

연령대별 성격강점의 발달모형: 한국인의 연령집단에 따른 성격강점 비교 및 문화적 특성[†]

김 지 영[‡]

서울사이버대학교 상담심리학과 교수

이 연구의 목적은 연령집단별 성격강점의 양상을 체계적으로 밝히고 정신건강 증진에 기여할 수 있는 강점을 경험적으로 확인하는 것이었다. 또한 다른 나라와의 비교를 통해 한국 성인의 핵심 강점을 발견하고자 하였다. 분석 결과, 연령집단별 성격강점 순위점수 간 상관계수가 중간 수준 이상으로 높게 나타나, 전반적으로 연령집단 간 성격강점의 유사성이 시사되었다. 전 연령대에 걸쳐 사랑, 낙관성, 감사는 상위 5개 대표강점에 해당되었으며, 학구열은 하위 5개 강점에 공통적으로 포함되었다. 연령집단 간 편차가 가장 큰 성격강점은 진실성과 호기심이었는 데, 연령이 높을수록 순위가 상승하는 경향이 관찰된 진실성은 장년집단에서 1위에 위치하였고, 순위가 하락하는 경향이 나타난 호기심은 중년집단과 장년집단에서 하위 5개 강점에 해당되었다. 한국 성인의 강점 순위자료를 다른 나라와 비교한 결과, 동아시아 국가들과 유의한 상관을 보인 반면 유럽 국가들과의 상관은 가장 작은 것으로 관찰되었다. 사랑, 감사, 친절성, 진실성, 공정성은 다른 나라 성인과 공통적으로 상위 강점에 포함된 한편, 낙관성은 한국 성인에서만 상위 5개 대표강점에 해당되었다. 낙관성과 감사는 전 연령대에서 높은 행복 수준 및 낮은 우울 수준과 가장 밀접히 관련되었다. 마지막으로 이 연구의 한계점과 후속 연구를 위한 제언 및 시사점을 논의하였다.

주요어 : 성격강점, 삶의 만족, 행복, 우울, 한국인, 비교 문화

[†] 이 논문은 2017년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구(NRF-2017S1A5A8021175)이며, 연구의 일부 내용은 한국건강심리학회 주최 2018년 동계학술대회에서 발표되었음.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 김지영, (01133) 서울 강북구 서울로49길 60 서울사이버대학교 상담심리학과 교수, Tel: 02-944-5036, E-mail: morie02@hanmail.net

강점(strengths)은 정신장애의 발병을 억제, 예방하고 정신건강 증진에 기여할 수 있는 심리적 요인(Lopez & Snyder, 2003)으로서, 생물학적 근거가 있는 안정적인 개인차(Steger, Hicks, Kashdan, Krueger, & Bouchard, 2007)인 동시에 사회적 제도와 문화를 통해 함양할 수 있는 긍정 특질(positive trait)이다. 다양한 분야에서 각기 다른 용어와 개념으로 연구되어 온 강점은 Peterson과 Seligman(2004)의 주도하에 24개 성격강점으로 구성된 VIA 분류체계(Values-in-Action Classification)로 조직화되었다.

이후 수많은 연구를 통해 성격강점과 주관적 안녕의 관계가 경험적으로 입증되었다. Park, Peterson과 Seligman(2004a)의 연구에서 낙관성, 활력, 감사, 사랑, 호기심은 삶의 만족과 가장 높은 상관을 보였으며, 강점의 수준이 높을수록 삶의 만족이 증가하는 것으로 나타났다. 상기 5개 강점은 삶의 만족을 가장 잘 예측하였으며, 이러한 결과는 다양한 나라와 문화권에서 실시된 후속 연구들에서 반복 검증되었다(Blanca, Ferragut, Ortiz-Tallo, & Bendayan, 2018; Brdar & Kashdan, 2010; Ruch et al., 2010; Zhang & Chen, 2018). 주관적 안녕 또는 행복을 측정하는 다양한 측정치와 성격강점과의 관계 또한 광범위하게 연구되었다. 낙관성, 활력, 사랑과 같은 강점은 정적 정서와는 가장 높은 정적 상관을 보이고 부적 정서와는 가장 높은 부적 상관을 보였다(Littman-Ovadia & Lavy, 2012; Martinez-Marti & Ruch, 2014; Shoshani & Slone, 2013). 또한 성격강점은 정신적 안녕, 심리적 안녕, 자존감 등과 같은 변인들과도 밀접히 관련되었다(임영진, 2012; Douglass & Duffy, 2015; Hausler et al., 2017; Peterson, Ruch, Beermann, Park, & Seligman,

2007; Shimai, Otake, Park, Peterson, & Seligman, 2006).

성격강점은 우울을 포함한 정신병리와의 밀접한 관련성을 보였다. 청소년의 낙관성, 활력, 리더십은 낮은 내재화 문제와 유의한 상관을 보였으며, 끈기, 진실성, 신중성, 사랑은 낮은 외현화 문제와 유의한 상관을 보였다(Park & Peterson, 2006a). 청소년을 대상으로 실시된 종단연구(Gillham et al., 2011)에서 9학년 초의 친절성, 용서, 시민의식(협동성)은 1년 후 우울증상의 감소를 예측하였는데, 이는 다른 강점들의 영향을 통제한 뒤에도 유의했다. 또한 강점과 낮은 우울증상과의 관계를 사회적 지지가 매개하는 것으로 나타났다. 이에 대해 연구자들은 친절성, 용서, 협동성과 같은 사회적 강점들이 타인과의 유대를 강화시킴으로써 청소년의 우울을 완화, 예방할 수 있다고 설명하였다. Tehranchi, Doost, Amiri와 Power(2018)는 주요 우울장애(major depressive disorder) 진단을 받은 18세 이상의 내담자들을 대상으로 성격강점이 우울에 미치는 영향을 밝히고자 하였다. 분석 결과, 낙관성, 감사, 활력 등의 강점은 낮은 우울점수에 영향을 미쳤으며, 강점과 우울의 관계를 역기능적 태도가 매개하는 것으로 나타났다. 연구자들은 상기 강점들이 자기에 대한 긍정적이고 적응적인 태도 함양에 도움이 된다는 점에서, 우울증상의 취약 요인이라 할 수 있는 역기능적 태도를 감소시켜 결과적으로 우울증상의 감소에 기여한다고 설명하였다.

특정 강점은 특정 준거변인을 예측하기도 하였다. 중학생의 학업성적을 가장 잘 예측한 강점은 끈기였으며, 성적이 높은 대학생 집단은 낮은 집단에 비해 끈기, 자기조절, 개방성이 매우 높은 것

으로 나타났다(김지영, 2014; Park & Peterson, 2006a). 학구열은 높은 교육수준 및 주간독서시간과, 사랑은 가족과 배우자, 친구에 대한 만족 및 주간교제시간과 높은 상관을 보였다. 자기조절은 신체에 대한 높은 만족, 건강행동 및 전반적인 신체 상태와 정적 상관을 보인 반면 흡연자가 될 가능성과는 부적 상관을 보였다(Proyer, Gander, Wellenzohn, Ruch, 2013; Ruch et al., 2010).

강점 개입의 직접적인 효과를 검증한 연구들도 진행되었다. Seligman, Rashid와 Parks(2006)는 감사, 낙관성, 사랑, 용서 등의 성격강점을 함양시키는 개입으로 구성된 긍정심리치료(positive psychotherapy)를 우울한 대학생들에게 매주 2시간씩 6주간 집단치료의 형태로 실시하였다. 분석 결과, 처치집단은 통제집단에 비해 우울증상이 현저히 호전되었고 삶의 만족도 역시 유의하게 증가되었으며 처치 효과가 1년 뒤에도 유지되었다. 강점 개입을 학교 장면에 적용하여 아동 및 청소년의 행복과 효과적인 학습을 촉진하기 위한 프로그램들도 시행되었다. 예컨대, 1년 동안 성격강점 토론, 독후감, 숙제 등의 활동으로 구성된 25회기 긍정심리 프로그램(positive psychology program)을 청소년에게 실시한 결과, 학교생활의 즐거움과 참여도가 증가하였고 사회적 기술이 증진되는 효과가 있었다(Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, & Linkins, 2009). 비슷하게 강점 개입 프로그램을 교과과정(strengths gym)으로 구성하여 중학생들에게 실시한 연구에서, 프로그램에 참여한 학생들의 삶의 만족이 유의하게 증가한 것으로 나타났다(Proctor et al., 2011).

강점 개입의 효과를 다룬 연구들을 개관한 Quinlan, Swain과 Vella-Brodrick(2012)에 따르면,

안녕감과 학업 효능성 측면에서 모두 유의한 긍정적 결과가 도출되었다고 한다. 강점 개입을 실시한 18개 실험연구들을 체계적으로 조사한 연구에서도 모든 유형의 강점 개입이 개인의 안녕감과 직업적 성과, 집단이나 팀 성과에서 긍정적 결과를 낳는 것으로 밝혀졌다(Ghielen, Woerkm, & Meyers, 2018). 또한 희망, 정적 정서, 진정한 자기표현, 사회적 가치감 등이 매개변인으로, 외향성과 끈기 강점은 조절변인으로 확인되었다.

강점 중에서도 특히 개인의 독특성을 잘 반영해주고 정체감에 가장 핵심이 되는 강점을 가리켜 대표강점(signature strengths)이라고 한다(Peterson & Seligman, 2004). 대표강점의 인식과 활용을 통해 내적 동기가 고취되고 최적기능을 발휘할 수 있다는 점에서, 대표강점은 번영하는 삶(flourishing life)의 중요한 기초가 된다(Jayawickreme, Forgeard, & Seligman, 2012; Meyers & van Woerkom, 2017). 실제로 대표강점의 사용은 행복과 안녕감을 증가시키고 우울과 스트레스를 감소시켰다(김지영, 2015; Govindji & Linley, 2007; Mongrain & Anselmo-Matthews, 2012; Seligman, Steen, Park, & Peterson, 2005; Wood, Linley, Maltby, Kashdan, & Hurling, 2011). 대표강점 개입의 효과를 입증한 연구들을 메타 분석한 Schutte와 Malouff(2019)에 따르면, 대표강점의 개입은 정적 정서, 행복, 삶의 만족도 증가 및 우울 감소에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라 목표 달성, 직무 수행, 시민행동, 직업만족도, 학업 수행과 같은 폭넓은 장면에서 학생, 직원 등의 다양한 집단을 대상으로 실효성이 입증되었다(Linley, Nielsen, Gillett, & Biswas-Diener, 2010; Littman-Ovadia, Lavy,

& Boiman-Meshita, 2017; Lounsbury, Fisher, Levy, & Welsh, 2009; Proctor, Maltby, & Linley, 2011).

