한국무용과학회지, 2023, 제40권 제4호, pp.61~74
Official Journal of Korean Society of Dance Science
2023, Vol.40, No.4 pp.61~74

1229-7836/23/638

DOI http://dx.doi.org/10.21539/Ksds.2023.40.4.61

문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향: 자아탄력성 매개효과 검증

김태연* 나나아트앤에듀

초록 본 연구의 목적은 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향을 규명하고, 자아탄력성이 재미요인과 주관적 행복감 간의 관계에서 매개 역할을 하는지를 검증하는 것이다. 연구대상은 문화예술관련 동아리 활동에 참여하고 있는 재학생이며, 편의표본추출법으로 총 300명을 분석자료로 사용하였다. 자료 분석은 통계프로그램인 SPSS 28.0 사용하였으며, 이를 통해 도출된 결과는 다음과 같다. 첫째, 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 자아탄력성에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 문화예술동아리 참여 대학생의 자아탄력성이 주관적 행복감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인과 주관적 행복감 간의 관계에서 자아탄력성이 완전매개하는 것으로 나타났다.

주요어 : 대학생, 문화예술동아리, 재미, 자아탄력성, 주관적 행복감

Ⅰ. 서론

1. 연구의 필요성

지난 3월 유엔 지속가능발전해법네트워크(SDSN)가 발표한 '세계행복보고서'에 따르면, 한국의 행복지수는 10점 만점에 5.951점으로, 조사대상 137개국 중 57위를 기록했다(김혜인, 2023). 이는 경제협력개발기구(OECD) 38개 회원국 가운데 뒤에서 4번째로 국민의 행복감이 현저히 떨어져 있음을 보여주는 결과이다.

이 중에서도 특히 대학생들의 마음건강 악화 양상을 주의 깊게 들여다볼 필요가 있다. 2020년 알바몬이 대학생 989명을 대상으로 실시한 '행복지수·스트레스 지수' 조사 결과를 보면, 대학생들 스스로 매긴 자신의 행복지수는 100점 만점에 평균 53.3점으로 낮은 수준으로 나타났고, 이 중 현재 행복한지 묻는 질문에 대한 긍정적 답변은 33.1% 뿐인 것으로 조사됐다(최빛나, 2020). 이들은 대학생활의 적응, 가치관 문제, 친구 간의 관계, 학업 문제, 학비 부담뿐만 아니라 경제 불안으로 인한 취업난 등 다양한 스트레스를 경험하고 있다(남혜련, 2015). 대학생들은 한국의 미래를 이끌어가야 할 매우 중요한 집단으로, 이들의 부정적 심리 상태가 장기화되는 것은 심각한 사회문제이며 개선이 필요한 과제이다. 따라서 이들이 삶을 긍정적으로 바라보고 나아가 나라의 건강한 구성원으로 자리 잡을 수 있도록 그들의 정신건강에 관해 주요하게 살펴보고 연구할 필요성이 있다.

주관적 행복감이란 '삶에 대해 얼마나 만족하는 것과 그에 대한 정서적인 반응을 포함하는 것으로 개인의 자기 삶에 대한 전반적인 평가적 반응'(Diener, 2000)이라고 정의할 수 있다. 이는 문화예술활동과 밀접한 상관관계를 맺는다. 문화예술은 복합적인 문제와 스트레스에 적절한 탈출구와 해결책을 찾아야 함에 있어(남혜련, 2015) 그 역할을 담당할 가장 적합한 도구이자 인간의 행복감과 삶의 질을 높여 주는 가장 대표적인 매개제로 볼 수 있다.

* 나나아트앤에듀 대표, kimhbi84@naver.com

현재 문화예술활동이 행복함, 삶의 만족 등의 정서 반응에 긍정적인 영향을 미친다는 다수의 선행연구(유은혜, 2015; 이학준, 2019; 김민주, 2022)들이 보고 되고 있으며, 이러한 성격을 띤 모임인 동아리 활동은 대학생들에게 있어서 심리적으로 긍정적인 영향을 줄 것으로 유추해 볼 수 있다(김근국, 김만수, 김범준, 2015). 즉, 대학생들의 문화예술 동아리 활동은 심리적 압박감으로 인한 스트레스를 완화해 주고, 정서적·신체적으로 건강한 사회인으로 성장하게 도와줄 것으로 사료된다.

행복감에 영향을 미치는 대표적인 변인으로 '재미요인'을 꼽을 수 있다. 재미는 어떠한 체험에 대한 즐거움, 좋아함 등과 같은 긍정적인 정서반응을 의미하며(Scanlan & Simons, 1992), 정신적인 스트레스 해소로 인해, 몸과 마음이 매우 가벼운 느낌으로 환산되어 움직임이 원활해지고 그 자체로 즐거워지는 것을 말한다(이필우, 2005). 홍성진(2011)은 연구에서 연예인 야구 동호회 경험이 참가자에게 즐겁고 재미있는 느낌을 주어 이것이 곧 참가자 개인이 행복감을 느끼게 되는 것으로 발전된다는 연구결과를 밝혔다. 또한, 대학 교양 댄스스포츠 참가자를 대상으로 한 연구에서 강신범, 장재용, 김창숙, 정상훈(2018)는 참가자의 재미요인이 행복감에 정적 영향을 미친다고 보고하였고, 송홍락, 유원용(2014)의 연구에서도 교양체육 수강생이 인지하는 수업의 재미요인이 행복감에 정(+)적인 영향을 미쳤다는 결과가 나타났다. 이같이 선행연구를 통해 문화예술활동에서 재미요인이 행복감에 영향을 미칠 것으로 유추해 볼 수 있다.

