

## 발달장애인 부모의 성격 5요인이 주관적 안녕감에 미치는 영향: 자기조절효능감을 매개로

김민경\* · 김민정\*\*†

\*남서울대학교 아동복지학과 부교수, \*\*동명대학교 상담심리학과 조교수

### The Effects of 5 Personality factors on Subjective Well-Being in Parents with Developmental Disabilities: The Mediating Effects of self-regulatory efficacy

MinKyeong, Kim\* · Min-Jung, Kim\*\*†

\*Associate Professor, Department of Child Welfare, Namseoul University

\*\*Assistant Professor, Department of Counselling Psychology, Tongmyong University

#### ABSTRACT

**Objectives:** This study examined the relations among 5 personality factors, self-regulatory efficacy and subjective well-being in parents with developmental disabilities. This study also examined the mediating effect of self-regulatory efficacy on the relationship between 5 personality factors and subjective well-being in parents with developmental disabilities.

**Methods:** The research subjects consisted of 114 parents with developmental disabilities. They completed questionnaires 5 personality factors, self-regulatory efficacy and subjective well-being by parents. The data were analyzed by SPSS 22.0 program.

**Results:** The results of this study showed that 5 personality factors-neuroticism and extroversion-had a direct effect on subjective well-being in parents with developmental disabilities. Second, 5 personality factors-extroversion- had an indirect effect on the subjective well-being through self-regulatory efficacy in parents with developmental disabilities.

**Conclusions:** These findings have implications for future research and practice by highlighting the importance of self-regulatory efficacy in subjective well-being in parents with developmental disabilities.

**Key words:** 5 personality factors, developmental disabilities, self-regulatory efficacy, subjective well-being

---

접수일 : 2021년 01월 31일, 수정일 : 2021년 02월 15일, 채택일 : 2021년 02월 16일

교신저자 : 김민정(48520, 부산시 남구 신천로 428)

Tel: 051-629-2664, Fax: 051-629-2019, E-mail: longmin@hanmail.net

## I. 서론

인간은 누구나 행복하고자 하는 마음은 가지고 있다. 이런 점에서 주관적 안녕감은 행복이 관찰자에 의한 객관적 평가가 아닌 개인의 주관적인 경험임을 강조하며, 자신의 전반적 삶에 대한 인지적 평가로서의 삶의 만족과 정서적 반응으로서의 긍정적 정서 및 부정적 정서를 포함한다(Diener, 1984). 그러나 행복을 추구하는 경향과는 달리 여러 가지 여건상 스트레스나 우울과 같은 심리·정서적 문제를 겪는 환경에 놓인 경우가 있다. 특히 발달장애인은 아동기에 발생되어 장애가 성인기까지 완화되지 않고 일생 동안 지속되기 때문에 부모나 가족의 부담이 가장 큰 유형이다. 또한 장애 정도와 상관없이 외모적으로는 장애가 확연히 드러나지 않기 때문에 주변사람의 이해와 지원을 얻어내기도 힘들다(김윤희와 김진숙, 2014).

국내에서 발달장애의 범주는 2014년 제정된 ‘발달장애인 권리보장 및 지원에 관한 법률’에 의거 ‘지적장애, 자폐성장애 및 그 밖에 통상적인 발달이 나타나지 않거나 크게 지연되어 일상 및 사회생활에 많은 제약을 받는 사람’이라고 정의한다(손동균, 2019). 발달장애인들은 생애 초기부터 장애와 함께 이후의 삶을 살아가게 되며, 성인이 되어도 10% 내외 정도가 자신의 일상생활을 해 낼 수 있기에, 이때 가족의 돌봄 부담은 배가 될 수밖에 없다(Yoon, 2013). 발달장애인을 돌보는 것은 가족의 생애 전반에 걸쳐 막중한 적응과제를 가지게 된다. 특히 발달장애 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스나 삶에 대한 만족은 자녀의 장애 정도에 대해 경험하는 자신의 주관적 인식이 많은 영향을 미칠 수 있다(Bradshaw & Lawton, 1978). 그러므로 이들의 성격특성을 파악하고, 어떠한 요인을 통해 주관적 안녕감을 증진할 수 있는지에 대한 접근과 고려가 필요하다고 하겠다.

주관적 안녕감은 행복 혹은 삶의 만족이라고 부르며(Diener et al., 2003), 구성요인은 학자마다 다르

다. 주관적 안녕감은 삶의 만족이나 정서적 경험으로 보기도 하고, 우울과 같은 정신건강을 가정하기도 하며 삶의 만족, 낙관주의, 자아존중감 및 정서적 안정성 등의 요인을 포함하기도 한다.