에초에 VIA 분류체계의 목적은 합의된 강점 체계를 도출하는 데 있었기 때문에, Peterson과 Seligman(2004)은 역사적, 문화적으로 특수한 속성보다는 보편적인 덕목을 추출하고자 하였다. VIA 분류체계는 경험적으로도 소수인종을 비롯한 대부분의 문화권에 편재해 있음이 입증된 바 있다(Biswas-Diener, 2006; Dahlsgaard, Peterson, & Seligman, 2005). 그렇지만 세부적으로는 성별, 연령, 국가 및 문화에 따른 성격강점의 고유한 양상이 존재할 수 있다. 66개의 표집을 대상으로 메타 분석을 실시한 Heintz, Kramm과 Ruch(2019)는 24개의 성격강점 가운데 4개(사랑, 친절성, 심미안, 감사)에서 여성의 점수가 남성에 비해 높았다고 밝혔다. 비록 효과크기가 작아서 성별에 따른 성격강점의 차이보다는 유사성 가설이 지지되긴 했지만, 특정 강점에서는 성차가 관찰된 것이다. 동일한 연구에서 아동 및 청소년 집단에서는 성차가 더욱 뚜렷하게 관찰되었는데, 여학생의 강점 점수가 남학생의 점수보다 높은 것으로 나타났다. 성격 발달에 관한 연구들에 따르면, 대체로 여학생이 남학생보다 높은 점수를 보이는데 이는 성격의 성숙 시점(timing)에서의 성차로 설명되고 있다(Branje, van Lieshout, & Gerris, 2007; Klismastra, Hale III, Raaijmakers, Branje, & Meeus, 2009). 즉 여학생이 남학생보다 성격적으로 일찍 성숙하는 경향이 있는데, 이러한 성격 발달의 성차로 인해 성격강점 점수에서도 성차가 나타났을 가능성이 있다.

연령의 경우, 다양한 연령대의 연구참여자를 직

접 비교한 연구는 많지 않다. 성인을 청년(18-25세), 중년(36-59세), 노년(60세 이상) 집단으로 구분한 Isaacowitz, Vaillant와 Seligman(2003)의 연구에서, 창의성은 연령과 유의한 부적 상관을 보인 반면, 시민의식과 영성은 정적 상관을 보였다. 이 연구에서 사용된 강점 측정도구는 VIA 분류체계와 비교해볼 때 12개 강점(지혜, 사랑, 친절성, 자기조절, 용감성, 끈기, 리더십, 시민의식, 심미안, 낙관성, 유머, 영성)만 포함된다는 제한점이 있다. 연구자들은 특정 강점이 특정 생애 단계의 발달적 과업에 기여할 경우, 해당 연령대의 주관적 안녕과 높은 상관을 보일 수 있을 것이라 기대하였다. 이를 밝히기 위해 연령대별 강점과 삶의 만족도 간의 관계를 분석한 결과, 모든 연령집단에서 강점 수준이 높을수록 삶의 만족이 증가하였으나, 특별히 영성은 노년집단에서만 삶의 만족과 유의한 상관을 보였다. 회귀분석에서는 청년집단의 낙관성, 중년집단의 사랑, 노년집단의 낙관성, 사랑, 시민의식이 삶의 만족을 예측하는 변인으로 밝혀졌다. 이에 관해 연구자들은 청년기에는 좌절과 실패에도 탐험을 지속케 하는 낙관성의 이점이 크고, 중년기에는 생산성과 관련된 협력과 친밀한 관계로부터 이득을 얻으며, 노년기에는 다른 연령대에 비해 많은 강점 사용으로부터 유익을 얻을 기회가 더 많은 것으로 설명하였다.

중년(45-65세)과 노년(66-94세) 집단을 비교분석한 Margelisch(2017)의 연구에서는 24문항으로 구성된 성격강점평정지(Character Strengths Rating Form; Ruch, Martinez-Marti, Proyer, & Harzer, 2014)가 사용되었다. 선행연구 결과와 일관되게 연령이 증가할수록 강점과 주관적 안녕간의 상관계수도 증가하는 것으로 나타나, 여러

제약들로부터 자유로운 노인들이 강점을 적용할 기회가 더 많고 이로부터 더 많은 이득을 얻는 것으로 여겨졌다. 낙관성과 활력은 두 집단 모두에서 주관적 안녕과 가장 높은 상관을 보인 한편, 영성은 노년 집단에서만 유의한 상관이 관찰된 바, 신체적 건강이 전반적으로 감소되는 노년기에 영성과 관련된 심리적 적응을 통해 주관적 안녕이 유지될 수 있음이 시사되었다. 또한 낙관성, 활력, 자기조절은 두 집단 모두에서 신체적 건강과 정적 상관을 보인 한편, 창의성과 호기심은 노인의 신체 건강과 더 높은 상관을 보였다. 연구자는 창의성과 호기심이 노년기 신체적 한계를 보완하고 대안적인 운동 방식을 개발하는 데 중요한 역할을 한다는 점에서, 이들 강점과 관련된 개입을 통해 노년기 건강행동을 촉진시킬 수 있다고 제안하였다.

발달연령에 따른 성격강점의 차이는 미국 청소년(12~15세)을 대상으로 실시된 연구(Park & Peterson, 2006a)에서도 언급된 바 있다. 연구자들은 상기 연구 결과를 미국 성인 자료와 간접적으로 비교하였는데, 낙관성, 시민의식, 활력 점수는 청소년이 성인보다 더 높게 나타난 반면, 심미안, 진실성, 리더십, 개방성 점수는 성인이 청소년보다 더 높게 나타났다. 미국의 성인과 청소년은 강점 순위에 있어 대체로 높은 일치도를 보였으나 미국 성인과 다른 나라 성인 간 상관관계수에 비해서는 현저히 낮은 수치여서, 발달연령에 따라 성격강점의 양상이 달라질 수 있음이 시사되었다.

이 연구에서 평균점수가 높은 강점은 감사, 유머, 사랑이었고, 신중성, 용서, 영성, 자기조절은 평균점수가 낮은 강점으로 조사되었다. 호주 청소년(15~18세)을 대상으로 한 연구(Toner, Haslam,

Robinson, & Williams, 2012)에서도 유사하게 감사, 유머, 호기심이 상위강점에 해당되었고 영성의 순위는 가장 낮은 것으로 나타났다. 성격강점과 학교생활의 관계를 구체적으로 탐색한 연구(Weber & Ruch, 2012)에서 학교관련 만족도와 유의한 정적 상관을 보인 강점은 학구열, 활력, 감사, 끈기, 호기심이었고, 학업적 효능감은 낙관성, 학구열, 끈기, 신중성과 밀접히 관련되었다. 특히 성적이 향상된 집단과 하락한 집단을 판별해주는 강점은 지혜와 감사인 것으로 확인되었다. 국내 초, 중, 고등학생의 성격강점을 비교한 연구(김지영, 2016)에서 초등학생(5~6학년)과 중학생, 고등학생의 상위 5개 강점 중 4개는 사랑, 낙관성, 감사, 호기심으로 나타났으며, 하위 5개 강점 중 3개는 영성, 심미안, 용감성으로 일치하였다. 집단 간 성격강점 순위점수의 상관계수를 비교한 결과 중학생과 고등학생 집단 간 프로파일 유사성이 가장 높았으며, 세 집단에서 공통되게 행복을 예측하는 강점은 낙관성인 것으로 밝혀졌다.

전술한 바와 같이, 성격강점은 단일한 형태가 아니라 여러 긍정특질들의 집합체(family of positive traits)로 간주될 수 있다(Park & Peterson, 2009). 따라서 개인별 강점의 고유한 특성은 여러 강점들의 상대적 위치를 나타내는 프로파일의 형태로 가장 잘 기술된다(Walker & Pitts, 1998). 24개 성격강점도 개인내 비교를 통한 순위점수(rank order scores)로 제시될 수 있으며, 이 때 상위 5개 강점을 통상 대표강점으로 정의 내린다. 개인내 비교점수인 순위점수의 사용은 자기 고양(self-enhancement)이나 긍정 편향(positivity bias) 등에 의해 높은 점수를 보이는 자료들을 제한적이거나 조절할 수 있는 방식이기

도 하다. 또한 다양한 국가와 문화권에 따른 성격 강점의 양상을 비교한 선행연구들(McGrath, 2015; Park, Peterson, & Seligman, 2006)에서 강점의 순위를 사용하였기에, 본 연구에서도 연령집단 및 국가 간 강점 순위를 비교할 목적으로 순위점수를 산출하여 분석하고자 한다.

웹사이트를 사용해 미국을 포함한 54개국 성인 11만 여명을 대상으로 성격강점 프로파일을 분석한 Park, Peterson과 Seligman(2006)은 강점 순위의 국가 간 상관계수가 매우 높고 통계적으로 유의하다는 결과에 주목하여, 국가별 문화, 종교, 경제적 수준 등이 다르더라도 성격강점의 양상은 매우 유사하다고 결론 내렸다. 이 연구에서 미국 성인의 상위 5개 강점은 친절성, 공정성, 진실성, 감사, 개방성이었으며, 하위 5개 강점은 영성, 활력, 신중성, 겸손, 자기조절로 나타났다.

