

성격강점과 정신적 웰빙의 관계

임 영 진[†]

대구대학교 사회과학대학 심리학과

본 연구의 목적은 성격강점 검사의 요인구조를 파악하여 한국의 대학생에게 있어 24개 성격 강점이 어떠한 방식으로 구조화되어 있는지를 파악하고, 하위강점과 상위미덕이 정신적 웰빙과 어떠한 관련성을 맺고 있는지를 밝히는 데 있다. 연구 1에서는 성격강점 검사를 대학생 361명(남 203, 여 157)에게 실시하여 탐색적 요인분석을 시행한 결과, 4요인구조가 적합한 것으로 밝혀졌다. 연구 2에서는 24개 하위강점과 연구 1에서 도출된 4개 상위미덕이 정신적 웰빙과 어떠한 관련성을 맺고 있는지를 상관분석과 회귀분석을 통해서 대학생 154명(남 55, 여 99)을 대상으로 살펴보았다. 연구 2의 결과, 4개 상위미덕 중에서 관계적 미덕이 정신적 웰빙과 가장 밀접한 관련성을 맺고 있으며 24개 하위강점 중에서 낙관성이 정신적 웰빙과 높은 상관관계를 갖고 있는 것으로 드러났다. 끝으로, 연구의 의의와 제한점 및 추후 연구 과제에 대해 논의하였다.

주요어 : 성격강점, 정신적 웰빙, 성격강점 검사

[†] 교신저자(Corresponding Author) : 임영진 / 대구대학교 사회과학대학 심리학과 / 경상북도 경산시 진량읍 내리리 15번지 / Fax : 053-850-6369 / E-mail : ylim@daegu.ac.kr

성격강점(character strengths)은 인간의 사고, 정서 및 행동에 반영되어 있으며 인간에게 탁월함과 번영을 제공할 수 있는 긍정적 특질을 의미한다(하승수, 권석만, 2011; Park, Peterson, & Seligman, 2004; Yeaerly, 1990). 상기의 정의에 포함된 ‘긍정적’이라는 낱말로 인하여 성격강점은 장기간 심리학의 주요한 연구 영역에서 배제되어왔다(Peterson, 2006). 대표적인 특질(trait) 연구자인 Allport(1921, 1927)는 성격강점과 관련된 개념인 성품(character)은 심리학의 연구 주제에 포함되기 어렵다고 주장하였다. 성품은 사실(fact) 개념이 아닌 가치(value) 개념이기에 심리학적 주제라기보다는 철학적 연구 주제에 가깝다는 것이 그의 주장이다. 이후 오랜 기간 성품은 심리학의 연구 주제로 다루어지지 않았고, 가치중립적인 개념인 성격(personality)만이 연구되어왔다. 예를 들어, 관용, 용기, 지혜, 겸손, 절제 등의 성품은 심리학의 연구 주제에서 사라진 데 비해, 신경성(neuroticism; emotional stability; Eysenck, 1952; McCrae & Costa, 1994), 외향성(extroversion; Eysenck, 1952; McCrae & Costa, 1994), 정신증적 성향성(psychoticism: Eysenck, 1952), 친화성(agreeableness; McCrae & Costa, 1994), 경험에 대한 개방성(openness to experience; McCrae & Costa, 1994), 성실성(conscientiousness; McCrae & Costa, 1994) 등의 성격은 지속적으로 심리학자의 관심을 받아왔다(임영진, 2010).

성품은 소위 긍정심리학 운동(positive psychology movement)이 확산되면서 심리학의 연구주제로 다시금 부각되었다. 긍정심리학은 인간의 번영과 최적의 기능(optimal functioning)을 유발할 수 있는 조건과 과정에 대한 학문분야이자 인간의 좋은 삶(good life)과 관련된 주제를 탐구하는 연구 분야라고 할 수

있다(Gable & Haidt, 2005; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). 긍정심리학이 심리학의 하위분야로 포함되면서 심리학의 연구 범위는 한층 확장되었다(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Seligman(2002)에 의하면, 긍정 상태(positive state), 긍정 기관(positive institution), 긍정 특질(positive trait) 등의 세 영역이 긍정 심리학에 포함된다. 인간의 번영, 최적 기능, 행복(좋은 삶) 등이 긍정 상태를 구성한다면 긍정 기관은 긍정 상태를 유발하고 유지하는 기능을 담당할 수 있는 사회적 제도와 조직을 의미한다. 마지막으로 긍정 특질은 긍정 상태를 이끌어낼 수 있는 개인 내부의 긍정적인 소양인 성격강점을 뜻한다. 인간의 번영과 최적의 기능을 유발할 수 있고 행복(좋은 삶)을 영위하는 데 도움을 주는 개인의 특성이 바로 성격강점이다.

전통적 심리학에서는 인간의 부적응과 증상을 해결하기 위한 방법으로, 우선 고통을 호소하는 사람들이 지니고 있는 다양한 증상들에 이름을 붙이고, 이 증상들을 통합하여 장애를 구성하였다. 이런 과정을 통해서 만들어진 정신장애의 진단 및 통계편람(Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM; American Psychiatric Association, 2000)은 임상가들 사이에 효과적인 의사소통을 가능하게 하였으며, 치료 개입의 유용성과 효과에 대한 평가를 가능하게 해주었다. 임상가들은 이러한 분류 체계에 근거하여 증상과 장애의 원인이 되는 다양한 부정적 특질을 찾고, 부정적 특질의 이해를 통해 증상과 장애를 치료하기 위한 효과적인 치료 방법을 강구할 수 있었다. 전통적 심리학에서 다양한 부정적 특질과 정신장애를 분류하여 통합된 체계를 구성했듯이, 긍정적 특질을 체계적으로 분류하고 이해하는

것이 필요하다는 인식이 확산되었다. Peterson과 Seligman(2004)은 다양한 문화권에서 널리 존재하고 수많은 윤리학자, 철학자 및 종교사상가에 의해서 널리 연구되어 온 인간의 긍정적 특성에 대한 Values In Action(VIA) 분류체계를 구성하였다. VIA 분류체계는 6개의 (상위) 미덕과 24개의 (하위)강점으로 구성된 성격강점의 구성얼개를 의미한다. Peterson과 Seligman(2004)에 의하면, 전 세계에 널리 퍼져있는 광범위한 문헌을 조사함으로써 다양한 시대·사회·문화에 걸쳐 공통적으로 발견되는 강점과 미덕만으로 VIA 분류체계는 구성되었다. 미덕이란 오랜 기간 현인(賢人)들에 의해 가치 있고 바람직한 것으로 여겨진 핵심 특성을 의미하며, 지혜(wisdom), 자애(humanity), 용기(courage), 절제(temperance), 정의(justice), 초월(transcendence) 등이 이에 해당한다. 강점이란 각 개인이 자신의 미덕을 구현함에 있어 선택하는 구체적이고 실제적인 과정을 뜻하며, 3~6개의 하위강점은 각각의 상위미덕을 구성한다.

