

심리적 특성, 생활 경험, 행복의 통합적 관계

구재선
충북대학교

김의철
인하대학교

본 연구는 개인의 내적인 심리적 특성과 생활 경험, 그리고 행복의 통합적 관련성을 파악하려는 목적으로 실시되었다. 이를 위해서 심리적 특성이 생활 경험과 정서적 반응을 매개로 삶의 만족도를 형성하는 통합적 경로모형을 검증했다. 심리적 특성에는 성격의 5요인과 자기효능감, 개인주의-집단주의 성향을 포함했고, 생활경험에는 사회적 관계경험, 경제적 여유, 그리고 건강을 포함했다. 남녀 대학생 총 231명을 대상으로 설문을 실시하고, 그 응답을 분석한 결과는 다음과 같다. 첫째, 행복과 관련된 심리 특성은 외향성, 성실성, 신경증, 자기효능감, 그리고 집단주의 성향이었다. 둘째, 생활경험 중에서 사회적 관계경험과 경제적 여유는 건강보다 대학생의 행복에 더 중요했다. 셋째, 통합적 경로분석 결과, 외향성 및 자기효능감과 행복의 관계는 친구관계에 의해서 매개되었고, 성실성과 행복의 관계는 부모와의 관계에 의해서 매개되었다. 이러한 결과는 행복이 전적으로 외생적인 사건에 의해서 결정되는 것이 아니라 내적인 심리 특성과 관련이 있으며, 이러한 관계에서 개인의 일상생활 경험이 매개적 역할을 하고 있음을 시사한다.

주요어 : 행복, 주관적 안녕감, 성격, 자기효능감, 개인주의-집단주의 성향, 생활경험, 상향이론, 하향이론

인간은 누구나 행복한 삶을 살고 싶어 한다. 인터넷 검색창에 'happy'라는 단어를 입력하면 약 6억 9천 6백만 개의 데이터가 검색된다고 하니(안진환, 2006), 행복이 인류의 보편적 관심사임은 분명하다. 심리학에서 행복(happiness) 혹은 주관적 안녕감(subjective well-being)은 '자신의 삶 전반에 대한 개인의 주관적 평가'로 정의된다(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). Diener(1984)는 이러한 행복의 특징을 다음과 같이 정리했다. 첫째, 행복은 객관적 조건과 구별되는 개인의 주관적인 내적 경험이다. 둘째, 행복은 부정적 요소의 부재만을 의미하지 않으며, 삶의 보다 긍정적인 측면을 반영한다. 셋째, 행복은 삶의 모든 측면에 대한 전반적이고 통합적인 판단이다.

그러면 행복은 어떻게 형성되는가? 비록 대부분의 사람들이 행복해지고 싶은 소망을 갖고 있을지라도 '당신은 행복한가'라는 질문에 대해 모든 사람이 그렇다고 대답하지는 않을 것이다. 누가 행복하고 누가 불행한가? 이러한 주제는 그동안 여러 연구들에서 꾸준히 다루어져왔으며, 그 대표적 접근은 상향(bottom-up)이론과 하향(top-down)이론으로 구분된다. 상향적 접근은 경험이 행복을 결정한다고 여기기 때문에, 행복에 영향을 미치는 상향적 요인, 즉 인구학적 변인들이나 외부 사건 혹은 상황을 파악하고자 한다. 반면에 행복에 대한 하향적 접근은 개인을 행복하게 하는 어떤 안정적인 내적 경향성이 존재한다는 전제하에 행복과 관련된 심리적 특성을 파악하고자 한다.

구재선은 충북대학교, 김의철은 인하대학교에 재직하고 있음.

교신저자 : 구재선, (361-763) 충청북도 청주시 개신동 충북대학교 심리학과, 전화 : 043) 271-0598

E-mail : susanna9@hanmail.net

그런데 지금까지 행복의 형성에 대한 대부분의 연구들은 상향적 요소와 하향적 요소를 구분해서 다루어왔다. Diener(1984; Diener 등, 1999)는 지난 30년간 행복에 대한 심리학적 연구의 방향이 상향적 접근에서 하향적 접근으로 변화했다고 지적하고, 이제는 외적 환경과 내적 요소들을 분리해서 다루기보다 함께 고려해야 할 필요가 있다고 하였다. 상향 혹은 하향으로의 단일방향적 접근은 누가, 즉 어떠한 특성이나 경험을 지닌 사람이 행복한가를 말해줄 수 있을지라도 이들이 왜 행복한가에 대해서는 설명하기 힘들다. 반면에 매개적 영향을 포함한 통합적 접근을 하면 행복의 형성 요소 뿐 아니라 형성 과정 또한 파악할 수 있을 것이다. 따라서 본 연구는 심리적 특성이 일상생활 경험을 매개로 주관적 행복을 형성하는지를 검증함으로써 행복의 상향적 요소와 하향적 요소들 간의 통합적 관련성을 검토하고자 했다.

생활경험과 행복

행복에 대한 상향적 접근에 따르면, 행복은 기쁘거나 불쾌한 순간과 경험의 합에 의해서 도출된다. 이러한 견해에 따르면, 사람들은 자신의 삶이 행복한가를 판단할 때 순간적인 기쁨과 고통을 합하는 심리적 계산을 한다. 따라서 행복한 순간을 많이 경험한 사람이 행복하다는 것이다(Diener, Sandvik, & Pavot, 1991). 이러한 입장은 마음이 원래 백지상태(tabula rasa)이며 경험에 의해서 형성된다는 Locke 철학에 그 기원을 두고 있다(Feist, Bodner, Jacobs, Miles, & Tan, 1995).

행복이 경험에 의해서 형성된다면 어떠한 경험이 중요한가? Brickman, Coates, 그리고 Janoff-Bulman(1978)의 연구 결과에 따르면, 복권 당첨과 같은 극적인 긍정적 경험을 한 사람과 사고로 인한 척추 부상과 같은 극적인 부정적 경험을 한 사람이 행복한 정도는 크게 다르지 않았다. 이들의 연구에서 복권 당첨자들은 극적인 좋은 사건을 경험함으로써 다른 일상적 사건이 주는 사소한 즐거움을 적게 느끼게 되었고(대비효과), 척추 부상자들은 자신의 과거를 통제집단보다 더 행복하게 평가했다(향수효과). Smith, Wedell, 그리고 Diener(1989)의 연구에서도 극도의 높은 점수를 받은 경험이 있는 사람은 그러한 경험이 없는 사람들보다 낮은 점수를 받은 것에 대해서 덜 행복해했다.

이러한 결과들로 볼 때, 행복이란 강한 긍정적 정서를 유발하는 사건을 경험하는 삶이 아니라 일상적인 즐거움을 자주 경험하는 삶이며(Diener 등, 1991), 개인의 행복에 중요한 경험은 일상적인 생활 경험이다. 일상적 경험의 중요성은 Ryff(1997)의 연구에서도 확인되었다. 그가 전형적 사건과 비전형적 사건 경험이 개인의 행복에 미치는 영향을 비교했을 때, 학업, 직업, 가족이나 친구와의 관계, 그리고 여가생활과 같은 전형적인 경험들은 현재와 미래의 행복을 예측했지만, 이직, 자녀의 이혼과 같은 비전형적인 사건의 경험은 행복과 관계가 없었다. 그리고 이러한 전형적 경험들 중에서 가족이나 친구와 같은 의미 있는 타인과의 관계는 성인의 행복에 중요한 요소였다.

행복에 대한 사회적 관계경험의 중요성은 다른 연구들에서도 반복적으로 확인되었다. 예를 들어 Campbell, Converse, 그리고 Rogers(1976)의 연구에서 사람들은 재정상태가 삶의 만족에 중요하다고 생각하고 있었으나, 실제로 전반적인 생활만족에 가장 큰 영향을 준 것은 가족과 결혼이었다. 또한 Csikszentmihalyi와 Wong(1991)의 연구에서도 미국인과 이탈리아인들은 모두 친구와 함께 있는 상황에서 가장 행복했고, 혼자 있을 때 가장 행복하지 않았다. Argyle과 Martin(1991)은 개인의 행복에서 사회적 관계가 중요한 이유를 이러한 관계를 통해서 물질적 도움이나 사회적 지원을 제공받을 수 있을 뿐 아니라 함께 공유된 활동을 할 수 있기 때문으로 보았다.

