Journal of Digital Convergence
Vol. 16. No. 8, pp. 361-371, 2018

ISSN 1738-1916
https://doi.org/10.14400/JDC.2018.16.8.361

웰니스 요인이 장애인근로자의 삶의 질과 주관적 행복감에 미치는 영향

이민희
한신대학교 재활학과

Effect of Wellness Components on the Quality of Life and Subjective Happiness of Workers with Disabilities

Min-hee, Lee
Department of Rehabilitation, Hanshin University

요 약 본 연구는 장애인근로자의 웰니스 요인이 삶의 질과 주관적 행복감에 영향을 미치는지에 관한 실증연구이며, 장애인근로자들이 실생활에서 웰니스를 경험하고 건강지향적인 삶을 살아가는데 기여하고자 한다. 본 조사는 제8차 장애인고용패널조사의 원자료(raw data)를 활용하였으며 탐색적 요인분석을 통해 신체적 웰니스, 정서적 웰니스, 사회적 웰니스, 인지적 웰니스, 직업적 웰니스 요인을 도출하였다. 그리고 웰니스 요인들이 장애인근로자의 삶의 질과 주관적 행복감에 영향을 유의미한 영향을 미치는지 분석하였다. 분석결과, 5개의 웰니스 요인은 장애인의 삶의 질과 주관적 행복감에 유의미한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 삶의 질은 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 결론적으로 장애인근로자의 웰니스가 높아져야만 그들의 삶의 질과 주관적 행복감이 향상되는 것을 확인하였다. 앞으로 장애유형에 맞는 웰니스적 프로그램을 개발하고 실생활에 적용할 수 있는 지표개발을 위한 연구가 필요하다.

주제어 : 신체적 웰니스, 정서적 웰니스, 사회적 웰니스, 인지적 웰니스, 직업적 웰니스, 삶의 질, 주관적 행복감, 장애인근로자

Abstract This study is an empirical study on the effect of wellness factors on the quality of life and subjective happiness of disabled workers, and aims to contribute to living a healthy life by experiencing wellness in the real life. This study used raw data of the 8th employment panel survey for the disabled, and explored factors such as physical wellness, emotional wellness, social wellness, cognitive wellness, and occupational wellness through exploratory factor analysis. And the wellness factors have a significant effect on the quality of life and subjective happiness of the disabled workers. The results showed that the five wellness factors had a positive (+) effect on the quality of life and subjective happiness of the disabled. Also, the quality of life has a significant effect on subjective happiness. In conclusion, it was confirmed that the quality of life and subjective happiness were improved only when the wellness of the disabled workers was increased. In the future, it is necessary to develop a wellness program suitable for the type of disability and to develop indicators that can be applied to real life situations.

Key Words : Physical wellness, Emotional wellness, Social wellness, Cognitive wellness, occupational wellness, Quality of Life, Subjective Happiness, Workers with disabilities

1. 서론

최근 사람들의 라이프스타일은 삶의 질에 대한 개인적인 가치기준에 따라 다양하게 표출되며 일상화되고 있다. 사람들마다 신체적·정신적·사회적·영적 건강을 위한 문화여가 생활 스타일이 만들어져가고 있다. 즐겁고

*Corresponding Author : Min-hee, Lee(namu0225@purmehospital.org)
Received June 26, 2018
Revised July 23, 2018
Accepted August 20, 2018
Published August 28, 2018

재미있으며 소소한 행복을 추구하는 웰빙(well-being)은 행복과 건강이라는 개념과 만나면서 웰니스(Wellness)라는 확장된 개념으로 사회전반에 스며들었다. 이제 사람들이 생각하는 건강이란 단순히 질병을 고치기 위한 목적 뿐만 아니라 삶의 즐거움, 행복감, 사회적 안정감 등이 균형을 이룬 건강한 상태를 유지하기를 바라고 있다.

Dunn[1]은 'Wellbeing'과 'Fitness' 용어를 조합하여 'wellness'를 개발하였다. 그는 '건강에 대한 정의가 질병 예방이나 질병위험요인 관리를 넘어선 조화롭고 균형 잡힌 삶을 지향하는 것이 필요하다'고 주장하였다[1]. Dunn은 웰니스란 '단지 질병이 없거나 질병의 위험을 회피하는 것을 넘어서는 신체, 정신, 환경이 조화롭게 통합될 수 있도록 끊임없이 노력하는 적극적인 건강상태(positive state)'라고 정의하였다[1].

장애인도 비장애인과 마찬가지로 적극적인 건강상태의 중요성을 인식하고 있다. 단순히 장애를 보완하거나 더 이상 장애가 진전되지 않기 위한 수단이 아니라 인간으로서 일할 수 있고, 신체적, 정신적, 사회적 건강을 위한 학습, 가족과 함께 지역사회에서 살아갈 자유를 누리기 위한 필수적인 자원[2]으로 건강한 삶을 누리고자 한다. 이런 당위에도 불구하고 장애인은 비장애인에 비해 삶의 질과 웰니스에 위협을 받고 있다.

우리나라의 경우, 3차 국민건강증진계획 『건강증진종합계획 2020』은 '건강수명 연장'과 '건강형평성 제고'라는 두 가지 목표[2]를 설정하고 장애인을 위한 계획도 수립하였다. 장애인이 경험하는 건강불평등을 개선하기 위하여 '장애인의 건강관련 기초 정보의 축적', '2차적 장애 조건 예방', '의료보장성 강화', '전반적인 장애인의 삶의 만족도 개선'을 사업방향으로 설정하고 사회적 노력이 필요함을 강조하였다. 정부가 장애인과 비장애인의 건강에서의 불평등에 관심을 가지고 대안을 마련하고자 노력하는 점에 대해서는 고무적이지만 여전히 이러한 접근이 장애인을 동일한 성격을 가진 집단으로 규정하여 장애인 집단 내 존재하는 다양한 차이를 간과할 위험이 있다[2]는 지적이 있다.

웰니스가 누구에게나 중요한 개념으로 삶에 스며들고 있지만 여전히 비장애인 위주의 정책과 연구들뿐이고 장애인의 웰니스에 대한 논의는 아직 미진한 상태이다.

