

한국인, 누가 언제 행복한가?*

구재선 서은국†

연세대학교 인간행동연구소 연세대학교 심리학과

본 연구는 행복과 관련된 개인적 특성과 상황적 맥락을 파악함으로써, 한국사회에서 누가 그리고 언제 행복한가의 질문에 답하고자 했다. 이를 위해서 응답자의 행복 수준을 회고식 평가 방식(연구 1)과 경험 표집 방식(연구 2)으로 측정하여 다양한 인구학적, 심리적, 상황적 변인들과의 관계를 검토했다. 그 결과, 선행연구에서와 마찬가지로 한국 사회에서도 행복한 삶을 살아가는데 외적, 상황적 요인보다 개인의 심리적 특성이 중요하다는 사실이 재확인되었다. 본 연구에서 성격 특성과 행복에 대한 긍정적 관점은 회고적 행복 판단을 18% 예측했으며, 실시간적 행복 경험의 경우 40% 이상이 내적 동기와 의미감에 의해 설명되었다. 반면에 인구학적 특징에 따른 행복의 차이는 매우 미약했다. 개인이 경험하는 행복 수준은 연령, 성별, 결혼여부, 종교, 학력 및 직업에 따라 차이가 없었고, 소득을 포함한 모든 인구학적 변인은 행복의 개인차를 단지 3%만 설명했다. 이러한 결과는 학벌이나 소득과 같은 개인의 외적 요소가 강조되는 한국 사회에서도 행복의 개인차가 객관적 삶의 여건보다 심리적 요인에 의해서 더 잘 설명될 수 있음을 시사한다. 끝으로 한국인의 행복 증진을 위한 사회적 노력의 방향에 대해 논의했다.

주요어: 한국인, 행복, 주관적 안녕감, 인구학적 특징, 성격, 행복관, 경험표집법

누가 행복한가? 어떠한 삶의 조건이 우리를 행복하게 만드는가? 이는 일반인들이 행복에 대해서 알고 싶어 하는 주된 의문의 하나이다. 학자들의 관심사도 크게 다르지 않다. 행복이 사회과학의 주제로 등장한 이래로 지금까지 이루어진 연구들의 상당수는 어떠한 심리적, 사회적, 인구학적 특징을 지닌 사람들이 행복한지를 밝히려는 시도들이었다. 이러한 학문적 노력의 결과로 행복한 삶을 사는 것과 밀접한 관련이 있거나 무관한 것들에 대한 어느 정도 확고한 지식이 축적되었다(Argyle, 1999; Diener, Suh, Lucas, & Smith,

1999; Myers, 2000; Myers & Diener, 1995; Veenhoven, 1991; Wilson, 1967).

행복한 사람의 특징에 대한 대표적인 초기 연구는 Wilson(1967)의 고찰이다. 그는 다양한 속성들과 행복의 관계를 검토한 후, 젊음, 건강, 높은 교육과 봉급, 외향성, 낙관성, 자기존중감 등을 행복한 사람의 특징으로 결론지었다. 이러한 Wilson(1967) 주장은 그 후 Diener 등(1999)에 의해서 재검증되었다. 이들의 연구에서 기혼자, 종교가 있는 사람, 외향적인 사람, 낙관적인 사람이 행복하다는 Wilson의 주장은 타당한 것으로

* 본 논문은 한국심리학회 지원으로 연구되었음. 연구에 도움을 주신 김명연, 이동귀, 정태연, 조성호 최인철 교수님과 (주)리서치앤리서치에 감사드립니다.

본 논문은 2010년 한국심리학회 연차학술대회 특별심포지움에서 발표된 자료를 수정 보완한 것이다.

† 교신저자 : 서은국, (120-749) 서울시 서대문구 신촌동 134 연세대학교 문과대학 심리학과,
전화: 02)2123-2435 E-mail : esuh@yonsei.ac.kr

밝혀졌으나, 성별, 연령, 자기존중감에 대한 Wilson의 견해는 특정 문화나 행복의 하위 요소에 제한된 것으로 나타났다.

이들이 모두 방대한 경험적 연구들을 근거로 한 문헌고찰임을 고려할 때, 그동안 행복의 관련 요인을 탐색하는 연구들이 얼마나 많이 이루어 졌는지 짐작할 수 있다. 그리고 이러한 연구들의 공통된 견해는 외적 인구학적 변인들이 행복에 미치는 영향은 매우 미약하다는 점이다. 여러 연구들에서 연령, 성별, 수입, 인종, 교육, 결혼상태 등을 모두 포함한 인구학적 변인들은 행복의 개인차를 단지 8-15%만을 설명하는 것으로 보고되고 있다(Diener, 1984; Diener et al., 1999). 성격이라는 단일 변인이 행복의 개인차의 52%를 설명하는 점을 고려할 때(Diener & Larsen, 1984), 상대적으로 작은 영향력임에 분명하다. 나아가 학자들은 왜 물질적인 부를 포함한 객관적, 인구학적 변인들이 행복에 미치는 영향이 미약한가를 설명하는 정교한 이론 또한 제시하고 있다(자세한 내용은 Diener, 1984; Diener & Fujita, 1995; Diener et al., 1999).

이러한 시점에서 누가, 어떠한 객관적 특징을 지닌 사람이 행복한가는 더 이상 학문적 논쟁거리가 되지 못하는 것처럼 보인다. 그러나 이러한 학자들의 공통된 견해와 달리, 일반인들, 특히 한국인들은 여전히 행복이 삶의 외적 조건에 따라 결정될 수 있다는 강한 신념을 갖고 있는 것처럼 보인다. 2010년 서울시민 1,024명에 대한 조사에서 응답자의 40.5%는 행복을 위해서 돈이 필요하다고 응답했으며(이제현, 2010), 한국 갤럽(2008) 조사에서 남자가 더 행복하다고 생각하는지 여자가 더 행복하다고 생각하는지 물었을 때 여자가 더 행복할 것으로 생각하는 견해가 46.9%, 남자가 더 행복할 것이라는 견해가 30.4%로 응답자의 77.3%가 행복이 성별에 따라 차이가 있다고 생각하고 있었다. 그 밖에 진학, 학업 성적, 고가의 물질 취득을 강조하는 사회적 현상에도 이러한 것들이 행복을 가져다 줄 것이라는 한국인의 신념이 반영되어 있다고 볼 수 있다.

외적, 객관적 요인들이 행복에 중요하다는 한국 사람들의 믿음은 많은 경험적 연구 결과와 상반된 견해임에도 불구하고 무시하기 어려운데, 그 이유는 행복

과 관련된 요인들이 문화마다 상이하기 때문이다(Diener & Suh, 1999). 여러 자원들(돈, 지능, 친한 친구, 가족의 지원 등)은 개인의 고유한 가치나 목표 달성에 도움이 될 때 행복과 더 강한 관련성을 갖는다(Diener & Fujita, 1995). 따라서 추구하는 가치와 목표가 다른 문화권에서 행복을 예측하는 개인적 자원은 서로 다를 수 있는 것이다. 그 예로 교육과 행복의 관계는 미국보다 한국, 멕시코, 필리핀, 나이지리아 등의 나라에서 더 강하게 나타나지만(Okun, Stock, Haring, & Witten, 1984), 결혼과 행복의 정적 관계는 미국보다 집단주의 나라에서 더 약하게 보고된다(Diener & McGavran, 2008). 수입의 경우도 마찬가지로 부유국에서 부와 행복의 관계는 매우 작지만, 인도와 같은 가난한 국가에서 수입은 행복의 예측변인이며(Myers, 2000), 행복의 강력한 설명변인으로 알려진 자기존중감 또한 집단주의 국가 보다는 개인주의 국가에서 삶의 만족과 더 큰 관련을 보인다(Diener & Diener, 1995).

이러한 사실은 비록 행복의 관련 요인들에 대해 수많은 연구들이 이루어졌을지라도, 이를 한국 사회에서 재검증할 필요가 있음을 시사한다. 그럼에도 불구하고 국내 심리학적 연구들은 객관적 변인들보다 성격, 자기존중감, 낙관주의 등과 같은 심리적 요인과 행복의 관계를 밝히는데 주력해왔는데, 이것은 어쩌면 행복 연구의 패러다임이 외적, 상황적 요인을 강조하는 상향적 접근에서 개인 내적 요인을 강조하는 하향적 접근으로 변화한 이후에 국내에서 행복 연구가 본격적으로 시작되었기 때문일지 모른다.

객관적 변인을 포함한 국내 연구의 경우, 전국의 성인남녀를 대상으로 인구통계학적 특성별 행복 정도를 검토한 연구가 이루어진 바 있다(김명소, 김혜원, 한영석, 임지영, 2003). 이 연구에서 행복 수준은 한국인의 행복이나 행복한 삶에 대한 암묵적 개념을 토대로 개발된 ‘행복한 삶 척도(김명소, 김혜원, 차경호, 임지영, 한영석, 2003)’로 측정되었는데, 그 하위요인에는 경제적 여유, 여가생활 참여 정도, 자신의 지위나 학력에 대해 사회적 인정을 받는 정도, 종교생활 정도, 봉사활동 참여 정도 등이 포함되어 있다. 그런데 이들은 엄밀히 말해서 개인이 느끼는 ‘행복의 최종 경험’이라기보다는 ‘행복에 영향을 미치는 요인’으로 볼 수 있

며(서은국, 구재선, 2011), 행복 측정치 자체에 경제수준, 학력, 종교생활 등의 객관적 인구학적 요인이 반영되어 있어서 행복에 대한 인구학적 변인의 영향이 과대추정 될 가능성이 있다. 그 밖에 최종 행복감을 다루고 있는 국내 연구들은 노인(박근석, 한덕웅, 이주일, 2006), 여성(유경, 이주일, 2010), 청소년(김청송, 2009; 박영신, 김의철, 2009; 전경숙, 정태연, 2009) 등 특정 집단에 초점을 두고 있어 일반화의 제약을 갖고 있다.

이러한 시점에서 한국심리학회에서는 지난 2010년 ‘행복한 사회로의 심리학’을 주제로 한 연차학술대회에서 ‘한국인의 행복 및 정신건강 지수’에 대한 특별 심포지움을 개최했다. 본 연구는 그 중 ‘한국인의 행복 지수’ 연구 사업의 일환으로 실시되었으며, 한국인의 행복과 관련된 객관적, 심리적 특징을 다양한 각도에서 살펴봄으로써 물질주의가 높고(Diener, Suh, Kim-Prieto, Biswas-Diener, & Tay, 2010) 학벌이나 소득과 같은 개인의 외적 요소가 강조되는 한국 사회에서 어떠한 특징을 갖는 사람들이 더 행복한지 파악하고자 했다. 그 과정에서 본 연구가 주안점을 둔 점들은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 행복이 어떠한 객관적, 심리적 요인들과 관련이 있는지를 탐색함에 있어서 전체 행복 점수뿐 아니라 행복의 개별 하위 요소들을 고려했다. 주관적 안녕감 이론(Diener, 1984)에 따르면, 행복은 단일 요인이 아니라 삶의 만족, 긍정적 정서, 부정적 정서로 이루어진 다면적 구성체이며(Diener, Scollon, & Lucas, 2003), 다양한 삶의 사건들이 행복에 미치는 영향은 그 하위 요인별로 상이한 것으로 알려져 있다. 예를 들어, 직업, 교육, 수입과 같은 사회계층은 삶의 만족이나 부정적 정서보다 긍정적 정서와 더 밀접한 관련이 있는 반면에(Argyle, 1999; Argyle, 2001), 종교는 정서적 행복보다 인지적 만족을 더 많이 설명한다(Diener et al., 1999). 연령의 경우, 많은 국가에서 연령이 증가함에 따라 정적 정서는 감소했지만, 부적 정서는 변화가 적었고, 생활 만족은 증가하는 것으로 보고된 바 있다(Diener & Suh, 1998; Helson & Lohman, 1998).

