

## 기본적 욕구 충족 이후의 행복: 사회적 욕구의 중요성\*

허 청 라	구 재 선	서 은 국†
연세대학교 심리학과	중앙대학교 교양학부대학	연세대학교 심리학과

기존 연구들은 의식주와 같은 기본적 욕구들을 충족시킬 수 있게 되면 돈은 더 이상 행복을 증가시키는데 크게 기여하지 않는다는 것을 보여주었다. 본 연구는 생존을 위한 기본적 욕구들을 충족시키기에 충분한 경제 수준에 이르게 된 이후에 사회적 욕구가 행복을 예측하는 강력한 요인으로 나타날 것이라고 가정하였다. 연구 1은 지각된 사회적 지지와 행복의 상관성이 경제 수준이 낮은 개인보다 높은 개인에게서 더욱 강하게 나타난다는 것을 보여줌으로써 이를 지지한다. 연구 2에서는 외적 타당도를 높이기 위해 대학교 구내식당에서 가설을 검증하였다. 예상했던 대로 사회적 관계의 질에 대한 조작성은 참가자들이 식사를 하기 전보다 식사를 한 후 기본적 욕구가 충족되었을 때 행복에 더 뚜렷한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 두 연구로부터의 결과는 충분한 경제 수준(연구 1) 또는 식사 후(연구 2)와 같이 기본적 욕구가 충족되었을 때 행복에 사회적 욕구의 중요성이 증가한다는 것을 시사한다.

주요어 : 행복, 기본적 욕구, 사회적 욕구, 돈

\* 이 논문은 삼성의료원 사회정신건강연구소(SMHI 2012-02) 및 정부재원(교육과학기술부 인문사회연구역량강화사업비)으로 한국연구재단(NRF-2009-328-B00087)의 지원을 받아 수행된 연구임.

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

행복에 관한 연구가 이루어지기 시작하면서 가장 큰 관심을 받은 질문은 돈이 행복을 증가시킬 수 있을까에 관한 것이다. 이에 대한 연구들은 돈이 많을수록 행복해질 것이라는 통념(Aknin, Norton, & Dunn, 2009)과는 반대되는 결과를 보여주었다. 돈과 행복의 관계는 한계효용 체감의 법칙을 따르기 때문에 일정 소득 수준에 이르면 돈이 행복을 증가시키는 정도는 매우 작아진다는 것이다(Diener & Biswas-Diener, 2002; Diener & Oishi, 2000; Easterlin, 1974; Frey & Stutzer, 2000; Helliwell, 2003; Howell & Howell, 2008; Helliwell, 2003; Inglehart, 1990, 1997; Inglehart, Foa, Peterson, & Wetzel, 2008).

최근 연구들은 소득이 로그로 변환되면 소득 수준과 행복의 관계가 선형적으로 나타난다는 결과를 보여주기도 하였다(Deaton, 2008; Diener, Tay, & Oishi, 2013; Easterlin, 2005; Stevenson and Wolfers, 2008). 즉 고소득자들도 소득이 많을수록 더 행복하며, 소득이 20만불인 사람과 10만불인 사람의 행복 수준의 차이는 소득수준 2만불인 사람과 1만불인 사람의 행복 차이와 동일하다는 것이다. 그러나 이러한 연구들에서도 소득에 따른 행복의 차이는 크지 않았으며, 삶의 만족과 같은 인지적 수준의 행복을 제외하면 순간순간의 행복이나 정서적 측면의 행복을 증가시키는 데는 한계가 존재하는 것으로 밝혀졌다(Diener, Ng, Harter, & Arora, 2010; Kahneman & Deaton, 2010).

Veenhoven(1991, 1995)에 따르면 돈이 일정 수준 이상으로 행복을 증가시키지 못하는 한 가지 이유는 돈이 기본적 욕구의 충족을 통해서 행복을 증가시킬 수 있기 때문이다. 동물들과 마찬가지로 인간에게도 의식주와 같은 기본적인 욕구들을 충족시키는 것은 매우 중요하며, 현대 사회에서 돈은 기본적 욕구들을 충족시켜주는 대표적인 수단이다. 돈이 일정 수준 행복을 증가시킬 수 있는 것은 기본적 욕구들을 충족시키는 데 쓰일 수 있기 때문이다. 따라서 기본적 욕구가 충족되고 나면 그 이상의 돈은 행복에

크게 기여하지 못한다. 이러한 주장을 뒷받침하는 연구 결과로, 부유한 국가나 개인보다 가난한 국가와 개인에게서 돈과 행복의 상관관계가 강하다는 연구 결과들이 일관되게 보고된다(Diener & Biswas-Diener, 2002; Diener, Ng, Harter, & Arora, 2010; Easterlin, 1974, 1995; Howell & Howell, 2008; Inglehart, Foa, Peterson, & Wetzel, 2008; Tay & Diener, 2011; Veenhoven, 1991).

그렇다면 기본적 욕구가 충족된 이후에는 무엇이 행복을 더 증가시킬 수 있을까? Kahneman과 Deaton(2010)은 일정 소득 수준에 이르면 이후 행복은 돈이 아닌 다른 요인들에 의해 영향을 받을 것이라고 제안하였다. 그러나 이를 직접적으로 검증해 본 연구는 아직 많지 않다. 이에 본 연구에서는 기본적 욕구가 충족된 이후 무엇이 행복을 더 증가시킬 수 있는지 살펴보고자 하였다.

#### 경제 발전을 이룬 사회에서 탈 물질적 가치의 중요성

Inglehart(1997)는 인간 발달 모델(human development model)에서 경제가 발전함에 따라 생존에 대한 강조에서 자기표현, 선택의 자유와 같은 상위 수준의 가치들로 초점이 이동한다고 주장하였다. 경제가 발전하여 어느 정도 생존이 보장되면 이 시점부터 추가적인 경제적 이득은 더 이상 행복을 증가시키지 않으며, 자유로운 선택, 자기표현, 삶의 질과 같은 탈 물질적(post-materialistic) 가치들이 행복에 중요해진다는 것이다.

실제로 경제 수준에 따라 사람들은 행복에 대해 다르게 정의를 내리는 경향이 발견되었다. 가난한 사람들은 행복을 기본적 욕구의 충족으로 보는 반면, 부유한 사람들은 자율성과 같은 탈 물질적인 상위 수준의 욕구들을 더욱 중시하였다(Cummins, 2000; Oishi et al., 1999).

이러한 차이는 행복에 대한 인식에만 그치지 않는다. 국가 수준에서 실시된 연구들은 경제

수준에 따라 실제 행복을 예측하는 변인이 다르다는 것을 보여준다. 가난한 국가에서는 소득이나 기본적 욕구의 충족이 행복을 강하게 예측하는 반면, 부유한 국가에서는 자유가 행복을 강하게 예측한다(Inglehart, Foa, Peterson, & Wetzel, 2008; Veenhoven, 2000). 또한 경제적으로 발전된 사회에서는 소득보다 일반화된 신뢰(generalized trust)와 같은 사회적 자본(social capital)이 국가의 행복 수준과 더 강한 상관을 보인다(Bjørnskov, 2003). 특히 소득 수준이 높은 북유럽 국가들에서 소득보다 신뢰가 구성원들의 행복에 더 크게 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 이는 경제적으로 발전된 사회일수록 사회적 자본이 행복에 더욱 중요하다는 점을 시사한다. 이처럼 사회가 경제적으로 발전되면 자유나 신뢰와 같은 탈 물질적 가치들이 돈과 같은 물질적 가치보다 행복에 더욱 중요한 요소가 된다.

