



직장인의 소셜댄스 여가활동 참여가 생활만족도에 미치는 영향: 스트레스와 문화적 자기효능감의 매개역할

윤홍권¹ · 권혁인¹

¹중앙대학교

The Effects of Workers' Participation in Social Dance Leisure Activities on Life Satisfaction: Mediating Role of Stress and Cultural Self-Efficacy

Yoon, Hong-Gwon¹ · Kwon, Hyeog-In¹

¹Chungang University

Abstract

The purpose of this study is to investigate structural relationship between social dance participation and cultural self-efficacy, stress, and life satisfaction of workers. To do this, we used data from 205 workers who participated in the social dances of the Seoul, Kyung-gi, Cheonan, Daejeon and Daegu for analysis. Frequency analysis, descriptive statistics, exploratory factor analysis, confirmatory factor analysis, reliability analysis, correlation analysis, and structural equation model analysis were conducted using SPSS and AMOS. Main findings were as follows: First, social dance participation has a positive effect on cultural self-efficacy. Second, social dance participation has no significant effect on stress. Third, social dancing participation did not have a significant direct effect on life satisfaction. Fourth, cultural self-efficacy has a positive effect on life satisfaction. Fifth, stress has a negative effect on life satisfaction. Finally, cultural efficacy and stress showed mediating effects between participation in social dancing and life satisfaction.

Key words : social dance, cultural self-efficient, stress, life satisfaction

주요어 : 소셜댄스, 문화적 자기효능감, 스트레스, 생활만족도

Address reprint requests to : Kwon, Hyeog-In

Chungang University, Heukseok-ro 84, Dongjak-gu, Seoul, Korea

Tel: +82-02-820-6965, E-mail: hikwon@cau.ac.kr

Received: January, 9, 2018 Revised: February, 28, 2018 Accepted: March, 20, 2018

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

정치적·사회적 변화와 함께 문화와 여가에 대한 경계선이 무너지며, 문화 자체가 여가를 위한 상품 중 하나로 인식되고, 문화예술 경험이 사회 활동에 긍정적인 영향을 미친다(Bourdieu, 1990)는 인식이 확대되고 있다. 직장인은 주 5일 근무제가 시행됨에 따라 여가 시간이 물리적으로 확대되었고, 웰빙(Well-being) 인식이 산업 전반에 자리 잡으면서 자연스럽게 여가 시간을 문화예술 활동으로 채우고자 하는 욕구가 증대되고 있다. 사회의 구조적, 정책적 변화와 소득 수준의 상승은 직장인의 문화예술 여가활동이 증가하는 원인이 되어 문화예술 여가활동은 생활화되었으며, 더불어 다양화되어 왔다.

문화예술 여가활동은 소비와 생산의 차원으로 구분될 수 있으며, 소비는 관람활동으로 생산은 참여활동으로 분류된다(최선헌, 이명진, 2012). 문화체육관광부(2016)의 국민여가활동 조사에 따르면 문화예술 관람 활동에 대한 수요는 점차 감소하고 있으며, 문화예술 참여 활동의 수요는 점차 증가하고 있다. 또한, 매일 여가활동을 즐기거나 희망하는 사람과 혼자 여가를 향유하고자 하는 비율은 증대되고 있으며, 여가지출 비용은 2014년 이후 지속적으로 증가 추세를 보이고 있다.

현대인들의 건강과 여가에 대한 관심이 증대됨에 따라 문화예술 여가활동 참여도가 높아지고 있는 상황에서 댄스스포츠는 특별한 기구가 필요치 않고, 신체에 부담이 적으며, 음악과 유연한 움직임을 통해 스트레스를 해소하고 건강을 증진시켜주는 여가활동으로 주목받고 있다(김현나, 2006).

댄스스포츠는 커플댄스로써 역사적으로 중세

서민들의 춤이었던 민속무용의 형태에서 출발하여 현대까지 국제 문화 스포츠인 댄스스포츠와 세계인이 즐기는 소셜댄스 문화로 이어지고 있다(박현숙, 2017). 1920년대 댄스스포츠가 우리나라에 보급되면서 ‘볼룸댄스(ballroom dance)’, ‘사교댄스(social dance)’로 불려졌으며, 시대적 상황과 사회적 편견으로 인해 부정적으로 인식되고 금지되기도 하였다. 다양한 단어가 혼용되고 있으나 문화예술 여가활동으로써 커플댄스는 경쟁적 스포츠의 측면보다는 즐기는 소셜댄스의 성격이 강하며, 국내의 동호인들을 중심으로 소셜댄스로 불리고 있다.

우리나라 동호인을 중심으로 여가활동으로 각광받고 있는 소셜댄스는 식민지, 노예 사회에서 흑인들의 문화에 뿌리를 두고 있는 살사, 탱고, 스윙이다. 포털사이트의 동호회 카페를 기반 커뮤니티로 하여 동호회가 개설·운영되고 있다. 동호인 13만 명 이상이 소셜댄스에 참여하고 있으며(한상호, 2016), 동호인은 대체로 직장인, 대학생 등으로 구성되나 대체로 직장인을 중심으로 형성되어있다.

문화예술 여가활동으로써 소셜댄스가 현대 직장인에게 주목 받고 있는 가운데 소셜댄스가 생활 전반에 긍정적인 영향을 미친다는 다양한 연구들이 보고되고 있다. 김경래, 신현군, 김문석, 이소영(2003)는 소셜댄스는 현대인의 운동 부족 현상을 보충하고, 스트레스와 긴장을 해소하며, 문화예술 이해의 폭을 넓혀주며, 아름다움 추구를 경험하게 한다고 하였다. 박현숙(2017)은 소셜댄스 여가활동은 지속적일 수 있으며, 파트너와 본능적인 교감을 통해 사회적 감성을 경험할 수 있게 하여 집단 공동체의 일원으로서 생활과 본능적인 감성을 일깨우며, 사회적 기능과 생활 전반에 긍정적 영향을 미칠 수 있다고 하였다. 이와 같이 소셜댄스 향유는 개인적인 차원에서 신체와 정서적 측면에

서 뿐만 아니라 사회적 차원의 인간관계에서도 긍정적인 영향을 미침으로써 생활전반에 변화를 가져올 수 있다.