또한, 자아탄력성 요인 역시 행복감과 관련성이 깊다. Block(1982)은 자아탄력성이란 일시적이고 적응이 필요한 스트레스의 영향으로부터 다시 이전의 자아-통제 수준으로 변화시킬 수 있고, 되돌아갈 수 있는 역동적인 능력이라 정의내렸다. 자아탄력성은 대표적인 매개변인이다. 유비(2015), 공혜준(2018) 등의 연구에서 재미요인과 유의한 영향 관계를 맺음을 확인할 수 있고, 장선미, 정영주(2018), 손희나, 최항준(2022) 연구를 보면 행복감에 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 따라서 재미 감정이 자아탄력성 상승으로 이어져 행복감을 높여 줄 것이란 유기성을 가정해 볼 수 있다.

살펴본 바와 같이 재미요인과 자아탄력성, 행복감은 서로 관련이 깊은 것으로 보인다. 그러나 지금까지 진행된 선행연구들은 대부분 스포츠 종목을 연구 대상으로 하는 경우가 많았으며, 문화예술활동을 대상으로 하는 연구는 아직 미흡한 실정이다, 이뿐만 아니라 연구 집단 역시 노인과 영유아를 대상으로 한 연구는 활발히 이뤄지고 있지만, 미래의 주역인 대학생을 대상으로 한 연구는 소외되고 있는 상태이다. 이에 본 연구에서는 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향을 규명하고, 재미요인과 주관적 행복감에 대한 자아탄력성의 매개효과를 검증하고자 한다. 나아가 이를 기반으로 문화예술동아리 활동의 실효성과 정책 제언의 기초자료를 제공하는데 본 연구의 궁극적인 목적이 있다.

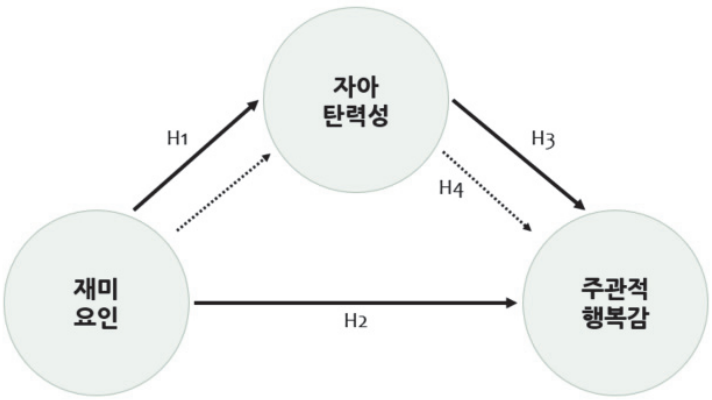

그림 1. 연구모형

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

2. 연구 문제

본 연구의 목적 달성을 위해 다음과 같이 연구모형과 연구문제를 설정하였다.

첫째, 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인은 자아탄력성에 어떠한 영향을 미치는가?
둘째, 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인은 주관적 행복감에 어떠한 영향을 미치는가?
셋째, 문화예술동아리 참여 대학생의 자아탄력성은 주관적 행복감에 어떠한 영향을 미치는가?
넷째, 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향에서 자아탄력성은 매개효과가 있는가?

Ⅱ. 연구방법

1. 연구 대상

연구 목적을 규명하기 위해 전국 대학 내에서 문화예술 관련 동아리 활동에 참여하고 있는 재학생을 모집단으로 선정하였다. 구체적인 문화예술 분야는 〈문화예술진흥법〉 제1조제1항에 정의된 " '문화예술'이란 문학, 미술, 음악, 무용, 연극, 영화, 연예(演藝), 국악, 사진, 건축, 어문(語文), 출판, 만화, 게임, 애니메이션 및 뮤지컬 등" 과 〈2022국민문화예술활동조사〉에서 설정된 " '문화예술관람'이란 문학행사, 미술, 서양음악, 전통예술, 연극, 뮤지컬, 무용, 영화, 대중음악/연예"를 바탕으로 하였다. 이를 기준으로 영화, 연예 등 대중예술을 제외한 '문학, 미술, 음악, 전통예술, 연극, 뮤지컬, 무용'을 최종 모집단으로 규정하였다.

연구 대상은 비확률 표본추출방법 중 편의표본추출법을 이용하여 표집하였고, 최종 300부를 통계분석에 이용하였다. 〈표 1〉를 통해 대상자의 일반적 특성을 구체적으로 살펴볼 수 있다.

표 1. 조사 대상자의 일반적 특성

구분		Count	%
성 별	남성	158	52.7
	여성	142	47.3
학 년	1학년	86	28.7
	2학년	92	30.7
	3학년	45	15.0
	4학년	77	25.7
참여기간	3개월 미만	96	32.0
	3개월~6개월	29	9.7
	6개월~12개월	73	24.3
	1~2년	50	16.7
	2년 이상	52	17.3
참여정도	주1~2회	146	48.7
	주3~4회	112	37.3
	주5회 이상	42	14.0
활동시간	30분 이하	6	2.0
	30분~1시간	92	30.7
	1시간~1시간 30분	113	37.7
	1시간30분~2시간	51	17.0
	2시간 이상	38	12.7
	Total	300	100.0

2. 조사도구

본 연구의 목적 달성을 위해 사용된 조사 도구는 신뢰도와 타당도가 이미 선행연구에서 검증된 도구로서 요인분석과 목적에 맞게 수정, 보완해 사용하였다.

1)재미요인

재미요인는 Scanlan Etal.(1993)와 김병준(1999), 김현우(2007), 송강영, 박문수, 이태용(2008), 이혜곤(2012) 등의 선행연구를 바탕으로 성낙숙(2013)이 수정, 보완한 척도를 사용하였다. 척도는 사교 4문항, 흥미 4문항, 인정 4문항, 심신회복 2문항 총 14문항으로 각 문항은 리커트 5점 척도로 구성하였다.

2) 자아탄력성

자아탄력성 척도는 임성숙, 김진숙(2009)이 개발하고 이정은(2014), 이제행, 조건상(2017)이 사용한 척도를 김도형(2019)이 수정, 보완한 척도를 사용하였다. 척도는 지지관계 6문항, 긍정태도 3문항 총 9문항으로 각 문항은 리커트 5점 척도로 구성하였다.