최근 75개국 성인 100만 여명을 대상으로 동일한 웹사이트를 사용해 조사한 연구(McGrath, 2015)에서도 국가 간 성격강점 프로파일의 유사성이 재입증되었다. 미국 성인의 상위 5개 강점은 공정성, 개방성, 진실성, 호기심, 친절성으로, 호기심을 제외한 4개가 선행연구(Park et al., 2006) 결과와 일치하였으나 순위에서는 약간의 변동이 관찰되었다. 또한 상기 5개 강점은 75개국 전체 상위 5개 강점과 순서는 다르지만 동일한 것으로 나타났다. 75개국 전체 하위 5개 강점은 자기조절, 겸손, 신중성, 영성, 활력이었는데, 이 중 영성은 인도네시아, 케냐, 파키스탄에서 상위 5개 강점에 해당되었다. 이에 세 국가에서는 영성이 매우 핵심적인 강점임이 시사되었다. 낙관성의 순위가 가장 높은 국가는 인도네시아인 한편, 낙관성이 하위 5개 강점에 속하는 7개 국가는 모두 유럽 국

가인 것으로 밝혀졌다. 미국의 강점 프로파일은 동아시아보다 유럽 국가들과 더 유사한 것으로 나타나, 국가 간 강점 프로파일의 유사성은 문화권에 따라 달라질 수 있음이 확인되었다.

이상의 연구들을 요약하면, 성격강점은 정신건강의 증진뿐만 아니라 학업 및 직업적 성과, 대인관계 및 조직시민행동에 긍정적 기여를 하는 핵심 요소라 할 수 있다. 개인내 24개 성격강점의 상대적 위치를 나타내는 순위점수 프로파일은 집단 간 유사성이 더 클 정도로 보편적인 양상을 보인다. 그렇지만 여전히 성별, 연령별, 국가별 성격강점의 고유성 또한 존재한다고 볼 수 있다. 이에 연구자는 한국인의 고유한 성격강점 프로파일을 조사하고 발달연령에 따른 독특한 특성을 밝히는 것을 목적으로, 청소년기부터 중장년을 포함한 성인기까지 연령대별 성격강점을 분석하고자 하였다. 또한 연령대별 정신건강 증진에 기여하는 성격강점을 경험적으로 확인하고, 특정 성격강점의 발달에 영향을 미치는 인구통계학적 변인도 탐색하고자 하였다. 추가적으로 McGrath(2015)의 연구에서 제시된 국가별 성격강점 순위자료를 한국 자료와 비교함으로써, 한국 성인에게 핵심적인 강점을 확인하고자 하였다.

방 법

참여자

이 연구는 기관생명윤리위원회의 승인(AN02-20171017-HR-001-01)을 받아 실시되었다. 이 연구의 참여자는 서울 소재 온라인 대학교에 재학 중인 성인학습자들과 서울 소재 초등학교 6학년,

중학교 1학년, 고등학교 1학년 학생들로서 총 1453명의 자료가 분석에 사용되었다. 성인학습자의 경우, 강의실 게시판을 통해 공지된 연구설명을 읽고 자발적으로 참여의사를 밝힌 참여자들에게 설문조사가 시행되었으며 설문조사가 완료된 이후에는 개인의 대표강점 및 활용방안이 제시된 결과지가 제공되었다. 초, 중, 고등학생의 경우, 학교장 및 교사의 협조를 얻어 동일한 방식으로 자료수집이 이루어졌다. 연구참여자들 중 남성은 585명(40.3%), 여성은 867명(59.7%)이었고, 이들의 전체 연령 범위는 11세에서 64세로서 평균 연령은 34.2세(표준편차=14.2)로 나타났다. 연령집단은 국내 청년정책 관련 연령기준(최하예, 황성수, 2018) 및 중·노년기 관련 연구(Margelisch, 2017)를 참고하여 청소년, 청년, 중년, 장년집단의 총 4개 집단으로 구성하였다. 표 1은 각 연령집단별 특성을 요약한 것이다.

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. 각 척도의 점수범위는 0~30점이며, 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도 계수는 .67~.88이었다.

성격강점검사-청소년용(Character Strengths Test for Adolescents: CST-A). 청소년 개인의 긍정적 성품과 강점 및 주관적 행복 정도를 측정하기 위해 권석만, 김지영, 하승수(2012)가 개발하고 표준화한 자기보고형 검사이다. 총 24개의 성격강점 척도 및 주관적 행복 척도는 각 7개 문항으로 측정되고, 참여자에 의해 Likert형 4점 척도(0=전혀 아니다, 3=매우 그렇다)로 평정된다. 각 척도의 점수범위는 0~21점이며, 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도 계수는 .67~.88이었다.

삶의 만족도 척도(Satisfaction with Life Scale:

표 1. 집단별 연령 및 성별 특성

		청소년집단 (n=300)	청년집단 (n=414)	중년집단 (n=336)	장년집단 (n=403)
연령	범위	11-16세	19-34세	35-45세	46-64세
	평균(표준편차)	13.27(1.78)	27.76(3.80)	40.56(3.26)	50.89(4.40)
성별	남	172명	184명	109명	120명
	여	127명	230명	227명	283명

SWLS). 전반적인 삶에 대한 만족 정도를 측정하기 위해 널리 사용되는 척도로서 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 개발하였다. 총 5문항으로 Likert형 7점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다)로 평정된다. 이 연구에서는 조명환과 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 전경구, 최상진, 양병창(2001)이 번안한 한국판 CES-D를 사용하였으며, 내적 합치도 계수는 .94이었다.

자료 분석

수집된 자료는 SPSS 24.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 먼저 개인내 24개 성격강점의 순위점수(ipsative score)를 생성하여 연령집단별 강점의 순위점수 평균을 산출한 뒤, 1위부터 24위까지 순위를 매기고 상위 5개 강점과 하위 5개 강점을 확인하였다. 또한 집단별 성격강점 순위점수 간 상관분석을 위해 Spearman의 등위상관계수를 구하고 상관계수들 간에 유의한 차이가 있는지를 검증하기 위해 Fisher의 Z 점수로 변환하여 검증하였다. 다음으로 연령집단별 24개 성격강점과 행복 또는 삶의 만족도, 우울의 관계를 분석하기 위해 각 척도별 총점을 산출하여 상관분석을 실시하였으며, 24개 성격강점이 각각 행복 또는 삶의

만족도와 우울에 미치는 영향을 분석하기 위해 단계선택법(stepwise selection method)을 사용한 중다회귀분석을 실시하였다. 또한 24개 성격강점의 총점 및 행복 또는 삶의 만족도, 우울 점수를 사용하여 인구통계학적 변인에 따른 차이를 검증하기 위해 분산분석 및 Scheffé를 적용한 사후검정(post-hoc test)을 실시하였다. 마지막으로 청년, 중년, 장년집단을 한국 성인 자료로 통합하고 이를 75개국 성인 자료(McGrath, 2015)와 비교하기 위해 국가별 24개 성격강점의 순위 간 상관분석 및 상관계수들 간 차이를 검증하였다.

결 과

연령집단별 성격강점 비교

각 연령집단별 24개 성격강점의 순위를 표 2에 제시하였다. 먼저 청소년집단의 상위 5개 성격강점은 사랑, 감사, 낙관성, 친절성, 정서지능이었고, 하위 5개 성격강점은 영성, 심미안, 학구열, 용서, 융감성으로 나타났다. 청년집단의 상위 5개 성격강점은 사랑, 친절성, 낙관성, 감사, 진실성이었고, 하위 5개 성격강점은 학구열, 영성, 용서, 리더십, 창의성으로 나타났다. 중년집단의 상위 5개 성격강점은 낙관성, 감사, 사랑, 진실성, 공정성이었고, 하위 5개 성격강점은 학구열, 영성, 창의성, 호기심, 리더십으로 나타났다. 장년집단의 상위 5개 성격강점은 진실성, 낙관성, 감사, 공정성, 사랑이었고, 하위 5개 성격강점은 학구열, 창의성, 호기심, 유머, 리더십으로 나타났다.

연령과 성격강점의 관계를 살펴보기 위해 24개 강점의 순위점수와 연령 간 Spearman 상관계수

및 연령집단에 따른 성격강점 순위점수의 표준편차를 구하였다(표 2). 상관분석 결과, 학구열, 용감성, 신중성, 감사, 낙관성은 연령과 유의한 관계가 관찰되지 않았다. 호기심, 정서지능, 창의성, 사랑, 유머 등의 성격강점은 연령이 증가할수록 순위가 유의하게 낮아졌으며, 호기심은 연령집단 간 순위점수의 표준편차(SD=2.43)가 두 번째로 큰 강점으로 나타났다. 진실성, 끈기, 공정성, 영성 등의 강점은 연령이 증가할수록 순위가 유의하게 높아졌으며, 진실성은 연령집단 간 순위점수의 표준편차(SD=2.45)가 가장 큰 강점으로 관찰되었다. 청소년집단과 청년집단의 성격강점 순위평균점수 간 Spearman 상관계수는 .80($p<.001$), 청소년집단과 중년집단 간 상관계수는 .67($p<.001$), 청소년집단과 장년집단 간 상관계수는 .54($p<.01$)로 나타났다. 청년집단과 중년집단 간 상관계수는

