한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2018. Vol. 23, No. 3, 657 - 675

강점의 군집유형에 따른 행복과 우울의 차이

김 지 영†
서울사이버대학교 상담심리학과 교수

이 연구에서는 성격강점이 자연발생적으로 어떠한 군집을 형성하는지 한국 성인을 대상으로 탐색하고, 분류된 군집에 따른 행복과 우울의 차이 및 인구사회학적 변인의 특성을 분석하였다. 군집분석을 통해 만 20세 이상 827명의 참여자를 5개 집단으로 구분하였다. 의지적 강점이 뛰어난 '의지집단'은 삶의 만족도와 행복 점수가 가장 높고 우울 점수가 가장 낮았으며, 다른 집단보다 연령이 유의하게 높았다. 반면 절제 및 정의 관련 강점이 뛰어난 '사회집단'은 삶의 만족도와 행복 점수가 가장 낮고 우울 점수가 유의하게 높았으며, 남성과 기혼, 무교, 전일제 근무자 비율이 가장 많았다. 지식 관련 강점이 뛰어난 '지성집단'은 우울 점수가 가장 높았으며, 연령이 어리고 미혼과 학생 비율이 가장 많았다. 대인관계적 강점이 뛰어난 '관계집단'은 행복 점수가 유의하게 낮았으며, 여성과 시간제 근무자 비율이 가장 많았다. 초월적 강점이 뛰어난 '초월집단'은 삶의 만족도, 행복, 우울에서 평균 수준을 보였으며, 연령이 가장 높고 기독교와 전업주부 비율이 가장 많았다. 이 연구는 성격강점의 자연발생적인 군집을 경험적으로 확인했다는 점에서 의의가 있으며, 성인의 심리적 건강 증진 개입에 유용한 기초자료가 될 수 있을 것이다. 마지막으로 이 연구의 한계점과 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어: 성격강점, 군집분석, 행복, 우울

† 교신저자(Corresponding author) : 김지영, (01133) 서울 강북구 솔매로 49길 60 서울사이버대학교 상담심리학과 교수, Tel: 02-944-5036, E-mail: morrie@iscu.ac.kr

www.kci.go.kr

인간의 강점은 건강에 대한 능동적이고 적극적인 접근과 관련하여 활발히 연구되고 있는 주제라 할 수 있다. 건강은 단순히 질병과 고통이 부재한 상태가 아니다. 세계보건기구(World Health Organization, 2004)에 따르면, 건강은 '개인이 자신의 능력을 실현시키며 정상적인 생활 스트레스에 대처할 수 있고 생산적이고 효과적으로 일할 수 있으며 자신이 속한 지역 사회에 기여할 수 있는 안녕 상태(state of well-being)'이다. 이러한 맥락에서 강점이 개인의 안녕에 기여하는 기본 요소로서 주목받고 있다(Lopez & Snyder, 2003).

Peterson과 Seligman(2004)에 따르면, 성격강점(character strengths)은 대부분의 상황에서 안정되게 나타나는 긍정 특질에서의 개인차로 정의된다. 개인차라는 측면에서 강점은 유무가 아닌, 정도의 차이로 기술되며(Park & Peterson, 2009), 개인의 생각, 정서 및 행동을 통해 드러난다. 성격강점은 지혜, 용기, 인간애, 정의, 절제, 초월의 6개 보편적 덕목(virtue)을 구성한다. 덕목은 시간에 걸쳐 발달하며, 관련 성격강점들을 일상적으로 발휘하고 적합한 행동들을 규칙적으로 반복함으로써 형성된다(Sadler-Smith, 2012).

인간의 강점에 관한 VIA 분류체계(Values-in-Action Classification)가 Peterson과 Seligman(2004)에 의해 구축된 이후로, 강점을 중심으로 한 다양한 연구들이 진행되어 왔다. 54개국의 성인을 대상으로 성격강점의 양상을 조사한 연구(Park, Peterson, & Seligman, 2006)에서, 24개 성격강점 순위점수의 국가 간 상관이 모두 통계적으로 유의하고 상관계수도 매우 높은 것으로 나타났다(ρ =.73~.99). 따라서 국가에 따른 문화, 종교, 경제적 수준 등이 상이하더라도 성격강점 양상이 전반적으로 유사하다는 점이 시사되었다. 이 연구의 54개 대상국 중에 우리나라는 포함되지 않았다.

75개국의 성격강점 양상을 분석한 후속 연구(McGrath, 2014)에서도 국가 간 강점의 유사성이 재입증되었다. 75개국 성인의 상위 5개 강점은 진실성, 공정성, 친절성, 개방성, 호기심이었으며, 하위 5개 강점은 자기조절, 겸손, 신중성, 영성, 활력이었다. 영성은 인도네시아, 케냐, 파키스탄에서 상위 5개 강점으로 나타나, 영성이 상기 국가에서는 핵심적인 강점이라는 점이 시사되었다. 미국의 강점 프로파일은 동아시아에 비해 유럽과의 상관이 유의미하게 더 높은 것으로 나타나, 국가 간 강점의 유사성은 문화권에 따라 정도의 차이가 있을 것으로 생각되었다. 또한 순위점수 표준편차가 가장 큰 강점은 학구열이었는데, 14개국에서 상위 5개 강점에 속한 반면 7개국에서는 하위 5개 강점에 속하는 것으로 밝혀졌다. 학구열이 상위 강점에 속했던 14개국 가운데 9개국은 IMF가 분류한 경제 선진국에 해당된 한편, 하위 강점에 속한 7개국 중에서는 경제선진국에 해당되는 국가가 하나도 없었다. 이로 미루어볼 때, 학구열은 국가별 산업화 수준의 영향을 받는 것으로 추측되었다. 이 연구의 분석 자료에 따르면, 우리나라 성인의 상위 5개 강점은 진실성, 사랑, 공정성, 개방성, 지혜이었고, 하위 5개 강점은 겸손, 용감성, 자기조절, 용서, 영성이었다. 참고로 북한 성인의 상위 5개 강점은 사랑, 진실성, 심미안, 공정성, 감사였으며, 하위 5개 강점은 우리나라와 정확히 일치하였다. 물론 이 연구의 결과는 연구 참여자의 중복응답 가능성 또는 소속국가의 정확성을 확인하기 어렵다는 점과 타언어를 사용하는 참여자가 영어척도에 응답할 때의 오류를 배제할 수 없다

www.kci.go.kr

는 점 등의 문제로 인해, 자료를 신뢰롭게 해석하는 데 명백한 한계가 있다. 따라서 국가별 성격강점 양상은 다른 경험적 연구에 의해 검증될 필요가 있다.

한국 성격강점 연구는 대부분 대학생 집단에 집중되어 있다. 서울 소재 대학교 676명을 대상으로 한 연구에서 상위 5개 강점은 사랑, 낙관성, 친절성, 감사, 유머감각이었으며, 하위 5개 강점은 리더십, 자기조절, 용감성, 학구열, 영성으로 나타났다(김지영, 2011). 또 다른 연구에서 한국 대학생 집단의 성격강점은 서구 문화권인 미국 대학생 집단(ρ=.56)보다 아시아 문화권인 일본 대학생 집단(ρ=.75)과 더 유사한 양상을 보였다(임영진, 2010).

성격강점은 많은 연구를 통해 행복과의 밀접한 관련성이 입증되어 왔다. 성격강점과 삶의 만족도 간의 관계를 분석한 연구(Park, Peterson, & Seligman, 2004a)에서 낙관성과 활력, 사랑, 감사, 호기심은 삶의 만족도와 매우 높은 상관관계를 보였으며, 24개 성격강점은 모두 독립적으로 삶의 만족도를 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 행복을 즐거움, 몰입, 의미의 세 요소로 구성하여 분석한 연구(Peterson, Ruch, Beermann, Park, & Seligman, 2007)에서 행복의 세 요소는 24개 성격강점과 모두 정적 상관을 보였다. 특히 즐거움과 가장 높은 상관을 보인 강점은 유머였고 몰입은 활력과 호기심, 끈기였으며 의미는 영성과 가장 밀접한 관련성을 보였다.