댄스는 음악을 해석하고 몸의 움직임을 통해 각자의 발상을 표현하는 활동, 그 자체로서 예술성과 기술성을 발달시킬 수 있다. 이러한 감성적, 이성적 인지 발달은 개인의 신념에 영향을 미치며, Bandura (2001)의 자기효능감의 개념과 깊은 관계를 맺고 있다(최배석, 변상호, 2015). Bandura (2009)는 인지와 같은 개인의 심리적 요인은 환경적 요인과 상호작용하며 개인의 신념에 영향을 미치며, 이 과정에서 자기반영(self-reflective)과 자기조절(self-regulatory) 지각이 발생하게 되고, 이러한 지각은 자기효능감이라는 형태로 발전한다고 주장했다. 이와 같이 인지 발달의 측면에서 자기효능감은 문화예술 활동 분야에서 적용될 수 있을 것이다.

한편, 현대 사회에서 직장인은 삭막한 도시 환경 속에서 쉴 새 없이 돌아가는 반복적인 생활패턴으로 인해 정신적인 피로와 스트레스를 축적해 오고 있다(박남규, 서영준, 박남수, 진기남, 2003). 스트레스는 만성적 질환의 근원으로서 대부분의 현대인들은 자신의 신체적, 정신적 피로를 해소할 방안을 찾지 못하고 있으며, 이러한 스트레스는 생활만족도를 저해하는 요인으로 작용하고 있다(백남길, 2016). 문화예술 참여 활동은 이러한 직장인의 스트레스를 줄일 수 있는 방안이 될 수 있으나(이문숙, 2010), 여가활동 유형에 따라 스트레스 해소에 긍정적인 효과가 다를 수 있다(오윤선 외, 2002).

이와 같이 문화예술 여가활동으로서 소셜댄스 참여는 생활전반에 영향을 미칠 것으로 예상되며, 영향을 미침에 있어서 문화적 자기효능감과 스트레스의 인지적 개입을 받을 것이라고 추론할 수 있다. 선행연구를 살펴보면, 최배석, 변상호(2015)는 문화예술 참여는 자기효능감에 긍정적인 영향

을 미친다고 하였으며, 조은영 외(2016)는 댄스 활동 참여자의 참여 동기(기술발달, 사교지향, 오락지향)가 자기효능감에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 문화예술 여가활동의 참여 동기와 참여 강도에 따라 자기효능감에 미치는 영향이 다를 수 있음을 보이고 있다. 한편, 이문숙(2010)은 여가 활동 참여가 직무 스트레스에 긍정적인 영향을 미친다고 하였으며, 이민영, 이유우, 한주희(2015)는 문화예술 관람과 참여활동은 성격(외향성, 내향성)을 매개로 스트레스를 조절한다고 하였다. 이와 같은 결과들은 문화예술 여가활동 참여가 스트레스 조절에 긍정적인 영향을 미칠 것이라는 예측을 가능하게 한다. Zhang(2016)은 자기효능감은 생활만족도를 예측할 수 있는 중요한 요인으로 지적하였으며, 최덕철, 신석민(2014)은 자기효능감이 생활만족도에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 또한, 스트레스가 생활만족도에 부정적인 영향을 미친다는 연구결과들이 보고되고 있다(박지선, 2005, Danner, Snowdon, Friesen, 2001). 이와 같이 다양한 선행연구가 본 연구의 추론과 변인 간 인과 관계를 지지하고 있다.

그러나 문화예술 참여 유형에 따라 이질적인 결과가 도출될 수 있으며, 문화예술 여가활동의 효과에 대해 일회성 프로그램 이수자를 중심으로 연구가 진행되어 왔다. 따라서 본 연구에서는 일회성 참여가 아닌 지속적으로 소셜댄스를 향유하는 직장인을 대상으로 소셜댄스의 생활전반에서 유용성을 검토하고자 하였다. 소셜댄스가 생활만족에 영향을 미치는 과정에서 개입될 수 있는 중요한 요인으로 지적되고 있는 문화적 자기효능감과 스트레스를 구조모형 안에서 종합적으로 고려하고자 한다.

이를 통해 직장인 소셜댄스 참여자의 참여 정도가 생활만족도에 미치는 인과적 관계를 검토하여 바람직한 참여태도와 참여의미를 도출

하고자 한다. 본 연구는 직장인의 문화예술 여가활동으로서 소셜댄스의 유용성 및 우수성 검토에 목적을 두고 있다고 하겠다.

2. 연구가설

본 연구의 목적 달성을 위한 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 소셜댄스 참여도는 문화적 자기효능감에 영향을 미칠 것이다. 둘째, 소셜댄스 참여도는 스트레스에 영향을 미칠 것이다. 셋째, 소셜댄스 참여도는 생활만족도에 영향을 미칠 것이다. 넷째, 문화적 자기효능감은 생활만족도에 영향을 미칠 것이다. 다섯째, 스트레스는 생활만족도에 영향을 미칠 것이다. 마지막으로 소셜댄스 활동과 생활만족도 관계에서 문화적 자기효능감과 스트레스가 매개할 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 소셜댄스를 지속적으로 향유하는 직장인을 모집단으로 설정한 후 소셜댄스 경력 3개월 이상으로 현재에도 소셜댄스를 향유하는 수도권, 천안, 대구, 대전의 직장인을 대상으로 무작위 온라인 설문조사를 실시하였다.

회수된 215개의 자료 중 불성실하게 응답했다고 판단되는 11개의 자료를 제외한 204개의 자료를 최종 분석 자료로 활용하였다. 설문조사는 SNS와 온라인 소셜댄스 동호회 커뮤니티, 소셜 미디어를 통해 직장인 소셜댄스 참여자가 설문에 참여하도록 하였으며, 설문 목적과 내용에 대해 안내하여 해당 내용을 인지한 후 조사에 참여하도록 하였다.