성격강점에 대한 체계적인 분류 체계를 구축하고 각각의 성격강점을 계발하고 증진하는 구체적인 방법을 강구함으로써 행복(좋은 삶)의 영위와 최적 기능의 발현이라는 긍정 심리학의 목적을 달성할 수 있을 것이다. 긍정 심리학의 ‘목적’이 행복 혹은 좋은 삶의 영위라면, 긍정 심리학의 목적 달성을 위한 ‘방법’이 곧 ‘성격강점’이다. 그렇다면 긍정 심리학의 목적이라고 한 행복 혹은 좋은 삶이란 과연 무엇인가? 행복(좋은 삶)에 대한 심리학적 구성개념으로 가장 오래된 것은 주관적 안녕(subjective well-being; Diener, 1984)이라 할 수 있다.

주관적 안녕은 단일 구성개념에 의해서 구

성된 것이 아니라 서로 구별되는 복수의 구성개념을 통해서 개념화되었다. 즐거움·흥미·편안함 등의 긍정 정서(positive affect)를 보다 빈번히 그리고 보다 강하게 경험하는 상태, 슬픔·분노·불안 등의 부정 정서(negative affect)를 보다 드물게 그리고 보다 약하게 느끼는 상태, 자기 삶의 전반적 모습에 대해서 포괄적인 평가를 부여하는 삶의 만족도(life satisfaction)가 높은 상태를 아울러 주관적 안녕이라 칭한다(임영진, 고영건, 신희천, 조용래, 2012).

주관적 안녕은 고대 그리스 철학에서 유래한 쾌락주의적 전통(hedonism)을 따르고 있는 개념이다(Keyes & Annas, 2009). 서로 다른 삶의 가치를 추구하면서 다양한 방식으로 생활해 나가는 인간에게 보편적이고 공통적인 행복(좋은 삶)의 모습은 쾌를 추구하고 고통은 멀리하는 태도가 유일하다는 것이 쾌락주의 이론의 핵심이라고 할 수 있다. 인간이면 누구나 즐거움을 제공하는 대상에게는 접근하고 고통을 부여하는 대상은 피하려고 노력한다는 것이다(임영진 등, 2012).

행복과 좋은 삶을 주관적 안녕이란 구성개념을 통해 이해하려고 했던 일반적 연구 동향에서 새로운 이론이 등장한다. 이 이론에서는 주관적 안녕 대신에 심리적 안녕(psychological well-being; Ryff, 1989)이라는 개념을 사용하였다. 행복과 좋은 삶을 주관적 안녕이란 개념들을 통해 설명할 때 행복(좋은 삶)의 정서적 측면만을 지나치게 강조하게 된다고 심리적 안녕 이론의 주장자들은 주장했다. 인간이 자신에 대해서 평가할 때 정서적 요소도 중요하지만 그에 못지않게 기능적인 면도 필수불가결 요소라는 것이 심리적 안녕 개념의 창안자 Ryff(1989)의 견해이다. Ryff(1989)의 관점에 의

하면, 긍정적 인간관계를 맺고 자율적인 의사 결정을 하며 외부 상황을 적절히 통제하면서 지내고 있는지에 대한 자기평가는 정서적으로 즐겁고 편안한 상태에 놓여 있고 우울하고 불안한 상황에 있지 않다는 점에 대한 자기평가에 못지않게 중요하다.

심리적 안녕의 개념은 고대 그리스의 자기 실현 이론에서 유래한다(Ryff, 1989). 이른바 유데모니아로서의 행복(좋은 삶)을 설파했던 아리스토텔레스(2000)에 의하면, 행복과 좋은 삶은 이 세상에 가지고 태어난 자신의 잠재력과 성품을 온전히 발휘하는 것 자체이다. 아리스토텔레스는 당시에 득세하던 쾌락주의 이론에 대해 의문을 피력하면서 항상 쾌를 원하고 고통을 피하는 것만이 능사가 아니며 누구에게나 적당한 고통을 경험해야 하는 상황이 존재하고 쾌의 향유를 절제해야할 순간이 언제고 있는 것이라고 주장했다. 쾌의 추구하고 고통의 회피는 성품과 덕성을 올바르게 전개해나가는 과정에 기여할 때만 의미 있는 것이라고 아리스토텔레스는 첨언했다(Keyes & Annas, 2009).

심리적 안녕의 개념과 주관적 안녕의 개념 모두, 행복과 좋은 삶의 단위를 개인이라고 간주하여 개발된 개념이다. 그렇지만 어떤 사람들은 집합적 사회를 행복과 좋은 삶을 영위하는 최소 단위라고 여긴다. 즉, 개인의 자기 실현과 행복만큼이나 개인이 속한 사회의 번영과 번성을 중요시하는 사람이 적지 않다. 집합적 행복을 중요시하는 사람에게 있어서는 개인적 행복과 자기실현과 더불어 사회의 번성과 번영이 함께 이루어질 때 비로소 좋은 삶이 완성되는 것이다. Keyes(1998)이 주창한 사회적 안녕(social well-being)의 개념은 이렇듯 좋은 삶의 사회적 요건을 수용한 것이다. 한 개인이 자신이 속한 사회가 가지는 기능에 대

해서 부여하는 주관적인 평가가 바로 사회적 안녕이다. Keyes(2002, 2003)는 행복과 좋은 삶에 대한 상기의 세 가지 개념을 통합하여 정신적 웰빙(mental well-being)이라는 단일 구성개념을 제안하였다(Lim, Ko, Shin, & Cho, in press).

본 연구에서는 성격강점과 정신적 웰빙의 현재까지의 연구 흐름을 바탕으로 하여 성격강점과 정신적 웰빙 사이의 관계를 살펴보고자 한다. 정신적 웰빙에 영향을 주는 변인은 매우 다양하다. 소득수준, 인적네트워크, 대인관계의 질, 신체적 건강, 사회적 지위, 결혼여부, 학력, 직업유무 등의 변인이 정신적 웰빙에 영향을 미치는 것으로 알려져 있다. 이들 변인이 지니는 공통점은 무엇일까. 정신적 웰빙에 긍정적 효과를 제공할 수 있는 변인들의 공통점은 모두 사회적으로 가치 있는 것으로 여겨지는 것이라는 점이다(Lyubomirsky, King, & Diener, 2005).