미국과 일본의 대학생을 대상으로 성격강점과 주관적 행복의 관계를 분석한 연구(Shimai, Otoke, Park, Peterson, & Seligman, 2006)에서도 활력과 낙관성, 호기심, 감사가 주관적 행복과 밀접히 관련되었다. 한국 대학생의 삶의 만족도 역시 낙관성, 감사, 활력, 사랑과 높은 상관관계를 보였다(임영진, 2010). 한국 청소년을 대상으로 한 연구(김지영, 2016)에서는 24개 성격강점이 청소년의 주관적 행복과 모두 유의한 정적 상관을 보였으며, 회귀분석 결과 낙관성이 행복에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 미국 청소년을 대상으로 한 연구(Park & Peterson, 2006)에서도 청소년의 삶의 만족도는 낙관성과 사랑, 감사, 활력과 밀접히 관련되었다. 또한 낙관성과 활력, 리더십은 낮은 내재화 문제와 높은 상관을 보였고 끈기와 진실성, 신중성, 사랑은 낮은 외현화 문제와 유의한 상관을 보였다.

성격강점과 행복 외 다른 변인들과의 관계도 확인되고 있다. 미국 청소년의 학교 성적은 끈기, 진실성과 유의한 상관을 보였다(Park & Peterson, 2006). 이는 한국 대학생 연구에서도 입증된 바, 성적이 높은 대학생 집단은 낮은 집단에 비해 끈기, 자기조절, 개방성이 매우 높은 것으로 나타났다(김지영, 2014). 성격강점의 영향을 종단적으로 연구한 자료에서는 고등학생의 친절성과 시민의식이 1년 후 우울증상의 감소를 예측하였고 사랑은 삶의 만족도 증가를 예측하는 것으로 입증되었다(Gilham et al., 2011). 강점과 신체건강과의 관계를 조사한 연구에서 자기보고된 신체적 건강지수는 활력과 낙관성, 끈기, 자기조절, 유머와 높은 상관을 보였으며, 건강행동은 자기조절과 활력, 친절성, 진실성, 사랑, 정서지능과 높은 상관이 관찰되었다(Proyer, Gander, Wellenzohn, & Ruch, 2013a).

성격강점의 개입 효과를 검증한 연구들도 속속 진행되었다. 성격강점 함양에 초점을 둔 긍정심리

www.kci.go.kr

치료를 우울한 대학생 집단을 대상으로 실시한 연구(Seligman, Rashid, & Parks, 2006)에서 처치 집단은 통제집단에 비해 우울증상이 현저히 감소하고 삶의 만족도는 유의하게 증가되었으며 그 효과가 1년 후까지 지속되는 것으로 나타났다. 12세에서 14세의 학생들을 대상으로 강점 함양 프로그램을 교과과정으로 구성하여 시행한 결과, 통제집단에 비해 삶의 만족도가 유의하게 증가한 것으로 보고된 연구도 있었다(Proctor et al., 2011).

성격강점 중에서도 특히 개인의 독특성을 잘 반영할 뿐만 아니라 정체감에 가장 핵심적인 강점을 대표강점(signature strengths)이라 칭한다(Seligman, 2002). Peterson과 Seligman(2004)은 개인의 대표강점을 확인하여 일상생활 속에서 활용함으로써 행복이 증진된다고 주장하였다. Seligman, Steen, Park와 Peterson(2005)이 대표강점 활용을 포함한 다양한 긍정심리학적 개입들을 처치하여 그 효과를 비교한 결과, 대표강점을 일주일간 매일 활용한 집단은 처치 6개월 후에도 행복의 증가와 우울증상의 감소가 유의하게 지속되는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 우울측정치 상에서 우울증상이 있는 것으로 보고된 참여자들을 대상으로 한 연구에서도 반복 검증되었다(Mongrain & Anselmo-Matthews, 2012).

인간의 강점은 생애 발달적 관점에서 연구될 필요가 있다. 가령 특정 강점이 특정 생애 단계의 발달적 과업에 기여할 경우 해당 연령대의 주관적 안녕과 높은 상관을 보일 수 있다. 이를 밝히기 위해 Isaacowitz, Vaillant, Seligman(2003)은 청년(18-25세), 중년(36-59세), 노년(60세 이상) 집단의 강점 및 삶의 만족도와의 관계를 분석하였다. 그 결과, 청년 집단은 창의성과 심미안의 점수가 높고 삶의 만족을 예측하는 유의한 변인이 낙관성으로 나타나, 청년기에는 세상을 탐색하는 데 집중하며 좌절과 실패에도 탐험을 지속케 하는 낙관성의 이점이 큰 것으로 보였다. 중년 집단은 친절성과 시민의식의 점수가 높고 삶의 만족을 예측하는 유의한 변인이 사랑으로 나타나, 중년기에는 생산성과 관련된 팀워크와 관계에 집중하며 친밀한 관계로부터 이득을 얻는 것으로 보였다. 대부분의 성격강점은 삶의 만족도와 밀접한 관련성을 보였는데, 예외적으로 중년 집단에서는 자기조절, 사랑, 낙관성만이 삶의 만족도와 유의한 상관이 관찰되었다. 이에 중년기에는 성인이 일과 가정생활 등으로 인한 시간적 제약 때문에 강점을 활용하여 유익을 얻을 수 있는 기회가 부족한 시기인 것으로 시사되었다. 마지막으로 노년 집단은 자기조절과 영성의 점수가 높고 삶의 만족을 예측하는 유의한 변인이 낙관성, 시민의식, 사랑으로 나타났다. 노년기에는 자기조절을 잘 하고 삶의 의미에 집중하며 다른 연령대에 비해 많은 강점 사용으로부터 유익을 얻을 기회가 더 많은 것으로 보였다.

특히 총인구 중에서 노년 인구가 차지하는 비율이 급속히 증가하는 고령화 사회에서는 성공적 노화에 대한 관심이 증가하고 있다. 오랫동안 성공적 노화는 장애나 질병이 없는 신체적 건강으로 정의되어 왔다(Depp, Glatt, & Jeste, 2007). 최근에 이르러 주관적 안녕과 같은 심리적 요인이 성공적 노화 모델에 통합되어야 한다는 주장이 대두되고 있다(Young, Frick, & Phelan, 2009). 선행 연구들에 따르면, 초월 덕목과 관련된 강점이 성공적인 노화에 있어 중요한 역할을 하는 것으

www.kci.go.kr

로 입증되었다. 가령 유머는 노년기 삶의 만족도에 중요한 역할을 하는 것으로 밝혀졌고(Ruch, Proyer, & Weber, 2010), 낙관성과 사후세계에 대한 강한 믿음은 죽음에 대한 공포 감소와 관련되었으며(Krause, Pargament, & Ironson, 2016), 신께 더 많은 감사를 하는 노인일수록 스트레스의 악영향이 감소되었다(Krause, 2006). Ardelt, Landes, Gerlach, Fox(2013)의 연구에서, 노년기 영성은 4년 후 삶의 만족도와 밀접히 관련되었으며, 성공적 노화에 있어 내적 강점이 외부 환경보다 더 중요한 것으로 나타났다.

중년(45-65세)과 노년(66-94세) 집단을 대상으로 성격강점 양상을 분석한 연구(Margelisch, 2017)에서는 연령이 증가할수록 강점과 주관적 안녕 간의 관계도 증가하는 것으로 나타나, 여러 제약들로부터 자유로운 노인들이 강점을 적용할 기회가 더 많고 이로부터 더 많은 이득을 얻는 것으로 보였다. 낙관성과 활력은 두 집단 모두에서 주관적 안녕과 가장 높은 상관을 보인 한편, 영성은 노년 집단에서만 유의한 상관이 관찰되었다. 이러한 결과는 노년기에 신체적 건강이 전반적으로 감소됨에도 불구하고 영성과 관련된 심리적 적응을 통해 심리적 안녕이 유지될 수 있음을 시사해주는 것이었다.

