment*, Vol.49, No.1, pp.71-75, 1985.  
DOI: [https://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- [23] Y. J. Ryu. "Effect of personality and desire level on subjective well-being", Master's Thesis, Yonsei University. 1996.
- [24] B. K. Kim, C. Y. Jyung, "The Casual Relationship among Career Decision-Making Self-Efficacy, Self-Leadership, Problem Solving Ability, and Career Motivation", *Journal of Agricultural Education and Human Resource Development*, Vol.44, No.2, pp.49-71, 2012.  
DOI: <https://doi.org/10.23840/agehrd.2012.44.2.49>
- [25] K. H. Seo, W. S. Choi, S. B. Lee, "A Study on Differences among Self-leadership, Career Decision-making Self-efficacy and Career Maturity according to General Characteristics of Students Majoring in Cooking and Food Service", *Journal of Tourism and Leisure Research*, Vol.28, No.5, pp.367-391, 2016.
- [26] J. M. Rhim, K. J. Oh, "Effects of Rejection Sensitivity on the Quality of Relationship : The Mediating Role of Hostile Behavior and Self-silencing", *CLINICAL PSYCHOLOGY IN KOREA: RESEARCH AND PRACTICE*, Vol.2, No.2, pp.183-195, 2016.
- [27] M. J. Lee, J. M. Lee, J. M. Lee, B. J. Choi, J. H. Chun, H. S. Sohn, "Influence of Female Undergraduates upon Sociality and College Life Satisfaction", *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol.12, No.8, pp.300-309, 2012.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2012.12.08.300>
- [28] Y. Y. Kwak, M. J. Chung, "The Effects of Child Rearing Practices and College Students' Financial Independence on Their Psychological Well-Being and Self-Efficacy", *Studies on Korean Youth*, Vol.21, No.3, pp.121-141, 2010.
- [29] D. Jang, "The Mediating Effects of Meaning in Life in the Relationship between Life Stress and Adjustment to College Life among College Students", Hanyang University, Unpublished master's thesis, 2015.
- [30] H. J. Lee, "Differences in career openness, career exploration, and career identity by sex and level of social anxiety", *Korean journal of educational research*, Vol.46, No.1, 79-99, 2008.
- [31] J. C. Lee, "Difference and Impact of University Students' Personal Characteristics on Self-Leadership, Career Decision-Making Self-Efficacy, Career Preparation Behavior, and Employability", *The Korean Journal of Human Resource Development*, Vol.15, No.3, pp.215-245, 2013.  
DOI: <https://dx.doi.org/10.18211/kjhrdq.2013.15.3.009>

이 윤 주(Yunju Lee)

[정회원]



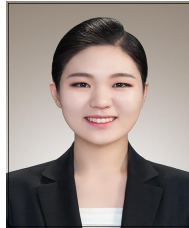
- 1997년 2월 : 충남대학교 간호학과 (간호학학사)
- 2008년 8월 : 가톨릭대학교 사회복지학과 (의료사회복지학석사)
- 2014년 2월 : 인하대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2014년 3월 ~ 현재 : 인천재능대학교 간호학과 조교수

<관심분야>

정신질환간호, 지역사회정신보건, 대인관계, 직장내 괴롭힘

서 보 미(Bomi Seo)

[정회원]



- 2017년 2월 : 인천재능대학교 간호학과 (간호학학사)

<관심분야>

정신건강간호, 대인관계심리