표 2. 연령집단별 성격강점 순위 및 연령과의 상관계수, 집단 간 표준편차

	청소년집단 순위 (평균)	청년집단 순위 (평균)	중년집단 순위 (평균)	장년집단 순위 (평균)	연령과의 상관계수	집단 간 표준편차
창의성	13 (11.51) ^a	20 (13.78)	22 (15.73)	23 (16.69)	.27***	2.29
호기심	12 (10.83)	18 (13.38)	21 (15.63)	22 (16.14)	.30***	2.43
개방성	7 (8.92)	10 (10.79)	11 (11.65)	14 (12.34)	.20***	1.48
학구열	22 (15.70)	24 (18.32)	24 (17.80)	24 (16.95)	.03	1.14
지혜	15 (11.89)	16 (12.91)	19 (13.86)	18 (13.67)	.16***	0.89
사랑	1 (4.73)	1 (6.07)	3 (6.78)	5 (7.98)	.25***	1.36
친절성	4 (8.18)	2 (7.10)	6 (8.66)	6 (8.40)	.09**	0.69
정서지능	5 (8.23)	11 (10.80)	15 (12.92)	16 (13.33)	.28***	2.34
용감성	20 (13.20)	19 (13.47)	17 (13.57)	17 (13.35)	-.01	0.16
끈기	18 (12.79)	8 (10.33)	8 (9.46)	7 (8.80)	-.21***	1.75
진실성	14 (11.80)	5 (8.16)	4 (6.95)	1 (6.31)	-.29***	2.45
활력	6 (8.75)	12 (10.90)	10 (10.49)	10 (10.28)	.06*	0.94
용서	21 (13.74)	22 (15.05)	16 (13.49)	15 (12.66)	-.10***	0.99
겸손	9 (10.52)	9 (10.56)	7 (9.18)	9 (9.11)	-.11***	0.81
신중성	16 (12.27)	15 (12.42)	13 (12.19)	12 (12.08)	-.02	0.14
자기조절	17 (12.50)	17 (13.07)	12 (11.86)	11 (10.98)	-.11***	0.90
시민의식	8 (9.34)	7 (9.87)	9 (9.68)	8 (8.84)	-.06*	0.45
공정성	10 (10.54)	6 (8.45)	5 (7.13)	4 (7.22)	-.21***	1.59
리더십	19 (12.99)	21 (13.86)	20 (14.90)	20 (14.63)	.09**	0.86
심미안	23 (16.23)	14 (11.68)	14 (12.39)	13 (12.31)	-.16***	2.08
감사	2 (6.49)	4 (7.49)	2 (6.74)	3 (7.03)	-.01	0.43
낙관성	3 (7.19)	3 (7.43)	1 (6.55)	2 (6.90)	.01	0.38
유머	11 (10.80)	13 (11.25)	18 (13.84)	21 (14.81)	.23***	1.95
영성	24 (18.76)	23 (17.61)	23 (16.50)	19 (14.26)	-.20**	1.92

^a1위부터 24위까지 순위로 표시한 것으로서, 괄호 안은 순위평균점수임.

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

.92($p < .001$), 청년집단과 장년집단 간 상관계수는 .87($p < .001$), 중년집단과 장년집단 간 상관계수는 .97($p < .001$)로 나타났다. 상관계수들 간 차이가 유의한지를 검증한 결과, 중년집단과 장년집단 간 상관계수는 청소년집단과 장년집단 간 상관계수, 청소년집단과 중년집단 간 상관계수, 청소년집단과 청년집단, 청년집단과 장년집단 간 상관계수보다 각각 유의하게 큰 것으로 나타났다, $z=4.82$, $p < .001$; $z=4.15$, $p < .001$; $z=3.21$, $p < .01$; $z=2.46$, $p < .05$. 청년집단과 중년집단 간 상관계수는 청소년집단과 장년집단 간 상관계수 및 청소년집단과 중년집단 간 상관계수보다 유의하게 큰 것으로 나타났다, $z=3.19$, $p < .01$; $z=2.52$, $p < .05$. 청년집단과 장년집단 간 상관계수는 청소년집단과 장년집단 간 상관계수보다 유의하게 큰 것으로 나타났다, $z=2.36$, $p < .05$.

연령집단별 성격강점과 행복/삶의 만족도 및 우울의 관계

24개 성격강점의 총점 및 행복 또는 삶의 만족도, 우울 점수를 사용하여 척도 간 Pearson 상관계수를 산출하고 그 결과를 표 3에 제시하였다. 청소년집단의 행복 점수 및 우울 점수와 가장 높은 상관을 보인 강점은 낙관성, 활력, 감사로 나타났다. 청년집단의 삶의 만족도 점수 및 우울 점수와 가장 높은 상관을 보인 강점은 감사, 낙관성, 사랑이었다. 중년집단의 삶의 만족도 점수 및 우울 점수와 가장 높은 상관을 보인 강점도 감사, 낙관성, 사랑으로 나타났다. 장년집단의 삶의 만족도 점수와 가장 높은 상관을 보인 강점은 감사, 낙관성, 활력이었고, 우울 점수와 가장 높은 상관을

을 보인 강점은 낙관성, 감사, 사랑이었다. 24개 성격강점은 청소년의 행복 및 성인의 삶의 만족도와 모두 유의한 정적 상관을 보였다. 우울의 경우 고연령집단으로 갈수록 유의한 부적 상관을 보이는 강점의 개수가 증가하였는데, 장년집단에서는 창의성과 영성을 제외한 나머지 성격강점이 우울 점수와 모두 유의한 부적 상관을 보였다.

24개 성격강점이 행복 또는 삶의 만족도 및 우울에 미치는 영향을 분석하기 위해 단계선택법(stepwise selection method)을 사용한 중다회귀분석을 실시하였다. 이 때, 공차한계(tolerance)는 1에 가깝고 분산팽창계수(VIF)는 10보다 현저하게 작아 다중공선성의 문제는 없는 것으로 판단되었다. 또한 독립변수에 따른 종속변수의 이분산성과 잔차의 비정규분포 및 오차항의 자기상관에서 모두 문제가 없는 것으로 판단되었다.

회귀분석 결과, 청소년집단의 낙관성은 행복 점수 중 61.1%를 설명했으며 행복을 예측하는 데 유의하게 기여하는 것으로 나타났다, $F(1, 298)=468.00$, $p < .001$, $\beta=.78$, $p < .001$. 청소년집단의 낙관성은 우울 점수 중 21.0%를 설명했으며 우울을 예측하는 데 유의하게 기여하는 것으로 나타났다, $F(1, 298)=79.19$, $p < .001$, $\beta=-.46$, $p < .001$. 청년집단의 감사는 삶의 만족도 점수 중 41.5%를 설명했으며 삶의 만족도를 예측하는 데 유의하게 기여하는 것으로 나타났다, $F(1, 412)=292.22$, $p < .001$, $\beta=.64$, $p < .001$. 청년집단의 낙관성은 우울 점수 중 25.9%를 설명했으며 우울을 예측하는 데 유의하게 기여하는 것으로 나타났다, $F(1, 412)=143.77$, $p < .001$, $\beta=-.51$, $p < .001$. 중년집단의 감사는 삶의 만족도 점수 중 33.9%를 설명했으며 삶의 만족도를 예측하는 데 유의하게 기여하는

표 3. 연령집단별 성격강점과 행복/삶의 만족도, 우울의 상관계수

	청소년집단 행복점수	청년집단 삶의만족	중년집단 삶의만족	장년집단 삶의만족	청소년집단 우울점수	청년집단 우울점수	중년집단 우울점수	장년집단 우울점수
창의성	.46***	.28**	.38***	.34***	-.12	-.16	-.20***	-.14
호기심	.61***	.45***	.46***	.46***	-.24***	-.29***	-.27***	-.31***
개방성	.55***	.37***	.42***	.43***	-.15	-.26***	-.30***	-.28***
학구열	.47***	.25***	.34***	.35***	-.16	-.07	-.16	-.23***
지혜	.52***	.44***	.49***	.46***	-.12	-.25***	-.34***	-.31***
사랑	.60***	.58***	.53***	.49***	-.26***	-.49***	-.48***	-.41***
친절성	.45***	.45***	.41***	.41***	-.08	-.32***	-.32***	-.30***
정서지능	.57***	.45***	.49***	.38***	-.17	-.34***	-.34***	-.27***
용감성	.60***	.45***	.47***	.44***	-.21***	-.32***	-.35***	-.29***
끈기	.59***	.44***	.41***	.48***	-.22***	-.32***	-.34***	-.34***
진실성	.53***	.42***	.29***	.38***	-.15	-.30***	-.28***	-.26***
활력	.65***	.53***	.52***	.50***	-.30***	-.40***	-.39***	-.39***
용서	.51***	.45***	.39***	.29***	-.15	-.33***	-.32***	-.26***
겸손	.36***	.34***	.16**	.23***	-.08	-.28***	-.17	-.20***
신중성	.43***	.37***	.32***	.31***	-.11	-.23***	-.19***	-.20***
자기조절	.50***	.47***	.41***	.43***	-.20	-.39***	-.36***	-.32***
시민의식	.55***	.51***	.41***	.34***	-.21***	-.38***	-.34***	-.27***
공정성	.49***	.37***	.34***	.27***	-.13	-.30***	-.30***	-.20***
리더십	.54***	.48***	.49***	.41***	-.17**	-.35***	-.31***	-.26***
심미안	.32***	.32***	.35***	.33***	-.02	-.14	-.19***	-.22***
감사	.64***	.64***	.58***	.52***	-.31***	-.47***	-.46***	-.42***
낙관성	.78***	.59***	.56***	.51***	-.46***	-.51***	-.52***	-.44***
유머	.55***	.43***	.45***	.34***	-.23***	-.31***	-.28***	-.22***
영성	.28***	.26***	.26***	.24***	.03	-.07	-.18	-.15

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

것으로 나타났다, $F(1, 334)=171.49$, $p < .001$, $\beta=.58$, $p < .001$ 중년집단의 낙관성은 우울 점수 중 26.6%를 설명했으며 우울을 예측하는 데 유의하게 기여하는 것으로 나타났다, $F(1, 334)=121.15$, $p < .001$, $\beta=-.52$, $p < .001$. 장년집단의 감사는 삶의 만족도 점수 중 27.4%를 설명했으며 삶의 만족도를 예측하는 데 유의하게 기여하는 것으로 나타났다, $F(1, 401)=151.17$, $p < .001$, $\beta=.52$, $p < .001$. 장년집단의 낙관성은 우울 점수 중 19.5%를 설명했

으며 우울을 예측하는 데 유의하게 기여하는 것으로 나타났다, $F(1, 401)=97.00$, $p < .001$, $\beta=-.44$, $p < .001$.