성격과 주관적 안녕감 간의 관계에서 먼저 성격은 성격심리학의 통합적 체계로 성격특성에 대한 개인차를 설명해 주는 포괄적이며 안정적인 구조로 보고 있다. 성격 5요인은 개방성, 성실성, 신경증, 외향성, 그리고 친화성의 양극요인이 있고 각 양극요인은 여러 개의 하위구면으로 구성되어 있다(Costa & McCrae, 1995). 이들 성격요인 중 낮은 신경증과 외향성이 주관적 안녕감과 밀접한 관련이 있다고 하였으며(Costa & McCrae, 1995), 이후 많은 연구들에서도 신경증과 외향성은 주관적 안녕감을 강력히 예측하는 강력한 성격요인으로 나타났다(Clan & Joseph, 2000; Garcia, 2011; Hills & Argyle, 2001). 즉 신경증은 부정적 정서와 외향성은 긍정적 정서와 관련되어 주관적 안녕감을 형성하는데 기여하기 때문이다.

외향성과 함께 친화성, 성실성도 주관적 안녕감을 긍정적으로 예측하는 요인으로 나타났다(DeNeve & Copper, 1998; Hayes & Joseph, 2003). 지적개방성은 긍정적 정서와 부정적 정서와 관련이 있으며(McCrae & Costa, 1991), 주관적 안녕감을 유의하게 예측하지는 못했지만 정서적 경험을 증가시킬 수 있는 요인으로 이해되고 있다(Fagley, 2012). 또한 삶의 전반에 대해 느끼는 인지적 평가 요소인 삶의 만족은 성실성이 가장 큰 예측 선행요인으로 나타났다(DeNeve & Copper, 1998; Hayes & Joseph, 2003). 따라서 주관적 안녕감을 예측하는 성격 중 신경증과 외향성이 강력한 영향을 미치며, 인지적 평가와 관련된 영역에서 성실성의 영향력이 큰 것으로 나타났다.

성격과 자기효능감 간의 관계를 보면, 신경증이 자신감에 미치는 영향은 유의하지 않았고(Cheng & Furnham, 2002), 자기효능감과도 부적인 상관을 보

였다(Karademas, 2007). 자기효능감은 도전적인 활동이나 어려운 과제를 수행할 때 자신의 능력에 대한 신념으로, 자신이 처한 환경과 능동적으로 협상하고 자신의 경험에 대한 통제력을 발휘하는 등의 자기조절 기능을 수행한다(Bandura, 2001). 또한, 삶의 만족을 지각하게 한다는 자기조절효능감은 사람이 어떤 과제를 달성하고자 할 때 자기조절과 관련된 즉, 자기관찰, 판단 및 반응을 잘 사용할 수 있는지에 대한 효능기대라고 볼 수 있다(차정은, 1997). 자기효능감은 자신에 대해 어떻게 사고하고 느끼며 행동하는가에 대한 부분으로, 낮은 자기효능감은 우울, 불안 및 무기력과 같은 부정적인 정서와 관련이 있다(Bandura, 1997; Shnek et al., 1997). 자기효능감은 주관적 안녕감이나 삶의 질과 밀접한 상관이 있어, 자기효능감이 높을 경우에 행복감의 수준이나 자신의 삶에 대한 생활만족도가 높은 것으로 나타났다(장우귀 등, 2007; Karademas, 2007).

성격과 주관적 안녕감 간의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과는 성격적 강점과 삶의 만족과의 관계에서 일반적 자기효능감은 매개효과가 있고(Weber et al., 2013), 높은 자기효능감은 자아개념을 유지하게 하고 문제 상황에서 효과적인 전략을 사용하게 하여 자신의 경험을 긍정적으로 인식하게 하고 결과적으로 삶의 만족을 높이는 것으로 볼 수 있다(Caprata et al., 2006). 성격특성 중 외향성과 삶의 만족도와의 관계에서 사회적 자기효능감은 완전 매개효과가 나타났고, 신경증과 삶의 만족간의 관계에서 부분 매개효과가 나타났다. 또한 사회적 상호작용이나 대인관계에 필요한 신뢰나 이타성 및 협동능력 등을 포함한 친화성도 외향성과 마찬가지로 사회적 효능감과 정적인 상관을 보인다(Nauta, 2004; Rottinghaus et al., 2002).

Argyle와 Lu(1990)는 성격과 같은 기질과 주관적 안녕감 관계에 대한 매개변인 연구가 필요하다고 제안하였다. 그동안 일반인의 성격과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기존중감이나 낙관주의와 같은 매개

변인에 대한 연구는 일부 수행되었으나, 발달장애인 부모의 긍정적이고 건강한 발달에 영향을 자기조절 효능감에 대한 연구는 상대적으로 부족하다. 특히 발달장애인 부모의 주관적 안녕감을 향상시키는 방안 모색이 거의 이루어지지 않았다. 따라서 본 연구는 발달장애인 부모의 성격특성 파악과 자기조절효능감의 매개효과를 분석해봄으로써 발달장애 부모의 주관적 안녕감을 향상시키는데 기여할 것이다.