표 1. 연구대상의 인구사회학적 특성별 분포

구분		빈도(N)	백분율(%)
성별	남자	92	45.1
	여자	112	54.9
학력	고졸	9	4.4
	전문대졸	37	18.1
	대학교졸	134	65.7
	대학원 이상	24	11.8
나이	20대	47	23.0
	30대	139	68.1
	40대	18	8.8
소셜댄스 경력	3개월~24개월	89	43.6
	25개월~60개월	66	32.4
	61개월 이상	49	24.0
월수익	200만원이하	51	25.0
	201~250만원	50	24.5
	251~300만원	43	21.1
	300만원이상	54	26.5

연구대상의 인구사회학적 특성은 위의 표 1과 같다. 연구대상 중 남자가 92명(45.1%), 여자가 112명(54.9%)이며, 학력은 대학교졸 이상이 높은 비율을 차지하고 있었다(158명, 78.5%). 대상자들은 주로 30대가 많았으며(139명, 68.1%), 소득수준의 분포는 구간별 유사한 수준의 빈도를 보였다. 소셜댄스 경력은 3개월~24개월이 가장 높은 빈도를 보였으며(89명, 43.6%), 다음으로 25개월~60개월이 (66명, 32.4%), 61개월 이상 (49명, 24.0%)순으로 나타났다.

2. 측정도구

직장인 소셜댄스 여가활동 참여자의 참여도와 스트레스 및 문화적 자기효능감과 생활만족도의 구조적 관계를 규명하기 위해 본 연구에서는 독립변인으로 소셜댄스 참여도를, 매개변인으로 스트레스와 문화적 자기효능감을, 종속변인으로 생활만족도를 설정하였다. 국민여가활동조사(문화체육관광부, 2016)에서는 여가자원 실태 및 변화에서 시간과 비용을 중심으로 여가 실태 및 변화를 분석하고 있다. 이와 관련

하여 선행연구에서 문화예술 참여 수준에 대해 참여 빈도, 참여 시간, 참여 경력이 주로 고려되고 있다(김자영, 2010, 이민영 외, 2015; 최배석, 변상호, 2015). 그러나 참여 빈도와 시간은 내용과 영향력이 유사한 결로 보고되고 있으며, 소비의 측면이 고려되지 못하여 왔다는 점을 고려하고자 하였다. 따라서 본 연구에서는 소셜댄스 참여도 측정을 위해 참여 시간, 관련 지출 비용, 참여 경력 3개 문항을 오픈형 연속 변수 기입 문항으로 측정하였다. 연속 변수로 측정된 문항을 Z점수로 표준화하여 오픈형 문항에서 과도하게 추정될 수 있는 분산을 보정하고자 하였다. 다음으로 스트레스 요인은 Kamarck, Mermelstein(1983)이 개발한 지각된 스트레스 척도(Perceived stress scale)를 활용하였다. 진단도구의 14문항 중 본 연구의 목적에 맞는 6개 문항을 한국어말로 번안하여 사용하였다. 해당 문항은 응답자가 최근 한 달간 느낀 스트레스 관련 감정에 관해 묻는 내용으로 구성되었으며, 진단도구의 해석은 측정된 점수가 높을수록 응답자의 스트레스가 높다고 해석할 수 있다. 문화적 자기효능감은 Bandura(1977)의 자기효능감 개념을 바탕으로 최배석과 변상호(2015)가 개발하여 활용한 문화적 자기효능감 진단도구 8개 문항을 활용하였다. 진단도구는 자기효능감에 근거해 문화예술콘텐츠를 통해 얻게 되는 자신감, 이해력, 영감, 통제지각, 도전의식에 초점을 맞추었다. 점수가 높을수록 문화적 자기효능감이 높다고 해석할 수 있다. 마지막으로 생활만족도는 글로벌 생활 만족도를 측정하기 위해 개발된 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)의 SWLS(Satisfaction with life scale)를 진단도구로 사용하였으며, 진단도구의 5개 문항을 한국어말로 번안하여 사용하였다. 진단도구는 점수가 높을수록 생활만족도가 높은 것으로 해석할 수 있다. 상기한 스트

레스, 문화적 자기효능감, 생활만족도는 Likert 7점 척도를 활용하여 측정하였다.

3. 조사도구의 타당도 및 신뢰도

본 연구에서는 조사도구의 내적구조 타당도 검증에 대해 탐색적 요인분석(exploratory factor analysis)과 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 실시하였다. 또한, 각 요인별 신뢰도 측정을 위해 문항 간 내적 일치도인 Cronbach's α 를 활용하였다. 탐색적 요인 분석의 요인추출 방법으로는 주성분 분석을 활용하였으며, 요인회전 방법으로는 베리맥스(varimax)방법을 사용하였다. 확인적 요인 분석의 모수 추정 방법으로는 최대우도법(maximum likelihood)를 활용하였다.

탐색적 요인 분석 결과 공통성 .4 미만의 문항은 제외하고 재분석을 실시하였다. 제외된 문항은 소셜댄스 참여도의 참여 경력 문항으로 .321의 공통성 지수를 보여 요인에서 문항을 제외하였다.

소셜댄스 참여도, 스트레스, 문화적 자기효능감, 생활만족도에 대한 탐색적 요인분석과 신뢰도 분석을 실시한 결과 표 2와 같이 KMO 지수는 .861로 나타났으며, Bartlett의 구형성 검정치는 $\chi^2=2379.682$, $df=210$, $p<.000$ 으로 나타나 적합한 것으로 분석되었다. 또한, 검토한 4개 요인의 총 21개 문항은 .6이상의 요인 적재치를 보이는 것으로 나타나 적합한 수렴타당도를 보이는 것으로 확인 되었으며, 총 분산의 64.284%의 설명력을 갖는 것으로 나타나 적절한 설명력 수준을 보이는 것으로 분석되었다. 신뢰도 분석 결과 소셜댄스 참여도에서는 .654의 신뢰도 지수를 보였으나, 그 외 요인에서는 .868~.906로 나타나 0.6 이상의 기준에 부합되어 본 연구의 분석 자료는 신뢰할 수 있는 수준으로 판단되었다(Churchill J, Surprenant, 1982). 다음으로 확인적 요인분석의

