

## 경찰관 직무스트레스가 주관적 행복감에 미치는 영향: 성격강점의 조절효과를 중심으로\*

공 강 석<sup>†</sup>

경기지방경찰청

하 승 수

한양사이버대학교

본 연구는 경찰관의 직무스트레스와 주관적 행복감과의 관계에서 성격강점의 조절효과를 확인하는데 목적이 있다. 이를 위해 경찰청 소속 남녀 경찰관 100명을 대상으로, 직무스트레스, 주관적 행복감(긍정심리학 관점의 행복한 삶의 3가지 요소 '의미, 즐거움, 열정'), 성격강점을 측정하였고, 기술통계분석, 상관분석 및 위계적 회귀분석을 실시하였다. 결과는 직무스트레스와 주관적 행복감(총점)관계에서 겸손과 낙관성 강점이 조절효과를, 직무스트레스와 행복감(의미)관계에서 공정성, 직무스트레스와 행복감(즐거움)관계에서 시민정신, 직무스트레스와 행복감(즐거움)관계에서 진실성이 조절효과를 나타냄으로써 직무스트레스에 노출된 경관에게 성격강점을 활용하도록 했을 때 스트레스를 낮추고 행복감이 향상될 수 있음을 경험적으로 보여주었다. 이는 경관들이 성격강점을 적극적으로 인식하고 활용한다면 스트레스에 적절히 대처할 수 있을 뿐 아니라 개인의 행복감 향상에 기여할 수 있는 긍정 임상 심리학적 개입의 가능성을 시사한다. 마지막으로, 본 연구의 결과를 토대로 의의와 시사점을 논의하였으며, 아울러 제한점 및 향후 연구를 위한 고려사항을 제안하였다.

주요어 : 경관 직무스트레스, 주관적 행복감, 성격강점, 긍정심리

\* 본 논문은 제1저자의 석사학위논문(공강석, 2015) 일부를 수정보완 하였음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 공강석 / 경기지방경찰청 생활안전계 / 경기도 수원시 장안구 창룡대로 223 경기지방경찰청 현장강사연구실 / Tel : 031-888-2699 / E-mail : patpat3@naver.com

경찰관은 일반적으로 사람들이 접하기 어려운 사망 및 심각한 신체 훼손을 초래하는 사건을 자주 대하고(이옥정, 지영환, 2010), 인력 부족에 따른 교대제 근무의 어려움과 낯고 좁은 지역경찰관서등 근무환경의 열악성에 노출되어 있는데(이환범, 이수창, 신승부, 2008), 이로 인한 직무 스트레스는 경찰공무원 개인의 신체와 정신건강에 악영향을 주고, 부부간 결혼만족도를 떨어뜨려 이혼의도에도 영향을 미치는 등(우현주, 유계숙, 2013), 가정생활을 곤란하게 할뿐만 아니라 공적영역인 직무만족이나 조직몰입을 저하시켜(김구, 2005), 이직률에도 영향을 미친다고 보고된다(박성수, 2002). 이 같은 연구 결과들을 토대로 보면 경찰의 직무스트레스는 경관 개인의 육체적 정신적 건강과 행복감 그리고 업무적으로 조직의 결속과 업무효율에 악영향을 끼침에 따라, 치안의 불안 요소가 될 수 있다고 판단된다.

이에 본 연구자는 경찰의 스트레스 해소, 직무만족과 개인의 행복한 삶을 증진시키는 방안으로 긍정심리학의 메시지에 주목하였다. 요컨대 개인을 잘 나타내고 그의 개성을 보여주는 긍정적인 성격특징인 대표 강점을 발휘하며 사는 것이 진정한 행복이며(권석만, 2008), 긍정적 성품을 키우고 실천하는 것은 개인의 행복뿐만 아니라 사회 번영을 위해서도 중요하므로 가족, 학교, 직장, 지역사회를 비롯한 모든 사회적 조직은 구성원의 긍정적 성품과 역량을 키우고 발전시켜야한다(권석만, 2011). 즉 스트레스를 겪고 있는 경관이 긍정적 성격을 계발하여 삶 속에서 적용할 수 있다면 자신의 행복은 물론이요, 경찰의 직무를 수행하면서 보람과 만족을 누릴 수 있게 되므로 결국 대국민 치안서비스 향상을 기대할 수 있게 된다.

외향적이고 친화적인 성향에 정서적 안정성이 높은 경찰관일수록 직무스트레스가 낮다는 연구(오성희, 박영신, 지영환, 2010)는 경찰관 자아의 강점이 직무스트레스를 완화시키는 역할을 할 것으로 예상하게 하며, Padhy, Chelli와 Padiri(2015)는 경찰관의 심리적 웰빙과 낙관에 대한 연구에서 경찰의 웰빙 즉 행복이나 건강을 향상시키는 심리치료법으로 낙관성과 같은 심리적 요소를 제안하고 있고, 공군사관생도들의 성격강점과 행복, 성격강점과 생활적응과의 관계를 분석한 연구에서는 '낙관성'이나 '사랑' 이 생도들의 행복을 설명하는 강점으로 나타났다(김광은, 윤유경, 권석만, 하승수, 2010). 그 밖의 여러 나라의 성격강점에 대한 보편적 속성을 검증해 본 결과 친절성, 공정성, 진실성, 감사 등이 공통적 성향을 보인다고 보고된다(김광은 등, 2010).

상기 선행연구는 성격강점이 경관 개인과 경찰 조직에 미칠 수 있는 영향력을 시사하고 있으며 나아가 직무스트레스 해소, 행복감 향상을 위해 성격강점이 중재변인으로 투입된다면 의미 있는 역할을 할 것으로 예측케 한다. 따라서 본 연구자는 경관 직무스트레스를 독립변인으로 주관적 행복감을 종속변인으로 설정한 후, 성격강점을 중재변인으로 하여 조절효과를 살펴보기로 하였다. 이를 수행하기 위한 절차는 다음과 같다. 첫째, 경찰관의 성격강점과 주관적 행복감간의 상관관계를 살펴보고, 둘째, 직무 스트레스와 주관적 행복감 사이에서 성격강점의 조절효과를 탐색해 보고자 한다.

경찰관은 업무 특성상 야근이 잦고(문유석, 2010) 특히, 지구대 파출소 수사 형사업무를 맡고 있는 부서는 만성 인력 부족 문제를 호소하고 있는데 이는 업무량 증가와 관련되며,

아울러 범죄해결사(crime fighter)인 동시에 문제 해결사(problem solver)로서(경찰대학, 2012), 다양한 역할과 업무 수행을 요구받고 있지만 그것이 역할모호성의 원인이 되고 있다. 게다가 상명하복의 준 군대식 조직 체계(문유석, 2010)에서 부당한 업무지시나, 경력이 짧은 상급자의 무례하고 비인격적인 태도에도 적절한 대응이 곤란하여 스트레스로 이어지고 있다(우제태, 2007). 이처럼 근무환경의 열악함과 개인의 능력 발휘나 발언권이 제한되는 경직된 계급 문화는 조직 내 스트레스의 원인으로 지적된다.

이밖에도 전자총격기, 권총 등 신체를 해할 수 있는 경찰장구 및 무기류를 다루고 있는 점, 신체적 위협이 내재된 범인 검거, 범인 도주 방지를 위한 감시, 교통 및 경범죄 단속 실적과 경찰 활동의 홍보 실적에 대한 압박, 강도 높은 내부 사정활동, 언론과 여론의 악평, 주취자 및 민원인으로부터 욕설, 모욕과 피습 등은 특히 현장에서 깊이 체감할 수 있는 스트레스 요소라고 할 수 있다.

선행 연구들을 종합해보면 스트레스는 외부의 물리적 정서적 자극이나 영향에 따라 개인의 신체적 정서적으로 나타내는 반응으로써 제시된 사례들은 일선 경관들이 오래전부터 읍소해온 것들이지만 크게 개선되지 않고 있다. 그 이유는 첫째, 경찰관 스트레스의 심각성을 깨닫지 못하는 경찰 지휘부의 인식, 둘째, 따라서 이를 해소하겠다는 경찰 지휘부의 의지 부족이라고 하겠다. 이 같은 조직의 행태는 경찰 개인 삶의 행복뿐만 아니라 국민의 생명과 신체·재산을 보호하는(경찰법, 경찰관 직무집행법, 2014), 공적 영역에 악영향을 끼쳐, 대국민 치안 불안으로 이어지는 원인이 되고 있다고 판단된다. 본 연구에서는 경관

직무스트레스의 주된 요인으로 판단되는 조직 내 환경과 제도적 상황에 대하여 경관 개인의 성격강점을 조절변인으로 투입했을 경우 직무스트레스에 어떠한 영향을 보일 수 있을지 성격강점의 역할에 주목하려한다.