본 연구의 목적은 발달장애인 자녀를 둔 부모의 성격 5요인, 자기조절효능감과 주관적 안녕감 간의 관계를 살펴보고, 성격 5요인과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기조절효능감의 매개효과가 나타나는지를 검증하고자 한다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

1. 발달장애인 부모의 성격 5요인 및 자기조절효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향은 어떠한가?
2. 발달장애인 부모의 성격 5요인과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기조절효능감의 매개효과는 어떠한가?

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구의 대상은 충남에 위치한 N대학교에서 진행한 발달장애인과 이들의 부모를 대상으로 진행된 힐링 프로그램에 참여한 발달장애인 자녀와 이들의 부모, 총 114쌍이다. 부모의 성별은 남자가 29명(25.4%), 여자가 85명(74.6%)이었다. 부모의 연령은 40-49세가 69명(60.5%)로 대부분을 차지하였고, 다음으로 50-59세가 20명(17.5%), 30-39세가 18명(15.8%), 60세 이상이 6명(5.3%), 20-29세가 1명(0.9%)이었다. 자녀수는 외동이가 20명(17.5%), 2명이 69명(60.5%), 3명이 19명(16.7%), 4명 이상이 6

명(5.3%)이었다. 발달장애인 자녀의 성별은 남자가 104명(91.2%), 여자가 10명(8.8%)이었다. 자녀의 연령은 1-5세가 12명(10.5%), 6-10세가 32명(28.1%), 11-15세가 31명(27.2%), 16-20세가 31명(27.2%), 21-25세가 2명(1.8%), 26-30세가 6명(5.3%)이었다. 부모들이 참여하고 있는 자조모임이 '있다'가 67명(58.8%), '없다'가 47명(41.2%)이었다.

## 2. 조사도구

본 연구의 조사도구는 성격 5요인, 자기조절효능감 및 주관적 안녕감으로 구성되어 있고, 모든 척도는 발달장애인을 자녀를 둔 부모에 의해 평가되었다. 각 척도의 점수가 높을수록 각 변인의 특성이 높음을 의미한다.

### 1) 성격 5요인

성격 5요인은 간편형 한국어 BFI(Big FiveInventory) 척도를 김하숙(2018)이 사용한 척도이다. 이 척도는 개방성, 성실성, 신경증, 외향성, 친화성의 5개 변인으로, 각 3개 문항씩 총 15문항으로 구성되어 있다. 문항의 예로 개방성은 '나는 창의적인 사람이다.', 성실성은 '나는 일을 완벽하게 하는 사람이다.', 신경증은 '나는 쉽게 침울해지는 사람이다.', 외향성은 '나는 조용한 사람이다.', 친화성은 '나는 사려 깊고 거의 모든 사람에게 친절할 사람이다.' 등과 같은 문항으로 구성되어 있다. 응답은 5점 Likert 척도(1=거의 그렇지 않다~5=매우 그렇다)로 평정하였다. 원 척도의 Cronbach's  $\alpha$ 는 개방성 .85, 성실성 .73, 신경증 .74, 외향성 .76, 친화성 .69이었고, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 개방성 .860, 성실성 .692, 신경증 .876, 외향성 .565, 친화성 .740이었다.

### 2) 자기조절효능감

자기조절효능감은 차정은(1997)이 개발한 일반적 자기효능감 척도로, 본 척도의 하위요인으로는 자신

감, 자기조절효능감 및 과제난이도 선호가 있다. 이 중에서 본 연구에서는 자기조절효능감 12문항만을 사용하였다. 문항의 예로는 '나는 일을 순서를 정해 차례로 처리할 수 있다.', '나는 어려움이 있을 때도 포기하지 않고 계속해서 노력한다.' 등이다. 응답은 5점 Likert 척도(1=거의 그렇지 않다~5=매우 그렇다)로 평정하였다. 점수가 높을수록 자기조절효능감이 높음을 의미한다. 원 척도의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .85이었고, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .901이었다.

### 3) 주관적 안녕감

주관적 안녕감은 서은국과 구재선(2011)이 개발하고 타당화한 단축형 행복 척도(COMOSWB: Concise Measure of Subjective Well-Being)의 한국어판을 김정은(2018)이 사용한 척도이다. 이 척도는 삶의 만족을 측정하는 3문항과 지난 한달 간 경험한 긍정적 정서, 부정적 정서를 각각 측정하는 3문항씩, 총 9문항으로 이뤄져 있다. 문항의 예로는 삶의 만족은 '나는 내 삶의 개인적 측면에 대해서 만족한다.'이고, 정서의 경우, 지난 한달동안 경험한 감정에 대해 '즐거움', '편안함'과 같은 긍정적 정서와 '짜증 나는', '무력함'과 같은 부정적 정서이다. 응답은 삶의 만족의 경우 7점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다~7=매우 그렇다)로 평정하는 방식이었으며, 긍정적 정서 및 부정적 정서의 경우도 7점 Likert 척도(1=전혀 느끼지 않았다~7=항상 느꼈다)로 측정하였다. 본 연구에서는 정서적 행복의 하위요인인 부정적 정서를 역코딩하여, 전체 주관적 안녕감으로 측정하였고 점수가 높을수록 주관적 안녕감이 높음을 의미한다. 원 척도 Cronbach's  $\alpha$ 는 긍정적 정서 .85, 부정적 정서 .82, 삶의 만족이 .87이었으며, 본 연구에서는 전체 주관적 안녕감을 측정하였고, Cronbach's  $\alpha$ 는 .860이었다.