기존 연구들 또한 대부분 문헌고찰에 의존하거나 설명위주로 이루어지고 있다. 웰니스에 대하여 장애인들이 실생활에서 웰니스를 경험하고 건강지향적인 삶을 살아갈 수 있도록 지원하기 위한 연구가 필요하다.

따라서 본 연구에서는 장애인근로자의 웰니스에 대한 인식과 행복감의 관계를 파악하고자 하였다. 근로장애인의 삶의 질을 제고하고 행복을 느낄 수 있게 하는 장애인 근로자의 웰니스의 구성요인을 도출하고 웰니스를 증진시키며 실질적인 방안에 대한 시사점을 제시하고자 하였다.

2. 이론적 배경

2.1 웰니스와 구성요인

웰니스는 우리가 살아가는데 있어서 삶의 질을 높이는 다각적인 접근방법으로 건강의 개념에 관한 새로운 개념을 제시하는 패러다임이다[3,4].

많은 국내외 학자들이 웰니스에 대한 개념들을 정의하고 요인을 제시하였다. 김상국[5]은 '웰니스는 육체적 건강과 마음의 안정을 최우선 가치'로 하며, '건강', '안정', '여유', '행복'이 웰니스의 키워드라고 하였다. 웰니스는 병과 고통의 증상으로부터 자유롭고, 원하는 그리고 해야만 하는 일을 할 수 있도록 활동적이며 건강한 정신을 유지하는 것을 의미한다. 그리고 특정한 시간에 순간적으로 달성되는 것이 아니라 인생의 전 과정을 통해 얻어진다고 하였다[6].

이광욱[7]은 웰니스란 인간들이 최적의 건강한 상태를 유지하기 위해 그들의 생활양식에 대한 변화를 돕는 예술이자 과학이라고 할 수 있다고 정의하였다.

Muller & Lanz Kauffman[8]은 '웰니스는 신체적, 정신적, 영성적 조화로부터 오는 건강상태이며 자기책임감, 신체적 건강과 뷰티 케어, 건강한 영양 식이요법, 휴식과 명상, 정신활동과 교육, 환경적 감성, 사회적 교류 등을 통해서 가능하다'고 하였다.

Smith & Puczko[9]는 웰니스란 생활형태의 요소와 신체적・정신적・영적 안녕(well-being), 다른 사람 및 환경과의 관계 등을 포함한 매우 복잡한 개념이라고 하였다. 또한 웰니스는 웰빙, 행복감, 삶의 질에 대한 관심, 정신적 신념 등과는 다른 개념을 내포하고 있다고 하였다.

이러한 개념적 정의와 함께 웰니스의 구성요인은 학자마다 다양하게 제시하고 있으며 본 연구에서는 사회적 요인, 정서적 요인, 신체적 요인, 인지적 요인, 직업적 요인을 살펴보았다.

신체적 요인은 일과 업무를 수행할 수 있는 신체 기능

의 능력으로써 신체활동 및 몸의 생리적 상태를 가리킨다. 신체적 요인은 심혈관을 적절히 조절하고, 적당한 영양 상태와 건강 증진을 위한 운동을 하며, 몸의 지방량의 상태를 유지하며 약물, 알코올이나 담배 제품의 사용을 자제하는 수준정도를 말한다[5,10,11].

정서적 요인은 인간이 삶을 영위하는 감정 상태를 의미한다. 이 요인은 스트레스를 잘 조절하며 감정을 적절하고 편안하게 표현할 수 있는 능력을 말한다[12]. 또한 외부의 환경과 조건을 인지하고 받아들이는 능력이며, 실패와 좌절에 무너지지 않는 능력을 의미한다. 정서적 요인은 개인의 삶에 대하여 열정적이며 긍정적 느낌의 정도를 포함하고 있다[5,10,11].

사회적 요인은 가족, 친구, 동료, 이웃 등과 주위환경이 성공적으로 상호작용을 할 수 있는 능력을 말한다. 사회적인 요인은 다른 사람과 친밀함을 유지하고 발전시키는 능력이며, 견해가 다른 신념과 믿음을 가진 사람을 존중하고 관용을 가질 수 있는 능력을 말한다[5,10,11].

인지적 요인은 개인과 가족, 직업적 발전을 위하여 정보를 효과적으로 획득하고 사용할 수 있는 능력을 의미한다. 이 요인은 습득된 지식을 다른 사람들과 나누는 것을 포함하며 창조적이고 자극적인 정신적 활동을 의미한다. 또한 개인이 지속적으로 발전을 추구하며 효과적으로 새로운 도전을 익혀가는 것을 뜻한다[5,10,11].

직업적 요인은 직업에 대한 사명감으로부터 개인적인 만족감을 획득하는 것을 말한다. 그 사람이 생각하는 태도, 일과 삶의 균형, 여가생활, 기술과 재능을 사용할 수 있는 능력을 포함하고 있다[13].

최문종 외[5]는 근로자를 위한 웰니스 지표 개발을 통해서 다차원적인 속성인 신체적・정서적・사회적・인지적・직업적 웰니스를 전부 포괄하는 지표를 개발하고 근로자의 최적의 건강과 웰빙 상태를 평가할 수 있는 도구를 제시하였다.

장애인근로자의 웰니스 요인을 분류하고 각 구성요소 간의 상관관계를 분석한 황민지・방요순은 ICF Core Set을 사용하여 장애인 근로자의 신체기능, 활동 및 참여, 환경요인을 도출하고 상호간의 관련성을 보고하였으며 근로장애인의 웰니스 요인이 직업재활에 유의한 상관관계가 있다는 결론을 도출하였다[14]. 특히 이정주[4]가 장애인의 고용은 자기관리, 의사소통, 일상적 업무수행, 조작능력, 기능적 기술 등의 관련성을 보고한바, 이러한 주장을 뒷받침한다고 하였다.