그러나 이들 연구는 대부분 국가 수준에서 이루어진 것이며, 자유나 일반화된 신뢰 등은 상당 부분 사회적 조건과 분위기의 영향을 받는다. 따라서 개인 수준에서 기본적 욕구가 충족된 이후에 무엇이 행복을 증가시킬 수 있는지에 관한 연구가 필요하다. 본 연구에서는 특히 사회적 욕구가 기본적 욕구가 충족된 이후 행복에 중요해질 것이라는 가능성에 주목하였다.

#### 기본적 욕구 충족 이후 사회적 욕구의 중요성

국가 수준에서 경제가 발달하면 자유나 신뢰와 같은 탈 물질적 가치들이 중요해지는 것처럼, 개인 수준에서도 기본적 욕구가 충족된 이후에는 다른 욕구의 충족이 행복에 중요해진다(Easterlin et al., 2010; Howell & Howell, 2008; Maslow, 1943). 고전적인 욕구 이론인 Maslow (1943)의 욕구 위계 이론과 이를 정교화한 Alderfer(1969)의 ERG(existence, relatedness, growth) 이론에서는 기본적 욕구가 충족되고 난 이후에 사회적 욕구의 충족이 중요해진다고 주장하였다.

Harlow와 Zimmerman(1959)의 유명한 원숭이 연구는 애착형성에 양육자와의 접촉이 큰 역할을 한다는 것을 보여주는 것으로 알려져 있으나, 본 연구와 관련하여 새로운 관점에서 해석해볼 수 있다. 그들의 연구에서 젖병이 달린 철사 대리모와 젖병이 없는 부드러운 천 대리모가 있는 방에 놓인 새끼 원숭이들은 배고플 때 젖병이 달린 철사 대리모를 찾았지만 배고픔이 충족되면 곧 천 대리모와 가까이 있기를 선호하였다. 이는 일단 생리적 욕구가 충족되고 나면 사회적 욕구를 충족시킬 수 있는 대상을 찾는다는 것을 간접적으로 보여준다.

사회적 욕구는 사람들과 관계를 형성하고 유지하고자 하는 인간의 보편적이고 근본적인 욕구이다(Baumeister & Leary, 1995). 진화적 관점에서 사회적 관계는 다방면으로 생존과 번식에 도움을 주기 때문에 적응적이며, 따라서 사회적 욕구가 충족될 때 행복감을 느끼도록 진화해왔다(Baumeister & Leary, 1995; Henrich & Boyd, 1998; Hill & Hurtado, 1989).

실제로 많은 연구들에서 좋은 사회적 관계는 행복을 예측하는 데 중요한 것으로 나타난다(Diener & Seligman 2002; Mehl, Vazire, Holleran, & Clark, 2010; Myers, 2004; Myers & Diener, 1995; Reis et al., 2000; Ryff, 1995). 사람들은 관계에 만족할수록 더 높은 행복감을 경험하며(Reis et al., 2000), 혼자 있을 때보다 다른 사람들과 함께 있을 때 평균적으로 더 높은 행복을 느낀다(Pavot, Diener, & Fujita, 1990; Kahneman et al., 2004). ‘위급할 때 도움을 청할 수 있는 사람이 있는 것’과 같은 사회적 욕구의 충족은 행복을 강하게 예측하는 요소다(Tay & Diener, 2011).

사회적 지지(social support)에 관한 연구에 의하면 다른 사람으로부터 사회적 지지를 받는 것은 스트레스를 감소시킬 뿐 아니라 신체건강의 증진 및 사망률 감소와도 관련된다(Cohen, 2004; Uchino, 2004, 2006; Uchino, Cacioppo, & Kiecolt-Glaser, 1996). 반면에 사회적 욕구가 충족되지 않을 때 발생하는 외로움은 행복에도 부정적일 뿐

아니라(Cacioppo et al., 2006) 신체 건강 저하와 사망률 증가와도 관련된다(Cacioppo et al., 2002). 이러한 연구들은 사회적 욕구의 충족이 인간의 심리적 안녕 및 신체 건강과 밀접하게 관련되어 있음을 보여준다.

사회적 욕구의 중요성은 외로움이나 사회적 고통의 기능적 측면을 통해서도 짐작해볼 수 있다. 생리적 수준에서 음식이나 물에 대한 결핍이 발생하면 배고픔, 갈증과 같은 심리적 상태가 유발되고, 이러한 신호는 음식이나 물을 보충하기 위한 행동을 촉진시킨다. 이와 같은 생리적 욕구 뿐 아니라 사회적 욕구 또한 그것이 충족되지 않을 때 외로움이라는 심리적 상태를 유발시킨다(Cacioppo, Fowler, & Christakis, 2009). 외로움은 사회적 관계에 문제가 있음을 신호함으로써 이를 개선하기 위한 행동을 촉구하는 기능적 역할을 한다(Cacioppo & Patrick, 2008). 이처럼 사회적 욕구의 충족 여부를 민감하게 탐지하고 신호하는 정서가 존재한다는 것은 그만큼 사회적 욕구의 충족이 인간에게 매우 중요하다는 것을 의미한다. 더 나아가 최근 연구에서는 사회적 배척으로 인해 고통을 느낄 때 우리가 신체적 고통을 느낄 때 활성화되는 뇌 영역이 동일하게 활성화됨을 보여준다(Eisenberger, Liernerman, & Williams, 2003). 이처럼 사회적 고통이 신체적 고통과 동일한 신경 메커니즘을 통해 작동한다는 사실은 사회적 욕구의 충족이 그만큼 매우 중요하다는 점을 시사한다(McDonald & Leary, 2005).

지금까지 살펴본 사회적 욕구 충족의 중요성을 고려하면 Maslow(1943)의 제안처럼 기본적 욕구가 충족된 이후에 특히 사회적 욕구의 충족이 우선시 될 것으로 예상해볼 수 있다. 그러나 아직까지 기본적 욕구와 사회적 욕구의 충족이 행복에 미치는 영향을 동시에 보여준 연구는 찾기 어렵다. 이에 본 연구에서는 기본적 욕구가 충족된 이후에 사회적 욕구의 충족이 행복에 더 중요해질 가능성을 검증해보고자 하였다.

정리하면, 본 연구에서는 기본적 욕구가 충족

된 이후에는 사회적 욕구가 충족될 때 행복이 더 증가할 것이라 예상하였다. 이를 확인하기 위해 연구 1에서는 돈이 지니고 있는 기본적 욕구 충족의 기능을 바탕으로(Veenhoven, 1991, 1995) 가정 경제 수준을 통해 기본적 욕구 충족에 따른 사회적 욕구 충족과 행복의 관계를 알아보았다. 구체적으로, 경제 수준이 높을수록 주변 사람들과 사회적 지지를 더 많이 주고받을 때 행복이 더 높을 것이라 예측하였다.

연구 2에서는 보다 직접적으로 신체적인 포만감을 통해 기본적 욕구가 충족된 후 사회적 관계가 행복에 미치는 영향을 알아보았다. 구체적으로, 사회적 관계와 행복의 관계는 기본적 욕구가 충족되기 전(식사 전) 보다 충족된 뒤(식사 후)에 더 선명하게 나타날 것이라고 예측하였다. 이를 알아보기 위해 식사를 마친 후에 자신의 사회적 관계의 질을 낮게 느끼도록 조작된 참가자들보다 자신의 사회적 관계의 질을 높게 느끼도록 조작된 참가자들이 더 높은 행복을 경험하는지 확인하였다.

## 연구 1

연구 1의 목적은 경제 수준에 따라서 사회적 지지가 행복을 예측하는 정도가 달라지는지 알아보는 것이었다. 연구 1에서는 가정의 경제 수준이 사회적 지지와 행복의 관계를 조절할 것이라고 예측하였으며, 구체적으로 가정 경제 수준이 낮을 때보다 가정 경제 수준이 높을 때 사회적 지지가 행복과 더 강한 상관을 보일 것이라고 예측하였다.