이에 본 연구는 전체 행복 점수 뿐 아니라 행복의 세 가지 하위 요인, 즉 긍정적 정서, 부정적 정서, 생활

만족이 각각 다양한 인구학적, 심리적 변인들과 어떠한 관련성을 갖는지 검토했으며, 나아가 정서적 행복을 각성수준 차원(고, 중, 저)으로, 삶의 만족을 만족영역(개인, 대인관계, 소속집단) 차원으로 구분하여 분석을 실시했다. 지금까지 행복에 대한 상관 연구들에서 주관적 안녕감을 긍/부정적 정서와 생활만족으로 구분한 경우는 있었지만, 그보다 더 세분화된 연구는 이루어지지 못했다. 자아의 기본 구성 요소는 개인, 관계, 집단이며(Sedikides & Brewer, 2001), 정서 경험은 쾌/불쾌 차원 외에 각성수준 고/중/저의 차원으로 구분된다(Russell, 1980; 1983). 그리고 이들은 삶의 영역이나 개인적 특성으로부터 서로 다른 영향을 받을 수 있다. 예를 들어, 연령이 증가하면 강한 고각성 정서 경험은 감소하지만, 저각성 정서는 감소하지 않는다(Diener, Sandvik, & Larsen, 1985; Mroczek & Kolarz, 1998). 이러한 사실을 고려하여 본 연구는 각성수준 고, 중, 저의 정서적 행복과 개인, 관계, 집단에 대한 만족 정도가 개인의 인구학적, 심리적 특징에 따라 차이가 있는지 검토했다.

둘째, 사람들이 행복에 대해서 표상하는 방식, 즉 행복에 대한 일반인의 신념이나 행복관(lay belief)은 비록 그것이 사실이 아니더라도 실질적으로 중요한 판단과 결정에 영향을 미친다(Suh & Koo, 2008). 국내 연구에서도 행복의 양에 대한 믿음은 행복 수준과 관련이 있는 것으로 나타났다(구자영, 서은국, 2007). 그럼에도 불구하고, 행복에 대한 일반인의 신념(행복관)에 대한 연구는 아직 많이 이루어지지 못한 실정이다. 이에 본 연구는 심리적 특징에 행복관을 포함하여, 행복에 대한 긍정적 관점이 행복 수준과 관련이 있는지 분석했다.

셋째, 행복의 관련 요소는 연령, 수입, 성별에 따라 상이한 것으로 보고된다. 예를 들어, 종교는 젊은이나 남성보다 노인과 여성 집단에서 행복의 더 강한 예측 변인이었고(Argyle, 1999; Okun & Stock, 1987), 사회계층(직업, 교육, 수입)의 효과는 소득이 낮은 집단에서 더 큰 것으로 보고된다(Diener, Diener, & Diener, 1995). 이에 본 연구는 전체 집단에 대한 분석 외에 연령별, 성별, 소득수준별 분석을 실시하여 각 하위집단에 특수한 행복 관련 요소가 있는지 검토했다.

넷째는 공변인 통제의 문제이다. 개인의 인구학적, 심리적 특징들은 서로 상호관련되어 있다. 학력, 직업, 수입 간에는 높은 정적 상관관이 있으며, 이러한 사회경제적 지위는 연령이나 심리적 특징과도 관련이 있을 것이다. 따라서 응답자의 학력에 따라 행복 수준에 차이가 있다고 할지라도, 이것이 학력 자체의 효과인지 아니면 수입이나 연령 등과 같은 다른 요소의 차이에 기인하는지 파악하기 힘들다. 실제로 교육과 행복의 정적 관계는 수입이나 직업적 지위가 통제되면 완전히 사라지거나 부적 관계를 보이며, 연령에 따른 삶의 만족 증가는 다른 인구학적 변인을 통제했을 때 더 커지는 것으로 보고된 바 있다(자세한 내용은 Argyle, 1999; Compton, 2005). 이에 본 연구는 개인적 특징과 행복의 단순 관계 뿐 아니라 다른 요인들을 통제했을 때 그 관련성이 유지되는지를 추가로 검토했다.

끝으로 본 연구는 행복 판단에 있어 기억 오류의 문제를 고려했다. 행복, 특히 정서 경험을 회고적으로 평가하기 위해서는 과거 경험을 기억하고 이를 정확하게 합산해야 하는데, 이것은 쉬운 일이 아니며 그 과정에서 오류들이 개입될 여지가 있다(Lucas, Diener, & Larsen, 2003). 더욱이 이러한 오류가 성격과 같은 심리적 특성의 영향을 받는다면(Seidnitz & Diener, 1993), 심리적 특징과 행복의 관계가 과대추정될 가능성도 있다. 외향적인 사람이 실생활에서 긍정적 정서를 더 자주 경험하기보다 긍정적 정서 경험을 더 잘 기억할 수 있는 것이다. 이러한 문제를 해결하기 위한 방안으로 경험표집법(ESM: Experience sampling method)이나 일상재구성법(DRM: Day construction method) 등이 제안되어 왔다. 일상재구성법(Kahneman, Drueger, Schkade, Schwarz, & Stone, 2004)은 연구참여자가 하루의 일상을 회고하고 각 활동별 정서 경험을 평가하는 방식으로, 국내에서는 직장인과 전업주부를 대상으로 한 연구가 이루어진 바 있다(장재운, 유경, 서은국, 최인철, 2007). 그러나 이 역시 회고적 방법으로 기억의 오류를 완전히 제거했다고 보기 어렵다. 반면에 경험표집법(Csikszentmihalyi & Larson, 1987)은 실시간적 정서 경험을 측정하기 때문에 기억의 문제가 개입될 여지가 적다. 이에 본 연구는 일반적인 회고 방식과 경험표집 방식을 모두 사

용하여, 회고적으로 판단된 행복과 실시간적으로 경험되는 행복이 각각 어떠한 요소들과 관련이 있는지 검토했다.

이러한 점들을 고려하여 본 연구는 다음과 같이 구성되었다. 먼저 연구1에서는 누가 행복한가, 즉 한국사회에서 어떠한 인구학적, 심리적 특징을 지닌 사람이 행복한지를 알아보고자 했다. 이를 위해서 전국의 19세 이상 남녀 1,000명을 대상으로 다양한 개인적 특징과 행복 수준의 관련성을 검토했다. 그 과정에서 전체 행복 점수 외에 행복의 하위요소에 해당하는 각성 수준 고, 중, 저의 긍정 및 부정적 정서, 그리고 자신, 관계, 집단에 대한 만족 수준이 개인의 인구학적, 심리적 특성에 따라 차이가 있는지 살펴보고, 만일 차이가 있을 경우 다른 변인(연령, 성별, 소득, 성격)을 공변인으로 통제했을 때 이러한 차이가 유지되는지 알아보았다. 또한 특정 집단에서 더 중요한 행복 관련 요소가 있는지 파악하기 위해서 연령, 성별, 소득 수준에 따른 집단별 분석을 실시했으며, 끝으로 행복에 대한 심리적 특징과 인구학적 특징의 고유한 설명력을 검토했다.

연구2의 경우, 한국인들이 언제 행복한가의 질문에 답하고자 했다. 이를 위해서 대학생, 직장인, 전업주부, 노인 총 160명을 대상으로 경험표집 연구를 실시하여 실시간적 행복 경험과 관련된 시간적 맥락(언제 행복한가), 행동적 맥락(무엇을 할 때 행복한가), 사회적 맥락(누구와 있을 때 행복한가), 그리고 심리적 맥락(내적 동기와 의미감)을 검토했다. 또한 실시간적 행복 경험에 대한 인구학적 변인과 심리적 변인의 설명력을 검토하여 어떠한 개인적 특징을 지닌 사람이 일상생활 속에서 행복감을 자주 경험하는지 살펴보았다.

연구 1

연구1에서는 한국사회에서 어떠한 특징을 지닌 사람이 행복한지 파악하고자 했다. 이를 위해서 다양한 인구학적 특징(연령, 성별, 결혼여부, 종교유무, 학력수준, 직업유형, 소득수준) 및 심리적 특징(성격, 행복관)과 행복의 관련성을 검토했다.

방 법

연구 대상

만19세 이상 성인남녀 총 1,000명을 대상으로 연구를 실시했다. 연구대상은 제주도를 제외한 전국에서 지역별, 연령별, 성별 인구비례 할당 표집 방식으로 표본추출했다. 연구대상의 인구학적 특징은 1표에 제시했다.

측정 도구

행복(주관적 안녕감)

서은국과 구재선(2011)이 개발한 단축형 행복척도(Concise Measure of Subjective Well-Being: COMOSWB)를 사용했다. 이 척도는 삶의 만족, 긍정적 정서, 부정적 정서를 7점 likert 척도로 측정하는 9 문항으로 구성되어 있다. 3개 하위 요인별 점수는 해당 요인을 측정하는 3문항에 대한 응답 점수의 합으로 산출했고(범위: 3점에서 21점), 전체 행복 점수는 삶의 만족과 긍정적 정서 6문항에 대한 응답의 합에서 부정적 정서 3문항에 대한 응답의 합을 뺀 점수로 산출했다(범위: -15점에서 +39점).

심리적 특징

성격과 행복에 대한 긍정적 신념(행복관)을 측정했다. 성격은 행복과의 관련성이 입증된 외향성과 신경증을 측정했으며(Costa & McCrae, 1980), 축약형 성격 5요인 검사(A very brief measure of the Big-Five personality domains, Gosling, Rentfrow, & Swann, 2003) 문항을 사용했다. 행복에 대한 신념(행복관)은 행복한 사람이 20년 후에 어떠한 삶을 살 것으로 생각되는지를 묻는 3문항(예를 들면, 건강할 것 같다)으로 측정했으며, 내적일치도 계수(Cronbach's α)는 .757이었다.

인구학적 특징

응답자의 연령, 성별, 결혼상태, 종교, 학력, 직업, 경제수준을 측정했다. 경제수준의 경우 가정의 객관적

월평균 소득(1점: 150만원 미만, 10점: 800만원 이상)과 주관적 소득 수준(1점: 저소득, 10점: 고소득)을 10점 Likert 척도로 측정했다.

분석 방법

먼저 전체 집단을 대상으로, 연령, 성별, 결혼상태, 종교유무, 학력, 직업에 따라 행복 점수에 차이가 있는지 검토하고, 소득 수준 및 심리적 특징과 행복의 상관관계를 분석했다. 이러한 특징들이 행복과 유의미한 관련성을 보인 경우에는 다른 변인을 공변인으로 통제했을 때에도 이러한 관계가 유지되는지 검토함으로써 다양한 개인적 특징들이 행복에 대해서 고유한 설명력을 갖는지 검토했다. 통계에 사용된 변인은 연령, 성별, 월소득, 그리고 성격(외향성, 신경증)이었다. 또한 위계적 회귀분석을 통해 행복에 대한 인구학적 변인과 심리적 요소의 고유한 설명력을 분석했으며, 끝으로 연령별, 성별, 소득 수준별로 회귀분석을 실시하여 특정한 인구학적 집단에서 행복에 대한 예측력이 더 높은 요소가 있는지 검토했다.

결 과

연령과 행복

응답자의 연령에 따라 행복 수준에 차이가 있는지를 확인하기 위해서 연령급간을 독립변인으로, 행복을 종속변인으로 한 일원변량분석을 실시했다. 그 결과, 전체 행복 점수는 연령에 따라 유의미한 차이가 없었다. 9개 하위 문항별 분석을 실시했을 때에도 연령별 차이는 소속집단에 대한 만족($F_{(4, 995)}=2.983, p<.01, \eta^2=.010$)과 고각성 부정적 정서 경험($F_{(4, 995)}=6.365, p<.001, \eta^2=.025$)에서만 유의미했다. Duncan 방식의 사후검증 결과, 20대 청년들은 60대 이상 노인들보다 소속 집단에 대한 만족도가 높았으나, 반면에 다른 모든 연령층보다 고각성 부정적 정서(짜증)를 더 자주 경험하고 있었다. 그러나 소속 집단 만족과 짜증 정서 경험에 대한 연령의 설명력은 각각 1.2%와 2.5%로 미약했다(표 2 참조).