그러면 경험은 어떻게 행복을 결정하는가? 이에 대해서 Diener 등(2003)은 외적인 사건 경험이 전반적 행복에 영향을 미치는 일련의 과정에 대한 시간적 단계모델을 제시했다(그림 1 참조). 이들에 따르면 개인의 경험은 즉각적인 정서적 반응을 유발한다. 이때 유발되는 정서는 개인의 각성 수준이나 주의 집중 여부, 그리고 사건을 지각하고 해석하는 방식에 따라 결정되기 때문에, 동일한 사건을 경험해도 유발되는 정서는 사람마다 상이할 수 있다. 이렇게 발생한 즉각적인 정서 반응은 부호화 과정을 거쳐서 정서에 대한 기억으로 전환된다. 그런데 기억은 자아 개념, 현재 신념, 암묵적 이론, 문화적 규범 등의 영향을 받아 끊임없이 재구성되기 때문에, 기억된 정서는 실제 경험한 정서와 다를 수 있으며, 사람들은 자신의 정서 경험에 대한 기억에 의해서 전반적 행복을 판단하게 된다. 결국 정서 반응과 이에 대한 기억이 실제 사건 경험과 전

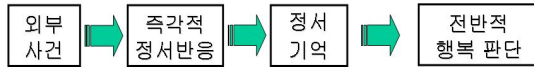


그림 1. 행복의 시간적 단계모델(Diener, Scollon, & Lucas, 2003)

반적 행복의 관계를 매개한다는 것이다. 그러나 이들은 자신의 모델에 대한 경험적 증거를 제시하지는 못했다.

이상의 내용에 근거하여 본 연구는 행복과 관련된 상황적 요소들을 대인관계적 경험을 포함한 일상적 생활경험을 중심으로 구성했다. 또한 Diener 등(2003)의 시간적 단계모델에 근거하여 생활경험이 정서를 매개로 삶의 만족을 형성하는 가설적 경로를 설정했다.

심리적 특성과 행복

한편 행복에 대한 하향적 접근은 사건이나 환경을 긍정적 혹은 부정적인 방식으로 경험하게 하는 개인의 안정적인 경향성이 존재하며, 행복은 이러한 경향성에 의해서 결정된다고 보는 특성 이론이다. 이러한 접근은 마음이 감각적 경험을 능동적으로 해석하고 조직한다고 보는 칸트 철학에 기초한다(Costa & McCrae, 1980; Feist 등, 1995). 따라서 동일한 상황에 처해 있어도 개인의 행복 수준은 서로 상이할 수 있으며, 그 차이는 성격, 자기존중감, 통제감과 같은 내적 특성에서 생겨난다고 여겨진다. 행복이 성격과 같은 비교적 안정적인 내적 속성에 의해서 결정된다는 사실은 개인의 행복 수준과 경험하는 사건들이 여러 시간과 상황에서 일관성을 보인다는 일련의 연구들을 통해서 입증되었다(Costa & McCrae, 1988; Mangus, Diener, Fujita, & Pavot, 1993; Suh, Diener, & Fujita, 1996; Watson & Walker, 1996).

내적 심리 특성과 행복의 관계에 대한 하향적 접근은 주로 성격 특성을 중심으로 연구되었다. 그 중에서 외향성(extraversion) 및 신경증(neuroticism)과 행복의 관련성은 여러 연구들에서 반복적으로 입증되었다(Costa & McCrae, 1980; Emmons & Diener, 1985; Heady, Wearing, & Strack, 1991). 이들 연구에서 외향성은 긍정적 정서와, 신경증은 부정적 정서와 각각 높은 상관이 있었다. 국내 연구의 경우, 55세 이상의 노인을 대상으로 한 유희정(1987)의 연구에서 외향성은 정적 정서, 정적 경험, 행복감과, 신경증은 부정적 정서, 부정적 경험, 절망감과 각각

유의미한 수준의 정적 상관을 보였다. 이인혜(1997)의 연구에서도 주관적 안녕감은 외향성과는 정적으로, 신경증과는 부적으로 상관이 있었다.

성격의 5요인 중에서 외향성과 신경증을 제외한 요인들은 크게 주목받지 못했지만, 일부 연구들에서 호감성(agreeableness), 성실성(conscientiousness), 경험개방성(openness to experience)이 행복과 관련된 것으로 나타났다(DeNeve & Cooper, 1998; McCrae & Costa, 1991). 한국 기혼 여성의 성격과 주관적 삶의 질에 대한 국내 연구의 경우, 성실성은 20-30대 기혼 여성의 생활만족과 긍정적 정서에 영향을 주었고, 경험개방성은 40-50대의 생활만족과 긍정적 정서에 영향을 주었다(김명소, 성은현, 김혜원, 1999).

성격 이외의 심리적 요소 중에서는 자기효능감과 행복의 관계가 반복적으로 입증된 바 있다. 자기효능감이란 목표를 산출하기 위해 필요한 행동과정을 조직하고 실행할 수 있는 자신의 능력에 대한 신념으로 개인의 인지, 정서, 행동 과정에 광범위한 영향을 미치는 것으로 알려졌다(Bandura, 1997). 예를 들어, 자기효능감이 높은 사람은 스트레스 상황에서 문제중심적으로 대처하는 반면에, 효능감이 낮은 사람은 정서중심적인 대처를 하고(Lazarus & Folkman, 1984), 개인적 경험을 부정적으로 인지, 조직, 회상하거나(Kanfer & Hagerman, 1981) 부정적 사고를 통제하지 못함으로써(Wenzlaff, Wegner, & Roper, 1998) 더 많은 우울을 경험하는 경향이 있었다. 이러한 자기효능감은 한국 청소년의 생활만족에 직접적인 영향이 있었을 뿐 아니라 사회적 지원과 생활만족의 관계를 매개하는 역할을 했다(박영신, 김의철, 민병기, 2002; 박영신, 김의철, 정갑순, 이상미, 권혁호, 양계민, 2000). 청소년의 생활만족 형성 요인에 대한 김의철, 박영신, 곽금주(1998)의 연구에서도 청소년의 관계효능감은 전반적인 생활만족을 설명하는 가장 예측력이 높은 변인이었다. 이들은 이러한 결과가 성공적인 인간관계와 만족스러운 생활간의 밀접한 관련성을 시사한다고 보았다.

성공적인 대인관계와 관련된 또 다른 심리적 요소 중 하나는 개인이 주위 사람들과의 관계에서 스스로를 얼마나 독립적이고 자율적인 존재로 여기는가, 즉 개인주의-집단주의 성향일 것이다. 개인주의 성향이 강한 사람들은 자신을 독립적이고 자율적인 존재로 여기고 개인의 필요

나 목표를 타인 혹은 집단의 목표보다 중요시한다. 반면에 집단주의적 성향을 지닌 사람들은 자신이 타인과 근본적으로 관련되어 있다고 여기고 집단의 만족을 위해서 개인적 요구를 희생한다. 따라서 개인주의자들에게는 경쟁이나 개성이 강조되고, 집단주의자들에게는 희생, 양보, 협동 등과 같은 상호의존성이 강조된다(Kim, Triandis, Kagitcibasi, Choi, & Yoon, 1994; Triandis, Bontempo, Villareal, Asai, & Jucca, 1988). 이러한 개인주의-집단주의 경향성과 행복의 관계를 검토한 선행연구에 따르면(조명환, 차경호, 1998; 차경호, 1995), 그 관련성의 정도는 문화권마다 차이가 있었다. 한국, 일본, 미국의 대학생들을 비교했을 때 집단주의성과 행복의 정적 관련성은 일본보다 한국과 미국에서 더 높았다. 또한 개인 독립성은 미국에서만 행복과 정적 관계가 있었고, 가족 통합성은 한국 대학생들에게만 행복과 정적인 상관관계가 있었다. 저자는 이러한 결과에 대해서 문화의 성향과 그 문화 구성원의 개인적 성향이 유사할 때 개인의 행복 수준이 높음 것으로 해석했다.

이러한 선행연구들에 근거해서 본 연구는 외향성과 신경증 이외에 다양한 심리적 변인들을 고려하고자 했다. 먼저 성격의 5요인을 모두 포함했다. 또한 개인의 내적 신념이나 가치관은 인지, 정서, 행동과 관련이 있다는 점에서 자기효능감과 개인주의-집단주의 성향을 포함했다. 그리고 이러한 변인들과 행복의 관계를 검토했다.

심리 특성, 생활 경험, 행복의 통합적 관계

행복에 대한 초기 연구들은 '보편적인 기본 욕구를 충족할 수 있는 환경적 여건이 갖추어지면 인간은 행복하다'라는 전제하에 외부 사건 혹은 상황에 관심을 두었다. 그러나 객관적 변인들이 행복에 미치는 영향은 상대적으로 크지 않다는 사실이 밝혀짐에 따라서, 개인의 내적인 심리 특성에 대한 관심이 증가되었다. 최근에는 이 두 가지 접근을 통합할 필요성이 제기되었고(Diener, 1984; Diener 등, 1999), 심리 특성과 사건 혹은 경험을 함께 고려한 연구들이 시도되고 있다.

Diener, Larsen, 그리고 Emmons(1984)는 개인과 상황의 상호작용에 대한 두 가지 모델, 즉 개인이 자신의 성격에 맞는 환경을 선택하는가 아니면 성격과 일치하는 환경에 있을 때 더 행복한가를 검증했다. 그 결과, 외향적인

사람들은 혼자 지내기보다는 사회적인 상황에서 더 많은 시간을 보내는 것으로 나타나 '상황선택 모델'은 일부 지지되었다. 그러나 사람들은 자신의 성격과 일치하는 상황에 있다고 해서 반드시 더 행복한 것은 아니었다.