이와 같은 5개의 웰니스 요인과 관련된 많은 선행연구에서 웰니스가 삶의 질, 행복지각, 생활만족 등에 유의미한 영향을 미친다는 결과들이 도출되었다. 하영옥・박영미[15]는 성인의 주관적 행복감, 수면의 질, 지각된 스트레스가 웰니스 생활양식에 영향을 미친다고 하였다. 송영은・김창환[16]도 대학생들의 웰니스와 건강인식의 변화의 관계에 대한 유의미한 결과를 도출하였다. 최문종・이동하・안현숙[13]은 '직장인들의 웰니스, 주관적 행복감 및 삶의 질에 관한 연구'에서 직장인들의 신체적 웰니스, 인지적 웰니스, 감정적 웰니스가 주관적 행복감에 정(+)의 영향을 미친다고 하였다. 이충순・정현형[17]은 예술관광자의 웰니스에 대한 인식과 행복지각에 미치는 영향을 분석하였으며, 사회적 웰니스를 제외한 모든 차원이 삶의 질에, 정서적 웰니스와 기능적 웰니스는 행복지각에 유의미한 영향을 미친다고 하였다.

또한 김경숙[18]은 직장인들의 웰니스 중에서 지적 웰니스가 가장 높게 나타난 반면에 정신적 웰니스는 가장 낮게 나타났다고 하였다. 정구점・장병주[19]는 관광객의 웰니스를 사회적 웰니스와 정서적 웰니스라는 두 개의 차원으로 유형화하여 개인의 생활만족과 여가만족에 미치는 영향을 분석하였는데, 환경적・ 심리적・교육적 요인으로 나뉜 여가만족은 생활만족에 유의한 영향을 미치면서 생활만족과 삶의 질이 높아지게 한다고 하였다. 정구점・장병주[19]는 호텔고객의 정신적 웰니스가 심리적 행복감과 삶의 만족에 유의미한 영향을 미치며, 상대적 만족을 포함하는 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미친다고 하였다.

2.3 삶의 질

삶의 질은 개인의 삶에 대한 비교적 높은 수준의 긍정적인 감정과 낮은 수준의 부정적인 감정으로 설명할 수 있으며 삶에 대한 높은 수준의 만족을 삶의 질로 보기도 한다[17]. 자신이 처해있는 전반적인 상황이나 생활조건에 대하여 얼마나 만족하고 있는지에 대한 주관적이며 객관적인 요소들을 삶의 질로 포함할 수 있다[17].

장애인에 대한 삶의 질과 만족도에 대한 선행연구들은 장애수용 정도, 사회적 지지, 사회참여도, 장애발생시기, 낙인감, 차별경험, 노후준비 정도, 복지서비스 경험, 여가활동, 문화생활 등의 변인과 삶의 만족도와의 관계를 규명하고자 하였다. 더불어 가구소득, 취업여부, 취업형태, 사회경제적 지위 등이 삶의 질에 어떠한 영향을 미

치는지에 대한 연구도 꾸준하게 이루어지고 있다.

김동주[20]는 장애인의 주관적 건강수준, 장애수용과 우울이 일상생활만족에 통계적으로 유의한 영향을 미친다는 결과를 도출하였다.

김길태・유애란[21]은 발달장애인의 삶의 질에 영향을 미치는 요인들간의 관계를 분석하였는데, 가구의 경제적 요인이 정서적 요인에, 정서적 요인은 차별요인에 직접적 영향을 미치며 삶의 질에도 영향을 미친다고 하였다.

박명숙[22]은 '장애여성들의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인에 관한 연구'에서 신체 및 정신건강의 영역과 대인관계 영역이 유의미한 영향을 미치는 결과를 도출하였다. 남연희 외[23]는 척수장애인을 대상으로 낙인과 차별경험이 수치심이라는 매개효과를 통해 삶의 만족도에 미치는 영향을 규명하였다. 박주영[24]은 고령여성장애인의 삶의 만족도 결정에 있어서 노후준비의 중요성을 강조하였으며, 김종일[25]은 장애근로자를 대상으로 직무 만족이 생활만족에 미치는 영향을 분석하였으며, 김한성・이유신[26]은 가구소득과 취업 여부가 여가활동 유형을 통해 삶의 만족도에 미치는 직접효과와 상호작용 효과를 고찰하였다.

서광석[27]은 여성장애인 직업생활이 삶의 질에 미치는 영향을 분석한 결과 여성장애인의 취업형태는 상당히 불안정하고 평균급여는 매우 낮은 수준임을 보여주고 있는데, 직업 환경의 만족도와 직무만족도가 높을수록 삶의 질이 높아지는 것으로 나타나 취업과 삶의 질이 유의한 관계가 있음을 시사하고 있다. 박순천[28]은 직업재활서비스에 참여중인 정신장애인의 삶의 질을 조사하여 수입이 높을수록 삶의 질이 더 높다는 결론을 도출하였다.

이에 본 연구에서 분석하고자하는 것은 주관적 삶의 질, 즉 개인이 느끼는 일상생활의 전반적 만족도이다. 따라서 본 연구에서는 주관적 삶의 질과 삶의 만족도를 동일한 의미로 사용하여 분석하였다.

2.3 주관적 행복감

주관적 행복감은 개인이 자신의 삶을 어떻게 평가하는지 또는 개개인이 자신의 삶에 얼마나 만족하는지를 측정하는 심리학적 용어이다[29].

McDowell & Newell[30]은 주관적 행복감을 개인의 지각된 행복감이라고 보고 개인이 자신의 삶 속에서 경험하는 총체적인 감정이라고 하였다. 신일식[31]은 주관적 행복감(subjective well-being)이란 생활만족의 가장 주된 요소이며 개인이 선택한 기준에 따라 주관적으로 평가되는 자신의 생활전반에 대한 만족도로 개념화하였다.

Veehoven[32]은 행복감을 개인-집단 수준과 주관성-객관성 수준의 두 가지 차원으로 분류하였으며 주관적 행복감은 사람들이 그들의 삶에 대해 어떻게 평가하는지의 반응이라고 하였다. 또한 자신의 삶에 대한 인지적 판단과 정서적인 행복감의 경험이 포함되어 있는 것으로 보았다.