표 2. 탐색적 요인분석 및 신뢰도 분석

요인	문항	탐색적 요인분석				Cronbach's α
		factor1	factor2	factor3	factor4	
소셜댄스 활동	최근 일년 내 소셜댄스 여가활동 일주일 평균 참여 시간	-0.053	.106	.031	.845	.654
	최근 일년 내 소셜댄스 여가활동 일주일 평균 지출 금액(만원)	-0.086	.082	.080	.838	
스트레스	나는 예상치 못한 일이 일어나서 기분이 상했다.	.779	.008	-.184	.059	.906
	나의 인생에서 중요한 부분을 내가 통제 할 수 없다고 느꼈다.	.825	-.041	-.107	-.066	
	나는 긴장되고, 스트레스를 받는다고 느꼈다.	.805	-.041	-.179	-.041	
	나는 해야 할 일들에 대해 대처할 수 없다고 느꼈다.	.780	.039	-.108	-.092	
	나는 내가 통제할 수 없는 일들이 일어나서 화가 났다.	.862	.127	-.186	.016	
	나는 어려운 일들이 극복할 수 없을 만큼 높게 쌓여 있다고 느꼈다.	.789	.040	-.167	-.057	
문화적 자기효능감	내가 문화예술을 즐기는 것은 나를 보다 교양인으로 만든다.	-.087	.650	.260	-.068	.868
	나는 문화예술 관련 대화를 할 때 자신있게 나의 의견을 피력할 수 있다.	-.047	.680	.116	.053	
	나는 문화예술에서 내 인생의 롤-모델을 찾는다.	.145	.715	.293	.090	
	나는 문화예술 활동을 통해서 어려움을 극복할 수 있는 영감을 얻는다.	.098	.711	.221	.083	
	나는 목표를 세워 문화예술 생활을 추구한다.	.134	.677	.286	.259	
	나는 문화예술 향유는 교양인의 필수조건이라고 생각한다.	-.079	.729	.149	.073	
생활만족도	나는 문화예술 공연 및 작품을 논리적으로 해석하려 한다.	-.044	.684	.032	-.081	.886
	나는 어렵더라도 수준 높은 문화예술콘텐츠를 향유하고 싶다.	.090	.746	.005	.076	
	대체적으로 나는 내 이상에 가까운 생활을 하고 있다.	-.197	.256	.816	.087	
	현재 나는 아주 좋은 생활 여건들을 갖고 있다.	-.208	.204	.784	.060	
	나는 나의 삶에 만족한다.	-.256	.145	.830	-.009	
	나는 이제까지의 삶을 통해서 내가 원하는 중요한 것들을 성취하였다.	-.134	.226	.790	.053	
	만일 내 삶을 다시 산다 하더라도 내가 지금까지 살아왔던 대로 살겠다.	-.210	.210	.691	.017	

Kaiser-Meyer-Olki(KMO)=.861
Bartlett의 구형성 검정=2379.682 df=210, $p < .000$

표 3. 확인적 요인 분석

요인	문항	확인적 요인분석			요인	문항	확인적 요인분석		
		β	S.E.	t-value			β	S.E.	t-value
소셜댄스 참여도	시간	0.676			문화적효능감	효능감1	0.619		
	지출	0.720	0.365	2.918**		효능감2	0.637	0.137	7.564***
				효능감3		0.769	0.185	8.693***	
				효능감4		0.733	0.159	8.402***	
				효능감5		0.756	0.185	8.584***	
				효능감6		0.680	0.184	7.945***	
				효능감7		0.549	0.162	6.704***	
				효능감8		0.636	0.187	7.548***	
스트레스	스트레스1	0.769			생활만족도	생활만족1	0.869		
	스트레스2	0.775	0.089	11.528***		생활만족2	0.816	0.074	14.422***
	스트레스3	0.778	0.081	11.575***		생활만족3	0.832	0.066	14.878***
	스트레스4	0.732	0.080	10.789***		생활만족4	0.774	0.067	13.243***
	스트레스5	0.880	0.089	13.355***		생활만족5	0.680	0.097	10.946***
	스트레스6	0.774	0.079	11.512***					

CMIN/DF=2.393, TLI=.871, CFI=.887, RMSEA=.083

** $p < .01$, *** $p < .001$

모형 적합도 분석을 위해 적합도 지수 CDMI/DF와 비교적 바람직한 적합도 지수인 TLI(NNFI), CFI, RMSEA(홍세희, 2000)를 검토하여 모형 적합도를 평가하고자 하였다. CMIN/DF는 카이제곱 지수를 자유도로 나눈 값으로 3보다 작으면 적합성에 문제가 없다고 판단하며(Bollen, 1989), TLI와 CFI의 값은 0과 1 사이에 있으며 .9이상이면 적합도가 좋은 것으로 간주된다(강현철, 2013). 또한, RMSEA는 <.05=좋은 적합도, .05-.08=괜찮은 적합도, .08-.10=보통의 적합도, >.10=나쁜 적합도 기준으로 제안되고 있다(Browne, Cudeck, 1993). 확인적 요인분석 결과 표 3과 같이 CMIN/DF=2.393, TLI=.872, CFI=.889, RMSEA=.084로 나타나 요인구조의 적합도는 적합한 수준인 것으로 분석되었다. 또한, 측정 문항과 잠재요인의 표준화 경로계수가 .5 이상 일 때 개념의 타당성이 있는 것으로 평가할 수 있는데(Fornell & Laker, 1981), 본 연구의 모든 문항은 .549 이상으로 나타나, 연구 가설을 검증하는데 문제가 없음을 확인하였다.

4. 자료처리

본 연구의 결과 도출을 위해 SPSS, AMOS 통계 프로그램을 이용하여 자료를 분석하였다. 우선 SPSS를 이용하여 측정도구의 수렴 타당도와 신뢰도를 검증하기 위하여 탐색적 요인분석, Cronbach's α 계수 분석을 실시하였다. 또한, 연구 참여자 인구사회학적 특성 분석을 위해 빈도분석을 실시하였으며, 요인 간 상관성 검토를 위해 Pearson의 적률상관계수를 활용하였다. 다음으로 AMOS를 활용하여 측정문항과 요인구조의 내적구조 타당성 검토를 위해 확인적 요인분석을 실시하였으며, 마지막으로 소셜댄스 참여, 문화적 자기효능감, 스트레스, 생활만족도 간의 인과적 관계 분석을 위해 구조방정식 모형 분석을 실시하였다.