이와 마찬가지로 Moskowitz와 Coté(1995)가 성격이 정서를 예측하는 세 가지 모델을 검증했을 때, 성격과 행동의 일치가 정서를 유발한다는 '행동 일치 모델'이 지지되었다. 그러나 성격이 일정기간동안의 정서를 예측하는 '전반적 특성모델' 및 성격과 일치하는 상황에서 성격이 정서를 예측하는 '상황 일치 모델'은 지지되지 않았다. 이러한 결과들은 성격이 특정한 행동이나 상황을 유발함으로써 개인의 행복 수준에 영향을 줄 수 있음을 시사한다.

한편 Brief, Butcher, George, 그리고 Link(1993)는 객관적 환경에 대한 인지적 해석의 매개적 영향을 통해서 상황이론과 하향이론의 통합을 시도했다. 이들의 연구에서 사람들은 성격 특성(부정적 정서성)과 객관적 건강상태(입원 횟수나 병원 진료 횟수 등)에 의해서 자신의 건강상태를 해석했으며, 이러한 건강에 대한 해석은 행복에 영향을 주었다. 그러나 이들의 연구는 부정적 정서성과 건강 이외의 다른 성격이나 경험 변인들을 고려하지 않았다는 한계가 있다.

이에 본 연구는 다양한 심리적 변인과 생활경험을 포함하여 행복과 심리적 요소 및 생활 경험 간의 통합적인 관련성을 검토하고자 했다. 또한 내적 특성이 행동이나 상황의 선택, 그리고 경험에 대한 해석에 영향을 준다는 점에서 심리특성에서 생활경험으로의 가설적 경로를 설정하고 통합적 경로모형을 검증했다. 이러한 과정을 통해서 도출된 결과는 행복한 삶을 살아가는데 중요한 심리적, 경험적 요소가 무엇인가를 알려줄 뿐 아니라 행복이 산출되는 과정에 대한 지표를 제공해 줄 수 있을 것이다.

방 법

연구대상

서울과 경기지역의 대학생 231명(남자 114명, 여자 117명)이 연구에 참여했다. 이들의 평균 연령은 21세($SD=2.25$)였고, 성적은 중상위권이 136명(58.9%), 중하위권이 60명(26.0%)으로 대부분 중위권 학생들이었다. 응답자의 가정 경제적 수준은 중류층이 다수를 차지했다.

(94.4%). 부모님 직업의 경우, 아버지 직업은 자영업(39.0%)과 사무직(25.1%)이 가장 많았고, 어머니 직업은 전업주부(65.8%)가 가장 많았다. 부모의 교육수준의 경우, 아버지는 고등학교 졸업(38.1%)과 대학교 졸업(38.1%)이 비슷한 수준으로 많았고, 어머니는 고등학교 졸업(50.6%)이 가장 많았다.

측정도구

본 연구의 측정 도구는 크게 행복 척도, 생활경험 척도, 그리고 심리적 특성 척도의 세 부분으로 구성되었다. 정서 척도를 제외한 모든 척도들은 '전혀 아니다(1점)'에서 '매우 그렇다(7점)'까지의 7점 Likert 척도였다. 정서 척도는 '전혀 경험 안함(1)'에서 '자주 경험함(7)'의 7점 척도로 평가했다. 정서 척도와 생활경험 척도, 그리고 심리적 특성 척도는 주성분 분석법(PCA)을 사용하여 요인분석하고, Varimax 방법으로 회전하였다. 요인의 수는 스크리 검사(scree test)와 누적 설명변량 비율을 기준으로 결정했다.

행복 척도

행복은 삶의 만족 정도와 긍정적, 부정적 정서 경험의 반대로 측정했다. 삶의 만족 척도는 Diener, Emmons, Larsen, 그리고 Griffin(1985)이 개발한 척도(Satisfaction With Life Scale : SWLS)를 사용했다. 본 연구에서 전체 5문항에 대한 내적일치도 계수(Cronbach α)는 .80였다.

정서적 행복 척도는 선행연구(구재선, 김의철, 2006)에서 행복과 관련된 정서 경험으로 추출된 정서어휘들을 중심으로 긍정적 정서 43문항과 부정적 정서 59문항을 작성하여 사용했다. 정서 문항에는 개인적 정서(예 : 성취감, 절망감)와 관계적 정서(예 : 유대감, 죄송함), 활성화된 정서(예 : 설레임)와 비활성화된 정서(예 : 편안함)를 모두 포함했다. 총 102문항에 대해서 요인분석을 실시했을 때 요인부하량이 낮은 3개 문항을 제외한 99문항에 대해서 다시 요인분석을 실시했다. 그 결과, 유효성 차원에서 긍정적 정서와 부정적 정서의 분명한 2요인 구조가 확인되었다(부록1 참조). 제1요인으로 추출된 부정적 정서들의 설명변량은 21.75%였고, 제 2요인인 긍정적 정서의 설명변량은 15.55%였다. 긍정적 정서 42문항의 내적일치도 계수(Cronbach α)는 .95였고, 부정적 정서 57문항의 내적

일치도 계수는 .97이었다.

생활경험 척도

행복한 생활 경험에 대한 선행 연구(구재선, 김의철, 2006)를 바탕으로 사회적 관계경험과 경제적 여유, 그리고 건강에 대한 문항을 구성했다. 전체 23문항에 대한 응답자의 평가를 Varimax 회전에 의해 탐색적 요인분석을 실시했을 때 '친구와의 관계(설명변량 : 20.86%)', '부모님과과의 관계(설명변량 : 16.78%)', '경제적 여유(설명변량 : 15.52%)', '건강(설명변량 : 12.60%)'의 4개 요인이 추출되었다(부록2 참조). 각 요인들의 내적일치도 계수(Cronbach α)는 .80에서 .89수준으로 양호했다.

심리적 특성 척도

성격의 5요인과 자기효능감, 그리고 개인주의-집단주의 경향성은 비교적 안정적인 개인의 내적 특성이라는 점에서 심리적 특성에 포함했다. 성격의 5요인은 NEO-PI-R의 축약형 질문지인 NEO-FFI(NEO Five-Factor Inventory, Costa & McCrae, 1992)에 대한 김의철(2004)의 번안본을 사용했다. 전체 60개 문항에 대한 탐색적 요인분석을 실시했을 때 이중부하되거나 요인부하값이 .30보다 낮은 15개 문항을 제외하고 다시 Varimax 회전에 의한 요인분석을 실시한 결과, 외향성, 신경증, 성실성, 호감성, 경험 개방성의 5요인 구조가 확인되었다. 각 요인에 대한 내적 일치도 계수(Cronbach α)는 .70~.87이었다.

자기효능감은 김의철과 박영신(1999)이 제작한 효능감 척도 중에서 자기주장효능감과 관계효능감 문항을 사용했다. 본 연구에서 자기주장 효능감은 타인과 의견이 다를 때 자신의 의견을 표현하거나 부당한 요구를 거절하는 등의 자기주장을 하는 자신의 능력에 대한 신념을 말하며, 관계효능감은 가족이나 친구와의 친밀한 관계를 원만하게 유지할 수 있다는 신념을 의미한다. 자기주장효능감 7문항에 대한 내적일치도 계수(Cronbach α)는 .87이었고, 관계효능감 6문항에 대한 내적 일치도 계수는 .80이었다.

개인주의-집단주의 성향은 Triandis(1994)의 척도에 대한 김의철(1997)의 번역본을 사용하여 측정했다. 이 척도는 개인주의-집단주의 차원과 수직성-수평성 차원에 따라 수직적 개인주의, 수평적 개인주의, 수직적 집단주의, 수평적 집단주의 경향성을 각각 8개 문항으로 측정하는 총

32문항으로 구성되어 있다. 그 중에서 이중으로 부하된 4개 문항을 제외하고 Varimax 회전에 의한 탐색적 요인분석을 실시했을 때 2개 요인이 추출되었기 때문에, 본 연구에서는 수직적 개인주의와 수평적 개인주의 총 14문항을 합쳐 개인주의 변인을 구성하고, 수직적 집단주의와 수평적 집단주의 14 문항을 합쳐 집단주의 변인을 구성했다. 두 변인의 내적 일치도 계수(Cronbach α)는 각각 .83과 .77이었다.

결 과

행복

행복의 3요소에 대한 평균을 비교한 결과, 삶의 만족 ($M=4.06$, $SD=.99$)과 긍정적 정서 경험의 평균($M=3.94$, $SD=.73$)은 부정적 정서 경험의 평균($M=2.86$, $SD=.74$)보다 더 높았다($F(2, 450)=143.93$, $p<.001$, Bonferroni, $p<.001$). 그러나 삶의 만족과 긍정적 정서의 평균에는 유의미한 차이가 없었다.