표 1. 연구 대상의 인구학적 특징(괄호 안은 백분율임)

	19-29세	30-39세	40-49세	50-59세	60세 이상	전체
성별						
남자	103 (51.5)	110 (51.2)	116 (51.1)	84 (50.3)	82 (42.9)	495 (49.5)
여자	97 (48.5)	105 (48.8)	111 (48.9)	83 (49.7)	109 (57.1)	505 (50.5)
결혼상태						
미혼	178 (89.0)	54 (25.1)	14 (6.2)	1 (. 6)	0 (. 0)	247 (24.7)
기혼	22 (11.0)	160 (74.4)	212 (93.4)	163 (97.6)	179 (93.7)	736 (73.6)
이혼/사별	0 (. 0)	1 (. 5)	1 (. 4)	3 (1.8)	12 (6.3)	17 (1.7)
종교						
불교	29 (14.5)	35 (16.3)	45 (19.8)	47 (28.1)	64 (33.5)	220 (22.0)
천주교	18 (9.0)	10 (4.7)	20 (8.8)	21 (12.6)	18 (9.4)	87 (8.7)
개신교	43 (21.5)	43 (20.0)	51 (22.5)	46 (27.5)	44 (23.0)	227 (22.7)
무교	110 (55.0)	126 (58.6)	108 (47.6)	50 (29.9)	63 (33.0)	457 (45.7)
기타	0 (. 0)	1 (. 5)	3 (1.3)	3 (1.8)	2 (1.0)	9 (. 9)
학력						
중졸이하	0 (. 0)	0 (. 0)	1 (. 4)	18 (10.8)	108 (56.5)	127 (12.7)
고졸이하	46 (23.0)	83 (38.6)	114 (50.2)	114 (68.3)	69 (36.1)	426 (42.6)
대학(원)재/졸업	154 (77.0)	132 (61.4)	112 (49.3)	35 (21.0)	13 (6.8)	446 (44.6)
모름/무응답	0 (. 0)	0 (. 0)	0 (. 0)	0 (. 0)	1 (. 5)	1 (. 1)
직업						
농/임/어업	0 (. 0)	1 (. 5)	2 (. 9)	2 (1.2)	9 (4.7)	14 (1.4)
자영업	7 (3.5)	41 (19.1)	70 (30.8)	60 (35.9)	43 (22.5)	221 (22.1)
블루칼라	63 (31.5)	49 (22.8)	56 (24.7)	51 (30.5)	39 (20.4)	258 (25.8)
화이트칼라	50 (25.0)	71 (33.0)	56 (24.7)	20 (12.0)	7 (3.7)	204 (20.4)
주부	6 (3.0)	50 (23.3)	39 (17.2)	30 (18.0)	69 (36.1)	194 (19.4)
대학/대학원생	61 (30.5)	3 (1.4)	0 (. 0)	0 (. 0)	0 (. 0)	64 (6.4)
무직/기타	13 (6.5)	0 (. 0)	4 (1.8)	4 (2.4)	24 (12.6)	45 (4.5)
가정 월소득						
200만원미만	18 (9.0)	21 (9.8)	16 (7.0)	24 (14.4)	91 (47.6)	170 (17.0)
200-300만원미만	34 (17.0)	57 (26.5)	62 (27.3)	46 (27.5)	41 (21.5)	240 (24.0)
300-400만원미만	53 (26.5)	69 (32.1)	68 (30.0)	47 (28.1)	39 (20.4)	276 (27.6)
400-500만원미만	51 (25.5)	34 (15.8)	36 (15.9)	26 (15.6)	13 (6.8)	160 (16.0)
500만원이상	44 (22.0)	34 (15.8)	45 (19.8)	24 (14.4)	7 (3.7)	154 (15.4)
전체	200 (100)	215 (100)	227 (100)	167 (100)	191 (100)	1,000 (100)

다음으로 이러한 차이가 성격이나 경제적 요인과 관련이 있는지 검토했다. 먼저 성격과 월평균 수입이 연령 집단에 따라 차이가 있는지 검토했을 때, 외향성은 20대가 다른 연령층보다 더 높았고($F_{(4, 985)}=7.425, p<.001$), 소득수준은 연령이 높을수록 더 낮았다($r=-.333, p<.01$). 그러나 신경증은 연령집단별로 유의

미한 차이가 없었다($F_{(4, 985)}=1.602, n.s.$). 이에 외향성과 소득 수준을 공변인으로 통제했을 때, 고각성 부정적 정서 경험의 연령차는 여전히 유의미했으나($F_{(4, 985)}=6.650, p<.001$), 소속집단에 대한 만족도의 연령별 차이는 유의미하지 않았다($F_{(4, 983)}=.5612, n.s.$). 따라서 노인의 낮은 소속 집단 만족은 이들의 소득이나 외향

표 2. 연령별 행복 평균(괄호 안은 표준편차임)

	19-29세	30-39세	40-49세	50-59세	60세 이상	F	η^2
SWB전체	19.0 (8.0)	19.3 (6.8)	19.2 (7.2)	19.9 (7.9)	18.4 (7.7)	1.00	.004
삶의 만족	15.1 _b (3.1)	14.7 _{ab} (2.9)	14.7 _{ab} (2.9)	14.7 _{ab} (3.4)	14.1 _a (3.3)	2.58*	.010
개인적 만족	5.1 (1.1)	4.9 (1.2)	4.9 (1.1)	4.9 (1.3)	4.7 (1.2)	2.01	.008
관계적 만족	5.1 (1.2)	5.0 (1.1)	4.9 (1.1)	5.0 (1.2)	4.8 (1.2)	1.47	.006
소속집단만족	5.0 _b (1.2)	4.8 _{ab} (1.2)	4.8 _{ab} (1.1)	4.8 _{ab} (1.3)	4.6 _a (1.3)	2.98*	.012
긍정 정서	14.6 (3.4)	14.6 (3.1)	14.8 (3.1)	15.1 (3.2)	14.3 (3.2)	1.65	.007
즐거움	5.0 (1.2)	4.9 (1.1)	4.9 (1.1)	5.0 (1.2)	4.8 (1.1)	1.56	.006
행복한	4.9 (1.3)	4.9 (1.1)	5.0 (1.1)	5.1 (1.1)	4.8 (1.2)	2.11	.008
편안한	4.7 (1.3)	4.8 (1.2)	4.8 (1.2)	5.0 (1.2)	4.7 (1.2)	1.55	.006
부정 정서	10.8 _b (3.3)	10.0 _a (3.2)	10.3 _{ab} (3.3)	9.9 _a (3.4)	10.0 _a (3.2)	2.40*	.010
짜증나는	4.0 _b (1.3)	3.6 _a (1.2)	3.6 _a (1.3)	3.6 _a (1.2)	3.4 _a (1.3)	6.37***	.025
부정적인	3.4 (1.2)	3.1 (1.2)	3.3 (1.3)	3.1 (1.3)	3.2 (1.2)	2.04	.008
무기력한	3.4 (1.4)	3.2 (1.4)	3.3 (1.3)	3.2 (1.3)	3.4 (1.3)	1.43	.006

주. 첨자가 다르면 집단 간 차이가 유의미한 것을 나타냄

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

성 수준이 낮은 것과 관련이 있어 보인다.

성별과 행복

남성과 여성의 행복 수준에 차이가 있는지 알아보기 위해서 성별을 독립변인으로, 행복을 종속변인으로 한 일원변량분석을 실시했다. 그 결과 전체 행복 점수는

성별에 따라 유의미한 차이가 없었다. 하위 요인 및 문항별 분석의 경우, 행복의 성별 차이는 긍정적 정서에서만 유의미했으며($F_{(1, 998)}=5.449, p < .05, \eta^2=.005$) 여성이 남성보다 고각성 긍정적 정서('즐거움')와 중간 각성 긍정 정서('행복한')를 더 자주 경험했다. 그러나 긍정적 정서 경험에 대한 성별의 영향력은 1% 미만에 불과했다(표 3 참조).

표 3. 성별 행복 평균(괄호 안은 표준편차임)

	남자(N=495)	여자(N=505)	F	η^2
SWB전체	18.76 (7.48)	19.51 (7.55)	2.449	.002
삶의 만족	14.49 (3.18)	14.82 (3.03)	2.769	.003
개인적 만족	4.86 (1.22)	4.93 (1.13)	.839	.001
관계적 만족	4.89 (1.16)	5.02 (1.09)	3.600	.004
소속집단만족	4.74 (1.22)	4.87 (1.21)	2.589	.003
긍정 정서	14.44 (3.15)	14.91 (3.22)	5.449*	.005
즐거움	4.84 (1.14)	5.02 (1.12)	6.311*	.006
행복한	4.87 (1.17)	5.02 (1.17)	4.050*	.004
편안한	4.72 (1.18)	4.87 (1.24)	3.442	.003
부정 정서	10.17 (3.22)	10.22 (3.38)	.049	.000
짜증나는	3.65 (1.25)	3.64 (1.28)	.035	.000
부정적인	3.24 (1.22)	3.25 (1.26)	.014	.000
무기력한	3.28 (1.31)	3.33 (1.38)	.369	.000

* $p < .05$

표 4. 종교 유무에 따른 행복 평균(괄호 안은 표준편차임)

	종교 있음 (N=543)	종교 없음 (N=457)	F	η^2
SWB전체	19.45 (7.56)	18.77 (7.46)	2.050	.002
삶의 만족	14.71 (3.14)	14.60 (3.08)	.274	.000
개인적 만족	4.90 (1.17)	4.89 (1.17)	.010	.000
관계적 만족	5.00 (1.11)	4.91 (1.14)	1.590	.002
소속집단만족	4.81 (1.23)	4.80 (1.21)	.006	.000
긍정 정서	14.86 (3.18)	14.46 (3.20)	3.799	.004
즐거움	4.97 (1.12)	4.89 (1.15)	1.072	.001
행복한	5.01 (1.16)	4.88 (1.18)	3.228	.003
편안한	4.88 (1.21)	4.69 (1.20)	5.908*	.006
부정 정서	10.11 (3.35)	10.30 (3.24)	.781	.001
짜증나는	3.62 (1.29)	3.68 (1.23)	.759	.001
부정적인	3.20 (1.26)	3.30 (1.22)	1.764	.002
무기력한	3.30 (1.39)	3.31 (1.30)	.016	.000

* $p < .05$

다음으로 이러한 차이가 성격이나 소득의 성별 차이에 기인하는지 확인하기 위해서 성별에 따라 외향성, 신경증, 수입에 차이가 있는지 검토했다. 그 결과, 남성과 여성 집단 간에는 외향성($F_{(1, 998)}=1.643, n.s.$), 신경증($F_{(1, 998)}=1.127, n.s.$), 그리고 가정의 월평균 수입($F_{(1, 998)}=.172, n.s.$)에 모두 유의미한 차이가 없었다. 따라서 여성이 즐겁고 행복한 정서를 자주 느끼는 것은 외향성이나 경제력의 차이 때문은 아닌 것으로 보인다.

결혼 및 종교와 행복

먼저 연구 대상자들의 연령별 결혼 상태를 검토했을 때, 40세 이상 연령에서 미혼자는 15명에 불과한 반면에 20대 연령집단의 경우 기혼자가 22명(11.0%)으로 적었다. 이에 30-39세 연령의 기혼 및 미혼자 총 214명만을 대상으로, 결혼 상태에 따라 행복 수준에 차이가 있는지 분석했다. 그 결과, 30대 미혼자와 기혼자 간에는 전체 행복 점수 및 모든 행복의 하위 문항에서 유의미한 차이가 없었다. 다음으로 결혼 상태에 따라 성격이나 경제수준에 차이가 있는지 검토한 결과, 30대 기혼자와 미혼자간에는 외향성($F_{(1, 212)}=1.794, n.s.$), 신경증($F_{(1, 212)}=.651, n.s.$), 월 소득($F_{(1, 212)}=.029, n.s.$)에

모두 유의미한 차이가 없었다. 그러나 성별의 경우, 기혼자 집단에는 여성(90명, 56.3%)이 남성(70명, 43.8%)보다 더 많았고, 미혼자 집단은 남성(39명, 72.2%)이 여성(15명, 27.8%)보다 더 많았다($\chi^2=13.096, p < .001$). 이에 성별을 통제하고 결혼 상태별 행복의 차이를 검토했을 때에도 여전히 모든 행복 점수들은 결혼여부에 따라 유의미한 차이가 없었다.

종교 유무에 따른 행복 차이의 경우, 표4와 같이 종교가 있는 사람(N=542)은 무교인 사람(N=457)에 비해서 편안한 정서를 더 자주 느끼는 것으로 나타났다($F_{(1, 998)}=5.908, p < .05, \eta^2=.006$). 그러나 편안한 정서 경험에 대한 종교의 설명력은 0.6%에 불과했으며, 그 밖의 모든 문항들은 종교 유무에 따라 차이가 없었다. 종교가 있는 사람 중에서 기타 종교(N=9)를 제외하고, 개신교(N=227), 불교(N=220), 천주교(N=87) 신자의 행복 수준에 차이가 있는지 검토했을 때에도 모든 행복 점수들은 종교 유형에 따라 유의미한 차이가 없었다.