III. 결과

1. 요인 간 상관관계 분석

표 4. 요인 간 상관관계 분석

요인	1	2	3	4
1. 소셜댄스 참여도	1			
2. 스트레스	.194	1		
3. 문화적 자기효능감	.194**	-.023	1	

* $p < .05$, ** $p < .01$

본 연구의 요인 간 다중공선성 여부를 검토하기 위해 독립 및 매개 변수인 소셜댄스 참여, 스트레스, 문화적 자기효능감 요인의 상관관계를 분석한 결과는 위의 표 4와 같다. 모든 상관계수는 .194 이하로 나타나 다중공선성의 문제는 없는 것으로 판명되었다.

2. 연구모형 적합도 평가

표 5. 연구모형 적합도 평가

	CMIN/DF	TLI	CFI	RMSEA
적합도 지수	2.387	.871	.887	.083

본 연구의 연구모형은 소셜댄스 참여자의 참여도, 스트레스, 문화적 자기효능감, 생활만족도의 인과 구조를 규정하기 위한 것이다. 설정한 연구모형의 적합도 분석을 위해 구조방정식모형 분석을 통해 전반적인 모형의 적합도와 인과효과를 추정하였으며, 모수추정 방법으로는 최대우도법을 활용하였다. 분석 결과는 위의 표 5와 같으며, 주요 모형 적합도 지수가 CMIN/DF=2.387, TLI=.871, CFI=.887, RMSEA=.083로 나타나 본 연구 모델의 모든 적합도 지수는 양호한 수준인 것으로 나타났다. 따라서 본 연구 모형은 실증자료를 통해 요인들의 구조적 관계를 설명함에 문제가 없는 것으로 확인되었다.

표 6. 연구 가설 검증

가설	경로	b(β)	S.E.	t - value	채택여부
H1	소셜댄스 참여도 → 문화적 자기효능감	.339(.270)	0.132	2.566*	채택
H2	소셜댄스 참여도 → 스트레스	-.253(-.130)	0.182	-1.397	기각
H3	소셜댄스 참여도 → 생활만족도	.005(.003)	0.130	0.036	기각
H4	문화적 자기효능감 → 생활만족도	.718(.522)	0.114	6.317***	채택
H5	스트레스 → 생활만족도	-.396(-.449)	0.060	-6.641***	채택

* $p < .05$, *** $p < .001$

3. 연구 가설 검증

연구모형을 중심으로 가설 검증 결과는 그림 1과 표 6과 같다. 그림 1은 비표준화 회귀계수 분석 결과를 모형으로 제시하였으며, 표 6은 경로계수 분석 결과를 종합적으로 기술하였다. 첫 번째 가설 경로인 소셜댄스 참여도가 문화적 자기효능감에 유의한 영향을 미칠 것이라는 가설($b=.339, t=2.566^*$)은 채택되었다. 두 번째 가설 경로인 소셜댄스 참여도가 스트레스에 유의한 영향을 미칠 것이라는 가설($b=-.253, t=-1.397$)은 기각되었다. 세 번째 가설 경로인 소셜댄스 참여가 생활만족도에 유의한 영향을 미칠 것이라는 가설($b=.005, t=.036$) 또한 기각되었다. 네 번째 가설 경로인 문화적 자기효능감이 생활만족도에 유의한 영향을 미칠 것이라는 가설($b=.718, t=6.317^{***}$)은 채택되었다.

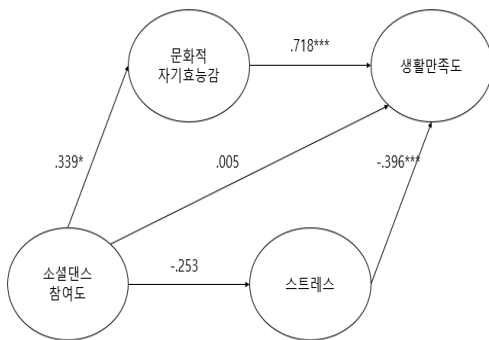


그림 1. 구조방정식 모형 결과

다섯 번째 가설 경로인 스트레스가 생활만족도에 유의한 영향을 미칠 것이라는 가설($b=-.396, t=-6.641^{***}$)은 채택되었다. 여섯 번째 연구 가설 검증을 위하여 본 연구 요인관계 세부 분석 결과는 위의 표 7과 같다.

본 연구모형에서는 소셜댄스 참여만이 외생변수로 설정되어 간접효과를 가지도록 설정되었다. 직접효과는 상기 분석된 가설 검증 결과와 동일하며, 간접효과 유의성 검증을 위해 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 사용하였으며, 95% 신뢰구간에서 유의성을 검토하였다. 소셜댄스 참여도가 두 매개변수(문화적 자기효능감, 스트레스)에 미치는 직접효과는 문화적 자기효능감에서는 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으나($\beta=.270, p < .01$), 스트레스에는 유의미한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다($\beta=-.130, p > .05$).

표 7. 연구모형의 직간접 효과 검증 결과

경로	직접효과	간접효과	총 효과
소셜댄스 참여도 → 문화적 자기효능감	.270**		.270**
소셜댄스 참여도 → 스트레스	-.130		-.130
문화적 자기효능감 → 생활만족도	.522**		.522**
스트레스 → 생활만족도	-.449**		-.449**
소셜댄스 참여도 → 생활만족도	.003	.199**	.202*

* $p < .05$, ** $p < .01$

매개 변수인 문화적 자기효능감과 스트레스는 종속변수인 생활만족도에 각각 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta=.522, p < .01, \beta$

$= -.449, p < .01$). 결과적으로 소셜댄스 참여가 생활만족도에 직접적인 영향은 미치지 못하는 것으로 분석되었으나, 문화적 자기효능감과 스트레스를 매개로 생활만족도에 미치는 간접효과가 유의미한 것으로 나타났으며(199, $p < .01$), 직접효과와 간접효과를 포함한 총 효과에서도 유의미한 영향을 미친 것으로 분석되었다(202, $p < .05$). 이 결과는 소셜댄스 참여도는 문화적 자기효능감과 스트레스를 매개로 생활만족도에 긍정적인 영향을 미친다는 것으로 해석할 수 있으며, 문화적 자기효능감과 스트레스는 소셜댄스와 생활만족도 사이에서 매개효과가 있는 것으로 판단할 수 있다. 따라서 여섯 번째 연구가설은 채택되었다.