연령집단별 인구통계학적 변인에 따른 성격강점, 행복/삶의 만족도 및 우울의 차이

24개 성격강점의 총점 및 행복 또는 삶의 만족도, 우울 점수를 사용하여 연령집단별 인구통계학

적 변인에 따른 차이를 분석하였다. 청소년집단의 성별, 종교, 성적에 따른 성격강점의 차이를 분석한 결과, 여학생의 친절성, 정서지능, 심미안 점수가 남학생보다 유의하게 높았다, $t(297)=-3.07, p<.01$; $t(297)=-2.82, p<.01$, $t(297)=-2.86, p<.01$. 종교의 경우, 영성 점수는 기독교와 천주교가 무교보다 유의하게 높은 것으로 나타났다, $F(3, 294)=48.63, p<.001$. 성적의 경우, 학구열, 끈기, 리더십 점수는 성적 상집단이 중집단과 하집단보다 유의하게 높았다, $F(2, 285)=18.21, p<.001$, $F(2, 285)=16.44, p<.001$, $F(2, 285)=20.36, p<.001$. 성별, 종교, 성적에 따른 행복과 우울 점수의 차이를 분석한 결과, 행복 점수는 여학생이 남학생보다 유의하게 높았으며 성적 상집단이 중집단 및 하집단보다 유의하게 높은 것으로 나타났다, $t(297)=-2.00, p<.05$; $F(2, 286)=7.53, p<.05$.

청년집단의 성별, 종교, 결혼, 직업에 따른 성격강점의 차이를 분석한 결과, 남성의 자기조절 점수가 여성보다 유의하게 높았다, $t(412)=7.45, p<.001$. 종교의 경우, 영성 점수는 기독교가 무교, 천주교, 불교보다 유의하게 높은 것으로 나타났다, $F(4, 409)=58.04, p<.001$. 성별, 종교, 결혼, 직업에 따른 삶의 만족도와 우울 점수의 차이를 분석한 결과, 기혼이 미혼에 비해 삶의 만족도 점수가 유의하게 높고 우울 점수는 유의하게 낮았다, $F(1, 411)=25.86, p<.001$; $F(1, 411)=25.67, p<.001$. 기타 직업군의 삶의 만족도 점수는 학생과 시간제보다 유의하게 높았으며 우울 점수는 학생, 시간제, 상근직보다 유의하게 낮았다, $F(3, 410)=6.91, p<.001$; $F(3, 410)=8.47, p<.001$.

중년집단의 성별, 종교, 결혼, 직업에 따른 성격강점의 차이를 분석한 결과, 남성의 창의성 점수

가 여성보다 유의하게 높았다, $t(334)=-5.52, p<.001$. 종교의 경우, 영성 점수는 기독교가 무교, 천주교, 불교보다 유의하게 높은 것으로 나타났다, $F(4, 331)=52.47, p<.001$. 성별, 종교, 결혼, 직업에 따른 삶의 만족도와 우울 점수의 차이를 분석한 결과, 기혼이 미혼에 비해 삶의 만족도 점수가 유의하게 높고 우울 점수는 유의하게 낮았다, $F(2, 333)=9.75, p<.001$; $F(2, 333)=19.27, p<.001$.

장년집단의 성별, 종교, 결혼, 직업에 따른 성격강점의 차이를 분석한 결과, 성별에 따른 성격강점의 유의한 차이는 관찰되지 않았다. 종교의 경우, 감사 점수는 기독교가 무교와 불교보다 유의하게 높았고 영성 점수는 기독교가 무교, 천주교, 불교보다 유의하게 높았다, $F(4, 398)=10.23, p<.001$; $F(4, 398)=56.06, p<.001$. 성별, 종교, 결혼, 직업에 따른 삶의 만족도와 우울 점수의 차이를 분석한 결과, 기혼이 기타 상태에 비해 삶의 만족도 점수가 유의하게 높고 우울 점수는 유의하게 낮았다, $F(2, 400)=4.11, p<.05$; $F(2, 400)=4.59, p<.05$. 학생, 상근직, 기타 직업군은 시간제에 비해 삶의 만족도 점수가 유의하게 높은 것으로 나타났다, $F(3, 397)=2.07, p<.05$.

한국 성인의 성격강점과 다른 국가 성인의 성격강점 비교

청년, 중년, 장년집단을 한국 성인자료(평균연령=39.6세)로 통합하여 이를 75개국 성인자료(평균연령=35.7세; McGrath, 2015)와 비교하였다. McGrath 자료와의 비교가 용이하도록 한국 성인의 성격강점을 1위부터 24위까지 순위로 제시하였다(표 4). 분석결과, 다른 국가 성인과 공통적으로

사랑, 감사, 친절성, 진실성, 공정성이 상위 강점에 포함된 한편, 낙관성은 한국에서만 상위 5개 강점에 포함되는 것으로 관찰되었다. McGrath (2015)의 자료에 제시된 국가별 성격강점의 순위와의 상관관계를 분석한 결과, 동아시아 국가들과의 상관관계수만 유의하게 높은 것으로 나타났으며, $r = .45, p < .05$, 유럽 국가들과의 상관관계수는 가장 낮은 것으로 관찰되었다. 상관관계수들 간 차이를 검

정한 결과, 통계적으로 유의한 차이는 관찰되지 않았다, $z = .20 \sim 1.28, ns$. 국가 간 표준편차가 가장 큰 호기심($SD=6.47$)은 한국 성인의 하위 강점에 속했지만(21위), 다른 나라에서는 중상위권(1~7위)에 해당하는 강점으로 관찰되었다. 세 번째로 표준편차가 큰 겸손($SD=5.37$)은 한국 성인의 9위 강점인데 반해, 다른 나라들에서는 최하위권 강점(23~24위)으로 관찰되었다.

표 4. 국가별 성격강점 순위 및 국가 간 표준편차

	한국	동아시아	중앙 아시아	미국	유럽	중남미	사하라이남 아프리카	국가 간 표준편차
창의성	22	15	11	14	12	11	11	3.99
호기심	21	7	7	5	1	3	7	6.47
개방성	11	3	4	4	3	2	5	2.99
학구열	24	12	17	12	7	12	16	5.38
지혜	18	14	9	9	9	13	12	3.37
사랑	1	6	6	7	6	7	6	2.07
친절성	6	5	3	3	4	5	2	1.41
정서지능	15	13	13	10	11	14	15	1.91
용감성	17	22	18	18	17	18	18	1.70
끈기	8	16	16	17	20	16	19	3.87
진실성	4	2	2	1	5	4	4	1.46
활력	10	21	19	20	19	19	21	3.82
용서	19	18	21	19	18	20	20	1.11
겸손	9	23	23	23	23	24	23	5.37
신중성	14	19	22	22	21	22	22	2.98
자기조절	12	24	24	24	22	23	24	4.41
시민의식	7	8	8	13	13	8	10	2.51
공정성	5	1	1	2	2	1	1	1.46
리더십	20	10	10	11	10	9	8	4.02
심미안	13	11	15	15	14	15	13	1.50
감사	3	4	5	6	15	6	3	4.16
낙관성	2	9	14	16	16	10	9	4.98
유머	16	17	12	8	8	17	14	3.93
영성	23	20	20	21	24	21	17	2.27
상관계수		.45*	.40	.28	.09	.34	.39	

* $p < .05$.

논 의

이 연구의 목적은 청소년부터 장년에 이르는 연령집단별 성격강점 프로파일을 분석하여 대표 강점을 확인하고 집단 간 강점 프로파일의 비교를 통해 발달연령에 따른 성격강점의 특성을 구체적으로 밝히는 데 있다. 연구결과, 연령집단별 상위 5개 대표강점 중에서 3개(낙관성, 사랑, 감사)가 일치하였고 연령집단 간 성격강점의 상관계수가 중간 수준 이상으로 나타나, 전반적으로 연령대별 성격강점의 양상이 유사한 것으로 판단되었다. 그러나 20세 이상 성인들로 구성된 연령집단(청년, 중년, 장년)과 청소년집단 간의 상관계수가 성인집단들 간의 상관계수보다 유의하게 작다는 점에서, 청소년기와 성인기 사이에 성격강점의 양상이 달라질 수 있음이 시사되었다. Park과 Peterson(2006a)도 미국 청소년의 성격강점 순위와 미국 성인의 순위 간 상관관계가 미국 성인과 다른 나라 성인 간 상관(Park, Peterson, & Seligman, 2006)에 비해 현저하게 낮음을 언급하면서, 발달단계에 따라 성격강점의 구체적 양상이 달라질 수 있다고 제언한 바 있다. 가령 3세에서 9세 자녀에 대한 부모의 강점 기술을 분석한 연구(Park & Peterson, 2006b)에서 가장 빈번하게 나타난 강점은 사랑, 친절성, 호기심이었고 진실성, 용서, 감사, 겸손은 거의 관찰되지 않은 강점으로 조사되었다. 이에 대해 연구자들은 인지적, 사회적 성숙 및 생애주기에 따른 발달적 요구의 영향이 반영된 결과라고 해석하였다.

이러한 결과들에 비추어볼 때, 국내 청소년부터 장년에 이르는 연령집단의 성격강점이 유사한 프로파일을 보이긴 하지만 세부적으로는 발달단계

별 독특한 특성이 반영된다고 볼 수 있겠다. 특히 청소년집단과 성인집단 간 성격강점 유사성이 가장 작기 때문에, 청소년기에서 성인기로 이행하면서 성격강점이 점차 안정적으로 발달해가는 것으로 추측된다. 청소년기는 의존적인 아동으로부터 독립적인 성인으로의 전환이 일어나는 시기로서, 이 시기에 겪게 되는 생물학적, 심리사회학적 변화는 성격 특질의 변화와 성숙으로 나타난다(Klimastra et al., 2009). 성격 5요인(Big Five)을 중심으로 성격 특질을 분석한 연구들에 따르면, 대체로 연령이 증가할수록 성격 발달의 안정성과 조직성이 증가한다고 보고되고 있다(Branje et al., 2007; De Fruyt et al., 2006; Roberts & DelVecchio, 2000). 따라서 성격강점 역시 연령이 증가할수록 점차 안정적인 발달양상을 보일 것으로 여겨진다.