성격강점은 어떤 개인이 속한 사회에서 바람직하고 가치 있다고 여겨지는 생각, 행동 및 정서의 결정체이다. 성격강점은 다양한 시대와 문화에서 소중하게 여겨졌던 긍정적 특질 중에서 다양한 기준에 따라 세밀하게 검토된 후 채택되었다(Peterson & Seligman, 2004). 성격강점의 채택과정과 선별경로에 의하면, 성격강점과 정신적 웰빙의 밀접한 관련성은 미루어 짐작할 수 있다. 실제로 정신적 웰빙의 유사개념이자 하위개념인 삶의 만족도와 성격강점의 선행연구들에 의하면 대부분의 성격강점은 삶의 만족도와 정적 상관관계를 보였다. 24개 성격강점에서 높은 값을 보고한 사람들이 대체로 자신의 삶에 대해서 만족하는 경향성을 나타낸 것이다. 그렇지만 성격강점과 삶의 만족도의 관련성은 성격강점별로

큰 차이를 보였다. 문화적·지역적 차이가 존재하기는 하나, 대체로 감사, 낙관성, 친절, 호기심 등 정서적 특성을 지닌 강점과 삶의 만족도의 상관성이 자기조절, 겸손, 신중성 등의 인지적 특성을 지닌 강점과 삶의 만족도의 상관보다 높게 나타났다(Peterson, 2006). 즉, 어떤 성격강점은 다른 성격강점보다 사회적으로 더 가치 있고 더 바람직한 것이다.

각 성격강점과 삶의 만족도의 상관관계에 대한 문화차 연구 결과, 서양인의 경우 낙관성과 삶의 만족도의 상관성이 가장 높았고, 그 다음으로 활력, 감사, 호기심이 뒤를 이었으며, 겸손, 창의성, 심미안은 삶의 만족도와 낮은 상관을 보였다. 그런데 동양인을 대상으로 한 연구에서는 다른 결과가 보고되었다. 미국인에게는 호기심과 유머가 삶의 만족도와 높은 상관을 보였지만, 중국인에게 호기심과 유머는 상대적으로 상관성이 낮은 하위강점 중 하나였다(Chan, 2009; Park et al., 2004). 이러한 문화차는 각 성격강점의 가치 수준이 문화별로 동등하지 않음을 보여주는 결과이다. 서구에서는 높이 평가되는 강점이 동양인에게는 그다지 큰 가치를 지니고 있지 못할 수도 있다. 즉, 선행 연구의 결과는 정신적 웰빙과 개개 성격강점의 관계가 개인이 속한 지역·사회·문화에 따라 달라질 수 있음을 시사한다. 성격강점의 가치가 한 개인이 속한 사회의 특성에 따라 가변적인 것이기에, 성격강점과 정신적 웰빙의 관계 또한 사회마다 달라질 수 있다.

선행연구에서는 정신적 웰빙과 성격강점의 관계를 살펴봄에 있어 지나치게 정서적 웰빙에 한정하여 연구하였다. 앞서 살펴본 것과 같이 정서적 웰빙은 심리적·사회적 웰빙과 개념적·경험적으로 구별되는 개념이다. 정신적 웰빙과 성격강점의 관계는 정신적 웰빙으

로 정서적 웰빙을 채택할 때와 심리적·사회적 웰빙을 선정할 때 차이를 보일 수 있다. 이에 정서적 웰빙 뿐 아니라 심리적·사회적 웰빙을 포함한 보다 포괄적인 구성개념으로서의 정신적 웰빙과 성격강점의 관계를 파악하는 것이 필요하다.

본 연구에서는 크게 3가지 점에 주목하였다. 첫째, 한국의 대학생에게 24개 하위강점은 어떤 상위미덕으로 구성되는가? 둘째, 한국 대학생의 경우 어떤 하위강점이 행복과 좋은 삶에 보다 크게 기여하는가? 셋째, 한국 대학생의 경우 어떤 상위미덕이 행복과 좋은 삶에 보다 크게 기여하는가? 이를 위해 본 연구에서는 한국의 대학생에게 24개 성격강점을 측정하는 성격강점 검사(Character Strengths Test, CST; 권석만, 유성진, 임영진, 김지영, 2010)와 행복과 좋은 삶의 측정치로 가장 포괄적인 내용을 담고 있는 정신적 웰빙 척도(임영진 등, 2012; Keyes, Wissing, Potgieter, Temane, Kruger, & van Rooy, 2008)를 실시하였다.

연구 1

Peterson과 Seligman(2004)은 24개 하위강점이 6개의 상위미덕으로 묶일 것이라고 제안하였다. 그렇지만 후속연구들은 문화와 지역, 그리고 계층에 따라 1개, 4개 혹은 5개의 미덕이 전체 성격강점의 체계를 구성하는 것으로 보고하였다. 성격강점이 어떻게 범주화되고 전체 강점 시스템은 어떠한 상위미덕으로 구성되는지에 대한 국내연구는 아직까지 존재하지 않은 상황이다. 개개 상위미덕과 행복(좋은 삶)의 관계를 파악하기에 앞서 24개 성격강점의 요인구조에 대한 연구는 필수적이라 하겠

다. 이에 연구 1에서는 CST를 대학생들에게 시행하고 탐색적 요인분석을 통해 성격강점의 체계가 어떠한 구조로 구성되어 있는지를 살펴보고자 한다.

방 법

연구대상

서울에 위치한 한 대학과 경북에 자리 잡은 한 대학에서 심리학 교양수업을 수강하는 대학생 361명(남자 203명, 여자 157명, 성별 미기재 1명)이 연구에 참가하였다. 참가자들의 평균 연령은 21.80($SD = 2.60$)세였고, 연령 범위는 17세부터 29세까지였다.

측정도구

성격강점 검사(Character Strengths Test; CST)

이 검사는 Peterson과 Seligman(2004)이 제안한 VIA 분류체계에 입각하여, 개인의 성격강점을 파악하기 위하여 권석만 등(2010)이 제작하였다. 여기에는 6개의 상위미덕과 24개의 하위강점이 포함되는데, 이 검사는 24개의 하위강점을 10개씩의 문항으로 측정하고 있다. 응답자는 각 문항에 동의하는 정도를 4점 척도(0-3) 상에서 평정한다. 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도 계수는 강점별로 .65-.87의 범위였으며 내적 합치도 계수는 강점별로 .76-.92이었다.

연구 절차

본 척도는 강의실에서 학생을 대상으로

실시되었다. 연구자는 척도 작성과 관련된 질문에 응답하기 위해서 척도 평정 시간 동안 강의실에서 대기하였다. 척도 응답자는 펜이나 연필을 이용하였고 소요된 총 시간은 약 40분이었다.

자료 분석

CST 척도의 요인구조를 탐색하기 위한 목적으로 SPSS 17.0 프로그램을 사용하여 탐색적 요인분석을 수행하였다.