행복의 구성요소들 간의 상호상관의 경우, 삶의 만족은 긍정적 정서와 정적 상관이 있었고($r=.43$, $p<.01$) 부정적 정서와는 부적 상관이 있었다($r=-.29$, $p<.01$). 긍정적 정서 경험과 부정적 정서 경험 간에는 약한 부적 상관이 있었다($r=-.23$, $p<.01$).

심리 특성과 행복

심리 특성들의 평균과 표준편차가 표 1에 제시되어 있다. 성격의 5요인 중에서 대학생은 호감성($M=4.78$, $SD=.78$)과 외향성($M=4.57$, $SD=1.03$)이 높았고, 신경증적 경향성($M=3.99$, $SD=.89$)이 가장 낮았다. 이러한 평균들 간의 차이는 통계적으로 유의미했고($F(4, 912)=23.33$, $p<.001$), 이원비교(pairwise comparison)를 했을 때, 호감성과 외향성, 외향성과 경험개방성, 그리고 경험개방성과 성실성을 제외한 모든 변인들 간의 평균 차이가 유의미했다(Bonferroni, $p<.01$). 자기효능감의 경우, 대학생들은 자기주장효능감($M=4.66$, $SD=.93$)보다 관계효능감($M=5.05$, $SD=.82$)이 더 높았고($F(1, 226)=50.70$, $p<.001$), 개인주의와 집단주의 중에서는 집단주의 경향성($M=4.83$, $SD=.62$)이 개인주의 경향성($M=4.66$, $SD=.73$)보다 더 높았다($F(1, 230)=10.19$, $p<.01$).

표 1. 심리적 특성의 평균과 표준편차

	평균 (SD)
성격	
외향성	4.57 (1.03)
성실성	4.31 (.81)
신경증	3.99 (.89)
호감성	4.78 (.78)
경험개방성	4.39 (1.00)
효능감	
자기주장 관계	4.66 (.93)
관계	5.05 (.82)
개인-집단주의	
개인주의	4.66 (.73)
집단주의	4.83 (.62)

이러한 심리 특성과 행복의 상관관계는 표 2에 제시되어 있다. 성격 특성 중에서 외향성, 성실성, 신경증은 행복의 3요소와 모두 유의미한 상관이 있었다. 그 중에서 외향성은 긍정적 정서와 높은 정적 상관이 있었고($r=.51$, $p<.01$), 신경증은 부정적 정서와 강한 정적 상관이 있었다($r=.62$, $p<.01$). 그 외에 호감성은 부정적 정서와만 부적 상관이 있었고($r=-.22$, $p<.01$), 경험개방성은 긍정적 정서와만 정적 상관이 있었다($r=.21$, $p<.01$). 자기효능감의 경

표 2. 심리적 특성과 행복의 관계

	삶의 만족도	긍정적 정서	부정적 정서
성격			
외향성	.28**	.51**	-.34**
성실성	.28**	.39**	-.34**
신경증	-.32**	-.35**	.62**
호감성	-.03	.05	-.22**
경험개방성	.04	.21**	.03
효능감			
자기주장 효능감	.24**	.43**	-.39**
관계 효능감	.17*	.47**	-.32**
개인-집단주의			
개인주의	.12	.29**	-.05
집단주의	.15*	.38**	-.22**

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

표 3. 생활경험의 평균과 표준편차

	평균 (SD)
친구관계	5.24 (.98)
부모관계	5.47 (.94)
경제적 여유	4.00 (1.10)
건강	4.80 (1.41)

우, 자기주장 효능감과 관계효능감이 모두 삶의 만족 및 긍정적 정서와 정적 상관관이 있었고, 부정적 정서와는 부적 상관관이 있었다. 개인주의-집단주의 경향성 중에서는 개인주의보다 집단주의 경향성이 행복과 더 높은 상관관이 있었다.

생활경험과 행복

응답자들에게 자신의 생활경험을 관계적 측면, 경제적 측면, 건강의 측면에서 평가하게 했을 때, 대학생은 표 3과 같이 부모님과 관계(M=5.47, SD=.94), 친구관계(M=5.24, SD=.98), 건강(M=4.80, SD=1.41), 경제적 여유(M=4.00, SD=1.10) 순으로 긍정적인 평가를 했다. 생활경험 평균들 간에는 유의미한 차이가 있었고(F(3, 690)=107.46, p<.001), 모든 변인들 간의 평균 차이가 유의미했다(Bonferroni, p<.01).

이러한 생활경험들과 행복의 관계를 보면(표 4 참조), 사회적 관계경험과 경제적 여유는 건강보다 대학생의 행복과 더 높은 상관관이 있었다. 그 중에서 친구관계는 긍정적 정서와 높은 정적 상관관이 있었고(r=.53, p<.01), 경제적 여유는 삶의 만족(r=.49, p<.01) 및 긍정적 정서(r=.46, p<.01)와 높은 상관관이 있었다. 그러나 부모님과 관계는 행복의 3요소와 모두 비슷한 수준의 높은 상관관이 있었다.

표 4. 생활경험과 행복의 관계

	삶의 만족도	긍정적 정서	부정적 정서
친구관계	.21**	.53**	-.28**
부모관계	.34**	.34**	-.33**
경제적 여유	.49**	.46**	-.17*
건강	.17**	.22**	-.31**

**p<.01

행복과 심리특성, 생활경험의 통합적 관계

경로모형 설정

지금까지 행복에 대한 심리특성의 하향적 관계와 생활 경험의 상향적 관계를 구분하여 검토했다. 상관분석 결과, 성격의 5요인 중에서 외향성, 성실성, 신경증이 행복과 높은 관련성을 보였고, 자기효능감의 하위변인 중에서는 자기주장효능감과 관계효능감이 모두 중요했다. 또한 집단주의 성향은 개인주의 성향보다 행복과 밀접한 관련이 있었다. 생활경험 중에서 행복에 중요한 요소는 관계적 경험과 경제적 여유였다. 따라서 이러한 변인들을 중심으로 상향적 요소와 하향적 요소를 통합하는 모형을 설정하여 경로분석을 실시하였다.

경로모형은 Diener 등(1984)의 상황선택 모델, Bandura (1986)의 행동 선택 모델, Brief 등(1993)의 행복에 관한 통합적 접근, 그리고 Diener 등(2003)의 행복에 대한 시간적 단계 모형에 근거하여 설정했다. 개인과 환경이 행복에 미치는 통합적 영향에 관하여 Diener 등(1984)은 ‘개인이 자신의 안정적 성격특성에 따라 환경을 선택한다’는 상황선택 모델을 입증하였고, Bandura(1986)는 자기효능감이 행동의 선택에 영향을 준다고 보았다. 이러한 입장들에 따르면 우리가 일상생활 속에서 겪게 되는 여러 가지 생활 경험들은 성격이나 자기효능감과 같은 어느 정도 안정적인 개인적 특성에 의해서 결정된다고 볼 수 있다. 따라서 안정적인 심리 특성에서 생활 경험으로의 경로를 가정할 수 있다. 물론 본 연구에서 측정된 생활 경험은 실제 객관적 경험이라기보다는 자신의 경험에 대한 지각에 해당한다. 그러나 Brief 등(1993)은 개인이 성격과 객관적 환경에 따라 생활환경을 해석하며, 이러한 해석이 행복 수준을 결정한다고 보았다는 점에서 생활경험에 대한 지각 또한 심리적 특성의 영향을 받음을 가정할 수 있다.

한편 Diener 등(2003)은 개인에게 발생한 사건이 장기적인 행복에 미치는 영향은 적으며 사건과 전반적인 생활 만족의 판단 사이에는 여러 중간단계가 있다고 보았다. 이들의 모델에 따르면 사람들은 환경적 사건이 발생했을 때 이를 어떻게 지각하고 해석하는가에 따라서 즉각적인 정서적 경험을 하게 되며, 이러한 정서적 경험은 정서에 대한 기억으로 저장된다. 그리고 자신의 삶이 전반적으로 행복한가 혹은 만족스러운가를 판단할 때 이렇게 저장된

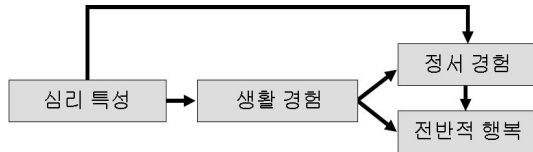


그림 2. 심리특성, 생활경험, 행복의 종합적 관계에 대한 기초 모형

정서 기억을 고려하여 판단을 내리게 된다는 것이다. 이러한 모형에 따르면 일상생활 경험은 정서경험을 유발하고, 정서경험은 삶의 만족과 관련되어 있다고 가정할 수 있다.

이에 본 연구는 선행 연구 모델을 토대로 개인의 안정적 심리 특성, 생활경험, 정서경험, 그리고 전반적 삶의 만족 판단의 통합적 관계에 대한 가설적 모형을 그림 2와 같이 설정하고 이를 경로분석을 통해 검증하였다.