3) 주관적 행복감

주관적 행복감을 측정하기 위하여 Diener, Emmons, Larsen & Griffin(1985)이 개발하고 서은국, 구재선(2011), 김보경, 한상일(2012)이 사용한 척도를 윤영근(2015)이 연구에 맞게 수정, 보안한 척도를 사용하였다. 척도는 정서적 행복 3문항, 인지적 행복 4문항 총 7문항으로 각 문항은 리커트 5점 척도로 구성하였다.

3. 설문지의 타당도와 신뢰도

본 연구의 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인, 자아탄력성, 주관적 행복감의 타당성과 신뢰성을 확보하기 위하여 탐색적 요인분석(Exploratory Factor Analysis: EFA)을 실시하였으며, 요인들의 신뢰성 검증을 위하여 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 탐색적 요인분석의 요인 추출 방법은 주성분 분석(Principal Component)을 이용하였으며, 회전 방식은 직교회전 방식 중 베리멕스(Varimax)를 이용하였다. 그리고 모집단의 정규분포성과 요인분석에 적합한 자료임을 확인하기 위하여 KMO(Kaiser Meyer Olkin)분석과 Bartlett의 단위행렬 검증(Bartlett's Test of Sphericity)을 실시하였으며, 문항 간의 상관관계 정도를 나타내는 요인 적재치(Factor Loading)는 그 값이 0.4 이상의 문항으로 설정하였다.

변수들의 일변량 정규성과 다변량 정규성 모두 검토한 결과, 왜도의 경우, -1.83~-.64, 첨도의 경우, .20~4.93으로 나타나 변수들의 정규성에는 문제가 없음을 확인하였다.

표 2. 재미요인의 탐색적 요인분석

구분		Component			
		1	2	3	4
사교	재미요인5	.850	.270	.139	.139
	재미요인6	.830	.237	.201	.160
	재미요인7	.745	.282	.156	.217
	재미요인8	.712	.209	.342	.189
흥미	재미요인2	.249	.826	.094	.167
	재미요인3	.298	.819	.150	.114
	재미요인1	.190	.751	.177	.267

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

	재미요인4	.274	.730	.230	-.056
인정	재미요인12	.418	.129	.636	.344
	재미요인10	-.027	.374	.631	.327
	재미요인11	.430	.225	.519	.384
	재미요인9	.033	.486	.508	.339
심신회복	재미요인15	.262	.128	.129	.859
	재미요인16	.256	.207	.321	.796
고유치		3.420	3.240	2.979	2.138
분산(%)		21.377	20.247	18.618	13.361
누적%		21.377	41.624	60.242	73.603
(Cronbach's α)		.878	.904	.825	.864

KMO=.906, X^2=3228.38, p<.001

1) 재미요인의 타당도 및 신뢰도

〈표 2〉는 재미요인 설문지의의 탐색적 요인분석과 신뢰도분석 결과이다. 전체 변량(Total Variance)은 73.60%의 설명력을 나타내고 있으며, 전체 상관관계행렬이 요인분석에 적합한지를 나타내는 KMO 지수는 .906, Bartlett의 단위행렬 검증치는 X^2=3228.38, p<.001로 나타나 재미요인에 대한 요인분석의 타당성은 검증되었다.

2) 자아탄력성의 타당도 및 신뢰도

〈표 3〉는 자아탄력성의 탐색적 요인분석과 신뢰도분석 결과이다. 자아탄력성 설문지의 전체 변량은 68.50%의 설명력을 나타내고 있으며, 전체 상관관계행렬이 요인분석에 적합한지를 나타내는 KMO 지수는 .927, Bartlett의 단위행렬 검증치는 X^2=2643.75, p<.001로 나타나 자아탄력성에 대한 요인분석의 타당성은 검증되었다.

표 3. 자아탄력성의 탐색적 요인분석

구분		Component	
		1	2
지지관계	자아탄력성6	.847	.202
	자아탄력성5	.795	.308
	자아탄력성4	.757	.412
	자아탄력성2	.704	.289
	자아탄력성3	.656	.419
	자아탄력성1	.577	.335
긍정태도	자아탄력성10	.246	.857
	자아탄력성12	.230	.852
	자아탄력성11	.474	.725
고유치		5.333	2.887
분산(%)		44.445	24.057
누적%		44.445	68.502
(Cronbach's α)		.903	.853

KMO=.927, X^2=2643.75, p<.001

3) 주관적 행복감의 타당도 및 신뢰도

〈표 4〉는 주관적 행복감의 탐색적 요인분석과 신뢰도분석 결과, 전체 변량은 68.18%의 설명력을 나타내고 있으며, 전체 상관관계행렬이 요인분석에 적합한지를 나타내는 KMO 지수는 .932, Bartlett의 단위행렬 검증치는 X^2=2172.75, p<.001로 나타나 주관적 행복감에 대한 요인분석의 타당성은 검증되었다.

표 4. 주관적 행복감의 탐색적 요인분석

구분		Component	
		1	2
정서적행복	행복감10	.769	.198
	행복감9	.763	.391
	행복감11	.646	.409
인지적행복	행복감4	.182	.829
	행복감6	.295	.786
	행복감5	.426	.775
	행복감1	.530	.689
고유치		3.926	3.575
분산(%)		35.686	32.498
누적%		35.686	68.185
(Cronbach's α)		.730	.883

KMO=.932, X^2=2172.75, p<.001

4. 상관관계 분석

재미요인, 자아탄력성, 주관적 행복감 상관관계 분석을 실시한 결과에서, 먼저, 재미요인과 주관적 행복감의 경우 (r=.711)로 유의한 정적인 상관관계를 보였다(p<.01). 재미요인과 자아탄력성의 경우 (r=.780)로 정적인 유의한 상관관계를 보였다(p<.01). 자아탄력성과 주관적 행복감의 경우 (r=.870)로 정적인 유의한 상관관계를 보였다(p<.01).