긍정심리학의 창시자 Seligman(2004: 권석만, 2008에서 재인용, 2004/2009, 2011/2011)은 행복이란 관점에 따라 다를 수밖에 없기 때문에 절대적 정의는 없다고 하면서 긍정 심리학 관점에서 행복한 삶의 조건 3가지를 제시하였다. 첫째, 즐거운 삶은 과거, 현재, 미래에 대해서 긍정적 감정을 느끼며 과거의 삶에 수용과 감사, 현재의 삶 속에서 적극적 참여와 몰입을, 미래의 삶에 대해서 도전의식과 낙관적 기대를 하면서 만족감, 즐거움, 희망감을 느끼며 살아가는 삶이라고 하였고, 둘째, 적극적인 삶은 자신이 추구하는 활동에 열정을 가지고 참여하고 몰입함으로써 성격적 강점과 잠재력을 발휘하며 자기실현을 이루는 삶이며, 진정한 행복은 자신의 강점들을 발견하여 일상에서 적극적으로 활용했을 때라고 하였다. 마지막으로, 의미 있는 삶은 우리의 삶과 행위에서 소중한 의미를 발견하고 부여할 수 있는 삶이라고 하면서 사람은 다른 사람과 사회를 위해 봉사하고 도울 때 큰 행복을 느낄 수 있으며, 사회적 환경 개선을 통해서 행복이 증진될 수 있다고 한다. 즉 즐거운 기분으로 자신의 일에 뜨겁게 몰입하며 삶의 의미를 발견했을 때 참된 행복을 누릴 수 있다는 것이다.

선행 연구에 따르면 직무스트레스의 다양한 요인에 둘러싸여 있는 경찰은 직무를 통해 행복감을 느끼기가 쉽지 않다. 주관적 행복감이란 함은 자기 선택과 주관에 영향을 받을 수밖에 없지만 이것이 개인의 삶뿐만 아니라 소속된 조직, 넓게는 세상을 향해 긍정적 영향

을 줄 수 있다고 한다면, 특히 경관 개인의 역할이 국민의 안녕과 국가 치안에 미칠 효과를 생각한다면 경찰관의 행복 문제는 국가와 사회가 관심을 가져야할 중대한 사안이 된다.

따라서 본 연구에서는 경찰 직무스트레스가 주관적 행복감에 미치는 영향과 거기에 중재 변인으로서 성격강점이 개입했을 때 행복감에 미치는 영향을 탐색하고자 한다.

표 1. 6개 핵심덕목과 24개 성격강점

---

<p><b>1. 지혜와 지식(wisdom &amp; knowledge) : 지식 습득, 활용하는 것과 관련 인지적 강점</b></p> <p>(1) 창의성(creativity) : 새롭고 생산적인 사고나 행동방식</p> <p>(2) 호기심(curiosity) : 모든 경험과 현상에 흥미 느끼는 능력</p> <p>(3) 개방성(open-mindedness) : 사물이나 현상을 철저하게 생각하고 검토하는 능력</p> <p>(4) 학구열(love of learning) : 새로운 기술, 지식을 배우고 숙달하려는 동기와 능력</p> <p>(5) 지혜(wisdom) : 현상을 전체적인 관점에서 생각하며, 현명한 조언이 가능한 능력</p>	<p><b>2. 자애(humanity) : 사람을 보살피고 친밀해지는 것과 관련된 대인 관계적 강점</b></p> <p>(6) 사랑(love) : 타인과의 친밀한 관계를 소중히 여기며 실천하는 능력</p> <p>(7) 친절성(kindness) : 선한행동을 하려는 동기와 실천력으로 타인을 보살피고 돕는 행동</p> <p>(8) 사회지능(social intelligence) : 자신과 타인의 동기와 감정, 행동의 적절성 잘 파악함</p>
<p><b>3. 용기(courage) : 내·외부적 난관에 부딪히더라도 원하는 목표를 성취하려는 의지</b></p> <p>(9) 용감성(bravery) : 위협, 난관, 고통을 극복하려는 능력과 신념에 따라 행동하는 능력</p> <p>(10) 끈기(persistence) : 난관에도 불구하고 시작한 일을 완수해내는 능력</p> <p>(11) 진실성(authenticity) : 거짓 없이 드러내고 행동이나 감정을 받아들이고 책임지는 것</p> <p>(12) 활력(vitality) : 활기와 에너지를 가지고 열정적으로 삶과 일에 임하는 태도</p>	<p><b>4. 절제(temperance) : 지나침과 극단적 독단에 매몰되지 않게 하는 중용적 강점</b></p> <p>(13) 용서(forgiveness) : 나쁜 일을 한 사람을 용서하고 다시 기회를 주는 능력</p> <p>(14) 겸손(modesty) : 자신의 성취나 성과에 대하여 과장된 허세를 부리지 않는 태도</p> <p>(15) 신중성(prudence) : 선택을 조심하고 불필요한 위험이나 후회할 일을 초래하지 않는 능력</p> <p>(16) 자기조절(self-regulation) : 다양한 감정·욕구·행동을 적절하게 조절하는 능력</p>
<p><b>5. 정의(justice) : 개인과 집단 간의 상호작용을 건강하게 하는 사회적 강점</b></p> <p>(17) 시민정신(citizenship) : 집단의 임무 역할에 부응하고 소속의 이익을 추구하려는 책임의식</p> <p>(18) 공정성(fairness) : 감정의 개입 없이 사람을 동등하게 대하고 공평한 기회를 주는 태도</p> <p>(19) 리더십(leadership) : 집단을 조직화하고 구성원 사기 높여 맡은 일을 해내도록 하는 능력</p>	<p><b>6. 초월(transcendence) : 현상에 의미부여, 우주와 연결성을 추구, 초월적 영적강점</b></p> <p>(20) 감상력(appreciation of beauty and excellence) : 삶의 아름다움, 뛰어난 수행을 인식 평가</p> <p>(21) 감사(gratitude) : 좋은 일을 인식하고 그에 대한 감사를 표하는 태도</p> <p>(22) 낙관성(optimism) : 최선을 예상하고 그것을 성취하기 위해 노력하는 태도</p> <p>(23) 유머감각(humor) : 웃고 장난치는 것을 좋아하며 다른 사람에게 웃음을 주는 능력</p> <p>(24) 영성(spirituality) : 인생의 궁극적 목적과 의미에 대하여 일관된 신념</p>

---

Seligman(2004: 권석만, 2008에서 재인용, 2004/2009, 2011/2011)은 개인이 지니는 대표 강점을 발휘하며 사는 것이 진정한 행복이라고 주장한다. 대표 강점은 개인을 잘 나타내고 그의 독특성 혹은 개성을 보여주는 긍정적인 성격특징을 뜻한다. 이러한 성격특징은 고대부터 내려 온 동양과 서양의 종교·철학에서 말하는 인간의 보편적 덕목들에서 그 뿌리를 찾을 수 있으며, Peterson과 Seligman(2004/2009)은 이러한 덕목에서 6개의 핵심덕목과 24개의 강점으로 구성된 VIA 분류체계를 추출해냈다. 표 1에서 내용을 제시했다.

성격강점의 개념 이해를 통해 성격강점을 계발하고 지속시켰을 때 삶의 행복감이 풍성해질 수 있다는 것을 예측할 수 있었는데 경찰관 성격강점 발견이야말로 그들이 처한 스트레스 환경을 극복하는데 도움이 될 것으로 판단된다. 본 연구에서는 직무스트레스와 주관적 행복감의 관계에서 성격강점의 조절효과를 검증하는 것이 중요한 축이다. 따라서 직무스트레스와 종속 변인의 관계에서 성격강점의 조절효과를 탐색해봄으로써 경관 대상의 성격강점 연구의 발판을 마련하고자 한다.