4. 논의

본 연구의 목적은 직장인 소셜댄스 여가활동 참여자의 소셜댄스 참여도와 스트레스, 문화적 자기효능감 및 생활만족도의 인지 구조적 관계를 규명하는 것에 있다. 연구 결과를 중심으로 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째, 직장인 소셜댄스 여가활동 참여자의 소셜댄스 참여도는 문화적 자기효능감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 소셜댄스 참여 및 소비향유는 문화예술 자신감, 이해력, 영감, 통제 지각, 도전의식 함양에 긍정적인 영향을 미친다고 해석할 수 있다. 선행연구를 살펴보면, 최배석, 변상호(2015)은 대학생을 대상으로 한 연구에서 문화예술 소비 향유와 문화예술 지식은 문화적 자기효능감에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 또한, 조은영 외(2016)는 여대생을 대상으로 한 연구에서 댄스활동 참여자의 댄스참여 동기(기술발달, 사교지향, 오락지향)가 자아효능감에 긍정적인 영향을 미친다고 하여 두 연구는 본 연구 결과를 부분적으로 지지해주고 있다.

둘째, 소셜댄스 참여도가 스트레스에 유의한 영향을 미치지 않았다. 즉, 소셜댄스 참여도가

높더라도 동기좌절, 예측되는 동기좌절 상황에 의한 스트레스를 줄이지는 못하는 것으로 해석할 수 있다. 이러한 연구 결과는 기존의 연구결과와 상반된 결과를 나타내고 있다. 이민영 외(2015)는 중년 여성을 대상으로 한 연구에서 문화예술 참여 활동이 외향적 성격을 매개로 스트레스에 긍정적인 영향을 미친다고 하였으며, 이문숙(2010)은 연구단지 근무 연구원을 대상으로 한 연구에서 여가활동 참여가 직무 스트레스에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 이와 같은 이질적인 연구 결과는 문화예술 참여도와 스트레스는 여가활동 참여 유형과 직무 상황, 환경에 따라 이질적인 인과관계를 보일 수 있음을 보이는 결과로 해석할 수 있다. 본 연구는 소셜댄스에 참여하는 직장인을 연구대상으로 설정하였으나, 문화예술 여가활동 유형은 다양하고 이러한 유형의 차이는 직무스트레스에 서로 다른 영향을 미칠 수 있다(이상일, 유현순, 2004). 뿐만 아니라 직장 유형별 스트레스 발생 메커니즘과 정도는 다를 수 있으며(이병훈, 이상호, 2011), 이에 따라 스트레스 조절을 위한 방법 또한 다양성을 보일 수 있다. 따라서 본 연구의 결과는 직장인의 스트레스는 여가활동 유형과 직장, 직무 상황에 따라 문화예술 여가활동 참여도와와의 관계에서 다양성을 보일 수 있음을 확인한 결과로 볼 수 있다.

셋째, 소셜댄스 참여도는 생활만족도에 직접적인 영향을 미치지 않았다. 본 연구의 결과는 기존 선행연구결과와 이질적인 경향을 보이고 있다. 한승엽 외(2007)은 여가활동에 참여하는 성인을 대상으로 한 연구에서 여가활동 참여의 동기(과시, 지적, 사회적, 신체적 동기)가 생활만족도에 긍정적인 영향을 미친다고 보고 하였으며, 김자영(2010)은 생활무용 프로그램 참여자를 대상으로 한 연구에서 무용 참여 정도가 생활만족도에 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. 이와 같은 이질적인 결과는 문화예술 여가활동 참여 유형에 따라 생활만족도에 미치는

영향의 인지 구조가 다를 수 있음을 보여주는 결과로 해석할 수 있으며, 소셜댄스 참여도만으로는 생활만족도를 예측하기 어려움을 확인한 결과이다.

넷째, 문화적 자기효능감은 생활만족도에 긍정적인 영향을 미쳤다. 직장인 소셜댄스 참여자는 문화적 자기효능감이 높아짐에 따라 생활만족도도 높아지는 것으로 해석할 수 있다. Zhang(2016)은 중국 대학생을 대상으로 한 연구에서 자기효능감(Self-Efficient)이 생활만족도를 예측할 수 있는 중요한 요인이라고 하였으며, Behera, Rangaiah(2014)는 인도의 전통 춤 참여자를 대상으로 한 연구에서 정서적 성숙과 자아존중감은 생활만족도를 예측할 수 있는 예측 변수라고 하였다. 또한, 조은영, 김완일(2016)은 한국 군 병사를 대상으로 한 연구에서 자기효능감은 생활만족도에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하여, 본 연구의 결과를 부분적으로 지지하고 있다.

다섯째, 스트레스는 생활만족도에 부정적인 영향을 미쳤다. Chen 외(2017)는 중국 대학생을 대상으로 한 연구에서 스트레스는 생활만족도에 부적인 영향을 미친다고 하였다. 또한, 이수완, 김철원(2000)은 교사를 대상으로 한 연구에서 직무 스트레스가 생활만족도에 부정적인 영향을 미친다고 보고하여, 본 연구 결과를 부분적으로 지지하고 있다. 직장인 소셜댄스 참여자에게서도 스트레스는 생활만족도를 예측하는 중요한 요인임이 확인되었으며, 스트레스가 낮을수록 생활만족도가 높을 것으로 기대할 수 있다.

여섯째, 소셜댄스 참여도와 생활만족도의 관계에서 문화적 자기효능감과 스트레스가 매개효과를 보이는 것으로 나타났다. 이 결과는 소셜댄스 참여도가 생활만족도에 긍정적인 영향을 미침에 있어서 문화적 자기효능감과 스트레스 인식이 매개적 영향력이 있다는 것을 보여주는 결과다. 이는 문화적 효능감과 스트레스

는 소셜댄스 참여도가 생활만족도에 영향을 미침에 있어서 인지적 요인으로써 매개적 역할을 수행하고 있음을 확인한 결과이다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 직장인의 소셜댄스 여가활동 참여가 생활만족도에 미치는 영향 요인 구조를 파악하기 위한 연구이며, 직장인 소셜댄스 여가활동 참여자 204명을 표집 하였다. 이를 통해 획득된 자료를 활용하여 구조방정식 모형 분석을 실시하여 요인 간 인과관계를 검토하였으며, 분석 결과는 다음과 같다.