연령집단별 성격강점의 독특한 특성을 구체적으로 살펴보면, 청소년집단의 대표강점에 사랑, 낙관성, 감사 외 친절성, 정서지능이 포함되어 있음을 확인할 수 있었다. 친절성, 정서지능, 사랑은 인애(humanity) 덕목에 속하는 강점으로서, 다른 사람과 친밀한 관계를 형성하는 것과 관련된 대인관계적 강점을 가리킨다. 청소년기는 자아정체감의 획득과 더불어 또래와의 친교 확립이 중요한 시기라 할 수 있다(Furman & Buhrmester, 1992). 또래와의 긍정적인 관계는 특히 한국 청소년들에게 중대한 발달과업으로 여겨지는 바, 이러한 과업의 성취에 기여할 수 있는 대인관계적 강점이 상대적으로 강조된 것으로 추측된다. 청소년집단의 대표강점 가운데 정서지능은 한국 성인이나 다른 나라 청소년 자료(Neto, Neto, & Furnham, 2014; Park & Peterson, 2006a; Toner

et al., 2012)와 비교해보아도 상대적으로 높은 순위에 해당하였다. 정서지능(emotional intelligence)은 자신과 타인의 정서를 잘 인식하고 조절함으로써 대인관계를 원활하게 만드는 개인적 능력(Salovey & Mayer, 1990)으로서, 관계를 포함한 주위 상황에 대한 사회적 지식을 자신의 행동에 활용할 수 있다는 의미에서 사회지능(social intelligence; Cantor & Kihlstrom, 1987)이라고도 한다. 이 연구에서 정서지능은 연령이 증가할수록 순위가 하락하는 유의한 변동을 보이고 연령집단 간 순위 격차도 세 번째로 큰 강점으로 관찰된 바, 한국 청소년의 성격강점 발달에 있어 정서지능이 중요한 역할을 하는 것으로 생각된다.

정서지능과 비슷하게 호기심 역시 연령집단 간 순위 격차가 두 번째로 큰 강점이었으며 연령이 증가할수록 순위가 하락하는 유의한 변동을 보였다. 호기심(curiosity)은 새로운 경험과 지식을 얻고자 하는 욕구로서 도전적인 기회를 인식하고 추구하는 것과 관련된 강점이다(Peterson & Seligman, 2004). 대체로 호기심은 전 생애에 걸쳐 상당히 안정적인 편이지만(Cacioppo, Petty, Feinstein, & Jarvis, 1996), 호기심에 비해 좁은 의미인 자극추구(novelty-seeking) 성향, 즉 흥분과 모험 추구, 탈역제, 지루해지기 쉬운 성향은 나이가 들수록 감소한다고 알려져 있다(Giambra, Camp, & Grodsky, 1992). 이 연구에서 호기심은 청소년집단의 12위로 출발해 중, 장년집단에서는 하위 5위권으로 하락하는 양상을 보인 바, 연령이 증가할수록 호기심의 상대적 위치가 낮아지는 것으로 관찰되었다. 이와 대조적으로 75개국을 대상으로 한 연구(McGrath, 2015)에서 호기심은 상위 5위권인 대표강점에 해당하였으며, 18세에서 65세

영국 성인의 성격강점을 조사한 연구(Linley et al., 2007)에서는 호기심이 연령과의 상관성이 가장 높은 강점으로 나타나 오히려 나이가 들수록 호기심이 증가하는 것으로 조사되었다.

호기심은 지식을 습득하고 활용하는 지성 덕목에 속하는 강점으로서, 여기에는 창의성, 개방성, 학구열, 지혜가 함께 포함된다. 이 연구에서 5개 인지적 강점들은 전 연령대에 걸쳐 중, 하위권에 위치해 있었으며 성인집단에서는 호기심, 창의성, 학구열이 하위 5위권에 해당되었다. 특히 학구열은 청소년집단에서 22위, 청년, 중년, 장년집단에서 모두 최하위인 24위에 머물러 있었다. 한국 성인집단과 다른 나라 성인집단과의 비교에서도 호기심과 학구열은 국가 간 순위 격차가 매우 큰 강점들로서, 다른 나라들에 비해 호기심과 학구열의 순위가 상대적으로 낮은 것으로 확인되었다.

반대로 연령이 증가할수록 순위가 상승하는 유의한 변동을 보인 강점에는 진실성, 공정성, 끈기, 영성 등이 있었다. 먼저 영성(spirituality)은 인생의 초월적인 차원이 존재한다는 확신에 근거한 믿음과 실천을 가리키는 강점(Peterson & Seligman, 2004)으로서, 연령이 높을수록 삶의 만족과의 관계가 밀접해지는 양상을 보인다. 청년기에 영성은 삶의 만족, 정적 정서와 아무런 상관을 보이지 않다가 중, 노년기에 접어들면서 주관적 안녕에 긍정적인 효과를 미치며 성공적인 노화에 중요한 역할을 하게 되는 것이다(Ardelt, Landes, Gerlach, & Fox, 2013; Margelisch, 2017). 장애물, 난관, 방해에도 불구하고 목표 지향적인 행동을 자발적으로 지속하는 강점인 끈기(perseverance) 역시 나이가 들수록 점차 인내하기가 쉬워진다는 점에서 적어도 성인기까지 발달한다고 알려져 있

다(Peterson & Seligman, 2004). 안정적인 주의폭과 좌절에 대한 인내력을 기르는 데에는 시간이 필요하기 때문이다.

진실성과 공정성은 한국 성인집단과 75개국 성인집단(McGrath, 2015)의 공통된 대표강점으로도 확인되었다. 특히 진실성은 연령집단 간 순위 격차가 가장 큰 강점으로서, 한국 장년집단(1위), 중년집단(4위), 청년집단(5위)의 대표강점이자 75개국 성인집단에서 1위에 위치하였다. 진실성(authenticity)은 자신의 내면상태, 의도, 약속을 사적으로나 공적으로 정확히 드러냄으로써 자기 자신에게 진솔한 특질을 말한다(Peterson & Seligman, 2004). 현실에서는 갈등적인 욕구와 목표에 반응해야 하는 복잡한 상황이 많이 존재하는데, 진실성은 이러한 복잡성을 인식하면서 해결 과정에서 진정한 자기감을 중시하려는 태도라고 할 수 있다(Goldman & Kernis, 2002). 따라서 사회적 역할과 책무가 막중해지는 성인기에 사회적 요구를 고려하면서도 진정한 자기의 표현을 포기하지 않는 진실성은 이 시기에 매우 가치 있는 강점으로 여겨진다. 경험적으로 진실성이 높은 사람일수록 자존감, 주관적 안녕, 심리적 안녕의 수준이 높고 불안, 우울, 스트레스와 같은 심리적 고통의 수준은 낮았으며 신체적으로 더 건강하고 긍정적인 인간관계를 맺었으며 목표를 성취할 가능성도 높은 것으로 나타났다(Ryan, LaGuardia, & Rawsthorne, 2005; Sheldon & Elliot, 1999; Wood, Linley, Maltby, Baliousis, & Joseph, 2008).

공정성(fairness)은 도덕적으로 무엇이 옳고 그른지를 판단하는 도덕적 추론의 산물로서, 사적인 감정이나 편견에 치우치지 않고 모든 사람을 동

등하게 대하는 태도를 말한다(Peterson & Seligman, 2004). 도덕적 추론의 발달을 위해서는 논리적 사고 능력과 사회적 조망 능력이 요구된다(Walker & Richards, 1979)는 점에서, 연령에 따른 인지적 성숙이 공정성 발달에 필요하며 이 점이 연구결과에도 반영된 것으로 생각된다. 복잡한 현실 상황에서 진정한 자기를 지키는 것이 어렵듯이, 정의롭고 공정한 판단을 내리는 일 또한 어렵다. 그럼에도 공정성은 사회 정의를 구현하는데 가장 중요한 가치로서, 이기적인 자기중심적 성향을 극복하고 전체 공동체의 안정과 평화에 기여하는 사회적 강점이라 할 수 있다. 이러한 맥락에서 공정성이 한국과 75개국 성인집단(McGrath, 2015)의 대표강점에 위치해있다는 사실은 시사하는 바가 크다고 하겠다.

한편 사랑, 감사, 낙관성은 연령집단별 상위 5개 대표강점에 공통적으로 해당되는 강점으로 밝혀졌다. 선행연구에서 이 세 강점은 삶의 만족 또는 주관적 행복과 가장 밀접히 관련된 강점으로 조사된 바 있다(Park & Peterson, 2006a; Park et al., 2004a; Peterson et al., 2007; Shimai et al., 2006). 연구자들에 따르면, 사랑은 현재의 삶을 가장 충족적인 방식으로 영위하게 만든다는 점에서, 감사는 과거와 긍정적으로 연결된다는 점에서, 낙관성은 미래와 긍정적으로 연결된다는 점에서 삶의 만족과 행복에 기여할 수 있다. 또한 사랑, 감사, 낙관성은 사람들을 서로 이어주는 따뜻한 강점(strengths of the heart)으로서 자기 초점적인 인지적 강점에 비해 행복과 더 일관된 관련성을 보인다(Park & Peterson, 2006a). 이는 타인과의 친밀한 관계가 학업적 성취, 직업적 성공, 부, 지능보다도 행복에 더 중요하다는 연구결과와도 일

치된다(Diener & Seligman, 2002). 이 연구에서도 사랑, 감사, 낙관성은 전 연령대에서 행복 및 우울 수준과 유의한 관련성을 보였으며, 특히 성인집단에서 감사는 삶의 만족을, 낙관성은 우울을 유의하게 설명하는 것으로 나타났다. 감사라는 렌즈를 통해 삶을 바라보면 삶 자체가 소중한 선물이라는 인식을 하게 되고 그 결과 자신의 삶에 만족할 수 있게 된다. 선행연구에서 낙관성은 정신장애 발병을 예방, 억제하는 것으로 알려졌는데, 낮은 수준의 우울, 불안, 부정적 정서와 밀접히 관련되었으며 부정적 생활사건의 영향을 완충하는 역할을 하였다(Seligman, 1991; Snyder, 2002; Valle, Huebner, & Suldo, 2006).