요인추출은 주축요인법(Principal Axis Factoring)을 사용하였고, 적절한 요인부하량을 얻기 위한 회전방법으로는 프로맥스(Promax) 방식을 적용하였다.

결 과

기초통계량

CST 척도의 24개 성격강점에 대한 평균, 표준편차, 최소값, 최대값, 왜도 및 첨도에 대한 정보가 표 1에 제시되어 있다.

표 1에 의하면, 학생들이 가장 빈번하게 보고하는 성격강점(자신에게 해당되는 정도를 4점 평정척도로 평가하게 했을 때 가장 높은 평균 점수를 보이는 강점)은 사랑(21.81)이었고 그 다음으로 친절성(20.91), 낙관성(20.83), 감사(20.22)가 뒤를 이었다. 반면에 가장 드물게 보고된 강점은 영성(9.34), 학구열(14.77), 용감성(15.38), 리더십(15.49)이었다. 모든 성격강점의 왜도와 첨도의 값은 -1과 1 사이에 위치하여 전체변인은 전반적으로 정규분포를 따른다는 것을 보여주었다.

표 1. 24개 성격강점에 대한 평균, 표준편차, 왜도, 첨도, 최대값, 최소값 (N = 361)

성격강점	평균	표준편차	왜도	첨도	최소값	최대값
창의성	17.28	6.98	.16	-.92	1	30
호기심	17.29	5.93	.01	-.22	0	30
개방성	18.26	5.92	-.05	-.45	1	30
학구열	14.77	6.16	.27	-.59	3	30
지혜	16.65	6.00	.13	-.40	1	30
사랑	21.81	5.06	-.66	.73	0	30
친절성	20.97	4.89	-.59	.91	0	30
사회지능	17.78	6.13	-.19	-.01	0	30
용감성	15.35	5.53	.29	-.06	0	29
끈기	17.25	6.38	-.08	-.44	1	30
진실성	18.74	4.92	-.17	.02	0	29
활력	17.31	5.72	-.09	-.26	0	30
용서	16.36	5.96	-.19	-.32	0	30
겸손	18.35	5.68	-.12	-.25	0	30
신중성	17.60	5.12	-.26	.16	0	30
자기조절	16.76	5.93	.00	-.17	1	30
시민정신	18.13	5.13	-.39	.06	2	29
공정성	18.48	4.50	-.29	.56	1	30
리더십	15.49	6.37	-.05	-.24	0	30
감상력	18.08	6.45	-.28	-.37	2	30
감사	20.22	6.26	-.56	-.14	0	30
낙관성	20.83	5.38	-.64	.59	0	30
유머	19.12	6.22	-.04	-.68	0	30
영성	9.34	7.77	.88	.01	0	30

탐색적 요인분석

24개 성격강점에 대한 탐색적 요인분석을 실시하였다. 요인분석을 실시한 결과, Kaiser 방식에 따라 고유치가 1이상으로 추출되는 요

인 수는 4개였고, 이들 4개 요인의 누적분산 비율은 69.34%이었다. 요인구조의 개수를 정함에 있어서 다음의 5가지 기준이 바탕이 되었다. 첫째, 고유치가 1.0 이상이어야 한다 (Kaiser, 1961). 둘째, 스크리(Scree) 검사 상에서

두드러진 저하가 관찰되어야 한다(Cattell, 1966). 셋째, 요인을 구성하는 문항이 해석 가능하여야 한다(Gorsuch, 1983). 넷째, 두 개 이상의 요인에 높은 부하량을 보이는 문항이 적어야 한다(Thurstone, 1947). 마지막으로, .33 이상의 부하량을 갖지 못하는 문항이 적어야 한다(Thurstone, 1947). 상기의 5가지 기준을 적용한 결과, 4개 요인으로 구성된 요인구조가 가

표 2. 24개 성격강점의 탐색적 요인분석 결과 (4요인 모형)^a

성격강점	요인 1	요인 2	요인 3	요인 4
사회지능	.93	-.13	.14	-.19
유머	.92	-.14	.08	-.16
친절	.83	.06	-.16	.14
사랑	.73	.00	.00	.19
리더십	.65	.07	.20	-.11
활력	.44	.03	.44	.09
낙관성	.40	.04	.36	.20
자기조절	-.23	.91	.08	.01
개방성	-.15	.89	.10	-.03
신중성	.03	.71	.33	-.26
공정성	.16	.64	.06	.09
시민정신	.46	.62	-.30	.05
끈기	-.03	.61	.33	-.03
겸손	.03	.59	-.24	.28
진실성	.17	.33	.11	.12
호기심	.28	-.12	.70	.11
창의성	.23	-.16	.68	.04
지혜	.10	.32	.65	.08
학구열	-.36	.19	.65	.25
감상력	-.04	-.14	.63	.47
용감성	.33	.16	.52	-.08
영성	-.21	.03	.23	.59
감사	.26	.00	.15	.55
용서	.17	.20	.02	.52

^a 굵은 글씨는 부하량 .33이상을 의미함.

장 적합한 것으로 판단되었다(표 2).

요인 I은 사회지능, 유머, 친절, 사랑, 리더십, 활력, 낙관성 등의 7개 강점으로 이루어졌으며 관계적 미덕으로 명명되었다. 요인 II는 자기조절, 개방성, 신중성, 공정성, 시민정신, 끈기, 겸손, 진실성 등의 8개 강점으로 구성되었으며 절제적 미덕으로 이름 붙여졌다. 다음으로, 요인 III은 호기심, 창의성, 지혜, 학구열, 감상력, 용감성 등의 성격강점으로 구성되며 지성적 미덕에 해당된다. 마지막으로, 요인 IV은 감사, 용서, 영성 등의 성격강점을 포함하며 영적 미덕이라고 불릴 수 있다.

연구 2

Peterson과 Seligman(2004)은 행복과 좋은 삶의 기여도를 성격강점의 요건으로 삼았다. 연구 2에서는 행복과 좋은 삶에 대한 심리학적 구성개념 중에서 가장 포괄적인 개념인 정신적 웰빙과 성격강점이 어떠한 관련성을 갖고 있는지를 탐색적으로 살펴보고자 하였다.

방 법

연구대상

대학에서 심리학 교양수업을 수강하는 대학생 154명(남자 55명, 여자 99명)이 연구에 참가하였다. 참가자들의 평균 연령은 22.22($SD = 2.79$)세였고, 연령 범위는 17세부터 29세까지였다.