## 방 법

참가자

연구1은 한국연구재단의 지원으로 2010년 3월

부터 2011년 10월까지 시행된 종단연구 ‘행복의 장기적 결과’의 자료를 사용하였다. 총 4차까지 진행된 자료 중에서 본 연구의 가설을 검증할 수 있는 변인들이 포함된 3차 자료를 분석하였다. 참가자들이 응답하는 데에는 약 30분 정도 소요되었으며, 참가자들은 참가에 대한 보상으로 1만원 상당의 문화상품권을 제공받았다.

참가자들은 총 226명의 서울 및 대전 소재 고등학생들이었으며, 이중 한 명은 본 연구의 종속 측정치에 대해 평균에서 3 표준편차 이상으로 응답하여 분석에서 제외되었다. 평균 연령은 만 18.27세로 만 17세부터 만 20세의 분포로 구성되었으며, 남자 123명, 여자 101명, 성별 무응답 1명으로 이루어졌다.

#### 측정치

먼저, 행복과 관련하여 삶의 만족도와 긍정 정서, 부정 정서를 각각 측정하였다. 행복은 인지적 요인인 삶에 대한 만족과 정서적 요인인 긍정 정서, 부정 정서로 구성되며(Diener, 1984), 이들은 서로 관련되지만 구별되는 요소다(Lucas, Diener, & Suh, 1996; Kahneman & Riis, 2005). 따라서 본 연구에서는 측정 및 결과 분석 시 세 요소를 독립적으로 다루었다.

#### 삶의 만족도

인지적 관점에서 행복을 측정하기 위하여 삶의 만족도(Satisfaction With Life Scale: SWLS) 척도를 번역하여 사용하였다(Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). 삶의 만족도 척도는 “전반적으로 나의 삶은 내가 생각하는 이상적인 삶에 가깝다.”를 비롯하여 총 다섯 문항으로 구성되었다. 참가자들은 전반적인 자신의 삶에 대한 만족도를 7점 척도로 응답하였다 ( $\alpha = .84, M = 3.88, SD = 1.08$ ).

#### 긍정 및 부정 정서

긍정 정서와 부정 정서는 긍정/부정 정서 경

험 척도(Scale of Positive and Negative Experience: SPANE)를 번역하여 측정하였다(Diener, et al., 2010). 참가자들은 “행복한, 긍정적인, 좋은, 기쁜, 만족스러운, 유쾌한”의 6개 긍정 정서( $\alpha = .91, M = 4.74, SD = 1.10$ )와 “부정적인, 두려운, 화난, 불쾌한, 나쁜, 슬픈”의 6개 부정 정서( $\alpha = .80, M = 3.64, SD = 1.09$ )를 지난 4주간 얼마나 많이 경험하였는지 각각 1에서 7점 척도로 평가하였다.

#### 가정 경제 수준

본 연구의 참가자들이 고등학생이기 때문에 가정의 정확한 소득 수준을 알기 어렵다는 점을 고려하여 월 평균 소득보다는 지각된 가정 경제 수준을 측정하였다. 참가자들은 자신의 가정 경제 수준이 저소득(1점)부터 고소득(10점) 사이에 어디에 속한다고 생각하는지 10점 척도로 응답하였다( $M = 4.91, SD = 1.36$ ). 1점에서 3점은 15.5%, 4점에서 5점은 46.1%, 6점에서 7점은 22.6%, 8점에서 10점은 15.8%로 분포되었다.

#### 사회적 지지

주변 사람들과 얼마나 정서적 도움(예: 신경을 써주는 것, 힘들고 어려운 상황에서 위로와 격정을 해주는 것 등)을 주고받고 있다고 느끼는지 총 4문항으로 측정하였다. 가족으로부터 정서적 도움을 받고 있는 정도와 정서적 도움을 주고 있는 정도, 친구로부터 정서적 도움을 받고 있는 정도와 정서적 도움을 주고 있는 정도를 각각 1점(전혀 도움을 받지/주지 못한다)에서 7점(많은 도움을 받는다/준다) 척도로 측정하였다( $\alpha = .68, M = 4.91, SD = .99$ ).

## 결 과

본 연구에서는 가정의 경제 수준에 따라서 사회적 지지와 행복의 관계가 달라질 것이라고 예측하였다. 구체적으로, 경제 수준이 낮을 때보다

높을 때 사회적 지지를 주고받는 정도가 행복과 더 강한 상관을 보일 것이라고 예측하였다.

먼저, 본 연구의 주요 변인인 가정 경제 수준과 사회적지지의 관계를 살펴본 결과, 두 변인간에 유의미한 상관이 나타나지 않았다,  $r = .07$ ,  $ns$ . 주요 분석에 앞서 가정 경제 수준과 사회적 지지를 각각 중심화(centering)하였고, 중심화된 값으로 상호작용 항(interaction term)을 생성하였다.

본 연구의 가설을 검증하기 위해 행복의 요소들인 삶의 만족도, 긍정 정서, 그리고 부정 정서를 각각 종속 변인으로 하는 위계적 회귀 분석(hierarchical regression analysis)을 실시하였다. 경제 수준과 사회적 지지가 1단계에 투입되었고, 경제 수준과 사회적 지지의 상호작용이 2단계에 투입되었다.

먼저, 삶의 만족도를 종속변인으로 하여 경제 수준과 사회적 지지의 주 효과 및 상호작용 효과를 알아보았다. 삶의 만족도에 있어 경제 수준의 주 효과가 유의미하게 나타났고,  $\beta = .18$ ,  $t(3, 221) = 3.09$ ,  $p < .01$ , 사회적 지지의 주 효과 또한 유의미하게 나타났고,  $\beta = .41$ ,  $t(3, 221) = 7.02$ ,  $p < .001$ . 이는 가정의 경제 수준이 높을수록 삶의 만족도가 더 높으며, 사회적 지지를 더 많이 주고받을수록 삶의 만족도가 더 높다는 것을 의미한다. 더욱 중요한 것은 예측대로 경제 수준과 사회적 지지의 상호작용 효과가 유의미하게 나타났다는 것이다,  $\beta = .13$ ,  $t(3, 221) = 2.16$ ,  $p < .05$ . 이는 경제 수준에 따라서 사회적 지지와 삶의 만족도의 관계가 달라진다는 것을 의미한다.

상호작용의 정확한 패턴을 확인하기 위하여 가정 경제 수준이 높은 사람(평균에서 1 표준편차 위)과 낮은 사람(평균에서 1 표준편차 아래)에 대해 simple slope 분석을 수행하였다. 그 결과, 경제 수준이 낮을 때에도 사회적 지지가 삶의 만족도를 유의미하게 예측하기는 하지만,  $\beta = .29$ ,  $t(3, 221) = 3.45$ ,  $p < .01$ , 경제 수준이 높을 때 사회적 지지가 삶의 만족도를 더 강하

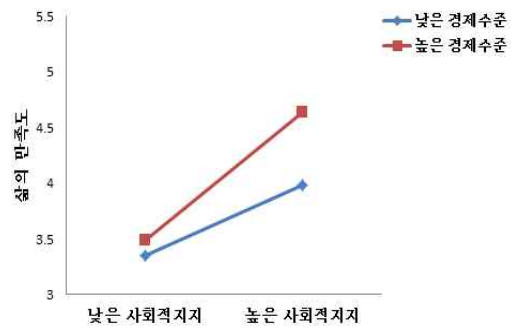


그림 1. 삶의 만족도 예측에 있어 경제 수준과 사회적 지지의 상호작용(평균에서 1 표준편차 높을 때와 낮을 때)

게 예측하는 것으로 나타났다,  $\beta = .54$ ,  $t(3, 221) = 6.73$ ,  $p < .001$ (그림 1). 이는 경제 수준이 높을수록 사회적 지지가 삶의 만족도를 더 강하게 예측한다는 것을 의미한다.