### 3. 연구절차 및 자료 분석

본 연구는 주저자가 소속된 대학의 생명윤리심의 위원회(IRB)에 연구계획서에 관한 내용, 즉 연구계획서의 타당성, 연구대상자 모집방법, 연구에서의 이익 및 불이익, 개인정보 보호대책 등에 대한 승인을 받았다(1041479-HR-202007-003). 본 연구는 충남에 위치한 N대학교에서 진행한 발달장애인 대상 힐링 프로그램에 참여한 발달장애인 자녀를 둔 부모들로, 참여한 아버지 또는 어머니 114명에서 본 연구에 대해 설명하고 동의를 받은 후 질문지를 배부하였고, 114부 모두 회수되었다(회수율: 100%). 본 연구의 자료는 SPSS 22.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 먼저, 본 연구참여자의 사회인구학적 특성을 살펴보기 위해 빈도와 백분율을 산출하였다. 또한, 조사도구의 신뢰도와 각 변인간의 관련성을 살펴보기 위해 Cronbach's  $\alpha$  계수에 의한 내적합치도 산출과 상관관계분석을 실시하였다. 그리고 성격 5요인과 자기효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향력을 비롯하여, 자기효능감이 성격 5요인과 주관적 안녕감 간의 관계를 매개하는지 살펴보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다. 매개효과의 유의성은 Sobel

테스트를 이용하여 검증하였다.

## III. 연구결과

### 1. 연구변인들 간의 상관관계 분석

발달장애인 부모 대상 성격 5요인, 자기조절효능감 및 주관적 안녕감 간의 관계를 살펴본 결과, 대부분의 변인들에서 통계적으로 유의하였다(Table 1). 먼저, 성격 5요인 중 개방성은 자기조절효능감( $r = .259, p < .01$ ) 및 주관적 안녕감( $r = .247, p < .01$ )과 성실성은 자기조절효능감( $r = .241, p < .01$ )과만 유의한 정적 상관이 있었다. 신경증은 자기조절효능감( $r = -.263, p < .01$ ) 및 주관적 안녕감( $r = -.390, p < .001$ )과 유의한 부적 상관이 있었고, 외향성은 자기조절효능감( $r = .292, p < .01$ ) 및 주관적 안녕감( $r = .400, p < .001$ ), 친화성은 자기조절효능감( $r = .454, p < .001$ ) 및 주관적 안녕감( $r = .188, p < .05$ )과 유의한 정적 상관이 있었다. 또한, 자기조절효능감과 주관적 안녕감은 유의한 정적 상관이 나타났다( $r = .401, p < .001$ ).

<Table 1> Intercorrelations among 5 personality factors, self-regulatory efficacy and subjective well-being (N=114)

Variables	1	2	3	4	5	6	7
<u>5 Personality Factors</u>							
1. openness	1						
2. conscientiousness	.249**	1					
3. neuroticism	-.371***	-.140	1				
4. extroversion	.477***	-.019	-.248**	1			
5. agreeableness	.301**	.214*	-.245**	.174	1		
6. self-regulatory efficacy	.259**	.241*	-.263**	.292**	.454***	1	
7. subjective well-being	.247**	.118	-.390***	.400***	.188*	.401***	1
<i>M</i>	3.29	3.54	2.59	3.03	3.46	3.58	4.78
<i>SD</i>	.67	.66	.86	.65	.58	.47	.94

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

## 2. 성격 5요인과 자기조절효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향

성격 5요인과 자기조절효능감이 주관적 안녕감에 미치는 영향을 살펴본 결과, 먼저 성격 5요인 중 신경증( $\beta = -.303, p < .01$ )과 외향성( $\beta = .351, p < .001$ )만이 유의한 영향을 미쳤고, 그 설명력은

26.2%이었다(Table 2). 즉, 발달장애인 부모의 신경증이 낮고 외향성이 높을수록 주관적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 다음으로 자기조절효능감( $\beta = .401, p < .01$ )은 주관적 안녕감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 그 설명력은 16.1%이었다(Table 3).