다음으로 종교 유무 집단 간에 성격, 경제수준, 인구학적 변인에 차이가 있는지 검토했을 때, 종교가 있는 사람들은 평균 연령이 46.41세($SD=14.21$)로 무교인 사람들($M=40.56, SD=13.35$)보다 더 나이가 많았다($F_{(1, 998)}=44.497, p < .001$). 성별 또한 종교가 있는 사람들은

여성(309명, 56.9%)이 더 많았고, 무교인 사람들에는 남성(261명, 57.1%)이 더 많았다($\chi^2=19.506, p<.001$). 그 밖에 외향성($F_{(1, 998)}=.157, n.s.$), 신경증($F_{(1, 998)}=.709, n.s.$), 월 소득($F_{(1, 998)}=.625, n.s.$)은 종교 유무에 따라 차이가 없었다. 이에 연령과 성별을 통제하고 종교유무에 따른 행복 차이를 검토했을 때, 여전히 ‘편안한’ 정서경험 빈도의 차이가 유의미했다($F_{(1, 996)}=3.864, p<.05$).

학력 및 직업과 행복

먼저 학력이 고졸이하인 사람(N=553)과 대학 재학 이상인 사람들(N=446)간에 행복 수준에 차이가 있는지 검토했다. 그 결과, 고학력자들은 저학력자들보다 삶의 개인적 측면과 소속집단에 대한 만족 수준이 높았다. 그러나 삶의 만족에 대한 학력의 설명력은 1%미만으로 미약했으며, 정서적 행복 경험은 학력수준에 따라 유의미한 차이가 없었다(표5 참조).

다음으로 학력에 따라 인구학적 변인(연령, 성별, 성격, 월소득에 차이가 있는지 검토한 결과, 고졸이하 집단의 평균 연령은 50.08세(SD=13.19)로 대학 이상 학력자의 평균 연령인 35.82세(SD=10.86)보다 더 높았다($F_{(1, 997)}=336.839, p<.001$). 성별의 경우, 고졸 이하

집단에는 여성(320명, 57.9%)이 남성(233명, 42.1%)보다 더 많았고, 대학 이상 학력자들은 남성(261명, 58.5%)이 여성(185명, 41.5%)보다 더 많았다($\chi^2=26.520, p<.001$). 또한 대학 이상 고학력자들은 저학력자들보다 외향성($F_{(1, 997)} = 13.686, p<.001$)과 월 소득($F_{(1, 997)} = 123.412, p<.001$)이 모두 높았다. 이에 이러한 변인을 통제했을 때, 전체 행복 점수 및 행복의 모든 하위 변인들은 학력 수준에 따라 유의미한 차이가 없었다.

직업의 경우, 학생(64명)과 무직/기타업종 종사자(45명)를 제외하고, 자영업자, 블루칼라 종사자(단순노무직, 기능숙련공, 판매서비스직), 화이트칼라 종사자(사무직, 경영관리직, 전문직), 그리고 전업주부의 행복 수준을 비교했다. 그 결과 표6과 같이, 소속집단에 대한 만족만이 화이트칼라 종사자가 자영업자나 블루칼라 종사자보다 더 높았다($F_{(3, 873)}=2.901, p<.05, \eta^2=.010$).

그러나 각 직업별 종사자들 간에는 연령, 성별, 소득 수준에도 차이가 있었다. 직업별 평균 연령의 경우, 화이트칼라 종사자가 38.09세(SD=10.13)로 가장 어렸고, 그 다음은 블루칼라 종사자들(M=42.57, SD=13.52)이었으며, 자영업자(M=48.89, SD=10.59)와 전업주부(M=49.66, SD=12.73)의 연령이 가장 높았다($F_{(3, 873)}=44.030, p<.001$). 성별 또한 자영업(남성 138명, 여성 83명), 블루칼라(남성, 154명, 여성 104명), 화이트칼라

표 5. 학력 수준에 따른 행복 평균(괄호 안은 표준편차임)

	고졸이하(N=553)	대재이상(N=446)	F	η^2
SWB전체	18.76 (7.44)	19.62 (7.61)	3.225	.003
삶의 만족	14.43 (3.13)	14.95 (3.07)	6.931**	.007
개인적 만족	4.82 (1.19)	5.00 (1.14)	6.270*	.006
관계적 만족	4.89 (1.11)	5.03 (1.14)	3.849	.004
소속집단만족	4.72 (1.23)	4.91 (1.19)	6.181*	.006
긍정 정서	14.58 (3.19)	14.80 (3.21)	1.253	.001
즐거운	4.89 (1.14)	4.98 (1.13)	1.725	.002
행복한	4.90 (1.14)	5.02 (1.21)	2.711	.003
편안한	4.79 (1.22)	4.80 (1.21)	.017	.000
부정 정서	10.24 (3.22)	10.13 (3.40)	.283	.000
짜증나는	3.62 (1.28)	3.68 (1.24)	.502	.001
부정적인	3.26 (1.23)	3.23 (1.26)	.147	.000
무기력한	3.37 (1.34)	3.23 (1.36)	2.603	.003

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

표 6. 직업별 행복 평균(괄호 안은 표준편차임)

	자영업 (N=221)	블루칼라 (N=258)	화이트칼라 (N=204)	전업주부 (N=194)	F	η^2
SWB전체	18.90 (7.21)	18.29 (7.56)	19.50 (8.01)	19.97 (7.28)	2.120	.007
삶의 만족	14.37 _a (2.98)	14.34 _a (3.03)	15.06 _b (3.27)	14.77 _{ab} (2.89)	2.806*	.010
개인적 만족	4.75 (1.14)	4.83 (1.15)	5.02 (1.22)	4.94 (1.10)	2.259	.008
관계적 만족	4.90 (1.15)	4.86 (1.08)	5.09 (1.15)	4.97 (1.02)	1.814	.006
소속집단만족	4.71 _a (1.20)	4.65 _a (1.17)	4.96 _b (1.26)	4.85 _{ab} (1.16)	2.901*	.010
긍정 정서	14.62 (3.03)	14.24 (3.27)	14.89 (3.32)	14.97 (3.12)	2.437	.008
즐거움	4.89 (1.08)	4.81 (1.16)	5.00 (1.22)	5.00 (1.12)	1.480	.005
행복한	4.95 (1.12)	4.78 (1.17)	5.00 (1.20)	5.04 (1.14)	2.286	.008
편안한	4.77 (1.18)	4.65 (1.26)	4.88 (1.25)	4.93 (1.14)	2.427	.008
부정 정서	10.09 (3.37)	10.30 (3.18)	10.45 (3.45)	9.77 (3.24)	1.625	.006
짜증나는	3.67 (1.28)	3.66 (1.26)	3.74 (1.25)	3.46 (1.23)	1.803	.006
부정적인	3.23 (1.29)	3.32 (1.20)	3.34 (1.25)	3.07 (1.24)	1.979	.007
무기력한	3.19 (1.40)	3.33 (1.27)	3.37 (1.39)	3.24 (1.32)	.818	.003

* $p < .05$

라(남성 129명, 여성 75명) 종사자들은 남성이 더 많았고, 전업주부는 모두 여성으로 차이가 있었으며($\chi^2=230.642, p < .001$), 소득 수준은 화이트칼라 종사자들이 다른 직업 종사자들보다 유의미하게 높았다($F_{(3, 873)}=15.434, p < .001$). 그 밖에 외향성($F_{(3, 873)}=2.338, n.s.$)과 신경증($F_{(3, 873)}=1.420, n.s.$) 모두 종사하는 직업에 따라 차이가 없었다. 이에 연령, 성별, 그리고 소득수준을 공변인으로 통제했을 때 행복의 모든 변인들은 종사하는 직업에 따라 유의미한 차이가 없었다.

이상의 결과를 종합할 때, 학력 및 직업과 행복의 관계는 매우 미약함을 알 수 있다. 비록 고학력자와 화이트칼라 종사자들이 자신 또는 소속 집단에 조금 더 만족하기는 하지만, 이는 학력이나 직업 자체의 효과보다는 학력이나 직업 집단 간에 인구학적 변인이나 성격, 소득에 차이가 있는 것과 관련이 있어 보인다.

소득과 행복

소득 수준은 객관적 소득(가정의 월평균 소득)과 주관적 소득(스스로 고소득자라고 생각하는 정도)을 구분하여 행복과의 관계를 검토했다. 그 결과 객관적 소득이 높은 가정의 구성원들은 삶의 만족과 긍정적 정서 수준이 높았으나, 부정적 정서 빈도는 소득수준과

유의미한 관련이 없었다. 그러나 객관적 소득은 연령 및 성격과도 관련이 있어서, 고소득자일수록 연령이 낮고($r=-.333, p < .001$), 외향적이었다($r=.187, p < .001$). 그 밖에 소득 수준은 성별에 따라 차이가 없었고($F_{(1, 998)}=.172, n.s.$), 신경증($r=-.038, n.s.$)과도 관련이 없었다. 이에, 연령과 외향성을 통제한 부분상관계수를 검토했을 때에도, 표 7과 같이, 가정의 월소득은 삶의 만족 및 긍정적 정서와 여전히 유의미한 관련성이 있었다.

그러나 행복은 객관적 소득보다는 주관적 소득과 더 높은 상관관계가 있었다. 스스로 고소득자라고 생각하는 사람들은 삶의 만족과 긍정적 정서가 높았을 뿐 아니라, 부정적인 정서와 무기력함을 더 적게 느꼈으며, 더욱이 연령, 외향성, 학력 및 객관적 경제수준(월평균 소득)을 모두 통제했을 때에도 주관적 소득과 행복의 부분상관계수는 여전히 유의미했다(표 7 참조).

심리적 특징과 행복

심리적 특징에 해당하는 성격 및 행복관(행복에 대한 긍정적인 신념)이 행복 수준과 어떠한 관련이 있는지 검토했을 때, 행복 문항들은 심리적 특징과 높은 유의미한 관계를 보였다. 구체적으로 외향성이 높고 신경증이 낮으며 행복에 대해 긍정적 관점을 갖고 있

표 7. 소득과 행복의 관계

	가정의 월평균 소득		주관적 경제 수준	
	단순상관계수	부분상관계수 ^a	단순상관계수	부분상관계수 ^b
SWB전체	.14**	.11**	.25**	.21**
삶의 만족	.17**	.12**	.25**	.18**
개인적 만족	.15**	.11**	.25**	.19**
관계적 만족	.18**	.14**	.26**	.19**
소속집단만족	.13**	.08*	.16**	.09**
긍정 정서	.15**	.13**	.29**	.24**
즐거운	.14**	.11**	.27**	.23**
행복한	.17**	.14**	.29**	.23**
편안한	.11**	.11**	.23**	.20**
부정 정서	.00	-.01	-.06*	-.07*
짜증나는	.04	.00	-.02	-.04
부정적인	.01	.00	-.07*	-.09**
무기력한	-.04	-.02	-.07*	-.06

주. 부분상관계수^a = 연령, 외향성을 통제한 부분상관계수임
 부분상관계수^b = 연령, 외향성, 월평균 소득을 통제한 부분상관계수임
 * $p < .05$, ** $p < .01$

는 사람이 행복점수가 더 높았다. 그리고 이러한 관련성은 응답자의 연령, 성별, 월평균 소득을 통제한 이후에도 여전이 유의한 상태로 남아있었다(표 8 참조).