다음으로, 긍정 정서를 종속 변인으로 하여 경제 수준과 사회적 지지의 주 효과 및 상호작용 효과를 알아보았다. 긍정 정서에 있어서는 경제 수준의 주 효과는 유의미하지 않았으나,  $\beta = -.01$ ,  $t(3, 221) = -.26$ ,  $ns$ , 사회적 지지의 주 효과는 유의미한 것으로 나타났다,  $\beta = .34$ ,  $t(3, 221) = 6.52$ ,  $p < .001$ . 이는 경제 수준은 긍정 정서의 경험과는 관련이 없으나, 사회적 지지를 더 많이 주고받는 것은 더 높은 긍정 정서와 관련된다는 것을 의미한다. 더 중요한 것은 긍정 정서에 있어도 경제 수준과 사회적 지지의 상호작용 효과가 유의미하게 나타났다는 점이다,  $\beta = .13$ ,  $t(3, 221) = 2.08$ ,  $p < .05$ . 이는 경제 수준에 따라서 사회적 지지가 긍정 정서를 예측하는 정도가 달라진다는 것을 의미한다.

상호작용의 정확한 패턴을 알아보기 위하여 simple slope 분석을 수행하였다. 그 결과, 삶의 만족도에서와 유사한 패턴이 나타났다. 경제 수준이 낮을 때에도 사회적 지지가 긍정 정서를 예측하는 것으로 나타났으나,  $\beta = .28$ ,  $t(3, 221) = 3.15$ ,  $p < .01$ , 경제 수준이 높을 때 사회적 지지가 긍정 정서를 더 강하게 예측하는 것으로 나타났다,  $\beta = .52$ ,  $t(3, 221) = 6.31$ ,  $p < .001$

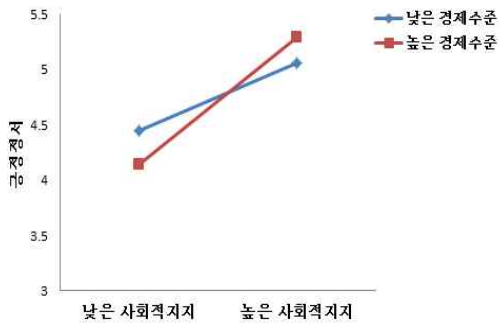


그림 2. 긍정 정서의 예측에 있어 경제 수준과 사회적 지지의 상호작용(평균에서 1 표준편차 높을 때와 낮을 때)

(그림 2). 이는 경제 수준이 높을수록 사회적 지지가 긍정 정서를 더 강하게 예측한다는 것을 의미한다.

마지막으로, 부정 정서를 종속 변인으로 하여 분석한 결과, 긍정 정서와 마찬가지로 경제 수준의 주 효과는 유의미하지 않았고,  $\beta = -.09$ ,  $t(3, 221) = -1.42$ , *ns*, 사회적 지지의 주 효과만 유의미한 것으로 나타났다,  $\beta = -.22$ ,  $t(3, 221) = -3.34$ ,  $p < .01$ . 이는 경제 수준은 부정 정서를 느끼는 정도와 관련이 없지만, 사회적 지지를 많이 주고받을수록 부정 정서를 더 적게 경험한다는 것을 의미한다. 그러나 부정 정서에 있어서는 경제 수준과 사회적 지지의 상호작용 효과가 유의미하게 나타나지 않았다,  $\beta = -.06$ ,  $t(3, 221) = -.89$ , *ns*. 이는 경제 수준에 따라서 사회적 지지가 부정 정서를 예측하는 정도가 달라지지 않는다는 것을 의미한다.

## 논 의

연구 1의 결과는 경제 수준이 사회적 지지와 행복의 관계를 조절할 것이라는 본 연구의 가설을 지지한다. 구체적으로, 경제 수준이 높을수록 사회적 지지를 많이 주고받는 것이 더 높은 삶의 만족도 및 긍정 정서와 관련되는 것으로 나타났다. 이는 경제적으로 부유할 때 사회적 지

지가 행복에 더 중요하다는 점을 시사한다.

그러나 부정 정서에 있어서는 이와 같은 경제 수준과 사회적 지지의 상호작용이 나타나지 않았는데, 이는 부정 정서가 삶의 만족도와 긍정 정서에 비해 돈이나 사회적 관계와 더 적은 관련성을 지니기 때문인 것으로 생각된다(Diener, Ng, Harter, & Arora, 2010). 즉, 삶의 만족도와 긍정 정서는 각각 돈과 사회적 관계에 의해 잘 예측되는 데 비해 부정 정서는 돈이나 사회적 관계에 의해 예측되는 정도가 낮아 상호작용 효과가 나타나지 않았을 수 있다.

종합하면, 연구 1은 지각된 경제 수준이 높을수록 행복에 사회적 지지의 중요성이 더 클 것이라는 본 연구의 가설을 지지한다. 이는 일정 경제 수준을 넘어가면 추가적으로 행복이 더 증가하기 위해서는 좋은 사회적 관계가 필요하다는 것을 보여준다.

그러나 연구 1은 상관연구이기 때문에 인과관계를 설명할 수 없다는 제한점이 있다. 연구 1의 결과를 통해 경제 수준에 따라 사회적 지지와 행복의 관계가 달라진다는 것을 알 수 있으나, 두 욕구 충족의 선후 관계에 대한 설명은 제한적이다.

연구 1의 또 다른 한계점은 기본적 욕구의 충족이 직접 측정되지 않았다는 점이다. 이는 경제 수준이 기본적 욕구의 충족 정도를 반영한다는 기존 연구에 근거한 접근이었으나(Veenhoven, 1991, 1995), 간접적인 방식이라는 점에서 결과 해석이 제한적일 수밖에 없다. 이에 연구 2에서 실험을 통해 이러한 한계점들을 해소하고자 하였다.

## 연구 2

연구 2의 중요한 목적은 연구 1의 결과가 정확히 어떤 요인에 의해 나타난 것인지를 밝히고자 하는 것이었다. 연구 1에서는 경제 수준을 통해 돈에 대한 필요가 어느 정도 충족되었을

때 사회적 지지가 행복과 더 강하게 관련된다는 것을 알아보았다. 그러나 돈은 기본 욕구를 충족시켜주는 상징적 수단에 불과할 뿐(Veenhoven, 1991), 기본 욕구 충족 그 자체는 아니다. 따라서 직접적으로 기본적 욕구의 충족 여부에 따라 유사한 결과가 나타나는지 살펴볼 필요가 있다. 이에 연구 2에서는 기본적 욕구가 충족되었을 때 사회적 관계가 행복에 더 중요해지는지 알아보고자 하였다.

이를 위해 기본적 욕구 중 하나인 음식에 대한 욕구의 충족 여부에 따라서 사회적 관계의 조작 효과가 행복에 다르게 영향을 미치는지를 알아보았다. 구체적으로, 기본적 욕구가 충족되면 그 다음 단계인 사회적 욕구에 더욱 민감해질 것이기 때문에 음식에 대한 욕구가 충족되기 이전보다 충족된 이후에 사회적 관계가 행복에 미치는 영향이 더 강해질 것이라고 예측하였다.

실험은 생태학적 타당성을 높이기 위해 일상의 실제 상황에서 이루어졌다. '배고픔 충족 여부(식사 전 vs. 식사 후)'는 참가자들이 학생 식당에서 식사를 하기 위해 자리에 앉거나(식사 전 조건), 식사를 마치고 자리를 떠나기 직전(식사 후 조건)에 설문에 응답하도록 함으로써 두 조건으로 나누었다. '사회적 관계(높음 vs. 낮음)'에 대한 조작은 사회적 관계에 관한 질문들(예: "당신은 중요한 개인적 문제들을 편하게 나눌 수 있는 친구가 몇 명 있습니까?")에 각기 다른 숫자로 제시된 척도(높은 조건: '0'부터 '5명 이상', 낮은 조건: '5명 이하'부터 '14명 이상')에 응답하도록 함으로써(Kim & Cohen, 2010) 참가자들이 자신의 사회적 관계를 상대적으로 높게 혹은 낮게 지각하도록 유도하였다.