〈Table 2〉 5 personality factors predicting subjective well-being

Predictors	subjective well-being	
	B	$\beta$
openness	-.101	-.072
conscientiousness	.126	.089
neuroticism	-.330	-.303**
extroversion	.509	.351***
agreeableness	.090	.055
R <sup>2</sup>	.262	
F(df)	7.654***(5)	

\*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

〈Table 3〉 self-regulatory efficacy predicting subjective well-being

Predictors	subjective well-being	
	B	$\beta$
self-regulatory	.797	.401***
R <sup>2</sup>	.161	
F(df)	21.458***(1)	

\*\*\* $p < .001$ .

## 3. 성격 5요인과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기조절효능감의 매개적 역할

발달장애인 부모의 성격 5요인과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기조절효능감의 매개적 역할을 살펴보기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 세 가지 단계에 의한 모델에 근거하여 회귀분석을 실시하였다. 본

조건을 충족하기 위해서는 독립변인과 매개변인 간, 독립변인과 종속변인 간, 그리고 매개변인과 종속변인 간의 유의한 관계가 충족된 경우로, 본 연구에서는 총 4가지 경우가 해당되었다. 이어서 3단계에 걸친 회귀분석을 통해 자기조절효능감의 매개적 역할을 확인하였다. 1단계에서 독립변인인 성격 5요

인이 매개변인인 자기조절효능감에 미치는 영향력을 투입하고, 2단계에서는 성격 5요인이 주관적 안녕감에 미치는 영향력을 투입하였으며, 마지막으로 3단계에서는 독립변인으로 성격 5요인과 자기조절효능감을 동시에 투입한 후, 성격 5요인이 주관적 안녕감에 미치는 영향력의 유의성이 감소하거나 사라지는지를 살펴보았다. 그 결과, 성격 5요인 중 외향성과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기조절효능감의 부분 매개적 역할이 나타났다(Table 4).

성격 5요인 중 외향성과 자기조절효능감을 함께

투입했을 때, 외향성( $\beta = .351, p < .001 \rightarrow \beta = .291, p < .01$ )이 주관적 안녕감에 미치는 영향력의 유의성이 감소하였다. Sobel 테스트를 통해 간접효과의 유의성을 살펴본 결과, 외향성이 자기조절효능감을 통해 주관적 안녕감에 미치는 효과는 통계적으로 유의하였다( $Z = 1.96, p < .05$ ). 즉, 자기조절효능감은 성격 5요인 중 외향성과 주관적 안녕감 간의 관계를 부분 매개하였다(Figure 1). 즉, 발달장애인 부모의 성격특성 중 외향성은 자기조절효능감을 높이고, 나아가 이들의 주관적 안녕감을 높이는 것으로 나타났다.

〈Table 4〉 The mediating effects of self-regulatory efficacy on the relationship between 5 personality factors and subjective well-being

(N=114)

Variables	Model 1		Model 2		Model 3	
	self-regulatory efficacy		subjective well-being		subjective well-being	
	B	$\beta$	B	$\beta$	B	$\beta$
<u>5 Personality Factors</u>						
openness	-.026	-.038	-.101	-.072	-.086	-.062
conscientiousness	.116	.161	.126	.089	.065	.045
neuroticism	-.060	-.110	-.330	-.303**	-.298	-.274**
extroversion	.162	.221*	.509	.351***	.423	.291**
agreeableness	.298	.366***	.090	.055	-.069	-.043
<u>self-regulatory efficacy</u>					.534	.268**
R <sup>2</sup>	.289		.262		.274	
F(df)	8.779***(5)		7.654***(5)		8.121***(6)	

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



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

〈Figure 1〉 The mediating effects of self-regulatory efficacy on the relationship between 5 personality factors and subjective well-being

#### IV. 논의

본 연구에서는 발달장애인 부모의 성격 5요인, 자기조절효능감 및 주관적 안녕감 간의 관계를 살펴보고, 성격 5요인과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기조절효능감의 매개적 역할을 살펴보고자 하였다. 본 연구결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 발달장애인 부모의 성격 5요인 중에서 신경증과 외향성만이 주관적 안녕감에, 그리고 자기조절효능감은 주관적 안녕감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 먼저, 부모의 성격특성 중 신경증과 외향성이 주관적 안녕감과 관련성이 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 발달장애인 가족은 비발달장애인 가족 및 비장애장애인 가족에 비해 경제적, 정신적 부담감이 더 크고, 정신적 만족감이 떨어진다는 연구(손동균, 2019)와 유사하다. 발달장애인 가족의 주관적 안녕감을 비롯한 심리적 특성에 관한 연구, 특히 이들의 성격특성과 주관적 안녕감 간의 관련성을 살펴본 연구가 거의 없어 비교하기는 어려우나, 발달장애인 자녀를 둔 부모의 성격특성 중 신경증이 낮고 외향적일수록 자신의 삶에 대한 긍정적인 특성을 보일 수 있음을 알 수 있다.