연령뿐만 아니라 성별에 따른 성격강점의 차이가 메타분석을 활용한 연구에서 검증되었다(Heintz, Kramm, & Ruch, 2017). 분석 결과, 여성의 사랑, 친절성, 심미안, 감사 점수가 남성보다 높았으나 효과크기는 매우 작아서, 성별에 따른 차이점보다는 유사점이 더 많은 것으로 보였다. 이에 성별 유사성 가설이 긍정 특질에서도 지지된다는 점이 확인되었다.

이상과 같이, 성격강점은 행복과 최적기능의 발휘라는 적극적 의미의 건강에 기여하는 핵심 요소로서 활발히 연구되고 있으며 관련 연구는 건강 증진을 위한 기초자료로서의 가치가 크다고 하겠다. 그러나 한국 강점 연구는 20대 초중반의 대학생에 주로 한정되어 있고 중노년을 대상으로 한 연구가 부재하다는 점에서, 이들을 포함한 한국 성인 집단의 강점 양상을 경험적으로 입증할 필요가 있다. 또한 강점의 순위점수 산출에 근거한 대표강점은 개인의 정체성과 개성을 반영하며 국가별 대표강점은 해당 국가나 문화권의 고유한 덕목과 가치를 드러낸다는 점에서, 순위점수를 사용한 강점 분석이 중요하다고 볼 수 있다. 하지만 단순히 강점의 순위점수에 근거해서 상위권 강점과 하위권 강점을 밝히거나 행복과의 관련성이 높은 강점을 확인하는 것으로는 강점의 전체적인 윤곽을 그리기엔 부족하다. 개별 강점 중심으로만 분석하게 되면, 고유한 강점 프로파일을 가진 개인들의 특징을 놓칠 수 있기 때문이다. 이에 이 연구에서는 한국 성인 집단의 대표적인 강점 프로파일 유형을 탐색하기 위해, 강점들의 조합에 의해 자연발생적으로 형성된 군집을 확인하고 군집에 따른 행복과 우울 및 인구통계학적 변인의 차이를 비교할 것이다. 강점의 순위점수를 적용한 군집분석을 통해 한국 성인의 강점 프로파일에 따른 집단 유형을 확인하고 분류할 수 있을 것이다. 또한 집단 유형에 따른 행복과 우울을 비교함으로써, 한국 성인 집단에서 어떠한 강점 조합이 정신건강에 유용한지를 밝히는 중요한 기초자료가 될 것이다.

www.kci.go.kr

방 법

참여자

이 연구의 참여자는 서울 소재 온라인 대학교에서 심리학 관련 수업을 듣는 학생들로서, 연구에 자발적으로 동의한 경우에만 참여할 수 있었다. 연구참여자들은 온라인 설문조사 완료 후, 개인의 대표강점 결과지를 제공받았다. 전체 참여자 834명 중에서 무응답 또는 불성실한 응답으로 판단되는 자료를 제외하고 최종적으로 827명의 자료가 분석에 사용되었다. 참여자들의 연령범위는 20세에서 71세이고 평균연령은 40.1세(표준편차=10.6)이었다. 20대는 169명(20.4%), 30대는 196명(23.7%), 40대는 298명(36.0%), 50대는 134명(16.2%), 60대 이상은 19명(2.3%)이었다. 참여자들 중 남성은 305명(36.9%), 여성은 515명(62.3%)이었다.

측정도구

성격강점검사(Character Strengths Test: CST). 개인의 긍정적 성품과 강점을 측정하기 위해 권석만, 유성진, 임영진, 김지영(2010)이 개발하고 표준화한 자기보고형 검사로서, Peterson과 Seligman(2004)이 제시한 VIA 분류체계(Values in Action Classification of Character Strengths and Virtues)에 따라 6개의 덕목과 24개의 강점으로 구성되어 있다. 구체적으로 지혜 및 지식 덕목에는 창의성, 호기심, 개방성, 학구열, 지혜가 포함되며, 인간애 덕목에는 사랑, 친절성, 정서지능, 용기 덕목에는 용감성, 끈기, 진실성, 활력, 절제 덕목에는 용서, 겸손, 신중성, 자기조절, 정의 덕목에는 시민의식, 공정성, 리더십, 초월 덕목에는 심미안, 감사, 낙관성, 유머, 영성이 포함된다. 24개의 성격강점 척도는 각 10개 문항으로 측정되고, 참여자에 의해 Likert형 4점 척도(0=전혀 아니다, 3=매우 그렇다)로 평정된다. 24개 하위척도의 점수 범위는 모두 0~30점이며, 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도 계수는 .67~.88이다. 이 연구에서 내적 합치도 계수는 .83~.92이었다.

삶의 만족도 척도(Satisfaction with Life Scale: SWLS). 전반적인 삶에 대한 만족 정도를 측정하기 위해 널리 사용되는 척도로서 Diener, Emmons, Larsen, Griffin(1985)이 개발하였다. 총 5문항으로 Likert형 7점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다)로 평정된다. 이 연구에서는 조명한과 차경호(1998)가 번안한 척도를 사용하였으며, 내적 합치도 계수는 .89이었다.

한국판 CES-D(Center for Epidemiological Studies-Depression Scale: CES-D). Radloff (1977)가 우울을 측정하기 위해 개발한 척도이다. 총 20문항으로 Likert형 4점 척도(0=극히 드물게, 3=거의 대부분)로 평정된다. 이 연구에서는 전겸구, 최상진, 양병창(2001)이 번안한 한국판 CES-D를 사용하였으며, 내적 합치도 계수는 .94이었다.

행복 삼각형 척도. 즐거움과 몰입, 의미를 행복의 3요소로 제안한 Seligman의 주장에 근거하여, 세 요소를 포함한 행복의 수준을 측정할 수 있도록 개발된 척도(권석만, 김지영, 2011)이다. 각 요

www.kci.go.kr

소별 7문항씩 총 21문항으로 Likert형 5점 척도(0=전혀 그렇지 않다, 4=매우 그렇다)로 평정된다. 이 연구에서 내적 합치도 계수는 .93이었다.

자료분석

수집된 자료는 SPSS 24.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 먼저 개인내 24개 성격강점의 순위점수(ipsative score)를 생성한 뒤, 6개 덕목의 표준화점수를 산출하였다. 다음으로 6개 덕목(지식, 인간애, 용기, 절제, 정의, 초월)의 조합에 따라 자연발생적으로 형성되는 동질적인 하위집단을 분류하기 위해 군집분석(cluster analysis)을 실시하였다. Hair와 Black(2000)이 제안한 2단계 군집분석에 따라, 계층적 군집분석인 Ward법과 비계층적 K-평균 군집분석을 차례대로 사용하였다. 마지막으로 군집에 따른 삶의 만족도와 행복, 우울의 차이를 분석하기 위해 다변량분석을 실시하였고, 각 군집별 인구사회학적 양상을 비교하기 위해 교차분석과 일원변량분석을 실시하였다.