행복에 대한 인구학적 특징과 심리적 특징의 설명력

행복에 대한 개인의 인구학적 특징과 심리적 특징의 설명력을 파악하기 위해서 위계적 회귀분석을 실시했

표 8. 심리적 특성과 행복의 관계

	외향성		신경증		행복에 대한 긍정적 신념	
	단순상관	부분상관	단순상관	부분상관	단순상관	부분상관
SWB전체	.25**	.23**	-.28**	-.27**	.29	.28**
삶의 만족	.27**	.25**	-.16**	-.16**	.26**	.24**
개인적 만족	.24**	.21**	-.17**	-.17**	.25**	.23**
관계적 만족	.25**	.22**	-.11**	-.11**	.23**	.21**
소속집단만족	.24**	.21**	-.13**	-.14**	.22**	.20**
긍정 정서	.22**	.20**	-.24**	-.23**	.27**	.26**
즐거운	.19**	.17**	-.23**	-.23**	.26**	.25**
행복한	.23**	.21**	-.22**	-.22**	.26**	.25**
편안한	.17**	.16**	-.19**	-.18**	.20**	.20**
부정 정서	-.09**	-.10**	.26**	.25**	-.15**	-.17**
짜증나는	-.05	-.07*	.22**	.21**	-.09**	-.11**
부정적인	-.07*	-.08*	.22**	.22**	-.15**	-.17**
무기력한	-.12**	-.11**	.22**	.22**	-.15**	-.15**

주. 부분상관계수는 연령, 성별, 월평균 소득을 통제한 부분상관계수임 * $p < .05$, ** $p < .01$

표 9. 행복에 대한 인구학적 변인과 심리변인의 위계적 회귀분석

예측변인	1단계			2단계		
	B	SE	β	B	SE	β
성별	.650	.491	.043	.532	.450	.035
연령	-.001	.026	-.002	.020	.024	.038
결혼상태	1.451	.741	.084	1.028	.679	.059
종교유무	-.584	.493	-.039	-.512	.451	-.034
학력수준	.388	.285	.051	.317	.260	.042
가정의 월소득	.509	.130	.134***	.277	.120	.073*
외향성				.991	.177	.170***
신경증				-1.403	.167	-.244***
행복에 대한 긍정신념				1.591	.218	.221***
	$R^2=.030, \Delta R^2=.030^{***}$			$R^2=.193, \Delta R^2=.163^{***}$		

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

다. 먼저 1단계에서 인구학적 변인들(성별, 연령, 결혼 상태, 종교유무, 학력, 가정의 월소득)을 독립변인으로 투입했을 때, 투입된 모든 인구학적 변인들은 전체 행복 변량의 3.0%만을 설명했으며 객관적 소득 수준의 설명력만이 유의미했다. 그러나 2단계에서 성격(외향성, 신경증)과 행복에 대한 긍정적 신념(행복관)을 추가로 투입했을 때, 설명변량은 16.3% 증가했으며 이러한 증분은 통계적으로 유의미했다. 또한 2단계에 투입된 모든 심리변인들은 행복에 대한 설명력이 유의미했다. 반면에 심리변인의 투입으로 객관적 소득의 설명력은 감소되었다(표 9 참조).

다음으로 심리적 변인을 먼저 투입하고 인구학적 변인을 2단계로 투입한 위계적 회귀분석을 실시했다. 그 결과, 1단계에 투입된 3개의 심리 변인들은 행복 수준의 17.9%를 설명했다. 그러나 2단계에 인구학적 변인을 추가로 투입했을 때 증분된 설명변량은 1.4%($\Delta R^2=.014, p<.01$)에 불과했다.

끝으로 응답자의 연령, 성별, 소득 수준에 따라 행복 관련 요인에 차이가 있는지 확인하기 위해서 집단별 중다회귀분석을 실시했다. 그 결과 인구학적 변인 중에서 가정의 월평균 소득은 연령별로는 60대 이상 집단에서($\beta=.16, p<.05$), 성별로는 여성 집단에서만($\beta=.09, p<.05$) 전체 행복 점수에 대한 설명력이 유의미했다. 또한 소득 수준별로 집단을 구분했을 때, 가정의 월소득이 300만원 미만인 집단에서는 결혼 상태($\beta=.13,$

$p<.05$)와 종교 유무($\beta=-.09, p<.05$)가 행복을 예측했으며, 기혼자와 종교가 있는 사람의 행복 수준이 더 높았다. 그러나 심리적 변인에 해당하는 성격(외향성, 신경증)과 행복관은 모든 연령, 성별, 소득 수준 집단에서 전체 행복 점수를 유의미하게 예측했다.

논 의

행복한 사람의 특징을 분석한 연구1에서 응답자의 인구학적 특징에 따른 행복의 차이는 매우 미약했다. 개인이 경험하는 전체 행복 수준은 연령, 성별, 결혼 여부, 종교유무, 학력수준에 따라 차이가 없었으며, 행복의 하위 요인별 분석에서도 극히 일부 요인 또는 문항에서만 차이가 유의미했다. 예를 들어, 고령자들은 다른 연령집단보다 소속집단에 대한 만족 수준이 낮았고, 청년들은 고각성 부정적 정서를 자주 느꼈으며, 여성은 긍정적 정서(즐거움, 행복한) 경험 빈도가 높았다. 또한 종교가 있는 사람은 무교인 사람보다 저각성 긍정적 정서(편안함)를 자주 느꼈고, 학력이나 직업적 지위가 높은 사람은 자신 또는 소속집단에 대한 만족 수준이 높았다. 그러나 이러한 개별 인구학적 특징이 행복 각 하위 문항의 개인차를 설명하는 정도는 1-2%미만 불과했으며, 더욱이 성격이나 수입과 같은 다른 요인들을 통제했을 때 인구학적 변인에 따른 행복 차이는 대부분 사라졌다. 비록 가정의 월소득이 다른 변

표 10. 연구 대상의 인구학적 특징(괄호 안은 백분율임)

	대학(원)생 (N=40)	직장인 (N=40)	전업주부 (N=40)	노인 (N=40)
결혼상태				
미혼	39 (97.5)	17 (42.5)	0 (.0)	3 (7.5)
기혼	1 (2.5)	23 (57.5)	40 (100.0)	37 (92.5)
종교				
불교	6 (15.0)	5 (12.5)	7 (17.5)	9 (22.5)
천주교	3 (7.5)	5 (12.5)	7 (17.5)	2 (5.0)
개신교	13 (32.5)	11 (27.5)	11 (27.5)	13 (32.5)
기타	0 (.0)	1 (2.5)	0 (.0)	0 (.0)
무교	18 (45.0)	18 (45.0)	15 (37.5)	16 (40.0)
학력				
중졸이하	0 (.0)	0 (.0)	2 (5.0)	13 (32.5)
고졸이하	0 (.0)	6 (15.0)	16 (40.0)	15 (37.5)
대재이상	40 (100.0)	34 (85.0)	22 (55.0)	12 (30.0)
가정 월소득				
200만원미만	7 (17.5)	4 (10.0)	3 (7.5)	7 (17.5)
200만원-300만원 미만	8 (20.0)	11 (27.5)	11 (27.5)	9 (22.5)
300만원-400만원 미만	6 (15.0)	8 (20.0)	11 (27.5)	9 (22.5)
400만원-500만원 미만	4 (10.0)	7 (17.5)	5 (12.5)	9 (22.5)
500만원 이상	15 (37.5)	10 (25.0)	10 (25.0)	6 (15.0)

인을 통제했을 때에도 여전히 행복과 유의미한 관련성을 보였으나, 소득에 있어서도 실제 소득 수준보다는 소득에 대한 주관적 판단(스스로 고소득자라고 생각하는 정도)이 행복과 더 밀접한 관련이 있었다. 반면에 성격이나 행복관과 같은 심리적 특징은 인구학적 변인을 통제한 이후에도 여전히 행복의 개인차를 설명할 수 있었으며, 모든 연령, 성별, 소득 수준의 집단에서 개인이 경험하는 행복 수준에 대한 예측력을 갖고 있었다. 이는 행복의 개인차가 외적, 인구학적 요소보다는 심리적 요소들에 의해서 더 잘 설명될 수 있다는 선행연구(Diener et al., 1999)와 일치하는 결과이다.

연구 2

연구 1에서 개인이 경험하는 행복은 그 사람의 인구학적 특징보다 심리적 특징과 더 밀접한 관련이 있음이 확인되었다. 그러나 자신의 행복을 회고적으로 평가하게 함으로써 기억의 영향을 배제하지 못했다. 이에 연구2에

서는 일상생활 속에서 느끼는 행복감을 실시간적으로 측정하여 연구1의 결과를 재검증하고, 행복과 관련된 시간적, 행동적, 심리적 맥락을 파악하고자 했다.

방 법

연구 대상

일상적 행복감은 활동 맥락의 영향을 받을 것이므로, 생활 패턴이 동질적인 집단들을 대상으로 연구를 실시했다. 연구에 포함된 집단은 대학생/대학원생, 직장인, 전업주부, 노인이었으며, 각 집단별 40명씩 총 160명을 연구 대상으로 하였다. 이들 집단을 선정한 이유는 국내에서 일상재구성법(DRM) 연구가 이루어진 바 있어(장재운 등, 2007), 경험표집법(ESM)에 의한 본 연구의 결과와 비교가 가능하기 때문이었다. 연구 대상의 표집은 서은국과 구재선(2011)의 연구 참가자 중에서 연령과 성별 비례에 따라 무선표집했다. 주부

를 제외한 모든 집단에는 남녀 각 20명씩을 포함했고, 평균연령은 대학(원)생 23.0세, 직장인 33.9세, 전업주부 44.4세, 노인 64.7세였다. 그 밖에 연구대상의 인구학적 특징은 표 10과 같다.

측정 도구

일상적 행복감

주관적 안녕감의 구성요소 중에서 삶의 만족은 하루 동안 변화가 적을 것이므로 정서적 행복을 통해 일상적 행복감을 측정했다. 정서적 행복은 단축형 행복척도(COMOSWB; 서은국, 구제선, 2011) 중에서 정서적 행복에 해당하는 6개 정서를 현재 경험하고 있는 정도로 측정했으며, 긍정적 정서 3문항에 대한 응답의 합에서 부정적 정서 3문항에 대한 응답의 합을 뺀 차이값으로 점수를 산출했다. 모든 문항은 7점 likert 척도였으며, 측정시기별 행복감의 가능한 점수 범위는 -18점에서 +18점이었다.

사회적, 행동적 맥락

‘현재 누구와 함께 있는지’와 ‘어떠한 일을 하고 있는지를’ 개방형 문항으로 물었다. 응답 내용은 선행연구(이미리, 2003; Kahneman, Schkade, Fischler, Krueger, & Krilla, 2010)의 분류 기준에 따라 범주화했다. 사회적 맥락(함께 있는 사람)에 대한 범주화 항목은 ‘혼자’, ‘가족’, ‘친구/선후배/직장동료’, ‘그 외 사람들(이웃주민, 교회신도, 자녀친구의 부모, 손님/고객 등)’이었고, 행동적 맥락(하고 있는 일)의 범주화 항목은 ‘적극적 여가 활동’, ‘소극적 여가 활동’, ‘생활유지활동’, ‘먹기/대화하기’, ‘일/공부하기’, ‘이동 중’이었다. 이미리(2003)에 따르면 ‘적극적 여가’는 비교적 높은 수준의 신체적, 심리적 에너지를 요하는 여가 활동을 의미하고, ‘소극적 여가’는 그에 비해 신체 및 심리적 에너지를 요하지 않는 여가 활동을 의미한다. 또한 ‘생활유지활동’은 삶을 위해 꼭 해야 할 일(청소, 화장실가기 등), 외모관리 활동(옷 갈아입기, 몸단장하기 등), 다음 활동을 준비하는 활동(아부자리 펴기, 책가방 싸기 등)을 포함한다(이미리, 2003). 본 연구에서 ‘적극적 여가’에 포함된 활동은 운동, 산책, 취미활동, 영화 및 운동

경기 관람 등이며, ‘소극적 여가’에는 TV/비디오 보기, 인터넷/컴퓨터, 책보기, 음악 듣기, 빈둥거리기 등이 포함되었다. ‘생활유지 활동’의 항목에는 가사일(청소, 요리 등), 육아활동, 준비활동(외출준비, 출근준비 등), 외모 단장 활동(씻기, 화장하기)이 포함되었다. 응답 내용의 분류는 두 명의 평가자가 독립적으로 범주화했으며, 불일치 항목의 경우 합의를 통해 최종 분류를 완성했다. 합의 전 평가자간 분류 일치도는 사회적 맥락 문항 84.62%, 행동적 맥락 문항 97.84%였다.

활동의 내적 동기와 의미

심리적 맥락은 연구1에서 사용된 성격이나 행복관보다 시간이나 상황적 변화를 반영할 수 있는 내적 동기와 의미감으로 구성했다. 내적 동기와 의미감은 ‘현재 그러한 일(활동)을 하고 있는 이유(1점: 해야 하니까, 7점: 하고 싶어서)’와 ‘현재 하고 있는 활동에 의미를 느끼는 정도(1점: 전혀 의미를 느끼지 못한다, 7점: 매우 큰 의미를 느낀다)’로 측정했다.

인구학적 변인

응답자의 연령, 성별, 결혼상태, 종교, 학력 및 경제 수준을 측정했다. 경제 수준의 경우, 가정의 월평균 수입을 객관적 소득의 지표로 사용했다(1점: 150만원 미만, 10점: 800만원 이상).

연구 절차

휴대전화를 이용한 전화조사를 실시했다. 연구대상자들에게 주중(월 또는 목요일)과 주말(토 또는 일요일) 이틀 동안 하루에 3회씩 오전(10-12시), 오후(12-17시), 저녁(17-21시) 시간에 전화를 하여 현재 정서 상태, 함께 있는 사람, 하고 있는 일, 그 일을 하고 싶은 정도와 의미를 느끼는 정도를 총 6회에 걸쳐 측정했다.