선행연구에 의하면 성격강점이 경관 개인과 경찰 조직에 미칠 수 있는 영향력을 시사하고

있으며, 직무스트레스 해소, 행복감 향상을 위해 성격강점이 중재변인으로서 의미 있는 역할을 할 것으로 예측케 한다. 이에 경관 직무스트레스를 독립변인으로 주관적 행복감을 종속변인으로 설정한 후, 성격강점을 중재변인으로 하여 조절효과를 살펴보기로 한다. 가설 모형은 그림 1과 같다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 전국 경찰관 남녀 128명을 대상으로 2013년 8월 13일부터 2014년 2월 22일까지 온라인상에 설문 전용방을 임시 개설한 후, 경찰청 소속 전 경찰관이 열람할 수 있는 경찰청 인터넷 홈페이지 ‘경찰가족 사랑방’ 게시판에 광고문을 게시하여 참여를 유도하는 방식으로 자료를 수집하였으며 설문 응답은 30 분가량 소요되었다. 회수된 설문지는 총 128 명분이었으나 완성되지 못한 28개를 제외하고 100개의 설문이 분석 자료로 사용되었으며 설문 응답자 분포 및 성격강점 평균과 표준편차는 표 2와 3에 제시했다.

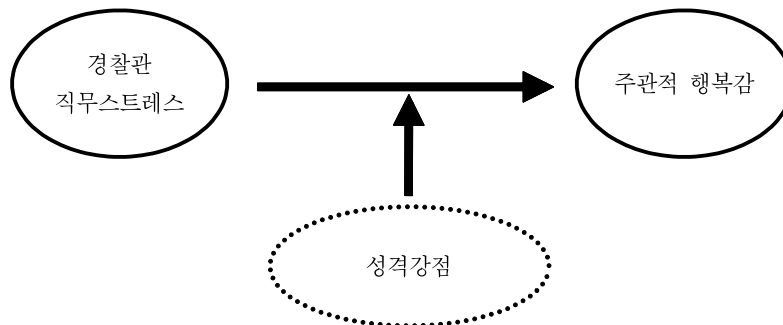


그림 1. 경찰관 스트레스와 주관적 행복감의 관계에서 성격강점의 조절효과

표 2. 설문 응답자 인구학적 분포

구분	응답자 분포		
	빈도(명)	비율(%)	
성별	남자	93	86.9
	여자	7	6.5
연령	20대	20	18.7
	30대	46	43.0
	40대	20	18.7
	50대이상	14	13.1
계급	순경	40	37.4
	경장	22	20.6
	경사	15	14.0
	경위	20	18.7
	경감	3	2.8
부서	경무기획	5	4.7
	경비	6	5.6
	교통	5	4.7
	생활안전	34	31.8
	수사형사	4	3.7
	정보보안외사	1	0.9
	지구대파출소	45	42.1
근무 지역	강원	2	1.9
	대구경북	4	3.7
	대전충남	3	2.8
	부산울산경남	5	4.7
	서울경기	81	75.7
	전북	3	2.8
	충북	2	1.9
근무 기간	5년 이하	46	43.0
	5년~10년	19	17.8
	10년~15년	7	6.5
	15년~20년	6	5.6
	20년~25년	9	8.4
25년 이상	13	12.1	
합계	100	100	

표 3. 성격강점 평균 및 표준편차

성격강점	경관(N=100)	
	평균(M)	표준편차(SD)
영성	2.07	.55
학구열	1.99	.57
창의성	1.84	.51
호기심	1.84	.50
리더십	1.84	.52
사회지능	1.79	.47
지혜	1.77	.47
용서	1.73	.45
신중성	1.72	.44
감상력	1.71	.51
자기조절	1.71	.47
개방성	1.70	.43
용감성	1.70	.51
시민정신	1.69	.50
활력	1.67	.54
유머	1.66	.54
끈기	1.62	.53
겸손	1.57	.52
친절성	1.55	.47
감사	1.50	.55
사랑	1.48	.50
공정성	1.45	.47
낙관성	1.45	.56
진실성	1.43	.55

측정도구

직무스트레스 척도

‘한국인 직무스트레스 측정도구의 개발 및 표준화’의 필요성에 따라 장세진 등(2005)이 개발한 척도로써 ① 물리환경, ② 직무요구, ③ 직무자율성결여, ④ 관계갈등, ⑤ 직무불안

정, ⑥ 조직체계, ⑦ 보상부적절, ⑧ 직장문화 등 총 8개 하위 영역에 43개 항목으로 구성되어 있으며 본 연구에서는 25개 항목을 선별하여 사용하였다. Likert형 4점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=그렇지 않다, 3=그렇다, 4=매우 그렇다)로 점수가 높을수록 스트레스 요인이 높은 문항이다. 반대로 점수가 높을수록 직무스트레스 요인이 낮은 문항으로 구성되어 있는데 이는 역채점하여 평가한다. 전체 신뢰도 계수 Cronbach's  $\alpha$ 값은 .91였다.

### 주관적 행복감 척도

Seligman(2004: 권석만, 2008에서 재인용, 2004/2009, 2011/2011)은 행복이라는 비교적 모호한 개념 보다 과학적으로 측정과 검증이 가능하고 다루기 쉬운 세 가지 구성요소로 분류하였는데, 즉 즐거운 삶, 열정적인 삶, 의미있는 삶이 포함된다. 권석만과 하승수(미발표)는 이 이론을 바탕으로 행복의 세 구성요소를 포괄적으로 측정할 수 있는 행복의 삼각형 척도를 개발하였다. 본 척도는 각 범주별로 7문항, 총 21문항이며, Likert형 5점 척도(0=전혀 그렇지 않다, 4=매우 그렇다)로 평가된다. 신뢰도 계수 Cronbach's  $\alpha$ 값은 각 범주별로 .67~.72이며, 전체 신뢰도 계수는 .87였다.

### 성격강점 척도

Peterson과 Seligman(2004/2009)은 VIA(Virtues in Action)분류체계에 따라 24개 성격강점을 평가하기 위해 자기보고형 검사인 VIA 강점척도(VIA-IS: Values in Action Inventory of Strengths)를 개발했다. 이를 토대로 국내에서도 VIA 분류체계를 토대로 성격강점검사 CST(Character Strengths Test)를 개발했다(김지영, 2011). 이는 24개의 하위범주에 각각 10문항으로 총 240개

문항으로 구성되며, Likert 4점 척도(0=전혀 아니다, 3=매우 그렇다)에 평가된다. 신뢰도 계수 Cronbach's  $\alpha$ 값은 각 범주별로 .81~.91이며, 전체 신뢰도계수는 .99였다.

### 자료분석

본 연구를 위해 수집된 자료는 IBM SPSS Statistics 20 통계프로그램을 사용하여 분석하였으며 방법은 다음과 같다. 첫째, 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감, 성격강점간의 관계를 확인하기 위해 Pearson 적률상관분석을 하였다. 둘째, 경찰관의 스트레스와 주관적 행복감의 관계에서 성격강점의 조절효과를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 하였다.

## 결 과

### 상관분석

#### 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감, 성격강점간의 상관분석

경찰관 직무스트레스와 주관적 행복, 성격강점간의 Pearson 적률상관분석 결과는 표 4와 같다. 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감 사이에서 유의미한 부적상관을( $r=-.30, p<.01$ ),

표 4. 직무스트레스, 주관적 행복감, 성격강점의 상관관계 (N=100)

	1	2	3
1. 직무스트레스	-		
2. 주관적 행복감	-.30**	-	
3. 성격강점	-.26**	.54**	-

\*\* $p<.01$

경찰관 직무스트레스와 성격강점에서 유의미한 부적상관( $r=-.26, p<.01$ )을 각각 나타냈고, 성격강점과 주관적 행복감은 유의미한 정적상관을 각각 나타냈다( $r=.54, p<.01$ ).