결 과

덕목에 따른 군집분석

지식, 인간애, 용기, 절제, 정의, 초월의 6개 덕목 표준화점수를 군집변인으로 투입하여 2단계 군집분석을 실시하였다. 첫 번째 계층적 군집분석(Ward's method, Squared Euclidean distances)의 군집화 일정표(agglomeration schedule)에서 계수의 변화를 살펴본 결과, 4~6개 군집이 제안되었다. 이 중 군집의 수가 5개일 때 군집별 사례수가 적절하고 군집의 개념적 특성 및 해석적 의미가 극대화되므로, 5개 군집을 최적 군집 수로 판단하였다. 두 번째 단계에서 군집변인들의 각 군집별 평균점수를 초기 중심점으로 투입하여 K-평균 군집분석을 실시한 뒤, 참여자들을 해당 군집에 최종 분류하였다. 그 결과 군집 1은 152명(18.4%),

표 1. 군집별 덕목 수준의 차이검증

	군집 1 (n=152)	군집 2 (n=151)	군집 3 (n=178)	군집 4 (n=194)	군집 5 (n=152)	F(4, 822)	사후분석
지식	-.23 (.74)	-.08 (.73)	-.64 (.55)	-.29 (.73)	1.44 (.74)	209.43***	군집 5>2, 1, 4>3
인간애	-.68 (.75)	-.12 (.81)	1.14 (.49)	-.44 (.76)	.04 (.95)	146.76***	군집 3>5, 2>4>1
용기	-.58 (.75)	1.10 (.57)	-.54 (.76)	.43 (.79)	-.42 (.86)	153.42***	군집 2>4>5, 3, 1
절제	.52 (.61)	-.55 (.68)	-.03 (.82)	.85 (.73)	-1.02 (.73)	183.93***	군집 4>1>3>2>5
정의	-.22 (.80)	-.48 (.85)	.45 (.78)	.75 (.76)	-.79 (.84)	109.58***	군집 4>3>1, 2>5
초월	.83 (.69)	.13 (.83)	.05 (.81)	-1.04 (.54)	.31 (.94)	141.42***	군집 1>5, 2, 3>4

주. ***p<.001.

www.kci.go.kr

군집 2는 151명(18.3%), 군집 3은 178명(21.5%), 군집 4는 194명(23.4%), 군집 5는 152명(18.4%)으로 구성되었다.

군집별 덕목 양상을 구체적으로 살펴보고 적절한 군집명을 결정하기 위해 다변량분석(MANOVA)을 실시하였다. 분석 결과, 5개 집단에 따른 종속측정치에서 통계적으로 유의한 차이가 관찰되었다, Wilk's λ=.07, F(4, 822)=158.34, p< .001. 후속된 일원분산분석(ANOVA)과 Scheffé를 적용한 사후검증(post-doc test) 결과는 표 1에 제시하였다. 군집 1은 초월 덕목이 다른 집단 및 평균점수보다 높고 인간애 덕목이 낮은 특성을 보였다. 군집 1의 초월적 강점을 반영하여 '초월집단'으로 명명하였다. 군집 2는 용기 덕목이 다른 집단 및 평균점수보다 매우 높은 특성을 보였다. 군집 2의 의지적 강점을 반영하여 '의지집단'으로 명명하였다. 군집 3은 인간애 덕목이 다른 집단 및 평균점수보다 매우 높고 지식 덕목이 낮은 특성을 보였다. 군집 3의 대인관계적 강점을 반영하여 '관계집단'으로 명명하였다. 군집 4는 절제와 정의 덕목이

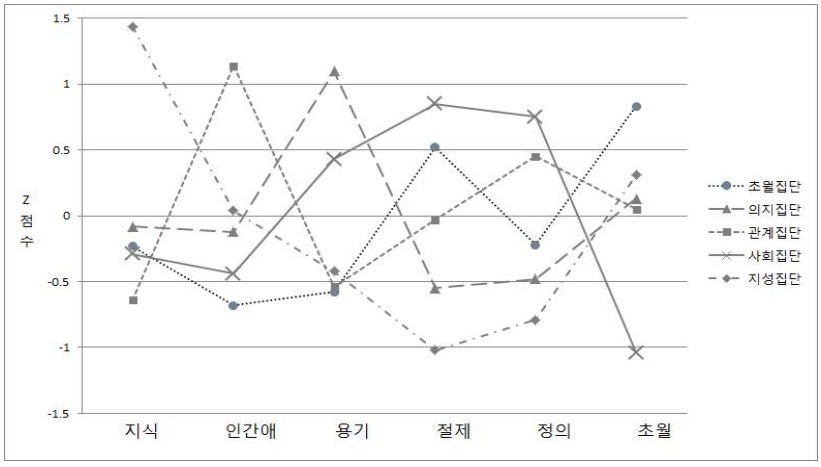

그림 1. 군집 프로파일

표 2. 군집별 삶의 만족도, 행복 및 우울 수준의 차이검증

	초월집단 (n=152)	의지집단 (n=151)	관계집단 (n=178)	사회집단 (n=194)	지성집단 (n=152)	F(4, 822)	사후분석
삶의 만족	.07 (.96)	.16 (.92)	.04 (.94)	-.25 (1.05)	.03 (1.05)	4.49**	군집 2>4
행복	.00 (.91)	.28 (.87)	-.07 (1.06)	-.20 (1.02)	.05 (1.03)	5.49***	군집 2>4, 3
우울	.00 (1.02)	-.27 (.86)	.02 (.98)	.07 (.98)	.15 (1.08)	4.00**	군집 5, 4>2

주. 군집1=초월집단, 군집2=의지집단, 군집3=관계집단, 군집4=사회집단, 군집5=지성집단.
**p<.01, ***p<.001.

www.kci.go.kr

다른 집단 및 평균점수보다 높고 초월 덕목이 매우 낮은 특성을 보였다. 군집 4의 사회 관련 강점을 반영하여 '사회집단'으로 명명하였다.

군집 5는 지식 덕목이 다른 집단 및 평균점수보다 매우 높고 절제와 정의덕목이 낮은 특성을 보였다. 군집 5의 지성 관련 강점을 반영하여 '지성집단'으로 명명하였다. 군집별 덕목 수준에 따른 형태를 그림 1에 제시하였다.

군집에 따른 심리적 건강의 차이분석

5개 군집이 삶의 만족도, 행복, 우울점수로 구성된 심리적 건강지표에서 어떠한 차이를 보이는지 분석하기 위해 MANOVA를 실시하였다. 공분산 행렬에 대한 Box의 동일성 가정이 충족되지 않은 바, $F(24, 1734640)=1.85$, $p<.01$, 분석모형의 유의성을 Pillai's Trace 값을 통해 검증하였다. 그 결과 5개 군집에 따라 심리적 건강에 유의한 차이가 관찰되었다, Pillai's Trace=.06, $F(12, 2466)=4.2$, $p<.001$. 후속된 일원분산분석(ANOVA)과 Scheffé를 적용한 사후검증(post-doc test) 결과는 표 2에 제시하였다. 5개 군집별 삶의 만족도에서 유의한 차이가 나타났는데, 의지집단이 사회집단에 비해 유의하게 높은 삶의 만족도 점수를 보였다. 행복 수준에서도 군집별 유의한 차이가 관찰되었는데, 의지집단이 사회집단과 관계집단보다 유의하게 높은 행복 점수를 보였다. 군집별 우울 수준에서 유의한 차이가 관찰된 바, 지성집단과 사회집단이 의지집단에 비해 유의하게 높은 우울 점수를 보였다(그림 2 참고).

군집에 따른 인구사회학적 변인의 차이

5개 군집이 연령, 성별, 결혼, 종교, 직업 등의 인구사회학적 변인에서 어떠한 양상을 보이는지 탐색하기 위해 ANOVA 및 교차분석을 실시하고 그 결과를 표 3에 제시하였다. 연령의 경우 집단에 따른 연령 차이가 유의하였으며, 사후검증 결과 초월집단과 의지집단의 연령 수준이 관계집단과 지성집단보다 유의하게 높은 것으로 나타났다. 성별의 경우 집단에 따른 유의한 차이가 관찰되었는데, 남성이 가장 많은 집단은 사회집단이었으며 여성이 가장 많은 집단은 관계집단이었다. 결혼의 경우 집단에 따른 유의한 차이가 나타났는데, 미혼이 가장 많은 집단은 지성집단, 기혼이 가장 많은 집단은 사회집단이었다. 종교의 경우 집