이러한 결과에서 재미요인, 자아탄력성, 주관적 행복감의 경우 유의한 정적 관계가 존재하는 것을 알 수 있다.

표 5. 재미요인, 자아탄력성, 주관적 행복감 상관관계 분석

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.흥미	1										
2.사교	.569**	1									
3.인정	.578**	.611**	1								
4.심신회복	.438**	.507**	.616**	1							
5.재미요인_Total	.838**	.849**	.843**	.706**	1						
6.지지관계	.530**	.597**	.707**	.632**	.737**	1					
7.긍정태도	.460**	.579**	.596**	.634**	.671**	.645**	1				
8.자아탄력성_Total	.551**	.648**	.727**	.695**	.780**	.941**	.866**	1			
9.인지적행복	.509**	.473**	.581**	.477**	.620**	.674**	.765**	.781**	1		
10.정서적행복	.490**	.566**	.598**	.562**	.666**	.728**	.719**	.796**	.742**	1	
11.주관적행복감_Total	.522**	.584**	.646**	.632**	.711**	.745**	.863**	.870**	.921**	.889**	1

5. 자료처리방법

본 연구를 위해 표집된 최종자료를 Windows for SPSS 28.0 프로그램을 활용하여 분석하였다. 첫째, 문화예술동아리 참여 대학생의 인구통계학적 특성을 알아보기 위한 빈도분석(Frequency Analysis)를 실시하였다. 둘째, 수집된 자료의 타당도검증을 위해 탐색적요인분석(Exploratory Factor Analysis)을 실시하였고, 신뢰도 검증을 위하여 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 셋째, 변인 간 관계성을 검증하기 위해 상관관계분석을 실시하였다. 넷째, 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인, 자아탄력성, 주관적 행복감의 인과관계 파악을 위해 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 진행하였다.

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

Ⅲ. 연구 결과

1. 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 자아탄력성에 미치는 영향

재미요인이 자아탄력성에 미치는 영향을 규명하기 위해 단순회귀분석과 다중회귀분석을 실시하였고, 결과는 다음 〈표 6〉, 〈표 7〉과 같다. 먼저, 단순회귀분석을 실시한 결과, 모형의 설명력은 60.8%로 높게 나타났으며, 회귀식이 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다(F=463.014, p<.001). 재미요인과 자아탄력성의 관계를 살펴보면, 재미요인의 표준화계수와 유의확률이 β=.780, p<.001으로 나타나 재미요인이 자아탄력성에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 6. 재미요인이 자아탄력성에 미치는 영향

	비표준화 계수		표준화 계수	t	p
	B	표준오차	β		
(Constant)	.191	.177		1.080	.281
재미요인	.914	.042	.780	21.518***	.000
F=463.014***, R^2=.608(.607)					

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

이어, 재미 하위요인이 자아탄력성에 미치는 영향에 대한 다중회귀분석을 실시한 결과, 모형의 설명력은 66.9%로 높게 나타났으며, 회귀식이 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다(F=149.205, p<.001). 재미 하위요인의 표준화계수와 유의확률을 보면, 심신회복(β=.340, p<.01), 인정(β=.333, p<.001), 사교(β=.225, p<.001) 순으로 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 재미요인 중 심신회복, 인정, 사교 요인이 자아탄력성에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 흥미는 정적으로는 나타났으나, 통계적으로 유의한 영향을 미치지 않았다.

표 7. 재미 하위요인이 자아탄력성에 미치는 영향

	비표준화 계수		표준화 계수	t	p	공선성 통계량	
	B	표준오차	β			공차한계	VIF
(Constant)	-.215	.175		-1.224	.222		
흥미	.070	.038	.081	1.863	.063	.589	1.697
사교	.208	.042	.225	4.936***	.000	.539	1.856
인정	.383	.057	.333	6.719***	.000	.456	2.191
심신회복	.330	.042	.340	7.806***	.000	.591	1.693
F=149.205***, R^2=.669(.665)							

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

2. 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향

재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향을 규명하기 위해 단순회귀분석과 다중회귀분석을 실시하였고, 결과는 〈표 8〉, 〈표 9〉과 같다. 먼저, 단순회귀분석을 실시한 결과, 모형의 설명력은 50.6%로 나타났으며, 회귀식이 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다(F=305.270, p<.001). 재미요인과 주관적 행복감의 관계를 살펴보면, 재미요인의 표준화계수와 유의확률이 β=.711, p<.001으로 나타나 재미요인이 주관적 행복감에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 8. 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향

	비표준화 계수		표준화 계수	t	p
	B	표준오차	β		
(Constant)	.145	.212		.683	.495
재미요인	.890	.051	.711	17.472***	.000
F=305.270***, R^2=.506(.504)					

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

이어, 재미 하위요인이 주관적 행복감에 미치는 영향에 대한 다중회귀분석을 실시한 결과, 모형의 설명력은 54.7%로 나타났으며, 회귀식이 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다(F=89.036, p<.001). 재미 하위요인의 표준화계수와 유의확률을 보면, 심신회복(β=.320, p<.001), 인정(β=.260, p<.001), 사교(β=.193, p<.001), 흥미(β=.121, p<.05) 순으로 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 모든 재미 하위요인이 주관적 행복감에 (+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 9. 재미 하위요인이 주관적 행복감에 미치는 영향

	비표준화 계수		표준화 계수	t	p	공선성 통계량	
	B	표준오차	β			공차한계	VIF
(Constant)	-.177	.219		-.807	.421		
흥미	.112	.047	.121	2.379*	.018	.589	1.697
사교	.190	.053	.193	3.618***	.000	.539	1.856
인정	.320	.071	.260	4.490***	.000	.456	2.191
심신회복	.332	.053	.320	6.281***	.000	.591	1.693
F=89.036***, R^2=.547(.541)							

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

3. 문화예술동아리 참여 대학생의 자아탄력성이 주관적 행복감에 미치는 영향

자아탄력성이 주관적 행복감에 미치는 영향을 규명하기 위해 단순회귀분석과 다중회귀분석을 실시하였고, 결과는 〈표 10〉, 〈표 11〉과 같다.