결 과

하루 행복감 변화: 언제 행복한가?

시간의 흐름에 따른 행복감의 변화를 알아보기 위해

표 11. 시간별 행복감의 평균(괄호 안은 표준편차임)

	대학(원)생		직장인		전업주부		노인		전체	
평일오전(T1)	2.88 _a	(5.99)	4.10 _a	(6.20)	5.78 _a	(5.74)	8.23	(5.74)	5.24 _a	(6.20)
평일오후(T2)	2.65 _a	(6.71)	3.15 _a	(8.12)	9.98 _b	(5.75)	7.88	(4.83)	5.91 _{ab}	(7.12)
평일저녁(T3)	6.93 _b	(4.83)	6.05 _{ab}	(6.91)	8.70 _b	(5.85)	8.75	(5.96)	7.61 _c	(5.99)
주말오전(T4)	6.05 _{abc}	(6.14)	6.53 _{ab}	(5.31)	7.38 _{ab}	(5.86)	8.80	(5.97)	7.19 _{bc}	(5.87)
주말오후(T5)	8.28 _{bc}	(6.69)	6.08 _{ab}	(6.60)	9.78 _b	(5.43)	8.55	(4.91)	8.17 _{cd}	(6.05)
주말저녁(T6)	9.28 _c	(4.22)	8.45 _b	(5.35)	8.93 _{ab}	(7.50)	10.08	(5.85)	9.18 _d	(5.83)
전체	6.01 _a	(3.67)	5.73 _a	(4.60)	8.42 _b	(4.37)	8.71 _b	(4.26)	7.22	(4.42)
	$F_{(5, 195)}=12.205^{***}$		$F_{(5, 195)}=5.605^{***}$		$F_{(5, 195)}=4.794^{***}$		$F_{(5, 195)}=1.476$			

주1. 첨자가 다르면 차이가 유의미함

*** $p < .001$

주2. F는 집단별 반복측정 변량분석 결과임

서 측정시기를 집단내 변인으로, 4개 집단을 집단간 변인으로 하여 반복측정 변량분석을 실시했다. 그 결과 측정시기의 주효과($F_{(5, 780)}=15.590, p < .001, \eta^2_{\text{partial}}=.091$), 집단의 주효과($F_{(3, 136)}=5.466, p < .01, \eta^2_{\text{partial}}=.095$), 그리고 측정시기와 집단의 상호작용 효과($F_{(15, 780)}=3.556, p < .001, \eta^2_{\text{partial}}=.064$)가 유의미했다. Duncan 방식으로 사후검증했을 때, 전업주부($M=8.42$)와 노인($M=8.71$)들은 직장인($M=5.73$)이나 대학생($M=6.01$)보다 일상생활에서 더 많은 행복감을 경험하고 있었다. 시간적으로는 주중 오전($M=5.24$)의 행복감이 가장 낮았고, 주말 저녁 시간대($M=9.18$)에 경험하는 행복감이 가장 높았다(Bonferroni, $p < .05$). 상호작용 효과의 경우, 직장인과 대학생이 느끼는 행복감은 평

일 오전과 오후에 매우 낮다가 평일 저녁과 주말이 되면 차츰 높아졌다. 반면에 주부들은 평일과 주말 오후 시간에 가장 높은 행복감을 보였고, 노인들은 시간의 흐름에 무관하게 지속적으로 높은 행복감을 경험하고 있었다(표 11과 그림 1 참조).

누구와 있을 때 행복한다?

160명의 응답자에게 6회에 걸쳐 함께 있는 사람을 물었을 때, 혼자 있다는 응답이 40.6%로 가장 많았고, 그 다음으로 가족(34.7%), 친구/선배/직장동료(20.4%), 기타 사람들(4.3%)의 순이었다. 그 중에서 응답빈도가 낮은 기타를 제외하고, 세 개의 사회적 맥락에 따라

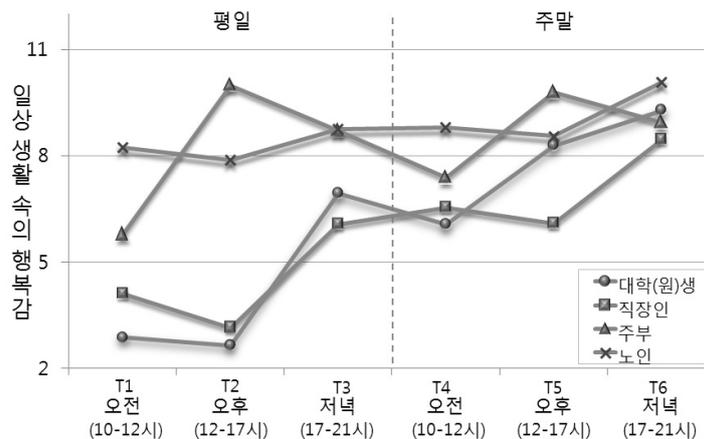


그림 1. 행복감에 대한 집단과 측정시기의 상호작용 효과

표 12. 사회적 맥락에 따른 행복감의 평균(괄호 안은 표준편차임)

	대학(원)생	직장인	전업주부	노인	전체
혼자	4.49 _a (6.17)	5.59 _b (5.53)	8.33 (5.18)	8.99 (5.42)	6.60 _a (5.95)
가족	8.55 _b (4.98)	9.03 _c (5.43)	7.85 (6.62)	8.74 (5.36)	8.41 _b (5.87)
친구/선후배/직장동료	7.47 _b (6.61)	2.63 _a (7.61)	11.11 (5.43)	8.09 (5.60)	6.17 _a (7.24)
	$F_{(2, 229)}=9.774^{***}$	$F_{(2, 229)}=18.547^{***}$	$F_{(2, 224)}=2.281$	$F_{(2, 224)}=.442$	

주1. 첨자가 다르면 차이가 유의미함

*** $p < .001$ 주2. F 는 집단별 일원 변량분석 결과임

응답자가 경험하는 행복감 수준에 차이가 있는지, 그리고 이러한 차이가 집단에 따라 상이한지를 변량분석을 통해 검토했다. 그 결과, 사회적 맥락의 주효과가 유의미했으며($F_{(2, 906)}=6.675$, $p < .01$, $\eta^2_{\text{partial}}=.015$), 친구/동료와 함께 있거나 혼자 있을 때 보다 가족과 함께 있을 때 행복감 수준이 더 높았다. 또한 집단과 사회적 맥락의 상호작용효과도 유의미했다($F_{(9, 906)}=9.761$, $p < .001$, $\eta^2_{\text{partial}}=.088$). 이에 집단별로 사회적 맥락에 따른 행복감 차이를 분석했을 때, 대학생과 대학원생들은 혼자 있을 때 보다 가족이나 친구와 함께 있을 때 행복감이 높았다. 반면에 직장인의 행복감은 친구/동료와 있을 때 가장 낮았고 가족과 함께 있을 때 가장 높았다. 전업주부와 노인들은 함께 있는 사람에 따라 경험하는 행복감에 차이가 없었다(표12 참조).

무엇을 할 때 행복합가?

현재 어떠한 일을 하고 있는지에 대한 응답은 ‘소극적 여가활동(TV시청, 인터넷검색, 책보기, 음악듣기

등)’이 32.7%로 가장 많았고, 그 다음으로 ‘일/공부하기’가 18.5%, ‘생활유지활동(가사일, 육아, 준비하기, 기다리기, 외모관리 활동 등)’이 17.3%로 많았다. 그 밖에 ‘먹기/대화하기(11.8%)’와 ‘이동 중(11.7%)’이라는 응답이 비슷한 수준이었으며, ‘적극적 여가활동(운동, 산책, 영화/스포츠 관람, 취미활동 등)’을 하고 있다는 응답은 8.1%로 가장 낮았다.

다음으로 각 활동 맥락에 따라 행복감 경험에 차이가 있는지, 그리고 그 차이가 집단에 따라 상이한지 변량분석을 통해 검토했다. 그 결과, 활동맥락의 주효과($F_{(5, 928)}=8.274$, $p < .001$, $\eta^2_{\text{partial}}=.043$)가 유의미했으며, 일/공부, 그리고 생활유지활동을 할 때보다 먹거나 대화할 때, 그리고 적극적 여가활동을 할 때 행복감이 더 높았다. 또한 집단과 활동맥락의 상호작용 효과($F_{(18, 928)}=4.123$, $p < .001$, $\eta^2_{\text{partial}}=.074$)도 유의미했기에 집단별 일원변량분석을 실시한 결과, 직장인과 대학(원)생들은 일 또는 공부할 때 행복감이 낮았고, 먹기/대화하기와 적극적 여가를 할 때 행복감이 높았다. 반면에 전업주부들은 일이나 공부할 때의 행복감이 낮지

표 13. 활동 맥락에 따른 행복감의 평균(괄호 안은 표준편차임)

	대학(원)생	직장인	전업주부	노인	전체
적극적 여가	8.00 _{bc} (7.86)	9.38 _{bc} (4.46)	7.24 (6.89)	10.27 (5.60)	8.71 _c (6.54)
소극적 여가	5.14 _{ab} (6.14)	7.20 _b (5.34)	7.88 (5.69)	7.70 (5.69)	6.97 _b (5.81)
먹기/대화하기	10.21 _c (4.14)	11.05 _c (4.86)	10.88 (7.03)	9.90 (5.21)	10.46 _a (5.48)
이동 중	6.62 _{ab} (5.60)	6.77 _b (6.36)	11.05 (5.68)	8.77 (4.92)	8.07 _{bc} (5.81)
생활유지활동	4.17 _a (5.97)	6.78 _b (6.46)	7.14 (5.78)	8.39 (5.86)	7.02 _b (6.03)
일/공부하기	4.17 _a (6.22)	2.39 _a (6.49)	10.27 (6.74)	8.92 (5.66)	4.80 _a (6.85)
	$F_{(5, 232)}=4.977^{***}$	$F_{(5, 230)}=10.296^{***}$	$F_{(5, 234)}=2.978^*$	$F_{(5, 232)}=1.137$	

주1. 첨자가 다르면 차이가 유의미함

* $p < .05$, *** $p < .001$ 주2. F 는 집단별 일원 변량분석 결과임

표 14. 활동 동기 및 의미와 행복감의 관계

	대학(원)생	직장인	전업주부	노인	전체
하고 싶은 정도	.453**	.608**	.608**	.437**	.555**
의미를 느끼는 정도	.312	.531**	.615**	.686**	.570**

** $p < .01$

않았으며, 노인들은 활동 맥락에 따라 행복감 수준에 유의미한 차이가 없었다(표 13 참조).

활동 동기 및 의미와 행복감

활동동기 및 의미와 일상생활 속 행복감의 상관관계를 검토했다. 그 결과 현재 하고 있는 일을 하고 싶은 정도와 하고 있는 일에 의미를 느끼는 정도는 모든 집단에서 행복감과 높은 정적 상관이 있었다(표 14 참조). 따라서 사람들은 내적동기와 의미감이 높은 활동을 할 때 행복감을 경험하는 것으로 나타났다.

일상적 행복감에 대한 인구학적 변인과 심리변인의 설명력

일상생활 속 행복 경험에 대한 인구학적 변인과 심리 변인의 설명력을 파악하기 위해서 위계적 회귀분석을 실시했다. 먼저 1단계에서 인구학적 변인을 투입했을 때, 투입된 모든 변인들은 일상적 행복감의 13.5%를 설명했으며, 그 중에서 결혼여부의 설명력만이 유

의미했다. 다음으로 2단계에서 활동의 내적 동기와 의미감을 추가했을 때, 설명 변량은 45.9%로 32.4%의 증분을 보였으며, 내적동기와 의미감 모두 이러한 증분에 기여했다(표 15 참조).

다음으로 1단계에 심리변인을, 2단계에 인구학적 변인을 투입한 위계적 회귀 모형의 경우, 1단계에 투입된 심리 변인은 일상적 행복감의 41.3%를 설명했다($R=.643$, $R^2=.413$). 그러나 2단계로 인구학적 변인을 투입했을 때 설명력은 4.6% 증분했으나 이러한 증분은 통계적으로 유의미하지 않았다.