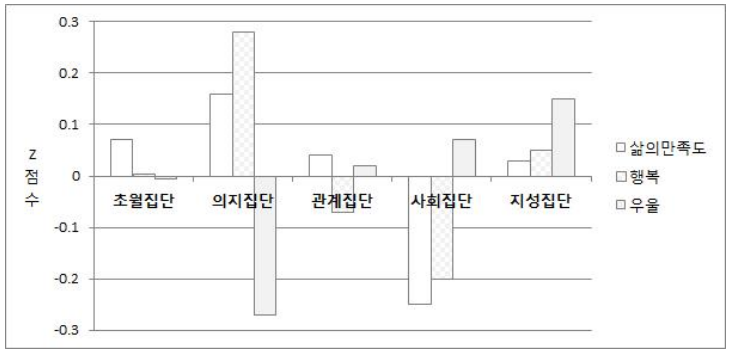

그림 2. 군집별 심리적 건강 수준

www.kci.go.kr

표 3. 군집별 인구사회학적 변인의 차이검증

		초월집단 (n=152)	의지집단 (n=151)	관계집단 (n=178)	사회집단 (n=194)	지성집단 (n=152)	전체	통계치
연령		42.51[a] (10.21)[b]	42.37 (10.72)	38.28 (10.01)	41.35 (10.00)	35.91 (10.92)	40.09 (10.62)	F =11.98***
성별	남	45(14.8%)	52(17.0%)	59(19.3%)	91(29.8%)	58(19.0%)	305(100%)	X^2 =12.63*
	여	104(20.2%)	98(19.0%)	118(22.9%)	103(20.0%)	92(17.9%)	515(100%)	
결혼	미혼	38(13.8%)	35(12.7%)	59(21.5%)	61(22.2%)	82(29.8%)	275(100%)	X^2 = 47.78***
	기혼	105(20.9%)	106(21.1%)	112(22.3%)	117(23.3%)	62(12.4%)	502(100%)	
	기타	7(15.6%)	9(20.0%)	6(13.3%)	16(35.5%)	7(15.6%)	45(100%)	
종교	무교	29(8.7%)	53(15.9%)	79(23.7%)	107(32.1%)	65(19.5%)	333(100%)	X^2 = 94.35***
	기독교	82(32.7%)	51(20.3%)	45(17.9%)	31(12.4%)	42(16.7%)	251(100%)	
	천주교	23(20.7%)	28(25.2%)	22(19.8%)	17(15.3%)	21(18.9%)	111(100%)	
	불교	9(9.3%)	14(14.4%)	26(26.8%)	33(34.0%)	15(15.5%)	97(100%)	
직업	학생	13(16.7%)	9(11.5%)	18(23.1%)	13(16.7%)	25(32.1%)	78(100%)	X^2 = 46.58***
	주부	27(36.0%)	7(9.3%)	22(29.3%)	13(17.3%)	6(8.0%)	75(100%)	
	시간제	10(14.3%)	14(20.0%)	20(28.6%)	14(20.0%)	12(17.1%)	70(100%)	
	전일제	57(16.9%)	59(17.5%)	64(18.9%)	95(28.1%)	63(18.6%)	338(100%)	

주. [a]=평균, [b]=표준편차.

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

단에 따른 유의한 차이가 관찰된 바, 무교와 불교는 사회집단, 기독교는 초월집단, 천주교는 의지집단에 가장 많은 수가 포함되었다. 직업의 경우 집단에 따른 유의한 차이가 나타난 바, 학생은 지성집단, 전업주부는 초월집단, 시간제 근무자는 관계집단, 전일제 근무자는 사회집단에 가장 많이 포함되었다.

논 의

이 연구의 목적은 한국 성인의 대표적인 강점 프로파일 유형을 밝히기 위해 군집분석을 활용하여 강점들의 조합에 의해 자연발생적으로 형성된 집단을 확인하고 집단 유형에 따른 심리적 건강 수준을 분석하는 것이었다. 개별 강점이나 연령, 성별과 같은 단일 변인 중심으로만 분석하게 되면 다양한 강점 조합과 인구사회학적 배경을 지닌 개인들의 특성을 전체적으로 파악하기가 어렵기 때문이다. 무엇보다 이 연구에서는 한국 성인들이 지닌 강점 조합이 현재 어떠한 양상을 보이고 있으며 이들의 심리적 건강 양상은 어떠한지에 대한 통합적인 이해를 시도하고자 하였다. 이에 지식, 인간애, 용기, 절제, 정의, 초월의 6개 덕목을 변인으로 선택하여 이들의 조합으로 나타나는 개인차를 살펴보았다. 분석 결과, 5개 군집이 유의한 것으로 판단되었다.

5개 집단 중에서 용기 관련 강점이 뛰어난 의지집단은 삶의 만족도와 행복 수준이 가장 높고 우울 수준은 가장 낮은 것으로 나타났다. 인구사회학적 특징으로는 평균 연령(42.37세)이 가장 높

www.kci.go.kr

고 5개 집단 가운데 천주교의 비율(25.2%)이 가장 많았다. 용기와 관련된 강점들은 내면적, 외부적 난관에 직면하더라도 추구하는 목표를 성취하려는 의지와 관련된 강점들이다(Peterson & Seligman, 2004). 예컨대 위협과 도전을 극복하는 용감성(bravery), 정직하게 말하고 행동하는 진실성(authenticity), 시작한 일을 완성시키는 끈기(persistence), 열정과 에너지를 가지고 삶을 살아가는 활력(vitality)의 강점이 여기에 속한다. 특히 활력은 선행연구들에서 삶의 만족도, 긍정 정서, 신체적 효능감 등과 정적 상관을 보인 반면, 우울, 걱정, 분노, 피로감, 신체화 증상, 청소년의 내재화 문제와는 부적 상관을 보였다(임영진, 2010; Park & Peterson, 2006; Park et al., 2004a; Ryan & Fredrick, 1997). 또한 행복의 3요소 중 하나인 몰입과 가장 높은 상관을 보인 강점은 활력과 끈기로 확인된 바 있다(Peterson et al., 2007). 활력과 끈기는 목표 성취에 기여하는 강점이라고 할 수 있다. 활력은 목표를 향한 에너지를 제공하여 의도적 노력에 몰두하게 만든다는 점에서, 끈기는 성취하기 어려운 목표를 달성할 가능성을 높여준다는 점에서 그러하다(Vallerand, Salvy et al., 2007). 특히 끈기는 학생의 학업성취와 가장 밀접히 관련된 강점인 것으로 나타났다. 미국 청소년의 학교 성적은 끈기와 유의한 상관을 보였으며(Park & Peterson, 2006), 한국 대학생 중 성적이 높은 집단은 낮은 집단에 비해 끈기가 매우 높은 것으로 나타났다(김지영, 2014). 진실성 또한 자신의 내재적인 동기에 따라 행동하게 한다는 점에서 목표 성취와 주관적 안녕에 기여한다(Ryan & Deci, 2000). 선행연구에서 진실성은 자기존중감, 삶의 만족도, 긍정적인 인간관계와 밀접히 관련되는 것으로 입증되었다(Goldman & Kernis, 2002; Robinson, Johnson, & Shields, 1995; Wood, Linley, Maltby, Baliousis, & Joseph, 2008). 반대로 진실성의 결여는 정신병리의 원인이 될 수 있다는 주장이 제기되어 왔다(Rogers, 1971). 부모와 같은 외부의 가치 기준에 매달려 자신에게 솔직하지 못하면 심리적 부적응이 초래될 수 있다는 것이다. 비슷한 맥락에서 용감성의 부족은 낙담과 패배에 대한 공포를 초래함으로써 정신장애에의 취약성을 유발할 수 있는 한편(Adler, 1956), 심리적 용감성은 자신의 문제를 인정하고 적극적으로 대처하게 함으로써 심리치료의 효과를 증진시키는 것으로 알려졌다(Norton & Weiss, 2009).