먼저, 단순회귀분석을 실시한 결과, 모형의 설명력은 75.8%로 높게 나타났으며, 회귀식이 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다(F=931.307, p<.001). 자아탄력성과 주관적 행복감의 관계를 살펴보면, 자아탄력성의 표준화계수와 유의확률이 β=.870, p<.001으로 나타나, 자아탄력성이 주관적 행복감에 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 10. 자아탄력성이 주관적 행복감에 미치는 영향

	비표준화 계수		표준화 계수	t	p
	B	표준오차	β		
(Constant)	.135	.123		1.099	.273
자아탄력성	.930	.030	.870	30.517***	.000
F=931.307***, R^2=.758(.757)					

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

이어, 자아탄력성 하위요인이 주관적 행복감에 미치는 영향에 대한 다중회귀분석을 실시한 결과, 회귀모형의 설명력은 80.6%로 높게 나타났으며, 회귀식이 통계적으로 유의한 것으로 분석되었다(F=815.822, p<.001). 재미 하위요인의 표준화계수와 유의확률을 보면, 긍정태도(β=.656, p<.001), 지지관계(β=.321, p<.001) 순으로 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나, 모든 자아탄력성 하위요인이 주관적 행복감에 (+)의 영향을 미치는 것으

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

로 나타났다.

표 11. 자아탄력성 하위요인이 주관적 행복감에 미치는 영향

	비표준화 계수		표준화 계수	t	p	공선성 통계량	
	B	표준오차	β			공차한계	VIF
(Constant)	.420	.115		3.661	.000		
지지관계	.349	.036	.321	9.588***	.000	.583	1.697
긍정태도	.527	.027	.656	19.598***	.000	.583	1.856
F=815.822***, R^2=.806(.804)							

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

4. 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향에서 자아탄력성 매개효과

재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과를 확인하기 위해 Baron & Kenny (1986)의 3단계 회귀분석을 실시하였으며, 그 결과는 〈표 12〉과 같다.

표 12. 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과

	종속변수:자아탄력성		종속변수:주관적행복감		종속변수:주관적행복감	
	B	β	B	β	B	β
재미요인	.914	.780***	.890	.711***	.104	.083
자아탄력성					.861	.806***
R^2	.608		.506		.760	
F	463.014***		305.270***		470.957***	

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

재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과에 대해 살펴보면, 먼저 1단계 분석에서 독립변수인 재미요인이 매개변수인 자아탄력성에 미치는 영향이 통계적으로 유의한 것으로 나타났으며(β=.780, p<.001), 2단계에서 재미요인이 종속변수인 주관적행복감에 미치는 영향이 통계적으로 유의한 것으로 나타났다(β=.711, p<.001). 그리고 3단계 분석에서 재미요인이 주관적행복감에 미치는 영향은 통계적으로 유의하지 않으나(β=.083, p>.05), 재미요인이 자아탄력성에 미치는 영향이 통계적으로 유의한 것으로 나타나(β=.806, p<.001), 자아탄력성이 재미요인과 주관적 행복감의 관계에서 완전매개함을 확인할 수 있다.

매개 검증의 마지막 단계로, Sobel test를 실시한 결과, Z=3.858, p<.001 으로 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

Ⅳ. 논의

이 연구는 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향과 자아탄력성의 매개효과를 증명하는데 목적이 있다. 본 연구에서 도출된 연구결과를 토대로 다음과 같이 논의를 전개한다.

1. 재미요인이 자아탄력성에 미치는 영향

문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 자아탄력성에 미치는 영향을 분석한 결과, 재미요인의 심신회복, 인정, 사교요인이 자아탄력성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

동일한 스트레스 환경에서도 자아탄력성이 높은 사람은 충동통제와 정서조절을 통하여 스트레스 상황에 잘 적응하며 고통과 스트레스를 덜 느끼게 된다(오현애, 김현숙 2014). 이에 학업과 취업 등으로 스트레스 지수가 높은 대학생들의 자아탄력성 향상에 즐거운 정서반응이 수반된 문화예술활동이 효과적인 방책이 될 수 있다고 판단된다. 구체적으로 살펴보면, 재미요인 중 심신회복, 인정 요인이 자아탄력성에 높은 영향 관계를 보였는데, 이는 대학생들이 문화예술 동아리에 참가하면서 느낄 수 있는 심리적 안정감과 회복, 그리고 동료들과 함께 소통하고 삶을 공유하는 사교 활동의 재미요인이 자신의 상태를 직시하고 수용해 적절히 통제할 수 있는 능력을 높여준다고 해석 가능하다. 따라서 이 같은 요인을 적극적으로 활용한 문화예술 동아리 활동 참여는 현대 사회 대학생들이 건강한 정서 상태를 유지하는데 도움을 줄 수 있을 것으로 사료된다.

이는 중국 태권도 수련생을 대상으로 한 연구에서 지각한 재미는 자아탄력성에 영향을 미친다고 밝힌 HAN BING(2020)와 스포츠 클럽에 참여자의 재미요인이 탄력성에 통계적으로 영향이 있음을 입증한 김재형(2023)의 연구와 동일한 결과를 보이고 있다. 또한, 공혜준(2018)의 중학교 스포츠활동 참여자 재미요인이 자아탄력성에 긍정적인 영향을 미친다는 연구결과가 본 연구를 지지해 주고 있다.

2. 재미요인이 주관적행복감에 미치는 영향

문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적행복감에 미치는 영향을 분석한 결과, 재미요인의 심신회복, 인정, 사교, 흥미 요인이 주관적 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

특히, 재미의 모든 하위요인이 주관적 행복감을 증대시킨다는 본 결과를 통해 대학생들의 문화예술 동아리 활동에 있어 재미요인이 주관적행복감에 중요한 영향요인임을 확인할 수 있었다. 이 같은 결과는 문화예술활동을 통한 즐거움, 안정감, 인정, 관계 맺음 등의 충족 경험이 삶의 만족과 행복감을 이끌어 낸다고 해석 가능하다. 따라서 동아리 활동을 운영할 때, 단순한 흥미, 즐거움을 강조하기보다는 자신감 향상, 지식 습득에 중점으로 두거나 대인관계 상승에 기여할 수 있는 방법을 구상하는 등 다각적이고 효과적인 운영방안과 뚜렷한 목표를 설정할 필요가 있다.