통합모형검증

경로모형에 투입된 변인들 간의 상호상관이 표 5에 제시되어 있다. 모든 변인들 간의 상관계수는 중간정도 수준으로 $r=.90$ 을 넘지 않아 다중공선성의 문제가 제기되지 않았다. 상관행렬은 계수의 유의성 검증이 엄격하여 편향된 추정을 할 가능성이 적을 뿐 아니라 연구의 목적이 구성개념들의 관계성을 파악하는데 초점을 두고 있을 때는 상관행렬을 사용하여 모형검증을 하는 것이 유용하기 때문에

(양병화, 1998), 제시된 상관행렬을 이용하여 심리특성 및 생활경험과 행복의 통합적 관계에 대한 경로분석을 실시했다. 그 결과 표 6과 같이 기초모형의 적합도는 χ^2 이 40.79($df=10, p=.000$), GFI가 .97, AGFI가 .78, NNFI가 .81, RMR이 .034로 χ^2 , AGFI, NNFI가 수용하기에 적합하지 않았다. 따라서 수정지수에 근거하여 ‘부모관계’와 ‘친구관계’간의 잔차를 상관시키고 ‘부모와의 관계’에서 ‘경제적 여유’로의 경로를 추가했다. ‘부모관계’와 ‘친구관계’간의 잔차를 상관시킨 1차 수정 모형의 적합도는 χ^2 이 23.60($df=9, p=.005$), GFI가 .98, AGFI가 .85, NNFI가 .89, RMR이 .028이었고, ‘부모와의 관계’에서 ‘경제적 여유’로의 경로를 추가한 2차 수정 모형의 적합도는 χ^2 이 14.25($df=8, p=.075$), GFI가 .99, AGFI가 .90, NNFI가 .95, RMR이 .017이었다. 두 모형의 적합도 지수를 비교했을 때 1차 수정모형은 카이제곱과 AGFI가 기준치에 미달했지만, 2차 수정모형은 모든 적합도 지수들이 수용하기에 적절했다. 최종 모형을 결정하기 위해서 카이제곱의 차이가 유의미한지 검토했다. 먼저 기초모형과 1차 수정모형의 자유도의 차이는 1, 카이제곱의 차이는 17.19이고, 1차 수정모형과 2차 수정모형의 자유도의 차이는 1, 카이제곱의 차이는 9.35이다. 카이제곱 17.19와 9.35은 모두 자유도가 1일 때 유의미하므로, 기초모형보다는 1차 수정모형이, 1차 수정모형보다는 2차 수정모형이 더 우월하다고 볼 수 있다. 따라서 2차 수정모형을 최종모형으로 결정했다.

표 5. 경로모형 투입 변인들 간의 상호상관

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
① 외향성	-											
② 성실성	.29**	-										
③ 신경증	-.36**	-.31**	-									
④ 주장효능감	.44**	.48**	-.50**	-								
⑤ 관계효능감	.50**	.36**	-.28**	.57**	-							
⑥ 집합주의	.42**	.30**	-.19**	.27**	.54**	-						
⑦ 친구관계	.51**	.30**	-.23**	.48**	.60**	.47**	-					
⑧ 부모관계	.22**	.36**	-.24**	.29**	.36**	.47**	.44**	-				
⑨ 경제적 여유	.26**	.25**	-.23**	.28**	.26**	.16*	.29**	.30**	-			
⑩ 긍정적 정서	.51**	.39**	-.35**	.43**	.47**	.38**	.53**	.34**	.46**	-		
⑪ 부정적 정서	-.34**	-.34**	.62**	-.39**	-.32**	-.22**	-.28**	-.33**	-.17*	-.23**	-	
⑫ 삶의 만족도	.28**	.28**	-.32**	.24**	.17*	.15*	.21**	.34**	.49**	.43**	-.29**	-

** $p<.01$

표 6. 기초모형과 수정모형의 적합도 지수

	χ^2	df	p	GFI	AGFI	NNFI	RMR
기초모형	40.79	10	.000	.97	.78	.81	.034
1차 수정모형	23.60	9	.005	.98	.85	.89	.028
2차 수정모형	14.25	8	.075	.99	.90	.95	.017

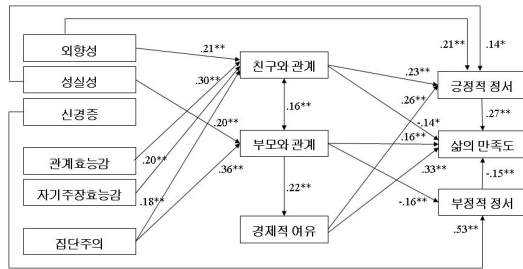


그림 3. 심리특성, 생활경험, 행복의 통합적 관계

최종모형에서 유의미한 경로를 살펴보면(그림 3 참조), 성격의 5요인 중에서 ‘외향성’은 ‘친구관계($\gamma=.21, t=3.54$)’ 및 ‘긍정적 정서경험($\gamma=.21, t=3.31$)’과 정적 관련이 있었고, ‘성실성’은 ‘부모와의 관계($\gamma=.20, t=3.01$)’ 및 ‘긍정적인 정서($\gamma=.14, t=2.34$)’와 정적 관련이 있었으며, ‘신경증’은 ‘부정적 정서 경험($\gamma=.53, t=8.92$)’과 강한 정적 관계가 있었다. 자기효능감의 하위변인인 ‘관계효능감’과 ‘자기주장 효능감’은 모두 ‘친구와의 관계’와 긍정적인 관계가 있었다(관계효능감 $\gamma=.30, t=4.33$, 자기주장효능감 $\gamma=.20, t=2.81$). 그리고 ‘집단주의 성향’은 ‘친구관계($\gamma=.18, t=2.96$)’ 및 ‘부모관계($\gamma=.36, t=5.25$)’와 정적 관련이 있었다.

생활경험에서 행복으로의 유의미한 경로를 보면, ‘친구관계’는 ‘긍정적 정서($\beta=.23, t=3.46$)’와 정적 관련이 있었으나 ‘삶의 만족’과는 약한 부적 관계가 있었다($\beta=-.14, t=-2.12$). ‘부모와의 관계’는 ‘부정적 정서’와는 부적으로($\beta=-.16, t=-2.63$), ‘삶의 만족도’와는 정적인 관계가 있었다($\beta=.16, t=2.59$). 또한 ‘부모관계’는 ‘경제적 여유’를 매개로 하여($\beta=.22, t=3.09$) 행복에 대한 간접 효과도 유의미했다. 한편 ‘경제적 여유’는 ‘긍정적인 정서($\beta=.26, t=4.92$)’ 및 ‘삶의 만족($\beta=.33, t=5.46$)’과 모두 정적 관계가 있었다.

외향성, 성실성, 친구관계, 경제적 여유를 통해 형성된 ‘긍정적 정서경험’은 ‘삶의 만족’을 향상시켰고($\beta=.27, t=3.83$), 신경증적 경향성과 부모관계에 의해서 형성된 ‘부정적 정서경험’은 ‘삶의 만족’을 저하시켰다($\beta=-.15, t=-2.63$). 그 밖에 경로들은 모두 유의미하지 않았다.

논 의

본 연구는 한국인의 행복과 심리 특성 및 생활 경험의 통합적 관계를 파악하려는 목적으로 실시되었다. 행복에 대한 내적 특성과 생활 경험의 영향력은 행복에 대한 상향적 접근과 하향적 접근에서 꾸준히 검증되어 왔으며, 최근에는 각각을 독립적으로 다루기보다 통합적 관계를 고려할 필요성이 제기되고 있다(Diener, 1984; Diener 등, 1999). 이에 안정적인 심리적 특성이 생활 경험과 정서적 경험을 매개로 삶의 만족을 형성하는 통합적 경로 모형을 검증했다. 본 연구의 결과와 시사점을 정리하면 다음과 같다.

첫째, 긍정적 정서와 부정적 정서의 독립성이 재확인되었다. 토착적 정서와 관계적 정서를 포함한 문항들을 요인분석했을 때, 긍정적 정서와 부정적 정서의 분명한 2요인구조가 확인되었다. 상관분석에서도 긍정적 정서와 부정적 정서는 부적인 관계가 있었지만 그 계수가 크지 않았다. 또한 이 두 정서는 서로 다른 변인들과 독립적으로 관계를 맺고 있었다. 예를 들어, 경험개방성과 개인주의 성향이 높은 사람은 긍정적 정서를 자주 경험했지만 부정적 정서를 적게 경험하는 것은 아니었다. 반면에 호감성이 높은 사람은 부정적 정서를 드물게 경험했지만 그렇다고 긍정적 정서를 자주 경험하는 것은 아니었다. 이러한 결과는 긍정적 정서와 부정적 정서가 단일차원의 양극단이 아니라 서로 다른 차원의 독립적 요소라고 주장하는 기존의 연구들(Bradburn, 1969; Diener 등, 1995; Diener & Emmons, 1984; Suh 등, 1996)과 일치한다.