구교준 외[33]는 행복을 정신적, 육체적 쾌락을 바탕으로 한 주관적 만족이라고 정의하였으며, 개인적 측면에서는 개인의 소득, 소득격차, 건강, 교육 및 역량 등의 변수에 따라 행복은 영향을 받을 수 있다고 하였다. 그리고 사회적 측면에서는 자유, 안정성, 신뢰 등의 요인들이 개인의 행복을 결정짓는 변수라고 하였다[33].

신조황[34]은 '노인의 여가활동참여가 웰니스와 주관적 행복감에 미치는 영향을 밝히는 연구'에서 정서적 건강을 제외한 신체적 건강, 사회적 건강, 지적 건강, 정신적 건강이 높을수록 주관적 행복감이 높아진다는 결과를 얻었다.

이대건[35]은 대학생이 스포츠여가에 참가하였을 때 웰니스와 주관적 행복감에 어떠한 관계가 있는지 살펴본 결과, 각 웰니스 요인들이 주관적 행복감과 관련이 높게 나타났다고 하였다.

동이슬[36]은 중년여성이 생활체육 참여함으로써 웰니스 지수와 주관적 행복감이 어떠한 영향을 받는지에 대해 연구한 결과, 생활체육에 참여한 중년여성은 신체적, 사회적, 정신적, 지적, 정서적 건강의 웰니스 지수를 높이고 주관적 행복감에 긍정적 영향을 미친다고 밝혔다.

이러한 선행연구들을 종합하여 볼 때, 신체적, 정신적, 사회적, 인지적, 영적, 직업적 웰니스 요인들이 삶의 질과 주관적 행복감에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다.

3. 연구방법

3.1 연구모형 및 가설

3.1.1 연구모형

본 연구는 선행연구에 대한 고찰을 통해 장애인근로자의 웰니스에 대한 인식과 행복감의 관계를 파악하고자 하였다. 장애인근로자의 삶의 질을 제고하고 행복을 느

낄 수 있게 하는 웰니스의 구성요인을 도출하고 이 요인들이 삶의 질과 행복감에 영향을 미치는지 분석하였다.

독립변수인 웰니스 구성차원은 신체적 웰니스, 정서적 웰니스, 사회적 웰니스, 인지적 웰니스, 직업적 웰니스로 유형화하였다. 종속변수는 주관적 행복감으로 측정항목을 도출하였다. 따라서 웰니스 구성차원, 행복지각의 간의 인과관계를 도식화하여 아래 그림 Fig. 1과 같은 연구모형을 도출하였다.

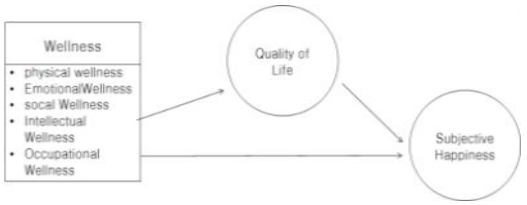

Fig. 1. Research Model

3.2.1 가설설정

웰니스, 삶의 질, 주관적 행복감에 관한 선행연구들은 장애인근로자의 삶의 질과 주관적 행복감은 웰니스의 구성요인들에 의해 제고될 수 있다는 것을 뒷받침한다.

이에 선행연구들을 바탕으로 웰니스 구성요인은 장애인근로자의 삶의 질과 주관적 행복감에 유의한 정(+)의 영향을 미치는 것으로 추정할 수 있다. 따라서 웰니스 구성요인과 삶의 질, 웰니스 구성 요인과 행복지각 간의 인과 관계를 실증적으로 검증하고자 하며 가설을 설정하였다.

가설1. 웰니스 구성요인은 장애인근로자의 삶의 질에 유의미한 영향을 미칠 것이다.

가설2. 웰니스 구성요인은 장애인근로자의 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미칠 것이다.

가설3. 장애인근로자의 삶의 질은 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미칠 것이다.

3.2 분석자료

본 연구는 장애인근로자의 웰니스 구성요인 도출과 주관적 행복감에 대한 측정을 위하여 2016년 장애인고용패널조사 2차 웨이브 자료(raw data)를 활용하였다. 장애인고용패널조사는 2008년부터 연1회 실시하고 있으며 장애인의 생애주기별 경제활동실태를 조사한다. 등록장애인을 대상으로 경제활동 및 직업적 능력, 고용서비스, 직업훈련, 소득, 소비, 일상생활 등에 관하여 추적 조사하는 종단면 조사이다.

본 연구에서는 참여 장애인 총 4,577명 중 장애인근로자로 한정하였다. 제6차 조사 현재 장애인근로자는 총 2,270명으로 임금근로자, 자영업자, 무급가족종사자이지만 결측값을 제외하고 실제 분석에서 사용된 분석대상은 총1,585명이다.

3.3 변수의 정의 및 측정

3.3.1 웰니스

본 연구는 장애인근로자의 웰니스 구성요인을 도출하고 삶의 질과 주관적 행복감에 대한 측정을 위하여 장애인고용패널의 변수를 측정하고 조작화하였다. 독립변수인 웰니스는 신체적, 정서적, 사회적, 인지적, 직업적 웰니스 영역을 도출하고 정의하였다.

신체적 웰니스 전반적인 건강상태 변수, 일상생활의 항목별 만족도 중 요즘 건강상태, 일상생활의 항목별 만족도 중 여가활동 변수로 구성하였다.

정서적 웰니스는 자기 자신에 대한 생각 변수 중 5개 변수를 사용하였다. '나는 다른 사람처럼 가치 있는 사람이라고 생각한다', '나는 좋은 성품을 가졌다고 생각한다', '나는 다른 사람들 만큼 일을 잘 할 수가 있다', '나는 내 자신에 대해 긍정적인 태도를 가지고 있다', '나는 나 자신에 대하여 대체적으로 만족한다' 변수를 사용하였다[5].