불안과 불확실성으로 가득한 우리 사회를 고려해볼 때, 상기 결과는 두려움에 굴복하지 않고 자신이 가치 있게 여기는 목표를 향해 열정적이고 끈기 있게 행동하는 사람들이 강점으로부터 얻는 심리적 이득이 가장 큰 것으로 이해되었다. 심리사회적 발달단계이론을 제안한 Erickson(1982)에 따르면, 생애 단계마다 직면하게 되는 발달 과업이 모두 다르며 해당 과업을 잘 해결할 때 특정 덕목이 발달하게 된다. 의지집단의 평균 연령은 Erickson이 구분한 중년기에 해당되는데, 이 시기의 주요 발달 과제는 세상과 다음 세대에 기여하는 것이다. 이를 위해 중년기에는 가족을 부양하거나 더 나은 삶을 위해 일을 함으로써 결과적으로 생산감(sense of generativity)과 성취감을 경험한다. 반대로 과업을 성취하지 못하면 침체나 부진을 겪게 된다. 따라서 중년기 과업을 해결하기 위해서는 여러 난관에도 추구하는 목표를 성취하려는 의지적 강점이 핵심적이며, 이러한 맥락에서 이 연구에서 확인된 의지집단이 발달 과제

www.kci.go.kr

의 해결에 유리한 입장에 있는 것으로 생각된다. 특히 요즘처럼 무한경쟁과 불확실성의 시대에서는 고난과 역경 앞에서 포기하지 않고 투지와 집념으로 목표를 성취해내는 강인한 성품이 유효한 것으로 시사된다.

의지집단과는 대조적으로, 절제 및 정의 관련 강점이 뛰어난 사회집단은 삶의 만족도와 행복 수준이 가장 낮고 우울 수준은 유의하게 높은 것으로 나타났다. 인구사회학적 특징으로는 5개 집단 가운데 남성(29.8%), 전일제 근무자(28.1%), 무교(32.1%)와 불교(34.0%)의 비율이 가장 많았다. 먼저 절제와 관련된 강점들은 극단적인 독단에 빠지지 않도록 우리를 보호해주는 기능을 갖는다(Peterson & Seligman, 2004). 예컨대 자신에 대해 절제된 평가를 하는 겸손(modesty), 선택을 조심스럽게 하는 신중성(prudence), 자신에게 잘못한 사람에게 보복하지 않는 용서(forgiveness), 자신의 감정, 욕구, 행동을 적절히 통제하는 자기조절(self-regulation)의 강점이 여기에 속한다. 정의와 관련된 강점들은 건강한 공동체 생활과 관련된 사회적 강점들이다(Peterson & Seligman, 2004). 여기에는 모든 사람을 동등하게 대하는 공정성(fairness), 자신이 속한 집단을 위해 주어진 책임을 다하는 시민의식(citizenship), 집단 활동을 조직화하고 관리하는 리더십(leadership)이 해당된다.

사회집단의 확인으로 알 수 있는 한 가지는 절제 및 정의 관련 강점을 대표강점으로 함께 보유한 성인들이 많다는 것이다. 절제와 정의 간의 밀접한 관계는 요인분석을 통해 강점의 위계적 구조를 파악하고자 한 여러 연구들에서 찾아볼 수 있다. 선행연구들에서 절제 및 정의 관련 강점들은 대체로 사회적 강점이나 억제적 강점(strengths of restraint)의 한 요인으로 분류될 수 있었다(권석만 외, 2010, Peterson & Seligman, 2004). McGrath(2015)에 따르면, 강점은 심리적 정체감과 문화적 모범의 두 요소를 모두 반영하기 때문에 특정 사회에 따라 상이한 잠재 구조모형이 도출될 수 있다. 이러한 맥락에서 볼 때, 공동체 중심의 친사회적 강점인 정의와 자기통제적 강점인 절제는 한국 성인들에게 요구되는 강점이자 중요하게 여겨지는 덕목이라고 볼 수 있겠다.

여기서 흥미로운 결과는 사회집단의 삶의 만족도와 행복 수준이 가장 낮고 우울 수준이 유의하게 높은 것으로 관찰되었다는 점이다. 한 가지 가능한 설명은 강점과 주관적 안녕 간의 관계를 분석한 선행연구들에서 찾을 수 있다. 절제 강점 중 겸손은 삶의 만족도와의 상관이 가장 낮은 것으로 나타났으며 부분상관 또는 순위점수를 사용한 경우 오히려 부적상관을 보이기도 했다. 겸손을 비롯해 절제 관련 강점과 정의 관련 강점 및 지식 관련 강점은 대체로 삶의 만족도와의 상관이 낮았는데, 이에 대해 연구자들은 상기 강점들이 사회적으로 가치 있는 것이지만 개인적인 삶의 만족에는 크게 기여하지 못하는 것으로 설명한 바 있다(Park et al., 2004a; Park et al., 2004b). 이 연구에서 사용된 삶의 만족도, 행복, 우울 측정치는 개인의 정서적이고 심리적인 안녕을 반영한다는 점에서 한계가 있을 수 있다. 이와 관련하여 Keyes (1998)는 개인이 속한 사회에서 적응적으로 기능하는지 여부를 반영하는 사회적 안녕(social well-being) 개념을 강조한 바 있다. 선행연구에서 사회적 안녕은 다른 강점들보다도 절제 및 정의 관련 강점과 가장 밀접한 관계를 보였다(임영진, 2012).

www.kci.go.kr

이처럼 준거변인을 무엇으로 삼는지에 따라 이 연구결과와는 다른 결과가 도출될 수 있을 것이다. 예컨대 절제는 신체에 대한 만족 또는 신체건강과 높은 상관을 보이고 흡연자가 될 가능성과는 낮은 상관이 관찰된 바 있다(Margelisch, 2017; Ruch et al., 2010). 따라서 이 연구에서는 개인의 정서적, 심리적 안녕에 초점을 둔 측정치의 한계로 인해, 사회집단의 강점이 줄 수 있는 다른 이득이 충분히 반영되지 못한 것으로 생각된다.

유사하게 지식 관련 강점이 뛰어난 지성집단은 우울 수준이 가장 높은 것으로 나타났다. 인구사회학적 특징으로는 5개 집단 가운데 평균 연령(35.91세)이 가장 어리고 미혼(29.8%)과 학생(32.1%)의 비율이 가장 많았다. 지식과 관련된 강점들은 더 나은 삶을 위해 지식을 습득하고 활용하는 것과 관련된 지적 강점들이다(Peterson & Seligman, 2004). 예를 들어 새롭고 생산적인 방식으로 생각하는 창의성(creativity), 모든 경험과 현상에 흥미를 느끼는 호기심(curiosity), 철저하게 검토하고 판단하는 개방성(open-mindedness), 새로운 지식과 기술을 배우고자 하는 학구열(love of learning), 현상을 전체적인 관점에서 바라보는 지혜(wisdom)의 강점이 여기에 속한다.

선행연구에서 지적 강점은 연령과 부적 상관이 관찰된 바, 연령이 어릴수록 지적 강점이 많은 경향이 있었다(Isaacowitz et al., 2003). 또한 지적 강점은 절제 및 정의 관련 강점과 더불어 삶의 만족도와의 상관이 낮은 강점에 속한다. 이러한 관계는 연령이 어릴수록 두드러지는데, 청소년 대상의 연구에서 지적 강점들은 주관적 안녕과의 상관이 낮거나 낮은 수준의 주관적 안녕을 예측하기도 하였다(Toner, Haslam, Robinson, & Williams, 2012). 뿐만 아니라 주관적 안녕의 수준 및 주관적 안녕과 강점 간의 관계는 연령이 어릴수록 낮아지는 추세를 보였다(Margelisch, 2017). 말하자면, 연령이 어릴수록 강점으로부터 얻는 이득이 크지 않을 수 있다는 것이다.

지성집단의 높은 우울점수에 대한 또 다른 가능한 설명으로 집단의 인구사회학적 특성을 들 수 있겠다. 지성집단의 구성원은 대체로 30대 중반의 미혼 학생들로서, 직업과 가정이라는 발달과업을 완수하지 못한 경우가 많은 것으로 추측된다. Erickson(1982)에 따르면, 중년기 발달단계의 과제를 해결하지 못하면 불만족과 침체(stagnation)를 겪게 된다. 게다가 지적 강점들은 자기 초점적(self-focused) 속성을 지니고 있어(Peterson, 2006), 중년기의 핵심 특성인 사회와의 연결성을 충족하기에는 다소 부족한 것으로 여겨진다. 이러한 설명들은 후속되는 연구를 통해 경험적으로 검증되어야 하겠다.