첫째, 소셜댄스 참여도가 높을수록 문화적 자기효능감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 소셜댄스에 적극적으로 참여할수록 문화예술에 대한 자기효능감은 상승할 것으로 예상할 수 있다.

둘째, 소셜댄스 여가활동 참여가 스트레스에는 유의미한 영향을 주지 못하는 것으로 나타나, 소셜댄스 참여도 자체만으로는 일상생활에서 발생하는 스트레스 감소에 큰 도움을 주지 못할 수 있다.

셋째, 소셜댄스 여가활동 참여가 생활만족도에는 유의미한 직접효과를 주지 못하는 것으로 나타났다. 소셜댄스 참여도만으로는 생활만족도를 예측하기 어려운 것으로 해석할 수 있다.

넷째, 문화적 자기효능감은 생활만족도에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 문화적 자기효능감이 높을수록 생활만족도가 높을 것으로 예상할 수 있다.

다섯째, 스트레스는 생활만족도에 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 스트레스가 낮을수록 생활만족도가 높을 것으로 예상할 수 있다.

여섯째, 문화적 자기효능감과 스트레스는 소셜댄스 참여도와 생활만족도의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 문화적 자기효능감과 스트레스는 소셜댄스에 참여하는 직장인들의 생

활만족도에 영향을 미치는 중요한 요인인 것으로 해석할 수 있다.

직장인 소셜댄스 여가활동 참여자의 참여도는 문화적 자기효능감을 매개로 생활만족도에 긍정적인 영향을 미치고 있으며, 참여도가 높다고 할지라도 문화적 자기효능감이 높지 않으면 생활만족도에 미치는 영향이 미비할 수 있음을 보여주고 있다. 소셜댄스 참여자는 소셜댄스 참여에 있어서 감성적, 이성적 발전에 관심을 가지고 지향할수록 생활만족도가 높을 가능성이 있음을 보여주는 결과이다. 그러나 소셜댄스 참여도 자체만으로는 스트레스를 줄인다고 보기에는 어려움이 있었다. 즉, 소셜댄스에 참여도는 동기좌절과 예측되는 동기 좌절인지 상황에 긍정적인 영향을 미치지 못하였다. 직장인의 스트레스는 직종, 직무, 개인적인 상황 등이 종합적으로 고려되는 요인이므로 소셜댄스 참여자의 참여도만으로 스트레스를 설명하기에는 어려움이 있다는 것을 확인 하였다. 한편, 직장인 소셜댄스 여가활동 참여자에게도 스트레스는 생활만족도를 설명하는 중요한 요인임을 확인하였다. 종합하면 소셜댄스는 문화예술 여가활동으로써 직장인 참여자의 예술성과 기술성, 사회성의 인지 발달에 기여할 수 있으며, 이를 통해 삶의 질에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 확인하였다.

본 연구는 직장인의 문화예술 여가활동으로 주목받고 있는 소셜댄스와 문화적 자기효능감과 스트레스, 생활만족도의 인과적 관계를 구조 모형 안에서 종합적으로 검토하였다는 점에서 의의가 있으며, 문화예술 여가활동과 생활만족도의 관계에서 문화적 자기효능감과 스트레스는 고려되어야 할 중요한 요인이라는 점을 확인하였다.

차후 연구에 대한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 직장인의 문화예술 여가활동의 효과에 있어서 스트레스와 생활만족도를 설명할 수 있는 다양한 변인을 밝혀 참여도에 추가한 연구가

필요할 것이다. 본 연구에서는 소셜댄스 참여도를 참여 시간과 지출 비용으로 규정하여 소셜댄스 참여도를 반영할 수 있는 이성적, 감성적 부분 등의 다양한 측면을 고려하지 못하였다. 따라서 추후 소셜댄스 또는 문화예술 참여의 효과 연구 수행 시에는 참여도 요인 구성을 보다 다방면으로 구성할 필요가 있을 것이다.

둘째, 소셜댄스 여가활동 향유에 대해 지역, 인적·물적 인프라, 춤의 장르 등을 고려하여 소셜댄스 여가활동의 효과를 검토해 볼 필요가 있다. 본 연구에서는 수집 자료를 통합하여 직장인 소셜댄스 참여자로 규정하였으나, 지역별 인적, 물적, 인프라 차이와 춤의 구체적인 장르를 구분하여 수행한다면 보다 유용하고 다양한 연구 결과가 도출될 수 있을 것으로 기대된다.

참고문헌

- 강현철. (2013). 구조방정식모형에서 적합도지수의 해석과 모형적합 전략에 대한 논의. **한국자료분석학회**, 15(2), 653-668.
- 김경래, 신현군, 김문석, 이소영. (2003). 무용철학: 댄스스포츠의 가치와 활성화 방안. **움직임의 철학: 한국체육철학회지**, 11(2), 355-373.
- 김인설, 이종석, 정득. (2014). 문화예술 활동이 청소년 정서에 미치는 영향: 생태학적 관점에서의 실증연구. **문화정책논총**, 28(1), 225-250.
- 김자영. (2010). 중년여성의 생활무용 참여가 생활만족도 및 여가만족도에 미치는 영향. **한국무용교육학회지**, 21(1), 113-128.
- 김현나. (2006). 댄스스포츠 참가자의 여가제약과 여가지속의 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 30(2), 115-126.
- 문화체육관광부. (2016). 2016 국민여가활동조사.
- 변영채, 이동호, 류호상. (2014). 12 주간의 댄스스포츠 활동이 여성노인의 자아탄력성과 주관