사회적 웰니스는 대인관계변수 중 다른 사람과 관계를 유지하는 정도와 관련된 7개 변수를 사용하였다. '나는 친구를 쉽게 사귄다', '다른 사람들이 나에게 말을 걸기 전에 먼저 말을 건다', '나는 친구가 자기의 고민을 털어놓을 때 잘 들어준다', '다른 사람들에게 칭찬을 잘 해준다', '다른 사람과 다른 의견을 가지고 있을 때 싸우지 않고 나의 의견을 말할 수 있다',

인지적 웰니스는 취업인식관련 변수를 사용하였으며 10개의 변수를 사용하였다. '어려운 일이라도 열심히 노력한다면 나는 해낼 수 있다', '목표에 집중해서 그것을 이루어내는 것은 나에게 쉬운 일이다', '나는 나의 능력을 믿기 때문에 어려움에 부딪쳐도 당황하지 않는다', '필요한 노력을 기울이기만 한다면 나는 대부분의 문제를 해결할 수 있다', '어려움이 처하더라도 나는 해결책을 찾을 수 있을 것이다', '나는 예상치 못한 일이라도 효율적으로 처리해 낼 것이라고 믿는다', '내 재능 덕분에 나는 예상하지 못한 상황에 어떻게 대처해야할지 알고 있다', '어떤

문제에 부딪칠 때 나는 보통 몇 가지 해결방법을 찾을 수 있다', ' 누군가가 내 의견에 반대하더라도 나는 내가 원하는 방식으로 할 수 있는 방법을 찾을 수 있을 것이다', '나에게 어떤 일이 생기더라도 나는 해결해 낼 수 있을 것이다'이다.

직업적 웰니스는 현재 직업에 대한 만족과 관련된 업무특성관련 6개 변수를 사용하였다. 업무특성관련 변수는 '나는 현재하고 있는 일에 만족하고 있다','현재하고 있는 일을 열정적으로 하고 있다', ' 현재하고 있는 일을 즐겁게 하고 있다', '별다른 일이 없는 한 현재하고 있는 일을 계속하고 싶다', '취업에 대한 전반적 만족도' 이다.

3.3.2 삶의 질

본 연구에서는 삶의 질을 측정하기 위해 장애인고용패널조사 자료의 일상생활에 대한 주관적 만족도를 아래 Table 1과 같이 사용하였다. 전반적 만족 변수를 주관적 만족도로 설정하였다. '매우 불만족, '불만족', '보통', '만족', '매우 만족'의 5점 척도로 구성되어 있다.

3.3.3 주관적 행복감

본 연구에서는 주관적 행복감을 측정하기 위해 장애인고용패널조사 자료의 주관적 행복감에 대한 변수를 아래 Table 1과 같이 사용하였다.

Table 1. Manipulative Definition of Research Variables

Variable	manipulative definition
physical wellness	-Health status these days -Satisfaction with leisure activities -Awareness of overall health status (5point scale)
Emotional Wellness	-Five the self-recognized variables(5point scale)
social Wellness	Seven of interpersonal variables(5point scale)
Intellectual Wellness	-10 variables related to employment recognition(5point scale)
Occupational Wellness	6 variables related to work characteristics (5point scale) -Satisfaction with current work -Passion about work -Pleasure of work -Willingness to continue working -Overall Satisfaction with Work
Quality of Life	the degree of the general Well-being (5point scale)
Subjective Happiness	the degrees of subjective happiness (1~10 points)

4.3 분석방법

본 연구는 2016년 장애인고용패널조사 자료의 데이터 중에 장애인근로자 즉 임금근로자, 자영업자, 무급가족종사자 1,585명의 데이터를 사용하여 분석하였다.

자료 분석은 SPSS 21.0program을 이용하였으며, 조사대상자의 일반적 특성을 파악하기 위하여 빈도, 백분율 등의 기술통계분석을 실시하였다.

변수들의 요인분석에서 타당성과 신뢰성을 검증하기 위하여 주성분분석(PCA)을 사용하였다. 요인들간의 다중공선성을 방지하고 독립성을 확보하기 위하여 직각회전방식의 요인회전을 실시하였다. 요인추출과정에서는 고유값이 1.0이상의 요인들만 측정요인으로 결정하였다. 또한 가설검증을 위한 측정도구의 신뢰성을 검증하기 위하여 신뢰도계수를 사용하였다. 웰니스가 삶의 질과 주관적 행복감과의 관계에 대한 가설검증을 위해서는 다중회귀분석을 실시하였다.

4. 연구결과

4.1 표본의 특성

연구대상의 인구통계학적 특성인 성별, 연령, 결혼, 학력, 직업, 장애정도에 대해 빈도분석을 Table 2와 같이 실시하였다. 표본의 크기는 총1,585명이며 남성은 1,199명(75.6%), 여성은 387명(24.4%)로 남자가 많은 부분을 자치하였다. 연령은 40~49세가 513명(32.4%)으로 가장 많았으며, 학력은 고졸이 767명(48.4%)로 가장 많은 부분을 차지하였다. 결혼유형은 결혼한사람이 869명(54.9%)로 가장 많았으며, 장애유형은 신체적 장애가 906명(57.2%)로 가장 많은 부분을 차지하였으며, 경증이 1,278명(80.6%), 중증이 307명(19.4%)로 차이가 많았다. 직업유형은 단순노무종사자가 436명(27.5%), 사무종사자 289명(18.2%), 전문가 및 관련종사자가 195명(12.3%) 등의 순으로 나타났다.