둘째, 정서적 경험의 빈도는 삶의 만족과 관련이 있었다. 일상생활 속에서 긍정적 정서를 자주 경험하고 부정적 정서를 드물게 경험하는 사람은 자신의 삶에 만족했다. 이때 부정적 정서보다는 긍정적 정서가 삶의 만족과 더 강한 상관이 있었을 뿐 아니라 경로계수도 더 컸다. 이러한 결과는 행복이 단지 부정적인 측면이 없는 것만을 의

미하는 것이 아니라 삶의 보다 긍정적인 측면을 반영한다는 Diener(1984; Diener 등, 1999)의 견해와 일치한다.

셋째, 본 연구에서 행복은 일상생활 경험과 상관이 있었는데, 이것은 선행연구와 일치하지 않는 결과이다. 성격, 생활경험, 주관적 안녕감의 관계에 대한 이인혜(1997)의 연구에서 생활경험은 남자 대학생의 주관적 안녕감과 상관이 없고, 여학생의 경우도 성격과 상호작용했을 때에만 주관적 안녕감에 대한 설명력을 약간 높여주었다. 이때 생활경험이 외향성이나 신경증적 경향성과 상호작용하여 설명력을 증가시킨 정도는 1.6% 수준으로 미약했다. 그러나 본 연구에서 생활경험과 행복의 관계는 성격을 포함한 심리적 특성과 행복의 관계와 비슷한 수준이었다. 이러한 결과차이는 두 연구에서 사용한 생활경험 척도의 차이에 기인한 것일 수 있다. 선행연구에서는 Kanner, Coyne, Schaefer, 및 Lazarus(1981)가 개발한 '윤택한 생활경험 척도(The Uplifts Scale)'와 '불쾌한 생활경험 척도(The Hassle Scale)'가 사용되었다. 이들 척도는 주로 스트레스 연구에 사용된다. 그러나 스트레스와 관련된 생활경험과 행복에 관련된 경험들은 서로 상이할 수 있다. 본 연구에서도 긍정적, 부정적 정서와 상관이 높은 생활경험들은 서로 달랐다. 따라서 선행연구에서 생활경험의 영향력이 미약했던 것은 행복보다는 스트레스와 관련된 경험들이 측정되었기 때문일 가능성이 있으며, 이에 대해서는 보다 구체적인 후속 연구가 요구된다.

넷째, 부모나 친구와의 사회적 관계경험 및 경제적인 여유는 모두 개인의 행복에 중요한 생활경험이었다. 그러나 각 경험들은 서로 다른 유형의 정서와 관련이 있었다. 예를 들어 경제적으로 여유롭거나 친구와의 관계가 좋은 사람은 긍정적 정서를 자주 경험했지만 부정적 정서를 드물게 느끼는 것은 아니었다. 반면에 부모와 관계가 좋은 사람은 부정적 정서를 드물게 경험했지만 그렇다고 긍정적 정서를 더 자주 경험하는 것은 아니었다.

이러한 결과는 우리가 행복하기 위해서 삶의 여러 측면들이 함께 긍정적일 필요가 있음을 시사한다. 행복이란 삶의 긍정성이 높고 부정성이 낮음을 의미한다. 본 연구에서도 삶의 만족은 긍정적 정서 및 부정적 정서와 모두 상관이 있었다. 그런데 각각의 경험들은 긍정성 혹은 부정성의 어느 한 측면과만 관련이 있기 때문에, 삶의 어느 한 측면이 긍정적이라고 해서 행복을 보장하기는 힘들 것

이다. 예를 들어 경제적으로 여유로운 사람은 그로 인해 긍정적 정서를 자주 느낄지라도 부정적 정서는 여전히 남아있을 것이다. 이와 마찬가지로 사회적 관계에서도 다양한 대상과 두루 원만한 관계를 유지하는 것이 행복에 더 도움이 될 수 있을 것이다. 만일 부모와의 관계가 좋지 못해 친구관계에만 몰두하는 청소년이 있다면, 그로 인해 긍정적 정서는 증가할지 모르나 부정적 정서가 감소하는 것은 아닐 것이다.

생활경험과 행복의 관계에서 한 가지 특이한 결과는 친구관계에서 삶의 만족도 판단으로의 직접효과의 방향성이 부적이었다는 점이다. 부모와의 관계나 경제적 여유는 긍정적 혹은 부정적 정서 경험의 매개 효과를 배제했을 때에도 삶의 만족과 정적 관계가 있었다. 그러나 친구관계는 긍정적 정서의 매개효과를 배제했을 때 삶의 만족과 약한 부적 관계가 있었다. 지금까지 우정관계는 행복에 상당히 긍정적인 기능을 하고 있는 것으로 보고되었기 때문에(Argyle, 2001; Csikszentmihalyi & Wong, 1991), 친구관계 자체가 삶의 만족을 저해한다고 보기는 힘들다. 다만 본 연구의 대상이 대학생이라는 점에서 친구관계에 지나치게 몰두할 경우 학업과 같은 필요한 활동에 소홀하기 쉬우며 이것이 생활만족 저하로 이어질 가능성이 있다. 이러한 가능성에 대해서는 후속 연구를 통해 구체적인 검증이 이루어져야 할 것이다.

다섯째, 행복에 중요한 심리적 특성은 외향성, 신경증, 성실성, 자기효능감, 그리고 집단주의 경향성이었다. 그중에서 외향성과 신경증의 중요성은 선행연구들에서 꾸준히 입증된 바 있다(Costa & McCrae, 1980; Emmons & Diener, 1985; 김명소 등, 1999; 유희정, 1987; 이인혜, 1997). 본 연구에서도 선행연구에서와 마찬가지로 외향성은 긍정적 정서와, 신경증은 부정적 정서와 각각 높은 관련성이 있었다. 또한 선행연구들(김의철 등, 1998; 박영신 등, 2000; 박영신 등, 2002)에서 한국인의 생활만족의 중요한 예측변인이었던 자기효능감은 본 연구에서도 인지적, 정서적 행복과 높은 관련이 있었다.

그러나 성실성은 그동안 행복과 관련된 성격 변인으로 크게 주목받지 못해왔다. 성격과 행복의 관계에 대한 국내 연구 중에서 성실성 변인을 포함한 경우는 매우 드물다. 이것은 외향성과 신경증이 행복과 높은 관련이 있다는 서구의 연구 결과를 그대로 받아들임으로써 한국인의

행복에 중요한 변인을 배제하는 내적 타당성의 문제(error of omission)가 발생한 것으로 볼 수 있다(Kim & Berry, 1993; Kim, Park, & Park, 2000). 본 연구에서 성실성이 높은 대학생은 긍정적 정서를 자주 느끼고 부정적 정서를 드물게 느꼈을 뿐 아니라 삶에 만족했다. 한국의 기혼 여성을 대상으로 한 선행연구(김명소 등, 1999)에서도 성실성은 40-50대의 삶의 만족과 20-30대의 긍정적 정서를 예측하는 중요한 변인이었다. 따라서 우리나라의 경우, 외향적이고 정서적으로 안정된 사람 뿐 아니라 성실한 사람이 행복하다고 볼 수 있다.

성실성과 행복의 관계는 성취 혹은 수행과 관련지어 생각해 볼 수 있다. 성실성과 행복의 직접적인 관련성은 드물게 보고되었지만, 성실성은 직업과 학업에서의 수행을 예측하는 것으로 알려져 왔다. 예를 들어, 성격과 직업 수행의 관계에 대한 메타분석을 한 선행연구에서 성실성은 다양한 방식으로 측정된 직업적 수행을 예측했으나 다른 성격 변인들은 그 영향력이 미약하거나 포괄적이지 못했다. 또한 성실성은 학생들의 학업 수행 점수와도 정적인 관계가 있었다(Barrick & Mount, 1991; Paunonen, 2003; Ozer & Benet-Martinez, 2006에서 재인용). 따라서 성적이나 학벌, 외적 지위와 같은 객관적 성취가 강조되는 우리나라에서 성실성은 행복에 중요한 성격 특성일 수 있으며, 더욱이 학생 집단에서 성실한 사람은 우수한 성적으로 인하여 긍정적인 정서를 더 자주 경험할 뿐 아니라 부모와의 관계도 더 긍정적인 것으로 해석할 수 있다.

여섯째, 심리적 특성과 행복의 관계에서 이러한 생활경험의 매개적 효과는 대인관계 경험을 중심으로 한 통합적 경로분석에서 부분적으로 입증되었다. 비록 본 연구가 성취경험을 포함하지는 못했을지라도, 심리적 특성은 대인관계 경험과 관련이 있었으며, 긍정적인 대인관계는 다시 개인의 행복 수준과 관계가 있었다. 이러한 결과는 원만한 대인관계를 가능하게 하는 심리 특성이 행복을 위한 한 가지 자산이며, 이러한 성품을 바탕으로 의미 있는 타인과 긍정적 대인관계를 유지할 때 행복 수준이 향상될 수 있음을 시사한다.