**성격강점 24개와 직무스트레스, 주관적 행**

**복감간의 상관분석**

성격강점 24개의 개별 강점과 직무스트레스, 주관적 행복감 3개 유형(즐거움, 열정, 의미)의 상관관계 결과는 표 5와 같다. 직무스트레스와 유의미한 부적상관을 나타낸 성격강점은 15개로 시민정신( $r=-.35, p<.01$ ), 활력

표 5. 성격강점 24개와 직무스트레스, 주관적 행복감의 상관관계 (N=100)

성격강점		직무 스트레스	주관적 행복감		
6개 상위덕목	24개 하위덕목		즐거움	열정	의미
지혜와 지식	창의성	-.19	.23*	.30**	.35**
	호기심	-.28**	.39**	.35**	.37**
	개방성	-.23*	.32**	.39**	.43**
	학구열	-.23*	.22*	.17	.23*
자애	지혜	-.29**	.42**	.36**	.39**
	사랑	-.15	.39**	.38**	.35**
	친절성	-.23*	.40**	.48**	.45**
용기	사회지능	-.29**	.49**	.50**	.48**
	용감성	-.18	.36**	.46**	.41**
	끈기	-.24*	.36**	.45**	.42**
	진실성	-.07	.34**	.43**	.38**
절제	활력	-.32**	.44**	.54**	.50**
	용서	-.21*	.32**	.45**	.37**
	겸손	-.13	.30**	.40**	.29**
	신중성	-.19*	.36**	.31**	.33**
정의	자기조절	-.27**	.37**	.44**	.41**
	시민정신	-.35**	.33**	.48**	.43**
	공정성	-.11	.38**	.46**	.42**
초월	리더십	-.31**	.42**	.50**	.52**
	감상력	-.12	.49**	.41**	.37**
	감사	-.17	.46**	.48**	.45**
	낙관성	-.22*	.37**	.46**	.46**
	유머	-.24*	.44**	.45**	.46**
	영성	-.07	.24*	.25*	.19

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



( $r=-.32, p<.01$ ), 리더십( $r=-.31, p<.01$ ), 지혜( $r=-.29, p<.01$ ), 사회지능( $r=-.29, p<.01$ ), 호기심( $r=-.28, p<.01$ ), 자기조절( $r=-.27, p<.01$ ), 끈기( $r=-.24, p<.05$ ), 유머( $r=-.24, p<.05$ ), 개방성( $r=-.23, p<.05$ ), 학구열( $r=-.23, p<.05$ ), 친절성( $r=-.23, p<.05$ ), 낙관성( $r=-.22, p<.05$ ), 용서( $r=-.21, p<.05$ ), 신중성( $r=-.19, p<.05$ )이었다. 주관적 행복감 3개 항목과 성격강점은 지혜와 지식덕목 '학구열'과 주관적 행복감 '열정', 초월덕목 '영성'과 주관적 행복감 '의미'를 제외한 전 항목에서 유의미한 정적상관을 보였다.

경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감 관계에서 성격강점의 조절효과 검증

경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(총점) 관계에서 '겸손'의 조절효과

경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(즐거움, 열정, 의미)관계에서 성격강점 '겸손'이 통계적으로 유의한 조절효과를 나타냈으며 결과는 표 6과 같다. 경찰관 스트레스와 주관적

행복감(총점) 사이에서 조절효과를 보인 '겸손' 강점의 위계적 회귀분석 단계 1에서는 예언변인인 직무스트레스 점수만을 투입하고, 단계 2에서 회귀모형은 성격강점인 겸손의 점수를 예언변인으로 추가하였고, 단계 3에서 회귀모형은 직무스트레스와 겸손 점수의 상호작용항을 구하여 투입하였다. 전 단계에서 종속변인은 주관적 행복감 점수다. 공차한계는 모두 0.1이상의 수치를 보이므로 다중공선성에는 문제가 없었다.

표 6의 단계 1의 회귀모형은 경찰관의 직무스트레스는 주관적 행복감 변량의 9.3%를 통계적으로 유의미하게 설명하고 있고, 단계 2 회귀모형은 주관적 행복감 변량의 20.3%를 통계적으로 유의미하게 설명하고, 새로 투입된 성격강점 '겸손'이 11%로 추가 설명하면서 통계적으로 유의미한 변화량을 나타냈다,  $\Delta R^2=.110, p<.001$ . 단계 3에서 회귀모형은 주관적 행복감 변량의 24.3%를 통계적으로 유의미하게 설명하였고, 직무스트레스와 겸손의 상호작용 변인이 투입되자 주관적 행복감의 4%

표 6. 직무스트레스와 주관적 행복감(총점)의 관계에서 겸손의 조절효과

예언변인	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
단계 1			.09		10.03**
직무스트레스	-.37	-.31**			
단계 2			.20	.11***	12.33***
직무스트레스	-.31	-.26**			
겸손	.33	.34***			
단계 3			.24	.04*	10.27***
직무스트레스(A)	-.26	-.22*			
겸손(B)	.32	.33***			
A×B	.40	.20*			

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

를 추가로 설명하면서 통계적으로 유의미한 변화량을 보였다,  $\Delta R^2=.040, p<.05$ . 따라서 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(총점) 관계에서 성격강점 '겸손'이 조절효과를 나타내는 것으로 검증되었다,  $\beta=.20, p<.05$ .

성격강점 '겸손' 조절효과에 대한 시각적 이해를 돕기 위해 직무스트레스 점수와 성격강점 겸손 점수 각각의 중앙값을 기준으로 위와 아래로 나누어진 각 집단들의 주관적 행복감 점수 평균을 구하여 그림 2를 제시하였다. 그림을 보면 첫째, 직무스트레스가 적게 노출될수록 주관적 행복감 점수가 높다는 것을 알 수 있고, 둘째, 겸손강점이 높은 경우, 낮았을 때 보다 주관적 행복감이 높게 나타나는 경향을 보였다. 셋째, 직무스트레스와 겸손의 상호작용에 의해 직무만족도가 영향을 받았다. 즉 직무스트레스가 주관적 행복감에 미치는 영향은 겸손의 수준에 따라 차이를 보였고, 겸손이 주관적 행복감에 미치는 영향도 직무스트레스의 높고 낮음에 따라 차이를 나타냈다. 덧붙이자면 겸손강점이 높을 경우, 직무스트레스의 수준에 큰 영향을 받지 않고 일정한 행복감을 유지할 수 있었던 반면, 겸손강점이 낮을 경우, 직무스트레스가 높을 때 행복

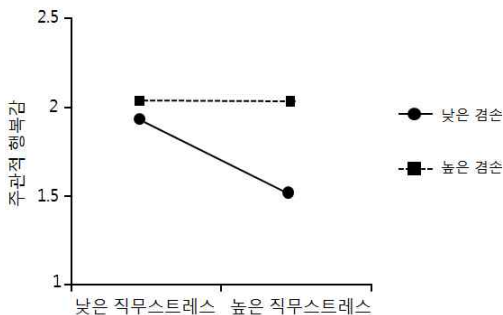


그림 2. 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(총점) 관계에서 겸손의 조절효과

감이 낮아지고 직무스트레스가 낮을 때 행복감이 상승하였다. 요컨대 겸손강점이 강하면 직무스트레스에 영향을 크게 받지 않고 행복감을 일정하게 유지할 수 있을 것으로 판단된다.

### 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(총점)관계에서 '낙관성'의 조절효과

경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(즐거움, 열정, 의미)관계에서 성격강점 '낙관성'이 통계적으로 유의한 조절효과를 나타냈으며 결과를 표 7을 통해 설명하였다. 경찰관 스트레스와 주관적 행복감 사이에서 조절효과를 보인 '낙관성'강점의 위계적 회귀분석 단계 1에서는 예언변인인 직무스트레스 점수만을 투입하고, 단계 2에서 회귀모형은 성격강점인 낙관성의 점수를 예언변인으로 추가하였고, 단계 3에서 회귀모형은 직무스트레스와 낙관성 점수의 상호작용항을 구하여 투입하였다. 전 단계에서 종속변인은 주관적 행복감 점수다. 공차한계는 모두 0.1이상의 수치를 보이므로 다중공선성에는 문제가 없었다.

표 7의 단계 1의 회귀모형은 경찰관의 직무스트레스는 주관적 행복감 변량의 9.3%를 통계적으로 유의미하게 설명하고 있고, 단계 2 회귀모형은 주관적 행복감 변량의 25.7%를 통계적으로 유의미하게 설명하고, 새로 투입된 성격강점 낙관성이 17.9%로 추가 설명하면서 통계적으로 유의미한 변화량을 나타냈다,  $\Delta R^2=.179, p<.001$ . 단계 3에서 회귀모형은 주관적 행복감 변량의 27.9%를 통계적으로 유의미하게 설명하였고, 직무스트레스와 낙관성의 상호작용 변인이 투입시키자 주관적 행복감 변량의 2.9%를 추가로 설명하면서 통계적으로 유의미한 변화량을 보였다,  $\Delta R^2=.029, p<.05$ .

표 7. 직무스트레스와 주관적 행복감(총점)의 관계에서 낙관성의 조절효과

예언변인	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
단계 1			.09		10.03**
직무스트레스	-.37	-.31**			
단계 2			.26	.18***	18.12***
직무스트레스	-.25	-.21*			
낙관성	.40	.43***			
단계 3			.28	.03*	13.76***
직무스트레스(A)	-.28	-.23**			
낙관성(B)	.40	.43***			
A×B	.32	.17*			

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

따라서 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감의 관계에서 성격강점 ‘낙관성’이 조절효과를 나타내는 것으로 검증되었다,  $\beta = .17, p < .05$ .