논 의

연구2에서는 학생, 직장인, 주부, 노인 집단을 대상으로 이들이 실제 생활 속에서 행복을 느끼는 시간적, 상황적 맥락을 파악하고, 실시간적 행복 경험을 많이 느끼는 사람의 다양한 특징을 살펴보았다. 그 결과, 일상생활 속 행복 경험에 가장 중요한 요인은 활동의 내적 동기와 의미감이었다. 이러한 심리적 요인은 모든 측정된 인구학적 변인을 통제했을 때에도 일상생활 속

표 15. 일상적 행복감에 대한 인구학적 변인과 심리변인의 위계적 회귀분석

예측변인	1단계			2단계		
	B	SE	β	B	SE	β
성별	.754	.705	.083	.895	.567	.098
연령	.016	.028	.062	-.019	.023	-.073
결혼상태	1.959	.970	.215*	1.270	.791	.139
종교유무	.705	.676	.079	.525	.540	.059
학력수준	-.913	.866	-.097	-.775	.690	-.082
가정의 월소득	.232	.147	.122	.210	.117	.111
내적 동기				1.440	.269	.386***
의미 부여				1.251	.325	.302***
	$R^2=.135$, $\Delta R^2=.135$ ***			$R^2=.459$, $\Delta R^2=.324$ ***		

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

행복감의 32%를 설명한 반면에, 활동동기와 의미를 통제했을 때 소득 수준을 포함한 인구학적 변인은 일상적 행복감을 설명하지 못했다. 또한 본 연구에는 전업주부가 자율성에 제약을 받는 출근이나 등교 이전의 시간이 포함되지 않았는데, 전업주부와 노인이 다른 집단에 비해서 높은 행복감을 나타낸 것도 개인이 자유롭게 하고 싶은 일을 할 수 있는 시간이 바로 행복감을 경험하는 시간임을 시사한다. 활동의 경우도 마찬가지로, 대학생이나 직장인들이 가장 행복하지 않은 활동으로 보고한 일/공부하기는 주부나 노인에게는 낮은 행복감을 유발하는 활동이 아니었다. 이러한 결과들을 통해서 회고적 행복 판단 뿐 아니라 실시간적 행복 경험도 객관적 여건보다 심리적 요인에 의해서 더 잘 설명될 수 있음이 확인되었다.

종합논의

본 연구는 행복과 관련된 개인적 특성과 상황적 맥락을 파악함으로써, 한국 사회에서 누가 그리고 언제 행복한가의 질문에 답하고자 했다. 이를 위해서, 응답자의 행복 수준을 회고적 평가방식(연구 1)과 경험표집 방식(연구 2)으로 측정하여 다양한 인구학적, 심리적, 상황적 특성과의 관계를 검토했다.

그 결과 많은 선행연구들(Diener et al., 1999; Myers, 2000; Myers & Diener, 1995)에서와 마찬가지로, 한국 사회에서도 행복한 삶을 살아가는데 있어서 외적 상황적 요인보다 개인의 심리적 특성이 중요함이 재확인되었다. 본 연구에서 외향성, 신경증과 같은 성격 특성과 행복에 대한 긍정적인 관점은 개인의 회고적 행복 판단을 18% 예측했으며, 행복에 대한 심리적 특성의 예측력은 측정된 모든 인구학적 요인을 통제했을 때에도 16%로 유지되었다. 또한 성격과 행복관은 연령, 성별, 소득수준에 상관없이 모든 집단에서 행복을 예측했으며, 전체 행복 점수 뿐 아니라 행복의 모든 하위요소들과도 높은 관련성을 보였다.

심리적 요인의 중요성은 일상생활 속에서 느끼는 행복감을 실시간적으로 측정했을 때 더욱 두드러졌다. 학생, 직장인, 주부, 노인 집단에서 모두 사람들은 자신이 하고 싶고 의미를 느끼는 일을 할 때 행복했으며,

생활 속 행복 경험의 40% 이상은 이러한 내적 동기와 의미감에 의해서 설명되었다. 또한 모든 인구학적 변인을 통제해도 심리적 변인은 실시간적 행복감의 32%를 설명했는데, 이는 한 개인의 연령, 성별, 학력, 소득 등에 대한 어떠한 정보 없이 하고 있는 일에 대한 동기와 의미감을 아는 것만으로 그 사람이 현재 얼마나 행복한지 어느 정도 예측할 수 있음을 의미한다. 이러한 결과는 사람들이 개인적으로 가치롭게 여기고 소망하는 일에 관여할 때 행복감을 경험한다는 선행연구자들(Csikszentmihalyi, 1990/2004; Deci & Ryan, 1987)의 주장과 일치한다.

반면에 개인의 인구학적 특징에 따른 행복의 차이는 매우 미약했다. 일반인들의 생각과 달리 개인이 경험하는 전체 행복 수준은 연령, 성별, 결혼여부, 종교, 그리고 학력 및 직업적 지위에 따라 차이가 없었다. 인구학적 변인 중에서는 유일하게 소득 수준이 행복과 관련이 있었으나, 객관적 소득을 포함한 모든 인구학적 변인은 행복의 개인차를 단지 3%만을 설명했으며 심리적 변인을 통제했을 때의 설명력은 1.4%에 불과했다. 경험표집방식으로 측정된 행복의 경우도 마찬가지로 심리적 변인을 통제했을 때 인구학적 변인은 추가적 예언력을 갖지 못했다. 심리적 변인에 비하면 상대적으로 미미한 설명력이다. 또한 소득의 경우 객관적인 실제 수입보다 스스로 자신이 고소득자라고 생각하는 정도가 개인의 행복 수준과 더 밀접한 관련이 있었다. 이러한 결과는 외적, 인구학적 특징을 아는 것만으로 그 사람이 얼마나 행복한지 예측하기는 어려움을 시사한다. 따라서 사회 지표만으로는 삶의 질을 정의할 수 없으며 객관적인 삶의 여건은 개인의 행복에서 무시해도 좋을 정도의 역할만을 한다는 선행 연구자들(Diener et al., 1999; Myers & Diener, 1995)의 주장은 학벌이나 경제력과 같은 외적 요소가 강조되는 한국사회에서도 일반화될 수 있는 것으로 나타났다.

한국은 경제적 풍요 수준에 비하여 행복하지 못한 국가라는 것이 학자들의 일반적인 견해이다(Diener et al., 2010). 여기에는 다양한 원인이 있을 수 있겠으나, 본 연구의 결과는 한국인들이 행복이라는 측면에서 비효율적인 방식으로 자원과 에너지를 투자하고 있는 것이 그 한 가지 이유가 될 수 있음을 시사한다. 한국인

들은 일생동안 상당량의 에너지를 학벌, 직업, 물질 취득을 위해 투자한다. 그리고 이러한 사회적 현상의 이면에는 학벌, 직업, 돈을 통해서 더 행복한 삶을 살 수 있다는 일반인들의 신념(lay belief)이 존재한다. 그러나 이러한 기대와 달리, 학벌, 직업, 경제수준에 따라 사회적 대우가 달라지는 한국사회에서 조차 개인이 경험하는 행복 수준은 그 사람의 외적, 객관적 여건에 따라 차이가 없었다. 더욱이 사람들은 돈이 많은 사람들이 더 즐거운 경험을 많이 할 수 있을 것으로 생각하지만, 실제로 소득수준은 사람들이 일상생활 속에서 경험하는 실시간적 행복 정도를 예측하지 못했다. 행복의 관점에서 볼 때 비효율적인 투자인 셈이다.

또 다른 문제는 이러한 사회경제적 지위 획득을 위해서 실질적으로 행복에 중요한 많은 것들이 쉽게 포기될 수 있다는 점이다. 객관적인 사회 기준에 초점을 둘 때 개인의 자율성이나 내적 동기, 의미감은 무시되기 쉽다. 돈이 접화된 사람은 그렇지 않은 사람보다 사회적 경험을 더 적게 한다는 연구 결과도 보고된 바 있다(Vohs, Mead, & Goode, 2008). 사회적 경험과 자율성, 의미감은 모두 행복에 매우 중요한 것으로 알려진 요소들이다. 따라서 물질적 보상이나 높은 사회적 지위를 위해서 이러한 것들을 포기하는 사람은 행복감을 느끼기 힘들 것으로 예상할 수 있다. 같은 맥락에서 Suh와 Koo(2008)는 집단주의 사회에서 행복 수준이 낮은 것은 그 구성원들이 사회적 승인과 보상을 얻기 위해서 행복을 포함하는 본능적 욕구와 소망을 희생하는 것과 관련이 있다고 하였다.

또한 한국인들은 시간적 자원도 행복에 바람직하지 않은 방식으로 활용하고 있는 것으로 보인다. 본 연구에서 사람들이 높은 행복감을 느끼는 상황은 가족이나 친구와 함께 있는 사회적 상황이었음에도 불구하고, 현재 함께 있는 사람에 대한 질문에는 응답자의 40%가 혼자 있다고 답했다. 활동의 경우도 마찬가지로, 사람들이 높은 행복감을 느끼는 활동은 적극적 여가 활동(운동, 산책, 공연 관람 등) 및 먹기/대화하기였으나 이러한 활동을 하고 있다는 응답은 적었다. 반면에 현재 하고 있는 활동으로 가장 많이 응답된 소극적 여가 활동(TV보기, 인터넷이나 컴퓨터하기 등)이나 일/공부하기, 생활유지활동을 할 때 사람들이 경험하는 행복

감은 낮았다. 물론 더 적은 시간동안 하는 활동이 더 큰 행복감을 유발할 수도 있으나, 먹기, 말하기, 운동과 사회적 활동은 많은 연구들에서 높은 행복감을 유발하는 것으로 일관되게 보고되는 활동들이다(장재윤 등, 2007; Cantor & Sanderson, 1999). 드물게 발생하는 강한 긍정적 경험보다 중간 강도의 즐거움 유발 활동을 자주 경험하는 것이 행복에 도움이 된다는 점을 고려할 때(Diener, Sandvik, & Pavot, 1991), 자주 하는 활동과 행복 유발 활동이 불일치하는 한국의 현실 속에서 높은 행복 수준을 기대하기는 어려운 것이다.

이러한 결과는 한국이 더 행복한 국가로 나아가기 위해서 어떠한 사회적 노력을 기울여야 하는가에 대한 방향을 제시해준다. 물질적 풍요 그 자체만으로 국가 행복 수준은 향상되지 않는다. 선행 연구에서도 국가 경제는 일정 수준을 넘으면 더 이상 행복을 예측하지 못했다(Myers, 2000; Myers & Diener, 1995). 그 대신에 부유한 국가일수록 자유로움이나 자기존중감이 행복과 더 높은 관련을 보인다(Argyle, 2001). 본 연구에서도 내적 동기와 의미감은 행복에 대해 높은 예측력을 보였다. 따라서 국가행복도의 향상을 위해서는 스스로 의미를 느끼고 하고 싶은 일을 자유롭게 할 수 있는 사회 분위기의 조성, 그리고 행복에 대한 긍정적인 인식의 확산이 필요할 것이다.

그러나 이것은 객관적 환경과 경제 수준이 행복과 절대적으로 무관하다는 것을 의미하지는 않는다. 행복을 위해서는 의, 식, 주와 같은 기본 욕구의 충족이 필수적이며, 돈은 이러한 욕구 충족을 위한 수단을 제공한다(Diener et al., 1999). 가난한 국가나 저소득 계층에서 수입이 행복을 예측하는 것도 이러한 이유일 것이다(Argyle, 1999). 본 연구에서도 소득은 고령자의 행복을 예측했으며, 수입을 통제했을 때 노인들의 삶의 만족은 감소되지 않았다. 따라서 저소득 계층과 노인에 대해서는 기본 생존을 위한 물질적, 환경적 여건이 조성되어야 할 것이다. 또한 노인 집단의 경우, 타 연령집단보다 소속 집단에 대한 만족이 낮았던 점에서 노년기에도 긍정적인 소속감이 유지될 수 있도록 하는 정책적 지원이 필요해 보인다.

그 밖에 행복의 하위 문항 및 집단별 분석 결과를 보면, 선행연구(Diener et al., 1999)에서 제안된 바와

같이 젊은이들은 노인보다 고각성 부정적 정서를 자주 경험했고, 여성은 남성보다 긍정적 정서 수준이 높았다. 아울러 종교가 저소득층의 행복을 예측한 점과 수입과 통제했을 때 학력의 효과가 사라진 점 또한 기존 연구들(Argyle, 1999; Okun & Stock, 1987)과 일치한다. 따라서 이러한 결과는 여러 문화권에서 일관되게 나타나는 어느 정도 문화 보편적 현상으로 여겨진다.