이 같은 연구 결과는, 컨트리댄스 동호회인을 대상으로 한 연구에서 재미의 활기와 인정이 삶의 만족과 정적 상관관계가 있는 것을 밝힌 최성애(2014)의 연구와 일치한다. 또한, 대학교양 댄스스포츠 참가자의 재미요인이 행복감에 미치는 영향을 검증한 강신범, 장재용, 김창숙, 정상훈(2018) 연구에서도 재미 요인이 행복감에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이정우, 이지항, 오성민(2020)는 연구에서 스트릿 댄스 동호인의 재미가 몰입과 여가만족에 영향을 미쳤다고 밝히며, 이 같은 결과는 스트릿 댄스를 신체적, 정신적으로 긍정적인 이점을 주는 신체 활동으로 인식하고 활동 자체에 몰두하며, 이를 통해 삶의 질을 향상 시킬 수 있는 여가 생활 만족을 얻을 수 있다고 논하였다. 이는 본 연구를 간접적으로 지지해 주고 있다.

또한, 강수택, 정철규(2015)의 아마추어 골퍼들을 대상으로 한 연구에서 재미요인이 행복감에 영향을 미친다는 연구결과와 볼링 참여자의 재미요인 중 유능감, 성취감 요인을 높게 인지할수록 주관적 행복감에 영향을 미친다는 강연경(2020)의 연구결과가 본 연구와 맥락을 같이하고 있다.

3. 자아탄력성 주관적 행복감에 미치는 영향

문화예술동아리 참여 대학생의 자아탄력성이 주관적 행복감에 미치는 영향을 분석한 결과, 자아탄력성의 지지관계와 긍정태도가 주관적 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이는, 대학생들이 문화예술 동아리 활동에 참여하는데 있어, 변화와 도전적 상황과 같은 스트레스 환경에서 자아를 적절하게 조절, 통제해 문제를 해결하는 능력이 높을수록 주관적 행복감에 도움을 준다고 해석해 볼 수 있다. 따라서, 자아탄력성은 개인들을 동기화시키고 행동을 수행할 가능성을 높여주는 중요한 기제의 역할을 하는 변인

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

(이해원, 2015)임으로 문화예술 동아리 참여 대학생의 주관적 행복감에 긍정적 영향력을 미칠 수 있는 자아탄력성의 자원을 적극적으로 개발할 필요가 있다. 이에 자아탄력성을 높이는 방안을 다각도로 모색해야 된다고 판단된다.

본 연구는 교양무용 참여 대학생의 자아탄력성이 주관적 행복감에 긍정적인 영향을 미치는 것을 검증한 이해원(2015)의 연구와 동일한 결과를 보이고 있고, 댄스스포츠 동호인을 대상으로 한 연구에서 자아탄력성의 낙관적 태도와 자신감이 주관적 행복감에 영향을 미치는 것을 검증한 진현주, 김대동, 박주영(2013)의 연구와도 맥을 같이 하고 있다.

또한, 이선영(2008)는 자아탄력성 증진 프로그램을 통해 초등학생의 자아탄력성을 증진 시킨 결과, 학교생활 적응은 물론 주관적 안녕감이 높아졌다고 밝혔고, 이영근(2016)도 차별 경험과 자아탄력성이 청소년의 주관적 행복감에 미치는 영향을 검증한 연구에서 유의한 정(+)적인 영향을 미친다고 보고했다. 이 같은 연구결과는 본 연구와 맥락이 같다.

4. 재미요인이 주관적행복감에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과

문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향에서 자아탄력성의 매개효과를 분석한 결과, 자아탄력성이 재미요인과 주관적 행복감에 완전매개하는 것으로 나타났다.

이는 대학생들이 문화예술 동아리 활동을 통해 즐거움이나 심신의 안정 등의 재미를 경험하게 된다면, 부정적 상황에서도 자신을 통제하고 조절할 수 있는 능력이 높아지게 되고 최종적으로 삶의 만족, 행복감 상승으로 이어진다고 풀이된다. 이 같은 연구 결과는 재미요인, 자아탄력성, 주관적 행복감이 서로 유기적 영향 관계를 가진다는 것을 학문적으로 검증하였다는 점에서 시사하는 바가 크다. 따라서, 재미요인과 자아탄력성의 유기적 감정 활동이 동반된 문화예술 동아리 참여가 대학생들의 행복감을 높이는데 기여하는 바가 있음을 인식하고, 두 요인을 향상시킬 수 있는 방안 연구와 더불어 제도 개선이나 지원 확대와 같은 활성화 방안 연구 등이 필요할 것으로 판단된다.

심혜인(2020)은 여가만족과 주관적 행복의 관계에서 긍정심리자본의 매개역할을 검증한 결과로 긍정심리자본의 하위 구성요소(자기효능감·회복탄력성) 모두는 여가만족과 주관적 행복의 관계를 부분매개하였으며, 이에 따라 심리역량의 발달이 청소년의 주관적 행복을 촉진할 수 있다고도 해석 가능하다며 뜻을 밝혔다. 이는 자아탄력성의 매개효과가 의미가 있음을 뜻한다. 현재 선행연구를 살펴보면, 자아탄력성이 재미요인과 주관적 행복감의 관계에서 매개효과를 규명한 연구는 전무한 실정이다. 이에 문화예술동아리 활동에 참여하고 있는 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향에서 자아탄력성이 매개효과가 있음을 검증한 본 연구 결과는 추후 이와 관계된 후속 연구가 이뤄질 가능성을 제공하였다는 점에서 학문적 의의가 크다고 판단된다.