그러면 어떠한 심리적 특성이 긍정적인 대인관계를 위한 자산인가? 본 연구에서 외향적이고 효능감이 높은 사람은 친구들과 긍정적인 관계를 맺고 있었고, 성실한 사람은 부모님과의 관계가 좋았으며, 집단주의적인 사람은

부모나 친구와의 관계가 모두 좋았다. 이러한 결과는 사회적 관계의 대상에 따라 필요한 심리적 특성에 차이가 있음을 의미한다. 특히 본 연구에서 집단주의 경향성과 자기주장 효능감이 모두 친구관계와 관련된 것은 대학생의 우정관계의 특징이 반영된 것으로 볼 수 있다. 친구관계는 대등한 위치의 수평적 관계이기 때문에 희생, 양보, 협동과 같은 상호의존성과 함께 자신의 의견을 표현하거나 부당한 요구를 거부하는 자신의 능력에 대한 신념을 갖고 있을 때 더욱 긍정적인 관계가 유지될 것이다.

그러나 심리적 특성과 행복의 관계에서 경제적 경험의 매개효과는 유의미하지 않았다. 더욱이 기초모형에 포함되지 않은 부모와의 관계에서 경제적 여유로의 경로를 추가했을 때 모형 적합도가 향상되었다. 이것은 경제적 여유가 내적 특성과 무관한 생활경험이기 때문일 수도 있다. 하지만 선행연구들에서 아동기의 성격 특성은 봉급수준과 같은 직업적 성공의 외적 요소를 예측했고, 청년 후기의 정서적 안정성은 성인초기의 경제적 안정성과 강한 상관관이 있었던 점을 고려할 때(Judge, Higgins, Thoresen, & Barrick, 1999; Roberts, Caspi, & Moffitt, 2003; Ozer & Benet-Martinez, 2006에서 재인용), 경제적 여유가 심리적 특성과 무관하다고 보기는 힘들다. 본 연구에서 경제적 경험이 심리적 특성보다는 부모와의 관계와 관련이 있었던 것은 스스로 경제 활동을 하기보다는 부모님께 의존을 해야 하는 대학생 집단만을 대상으로 했기 때문일 것이다. 따라서 본 연구의 결과를 단순히 일반화하기 보다는 다양한 세대와 집단을 포함하는 후속 연구가 진행되어야 할 것이다.

한편 성격 특성에서 정서 경험으로의 직접 효과 또한 유의미했다. 외향성과 성실성은 관계적 경험을 통한 간접 효과 이외에 긍정적 정서에 대한 직접효과가 있었고, 신경증은 생활경험의 매개 없이 부정적 정서에 대한 직접효과만이 유의미했다. 이러한 결과에 대해서는 다음과 같은 두 가지 해석이 가능하다. 먼저 신경증은 부정적 정서성으로 명명되기도 한다는 점에서(Watson & Clark, 1984), 외향성이나 신경증이 긍정 혹은 부정적 정서를 경험하게 하는 어떤 기질적 민감성일 가능성이 있다. 그러나 성격에서 정서경험으로의 직접효과는 본 연구가 소수의 긍정적 경험만을 다루었기 때문일 수도 있다. 예를 들어, 대학생에게 성실성은 성취경험을 유발함으로써 긍정적 정서

를 증가시킬 수 있으나(Ozer & Benet-Martinez, 2006), 본 연구는 성취경험을 포함하지 않았다. 또한 신경증은 부정적 경험이나 정서와 관련이 있는데(유희정, 1987; Headey & Wearing, 1989), 본 연구는 긍정적 경험만을 포함했다. 따라서 보다 분명한 해석을 하기 위해서는 성취와 실패 경험과 같은 다양한 긍정적, 부정적 경험들을 포함한 후속연구가 진행되어야 할 것이다.

그 밖에 본 연구의 제한점은 다음과 같다. 먼저 본 연구에서 생활경험과 정서경험은 자기보고식으로 측정되었기 때문에, 특정한 심리 특성을 지닌 사람이 실제로 그러한 경험을 하는 것인지 아니면 자신의 경험을 보다 긍정적으로 지각 혹은 기억하는 것인지를 분명히 밝히지 못했다. 객관적 경험과 경험에 대한 지각을 분리해서 측정하는 후속연구가 진행된다면 이에 대한 보다 분명한 설명이 가능할 것이다.

또한 본 연구는 인과적 관계를 가정했음에도 불구하고 횡단적 연구설계로 이루어짐에 따라서 인과적 방향성을 명확히 검증하지 못했다. 심리특성과 경험 및 행복의 관계는 단일 방향적이기 보다 양방향적일 가능성도 있다. 이러한 한계에 대해서는 종단 연구나 실험 연구 혹은 유사실험 연구가 이루어진다면 원인과 결과에 대한 보다 분명한 규명이 이루어 질 수 있을 것이다.

참 고 문 헌

구재선, 김의철 (2006). 한국인의 행복 경험에 대한 토착문화심리학적 접근. *한국심리학회지: 사회문제*, 12(2), 77-100.

김명소, 성은현, 김혜원 (1999). 한국 기혼여성(아줌마)들의 성격 특성과 주관적 삶의 질. *한국심리학회지: 여성*, 4(1), 41-55.

김의철 (1997). *한국청소년문화: 연구모형*. 안귀덕, 황정규, 김의철, 박영신(편), *한국청소년문화: 심리-사회적 형성요인*(pp.11-30). 서울: 한국정신문화연구원.

김의철, 박영신, 곽금주 (1998). 한국 청소년의 생활만족도와 스트레스 형성요인: 도시와 농촌 청소년을 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 3(1), 79-101.

김의철, 박영신 (1999). 한국 청소년의 심리 행동 특성의 형성: 가정, 학교, 친구, 사회영향을 중심으로. *한국*

교육심리학회지: 13(1), 99-142.

박영신, 김의철, 민병기 (2002). 부모의 사회적 지원, 청소년의 자기효능감과 생활만족도 변화에 대한 종단자료 분석과 생활만족도 형성에 대한 구조관계 분석. *교육심리연구*, 16(2), 63-92.

박영신, 김의철, 정갑순, 이상미, 권혁호, 양계민 (2000). 초 중 고등학생의 생활만족도 차이와 형성 및 영향. *한국심리학회지: 건강*, 5(1), 94-118.

안진환 (2006). *웁간이의 글*. 안진환 (역), 행복(pp.6-10). 서울: 비즈니스북스.

양병화 (1998). *다변량 자료분석의 이해와 활용*. 서울: 학지사.

유희정 (1987). 노인의 성격특성이 주관적 행복감에 미치는 영향: 외-내향성과 신경증적 경향성을 중심으로. *한국임상심리학회지*, 6(1), 1-8.

이인혜 (1997). 성격, 유쾌한 및 불쾌한 생활경험 그리고 주관적 안녕감간의 관계: NEO 성격모델의 적용. *한국심리학회지: 건강*, 2(1), 209-219.

조명한, 차경호 (1998). 삶의 질에 대한 국가적 비교. 서울: 집문당.

차경호 (1995). 한국, 일본, 미국 대학생들의 삶의 질 비교. *한국심리학회 춘계심포지움 삶의 질의 심리학*, 113-144.

Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness*. New York: Taylor & Francis Inc.

Argyle, M., & Martin, M. (1991). The psychological causes of happiness. In F. Strack, M. Argyle, & Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective*(pp.77-100). Oxford: Pergamon Press.

Bandura, A. (1986). *Social foundation of thought and action: A social theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman and Company.

Bradburn, (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.

Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman, R. J. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*,

- 36, 917-927.
- Brief, A. P., Butcher, A. H., George, J. M., & Link, K. E. (1993). Integrating bottom-up and top-down theories of subjective well-being : The case of health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 646-653.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being : Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 296-308.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1988). Personality in adulthood : a six-year longitudinal study of self-reports and spouse rating of the NEO Personality Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 853-863.
- Csikszentmihalyi, M., & Wong, M. M. (1991). The situational and personal correlates of happiness : a cross-national comparison. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz(Eds.), *Subjective well-being : An interdisciplinary perspective*(pp.193-212). Oxford : Pergamon Press.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality : A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
- Diener, E., & Emmons, R. A. (1984). Th independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1105-1117.
- Diener, E., Emmons, R. S., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life-scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Larsen, R. J., & Emmons, R. A. (1984). Person×Situation interaction : Choice of situation and congruence response models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 580-592.
- Diener, E., Sandvik, E., & Pavot, W. (1991). Happiness is the frequence, not the intensity of positive versus negative affect. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being : An interdisciplinary perspective*(pp.119-139). Oxford : Pergamon Press.
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of subejective well-being : The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 13, 187-219.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being : Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Emmons, R. A., & Diener, E. (1985). Personality correlates of subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11, 89-97.
- Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M., & Tan, V. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural model of subjective well-being : A longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 138-150.
- Headey, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life-event, and subjective well-being : Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 731-739.
- Kanfer, F. H., & Hagerman, S. (1981). The role of self-regulation. In L. P. Rehm(Eds.), *Behavior therapy for depression : Present status and future directions* (pp.143-180). New York : Academic.
- Kim, U. & Berry, J. W. (1993). Introduction. In U. Kim., & J. W. Berry (Eds.), *Indigenous psychology : research and experience in cultural context*(pp. 1-29). Newbury Park, CA : Sage.
- Kim, U., Park, Y., & Park, D. (2000). The challenge of cross-cultural psychology : The role of the indigenous psychology. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 63-75.
- Kim, U., Triandis, H. C., Kagitcibasi, C., Choi, S. C., & Yoon, G. (1994). *Individualism and Collectivism* :

- Theory, method, and application*. Thousand Oaks, CA : Sage.
- Larsen, R., & Diener, E. (1987). Emotional response intensity as an individual difference characteristic. *Journal of Research in Personality*, 21, 1-39.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York : Springer.
- Mangus, K., Diener, E., Fujita, F., & Pavot, W. (1993). Extraversion and neuroticism as predictors of life-events : A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1046-1053.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1991) Adding *Liebe und Arbeit* : The full five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17, 227-232.
- Moskowitz, D. S., & Coté, S. (1995). Do interpersonal traits predict affects? A comparison of three models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 915-924.
- Ozer, D. J., & Benet-Martinez, V. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review of Psychology*, 57, 401-421.
- Ryff, C. D. (1997). Experience and well-being : Explorations on domains of life and how they matter. *International Journal of Behavioral Development*, 20, 193-206.
- Sagiv, L., & Schwartz, S. H. (2000). Value priorities and subjective well-being : direct relations and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*, 30, 177-198.
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002). Life-satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic : The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70, 345-384.
- Smith, R. H., Wedell, D. H., & Diener, E. (1989). Intrapersonal and social comparison determinants of happiness : A range-frequency analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 317-325.
- Suh, E., Diener, E., & Fujita, F. (1996). Events and subjective well-being : Only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1091-1102.
- Triandis, H. C., Bontempo, R., Villareal, M. J., Asai, M., & Jucca, N. (1988). Individualism and collectivism : Cross-cultural perspectives on self-ingroup relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 323-338.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative affectivity : The disposition to experience negative affective states. *Psychological Bulletin*, 96, 465-490.
- Watson, D., & Walker, L. M. (1996). The long-term stability and predictive validity of trait measures of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 567-577.
- Wenzlaff, R. M., Wegner, D. M., & Roper, D. W. (1988). Depression and mental control : The resurgence of unwanted negative thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 882-892.

Integrated Relationship Among Psychological Trait, Life Experience, and Subjective Well-being

Jaisun Koo **Uichol Kim**
Chungbuk University **Inha University**

This research investigated integrated relationship among internal psychological trait, life experience, and subjective well-being. For this purpose, the mediating role of life experience on the relationship between psychological trait and subjective well-being is examined. Psychological trait included five factors of personality, self-efficacy, and individualism-collectivism. Life experience included interpersonal relationship, finance, and health. A total of 231 Korean undergraduate students were participated in this study. The results are as follows. First, extraversion, conscientiousness, neuroticism, self-efficacy, and collectivism are important psychological traits of subjective well-being. Second, interpersonal relationship and finance are more important than health for the students' subjective well-being. Third, path analysis indicates that extraversion and self-efficacy are positively related with the relationship with friends, which increase their positive affects. However, conscientiousness and collectivism are positively related with the relationship with parents, which decrease their negative affects. These positive and negative affects are related with the global evaluation of one's life satisfaction. These results indicate that individual subjective well-being and happiness are related with internal psychological traits and this linkage is mediated by one's life experiences.

Key words : subjective well-being, happiness, top-down theory, bottom-up theory, personality, self-efficacy, individualism-collectivism, life-experience

원고접수 : 2006년 9월 14일
심사통과 : 2006년 10월 17일

부록 1. 정서척도의 요인부하량과 신뢰도계수

제1요인	요인부하량	문항-전체상관	제1요인	요인부하량	문항-전체상관
불쾌함	.544	.545	야속함	.601	.563
절망감	.667	.644	기슴아픔	.576	.555
고통스러움	.659	.634	소외감	.624	.618
답답함	.611	.620	무서움	.562	.544
슬픔	.567	.541	압박감	.527	.527
무기력	.582	.589	지겨움	.444	.458
안타까움	.619	.598	서운함	.518	.493
자책감	.620	.595	억울함	.584	.564
창피함	.578	.558	당황스러움	.484	.465
미안함/죄송함	.478	.467	구속감	.407	.390
외로움	.423	.439	걱정스러움	.525	.525
화가 남	.444	.430	암울함	.772	.757
좌절감	.699	.672	실망스러움	.755	.739
괴로움	.700	.668	패배감	.676	.641
막막함	.618	.619	서러움	.690	.660
서글픔	.697	.662	쉽쉽함	.578	.553
의욕상실	.619	.620	한심스러움	.669	.669
이쉬움	.514	.493	암담함	.741	.736
후회스러움	.594	.583			
부끄러움	.552	.541	설명변량 21.75 Cronbach's α = .97		
불신감	.427	.417			
불쌍함	.419	.403			
쓸쓸함	.556	.579			
짜증남	.514	.520			
불안함	.638	.637			
비참함	.660	.630			
속상함	.662	.651			
눈앞이 깜깜함	.654	.639			
우울함	.706	.704			
허무함	.677	.680			
자포자기심정	.658	.647			
원망스러움	.702	.673			
안쓰러움	.556	.531			
두려움	.649	.628			
참담함	.682	.643			
침울함	.665	.646			
허탈함	.721	.712			
망신스러움	.617	.582			
죄책감	.501	.476			

제2요인	요인부하량	문항-전체상관
기쁨	.604	.588
설렘	.508	.473
자신감	.478	.475
뿌듯함	.610	.584
해방감	.461	.447
존경스러움	.446	.430
부모님이 자랑스러움	.475	.458
사랑스러움	.630	.600
유대감	.595	.583
정	.471	.457
황홀함	.665	.635
유쾌함	.603	.576
가슴두근거림	.541	.508
성취감	.599	.581
흐뭇함	.640	.618
후련함	.547	.516
친구에게 고마움	.587	.558
신뢰감	.616	.599
친구가 자랑스러움	.628	.592
사랑받는 느낌	.573	.556
소속감	.535	.503
따뜻함	.607	.599
짜릿함	.619	.575
즐거움	.612	.585
가슴이 벅차오름	.665	.613
감격스러움	.676	.630
자신이 자랑스러움	.624	.604
홀가분함	.503	.475
안도감	.551	.525
든든함	.632	.604
사랑	.651	.625
신나고 재미있음	.587	.560
마음이 들뜸	.537	.496
편안함	.550	.542
믿음직함	.692	.682
포근함	.682	.669
신기함	.447	.403
평온함	.628	.616
대견스러움	.669	.650
자부심	.662	.639
기특함	.658	.629
만족스러움	.673	.651

부록 2. 생활경험 척도의 요인부하량과 신뢰도계수

	요인부하량	문항-전체상관
제1요인 : 친구와의 관계		
친구들과 즐거운 시간을 보내곤 한다	.840	.806
친구들과 진솔한 대화를 하곤 한다	.807	.728
친구들의 사랑과 관심을 받고 있다	.786	.776
친구들과 잘 지낸다	.778	.718
친구들과 함께하는 시간이 많다	.742	.629
친구들이 나를 이해해준다	.677	.596
설명변량 20.86 Cronbach's $\alpha = .89$		
제2요인 : 부모님과의 관계		
부모님은 나에게 위로와 격려를 해주신다	.817	.724
부모님은 나에게 관심이 많다	.773	.604
부모님은 나를 사랑 하신다	.773	.620
부모님은 나를 이해해주시다.	.686	.680
나는 부모님께 인정받고 있다	.603	.558
설명변량 16.78 Cronbach's $\alpha = .83$		
제3요인 : 경제적 여유		
필요한 만큼 돈이 있다	.832	.730
경제적으로 여유가 있다	.785	.644
원하는 물건을 소유할 수 있다	.728	.636
소득(용돈)은 꾸준히 늘어나고 있다	.719	.558
뜻밖의 수입을 얻곤 한다	.576	.392
설명변량 15.52 Cronbach's $\alpha = .80$		
제4요인 : 건강		
몸이 건강하다	.893	.832
건강에 이상 없다	.881	.741
병에 잘 걸리지 않는다	.802	.619
설명변량 12.60 Cronbach's $\alpha = .85$		