한국 성인의 대표강점은 사랑, 낙관성, 감사, 진실성, 공정성으로, 낙관성을 제외한 나머지 성격강점은 75개국(McGrath, 2015)에서도 상위권에 해당되는 것으로 확인되었다. Bok(1995)에 따르면, 사회적으로 보편적인 가치에는 상호성 의무, 부정과 배신행위의 금지 및 갈등 상황에서의 형평성과 절차적 정의가 포함된다. 사랑과 감사는 상호성의무를, 진실성은 부정과 배신의 금지를, 공정성은 형평성과 절차적 정의를 가리킨다는 점에서, 상기 보편적 가치가 한국을 포함한 75개국 성인의 대표적인 강점에 반영된 것으로 생각된다.

한국 성인집단의 성격강점 프로파일은 동아시아 국가들과 유의하게 높은 상관을 보인 반면 유럽 국가들과의 상관은 가장 작은 것으로 관찰되었다. 이는 한국 대학생의 강점 순위가 미국 대학생(.56)보다 일본 대학생(.75)과 더 높은 상관을 보였다는 연구 결과(임영진, 2010)와도 일관된다. 미국과 일본 대학생의 성격강점을 비교한 Shimai 등(2006)의 제언처럼, 성격강점이 대부분의 문화권

에서 보편적이더라도 구체적인 프로파일은 특정 문화 및 국가에 따라 달라질 수 있다. 한국 성인의 대표강점은 특히 일본(Shimai et al., 2006)과 중국(Zhang & Chen, 2018)의 대표강점과 거의 일치하였다. 국가 간 순위 격차가 가장 큰 호기심과 학구열은 한국뿐만 아니라 일본과 중국에서도 상위 5개 강점에 해당되는 특징을 보였다. 반면 국가 간 순위 격차가 세 번째로 큰 겸손은 한국에서는 중위권에 위치하였으나, 일본과 중국에서는 하위권에, 75개국에서는 하위 5개 강점에 해당되는 것으로 나타났다. 겸손(modesty)은 자신의 장점과 한계를 정확히 보려는 방어적인 태도로서 자신이 특별한 사람인 것처럼 행동하지 않는 것을 말한다(Peterson & Seligman, 2004). 겸손은 자존감의 고양을 중시하는 서구 문화권과 현대사회에서 높이 평가되지 않는 덕목일 수 있다(Harvey & Powels, 2004). 하지만 좌절과 상실의 한계 경험을 통해 발달하는 강점이라는 점에서, 겸손은 역경에 대처하는 사람들이 일상 속에서 감사와 만족을 경험할 수 있도록 돕는다(Park, Peterson, & Seligman, 2004b). 다른 동아시아 국가들에 비해서도 상대적으로 높은 가치를 인정받고 있는 겸손은 교만과 자기도취, 특권의식을 경계한다는 점에서 한국 사회의 조화에 중요한 기여를 하는 강점으로 추측된다.

마지막으로 전체 연령집단의 대표강점이기도 한 낙관성은 동아시아를 포함한 75개국 자료(McGrath, 2015)와의 비교에서 월등히 높은 순위에 위치해있었다. 낙관성(optimism) 또는 희망(hope)은 긍정적인 미래를 예상하고 이를 성취하기 위해 노력하는 태도를 일컫는다(Peterson & Seligman, 2004). 많은 연구에서 낙관성은 청소년

과 성인의 행복과 정신건강에 긍정적 영향을 미치는 강력한 특질이라는 사실이 입증되었으며 (Blanca et al., 2018), 다양한 영역에서의 성취, 신체 건강, 긍정적 인간관계 등과도 밀접히 관련되었다(Bromley, Johnson, & Cohen, 2006; Seligman, 1991; Toner et al., 2012). 특히 희망은 상급학교 진학과 같은 과도기의 안녕감을 예측하였으며, 갑작스러운 부정적 생활사건의 영향을 완화시킴으로써 긍정적 발달을 촉진하는 역할을 하였다(Ciarrochi et al., 2015). 당초 계획이 좌절되더라도 유연하게 대처하고 목표 성취를 위한 노력을 지속시키는 낙관성의 속성(Snyder, 2002)이 야말로 급변하는 한국 사회에서 개인의 행복과 최적 기능을 발휘하도록 돕는 강점이라고 생각된다. 따라서 청소년뿐만 아니라 성인도 일상생활에서 낙관성을 활용할 수 있도록 다양한 개입방식을 개발할 필요가 있겠다.

이 연구의 결과는 제한된 표집을 대상으로 도출된 것이므로 한국인의 성격강점에 대한 결론을 내리기에 한계가 있다. 특히 중장년집단으로 갈수록 여성의 비율이 상대적으로 높아지는 바, 이러한 표집의 특성이 연구의 결과에 영향을 미쳤을 가능성을 배제하기 어렵다. 이에 추가적으로 성별집단과 연령집단을 고정요인으로 투입하여 일변량분산분석을 실시한 결과, 성별이 성격강점에 미치는 효과가 통계적으로 유의하지 않거나 연령에 따른 효과보다 작은 것으로 나타났다. 이로써 연구의 결과를 성차로 설명할 수 있다는 대안가설은 기각되었다. 후속적으로 성비를 고려한 표집에 근거해서 이 연구의 결과를 검증하는 작업이 필요하겠다. 또한 초고령사회가 다가오면서 성공적인 노화에 대한 관심이 급증하고 있는 바,

65세 이상의 한국 노년집단을 대상으로 성격강점과 관련 변인과의 특성을 조사하는 연구가 이루어져야 할 것이다. 마지막으로 횡단연구를 통해 연령집단 간 성격강점의 특성을 살펴본 것이므로, 발달연령에 따른 성격강점 프로파일의 시간적 변화를 확인하기 위해 체계적인 종단연구가 보완되어야 할 것이다.

상기 제한점에도 불구하고 이 연구는 청소년부터 장년에 이르는 폭넓은 연령대를 대상으로 성격강점의 양상을 구체적으로 밝힘으로써 연령대별 성격강점 특성에 대한 이해를 넓혔다는 데 의의가 있다. 특히 연구에서 확인된 한국 성인의 독특한 성격강점 프로파일은 문화 또는 국가 간 성격강점의 비교연구에 기여할 수 있을 것이다. 더불어 이 연구의 결과는 한국인의 심리적 건강 증진을 위해 낙관성과 감사에 기반한 다양한 개입 프로그램을 개발하고 적용할 수 있는 경험적 근거로서 활용될 수 있겠다.

참 고 문 헌

- 권석만, 김지영, 하승수 (2012). 성격강점검사 청소년용-전문가 지침서. 서울: 학지사 심리검사연구소.
- 권석만, 유성진, 임영진, 김지영 (2010). 성격강점검사-전문가 지침서. 서울: 학지사 심리검사연구소.
- 김지영 (2014). 대학생의 성격강점비교: 인구통계학적 변인 및 만족도를 중심으로. 미래사회, 5(1), 79-95.
- 김지영 (2015). 강점개입이 정신건강에 미치는 효과. 한국심리학회지: 건강, 20(3), 498-513.
- 김지영 (2016). 성격강점과 행복의 관계: 초·중·고등 학생의 비교를 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 21(4), 845-859.
- 임영진 (2010). 성격강점과 긍정심리치료가 행복에 미치

- 는 영향. 서울대학교 박사학위 청구논문.
- 임영진 (2012). 성격강점과 정신적 웰빙의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 31(3), 713-730.
- 전검구, 최상진, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. *한국심리학회지: 건강*, 6, 59-76.
- 조명한, 차경호 (1998). 삶의 질에 대한 국가 간 비교. 서울: 집문당.
- 최하예, 황성수 (2018). 우리나라 청년정책의 정책수단 유형분석 연구: 지방정부의 정책과제 단위사업을 중심으로. *한국정책과학학회보*, 22(3), 75-99.
- 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 (Ed.), *Positive Psychology: Advances in understanding adult motivation* (pp. 97-119). New York: Springer.
- Biswas-Diener, R. (2006). From the equator to the north pole: A study of character strengths. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 293-310.
- Blanca, M. J., Ferragut, M., Ortiz-Tallo, M., & Bendaian, R. (2018). Life satisfaction and character strengths in Spanish early adolescents. *Journal of Happiness Studies*, 19(5), 1247-1260.
- Bok, S. (1995). *Common values*. Columbia, MO: University of Missouri Press.
- Branje, S. J., van Lieshout, C. F. M., & Gerris, J. R. M. (2007). Big five personality development in adolescence and adulthood. *European Journal of Personality*, 21(1), 45-62.
- Brdar, I., & Kashdan, T. B. (2010). Character strengths and well-being in Croatia: an empirical investigation of structure and correlates. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 151-154.
- Bromley, E., Johnson, J. G., & Cohen, P. (2006). Personality strengths in adolescence and decreased risk of developing mental health problems in early adulthood. *Comprehensive Psychiatry*, 47(4), 315-324.
- Cacioppo, J. T., Petty, R. E., Feinstein, J. A., & Jarvis, W. B. G. (1996). Dispositional differences in cognitive motivation: The life and times of individuals varying in need for cognition. *Psychological Bulletin*, 119(2), 197-253.
- Cantor, N., & Kihlstrom, L. (1987). *Personality and social intelligence*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Ciarrochi, J., Parker, P., & Kashdan, T. B. (2015). Hope and emotional well-being: A six-year study to distinguish antecedents, correlates, and consequences. *The Journal of Positive Psychology*, 10(6), 520-532.
- Dahlsgaard, K., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2005). Shared virtue: The convergence of valued human strengths across culture and history. *Review of General Psychology*, 9(3), 203-213.
- De Fruyt, F., Bartels, M., Van Leeuwen, K. G., De Clercq, B., Devuyper, M., & Mervielde, I. (2006). Five types of personality continuity in childhood and adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(3), 538-552.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84.
- Douglass, R. P., & Duffy, R. D. (2015). Strengths use and life satisfaction: A moderated mediation approach. *Journal of Happiness Studies*, 16(3), 619-632.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development*, 63(1), 103-115.
- Ghielen, S. T. S., Woerkm, M., & Meyers, M. C. (2018). Promoting positive outcomes through strengths interventions: A literature review. *The*