V. 결론 및 제언

본 연구에서는 문화예술동아리에 참여하는 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 미치는 영향과 자아탄력성의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 문화 예술 관련 동아리 활동에 참여하고 있는 재학생을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 최종 300부의 자료가 실제 분석에 활용되었다. 자료 분석은 통계프로그램인 SPSS 28.0를 사용하였으며, 빈도분석, 탐색적요인분석, 신뢰도검증, 상관관계분석 및 다중회귀분석을 실시하였다. 이를 통해 얻은 연구결과를 다음과 같이 제시하고자 한다.

첫째, 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 자아탄력성에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 재미요인의 하위요인은 심신회복, 인정, 사교 순으로 유의미한 영향을 미쳤으며 흥미는 통계적으로 유의하지 않았다.

둘째, 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인이 주관적 행복감에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 재미요인의 하위요인은 심신회복, 인정, 사교, 흥미 순으로 유의한 영향을 미쳤다.

셋째, 문화예술동아리 참여 대학생의 자아탄력성이 주관적 행복감에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 자아탄력성의 하위요인은 긍정태도, 지지관계 순으로 유의한 영향을 미쳤다.

넷째, 문화예술동아리 참여 대학생의 재미요인과 주관적 행복감의 관계에서 자아탄력성은 완전매개효과가 있는 것으로 나타났다.

이 같은 연구결과를 종합해보면, 대학생들이 문화예술 관련 동아리 활동에 참여하여 질 높은 재미 정서를 경험하게 된다면, 자아탄력성이 증진되고 더불어 주관적 행복감이 높아질 것이다. 나아가 이를 통해 삶을 긍정적으로 바라보게 됨으로써 건강한 사회 구성원으로 성장할 것으로 기대해 볼 수 있다. 이 같은 논의와 결과를 바탕으로 후속 연구를 위한 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구에서는 대학생을 연구대상으로 선정하였기 때문에 본 연구 결과를 이들이 속한 청년세대 전체로 해석하는데 한계가 있다. 이에 후속 연구는 20대 청년으로 영역을 확대한다면 좀 더 의미 있는 결과가 도출될 것으로 판단된다.

둘째, 본 연구에서는 문화예술 분야 전반을 대상으로 하였기 때문에 분야별 영향 관계를 세부적으로 확인하는데 한계가 있다. 이에 후속 연구에서는 무용, 연극, 음악, 미술 등 분야별 특성이 고려된 연구가 필요할 것으로 판단된다.

셋째, 본 연구는 종속변수에 대한 독립변수를 재미요인과 자아탄력성으로 한정해 연구한 한계를 가지고 있다. 이에 후속 연구에서는 몰입, 참여동기 등 다양한 요인들이 문화예술 동아리 참여 대학생의 행복감에 어떤 영향을 미치는지 심층 분석한 연구가 필요할 것으로 판단된다.

참고문헌

강수택, 정철규(2015). 아마추어 골퍼들의 재미요인과 심리적 행복감 및 운동지속의도의 관계, **골프연구, 9**(3), 33-46.

강신범, 장재용, 김창숙, 정상훈(2018). 대학교양 댄스스포츠 참가자의 여가태도와 재미요인이 심리적행복감과 삶의 질에 미치는 영향, **한국체육과학회지, 27**(1), 439-452.

강영경(2020). **볼링 동호회 참여자들의 재미요인이 인지된 자유감 및 주관적 행복감에 미치는 영향**, 미간행 석사학위논문, 남부대학교 대학원.

김근국, 김만수, 김범준(2015). 대학 동아리 여가활동의 참여정도에 따른 재미와 몰입이 심리적 행복감에 미치는 영향, **한국무용과학회지, 32**(2), 33-46.

김도형(2019). **여가활동 참여자의 사회적 지지와 자아존중감, 자아탄력성 및 우울과의 상관성 연구: 댄스문화를 즐기는 액티브 시니어 중심으로**, 미간행 박사학위논문, 조선대학교 대학원.

김민주(2022). **아마추어 밴드 활동이 주관적 행복감과 심리적 안정감에 미치는 영향**, 미간행 박사학위논문, 단국대학교 대학원.

김병준(1999). 청소년 운동선수들의 재미 및 스트레스 요인, **한국스포츠교육학회지, 10**(2), 193-210.

김보경, 한상일(2012). 청소년의 여가생활이 주관적 행복감에 미치는 영향, **관광학연구, 36**(6), 125-144.

공혜준(2018). 중학교 스포츠클럽 참여 재미요인이 자아탄력성과 학교생활만족에 미치는 영향, **한국레저사이언스학회지, 9**(1), 23-34.

김재형(2023). 중학생의 스포츠활동 참여재미와 자아존중감 및 회복탄력성의 관계, **한국무용과학회지, 32**(2), 285-295.

김현우(2007). **스포츠센터 고객의 재등록 결정요인 분석**, 미간행 박사학위논문, 경기대학교 대학원,

김혜인(2023.08.04). 한국인의 행복지수, OECD 국가 중 뒤에서 네 번째, **주간조선**, http://weekly.chosun.com/news/articleView.html?idxno=28059

남혜련(2015). **문화예술활동이 대학생의 삶의 질에 미치는 영향에 관한 연구**, 미간행 석사학위논문, 영남대 행정대학원.

서은국, 구재선(2011). 단축형 행복 척도(COMOSWB) 개발 및 타당화, **한국심리학회지 사회 및 성격, 25**(1), 96-114.