성격강점 ‘낙관성’의 조절효과에 대한 이해를 돕기 위해 그림 3을 제시하였으며 이를 간략히 설명하자면, 직무스트레스가 주관적 행복감에 미치는 영향은 낙관성의 수준에 따라 차이를 보였으며 낙관성이 주관적 행복감에 미치는 영향 역시 직무스트레스의 높고 낮음에 따라 차이를 나타냈다. 덧붙이자면 낙관성

강점이 높을 경우, 직무스트레스의 수준에 큰 영향을 받지 않고 일정한 행복감을 유지할 수 있었던 반면, 낙관성 강점이 낮을 경우, 직무스트레스가 높을 때 행복감이 낮아지고 직무스트레스가 낮을 때 행복감이 상승하였다. 요컨대 낙관성 강점이 강하면 직무스트레스에 영향을 크게 받지 않고 행복감을 일정하게 유지할 수 있을 것으로 판단된다.

### 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복(의미) 관계에서 ‘공정성’의 조절효과

경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(즐거움, 열정, 의미)관계에서 성격강점 ‘겸손과 낙관성’이 유의한 조절효과를 보였다. 이 외에 주관적 행복감의 하위항목인 ‘의미’와 성격강점의 ‘공정성’이 통계적으로 유의한 조절효과를 나타냈고 그 결과를 표 8에 담았다. 경찰관 스트레스와 주관적 행복감 ‘의미’ 사이에서 조절효과를 보인 ‘공정성’강점의 위계적 회귀분석 단계 1에서는 예언변인인 직무스트레스 점수만을 투입하고, 단계 2에서 회귀모형

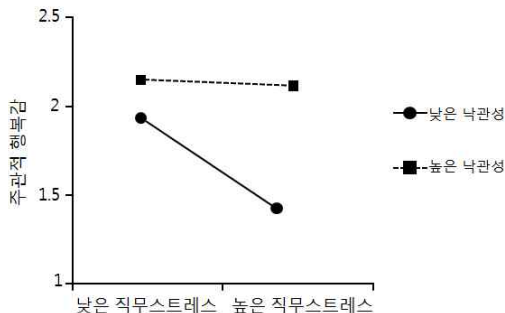


그림 3. 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(총점) 관계에서 낙관성의 조절효과

표 8. 직무스트레스와 주관적 행복감(의미)관계에서 공정성의 조절효과

예언변인	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
단계 1			.06		6.07*
직무스트레스	-.31	-.24*			
단계 2			.20	.16***	13.66***
직무스트레스	-.25	-.19*			
공정성	.47	.41***			
단계 3			.24	.04*	11.18***
직무스트레스(A)	-.23	-.18*			
공정성(B)	.45	.39***			
A×B	.48	.20*			

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

은 성격강점인 공정성의 점수를 예언변인으로 추가하였고, 단계 3에서 회귀모형은 직무스트레스와 공정성 점수의 상호작용항을 구하여 투입하였다. 전 단계에서 종속변인은 주관적 행복감 ‘의미’점수다. 공차한계는 모두 0.1이상의 수치를 보이므로 다중공선성에는 문제가 없었다.

표 8의 단계 1의 회귀모형은 경찰관의 직무스트레스는 주관적 행복감 의미 변량의 5.8%를 통계적으로 유의미하게 설명하고 있고, 단계 2회귀모형은 주관적 행복감 의미 변량의 20.4%를 통계적으로 유의미하게 설명하고, 새로 투입된 성격강점 공정성이 16.1%로 추가 설명하면서 통계적으로 유의미한 변화량을 나타냈다,  $\Delta R^2 = .161$ ,  $p < .001$ . 단계 3에서 회귀모형은 주관적 행복감 의미 변량의 23.6%를 통계적으로 유의미하게 설명하였고, 직무스트레스와 공정성의 상호작용 변인이 투입시키자 주관적 행복감 의미 변량의 3.9%를 추가로 설명하면서 통계적으로 유의미한 변화량을 보였다,  $\Delta R^2 = .039$ ,  $p < .05$ . 따라서 경찰관 직무스트

레스와 주관적 행복감 의미 관계에서 성격강점 ‘공정성’이 조절효과를 나타내는 것으로 검증되었다,  $\beta = .20$ ,  $p < .05$ .

성격강점 ‘공정성’의 조절효과에 대한 이해를 돕기 위해 그림 4를 제시하였으며 이를 간략히 설명하자면, 직무스트레스가 주관적 행복감 의미에 미치는 영향은 공정성의 수준에 따라 차이를 보였으며 공정성이 주관적 행복감 의미에 미치는 영향 또한 직무스트레스의 높고 낮음에 따라 차이를 나타냈다. 덧붙이자

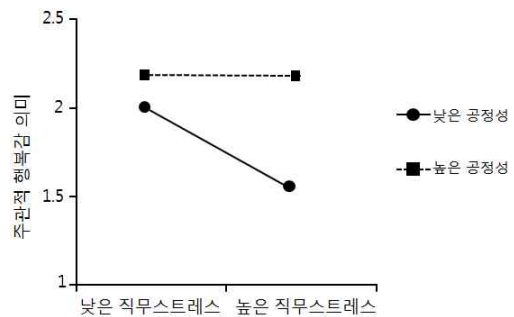


그림 4. 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(의미) 관계에서 공정성의 조절효과

면 공정성 강점이 높을 경우, 직무스트레스의 수준에 큰 영향을 받지 않고 행복감 의미를 일정하게 유지할 수 있었던 반면, 공정성 강점이 낮을 경우, 직무스트레스가 높을 때 행복감 의미가 낮아지고 직무스트레스가 낮을 때 행복감 의미가 상승하였다. 요컨대 공정성 강점이 강하면 직무스트레스 영향을 크게 받지 않고 행복감 의미를 일정하게 유지할 수 있을 것으로 판단된다.

### 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복(즐거움)에서 '시민정신'의 조절효과

경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감의 하위항목인 '즐거움'과 성격강점의 '시민정신'이 통계적으로 유의한 조절효과를 나타냈고 그 결과를 표 9에 담았다. 경찰관 스트레스와 주관적 행복감 '즐거움' 사이에서 조절효과를 보인 '시민정신' 강점의 위계적 회귀분석 단계 1에서는 예언변인인 직무스트레스 점수만을 투입하고, 단계 2에서 회귀모형은 성격강점인 시민정신의 점수를 예언변인으로 추가하였고,

단계 3에서 회귀모형은 직무스트레스와 시민정신 점수의 상호작용항을 구하여 투입하였다. 전 단계에서 종속변인은 주관적 행복감 '즐거움' 점수다. 공차한계는 모두 0.1이상의 수치를 보이므로 다중공선성에는 문제가 없었다.

표 9의 단계 1의 회귀모형은 경찰관의 직무스트레스는 주관적 행복감 즐거움 변량의 6.0%를 통계적으로 유의미하게 설명하고 있고, 단계 2회귀모형은 주관적 행복감 즐거움 변량의 13.2%를 통계적으로 유의미하게 설명하고, 새로 투입된 성격강점 시민정신이 7.2%로 추가 설명하면서 통계적으로 유의미한 변화량을 나타냈다,  $\Delta R^2 = .072, p < .01$ . 단계 3에서 회귀모형은 주관적 행복감 즐거움 변량의 16.7%를 통계적으로 유의미하게 설명하였고, 직무스트레스와 시민정신의 상호작용 변인을 투입시키자 주관적 행복감 즐거움 변량의 3.4%를 추가로 설명하면서 통계적으로 유의미한 변화량을 보였다,  $\Delta R^2 = .034, p < .05$ . 따라서 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감 즐거움 관계에서 성격강점 '시민정신'이 조절효과를

표 9. 직무스트레스와 주관적 행복(즐거움)관계에서 시민정신의 조절효과

예언변인	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
단계 1			.06		6.30*
직무스트레스	-.34	-.25*			
단계 2			.13	.07**	7.40***
직무스트레스	-.20	-.14			
시민정신	.34	.29**			
단계 3			.17	.03*	6.40***
직무스트레스(A)	-.24	-.17			
시민정신(B)	.28	.24*			
A×B	.48	.19*			

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

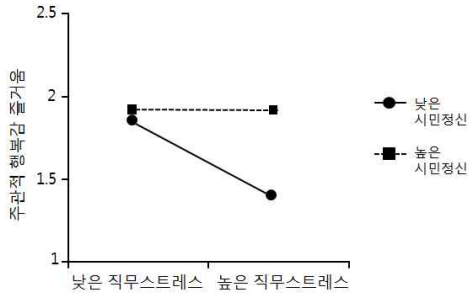


그림 5. 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(즐거움) 관계에서 시민정신의 조절효과

나타내는 것으로 검증되었다,  $\beta = .19, p < .05$ .