마지막으로 초월적 강점이 뛰어난 초월집단에서는 평균 수준의 삶의 만족도, 행복, 우울이 관찰되었고 대인관계적 강점이 뛰어난 관계집단은 의지집단과 비교할 때 유의하게 낮은 행복 수준을 보였다. 선행연구에서 낙관성 및 감사를 비롯한 초월적 강점과 사랑 등의 대인관계적 강점이 주관적 안녕과 밀접한 관계를 보인 것에 비추어본다면(Park et al., 2004a; Ruch et al., 2010), 초월집단과 관계집단의 평균 또는 상대적으로 낮은 주관적 안녕 수준은 의외의 결과라 할 수 있다. 이는 한국 성인의 초월적 강점 및 관계적 강점에 의한 주관적 안녕의 이득이 다른 연령대 또는 문화권과 비교해 상대적으로 작기 때문인 것으로 추측된다. 예컨대 낙관성은 한국 청소년과 대학생

www.kci.go.kr

집단 및 미국의 청년 집단(18-25세)에서는 주관적 안녕을 설명하는 가장 큰 변인이었으며, 영성을 비롯한 초월적 강점들은 노년 집단의 주관적 안녕에는 크게 기여하는 것으로 밝혀진 바 있다(김지영, 2016; 임영진, 2010; Harding, Flannelly, Weaver, & Costa, 2005; Heintz et al., 2017; Ruch et al., 2010). 한편 다른 강점들이 세속적 측면에서 개인적 행복과 사회적 번영을 추구하는 데 기여한다면, 초월적 강점은 초월적 측면에서 삶을 더욱 의미 있고 충만하게 만드는 덕목이라 할 수 있다(Peterson & Seligman, 2004). 이러한 맥락에서 볼 때, 초월적 가치보다는 현실적이고 생산적인 가치를 보다 중시하는 우리나라의 중년 집단에게는 초월적 강점을 통한 주관적 안녕의 유익이 크지 않은 것으로 생각된다.

또한 다른 연구(Isaacowitz et al., 2003)에서 중년 집단의 사랑이 삶의 만족도를 설명하는 유일한 예측변인으로 나타났다는 점에서, 관계집단의 유의하게 낮은 행복 수준에 대해 생각해볼 필요가 있다. 상기 연구에서 관계적 강점은 중년기에 가족 및 직장동료들과의 관계를 통한 생산성에 기여한다는 점에서 주관적 안녕에 유용한 강점으로 지목된 바 있다. 그렇다면 이 연구에서 관계적 강점이 뛰어난 관계집단의 행복 수준은 왜 유의하게 낮은 것일까? 우선 관계집단은 인구사회학적 특성상 여성의 비율이 높았는데, 선행연구에서도 관계적 강점인 사랑과 친절성은 남성보다 여성에게서 많이 관찰되는 강점이었다(Heintz et al., 2017). 한편 연령대를 기준으로 볼 때, 관계집단의 평균 연령인 30대 여성의 행복감은 다른 연령대의 여성과 비교하여 가장 낮은 행복감을 보인다는 결과가 보고된 바 있다(류승아, 한민, 2016; 한민, 이훈진, 최인철, 김범준, 2013). 연구자들은 이에 대해 직장, 육아 및 가사노동의 문제가 한국 30대 여성의 낮은 행복 수준에 영향을 미친 것으로 설명하였다. 이러한 점으로 미루어볼 때, 관계집단의 낮은 행복 수준은 직장, 육아, 가사노동의 부담과 불균형의 영향을 받는 것으로 생각되며, 돌봄에 대한 과도한 책임과 요구로 인해 관계적 강점에 의한 주관적 안녕의 이득이 상쇄되는 것으로 짐작된다.

이 연구에서 확인된 결과와 도출된 시사점은 후속되는 연구를 통해 검증될 필요가 있다. 특히 군집분석은 표본의 특성에 민감한 탐색적 성격을 지니는 바, 연구자가 판단한 5개의 집단이 다른 표본을 대상으로 반복 검증될 수 있는지 또는 연령에 따라 다른 특성을 지닌 군집이 도출되는지 등을 분석해야 할 것이다. 강점과 삶의 만족, 행복, 우울 및 인구사회학적 변인 간 관계에 대한 설명 또한 잠정적인 것이므로, 정밀하고 엄격한 연구 설계와 분석을 통해 검증되어야 할 것이다. 또한 이 연구에서는 군집 간 차이분석을 위해 삶의 만족도, 행복, 우울 측정치를 사용했는데, 추후 연구에서는 종속측정치를 다각화함으로써 군집별 특성을 보다 포괄적으로 살펴볼 필요가 있겠다. 마지막으로 이 연구에서 강점의 실제 사용 정도는 연구 설계에서 고려되지 못했다. 최근 강점의 사용 정도와 관련하여, 최적 사용(optimal use)은 긍정적 결과와 관련되는 반면 강점의 남용(overuse)과 사용 부족(underuse)은 부정적 결과와 관련된다는 연구가 소개되고 있다(Freidlin, Littman-Ovadia, & Niemiec, 2017). 이와 관련해 Seligman(2015)은 강점 이론은 장애에 관한 이론을 내포하는 바, 정신병리는 강점의 정반대이거나

www.kci.go.kr

결핍 또는 과잉으로 설명될 수 있다고 제안한 바 있다. 따라서 특정 강점을 대표강점으로 지니고 있는 것과는 별개로, 대표강점의 실제 사용 정도를 측정하여 이를 분석에 포함시킴으로써 기존 연구결과와 비교하는 작업이 필요해 보인다.

상기 제한점에도 불구하고 이 연구는 강점의 순위점수 및 군집분석을 사용하여 한국 성인의 강점 프로파일 유형을 밝히고 강점들의 조합으로 형성된 개인차가 심리적 건강과 어떻게 관련되는지에 대한 이해를 넓혔다는 점에서 의의가 있다. 강점이 심리적 정체감과 문화적 덕목을 반영한다는 점에서, 이 연구는 한국 중장년층의 강점 양상과 심리적 건강과의 관계에 시사하는 바가 크다고 하겠다. 더불어 연구 결과는 국내 성인의 심리적 건강 증진을 위한 기초자료로서 기여할 수 있을 것이다.

참 고 문 헌

권석만, 김지영 (2011). 행복 삼각형 척도의 개발. 미발표 논문.

권석만, 유성진, 임영진, 김지영 (2010). 성격강점검사-전문가 지침서. 서울: 학지사 심리검사연구소.

김지영 (2011). 성격강점이 긍정적 정신건강에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위 청구논문.

김지영 (2014). 대학생의 성격강점비교: 인구통계학적 변인 및 만족도를 중심으로. 미래사회, 5(1), 79-95.

김지영 (2016). 성격강점과 행복의 관계: 초·중·고등학생의 비교를 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 21(4), 845-859.

류승아, 한민 (2016). 한국 여성의 연령별 행복수준 비교와 관련 변인들. 젠더와 문화, 9(1), 45-73.

임영진 (2010). 성격강점과 긍정심리치료가 행복에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위 청구논문.

임영진 (2012). 성격강점과 정신적 웰빙의 관계. 한국심리학회지: 임상, 31(3), 713-730.

전겸구, 최상진, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. 한국심리학회지: 건강, 6, 59-76.

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

한민, 이훈진, 최인철, 김범준 (2013). 60대 한국인의 심리적 특성: 정서, 사고방식, 가치관의 연령대별 비교. 한국노년학, 33(3), 661-679.

Adler, A. (1956). *The individual psychology of Alfred Adler: A systematic presentation in selections from his writings.* In H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Eds.). New York: Basic Books.

Ardelt, M., Landes, S. D., Gerlach, K. R., & Fox, L. P. (2013). Rediscovering internal strengths of the aged: The beneficial impact of wisdom, mastery, purpose in life, and spirituality on aging well. In J. D. Sinnott (Eds.), *Positive Psychology* (pp. 97-119). New York, NY: Springer.

Depp, C. A., Glatt, S. J., & Jeste, D. V. (2007). Recent advances in research on successful and health aging. *Current Psychiatry Reports, 9,* 7-13.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49,* 71-75.