주관적 안녕감과 유사한 특성으로 사용되는 심리적 안녕감과 관련하여, 대학생을 대상으로 한 연구에서 성격특성 중 신경증과 외향성이 심리적 안녕감에 영향을 미친 연구(김민정, 2017)와 유사하다. 즉, 신경증적인 특성은 불안, 우울과 같은 부정적 정서경험과 관련이 되고, 외향적 특성은 사교적인 활동을 통해 긍정적인 상호작용을 가질 기회를 증가시키며, 이는 심리적 안녕감에도 영향을 미칠 수 있다고 본다(Pavot et al., 1990). 또한, 지체장애학생 어머니의 성격강점(초월)의 4가지 특성인 감사, 낙관성, 감상력 및 영성의 수준이 높을수록 심리적 안녕감이 높게 나타난 연구(전주연, 2014)와도 유사한 결과이다. 즉, 자신의 인생에 대한 감사를 느끼고, 낙관적으로 생각하는 등의 초월적 강점을 지닌 어머니들은 삶에

대해 더 긍정적인 심리상태를 나타낸다는 것이다. 이러한 결과들은 장애 자녀를 둔 부모들은 자신으로 인해 자녀의 장애가 발생했다는 죄의식을 경험할 수 있다는 점(유안진과 김연진, 2003)에서, 부모의 성격 특성 중 신경증이나 우울 및 불안의 성향을 가진 특성으로도 이어질 수도 있다. 따라서 발달장애인 자녀를 둔 부모나 가족을 대상으로 한 서비스를 제공할 때는 부모의 심리·정서적 특성을 반영하거나, 성격적 특성에 따라 발생할 수 있는 심리적 소진을 감소시킬 수 있는 중재 프로그램을 고려할 필요가 있어 보인다.

다음으로 발달장애인 부모의 자기조절효능감 또한 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 이들 간의 관련성을 살펴본 연구는 없으나 발달장애인의 자기효능감이 삶의 만족도에 영향을 미친다는 연구(김자영, 2020)와 그 맥을 같이 한다. 자기효능감의 하위요인에 해당하는 자기조절효능감이 높은 사람은 긍정적 자아상을 가지며, 자신의 사고와 결정 및 행동을 수행할 수 있기 때문에 자신의 삶에 대해서 만족감을 가질 수 있다. 또한, 발달장애인을 대상으로 한 연구는 아니지만 개인의 자기효능감이 높을수록 삶의 만족도가 높아진다는 연구들(성미영 등, 2016; 염인숙, 2019; Lecci et al., 1994)에서도 자기효능감과 삶의 만족도의 관련성을 공통적으로 보고하고 있다. 자기조절효능감은 개인이 자기조절, 즉 자기관찰, 판단 및 반응을 잘 수행할 수 있는가에 대한 효능기대(차정은, 1997)로, 스스로 만들어낸 결과에 대해 자신의 생각이나 정서 및 행동을 통제할 수 있는 능력을 의미한다. 따라서 자신의 삶에 대한 목표와 방향성을 알고 행동할 수 있다는 신념이나 인지적 특성은 삶에 대해 느끼는 주관적 안녕감과도 밀접한 관련성을 보일 수 있다. 따라서 발달장애인 부모들이 타인의 삶이나 시선에 얽매 이기보다 스스로의 삶의 목표를 세우고 행동할 수 있도록 지지하고 지원할 수 있는 방안에 대해 고민할 필요가 있다.

둘째, 발달장애인 부모의 성격특성과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기조절효능감의 매개효과에 대해 살펴본 결과, 자기조절효능감은 성격 5요인 중 외향성과 주관적 안녕감 간의 관계를 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 고등학생을 대상으로 외향성을 포함한 성격 5요인의 모든 하위요인들과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기효능감의 매개효과가 나타난 연구(모화숙 등, 2013)와 일치한다. 이러한 결과는 외향성의 리더십이나 활동성과 같은 특성이 사회적 상호작용을 선호하게 하고(Hotard, 1989), 이러한 특성이 자기조절효능감에도 영향을 미쳐서 주관적 안녕감으로 연결되는 것으로 이해해 볼 수 있다.

이 외에도 앞서 언급한 발달장애인 부모의 성격특성이 자기조절효능감으로 이어지는 경로나 자기조절효능감이 주관적 안녕감으로 이어지는 경로와 관련한 연구들(김자영, 2020; 손동균, 2019)을 통해서도 자기조절효능감의 매개역할을 유추해 볼 수 있다. 자기조절효능감은 부모들이 어려운 문제 상황에서 처했을 때 대처할 수 있는 자원이 될 수 있으며, 부정적 사고를 통제하고 효과적인 상황으로 변화시켜나갈 수 요인이라는 점에서도 긍정적인 주관적 안녕감으로 이어질 수 있을 것으로 보인다. 이처럼 외향성과 주관적 안녕감 간의 관계에서 자기조절효능감의 매개역할을 확인함으로써, 활동성이 높은 부모들의 경우는 주관적 안녕감을 증진시키기 위해서 자기조절효능감을 함께 증진시켜주는 것도 의미있는 결과를 얻을 수 있을 것으로 보인다.