성격강점 ‘시민정신’의 조절효과에 대한 시각적 이해를 돕기 위해 그림 5를 제시하였으며 이를 간략히 설명하자면, 직무스트레스가 주관적 행복감(즐거움)에 미치는 영향은 시민정신의 수준에 따라 차이를 보였으며 시민정신이 주관적 행복감(즐거움)에 미치는 영향 또한 직무스트레스의 높고 낮음에 따라 차이를 나타냈다. 덧붙이자면 시민정신 강점이 높을 경우, 직무스트레스의 수준에 큰 영향을 받지 않고 행복감(즐거움)을 일정하게 유지할 수 있

었던 반면, 시민정신 강점이 낮을 경우, 직무스트레스가 높을 때 행복감(즐거움)이 낮아지고 직무스트레스가 낮을 때 행복감(즐거움)이 상승하였다. 요컨대 시민정신 강점이 강하면 직무스트레스 영향을 크게 받지 않고 행복감(즐거움)을 일정하게 유지할 수 있을 것으로 판단된다.

### 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복(즐거움)에서 ‘진실성’의 조절효과

경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감의 하위항목인 ‘즐거움’과 성격강점의 ‘진실성’이 통계적으로 유의한 조절효과를 나타냈고 결과는 표 10과 같다. 경찰관 스트레스와 주관적 행복감 ‘즐거움’ 사이에서 조절효과를 보인 ‘진실성’강점의 위계적 회귀분석 단계 1에서는 예언변인인 직무스트레스 점수만을 투입하고, 단계 2에서 회귀모형은 성격강점인 진실성의 점수를 예언변인으로 추가하였고, 단계 3에서 회귀모형은 직무스트레스와 진실성 점수의 상호작용항을 구하여 투입하였다. 전 단계에서

표 10. 직무스트레스와 주관적 행복(즐거움)관계에서 진실성의 조절효과

예언변인	B	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$	F
단계 1			.06		6.30*
직무스트레스	-.34	-.25*			
단계 2			.17	.11***	9.84***
직무스트레스	-.31	-.22*			
진실성	.35	.33***			
단계 3			.21	.04*	8.48***
직무스트레스(A)	-.99	-.71**			
진실성(B)	.36	.34***			
A×B	.47	.53*			

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

중속변인은 주관적 행복감 '즐거움'점수다. 공차한계는 모두 0.1이상의 수치를 보이므로 다중공선성에는 문제가 없었다.

표 10의 단계 1의 회귀모형은 경찰관의 직무스트레스는 주관적 행복감 즐거움 변량의 6.0%를 통계적으로 유의미하게 설명하고 있고, 단계 2회귀모형은 주관적 행복감 즐거움 변량의 16.9%를 통계적으로 유의미하게 설명하고, 새로 투입된 성격강점 진실성이 10.8%로 추가 설명하면서 통계적으로 유의미한 변화량을 나타냈다,  $\Delta R^2=.108, p<.001$ . 단계 3에서 회귀모형은 주관적 행복감 즐거움 변량의 21%를 통계적으로 유의미하게 설명하였고, 직무스트레스와 진실성의 상호작용 변인을 투입시키자 주관적 행복감 즐거움 변량의 4.1%를 추가로 설명하면서 통계적으로 유의미한 변화량을 보였다,  $\Delta R^2=.041, p<.05$ . 따라서 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감 즐거움 관계에서 성격강점 '진실성'이 조절효과를 나타내는 것으로 검증되었다,  $\beta=.53, p<.05$ .

성격강점 '진실성'의 조절효과에 대한 이해를 돕기 위해 그림 6을 제시하였으며 이를 간략히 설명하자면, 직무스트레스가 주관적 행복감 즐거움에 미치는 영향은 진실성의 수준에 따라 차이를 보였으며 진실성이 주관적 행

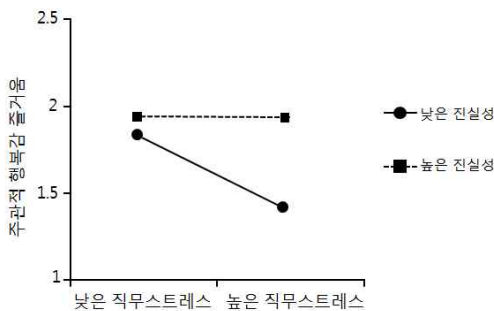


그림 6. 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감(즐거움) 관계에서 진실성의 조절효과

복감 즐거움에 미치는 영향 또한 직무스트레스의 높고 낮음에 따라 차이를 나타냈다. 덧붙이자면 진실성 강점이 높을 경우, 직무스트레스의 수준에 큰 영향을 받지 않고 행복감 즐거움을 일정하게 유지할 수 있었던 반면, 진실성 강점이 낮을 경우, 직무스트레스가 높을 때 행복감 즐거움이 낮아지고 직무스트레스가 낮을 때 행복감 즐거움이 상승하였다. 요컨대 진실성 강점이 강하면 직무스트레스 영향을 크게 받지 않고 행복감 즐거움을 일정하게 유지할 수 있을 것으로 판단된다.

## 논 의

본 연구는 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감 관계에서 성격강점의 조절효과를 확인하는 것이 목적이다. 이를 위해 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감 관계에서 성격강점의 조절효과를 탐색해 보았고 다음과 같은 결과를 얻었다.

첫째, 전체 변인들 간의 상관관계를 파악하기 위해 Pearson 적률상관분석을 실시하였더니 경찰관 직무스트레스는 주관적 행복감 그리고 성격강점과의 관계에서 각각 유의한 부적상관을 나타냈고, 성격강점은 주관적 행복감과의 관계에서 유의한 정적상관을 보여주었다. 나아가 주관적 행복감 3개 유형과 24개의 성격강점 개별 항목간의 상관관계를 살펴본 결과, 주관적 행복감 열정과 학구열 강점, 주관적 행복감 의미와 영성 강점을 제외하고 모두 유의한 정적상관을 보였다.

둘째, 경찰관 직무스트레스와 주관적 행복감과의 관계에서 성격강점의 조절효과를 보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 그 결과

겸손 및 낙관성이 유의한 조절효과를 나타냈고, 공정성은 주관적 행복감의 '의미' 유형과, 시민정신 및 진실성은 주관적 행복감의 '즐거움' 유형과 각각 유의한 조절효과를 보였다.

겸손강점을 지닌 자는 자신의 성취를 스스로 자랑하지 않고 세상의 주목에 개의치 않은 특징이 있고(Peterson & Seligman, 2004), 자신의 이득을 부당하게 취하지 않고 타인을 배려하며, 정서적 안녕감과 자기조절능력을 향상시키는 등 자기집착에서 자유로운 특성이 있기 때문에(권석만, 2008, 2011), 직무스트레스에 노출되었을지라도 자기조절능력을 통해 침착하게 원인 탐색을 하면서 정서적 안녕감을 회복할 수 있고, 결과적으로 스트레스를 적절히 통제하게 됨으로써 주관적 행복감 함양에 도움을 줄 것으로 기대할 수 있다. 이임정(2010)은 주관적 행복감이 업무 스트레스 경감에 미치는 영향을 탐색하였는데, 주관적 행복감에 대한 긍정적 인식과 삶에 대한 실천적 수용이 삶과 직장생활의 질을 향상시키는 결정적인 역할을 하는 인자라는 결론을 얻었다. 행복감에 대한 긍정적 인식과 삶에 대한 실천적 수용은 자신을 내려놓고 타인을 배려했을 때 나타나는, 즉 겸손강점의 특성으로서 본 선행연구는 행복감을 증진시키는 조절변인으로써 겸손 강점의 특성을 지지하고 있다고 판단되며, 따라서 겸손 강점을 가진 경찰관은 직무스트레스를 적절히 통제하며 자신의 행복감을 원만히 유지할 수 있을 것으로 해석된다.