측정도구

한국판 정신적 웰빙 척도(Korean version of the Mental Health Continuum Short Form; K-MHC-SF)

정서적·사회적·심리적 웰빙 등의 세 가지 측면에 주목하여 행복한 삶의 조건을 제시한 Keyes(2002, 2003)의 이론에 따라 정신적 웰빙의 수준을 측정하는 척도이다(Keyes et al., 2008). 이 척도는 6점 척도(0점: 전혀 없음, 5점: 매일)이고, 정서적 웰빙(1-3문항), 사회적 웰빙(4-8문항), 심리적 웰빙(9-14문항) 등의 3요인으로 구성되며, 총 14문항으로 이루어져 있다. 가능한 정신적 웰빙 점수의 범위는 0점에서 70점까지이며 점수가 높을수록 정신적 웰빙의 정도가 높음을 의미한다. 본 연구에 사용된 K-MHC-SF 척도는 임영진 등(2012)이 번안하였다. 전체 문항에 대한 본 연구의 내적 합치도 계수는 .90(정서적 웰빙: .89, 사회적 웰빙: .72, 심리적 웰빙: .84)이었다.

성격강점 검사(Character Strengths Test; CST)

연구 1에서 사용한 척도와 동일하다.

연구 절차

연구 참여자는 강의실에서 본 척도를 집단적으로 평정하였다. 연구자는 연구 참여자의 질문에 응답하기 위해서 평정 시간 동안 연구 참여자와 함께 있었다. 연구 참여자는 연필이나 펜을 사용하여 문항에 응답하였고 평정에 소요된 총 시간은 약 40분이었다.

결 과

대학생의 성격강점과 정신적 웰빙의 관계를

살펴보기 위해 상관분석과 다중선형회귀분석(Multiple Linear Regression Analysis)을 시행하였다. 먼저, 어떤 성격강점이 정신적 웰빙 총점, 정서적 웰빙, 사회적 웰빙 및 심리적 웰빙 점수와 보다 크게 관련을 맺고 있는지를 알아보기 위해 성격강점과 정신적 웰빙 점수 사이에 상관분석을 시행하였으며 결과는 표 3에 제시하였다. 1종 오류의 가능성을 줄이기 위해 본페로니 교정법(bonferroni correction)을 거쳐 유의수준을 .001로 수정하였다(Field, 2009).

24개 성격강점 중에서 겸손($r = .14$), 영성($r = .18$), 학구열($r = .25$)을 제외하고 모든 성격강점이 정신적 웰빙 총점과 통계적으로 유의미한 상관을 갖는 것으로 드러났다. 특히, 낙관성($r = .64$), 사랑($r = .58$), 활력($r = .56$), 감사($r = .56$)의 성격강점이 비교적 높은 상관을 보였다. 연구 1에서 시행한 탐색적 요인분석 결과 도출된 상위미덕 중에서는 관계적 미덕($r = .59$)이 상대적으로 높은 상관을 드러내었고 영적 미덕($r = .43$)이 상대적으로 낮은 상관을 나타내었다.

24개 성격강점 중에서 겸손($r = .14$), 영성($r = .22$), 학구열($r = .26$), 자기조절($r = .27$)을 제외하고 모든 성격강점이 정신적 웰빙의 하위요인인 정서적 웰빙 점수와 유의미한 상관을 갖는 것으로 드러났다. 특히, 감사($r = .61$), 호기심($r = .56$), 사랑($r = .55$), 활력($r = .53$)의 성격강점이 비교적 높은 상관을 보였다. 연구 1에서 시행한 탐색적 요인분석 결과 도출된 상위미덕 중에서는 관계적 미덕($r = .53$)이 상대적으로 높은 상관을 드러내었고 절제적 미덕($r = .43$)이 상대적으로 낮은 상관을 나타내었다.

24개 하위강점 중에서 영성($r = .14$), 학구열($r = .17$), 겸손($r = .18$), 감상력($r = .20$), 창의

성($r = .23$), 리더십($r = .27$)을 제외하고 모든 성격강점이 정신적 웰빙의 하위요인인 사회적 웰빙 점수와 유의미한 상관을 갖는 것으로 드러났다. 특히, 낙관성($r = .51$), 시민정신($r = .44$), 사랑($r = .43$)의 성격강점이 비교적 높은 상관을 보였다. 연구 1에서 실시한 요인분석 결과 도출된 상위미덕 중에서는 관계적 미덕($r = .59$)이 상대적으로 높은 상관을 드러내었다.

24개 성격강점 중에서 겸손($r = .14$), 영성($r = .15$), 용서($r = .23$), 공정성($r = .23$), 학구열($r = .25$), 신중성($r = .25$)을 제외하고 나머지 18개 하위강점이 정신적 웰빙의 하위차원인 심리적 웰빙 값과 통계적으로 유의미한 상관을 가지는 것으로 드러났다. 특히, 낙관성($r = .62$), 활력($r = .56$), 사랑($r = .55$), 호기심($r = .54$)의 하위강점이 비교적 높은 상관을 보였다. 연구 1에서 실시한 요인분석 결과 도출된 4개의 상위미덕 중에서는 관계적 미덕($r = .57$)이 상대적으로 높은 상관을 드러내었고 영적 미덕($r = .36$)이 상대적으로 낮은 상관을 나타내었다.

다음으로, 여러 성격강점 중에서 어떤 성격강점이 정신적 웰빙에 더 크게 기여하는지 보다 면밀히 검토하기 위해 성격강점을 예언변인으로 하고 정신적 웰빙을 준거변인으로 삼아 일련의 다중선형회귀분석을 실시하였다. 다중선형회귀분석을 시행하기에 앞서 다중공선성을 진단하기 위해 분산팽창계수(Variance Inflation Factor; VIF)를 확인하였다. 지침에 의하면 VIF 점수가 10점 이상을 보이는 변인이 발견될 때 다중공선성을 해결하기 위한 조치가 필요하다(Myers, 1990). VIF 지수를 통해 예언변인의 다중공선성을 살펴본 결과 모든 변인이 10점미만의 값을 보였으므로 다중공선성의 문제는 지니지 않은 것으로 판단되어 24개