- 적 행복감 및 평형성에 미치는 영향. **한국스포츠 심리학회지**, 25(1), 39-50.
- 박남규, 서영준, 박남수, & 진기남. (2003). 치과기공사의 직무스트레스와 조직효과성 관계 연구. **대한산업의학회지**, 15(1), 84-94.
- 박래영, 김백운, 이예승. (2009). 댄스스포츠 동호인들의 참여동기, 여가유능감 및 여가활동 후 행동의 관계. **한국여가레크리에이션학회지**, 33(4), 77-87.
- 박지선. (2015). 대학생생활스트레스와 삶의 만족도와 의 관계에서 수용의 매개효과. **스트레스연구**, 23(1), 1-8.
- 박현숙. (2017). 소셜댄스의 사회문화적 고찰. **한국체육학회지**, 56(1), 369-381.
- 백남길. (2016). 명상훈련을 통한 외식기업 경영자의 스트레스와 생활만족도에 관한 연구. **고객만족경영연구**, 18(4), 109-128.
- 오운선, 김지연, 박주영, 김은영. (2002). 직장인의 여가활동 유형이 직무스트레스에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 18(1), 797-815.
- 이강욱. (2016). 중년 여성들의 댄스스포츠와 근력순환 운동이 신체이미지 및 생활만족도에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 25(1), 1201-1213.
- 이문숙. (2010). 직장인의 여가활동 참가가 우리성 및 직무 스트레스에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 34(1), 227-236.
- 이민영, 이유우, 한주희. (2015). 문화예술 활동과 중년 여성의 심리적 웰빙: 스트레스와 성격의 조절적 매개역할. **여가학연구**, 13, 1-24.
- 이병훈, 이상호. (2011). 서비스노동 유형별 직무스트레스의 발생메커니즘에 관한 연구. **산업관계연구**, 21(1), 65-93.
- 이상일, 유현순. (2004). 주 5일 근무 직장인의 여가활동 참여유형별 직무스트레스 및 직무만족. **한국여가레크리에이션학회지**, 27, 153-168.
- 이수완, 김철원. (2000). 교사의 여가활동참여유형, 직무스트레스 및 생활만족도의 관계분석. **한국체육교육학회지**, 5(1), 133-146.
- 이효연. (2006). 댄스스포츠 참가자들의 여가만족도와 생활변화에 관한 조사 연구. **한국여가레크리에이션학회지**, 30(4), 47-60.
- 이희숙, 안정덕, 한남익. (2013). 댄스스포츠 참여동기가 여가만족 및 운동지속에 미치는 영향. **한국발육발달학회지**, 21(2), 117-125.
- 정명수, 장미영, 신수미. (2012). 댄스스포츠 동호인의 여가경험이 여가정체성과 여가만족에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 21(4), 189-200.
- 조은영, 김완일. (2016). 병사의 자기효능감과 군생활만족의 관계. **청소년학연구**, 23(9), 433-452.
- 조은영, 윤인애, 홍미화. (2016). 여대생들의 댄스활동 참여동기가 신체적 자기개념과 자기효능감에 미치는 영향. **한국웰니스학회지**, 11(3), 183-193.
- 최덕철, 신석민. (2014). 감정지능, 자기효능감, 스트레스와 생활만족간의 구조적 관계와 운동의 조절효과. **교육이론과 실천**, 2(12), 83-105.
- 최배석, 변상호. (2015). 사회경제적 지위가 문화적 자기효능감에 미치는 영향에 관한 연구: 문화예술 콘텐츠 소비향유와 지식을 중심으로. **미디어와 공연예술연구**, 10(2), 9-37.
- 최셋별, 이명진. (2013). 문화자본 지수의 개념화와 측정. **한국사회학**, 47(2), 31-60.
- 한상호. (2016). 한국 댄스스포츠의 성장과 발전에 관한 역사적 고찰. **디지털융복합연구**, 14(3), 45-54.
- 한승엽, 김홍렬, 윤철민, 장운정. (2007). 여가활동 유형에 따른 여가만족과 생활만족의 관계 연구. **관광연구**, 22(3), 323-339.
- 홍세희. (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. **한국심리학회지**, 19(1), 161-177.

- 황희정, &안병욱. (2014). 여가활동으로서 소셜 댄스의 참여 동기와 제약 요인 연구-살사 동호인을 대상으로. *우리춤과 과학기술*, 26, 125-146.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review*, 84(2), 191.
- Bandura, A. (2006). Guide for constructing self-efficacy scales. *Self-efficacy beliefs of adolescents*, 5, 307-337.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory of mass communication. *Media psychology*, 3(3), 265-299.
- Behera, S., & Rangaiah, B. (2014). EMOTIONAL MATURITY FROM DANCE PRACTICE: AS A PREDICTOR TOWARDS LIFE SATISFACTION IN RELATION TO SELF-ESTEEM. *Social Science International*, 3(2), 237.
- Bollen, K. A. (1989). A new incremental fit index for general structural equation models. *Sociological Methods & Research*, 17(3), 303-316.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In KA, Bollen, JS Long, (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162).
- Bourdieu, P., & Passeron, J. C. (1990). *Reproduction in education, society and culture*. Sage, Beverly Hills.
- Çakar, F. S. (2012). The Relationship between the Self-Efficacy and Life Satisfaction of Young Adults. *International Education Studies*, 5(6), 123-130.
- Chen, L., Zhong, M., Cao, X., Jin, X., Wang, Y., Ling, Y., ... & Yi, J. (2017). Stress and self-esteem mediate the relationships between different categories of perfectionism and life satisfaction. *Applied Research in Quality of Life*, 12(3), 593-605.
- Churchill Jr, G. A., & Surprenant, C. (1982). An investigation into the determinants of customer satisfaction. *Journal of marketing research*, 491-504.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of health and social behavior*, 385-396.
- Danner, D. D., Snowdon, D. A., & Friesen, W. V. (2001). Positive emotions in early life and longevity: findings from the nun study. *Journal of personality and social psychology*, 80(5), 804.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of marketing research*, 39-50.
- Sharpley, R. (2002). *The Consumption of Tourism*, In Sharpley, R & Telfer, D. J. (Eds.), *Tourism and Development: Concept and Issues*, 300-318, Sydney; Channel View Publication.
- Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social indicators research*, 5(1-4), 475-492.
- Zhang, R. P. (2016). Positive Affect and Self-Efficacy as Mediators Between Personality and Life Satisfaction in Chinese College Freshmen. *Journal of Happiness Studies*, 17(5), 2007-2021.