Erickson, E. (1982). *The life cycle completed.* New York: Norton.

Freidlin, P., Littman-Ovadia, H., & Niemiec, R. M. (2017). Positive psychopathology: Social anxiety via character strengths underuse and overuse. *Personality and Individual Differences, 108,* 50-54.

Gillham, J., Adams-Deutsch, A., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M., . . . Seligman, M. E. P. (2011). Character strengths predict subjective well-being during adolescence. *The Journal of Positive Psychology, 6*(1), 31-44.

www.kci.go.kr

Goldman, B. M., & Kernis, M. H. (2002). The role of authenticity in healthy functioning and subjective well-being.. *Annuals of the American Psychotherapy Association, 5,* 18-20.

Hair, J. F., & Black, W. C. (2000). Cluster analysis. In L. G. Grim & P. R. Yamold (Eds.), *Reading and understanding more multivariate statistics* (pp. 147-205). Washington, DC: American Psychological Association.

Harding, S. R., Flannelly, K. J., Weaver, A. J., & Costa, K. G. (2005). The influence of religion on death anxiety and death acceptance. *Mental Health, Religion, & Culture, 8*(4), 253-261.

Heintz, S., Kramm, C., & Ruch, W. (2017). A meta-analysis of gender differences in character stregnths and age, nation, and measure as moderators. *The Journal of Positive Psychology, 12*(1), 1-10.

Isaacowitz, D. M., Vaillant, G. E., Seligman, M. E. P. (2003). Strengths and satisfaction across the adult lifespan. *International Journal of Aging and Human Development, 57*(2), 181-201.

Keyes, C. L. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly, 61*(2), 121-140.

Krause, N. (2006). Gratitude toward God, stress, and health in late life. *Research on Aging, 28*(2), 163-183.

Krause, N., Pargament, K. I., & Ironson, G. (2016). In the shadow of death: Religious hope as a moderator of the effects of age on death anxiety. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences. 73*(4), 696-703.

Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2003). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. Washington, DC: APA.

Margelisch, K. (2017). Character strengths, their valuing and their association with well-being in middle and older age. *Abschlussarbeit CAS Positive Psychologie, 8,* 1-35.

McGrath, R. E. (2014). Character strengths in 75 nations: An update. *The Journal of Positive Psychology, 10*(1), 41-52.

McGrath, R. E. (2015). Integrating psychological and cultural perspectives on virtue: The hierachical structure of character strengths. *The Journal of Positive Psychology, 10*(5), 407-424.

Mongrain, M., & Anselmo-Matthews, T. (2012). Do Positive Psychology Exercises Work? A Replication of Seligman et al.(2005). *Journal of Clinical Psychology, 68*(4), 382-389.

Norton, P. J., & Weiss, B. J. (2009). The role of courage on behavioral approach in a fear-eliciting situation: A proof- of-concept pilot study. *Journal of Anxiety Disorders, 23,* 212-217.

Park, N., & Peterson, C. (2006). Moral competence and character strengths among adolescents: The development and validation of the Values in Action Inventory of Strengths for Youth. *Journal of Adolescence, 29,* 891-909.

Park, N., & Peterson, C. (2009). Character strengths: Research and practice. *Journal of College and Character, 10*(4), 1-10.

Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004a). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23(5),* 603-619.

Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004b). Reply strengths of character and well-being: a closer look at hope and modesty. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*(5), 628-634.

Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2006). Character strengths in fifty-four nations and the fifty US states. *The Journal of Positive Psychology, 1,* 118-129.

Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology.* New York: Oxford University Press.

Peterson, C. Ruch, W., Beermann, U., Park, N., &

www.kci.go.kr

Seligman, M. E. P. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology, 2*(3), 149-156.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.

Proctor, C., Tsukayama, E., Wood, A. M., Maltby, J., Eades, J. F., & Linley, P. A. (2011). Strengths Gym: The impact of a character strengths-based intervention on the life satisfaction and well-being of adolescents. *The Journal of Positive Psychology, 6*(5), 377-388.

Proyer, R. T., Gander, F., Wellenzohn, S., & Ruch, W. (2013a). What good are character strengths beyond subjective well-being?: The contribution of the good character on self-reported health-orientated behavior, physical fitness, and the subjective health status. *The Journal of Positive Psychology, 8*(3), 222-232.

Radloff. L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological measurement, 1*, 385-401.

Robinson, M. D., Johnson, J. T., & Shields, S. A. (1995). On the advantages of modesty: The benefits of the balanced self-presentation. *Communication Research, 22*, 575-591.

Rogers, C. R. (1971). Interview with Carl Rogers. In W. B. Frick (Ed.), *Humanistic psychology: Interviews with Maslow, Murphy and Rogers* (pp. 24-47). Columbus, OH: Merrill.

Ruch, W., Proyer, R. T. & Weber, M. (2010). Humor as a character strength among the elderly. Theoretical considerations. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie, 43, 8-12.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*, 68-78.

Ryan, R. M., & Fredrick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality, 65*, 529-565.

Sadler-Smith, E. (2012). Before virtue: biology, brain, behavior, and the "moral sense". *Business Ethics Quarterly, 22*, 351-376.

Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness*. New York: Free Press.

Seligman, M. E. P. (2015). Chris Peterson's unfinished masterwork: The mental illness. *The Journal of Positive Psychology, 10*(1), 3-6.

Seligman, M. E. P., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist, 55*, 5-14.

Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist, 60*(5), 410-421.

Shimai, S., Otoke, K., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2006) Convergence of character strengths in American and Japaneese young adults. *Journal of Happiness Studies, 7*, 311-322.

Toner, M., Haslam, N., Robinson, J., & Williams, P. (2012). Character strengths and wellbeing in adolescence: Structure and correlates of the Values in Action inventory of strengths for children. *Personality and Individual Differences, 52*, 637-642.

Vallerand, R. J., Salvy, S., Mageau, G. A., Elliot, A. J., Denis, P. L., Grouzet, F. M. E., & Blanchard, C. (2007). On the role of passion in performance. *Journal of Personality, 75*(3), 505-533.

Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M.,

www.kci.go.kr

& Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology, 55*(3), 385-399.

World Health Organization (2004). *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice.* Geneva: Author.

Young, Y., Frick, K. D., & Phelan, E. A. (2009). Can successful aging and chronic illness coexist in the same individual? A multidimensional definition of successful aging. *Journal of the American Medical Directors Association, 10*(2), 87-92.

원고접수일: 2018년 6월 14일
논문심사일: 2018년 6월 23일
게재결정일: 2018년 7월 11일

www.kci.go.kr

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2018. Vol. 23, No. 3, 657 - 675

Differences in Happiness and Depression by Clusters of Character Strengths

Jiyoung Kim
Department of Counseling Psychology, Seoul Cyber University

This study explored the natural groups based on Korean adult's character strengths using cluster analysis and examined the differences in happiness, depression, and demographic variables among the groups. The combinations of six virtues drawn from 827 adults over 20 years old formed five clusters. The 'Willing' group with high willing strengths showed the highest scores on satisfaction with life, happiness and ages and the lowest scores on depression. The 'Social' group with high temperance and justice showed the lowest scores on satisfaction with life and happiness and significantly high scores on depression. This group had the highest ratio of male, married, no religion, and full-time workers. The 'Intelligent' group with high knowledge showed the highest scores on depression and had the highest ratio of young, unmarried, and student. The 'Interpersonal' group with high interpersonal strengths showed the significantly low score on happiness and had the highest ratio of female and part-time workers. The 'Transcendent' group with high transcendence showed the mean scores on satisfaction with life, happiness, and depression. This group had the highest ratio of old people, Christians, and homemakers. The current study is considered as significant as it empirically identified the natural clusters based on the strengths of the adult Koreans and is believed to be useful for the intervention of adult's psychological health promotion. Finally, the limitations of the present study and suggestions for future research are discussed in the present study.

Keywords: character strengths, cluster analysis, happiness, depression

www.kci.go.kr