Table 2. Characteristics of the Respondents

Classification		Frequency	Percentage
Gender	Male	1,198	75.6
	Female	387	24.4
	Total	1,585	100.0
Age	15~29	240	15.1

Classification		Frequency	Percentage
	30~39	486	30.7
	40~49	513	32.4
	50~59	244	15.4
	60~64	102	6.4
	Total	1,585	100.0
Marital Status	Single	538	33.9
	Married	869	54.8
	Divorce	134	8.5
	Bereavement	29	1.8
	Separation	15	.9
	Total	1,585	100.0
Education Level	Uneducated	21	1.3
	Elementary School	76	4.8
	Middle School	136	8.6
	High School	767	48.4
	University	585	36.9
	Total	1,585	100.0
Type of disability	Physical Disability	906	57.2
	Brain Disability	74	4.7
	Vision Disability	241	15.2
	Hearing Disability	134	8.5
	Language disorders	21	1.3
	Mental Retardation	82	5.2
	Autism disorder	8	.5
	Mental Disorders	21	1.3
	Kidney disorder	55	3.5
	Heart disability	4	.3
	Respiratory	3	.2
	Liver disability	10	.6
	Facial disability	7	.4
	Ostomy	7	.4
	Epilepsy Disorder	12	.8
	Total	1,585	100.0
Degree of disability	Severe	307	19.4
	Mild	1,278	80.6
	Total	1,585	100.0
job	administrator	60	3.8
	specialist	195	12.3
	Office worker	288	18.2
	Service worker	108	6.8
	Salesperson	100	6.3
	Agriculture, Forestry, fishery	6	.4
	Function worker	212	13.4
	Driver of the machine	158	10.0
	Simple laborer	436	27.5
	No answer	22	1.4
	Total	1,585	100.0

4.2 타당성 및 신뢰도 검증

장애인근로자의 웰니스 구성요인을 도출하기 위하여 실시한 요인분석 결과를 아래 Table 3에서 살펴보면, 구성타당도를 측정하기 위한 KMO(Klaiser-Mayer_Olkin) 값은 .956로 나타났으며, Barttlet의 구형성 검정에 따른 Chi-Square값은 28985.295, 자유도(df)값 465, p(유의확률)값<0.000으로 표본의 측정도구로 적합함을 검증하였다. 총 31개의 항목에서 5가지 요인이 도출되었다. 요인적재량이 0.5이상 적정수준을 유지하였으며, 요인별로 고유값(Eigen value) 은 신체적 웰니스 1.908, 정서적 웰니스 2.733, 사회적 웰니스 4.185, 지성적 웰니스4.555, 직업적 웰니스로서 6.399로 허용수준인 1.0을 초과하였다. 분산설명력은 신체적 웰니스 6.156, 정서적 웰니스 8.817, 사회적 웰니스 13.501, 인지적 웰니스14.692, 직업적 웰니스 20.642로서 총 누적 분산설명력은 63.88%으로 비교적 높은 설명력을 보였다. 신뢰도계수인 Cronbach's a는 신체적 웰니스 0.666, 정서적 웰니스 .817, 사회적 웰니스 0.877, 인지적 웰니스 0.936, 직업적 웰니스 0.931로서 높은 신뢰도를 확보하였다.

Table 3. Factor analysis result

item		*factor-loading*	*commu-nality*	Eigen value	Explanatory power of the total variance	Cronbach's a
physical wellness	G1	.729	.567	1.908	6.156	.666
	G2	.855	.769			
	G3	.666	.495			
Emotional Wellness	F3-1	.685	.634	2.733	8.817	.817
	F3-2	.685	.567			
	F3-3	.538	.482			
	F3-4	.693	.621			
	F3-5	.669	.632			
social Wellness	E6-1	.654	.513	4.185	13.501	.877
	E6-2	.642	.495			
	E6-3	.703	.599			
	E6-4	.711	.616			
	E6-5	.714	.610			
	E6-6	.730	.584			
	E6-7	.758	.670			
Intellectual Wellness	F1-1	.640	.566	4.555	14.692	.936
	F1-2	.663	.547			
	F1-3	.720	.618			
	F1-4	.748	.655			
	F1-5	.750	.657			
	F1-6	.756	.650			
	F1-7	.758	.668			
	F1-8	.768	.668			
	F1-9	.754	.660			
	F1-10	.804	.730			
Occupa-tional Wellness	Ca7-1	.854	.773	6.399	20.642	.931
	Ca7-2	.793	.693			
	Ca7-3	.849	.767			
	Ca7-4	.854	.792			
	Ca7-5	.797	.657			
	Ca7-5	.879	.824			

4.3 가설검증

4.3.1 가설 1의 검증

본 연구의 가설 1은 '웰니스 구성요인이 장애인근로자의 삶의 질에 유의한 영향을 미칠 것이다'로서 이를 검증하기 위하여 요인분석을 통해 도출한 요인점수를 이용하여 회귀분석을 사용하였다. 웰니스 구성차원의 요인점수를 독립변수로, 삶의 질을 종속변수로 하여 회귀분석한 결과 Table 4와 같이 나타났다. 회귀모형의 F값은 220.446으로 유의수준 p=.000에서 유의하며 회귀식의 설명력을 나타내는 R2은 .410로서 41%의 설명력을 보이고 있다. 직업적 웰니스의 t값이 21.807, 정서적 웰니스 18.941, 신체적 웰니스 10.701, 인지적 웰니스 10.341, 사회적 웰니스 6.881로 나타났으며 모두 유의수준 p<0.001에서 정(+)의 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 직업적 웰니스가 삶의 질에 높은 영향력을 보이고 있는데, 이는 장애인근로자들에게 일이 매우 중요한 변인임을 확인할 수 있다.

Table 4. Wellness and quality of life regression analysis

Dependent variable	independent variable	B	β	t
Quality of Life	physical wellness	.124	.207	10.701***
	Emotional Wellness	.220	.366	18.941***
	social Wellness	.080	.133	6.881***
	Intellectual Wellness	.120	.200	10.341***
	Occupational Wellness	.253	.421	21.807***
R^2		.411		
Adj R^2		.410		
F		220.446		

***p<.001

4.3.2 가설 2의 검증

본 연구의 가설 2는 '웰니스 구성요인이 장애인근로자의 주관적 행복감에 유의한 영향을 미칠 것이다'로서 이를 검증하기 위하여 요인분석을 통해 도출한 요인점수를 이용하여 회귀분석을 사용하였다. 웰니스 구성차원의 요인점수를 독립변수로, 주관적 행복감을 종속변수로 하여 회귀분석한 결과 Table 5와 같이 나타났다. 회귀모형의 F값은126.913으로 유의수준 p=.000에서 유의하며 회귀식의 설명력을 나타내는 R2은 .285로서 28%의 설명력을 보이고 있다. 직업적 웰니스의 t값이 16.447, 정서적웰니스 13.603, 인지적 웰니스 10.188, 사회적 웰니스 7.089, 신체적 웰니스 5.064 순으로 나타났으며 모두 유의수준 p<0.001에서 정(+)의 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 직업적 웰니스가 주관적 행복감에 높은 영향력을 보이고 있다.