결론적으로, 본 연구는 발달장애인 자녀를 둔 부모의 성격적 특성 및 자기조절효능감이 주관적 안녕감에 직접적 영향을 미쳤으며, 부모의 성격적 특성은 자기조절효능감을 통해 간접적으로도 영향을 미쳤다. 이는 발달장애 자녀를 둔 부모의 주관적 안녕감을 높이기 위해서는 부모의 성격적 특성을 고려한 상담이나 중재 프로그램도 필요하겠지만, 개인의 성격특성이 쉽게 변화되기 어려운 점이라는 것을 가정

할 때, 현재 자신과 가족의 삶에 대한 목표를 명확히 세우고 행동할 수 있도록 지원하는 방안을 모색할 필요가 있다. 이를 위해서는 지자체에서 관련 프로그램을 제공하거나 유사한 어려움을 가진 부모들을 위한 자조모임 등을 통해서 이를 공유하도록 하는 것도 필요해 보인다. 특히, 발달장애인 자녀를 둔 부모를 대상으로 한 연구가 많지 않은 현 상황에서 이들의 주관적 안녕감에 영향을 미칠 수 있는 개인내적 요인을 살펴보았다는 점에서, 관련 기관에서 다양한 지원방안을 마련하는데 기초자료로 제공할 수 있을 것으로 보인다.

마지막으로 본 연구의 제한점과 함께 후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 먼저, 본 연구는 발달장애 진단을 받은 자녀를 둔 부모를 대상으로 하였는데, 발달장애의 범주가 다양할 수 있다는 점에서 추후 연구에서는 발달장애의 유형이나 심각성에 따라 관련 변인들 간의 관련성을 살펴보는 것도 필요해 보인다. 또한, 발달장애인 자녀의 연령이 영유아기부터 성인기까지 포함되어 있어, 추후 연구에서는 자녀의 발달단계에 따라 부모 또는 자녀를 대상으로 하여 다양한 개인 내·외적 요인들 간의 관련성을 분석해 볼 필요가 있다. 마지막으로 본 연구는 부모의 심리·정서적 안정감의 중요성을 고려하여 주관적 안녕감에 영향을 미칠 수 있는 성격적인 특성과 인지적 측면인 효능감 간의 관련성을 살펴보았는데, 추후 연구에서는 가족의 응집성이나 사회적 지지 및 분위기 등과 같은 다양한 관련 변인들을 함께 고려하는 것도 의미 있을 것으로 생각된다.

## V. 결론

본 연구의 결과를 토대로 결론을 내리면 다음과 같다. 발달장애인 부모의 성격 5요인 중 낮은 신경증 및 높은 외향성은 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 미치고, 높은 자기조절효능감 또한 주관적 안녕감에

긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 더불어, 자기조절효능감은 성격 5요인 중 외향성과 주관적 안녕감 간의 관계에서 부분 매개적 역할을 하였다. 본 연구를 통해 발달장애인 자녀를 둔 부모의 주관적 안녕감을 높이기 위해서는 이들의 성격적 특성을 반영한 중재 프로그램뿐만 아니라, 자신의 삶에 주체가 되는 자기조절효능감을 높이기 위한 지원이나 프로그램을 활성화할 필요가 있을 것으로 보인다. 특히, 다양한 복지현장에서 발달장애인을 대상으로 한 프로그램이 운영되고 있지만, 발달장애의 유형이나 심각성에 따른 신체, 정서 및 사회성 발달을 위한 차별화된 프로그램이 활성화될 필요가 있어 보인다. 이외에도 유사한 어려움을 가진 부모들의 자조모임을 통해서 관련 정보를 나누고 소통할 수 있는 기회를 제공하는 것도 필요할 것이다. 더불어, 이들과 함께 살아가고 있는 부모나 형제자매를 대상으로 한 다양한 지원 프로그램이 개발될 필요가 있고, 발달장애에 대한 올바른 정보나 가족의 역할을 제공할 수 있는 보건교육 또한 강화될 필요가 있다.