## 방 법

### 참가자

연세대학교 학생 식당에 점심 식사를 하기

위해 방문한 학생 113명이 실험에 참가하였다. 이들 중 4명은 본 연구의 독립 변인에 대한 조작 검증 결과 평균에서 3 표준편차 이상 벗어나 응답하여 분석에서 제외되었다. 이들 4명을 제외한 최종 분석 대상은 총 109명(남자 51명, 여자 58명)이었다. 참가자들은 연구 참가에 대한 보답으로 설문지 작성이 끝난 뒤 음료수를 제공 받았다.

### 연구 절차 및 측정치

실험은 점심 시간대에 교내 학생 식당에서 진행되었다. 실험자는 참가자들에게 다가가서 간단한 설문에 응답해줄 것을 요청하였다. 식사 전 조건에서는 참가자들이 식사를 하기 위해 자리에 앉은 직후 설문에 응답하도록 요청하였고, 식사 후 조건에서는 식사를 마치고 일어나기 직전에 설문에 응답하도록 요청하였다. 이러한 방법을 통해 참가자들은 기본적 욕구 충족 여부에 따라 다른 조건에 할당되었다.

설문지는 참가자들이 자신의 사회적 관계에 관한 문항에 응답한 다음, 행복을 측정하는 문항에 응답하도록 구성되었다. 먼저, 사회적 관계는 Kim과 Cohen(2010)에서 사용된 방법대로 다음과 같이 조작되었다. 참가자들은 "당신은 깊은 속마음을 털어놓을 수 있는 친구가 몇 명 있습니까?"와 같이 사회적 관계와 관련된 13개 질문에 응답하였는데, 이때 다른 빈도로 구성된 척도에 응답하도록 제시함으로써 자신의 사회적 관계에 대한 지각을 조작하였다. 높은 사회적 관계 조건에서는 '0, 1, 2, 3, 4, 5명 이상'의 낮은 빈도의 척도를 제시하여 응답하도록 하였다. 이때 참가자들은 제시된 척도에서 비교적 높은 숫자에 응답하게 되는 경향이 있는데, Kim과 Cohen(2010)은 이러한 방법이 순간적으로 자신의 사회적 관계를 좋게 지각하도록 만든다고 하였다. 반면에 낮은 사회적 관계 조건에서는 '5명 이하, 6-7명, 8-9명, 10-11명, 12-13명, 14명 이상'의 높은 빈도의 척도를 사용하여 응답하도록 하



였다. 이 경우 참가자들은 제시된 척도에서 비교적 낮은 숫자에 응답하게 되어, 순간적으로 자신의 사회적 관계가 나쁜 것으로 지각하게 된다(Kim & Cohen, 2010; Schwarz, Bless, Bohner, Harlacher, & Kellerbenz, 1991; Schwarz, Hippler, Deutsch, & Strack, 1985; Schwarz & Scheuring, 1988).

사회적 관계에 관한 문항에 응답을 완료하면 참가자들은 연구 1에서 사용된 긍정 정서( $\alpha = .94, M = 5.02$ ), 부정 정서( $\alpha = .89, M = 2.30$ ) 그리고 삶의 만족도( $\alpha = .85, M = 4.60$ ) 척도에 각각 1에서 7점 척도로 응답하였다. 연구 1에서와의 차이는 평소 행복 수준의 영향을 최대한 배제하고 당시 경험하는 행복을 정확히 측정하기 위해 '지금 이 순간'이라는 지시문과 함께 제시된 점이다.

이에 대한 응답을 마치면 참가자들은 지금 이 순간 얼마나 배가 고프지를 1점(전혀 배고프지 않다)에서 9점(매우 배고프다) 척도로 보고하였으며, 감사의 인사와 함께 음료수를 제공받았다.

## 결 과

### 조작 검증

식사 전 조건과 식사 후 조건에서 참가자들이 정말로 배고픈 정도에서 차이를 보이는지 알아보기 위해  $t$ 검정을 실시하였다. 예상대로, 참가자들은 식사 후 조건( $M = 1.89, SD = 1.16$ )에 비해 식사 전 조건( $M = 6.18, SD = 2.13$ )에서 더 배고픔을 느끼는 것으로 나타났다,  $t(107) = 13.04, p < .001$ .

### 가설 검증

배고픔의 충족 여부(식사 전 vs. 식사 후)와 지각된 사회적 관계(높음 vs. 낮음)에 대한 이원 변량 분석을 삶의 만족도, 긍정 정서, 그리고 부

정 정서 각각에 대하여 실시하였다.

먼저, 삶의 만족도에 있어서는 배고픔의 주 효과가 유의미하지 않았고,  $F < 1, \eta_p^2 = .025$ , 사회적 관계의 주 효과 또한 유의미하지 않았다,  $F < 1, \eta_p^2 = .005$ . 즉, 배고픔 충족 여부와 사회적 관계 조작에 따른 삶의 만족도 차이는 없었다. 가장 중요한 상호작용 효과는 예상대로 유의미하였다,  $F(1, 105) = 4.84, p < .05, \eta_p^2 = .04$ (그림 3). 이는 배고픔 충족 여부에 따라 자신의 사회적 관계에 대한 지각과 삶의 만족도의 관계가 달라진다는 것을 의미한다.

구체적인 상호작용의 패턴을 알아보기 위해 배고픔 충족 여부에 따른 이원 비교(pairwise comparison)를 실시하였다. 그 결과, 식사 전 조건에서는 사회적 관계가 낮은 조건( $M = 4.57, SD = 1.21$ )과 높은 조건( $M = 4.25, SD = 1.03$ ) 간에 삶의 만족도의 차이가 없었으나,  $t(105) = 1.08, ns$ , 식사 후 조건에서는 사회적 관계가 낮은 조건( $M = 4.38, SD = 1.13$ )보다 높은 조건( $M = 5.11, SD = 1.01$ )에서 삶의 만족도가 더 높은 것으로 나타났다,  $t(105) = 2.46, p < .05$ . 이는 배고픔 때에는 사회적 관계가 삶의 만족도에 차

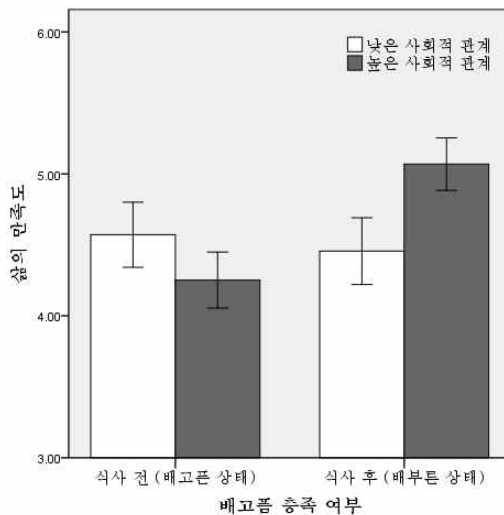


그림 3. 기본적 욕구 충족에 따른 삶의 만족도에 있어 사회적 관계의 영향 (오차 막대는  $\pm 1$  표준오차)

이를 가져오지 않지만, 배가 부르고 나면 사회적 관계가 좋을 때 더 높은 삶의 만족도를 경험한다는 것을 의미한다.