표 3. 성격강점과 정신적 웰빙의 상관분석

상위미덕	하위강점	정신적 웰빙	정서적 웰빙	사회적 웰빙	심리적 웰빙
	창의성	.38*	.36*	.23	.40*
	호기심	.53*	.56*	.33*	.54*
	개방성	.35*	.30*	.30*	.33*
	학구열	.25	.26	.17	.25
	지혜	.49*	.40*	.34*	.52*
	사랑	.58*	.55*	.43*	.55*
	친절성	.46*	.46*	.38*	.39*
	사회지능	.43*	.34*	.30*	.45*
	용감성	.42*	.37*	.28*	.46*
	끈기	.44*	.40*	.34*	.42*
	진실성	.43*	.47*	.30*	.39*
	활력	.56*	.53*	.38*	.56*
	용서	.30*	.30*	.28*	.23
	겸손	.14	.15	.18	.07
	신중성	.30*	.28*	.26	.25
	자기조절	.33*	.27	.33*	.28*
	시민정신	.41*	.31*	.44*	.33*
	공정성	.30*	.30*	.28*	.23
	리더십	.38*	.33*	.27	.39*
	감상력	.31*	.35*	.20	.30*
	감사	.56*	.61*	.41*	.50*
	낙관성	.64*	.53*	.51*	.62*
	유머	.36*	.33*	.30*	.32*
	영성	.18	.22	.14	.15
관계적 미덕		.59*	.53*	.44*	.57*
절제적 미덕		.44*	.40*	.32*	.38*
지성적 미덕		.50*	.49*	.32*	.52*
영적 미덕		.43*	.47*	.34*	.36*

* $p < .001$

변인 중에서 상관분석 시행 시 유의미한 상관 관계를 보인 성격강점 변인을 투입하여 다중선형회귀분석을 실시하였다.

정신적 웰빙 총점을 준거변인으로 하고 하위강점을 예언변인으로 한 다중선형회귀분석에서 통계적으로 유의한 예언변인은 낙관성($\beta = .27$), 시민정신($\beta = .25$), 지혜($\beta = .24$), 감사($\beta = .21$) 등이었다. 반면, 리더십($\beta = -.21$)과 감상력($\beta = -.19$)은 부적인 방향으로 기여하는 것으로 드러났다($R = .74$, $F(21, 132) = 7.97$, $p < .001$). 정서적 웰빙을 준거변인으로 두고 하위강점을 예언변인으로 한 다중선형회귀분석에서 통계적으로 유의한 예언변인은 감사($\beta = .35$)와 진실성($\beta = .17$)에 한정되었다($R = .43$, $F(21, 132) = 26.04$, $p < .001$). 사회적 웰빙을 준거변인으로 삼고 하위강점을 예언변인으로 한 다중선형회귀분석에서 통계적으로 유의한 예언변인은 낙관성($\beta = .33$)과 시민정신($\beta = .33$)에 불과하였다($R = .61$, $F(18, 135) = 26.04$, $p < .001$). 마지막으로, 심리적 웰빙을 준거변인으로 하고 하위강점을 예언변인으로 한 다중선형회귀분석에서 통계적으로 유의한 예언변인은 지혜($\beta = .34$), 낙관성($\beta = .27$), 사랑($\beta = .26$), 사회지능($\beta = .22$), 감사($\beta = .15$) 등이었다. 반면, 감상력($\beta = -.25$)과 유머($\beta = -.21$)는 반대 방향으로 기여하는 것으로 드러났다($R = .75$, $F(18, 135) = 10.08$, $p < .001$). 전체적으로 조망할 때, 낙관성의 하위강점은 정신적 웰빙을 유발할 수 있는 강점임이 드러났고 감상력의 성격강점은 여타 성격강점이 동반되지 않은 상황에서는 오히려 정신적 웰빙에 부정적 영향을 미칠 수 있음이 밝혀졌다.

이어서 연구 1에서 도출한 바 있는 4가지 상위미덕 중에서 어떤 강점이 준거변인을 가

장 잘 예언할 수 있는지에 대해 살펴보았다. 정신적 웰빙 총점을 준거변인으로 하고 4가지 상위미덕을 예언변인으로 한 다중선형회귀분석에서 통계적으로 유의한 예언변인은 관계적 미덕($\beta = .38$)이었다($R = .62$, $F(4, 149) = 24.11$, $p < .001$). 정서적 웰빙 총점을 준거변인으로 하고 4가지 상위미덕을 예언변인으로 한 다중선형회귀분석에서 유의한 예언변인은 관계적 미덕($\beta = .27$)과 영적 미덕($\beta = .18$)이었다($R = .59$, $F(4, 149) = 20.28$, $p < .001$). 또한 사회적 웰빙 총점을 준거변인으로 하고 4가지 상위미덕을 예언변인으로 한 다중선형회귀분석에서 통계적으로 유의한 상위미덕은 관계적 미덕($\beta = .31$)과 절제적 미덕($\beta = .23$)이었고($R = .49$, $F(4, 149) = 12.03$, $p < .001$), 심리적 웰빙 총점을 준거변인으로 하고 4가지 상위미덕을 예언변인으로 한 다중선형회귀분석에서 통계적으로 유의한 예언변인은 관계적 미덕($\beta = .39$)과 지성적 미덕($\beta = .23$)이었다($R = .60$, $F(4, 149) = 21.57$, $p < .001$). 관계적 미덕은 여타 강점에 비해 정신적 웰빙과 밀접히 관련되어 있는 것으로 보이며 나머지 3개의 상위미덕은 정서적·사회적·심리적 웰빙 각각과 개별적인 관련성을 맺고 있는 것으로 여겨진다.

논 의

한국의 대학생으로 대상으로 CST의 하위강점의 요인구조를 살펴보고 하위강점이 어떠한 형태로 상위미덕을 구성하는지를 알아보기 위하여 탐색적 요인분석을 수행한 결과, 관계적 미덕, 절제적 미덕, 지성적 미덕, 영적 미덕 등으로 구성된 4요인 구조가 한국 대학생의

성격강점을 반영하는 데 적합한 것으로 나타났다. 24개 하위 강점 중 낙관성이 정신적 웰빙에 가장 크게 기여하는 것으로 나타났고 4개 상위미덕 중에서는 관계적 미덕이 정서적 웰빙과 가장 밀접한 관련을 맺고 있는 것으로 밝혀졌다.

본 연구에서 VIA 분류체계가 한국의 대학생을 대상으로 하여 4요인 구조가 적합한 것으로 판단되었듯, 지금까지 보고된 VIA 분류체계에 대한 요인 구조 연구는 다양성을 보여주었고 분류체계 원작자(Peterson & Seligman, 2004)의 제안(예, 6요인)과는 일치하지 않는 결과도 다수 보고된 바 있다. 24개 성격강점이 ‘긍정성’이라는 단일요인으로 소급된다는 주장도 있었고(Van Eeden, Wissing, Dreyer, Park, & Peterson, 2008), 4요인 구조가 가장 적합하다는 연구 보고도 상당수 존재하였으며(Cawley, Martin & Johnson, 2000; Dahlsgaard, 2005; Park & Peterson, 2005, 2006), 24개 성격강점의 변산을 설명하기에 5개 미만의 요인수는 부족하다는 점을 시사하는 연구 결과도 적지 않았다(권석만 등, 2010; Peterson & Park, 2004; Peterson, Park, Pole, D’Andrea, & Seligman, 2008; Peterson & Seligman, 2004). 이 점은 VIA 분류체계에 대한 요인 구조가 참여집단의 성격에 따라서 현저히 다른 모습을 나타낸다는 점을 보여준다.