긍정심리학자들의 연구결과에 따르면, 행복과 가장 밀접한 관련성을 지니는 요인은 낙관성이며, 낙관성을 지닌 자들은 미래의 긍정적인 결과를 기대하며 적극적으로 활기찬 삶을 살기 때문에 긍정적인 결과를 만들어 내며(권석만, 2011), 이와 같은 특성은 불안감과 우울

감을 감소시킨다고 한다(권석만, 2008). Scheier와 Carver(1992)는 미래에 대해 긍정적인 기대를 가진 사람은 심각하게 건강을 위협하는 상황에서도 역경을 이겨내려고 노력한다고 하였고, Lopez(2008)는 낙관성을 정서지능의 한 요소로 보면서 신체적 스트레스의 영향에서 기분이나 사회적지지 등과 같은 완충장치를 발달시킬 수 있다고 보았으며, Cheavens, Feldman, Gum, Michael과 Snyder(2006)는 낙관성 축진이 긍정정서와 삶의 만족을 증진시킨다고 하였다.

계속해서 고교생은 즐겁고 의미 있는 삶을 통해 더 나은 미래를 기대한다고 하며(김미선 등, 2013), 낙관성이 있는 대학생은 주관적 행복과 삶의 만족도와 유의미한 상관(임영진, 2010), 유치원 교사는 교사효능감, 직무만족도가 높다고 하며(황해익, 최혜진, 김미진, 2012), 김광은 등(2010)은 공군사관생도들의 내무생활 및 애착을 설명해 주는 성격 강점이 낙관성이라는 사실을 검증했다. 이는 직무스트레스에 노출된 경찰관에게 낙관성이 조절변인으로 작용했을 때, 행복감 향상에 영향을 미칠 수 있다는 본 연구 결과를 지지하는 것으로 보인데, 낙관성 강점을 지닌 경찰관은 직무스트레스에 노출되더라도 희망적이고 긍정적인 면을 바라보며 대처함으로써 행복감을 유지할 수 있으리라 판단된다.

자신만을 위한 이기적인 삶 보다는 더 큰 무언가를 위해 공헌한다는 인식, 즉 삶의 의미를 부여하고 행하는 것은 행복의 요소 중 하나다(권석만, 2008). 법을 집행하는 경찰은 공직자의 가치로서 공정성이 따르는데 이러한 자세로 누군가를 돕고 헌신하는 일은 의로운 행위로 칭송되며(백종현, 2009), 나아가 공정성은 긍정적 상호작용을 통해서 사람들에게 공정성과 배려의 행동을 하게 한다고 한다



(Peterson & Seligman, 2004/2009). 따라서 직무스트레스에 노출된 경관이 공정한 법집행을 통해 의미를 찾는다면 행복한 삶을 영위할 수 있을 것으로 예측할 수 있다(Tabibnia, Sarpture & Lieberman, 2008).

시민정신이 강한 사람은 소속 집단에 애착과 충성심을 갖고 집단의 번영을 위해 최선을 다하며 개인과 사회 모두가 발전하면 개인의 행복이 향상될 수 있다(권석만, 2011). 경찰은 국가에 대한 충성과 국민에 대한 봉사가 요구되는 직업이다(경찰공무원복무규정, 2014). 즉 경관 자신의 역할과 임무를 충분히 이해하고 이를 직무 내지는 삶 속에서 실천해 나간다면 그것으로 즐거움을 느낄 수 있으며 행복 추구의 한 방법이 될 수 있다. 따라서 직무스트레스에 노출되더라도 애착과 충성심을 바탕으로 한 시민정신이 발휘되면 즐거움을 향유할 수 있을 것으로 예측된다.

진실성은 타인을 속이거나 스스로 위선적으로 왜곡하지 않으려는 바르고 솔직한 모습이며, 이러한 진실성은 타인에게 신뢰감을 주기 때문에 인간관계의 핵심 기반이 되며 진실한 자신을 의식하는 과정에서 내면의 성숙과 행복도 누릴 수 있다(권석만, 2011). 즉 사건현장에서 동료에게, 법을 집행하면서 시민 앞에 진실한 태도로 대한다면 직장과 관할 지역에서 신뢰감을 얻을 수 있고 이는 자신감과 활력으로 이어지면서 일터와 개인의 삶 속에서 즐거움을 누릴 수 있게 된다. 따라서 직무스트레스의 영향 아래 있더라도 신뢰감이 바탕이 된 진실성이 개입되면 즐거움을 느낄 수 있을 것으로 예측된다.

Peterson(2006: 권석만, 2011에서 재인용)이 제시한 성격강점의 원형모델(circumplex model)에 따르면 진실성, 공정성과 시민정신은 서로

인접해 있으며 인지적이며 타인 지향적인 성향이 있는 강점으로 분류할 수 있다. 따라서 위 강점들을 인식하고 꾸준히 계발해 나간다면 합리적이고 공정하게 법을 집행하고, 시민의 도움 요청에 친절하고 진실한 모습으로 다가가는 경관의 모습을 기대하게 한다. 게다가 그 과정에서 삶의 의미를 찾고 보람과 즐거움을 느낀다면 직무에서든 개인의 삶속에서든 열정적으로 임하는 자신을 발견할 수 있을 것이다. 결국 스트레스를 줄이는 것도, 행복감을 향상시키는 것도 자신의 성격강점을 얼마나 잘 이해하고 활용하느냐에 달렸다고 볼 수 있겠다.

본 연구의 시사점은 첫째, 경찰관 성격강점이 직무스트레스와 주관적 행복감 관계에서 겸손과 낙관성이, 직무스트레스와 주관적 행복감 의미 관계에서 공정성, 직무스트레스와 주관적 행복감 즐거움 관계에서 시민정신, 직무스트레스와 주관적 행복감 즐거움 관계에서 진실성이 조절효과를 나타냈다. 이는 성격강점의 적극적인 인식과 실천이 스트레스를 낮추고 삶의 질을 높일 수 있음을 추론케 한다. 따라서 경관 스스로 성격강점을 인식하고 계발해 나간다면 스트레스에 대한 적절한 대처뿐만 아니라 경찰관으로서 보람과 자부심, 나아가 행복감 증진에 기여할 수 있음을 시사한다.

둘째, 본 연구에서 낙관성, 겸손, 공정성, 시민정신, 진실성과 같은 성격강점이 조절효과를 나타내는 것으로 입증된 만큼 긍정심리학의 임상적 가능성을 보여주고 있다. 따라서 경찰관의 심신 건강을 위해 경찰 조직의 적극적인 개입이 요구된다(Padhy 등, 2015). 즉 이미 마련된 경찰교육원의 감성계발센터와 제천경찰수련원등에 긍정심리학적 임상 프로그램

이 커리큘럼으로 편성되어 활용된다면, 특히 행복증진프로그램(이문희, 이영순, 2013; 임영진, 2010) 및 강점을 활용한 개입법과 글쓰기 개입법(하승수, 권석만, 2011, 하승수, 2012) 등과 연계하여 경찰 실정에 맞게 연구·적용한다면 경관 스트레스 관리 및 삶의 질 향상에 도움을 줄 수 있을 뿐만 아니라 전문 분야로써 경관 대상의 긍정심리학 영역의 폭이 확대될 수 있음을 시사한다.

셋째, 경찰관 채용시험에 합격한 교육생을 대상으로 성격강점 검사를 하고 그 결과를 제시한다면 교육기간 동안 교육생은 자신의 성격강점을 인식하여 활용할 수 있는 기회가 제공되며, 경찰교육기관에서는 교육생의 강점 계발을 위한 지원책 마련의 근거로 삼을 수 있게 된다. 이는 경찰 교육기관의 신입 경관 인성 함양을 위한 제도로 활용될 수 있음을 시사한다.

아울러 본 연구는 경찰관 성격강점 계발의 시발점이 되었다고 본다. 경찰관의 직무만족도와 관련하여 많은 연구가 있어왔으나 긍정심리학 관점에서 경찰관의 주관적 행복감이나 성격강점에 대한 논의는 불모지와 같았다. 그런 점에서 본 연구의 의미를 찾을 수 있다. 또 하나 본 연구에서 직무스트레스와 주관적 행복감 관계에서 겸손과 낙관성이, 직무스트레스와 주관적 행복감 의미 관계에서 공정성, 직무스트레스와 주관적 행복감 즐거움 관계에서 시민정신, 직무스트레스와 주관적 행복감 즐거움 관계에서 진실성이 조절효과를 보였다. 이는 경찰관이 스트레스 상황을 조절하고 주관적 행복감 향상에 영향을 줄 수 있는 강점이 무엇인지 경관 심리상담 치료를 위한 기초적인 자료를 제공한다는 점에서 의의가 있다.