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science

성낙숙(2013). **파티이벤트 재미가 몰입경험, 여가 및 생활만족, 지속적 참가의도에 미치는 영향**, 미간행 박사학위논문, 경기대학교 대학원.
손희나, 최항준(2022). 영아반 보육교사의 자아탄력성이 행복감에 미치는 영향, **인문사회 21, 13**(6), 167-180.
송강영, 박문수, 이태용(2008). 초등학교 동아리 축구대회 참여학생들의 재미요인이 운동몰입경험,참여만족 및 지속행동에 미치는 영향, **한국초등체육학회지, 14**(3), 101-109.
송홍락, 유원용(2014). 교양체육 수업의 재미요인이 행복감과 사회적 체형불안에 미치는 영향, **디지털융복합연구, 12**(6), 645-653.
심혜인(2020). **청소년의 여가만족이 주관적 행복에 미치는 영향: 긍정심리자본의 매개효과를 중심으로**, 미간행 석사학위논문, 경기대학교 관광전문대학원.
오현애, 김현숙(2014). 직업무용수의 긍정심리자본이 자아탄력성 및 소진에 미치는 영향, **한국무용과학회지, 31**(2), 103-120.
유비(2015). **중국대학 체육수업의 지도유형과 재미요인이 자아탄력성과 사회성에 미치는 영향**, 미간행 박사학위논문, 강원대학교 대학원.
유은혜(2015). **국악기를 활용한 문화예술활동이 어린이-청소년의 행복지수에 미치는 영향**, 미간행 석사학위논문, 영남대학교 행정대학원.
이영근(2016). **차별경험과 자아탄력성이 청소년의 주관적 행복감에 미치는 영향 : -학교생활 적응의 매개효과를 중심으로**, 미간행 석사학위논문, 서남대학교 대학원.
이선영(2008). **자아탄력성 증진 프로그램이 초등학생의 자아탄력성, 학교생활 적응 및 주관적 안녕감에 미치는 효과**, 미간행 석사학위논문, 전북대학교 교육대학원.
이정우, 이지항, 오성민(2020). 스트릿 댄스 동호인의 재미와 몰입 및 여가만족의 관계, **한국웰니스학회지, 15**(4), 551-563.
이정은(2014). **노인의 상실감이 심리사회적 적응에 미치는 영향: 자아탄력성의 매개효과 및 사회적 지지의 조절효과를 중심으로**, 미간행 박사학위논문, 청주대학교 대학원.
이제행·조건상(2017). 시니어 골프 참여자의 자아탄력성과 자아존중감이 생활만족에 미치는 영향, **한국융합학회논문지, 8**(10), 407-416.
이필우(2005). **헬스클럽 이용자의 몰입경험이 스포츠재미요인에 미치는 영향**, 미간행 석사학위논문, 단국대학교 산업경영대학원
이학준(2019). **문화예술 관람이 개인의 행복에 미치는 영향 : 소득수준과 가구유형을 중심으로**, 미간행 석사학위논문, 중앙대학교 대학원.
이해원(2015). 교양무용 참여대학생의 긍정적 착각, 자아탄력성, 주관적 행복감의 관계, **한국체육과학회지, 24**(6), 915-929.
이혜곤(2012). **초등학교 방과 후 체육활동 참여자의 재미요인이 체육수업인지도와 운동지속의사에 미치는 영향**, 미간행 박사학위논문, 경희대학교 대학원.
임성숙·김진숙(2009). 노인 적응유연성 척도 개발 및 타당화 연구, **상담학연구, 10**(4), 1805-1822.
장선미, 정영주(2018). 태권도 수련생의 참여동기와 자아탄력성이 심리적 행복감에 미치는 영향, *Journal of the Korean Data Analysis Society, 20*(1), 403-413.
진현주, 김대동, 박주영(2013). 댄스스포츠 동호인 기본적 심리욕구와 자아탄력성이 주관적 행복감에 미치는 영향, **한국체육과학회지, 22**(5), 537-548.
최빛나(2020.11.18). 대학생 스트레스 원인 1위 '취업'… 절반 이상 "행복하지 않아", **천지일보.** https://www.newscj.com/news/articleView.html?idxno=799978
최성애(2014). 컨트리댄스 동호인들의 댄스재미가 스트레스 및 주관적 안녕감의 관계, **한국무용연구학회, 32**(2), 259-286.
HAN BING(2020). **중국 태권도 수련생이 지각한 재미와 수련지속의도의 관계에서 자아탄력성의 매개효과**, 미간행 석사학위논문, 가천대학교 대학원.
홍성진(2011). **연예인 야구 동호인들의 재미요인이 여가몰입 및 행복감에 미치는 영향**, 미간행 석사학위논문, 경기대학교 대학원.
Block, J. (1982). Assimilation, accommodation, and the dynamics of personality development, *Child Development, 53*(2), 281-295.
Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S.(1985). The Satisfaction with Life Scale, *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75.
Diener. E (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist, 55*(1), 34-43.
Scanlan, T. K., & Simons, J. P.(1992). *The construct of sport enjoyment. In G.C. Roberts, Motivation in Sport and Exercise*, IL: Human Kinetics, 199-215.

ABSTRACT

The effect of fun factors on subjective happiness of college students participating in arts and culture clubs:

Verifying the mediating effects on ego resilience

Taeyeon Kim* Nana Art&Edu

This study aims to identify the effect of the fun factor on the subjective happiness of college students participating in arts and culture clubs and verify whether ego resilience plays a mediating role in the relationship between the fun factor and subjective happiness. The study subjects were the students participating in cultural and arts-related club activities, and the data of 300 students were used for analysis using a convenience sampling method. Data analysis was performed using SPSS 28.0, a statistical program, and the results obtained were as follows: First, the fun factor of college students participating in arts and culture clubs was found to have an effect on their subjective happiness. Second, the fun factor of college students participating in arts and culture clubs was found to affect ego resilience. Third, the ego resilience of college students participating in arts and culture clubs was found to have an effect on subjective happiness. Fourth, ego resilience worked as the complete mediation in the relationship between fun factors and subjective happiness of college students participating in cultural and art clubs.

Key words : College students, arts and culture clubs, fun, ego resilience, subjective happiness

논문투고일: 2023.08.31
논문심사일: 2023.10.03
심사완료일: 2023.10.16

* President, Nana Art&Edu

Copyright© 2023 by the Korean Society of Dance Science