그렇지만 본 연구의 결과와 4요인 구조를 제안했던 선행 연구의 결과는 요인 개수 이외의 유사점을 지니기도 한다. 네 개의 상위미덕이 도출되었던 선행연구들과 마찬가지로 타인과의 관계에서 발휘되는 강점으로 이루어진 상위미덕(본 연구: 관계적 미덕, 선행 연구: 굳기성¹⁾, 친화성²⁾, 공감³⁾, 타인지향 강점⁴⁾)이 발

견되었고, 생활의 질서를 부여하고 과도한 충동을 억제하는 강점으로 구성된 상위미덕(본 연구: 절제적 미덕, 선행 연구: 절제¹⁾, 질서²⁾, 성실성³⁾, 절제 강점⁴⁾)이 도출되었으며, 종교적 계율이나 영적 가르침과 관련된 미덕(본 연구: 영적 미덕, 선행 연구: 초월¹⁾, 신학적 강점^{3,4)})이 본 연구와 선행 연구에서 공히 포함되었다. 아울러 지적활동과 관련된 상위미덕(본 연구: 지성적 미덕, 선행 연구: 지력¹⁾, 지적자원²⁾, 개방성³⁾, 지적 강점⁴⁾) 또한 본 연구와 선행연구들의 공통 요인이었다.

정신적 웰빙의 하위 요인인 정서적·사회적·심리적 웰빙은 하위강점·상위미덕과의 관계에서 공통점과 차이점을 함께 나타내었다. 낙관성, 감사, 사랑 등의 하위강점은 세 가지 웰빙에 공히 높은 긍정적 기여를 하는 것으로 밝혀졌으나, 진실성의 하위강점은 정서적 웰빙과, 시민정신의 하위강점은 사회적 웰빙과, 지혜·감상력·유머의 하위강점은 심리적 웰빙과 개별적으로 밀접한 관련성을 갖는 것으로 나타났다. 아울러, 관계적 미덕은 상위미덕 가운데 세 가지 웰빙에 가장 큰 기여를 하는 것으로 드러났지만 영적 미덕의 상위미덕은 정서적 웰빙과, 절제적 미덕의 상위미덕은 사회적 웰빙과, 지성적 미덕의 상위미덕은 심리적 웰빙과 개별적이고 특정한 관련을 맺는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 정신적 웰빙을 정서적·사회적·심리적 웰빙으로 구분하려는 Keyes(2002, 2003)의 제안이 설득력을 지니며 K-MHC-SF 척도의 세 하위척도가 변별타당도를 지니는 도구라는 점을 여실히 보여주는 증거라 볼 수 있다.

2) Cawley 등(2000)

3) Park와 Peterson(2005)

4) Park와 Peterson(2006)

1) Dahlsgaard(2005)

특기하여 주목할 점은 다중선행회귀분석에서 정신적·심리적 웰빙을 예언하는 일부 성격강점이 부적인 방향성을 갖는 것이다. 부적인 방향성은 리더십·감상력과 정신적 웰빙의 관계와 감상력·유머와 심리적 웰빙의 관계에서 발견되었다. 이러한 연구 결과는 리더십·감상력의 하위강점이 여타 성격강점이 동반되지 않은 상황에서는 정신적 웰빙에 오히려 부정적 영향을 미칠 수 있음을 보여주는 것이며, 감상력·유머는 여타 성격강점이 담보되지 않는 상황에서 심리적 웰빙에 부정적 효과를 가져다 줄 수도 있다는 사실을 반영하는 것이다. 예를 들면, 제반 성격강점이 부족한 사람에게 감상력과 관련된 활동은 문제 중심적 해결방향이 아닌 정서 중심의 회피적 대처방식으로 기능할 수 있고, 여타 하위강점이 갖추어지지 못한 사람이 유머와 관련된 행동을 보이는 것은 대체로 ‘공격성 유머’의 성격을 지니게 되어 심리적 웰빙에 부정적 영향을 미칠 수 있을 것이다(Yip & Matin, 2006). 아울러, 다른 성격강점이 충분히 계발되지 못한 사람이 리더십의 강점만을 지닐 경우, 타인에게 지나치게 고압적인 자세를 취하거나 타인을 배려하지 못한 행동을 보여 결과적으로 정신적 웰빙에 부정적 결과를 초래할 가능성이 있다(Zuckerman & O’Loughlin, 2009).

본 연구는 약점과 문제점을 지니고 있다. 본 연구에서 일반인을 대상으로 하지 않고 비교적 연령이 낮은 대학생을 대상으로 했다는 점이 첫 번째 제한점이다. 연구 참여자를 대학생으로 한정하였을 때 발생할 수 있는 문제점은 본 연구의 결과가 일반화되기 어려우므로 다른 집단이나 대상에 적용할 때 유의해야 한다는 것이다. 두 번째 제한점은 본 연구에서 측정하고자 하였던 구성개념인 정신적 웰

빙의 세 하위 요인에 대한 변별타당도가 선행 연구를 통해 충분히 밝혀지지 않은 점이다. 따라서 후속 연구에서는 세 변인이 어떤 점에서 차이를 보이는 지 여타 척도를 사용하여 검증할 필요가 있다.

이와 같은 문제점에도 불구하고 본 연구는 좋은 삶과 성격강점의 관계를 살펴봄에 있어 좋은 삶의 정서적·개인적 측면에만 국한하지 않고 기능적·사회적 측면으로 그 영역을 넓혀서 보다 포괄적으로 탐색하였다는 데 큰 의의를 가진다. 정서적·개인적 측면의 행복(좋은 삶)을 측정하기 위해서 주로 사용하는 삶의 만족도 척도(Satisfaction with Life Scale, SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985)와 긍정 및 부정 정서성 척도(Positive Affect and Negative Affect Schedule, PANAS; Watson, Clark, & Tellegen, 1988) 대신, 본 연구에서는 행복(좋은 삶)의 기능적·사회적 측면을 함께 측정하기 위해서 K-MHC-SF 척도를 사용하였다.