Table 5. Wellness and subjective happiness regression analysis

Dependent variable	independent variable	B	β	t
Subjective Happiness	physical wellness	.159	.108	5.064***
	Emotional Wellness	.426	.289	13.603***
	socal Wellness	.222	.151	7.089***
	Intellectual Wellness	.319	.217	10.183***
	Occupational Wellness	.515	.350	16.447***
R^2		..287		
Adj R^2		.285		
F		126.913		

***p<.001

4.3.3 가설 3의 검증

본 연구의 가설 3은 '장애인근로자의 삶의 질이 주관적 행복감에 영향을 미칠 것이다;로서 이를 검증하기 위하여 회귀분석을 사용하였다.

삶의 질을 독립변수로, 주관적 행복감을 종속변수로 하여 회귀분석한 결과 Table 6과 같이 나타났다. 회귀모형의 F값은 546.826으로 유의수준 p=.000에서 유의하며 회귀식의 설명력을 나타내는 R2은 .257로서 25%의 설명력을 보이고 있다.

Table 6. Quality of Life and subjective happiness regression analysis

Dependent variable	independent variable	B	β	t
Subjective Happiness	Quality of Life	1.245	.057	23.384***
R^2		.257		
Adj R^2		.257		
F		546.826		

***p<.001

5. 결론

본 연구는 웰니스 구성요인이 장애인근로자의 삶의 질과 주관적 행복감에 미치는 영향을 파악하여 장애인근

로자의 웰니스의 중요성을 확인하고 사회적 차원에서 전문적이며 다양한 제도적 장치마련이 필요하다는 점을 제시하고자 하였다.

장애인근로자의 웰니스 구성요인을 도출하기 위하여 2016년 장애인고용패널의 데이터를 사용하였으며, 탐색적 요인분석과 회귀분석을 통해 웰니스 구성요인이 삶의 질과 주관적 행복감에 미치는 영향을 분석하였다.

첫째, 장애인근로자의 웰니스 구성요인은 선행연구에 근거하여 5개 요인으로 변인을 구성하고 이것이 받아들여질 수 있는지 탐색적 요인분석을 한 결과 신체적, 정서적, 사회적, 인지적, 직업적 웰니스로 구성되어질 수 있음을 확인하였다.

둘째, 도출된 웰니스 구성요인들이 장애인근로자의 삶의 질에 영향을 미치는지 회귀분석을 실시한 결과, 매우 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 직업적 웰니스, 정서적 웰니스, 인지적 웰니스는 모두 직업재활과 밀접한 관련이 있는 요인들로 장애인근로자들을 위한 웰니스 정책이 매우 필요함을 알 수 있다.

셋째, 웰니스 구성요인이 장애인근로자의 주관적 행복감에도 매우 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 직업적 웰니스와 정서적 웰니스가 주관적 행복감에 높은 영향력을 보이고 있다.

넷째, 웰니스 구성요인이 삶의 질과 주관적 행복감에 영향을 미치듯이 삶의 질이 주관적 행복감에도 영향을 미치는지 분석한 결과 매우 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 장애인근로자의 행복을 결정하는 것에는 삶의 질 즉 개인이 느끼는 삶의 만족의 중요성을 재확인하였다.

따라서 본 연구 결과를 토대로 향후에는 장애인근로자들의 신체적, 정서적, 사회적, 인지적, 직업적 웰니스가 삶의 질과 행복감을 향상시킬 수 있도록 전문적이고 다각적인 측면에서의 웰니스적 프로그램 개발과 인프라를 구축해야할 것이다.

비장애인근로자의 웰니스 상태를 측정하기 위한 도구개발, 다양한 측면에서의 프로그램 개발 등이 이루어지는 반면에 장애인과 관련된 실질적이며 활용 가능한 웰니스 지표나 프로그램이 전무한 상황이므로 보다 적극적이고 풍부한 연구들이 이루어져야 할 것이다.

마지막으로 본 연구의 제한점은 첫째, 장애인고용패널에 참여한 장애인근로자를 대상으로 연구를 실시하여 전체 장애인들에게 일반화시키기에는 어려움이 있다. 둘째, 신체적 장애와 정신적 장애 간의 차이, 직업형태, 경제적 상황 등을 고려하여 각 하위요인들을 분석해야하지만 장애인고용패널 2차 자료를 활용하여 변수사용이 다소 제약이 따랐다. 따라서 새로운 연구설계를 통해 제반 특성을 고려한 자료의 축적과 세밀한 연구 분석으로 보완되어야 한다.

REFERENCES

[1] M. J. Choi, C. S. Son, J. H. Kim & Y. M. Ha. (2016). Development of a Wellness Index for Workers. *Journal of Korean Academy of Nursing, 46(1),* 69-78.

[2] H. N. Lee. (2013). *A study on the health inequality of persons with disabilities : in comparison with persons without disabilities through concentration index analysis.* Yonsei University, Seoul.

[3] J. H. Shin. (2010). *Effect of senior citizens' participation in leisure activities on wellness and subjective happiness.* Kyungsung University.

[4] J. J. Lee. (2011). Brain Injury Vocational Rhabilitation of Persons with Disabilities. *Brain & Neuro Rehabilitation, 4(2),* 83-87.

[5] D. J. Anspaugh, M. H. Hamrick & F. D. Rosata & D. Frank & S. K. Kim. (1996). *Wellness : concepts and applications.* Seoul 21c education.

[6] D. G. Kim. (2014). *The Relation between the Types of the Elderly's Participation in Leisure Activities and Wellness.* Kangwon National University. Kangwon.

[7] K. W. Lee. (2004). The Relationship among Demographic Characteristics. Leisure Sports Participation and Wellness. *Korea sport research, 15(4),* 453-462.