이상과 같이 본 연구는 엄격하게 확률표집된 대표 표본 집단을 대상으로 다양한 개인적 특성과 행복의 관계를 검토했으며, 그 과정에서 기존 연구들과 달리 정서의 각성수준 및 삶의 만족 영역별 분석을 실시하였다. 또한 행복을 회고적 방식 뿐 아니라 실시간적으로 측정하여 실제 생활 속에서 느끼는 행복의 관련 요소를 탐색한 점에서도 기존 연구들과 차별화된다. 그럼에도 불구하고 본 연구는 횡단적 방법으로 진행되었기 때문에, 결과 해석에 세심한 주의가 요구된다. 예를 들어, 연령별 행복 차이는 연령 증가에 따른 발달적 차이일 수 있으나, 동시대집단 효과에 기인할 수도 있다. 젊은이들의 높은 짜증 정서 경험에는 현재 청년들의 어려운 삶의 현실이나 고각성 부정적 정서를 수용하는 현대 사회의 풍토가 반영되었을 수 있는 것이다. 또한 본 연구의 결과는 인과관계로 해석되어서도 안될 것이다. 일반적으로 인구학적 특성은 행복의 결과라기보다 원인으로 가정되지만, 최근 행복이 수명, 수입, 교육 등에 긍정적 영향을 줄 가능성이 제기되고 있기 때문이다(자세한 내용은 Lyubomirsky, King, & Diener, 2005; Oishi, & Koo, 2008; Veenhoven, 1988). 본 연구에서 수입이 높은 사람들이 조금 더 행복했지만, 이들이 높은 경제 수준으로 인해 행복한 것인지 아니면 행복한 사람들이 더 높은 소득을 얻는 것인지에 대해서는 단정하기 어렵다. 이러한 문제를 해결하기 위해서는 향후 추가적인 종단 연구가 실시되어야 할 것으로 보인다.

그 밖에 본 연구가 갖는 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 많은 문화권에서 그 속성이 입증된 바 있는 주관적 안녕감 이론(Diener, 1984; Scollon, Diener, Oishi, & Biswas-Diener, 2004)에 근거하여 한국인의 행복을 조명했다. 그러나 주관적 안녕감이 한국인의 행복 속성을 완벽하게 반영하고

있는가에 대해서는 의문이 제기될 수 있다(한민, 한성열, 2009). 행복의 문화적 의미를 규명하는 것은 분명 중요하고 의미 있는 일일 것이다. 그러나 아직 주관적 안녕감을 대체할 수 있는 한국인의 행복 개념에 대한 객관적이고 과학적 근거가 확립되지 않은 실정에서 본 연구는 한국인의 행복과 밀접한 관련 있는 문항으로 구성된 척도(서은국, 구제선, 2011)를 사용함으로써 문화적 제약을 극복하고자 했다. 따라서 한국인 행복의 문화보편적 속성과 문화 특수적 속성을 밝혀내는 작업은 후속 연구들에서 해결되어야 할 과제로 남아있다. 둘째로 본 연구에서 경험표집 연구는 현실적 제약으로 인해서 오전 10시 이전과 오후 9시 이후의 시간을 포함하지 못했으며, 연구 대상도 대학(원)생, 직장인, 전업주부, 노인으로 제한되었다. 본 연구의 결과를 일반화하기 위해서는 향후 연구 시간과 대상을 확장한 후속 연구들이 진행될 필요가 있을 것이다. 끝으로 본 연구에서 행복의 중요한 예측 변인으로 밝혀진 행복감과 내적 동기, 의미감은 발달 단계에 따라 달라질 수 있으므로, 이들의 발달적 변화를 검토하는 것 또한 의미 있는 연구 주제가 될 것이다.

참고문헌

- 구자영, 서은국(2007). 행복의 양이 한정되어 있다는 믿음과 주관적 안녕감. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 21, 1-19.
- 김명소, 김혜원, 차경호, 임지영, 한영석(2003). 한국 성인의 행복한 삶의 구성요인 탐색 및 척도개발. 한국심리학회지: 건강, 8, 415-442.
- 김명소, 김혜원, 한영석, 임지영(2003). 한국인의 행복한 삶에 대한 인구통계학적 특성별 분석. 한국심리학회지: 일반, 22, 1-33.
- 김청송(2009). 청소년의 행복결정요인에 관한 연구. 한국심리학회지: 건강, 14, 649-665.
- 박근석, 한덕웅, 이주일(2006). 한국사회에서 건강하고 행복한 성공노화 노인들의 사회심리적 특징. 한국심리학회지: 건강, 11, 457-475.
- 박영신, 김의철(2009). 한국 청소년의 행복: 심리적, 관계적, 경제적 자원과 학업성취의 영향. 한국심리학

- 회지: 사회문제, 15, 399-429.
- 서은국, 구재선(2011). 단축형 행복 척도(COMOSWB) 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 25, 95-113.
- 유경, 이주일(2010). 여성의 행복에 영향을 미치는 요인: 세대간 분석. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 24, 89-104.
- 이미리(2003). 청소년기 행복감 수준의 일상 맥락 변화에 따른 다양성. 한국심리학회지: 발달, 16, 193-209.
- 이제현(책임프로듀서) (2010). 행복해지는 법 2편 행복의 비밀코드. [TV 다큐멘터리]. 서울: KBS TV.
- 장재윤, 유경, 서은국, 최인철(2007). 일상재구성법(DRM)을 통해 살펴본 남녀직장인과 주부의 삶의 질. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 21, 123-139.
- 전경숙, 정태연(2009). 한국 청소년의 행복을 결정하는 요인들. 한국심리학회지: 사회문제, 15, 133-153.
- 한국갤럽(2008). 성별 행복도에 대한 인식 조사. <http://www.gallup.co.kr/gallupdb/reportContent.asp?seqNo=179&pagepos=1&search=&searchKey=word=&selectYear=>
- 한민, 한성열(2009). 신명나는 삶: 한국사람들의 행복에 대한 이해. 한국심리학회지: 사회문제, 15, 81-94.
- Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 353-373). NY: Russell Sage Foundation.
- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness*. NY: Taylor & Francis Inc.
- Cantor, N. & Sanderson, C. A. (1999). Life task participation and well-being: The importance of taking part in daily life. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 230-243). NY: Russell Sage Foundation.
- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness*. NY: Taylor & Francis Inc.
- Compton, W. C. (2005). *An introduction to positive psychology*. CA: Thomson Wadsworth.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 296-308.
- Csikszentmihalyi, M., & Larson, R. (1987) Validity and reliability of the Experience Sampling Method. *The Journal of Nervous and Mental Diseases*, 175, 529-536.
- Csikszentmihalyi, M. (2004). 플로우, 미치도록 행복한 나를 만난다 [Flow: The psychology of optimal experience]. (최인수 역). 서울: 한울림. (원전은 1990에 출판)
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1024-1037.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 193, 542-575.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
- Diener, E., Diener, M., & Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 653-663.
- Diener, E., & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 926-935.
- Diener, E., & Larsen, R. J. (1984). Temporal stability and cross-situational consistency of affective, behavioral, and cognitive responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 871-883.
- Diener, M. L., & McGavran, M. B. D. (2008). What makes people happy? A developmental approach to the literature on family relationship and

- well-being. In M. Eid & R. J. Larsen(Eds.). *The Science of Subjective Well-Being*(pp. 347-375). NY : The Guilford Press.
- Diener, E., Sandvik, E., & Larsen, R. J. (1985). Age and sex effects for emotional intensity. *Developmental Psychology, 21*, 542-546.
- Diener, E., Sandvik, E., & Pavot, W. (1991). Happiness is the frequency, not the intensity of positive versus negative affect. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 119-139). Oxford: Pergamon Press.
- Diener, E., Scollon, C. N. & Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology, 13*, 187-219.
- Diener, E., & Suh, E. M. (1998). Age and subjective well-being: An international analysis. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics, 17*, 304-324.
- Diener, E., & Suh, E. M. (1999). National differences in subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 434-452). NY: Russell Sage Foundation.
- Diener, E., Suh, E. M., Kim-Prieto, C., Biswas-Diener, R., & Tay, L. S. (2010). Unhappiness in South Korea: Why it is high and what might be done about it. 한국심리학회 연차 학술대회 자료집, pp. 1-23. 8월 19일. 서울: 서울대학교 멀티미디어 강의동.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*, 276-302.
- Helson, R., & Lohren, E. C. (1998). Affective coloring of personality from young adulthood to midlife. *Personality and Social Psychological Bulletin, 24*, 241-252.
- Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D. A., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2004). A survey method for characterizing daily life experience: The day reconstruction method. *Science, 306*, 1776-1780.
- Kahneman, D., Schkade, D. A., Fischler, C., Krueger, A. B., & Krilla, A. (2010). The structure of well-being in two cities: Life satisfaction and experienced happiness in Columbus, Ohio; and Rennes, France. In E. Diener, J. F. Helliwell, & D. Kahneman (Eds.), *International differences in well-being* (pp. 16-33). NY: Oxford University Press.
- Lucas, R. E., Diener, E., & Larsen, R. J. (2003). Measuring positive emotions. In S. J. Lopez, & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 201-218). Washington, DC: American Psychological Association.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin, 131*, 803-855.
- Mroczek, D. K., & Kolarz, C. M. (1998). The effect of age on positive and negative affect: A developmental perspective on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 1333-1349
- Myers, D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist, 55*, 56-67.
- Myers, D. G. & Diener, E. (1995). Who is happy. *Psychological Science, 6*, 10-19.
- Oishi, S., & Koo, M. (2008). Two new questions about happiness. In M. Eid & R. J. Larsen (Eds.). *The Science of Subjective Well-Being* (pp. 290-306). NY: The Guilford Press.
- Okun, M. A., Stock, W. A., Haring, M. J., & Witten, R. A. (1984). Health and subjective well-being: a meta-analysis. *International Journal of Aging and Human Development, 19*, 111-132.

- Okun, M. A., & Stock, W. A. (1987). Correlates and components of subjective well-being among the elderly. *Journal of Applied Gerontology, 6*, 95-112
- Russell, J. A. (1980). A circumplex mode of affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 39*, 1161-1178.
- Russell, J. A. (1983). Two pan-cultural dimensions of emotion words. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*, 1281-1288.
- Scollon, C. N., Diener, E., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2004). Emotions across cultures and methods. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 35*, 304-326.
- Sedikides, C., & Brewer, M. B. (2001). *Individual self, relational self, collective self*. Ann Arbor, MI: Taylor & Francis.
- Seidlitz, L., & Diener, E. (1993). Memory for positive versus negative events: Theories for the differences between happy and unhappy persons. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 654-664.
- Suh, E. M., & Koo, J. (2008). Comparing subjective well-being across culture and nations: The "What" and "Why" questions. In M. Eid & R. J. Larsen(Eds.). *The Science of Subjective Well-Being*(pp. 414-427). NY :The Guilford Press
- Veenhoven, R. (1991). Questions on happiness: classical topics, modern answers, blind spots. In F. Strack, M. Argyle, & Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 7-26). Oxford: Pergamon Press.
- Veenhoven, R. (1988). The utility of happiness. *Social Indicators Research, 20*, 333-354.
- Vohs, K. D., Mead, N. L., & Goode, M. R. (2008). Merely activating the concept of money changes personal and interpersonal behavior. *Psychological Science, 17*, 208-212.
- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin, 67*, 294-306.

Happiness in Korea: Who is Happy and When?

Jaisun Koo Eunkook M. Suh
Yonsei University

A representative Korean adult sample ($N=1,000$) was examined to understand the relationship between subjective well-being and major demographic and personality variables (Study 1). An experience sampling study was conducted additionally (Study 2; $N=160$) to reduce global memory biases. Consistent with past findings (Diener et al., 1999), individual's characteristics played a far more significant role than objective resources in predicting Koreans' happiness. Personality traits and lay beliefs of happiness accounted for about 18% of the variance in the self-reports, and sense of meaning and internal motivation accounted for more than 40% of the variance in predicting when people are happy. In comparison, demographic factors (e.g., age, marital status, religion, education, income) accounted for only 3% of the happiness variance. In sum, even in Korea where objective conditions of happiness are highly sought after, who the person is (his/her psychological characteristics) seems to be more important than what the person has (objective resource) in predicting happiness.

Keywords: Korea, happiness, demographic factors, personality, lay beliefs, experience sampling

1차원고 접수일 : 2011년 04월 07일
수정원고 접수일 : 2011년 05월 24일
게재 확정일 : 2011년 05월 25일