다음으로, 긍정 정서에 있어서도 배고픔의 주 효과가 유의미하지 않았으며,  $F < 1$ ,  $ms$ ,  $\eta_p^2 = .00$ , 사회적 관계의 주 효과 또한 유의미하지 않았다,  $F < 1$ ,  $ms$ ,  $\eta_p^2 = .00$ . 이는 배고픔 충족 여부와 사회적 관계에 대한 지각이 각각 긍정 정서에 차이를 가져오지 않았음을 의미한다. 그러나 가장 중요한 상호작용 효과는 예상대로 유의미하게 나타났다,  $F(1, 105) = 7.94$ ,  $p < .01$ ,  $\eta_p^2 = .07$ (그림 4). 이는 배고픔 충족 여부에 따라서 사회적 관계에 대한 지각과 긍정 정서의 관계가 다르게 나타난다는 것을 의미한다.

구체적인 상호작용의 패턴을 알아보기 위해 배고픔의 여부에 따른 이원 비교(pairwise comparison)를 실시하였다. 그 결과, 식사 전 조건에서는 사회적 관계가 낮은 조건( $M = 5.21$ ,  $SD = 1.13$ )과 높은 조건( $M = 4.72$ ,  $SD = 1.08$ ) 간에 긍정 정서의 차이가 없었으나,  $t(105) = -1.72$ ,  $ms$ , 식사 후 조건에서는 사회적 관계가 낮은 조건( $M = 4.53$ ,  $SD = 1.15$ )보다 높은 조건( $M =$

$5.36$ ,  $SD = .95$ )에서 더 높은 긍정 정서를 경험하는 것으로 나타났다,  $t(105) = 2.83$ ,  $p < .01$ . 이는 배고픔 때에는 사회적 관계가 긍정 정서와 관련이 적으나, 배가 부르고 나면 사회적 관계가 좋을 때 더 높은 긍정 정서를 경험한다는 것을 의미한다.

끝으로, 부정 정서에 있어서는 배고픔의 주 효과가 유의미하지 않았고,  $F < 1$ ,  $ms$ ,  $\eta_p^2 = .005$ , 사회적 관계의 주 효과도 유의미하지 않았다,  $F < 1$ ,  $ms$ ,  $\eta_p^2 = .00$ . 상호작용 효과 또한 유의미하지 않았다,  $F < 1$ ,  $ms$ ,  $\eta_p^2 = .00$ . 이는 배고픔 충족 여부와 사회적 관계 각각이 부정 정서와 관련되지 않으며, 배고픔 충족 여부에 따라 사회적 관계에 대한 지각과 부정 정서의 관계가 달라지지 않음을 의미한다.

## 논 의

연구 2에서는 경제 수준 대신 기본적 욕구의 충족 여부를 통해 연구 1을 반복 검증하였다. 연구 2의 결과는 배고픔 충족 여부가 사회적 관계와 행복의 관계를 조절한다는 것을 보여준다. 구체적으로, 배고픈 상태에서는 사회적 관계가 삶의 만족도나 긍정 정서에 차이를 가져오지 않은 반면, 배가 부른 상태에서는 사회적 관계가 좋을 때 삶의 만족도와 긍정 정서가 더 높아지는 것으로 나타났다. 이는 기본적 욕구가 충족되고 나면 행복에 사회적 관계가 중요해진다는 것을 의미한다. 연구 1에서와 마찬가지로 이러한 상호작용 효과는 부정 정서에서는 나타나지 않았다. 이는 삶의 만족도와 긍정 정서가 돈이나 사회적 관계에 의해 예측되는 정도에 비해 부정 정서는 이들 요인에 의해 예측되는 정도가 더 작기 때문인 것으로 생각된다(Diener, Ng, Harter, & Arora, 2010).

흥미로운 점은 연구 1에서는 경제 수준이 낮을 때 사회적 욕구의 충족이 행복을 더 약하게 예측했던 것과 달리, 연구 2에서는 기본적 욕구

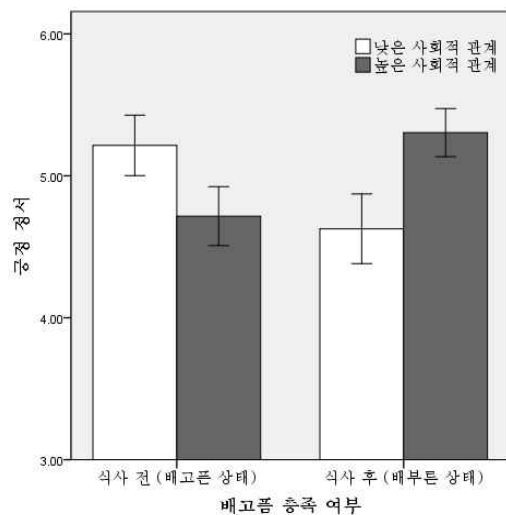


그림 4. 기본적 욕구 충족에 따른 긍정 정서에 있어 사회적 관계의 영향 (오차 막대는  $\pm 1$  표준오차)

가 충족되지 않자, 사회적 관계가 행복에 아무런 차이를 가져오지 않았다는 점이다. 이러한 차이는 방법론적 차이에서 기인한 것으로 생각된다. 연구 2에서는 식사 전과 후로 나누어 기본적 욕구 충족 여부를 질적으로 비교한 반면, 연구 1에서는 경제 수준에 따라서 기본적 욕구의 충족을 양적 차이로 보았다. 연구 1에서 참가자들의 가정 경제 수준은 대부분 중간에 분포하는 경향을 보였고, 양극단에는 상대적으로 적은 수가 분포했다. 따라서 연구 1에서는 가정 경제 수준에 따른 차이가 덜 선명하게 나타났을 가능성이 있다. 이러한 방법론상 또는 측정상의 차이로 인해 연구 1에 비해 연구 2에서 기본적 욕구 충족에 따른 결과가 더 극단적으로 나타났을 수 있다.

종합하면, 연구 2는 기본적 욕구가 충족된 이후에 사회적 욕구의 충족이 행복에 중요해진다는 것을 보여준다. 또한 이러한 결과는 연구 1에서 경제 수준이 높을수록 사회적 지지가 행복을 더 강하게 예측했던 것이 돈이 지니는 기본적 욕구 충족 속성에서 비롯되었을 가능성을 확인시켜준다.

### 종합논의

본 연구는 경제 수준이 높거나(연구 1) 기본적 욕구가 충족된 이후에(연구 2) 사회적 관계가 행복에 더 중요해진다는 것을 일반적으로 보여준다. 연구 1에서 경제 수준이 낮을 때보다 높을 때 사회적 지지와 행복의 관계가 더 강하게 나타났다. 이는 일정 경제 수준에 이르면 행복이 사회적 욕구의 충족에 더욱 민감해진다는 것을 의미한다. 이를 바탕으로 연구 2에서는 보다 직접적으로 기본적 욕구의 충족 여부에 따라서 사회적 관계가 행복에 미치는 영향이 달라지는지 알아보았다. 그 결과, 배고플 때에는 사회적 관계가 행복과 관계가 없었으나, 배가 부르고 난 후에는 사회적 관계가 좋다고 생각될 때 행

복이 높아졌다. 구체적으로, 기본적 욕구가 충족된 상태에서는 사회적 관계가 좋다고 지각될 때 그렇지 않을 때보다 더 행복한 것으로 나타났다. 이는 기본적 욕구가 충족되고 나면 사회적 관계가 행복에 중요한 열쇠라는 것을 의미한다. 또한 이는 최소한 기본적 욕구와 사회적 욕구에 있어서는 Maslow(1963)가 제안한 단계를 따라서 욕구가 이동한다는 것을 실증적으로 보여주는 결과다.