- Journal of Positive Psychology*, 13(6), 573-585.
- Giambra, L. M., Camp, C. J., & Grodsky, A. (1992). Curiosity and stimulation seeking across the adult life span: Cross-sectional and 6- to 8-year longitudinal findings.
- Gillham, J., Adams-Deutsch, A., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M., Winder, B., Peterson, C., Park, N., Abenavoli, R., Contero, A., & Seligman, M. E. P. (2011). Character strengths predict subjective well-being during adolescence. *The Journal of Positive Psychology*, 6(1), 31-44.
- Goldman, B. M., & Kernis, M. H. (2002). The role of authenticity in healthy functioning and subjective well-being. *Annals of the American Psychotherapy Association*, 5, 18-20.
- Govindji, R., & Linley, A. (2007). Strengths use, self-concordance, and well-being: Implications for strengths coaching and coaching psychologists. *International Coaching Psychology Review*, 2(2), 143-153.
- Harvey, J. H., & Powels, B. G. (2004). Modesty, humility, character strengths, and positive psychology. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 620-623.
- Hausler, M., Strecker, C., Huber, A., Brenner, M., Höge, T., & Höfer, S. (2017). Distinguishing relational aspects of character strengths with subjective and psychological well-being. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-12.
- Heintz, S., Kramm, C., & Ruch, W. (2019). A meta-analysis of gender differences in character strengths and age, nation, and measure as moderators. *The Journal of Positive Psychology*, 14(1), 103-112.
- 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.
- Jayawickreme, E., Forgeard, M. J. C., & Seligman, M. E. P. (2012). The engine of well-being. *Review of General Psychology*, 16(4), 327-342.
- Klimastr, T. A., Hale III, W. W., Raaijmakers, Q. A. W., Branje, S. J. T., & Meeus, W. H. J. (2009). Maturation of personality in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(4), 898-912.
- Krapp, A., & Fink, B. (1992). The development and function of interests during the critical transition from home to preschool. In K. A. Renninger, S. Hidi, & A. Krapp (Eds.), *The role of interest in learning and development* (pp. 397-429). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Linley, P. A., Maltby, J., Wood, A. M., Joseph, S., Harrington, S., Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2007). Character strengths in the United Kingdom: The VIA inventory of strengths. *Personality and Individual Differences*, 43(2), 341-351.
- Linley, P. A., Nielsen, K. M., Gillett, R., & Biswas-Diener, R. (2010). Using signature strengths in pursuit of goals: Effects on goal progress, need satisfaction, and well-being, and implications for coaching psychologists. *International Coaching Psychology Review*, 5(1), 6-15.
- Littman-Ovadia, H., & Lavy, S. (2012). Character strengths in Israel: hebrew adaptation of the VIA inventory of strengths. *European Journal of Psychological Assessment*, 28, 41-50.
- Littman-Ovadia, H., Lavy, S., & Boiman-Meshita, M. (2017). When theory and research collide: Examining correlates of signature strengths use at work. *Journal of Happiness Studies*, 18(2), 527-548.
- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2003). *Positive psychological assessment: A handbook of models*

- and measures. APA.
- Lounsbury, J. W., Fisher, L. A., Levy, J. J., & Welsh, D. P. (2009). An investigation of character strengths in relation to academic success of college students. *Individual Differences Research*, 7(1), 52-69.
- 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.
- Martinez-Marti, M. L., & Ruch, W. (2014). Character strengths and well-being across the life span: Data from a representative sample of German-speaking adults living in Switzerland. *Frontiers in Psychology*, 5, 1-10.
- McGrath, R. E. (2015). Character strengths in 75 nations: An update. *The Journal of Positive Psychology*, 10(1), 41-52.
- Meyers, M. C., & van Woerkom, M. (2017). Effects of a strengths intervention on general and work-related well-being: The mediating role of positive affect. *Journal of Happiness Studies*, 18(3), 671-689.
- 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.
- Neto, J., Neto, F., & Furnham, A. (2014). Gender and psychological correlates of self-rated strengths among youth. *Social Indicators Research*, 118(1), 315-327.
- Park, N., & Peterson, C. (2006a). 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(6), 891-909.
- Park, N., & Peterson, C. (2006b). Character strengths and happiness among young children: Content analysis of parental descriptions. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 323-341.
- 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. Ruch, W., Beermann, U., Park, N., & 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., Maltby, J., & Linley, P. A. (2011). Strengths use as a predictor of well-being and health-related quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 12(1), 153-169.
- 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. (2013). What good are character strengths beyond subjective well-being?: The contribution

- of the good character on self-reported health-oriented behavior, physical fitness, and the subjective health status. *The Journal of Positive Psychology*, 8(3), 222-232.
- Quinlan, D., Swain, N., & Vella-Brodrick, D. A. (2012). Character strengths interventions: Building on what we know for improved outcomes. *Journal of Happiness Studies*, 13(6), 1145-1163.
- 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.
- Roberts, B. W., & DelVecchio, W. F. (2000). The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age: A quantitative review of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 128(1), 3-25.
- Ruch, W., Martínez-Martí, M. L., Proyer, R. T., & Harzer, C. (2014). The character strengths rating form (CSRF): Development and initial assessment of a 24-item rating scale to assess character strengths. *Personality and Individual Differences*, 68, 53-58.
- Ruch, W., Proyer, R. T., Harzer, C., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2010). Values in Action inventory of strengths adaptation and validation of the German version and the development of a peer-rating form. *Journal of Individual Difference*, 31(3), 138-149.
- Ryan, R. M., LaGuardia, J. G., & Rawsthorne, L. J. (2005). Self-complexity and the authenticity of self-aspects: Effects on well being and resilience to stressful events. *North American Journal of Psychology*, 7(3), 431-448.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211.
- Schutte, N. S., & Malouff, J. M. (2019). The impact of signature character strengths interventions: A meta analysis. *Journal of Happiness Studies*, 20(4), 1179-1196.
- Seligman, M. E. P. (1991). *Learned optimism*. New York: Knopf.
- Seligman, M. E. P., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Positive education: positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293-311.
- Seligman, M. E. P., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist*, 61(8), 774-788.
- 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.
- Sheldon, K. M., & Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 482-497.
- Shimai, S., Otake, K., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2006). Convergence of character strengths in American and Japanese young adults. *Journal of Happiness Studies*, 7, 311-322.
- Shoshani, A., & Slone, M. (2013). Middle school transition from the strengths perspective: young adolescents' character strengths, subjective well-being, and school adjustment. *Journal of Happiness Studies*, 14(4), 1163-1181.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows of the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
- Steger, M. F., Hicks, B. M., Kashdan, T. B., Krueger, R. F., & Bouchard Jr, T. J. (2007). Genetic and environmental influences on the positive traits of the values in action classification, and biometric covariance with normal personality. *Journal of Research in Personality*, 41(3), 524-539.

- Tehranchi, A., Doost, H. T. N., Amiri, S., & Power, M. J. (2018). The role of character strengths in depression: A structural equation model. *Frontiers in Psychology, 9*, 1-11.
- 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.
- Valle, M. F., Huebner, E. S., & Suldo, S. M. (2006). An analysis of hope as a psychological strength. *Journal of School Psychology, 44*(4), 393-406.
- Walker, L. J., & Pitts, R. C. (1998). Naturalistic conceptions of moral maturity. *Developmental Psychology, 34*(3), 403-419.
- Walker, L. J., & Richards, B. S. (1979). Stimulating transitions in moral reasoning as function of stage of cognitive development. *Developmental Psychology, 15*, 95-103.
- Weber, M., & Ruch, W. (2012). The role of a good character in 12-year-old school children: Do character strengths matter in the classroom? *Child Indicators Research, 5*(2), 317-334.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & 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.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Kashdan, T. B., & Hurling, R. (2011). Using personal and psychological strengths leads to increases in well-being over time: A longitudinal study and the development of the strengths use questionnaire. *Personality and Individual Differences, 50*(1), 15-19.
- Zhang, Y., & Chen, M. (2018). Character strengths, strengths use, future self-continuity and subjective well-being among Chinese university students. *Frontiers in Psychology, 9*, 1-14.

원고접수일: 2019년 4월 29일
 논문심사일: 2019년 6월 6일
 게재결정일: 2019년 7월 24일

Character Strengths by Age Groups: Comparisons of Character Strengths Among Korean Age Groups and Cultural Characteristics

Jiyoung Kim

Department of Counseling Psychology, Seoul Cyber University

The purpose of this study was to systematically clarify the profile of character strengths by age groups and to empirically identify the strengths that can contribute to mental health. Also, the author identified Korean adults' key strengths by comparisons with those in other countries. In this study, it was suggested that the profiles of character strengths by age groups were generally similar, because the correlations between ipsative scores of character strengths were statistically significant over moderate levels. In all age groups, love, optimism, and gratitude were in the top five, and love of learning was in the bottom five. The character strengths with the largest deviation by age groups were authenticity and curiosity. Authenticity that increased with age ranked first in the late-middle-age group. Curiosity that decreased with age was in the bottom five in the middle-age and the late-middle-age group. The character strengths of Korean adults were most similar to those of East Asian countries, whereas the similarities with European countries were the least similar. While love, gratitude, kindness, authenticity, and fairness were the top five in Korea as in other countries, optimism is in the top five only in Korea. In all age groups, optimism and gratitude were significantly associated with the high level of satisfaction(or happiness) and the low level of depression. Finally this study's limitations and the suggestions for further research are discussed.

Keywords: character strengths, satisfaction with life, happiness, depression, Korean, cross-cultural