VIA 분류체계가 어떠한 구조를 지니는 지에 대해 살펴본 시도는 아직까지 국내에서 존재하지 않았다. 본 연구는 한국인에게 VIA 분류체계가 어떤 상위미덕과 하위강점으로 구성되는지를 실증적으로 증명한 첫 번째 연구라고 할 수 있다. 본 연구에서 도출된 4요인 구조에 대해서는 후속연구가 밝혀야 할 부분이 적지 않다. 서구 연구의 요인구조와 본 연구의 요인구조의 차이점이 발생한 원인에 대한 탐구와 각각의 하위강점이 개개의 상위미덕으로 묶이게 된 이유를 파악하는 것이 긴요하다 할 수 없을까. 감상력, 낙관성, 감사를 한 묶음으로 구분하였던 원작자의 제안이 본 연구에서는 그대로 들어맞지 않아 감상력은 지성적 미덕으로, 낙관성은 관계적 미덕으로, 감사는 영

적 미덕으로 다른 영역에 속하게 된 것은 무슨 연유일까. 이러한 질문이 추가 연구과제로 남아있다.

참고문헌

- 권석만, 유성진, 임영진, 김지영 (2010). 성격 강점 검사 전문가용 지침서. 서울: 학지사.
- 임영진 (2010). 성격 강점과 긍정 심리치료가 행복에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위논문.
- 임영진, 고영건, 신희천, 조용래 (2012). 정신적 웰빙 척도(MHC-SF)의 한국어판 타당화 연구. 한국심리학회지: 일반, 31(2), 261-278.
- 하승수, 권석만 (2011). 기질과 지각된 부모 양육태도가 성격 강점에 미치는 영향: 지각된 부모 양육태도의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 30(1), 263-284.
- Allport, G. W. (1921). Personality and character. *Psychological Bulletin*, 18, 441-455.
- Allport, G. W. (1927). Concepts of trait and personality. *Psychological Bulletin*, 24, 284-293.
- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed., text rev.). Washington, DC: Author.
- Aristotle (2000). *The Nicomachean ethics* (R. Crisp, Trans.). Cambridge: Cambridge University Press.
- Cattell, R. B. (1966). The scree test for the number of factors. *Multivariate Behavioral Research*, 1, 245-276.
- Chan, D. W. (2009). The hierarchy of strengths: Their relationships with subjective well-being among Chinese teachers in Hong Kong. *Teaching and Teacher Education*, 25, 867-875.
- Cawley, M. J., III, Martin, J. E., & Johnson, J. A. (2000). A virtues approach to personality. *Personality and Individual Differences*, 28, 997-1013.
- Dahlsgaard, K. (2005). Is virtue more than its own reward? *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 66(6-B) (UMI No. AAI3179723).
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Eysenck, H. J. (1952). *The scientific study of personality*. New York: Basic Books.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. London: Sage.
- Gable, S. L. & Haidt, J. (2005). What (and Why) Is Positive Psychology?. *Review of General Psychology*, 9, 103-110.
- Gorsuch, R. (1983). *Factor analysis*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Kaiser, H. (1961). A note on Guttman's lower bound for the number of common factors. *Multivariate Behavioral Research*, 1, 249-276.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61, 121-140.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43, 207-222.
- Keyes, C. L. M. (2003). Complete mental health: An agenda for the 21st century. In C. L. M.

- Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive Psychology and the Life Well-Lived* (pp. 293-312). Washington, DC: American Psychological Association Press.
- Keyes, C. L. M., & Annas, J. (2009). Feeling good and functioning well: distinctive concepts in ancient philosophy and contemporary science. *The Journal of Positive Psychology, 4*, 197-201.
- Keyes, C. L. M., Wissing, M., Potgieter, J., Temane, M., Kruger, A., & van Rooy, S. (2008). Evaluation of the Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF) in Swetsana-speaking South Africans. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 15*, 181-192.
- Zuckerman, M. & O'Loughlin, R. E. (2009). Narcissism and well-being: A longitudinal perspective. *European Journal of Social Psychology, 39*, 957-972.
- Lim, Y-J., Go, Y-G., Shin, H-C., & Cho, Y-R. (in press). Prevalence and Correlates of Complete Mental Health in the South Korean Adult Population. In C. Keyes (Eds.), *Mental Well-Being: International Contributions to the Study of Positive Mental Health*. New York: Springer.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). *The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success?*, *Psychological Bulletin, 131*, 803-855.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1994). The stability of personality: Observations and evaluations. *Current Directions in Psychological Science, 3*, 173-175.
- Myers, R. (1990). *Classical and modern regression with applications* (2nd edition). Boston, MA: Duxbury.
- Park, N., & Peterson, C. (2005). The values in action inventory of character strengths for youth. In K. A. Moore & L. H. Lippman (Eds.), *What do children need to flourish: Conceptualizing and measuring indicators of positive development* (pp.13-23). New York: Springer.
- 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., & Seligman, M. E. P. (2004). Character strengths and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*, 603-619.
- 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*. New York: Oxford University Press/Washington, DC: American Psychological Association.
- Peterson, C., & Park, N. (2004). Classification and measurement of character strengths: Implications for practice. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 433-446). Hoboken, NJ: John Wiley and Sons Inc..
- Peterson, C., Park, N., Pole, N., D'Andrea, W., & Seligman, M. E. P. (2008). Strengths of character and post-traumatic growth. *Journal of Traumatic Stress, 21*, 214-217.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is

- it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Thurston, L. L. (1947). *Multiple factor analysis*. Chicago: University of Chicago Press.
- Van Eeden, C., Wissing, M. P., Dreyer, J., Park, N., & Peterson, C. (2008). Validation of the values in action inventory of strengths for youth among South African learners. *Journal of Psychology in Africa*, 18, 143-154.
- Watson, D., Clark, L., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Yearly, L. H. (1990). *Mencius and Aquinas: Theories of virtue and conceptions of courage*. Albany: State University of New York Press.
- Yip, J. A. & Martin, R. A. (2006). Sense of humor emotional intelligence and social competence. *Journal of Research in Personality*, 40, 1202-1208.
- 원고접수일 : 2012. 5. 2.
1차 수정 원고접수일 : 2012. 6. 1.
게재결정일 : 2012. 6. 25.

Character Strengths and Mental Well-being

Young-Jin Lim

Daegu University

Within this study we used self-reporting measures completed by 361 undergraduate students from two Korean universities to investigate the validity of Peterson and Seligman(2004)'s classification system of 24 character strengths and six virtues. The author also looked at how the 24 character strengths and virtues relate to the measure of mental well-being in 154 students from Korean universities. Using a exploratory factor analysis of the Character Strengths Test(CST), the author found that these 24 character strengths did not produce a factor structure consistent with the six higher order virtues as proposed by Peterson and Seligman(2004). Instead, the 24 character strengths were best explained by a four factor solution. When investigating individual character strengths, optimism/hope had the strongest relationship with the mental well-being. Of the four factors, Interpersonal Strengths (with social intelligence, humor, kindness, and love as indicators) had the strongest associations with mental well-being. The results have implications for understanding the structure and variability of benefits linked with particular strengths.

Key words : Character strengths, Mental well-being, Character Strengths Test(CST)