다음으로 본 연구의 제한점 및 후속 연구를

위해 몇 가지 제언을 하고자 한다. 첫째, 경찰관 성격강점의 다양한 측면을 탐색하기 위해서 성별, 나이, 계급, 학력 등 인구통계학적 검증 및 일반인의 성격강점과의 차이 검증이 요구된다. 둘째, 본 연구는 인터넷 설문을 통한 자기보고식 측정에 따라 수집된 것이며 공개 게시판에 게재된 요청문에 따라 자발적인 의사로 참여하였기에 비교적 응답자의 성실한 답변이 기대된다. 그러나 연구 결과의 신뢰성을 담보하기 위해 후속연구에서는 배부된 질문지에 직접 작성하는 방법 등, 다양한 시도가 필요하겠다. 마지막으로 본 연구의 대상자들은 전국 단위의 경찰관이었다. 그러나 표본수가 적고, 응답자들이 특정 계급에 그치고 있으며 일부 지방경찰청은 포함되어있지 않기 때문에 본 연구 결과를 전체 경찰관으로 일반화하는데 한계가 있다. 향후 연구에서는 전 경찰관서의 구성원이 고루 반영될 수 있는 방법이 강구되어야겠다.

## 참고문헌

- 경찰대학 (2012). 경찰정체성에 대한 재조명: 경찰은 언제, 무엇을 해야 하는가. 서울: (주) 대한P&D.
- 권석만 (2008). 긍정심리학: 행복의 과학적 탐구. 서울: 학지사.
- 권석만 (2011). 인간의 긍정적 성품: 긍정 심리학의 관점. 서울: 학지사.
- 김광은, 윤유경, 권석만, 하승수 (2010). 긍정심리학적 관점에서 본 사관생도의 성격적 강점과 행복 및 생활적응과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(1), 233-248.

- 김 구 (2005). 경찰공무원의 직무스트레스요인이 직무만족과 조직몰입에 미치는 영향: 치안센터 민원담당관을 중심으로. 한국사회와 행정연구: 16(3), 59-87.
- 김미선, 박성희, 김진영 (2013). 청소년의 성격강점과 행복추구경향 간의 관계: 중학생과 고등학생의 비교를 중심으로. 한국심리치료학회지: 5(1), 53-71.
- 김지영 (2011). 성격강점이 긍정적 정신건강에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위논문.
- 문유석 (2010). 경찰관 직무스트레스 수준과 영향요인. 지방정부연구, 14(4), 41-60.
- 박성수 (2002). 경찰공무원의 스트레스가 이직에 미치는 영향에 관한 연구. 한국공안행정학회보, 13, 99-135.
- 백종현 (2009). 도덕철학의 문제와 칸트의 이상주의. 백종현 (저). 실천이성비판 (pp. 335-336). 서울: 아카넷.
- 오성희, 박영신, 지영환 (2010). 경찰의 직무스트레스 해소 프로그램 관계 변인분석. 한국민간경비학회보, 15, 201-223.
- 우제태 (2007). 일선경찰의 직무스트레스와 직무만족의 관계에 관한 실증분석. 한국공안행정학회보, 16(2), 144-169.
- 우현주, 유계숙 (2013). 스트레스에 대한 부부 공동대처가 결혼만족도와 이혼의도에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 18(2), 51-71.
- 이문희, 이영순 (2013). 성격 강점에 기반한 행복증진 프로그램이 고등학생의 주관적 안녕감, 탄력성 및 대인관계에 미치는 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 25(4), 813-831.
- 이옥정, 지영환 (2010). 경찰의 직무스트레스 해소 프로그램 적용을 위한 외근 경찰관의 외상후 스트레스장애(PTSD) 증상 분석. 한국경찰학회보, 26, 173-203.
- 이임정 (2010). 주관적 행복감이 업무 스트레스의 경감에 미치는 영향에 관한 연구. 아시아연구, 13(1), 251-290.
- 이환범, 이수창, 신승부 (2008). 일선 순찰경찰관의 직무만족 제고에 관한 연구. 한국지역혁신논집, 3(1), 85-104.
- 임영진 (2010). 성격 강점과 긍정 심리치료가 행복에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위논문.
- 장세진, 고상백, 강동목, 김성아, 강명근, 이철갑, 정진주, 조정진, 손미아, 채창호, 김정원, 김정일, 김형수, 노상철, 박재범, 우종민, 김수영, 김정연, 하미나, 박정선, 이경용, 김형렬, 공정옥, 김인아, 김정수, 박준호, 현숙정, 손동국 (2005). 한국인 직무스트레스 측정도구의 개발 및 표준화. 대한산업의학회지, 17(4), 297-317.
- 하승수 (2012). 청소년의 성격강점과 기질이 정신건강에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위논문.
- 하승수, 권석만 (2011). 표현적 글쓰기가 특정 공포증상에 미치는 영향: 한국과 미국의 대학생 집단을 대상으로. 한국심리학회지: 임상, 30(2), 359-380.
- 황해익, 최혜진, 김미진 (2012). 유치원 교사의 낙관주의와 교사효능감, 직무만족도 연구. 어린이 문학교육 연구, 13(2), 167-192.
- Cheavens, J. S., Feldman, D. B., Gum, A., Michael, S. T., & Snyder, C. R. (2006). Hope therapy in a community sample: A pilot investigation. *Social Indicators Research*, 77, 61-78.
- Lopez, S. J. (2008). *Positive Psychology: Exploring the*

- Best in People, Four Volumes.* 『인간의 강점발견하기: 긍정 심리학 · 인간의 최고 상태에 대한 탐구 1』 (권석만, 정지현 옮김). 서울: 학지사, 2011.(원전은 2008년 출판)
- Padhy, M., Chelli, K., & Padiri, R. A. (2015). Optimism and Psychological Well-Being of Police Officers With Different Work Experience. *SAGE Open*, 5(2). doi: 10.1177/2158244015580852.
- Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*, New York: Oxford University Press.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification* 『긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류』.(문용린, 김인자, 원현주, 백수현, 안선영 옮김). 서울: 한국심리상담연구소, 2009.(원전은 2004년 출판)
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of Optimism on Psychological and Physical Well-Being: Theoretical Overview and Empirical Update. *Cognitive Therapy and Research*, 16(2), 201-228.
- Seligman, M. E. P. (2004). *AUTHENTIC HAPPINESS: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment* 『긍정심리학』.(김인자 옮김). 안양: 물푸레, 2009.(원전은 2004년 출판)
- Seligman, M. E. P. (2011). *FLOURISH: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being* 『플로리시』.(우문식, 윤상운 옮김). 안양: 물푸레, 2011.(원전은 2011년 출판)
- Tabibnia, G., Satpute, A. B., & Lieberman, M. D. (2008). The sunny side of fairness. *Psychological Science*, 19(4), 339-347.
- 경찰법. 법률 제12601호, 일부개정 2014년 5월 20일.
- 경찰관직무집행법. 법률 제12600호, 일부개정 2014년 5월 20일.
- 경찰공무원복무규정. 대통령령 제25751호, 타법개정 2014년 11월 19일.
- 원고접수일 : 2015. 12. 22.  
수정원고접수일 : 2016. 01. 03.  
게재결정일 : 2016. 01. 05.

**The influence of police officers' job stress  
on subjective happiness:  
moderation effect of character strengths**

**Gang-Seok Gong**

Gyeonggi Provincial Police Agency

**Seung-Soo Ha**

Hanyang Cyber University

The purposes of this study were to explore moderating effects of the character strengths of police officers on the relation between job stress and subjective happiness. Job stress, subjective happiness, and the character strengths of 100 officers in the Korean national police agency were measured, and descriptive statistical analysis, correlation analysis, and hierarchical regression analysis were performed. This study verified moderating effects of character strengths: Modesty and optimism on the relation between job stress and subjective happiness, fairness on the relation between job stress and subjective happiness (meaningful life), and citizenship and authenticity on the relation between job stress and subjective happiness (pleasant life). These results indicate that the character strengths can lower stress, and improve subjective happiness. Showing moderating effects on some character strengths means that police officers cope with job stress and improve subjective happiness if they understand and practice the strengths appropriately. Finally, this study discussed implications based on the results, and proposed future research.

*Key words* : *police officers' stress, subjective happiness, character strengths, positive psychology*