본 연구는 Maslow(1954)의 비유처럼 각각의 욕구들이 마치 비타민과 같이 독립적으로 이루어져 있어 일정 수준 개별적으로 충족될 필요가 있다는 것을 보여준다(Tay & Diener, 2010). 즉 한 비타민을 필요 수준 이상 섭취한다고 하여 더 좋거나 다른 비타민에 대한 필요를 감소시키지 않는 것처럼 각각의 욕구들은 각자 독립적으로 일정 수준 충족될 필요가 있다는 것이다. 따라서 더 많은 돈이 사회적 욕구를 대체할 수 없으며, 기본적 욕구가 충족되었을 때 행복이 더 증가하기 위해서는 다른 욕구의 충족이 필요하다. 본 연구 결과는 기본적 욕구가 충족되고 나면 특히 사회적 욕구로 초점이 이동하여야 한다는 것을 보여준다.

본 연구 결과는 다음 두 가지 측면에서 돈과 행복에 시사점을 갖는다. 첫째, 기본적 욕구를 충족시킬 수 있게 되면 돈보다는 사회적 관계에 투자해야 더 행복하다는 점이다. 기본적 욕구 이론에 의하면(Veenhoven, 1991, 1995) 돈은 현대인들에게도 여전히 원시 사회의 음식처럼 기본적 욕구 충족의 기능을 할 뿐이다. 따라서 기본적 욕구를 충족시킬 수 있는 소득에 도달하면 추가적인 소득은 직접적으로 행복에 기여할 수 없다. 그 시점부터는 물질적 획득보다 사회적 욕구를 충족시키는 데 초점을 두는 것이 행복을 증가시킬 수 있는 방법이다. 둘째, 기본적 욕구가 충족된 이후에는 돈을 사회적 욕구를 충족시킬 수 있는 데 써야 더 행복할 수 있다는 것이다. 돈이 일정 수준 이상으로 행복을 증가시키지 않는다는 점이 널리 받아들여지면서 최근 돈

과 행복에 관한 연구들은 돈을 얼마나 버는가보다 어떻게 쓰는가에 주목하기 시작하였다(Dunn, Gilbert, & Wilson, 2010). 돈과 행복에 관한 연구들은 돈이 그 자체로 지니고 있는 효용은 거의 없으며, 다만 인간의 보편적 욕구들을 충족시킬 때 행복에 도움이 될 수 있다고 한다(예: Veenhoven, 1991). 이와 관련하여 본 연구 결과는 기본적 욕구를 충족시킨 이후 추가적인 소득은 사회적 욕구를 충족시키는 데 사용될 때(Dunn, Aknin, & Norton, 2008) 행복에 기여할 수 있다는 점을 시사한다.

본 연구는 한국 사회의 낮은 행복 수준에 대해서도 시사점을 갖는다. 한국은 높은 경제 수준에 비해 낮은 행복 수준을 보인다. 물질적 부(2009년 GDP 기준 세계 12위, CIA Factbook 참고)의 관점에서는 상위권에 속하지만 최근 갤럽 조사에 의하면 삶의 만족도는 130개국 중 중간 수준에 그치며, 특히 정서적 측면의 행복은 130개국 중 116위로 매우 낮은 수준이다(Diener, Suh, Kim-Prieto, Biswas-Diener, & Tay, 2010). 이는 경제 수준이 일정 궤도에 올랐음에도 한국인들이 여전히 물질적 부를 중시하기 때문인 것으로 보인다(Diener et al., 2010). 그러나 앞서 살펴본 것처럼 일정 수준에 이르면 물질적 부는 더 이상 행복을 증가시키는 데 큰 도움이 되지 않으며(Diener & Biswas-Diener, 2002; Diener & Oishi, 2000; Easterlin, 1974), 더 문제가 되는 것은 물질을 추구하는 것이 실제 행복에 중요한 것들과 멀어지게 한다는 점이다. 돈은 혼자서도 충분하다는 자급자족적인(self-sufficient) 느낌을 갖도록 하기 때문에 돈을 추구하게 되면 사회적 관계를 멀리하게 된다(박진영, 최혜원, 서은국, 2012; Grouzet et al., 2005; Zhou & Gao, 2008; Zhou, Vohs, & Baumeister, 2009). 실제로 갤럽 조사에 의하면 한국인의 1/4은 위급할 때 의지할 사람이 없다고 응답하였는데, 이는 다른 나라들과 비교해 매우 낮은 사회적 자원을 보여주는 수치다(Diener et al., 2010). 본 연구는 일정 수준 경제 발전을 이룬 한국 사회에서 개인이 더 행복

해지기 위해서는 돈보다 사회적 관계를 추구해야 한다는 점을 보다 직접적으로 보여주었다는 점에서 의의가 있다.

본 연구의 제한점으로 문화적 특성이 반영된 결과일 가능성이 있다. 기본적인 생리적 욕구와 심리사회적 욕구들은 행복에 보편적인 것으로 나타나지만(Tay & Diener, 2011) 문화에 따라서 특정 욕구가 더욱 강조되고, 그 결과 욕구 충족과 행복의 관계에 차이가 발생할 수 있다(Oishi, Diener, Lucas, & Suh, 1999). 실제로, 보편적인 것으로 간주되던 욕구들이 사실은 문화적 특성 때문에 나타나는 현상임을 보여주는 연구들이 있다(예: Heine, Lehman, Markus, & Kitayama, 1999; Suh, 2002). 이러한 관점에서 본 연구가 진행된 동아시아 문화권에 속한 사람들에게 타인과의 관계는 자아 개념의 일부를 형성할 만큼 상대적으로 더욱 중요시되기 때문에(Markus & Kitayama, 1991) 기본 욕구 충족 이후에 사회적 욕구의 충족이 행복에 영향을 미치는 중요한 요인으로 부각되었을 수 있다. 따라서 비교 문화 연구를 통해 이러한 현상을 다른 문화권에서도 검증해보는 작업이 필요할 것이다.

이와 비슷한 맥락으로 본 연구는 고등학생과 대학생을 대상으로 진행되었다는 점에서도 한계점이 있다. 이는 사회적 욕구가 보편적이고 근본적인 욕구라는 기존 연구 이론에 근거한 접근이었으나(Baumeister & Leary, 1995), 특정 발달 단계에서 중요하게 나타나는 특징일 수 있어 후속 연구를 통해 다른 연령 집단에서도 검증해볼 필요가 있다.

그 밖에 본 연구가 지닌 한계점은 다음과 같다. 먼저, 연구 2에서 자신의 사회적 관계에 대한 지각을 조작하기 위해 Kim과 Cohen(2010)의 척도 조작 방법을 사용하였다. 이는 짧은 순간 자신에 대한 지각을 조작하는 데 효과적인 방법으로 기존 연구들에서 두루 사용되었다(Kim & Cohen, 2010; Schwarz, Bless, Bohner, Harlacher, & Kellerbenz, 1991; Schwarz, Hippler, Deutsch, & Strack, 1985; Schwarz & Scheuring, 1988). 그러나

직접적으로 조작의 결과를 확인하지 않았다는 점에서 그 결과 해석이 제한적일 수 있다. 다음으로, 연구 1에서는 가정 경제 수준을 통해 기본적 욕구의 충족 정도를 측정하였다. 그러나 가정 경제 수준에는 기본적 욕구 이외에 다른 욕구들도 포함되었을 가능성이 있다. 따라서 후속 연구에서 이를 보완하여 청소년에게 적합한 경제 수준 지표를 개발하기를 기대한다.