[8] Mueller. H & Lanz Kaufmann. E. (2001). Wellness Tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry. *Journal of Vacation Marketing,* 517.

[9] M. Smith & L. Puczko. (2009). *Health and Wellness Tourism.* New York ; Routledge.

[10] D. J. Anspaugh, M. H. Hamrick & F. D. Rosata. (1994). *Instructor's manual and test bank wellness : Concepts and applications(2nd ed).* St. Louis. MO; Mosby Yearbook Inc.

[11] W. C. Hettler. (1984). Wellness: Encouraging a lifetime pursuit of excellence. *Health Values : Achieving High Wellness, 8,* 13-17.

[12] K. S. Koo. (2013). *Development and effect of youth spirituality program.* Kyungsung University, Busan.

[13] M. J. Choi, D. H. Lee & H. S. Ahn. (2014). A study on relationship between wellness. subjective happiness and quality of life of salaried persons. *Journal of Digital Convergence. 12(11),* 597-606.

[14] M. J. Hwang & Y. S. Bang. (2015). The Correlation Analysis for Wellness Factors Related to Vocational Rehabilitation of Workers with Disabilities - Application of Comprehensive ICF Core Sets for Vocational Rehabilitation. *Journal of the Korea Entertainment Industry Association, 9(3),* 365-380.

[15] Y. O. Ha & Y. M. Park. (2017). The Effects of Perceived Stress, Sleep Quality and Subjective Happiness on the Wellness Lifestyle among Adults. *Journal of the Korea Convergence Society, 8(12),* 359-367.

[16] Y. E. Song & C. H. Kim. (2018). Wellness Health Awareness Change of University Students Following Participation in Sports Physical Fitness Class. *Journal of the Korea Convergence Society, 9(4),* 351-356.

[17] C. S. Lee & H. Y. Chung. (2015). Effect of Wellness Components on Quality of Life and Perception of Happiness : focused on Art tourist's Wellness. *Journal of Tourism & Leisure Research, 27(12),* 285-304.

[18] K. S. Kim. (2005). *Study on the Wellness Lifestyle of Salaried Persons.* Kyungwoon University. Gyeongsangbuk-do.

[19] K. J. Chung. & B. J. Jang. (2014). A Study on the Spiritual Wellness. Psychological Happiness. Subjective Happiness and Quality of Life of Hotel Users : Focusing on Super Deluxe Hotel in Busan. *Korean Journal of Hospitality & Tourism, 23(6),* 253-269.

[20] D. J. Kim. (2017). The Influence of Subjective Health Status on Daily Life Satisfaction of the People with Disabilities - Focusing on the Mediating Effects of Acceptance of Disability and Expression. *Journal of Digital Convergence, 1(15),* 519-526.

[21] K. T. Kim & A. R. Yoo. (2013). An Analysis of the Relationships among the Factors that Have Effects on the Life Quality of People with Developmental Disabilities. *Journal of Vocational Rehabilitation, 23(3),* 113-134.

[22] M. S. Park. (2010). The Factors of Life Satisfaction among Women with Disability. *Journal of Rehabilitation Research, 16(1),* 139-158.

[23] Y. H. Nam, S. Kim, S. G. Han & S. S. Kim. (2014). A Study on Influence of Stigma, Discrimination Experience, Shame, Life Satisfaction People with Spinal Cord Injury -Centered on the Effect Parameters of the Shame. *Journal of Rehabilitation Research, 18(1),* 81-112.

[24] J. Y. Park. (2013). A study on influence of the life satisfaction for the elderly women with disabilities : focusing on moderation effect of preparation for the later life factor. *Journal of Rehabilitation Research, 17(4),* 53-77.

[25] J. Y. Kim. (2013). The influence of Disability Acceptance. Discrimination. Socioeconomic Status of workers with disabilities on job satisfaction and life satisfaction. *Disability & Employment, 23(4),* 59-84.

[26] H. S. Kim & Y. S. Lee. (2014). Effects of Household Income and Employment Status on Leisure Activities and Life Satisfaction among the Disabled. *Disability & Employment, 24(4),* 146-171.

[27] K. S. Seo. (2006). *The Impact of Occupational Life on the Quality of Life for Women with Disabilities.* Korea University.

[28] S. C. Park. (2004). *The study on the quality of life of the mental disorder who participate in the vacational rehabilitation program : In the objective on the mental disorder in jeonbuk.* Jeonbok University.

[29] J. J. Lui. (2017). *Research on the Effects of China's Hotel Employee's Work-Family Conflict on Job Performance : Focused on Mediating Effects of Subjective Well-being and Moderating Effects of Employment type.* Sejong University. seoul.

[30] I. McDowell & C. Newell (1990). *Measuring He alth : A Guide to rating scale and questionnaires.* MA; Oxford Press.

[31] S. I. Shin. (2010). *Influence of laughing program on subjective happiness and marital satisfaction of married couple.* Myongji University. Gyeonggi-do.

[32] R. Veehoven. (1991). Is hapiness relative?, *Social Indicator Research, 24,* 1-34.

[33] K. J. Koo, J. Y. Lim & S. G. Choi. (2014). A Study on the Determinants of Happiness according to Income and Life Capability. *Korean Public Administration Review, 48(2),* 317-339.

[34] J. W. Shin. (2010). *The Effect of Senior Citizens' Participation in Leisure Activities on Wellness and Subjective Happiness.* Kyung-Sung University. Doctoral Dissertation.

[35] D. G. Lee. (2013). *The Relationship between Wellness and Subjective Happiness of Sport Leisure Participants.* In-Ha University.

[36] Y. S. Dong. (2012). *The effect of middle-aged women's participation in daily exercises on the wellness index and subjective happiness.* Changwon University.

이 민 희(Lee. Min Hee) [정회원]

- 1994년 2월 : 원광대학교 사회복지학과(문학사)
- 2002년 6월 : 한신대학교 재활학(문학석사)
- 2015년 12월 : 한신대학교 서비스 및 정책 전공 수료
- 관심분야 : 장애인, 웰니스, 직업재활
- E-Mail : namu0225@purmehospital.org