### 참고문헌

- 김민정. (2017). 대학생의 부·모와의 관계와 성격 특성이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 성격특성의 매개적 역할. 한국웰니스학회지, 12(3), 305-316.
- 김윤희, 김진숙. (2014). 발달장애어머니의 장애수용과정. 상담학연구, 15(5), 1911-1935.
- 김자영. (2020). 발달장애인의 취업여부와 자기효능감이 삶의 만족도에 미치는 영향: 대인관계의 매개효과를 중심으로. 장애와 고용, 30(1), 25-50.
- 김정은. (2018). 그릿과 열정 간의 변별 및 주관적 안녕감과와의 관계 검증: 다집단 분석을 이용한 비교문화연구[석사학위논문]. 서울: 이화여자대학교 대학원.
- 김희숙. (2018). 그릿(Grit), 성격 5요인, 몰입 및 성취동기의 관계[석사학위논문]. 대구: 대구가톨릭대학교 교육대학원.
- 모화숙, 박미라, 하대현. (2013). Big5 성격요인과 주관적 안녕감간의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과. 교육심리연구, 27(3), 761-781.
- 서은국, 구재선. (2011). 단축형 행복 척도 개발 및 타당화. 한국심리학회: 사회 및 성격, 25(1), 95-113.
- 성미영, 서주현, 민미희. (2016). 서울시 아동가구 남성가구의 일-가정 양립인식과 자기효능감, 우울감이 삶의 만족도에 미치는 영향. 유아교육·보육복지연구, 20(2), 291-310.
- 손동균. (2019). 한국 발달장애인 가족의 돌봄 부담감과 만족감 요인에 관한 연구[석사학위논문]. 서울: 서울대학교 대학원.
- 전주연. (2014). 지체장애학생 어머니의 삶의 목적과 성격 강점(초월) 및 심리적 안녕감의 관계[석사학위논문]. 충북: 충북대학교 교육대학원.
- 염인숙. (2019). 중장년층의 노후준비가 삶의 만족도에 미치는 영향: 자기효능감의 매개효과를 중심으로. 한국콘텐츠학회논문지, 19(10), 472-486.
- 유안진, 김연진. (2003). 부모교육의 이론과 실제. 서울: 동문사.
- 장우귀, 박영신, 김의철. (2007). 대학생의 인간관계, 자기효능감과 삶의 질: 토착문화심리적 분석. 한국교육문제연구, 25, 1-21.
- 차정은. (1997). 일반적 자기효능감 척도개발을 위한 일 연구[석사학위논문]. 서울: 이화여자대학교 교육대학원.
- 한경근, 박순길, 박경옥, 김영미, 김혜리. (2013). 중도·중복장애학생 교육. 서울: 학지사.
- Argyle, M., & Lu, L.(1990). Happiness and social skills. *Personality and Individual Differences*, 11(12), 1255-1261.
- Bandura, A.(1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman.
- Bandura, A.(2001). Social cognitive theory:

- An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 1-26.
19. Caprara, G. V., Steca, P., Gerbino, M., Paciello, M., & Vecchio, G. M.(2006). Looking for adolescents' well-being: Self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *Epidemiologia Psichiatria Sociale*, 15(1), 30-43.
  20. Cheng, H., & Furnham, A.(2003). Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression. *Personality and Individual Differences*, 34(6), 921-942.
  21. Costa, P. T., & McCrea, R. R. (1995). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 668-678.
  22. DeNeve, K. M., & Copper, H.(1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
  23. Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
  24. Diner, E., Oishi, S., & Lucas, R. E.(2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
  25. Fagley, N. S.(2012). Appreciation uniquely predicts life satisfactions above demographics, the Big 5 personality factors, and gratitude. *Personality and Individual Differences*, 53(1), 59-63.
  26. Hayes, N., & Joseph, S.(2003). Big 5 correlates as a major dimension of happiness. *Personality and Individual Differences*, 34(4), 723-727.
  27. Hills, P., & Argyle, M.(2001). Emotional stability as a major dimension of happiness. *Personality and Individual Differences*, 31(6), 1357-1364.
  28. Karademas, E. C.(2007). Positive and negative aspects of well-being: Common and specific predictors. *Personality and Individual Differences*, 43(2), 277-287.
  29. Lecci, L., Okun, M. A., & Karoly, P.(1994). Life regrets and current goals as predictors of psychological adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 731-741.
  30. Nauta, M. M.(2004). Self-efficacy as a mediator of the relationships between personality factors and career interests. *Journal of Career Assessment*, 12(4), 381-394.
  31. Pavot, W., Dinner, E., Fujita, F.(1990). Extraversion and happiness. *Personality and Individual Differences*, 11(12), 1299-1306.
  32. Rottinghaus, P. J., Lindley, L. D., Green, M. A., & Borgen, F. H.(2002). Educational aspirations: The contribution of personality, self-efficacy, and interests. *Journal of Vocational Behavior*, 61(1), 1-19.
  33. Shnek, Z. M., Foley, F. W., LaRocca, N. G., Gordon, W. A., DeLuca, J., Schwartzman, H. G., June Halper, J., Lennox, S., & Irvine, J.(1997). Helplessness, self-efficacy, cognitive distortions, and depression in multiple sclerosis and spinal cord injury. *Annals of Behavioral Medicine*, 19(3), 287-294.
  34. Yoon, M. S.(2013). Service status and policy implementation plan for adult. Developmental Disabled in Seoul, Policy Report, 154, 1-17.