끝으로 본 연구는 국가 수준에서뿐 아니라 개인 수준에서도 탈 물질적 가치가 개인의 행복을 증가시킬 수 있다는 것을 보여준다. 특히, 국가 수준에서 연구된 자유(Inglehart, Foa, Peterson, & Wetzel, 2008; Veenhoven, 2000)나 신뢰(Björnskov, 2003)와 달리 사회적 관계는 비교적 사회적 조건이나 분위기를 전제로 하지 않는다는 점에서 실제적 함의를 갖는 것으로 보인다. 즉, 자유나 신뢰가 사회 제도나 분위기, 관습 등에 의해 영향을 받기 쉬운 반면, 주변 사람들과 좋은 관계를 맺는 것은 개인이 노력하면 달성할 수 있는 목표다. 따라서 본 연구는 개인 수준에서 기본적 욕구를 충족시킬 만한 소득에 이르렀을 때 어떻게 하면 더 행복해질 수 있을 것인가에 관한 현실적이고 적용 가능한 방법을 제안한다는 점에서 의의가 있다.

### 참고문헌

- 박진영, 최혜원, 서은국 (2012). 물질주의와 인간 관계 경시의 심리적 원인: 낮은 일반적 신뢰. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 26, 23-26.
- Aknin, L. B., Norton, M. I., & Dunn, E. W. (2009). From wealth to well-being? Money matters, but less than people think. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 523-527.
- Alderfer, C. P. (1969). An empirical test of a new theory of human needs. *Organizational Behavior and Human Performance*, 4, 142-175.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Björnskov, C. (2003). The happy few: Cross-country evidence on social capital and life satisfaction. *Kyklos*, 56, 3-16.
- Cacioppo, J. T., Fowler, J. H., & Christakis, N. A. (2009). Alone in the crowd: The structure and spread of loneliness in a large social network. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(6), 977-991.
- Cacioppo, J. T., Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms: Cross-sectional and longitudinal analyses. *Psychology and Aging*, 21(1), 140-151.
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2008). *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. New York, NY: Norton & Co.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59(8), 676-684.
- Cummins, R. A. (2000). Personal income and subjective well-being: A review. *Journal of Happiness Studies*, 1, 133-158.
- Deaton, A. (2008). Income, health, and well-being around the world: Evidence from the Gallup World Poll. *Journal of Economic Perspectives*, 22, 53-72.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? *Social Indicators Research*, 57(2), 119-169.
- 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., Ng, W., Harter, J., & Arora, R. (2010). Wealth and happiness across the world: Material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts positive feeling. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(1),

- 52-61.
- Diener, E., & Oishi, S. (2000). Money and happiness: Income and subjective well-being across nations. In E. Diener & E. M. Suh (Eds.), *Culture and subjective well-being* (pp.185-218). Cambridge, MA: MIT Press.
- Diener, E., & Seligman, MEP. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84.
- Diener, E., & Seligman, MEP. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in The Public Interest*, 5(1), 1-31.
- 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. 2010 한국 심리학회 연차학술대회 논문집, 1-23.
- Diener, E., Tay, L., & Oishi, S. (2013). Rising income and the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(2), 267-276.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143-156.
- Dunn, E. W., Aknin, L. B., & Norton, M. I. (2008). Spending money on others promotes happiness. *Science*, 319(5870) 1687-1688.
- Dunn, E. W., Gilbert, D. T., & Wilson, T. D. (2010). If money doesn't make you happy, then you probably aren't spending it right. *Journal of Consumer Psychology*, 21, 115-125.
- Easterlin, R. A. (1974). Does economic growth improve the human lot? In P. A. David & M. Reder (Eds.), *Nations, households and economic growth* (pp.98-125). New York: Academic Press.
- Easterlin, R. A. (1995). Will raising the incomes of all increase the happiness of all? *Journal of Economic Behavior and Organization*, 27, 35-47.
- Easterlin, R. A. (2005). Diminishing marginal utility of income? Caveat emptor. *Social Indicators Research*, 70, 243-255.
- Easterlin, R. A., McVey, L. A., Switek, M., Sawangfa, O., & Zweig, J. S. (2010). The happiness-income paradox revisited. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 107(52), 22463-22468.
- Eisenberger, N. I., Lieberman, M. D., & Williams, K. D. (2003). Does rejection hurt? An fMRI study of social exclusion. *Science*, 302(5643), 290-292.
- Frey, B., & Stutzer, A. (2000). Happiness prospers in democracy. *Journal of Happiness Studies*, 1, 79-102.
- Grouzet, F. M. E., Kasser, T., Ahuvia, A., Dols, J. M., Kim, Y., Lau, S., Ryan, R. M., Saunders, S., Schmuck, P., & Sheldon, K. (2005). The structure of goals across 15 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89, 800-816.
- Harlow H. F., & Zimmerman, R. R. (1959). Affectional response in the infant monkey: Orphaned baby monkeys develop a strong and persistent attachment to inanimate surrogate mothers. *Science*, 130, 421-432.
- Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227.
- Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R., & Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Psychological Review*, 106(4), 766-794.
- Howell, H., & Howell, C. (2008). The relation of economic status to subjective well-being in developing countries: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 134, 536-560.
- Helliwell, J. F. (2003). How's life? Combining

- individual and national variables to explain subjective well-being. *Economic Modelling*, 20, 331-60.
- Henrich J., & Boyd, R. (1998). The evolution of conformist transmission and between-group differences. *Evolution and Human Behavior*, 19, 215-42.
- Hill K., Hurtado, M. (1989). Hunter-gatherers of the new world. *American Scientist*, 77, 437-43.
- Inglehart, R. (1990). *Culture shift in advanced industrial society*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Inglehart, R. (1997). *Modernization and postmodernization: Cultural, economic and political change in 43 societies*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Inglehart, R., Foa, R., Peterson, C., & Wetzel, C. (2008). Development, freedom, and rising happiness: A global perspective (1981-2007). *Perspectives on Psychological Science*, 3(4), 264-285.
- Kahneman, D., & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 108(24), 16489-16493.
- Kim, Y-H., & Cohen, D. (2010). Information, perspective, and judgments about the self in face and dignity cultures. *Personality and Social Psychological Bulletin*, 36(4), 537-550.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803-855.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-53.
- Maslow, A. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. New York: Van Nostrand.
- McDonald, G., & Leary, M. R. (2005). Why does social exclusion hurt? The relationship between social and physical pain. *Psychological Bulletin*, 131(2), 202-223.
- Mehl, M. R., Vazire, S., Holleran, S. E., & Clark, C. S. (2011). Eavesdropping on happiness: Well-being is related to having less small talk and more substantive conversations. *Psychological Science*, 22(6), 539-541.
- Myers, D. G. (2004). Human connections and the good life: Balancing individuality and community in public policy. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp.641-657). Hoboken, NJ: Wiley.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. E., & Suh, E. M. (1999). Cross-cultural variations in predictors of life satisfaction: Perspectives from needs and values. *Personality and Social Psychological Bulletin*, 25, 980-990.
- Pavot, W., Diener, E., & Fujita, F. (1990). Extraversion and happiness. *Personality and Individual Differences*, 11, 1299-306.
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The Role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 419-435.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 32, 119-128.
- Schwarz, N., Bless, H., Bohner, G., Harlacher, U., & Kellerbenz, M. (1991). Response scales as frames of reference: The impact of frequency range on diagnostic judgments. *Applied Cognitive Psychology*, 5, 37-49.
- Schwarz, N., Hippler, H. J., Deutsch, B., & Strack, F. (1985). Response scales: Effects of category

- range on reported behavior and comparative judgments. *Public Opinion Quarterly*, 49, 388-395.
- Schwarz, N., & Scheuring, B. (1988). Judgments of relationship satisfaction: Inter- and intraindividual comparison strategies as a function of questionnaire structure. *European Journal of Social Psychology*, 18, 485-496.
- Stevenson, B., & Wolfers, J. (2008b). Happiness inequality in the United States. *Journal of Legal Studies*, 37, s2, S33-S79.
- Suh, E. M. (2002). Culture, identity consistency, and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(6), 1378-1391.
- Tay, L., & Diener, E. (2011). Needs and subjective well-being around the world. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(2), 354-365.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Veenhoven, R. (1995). The cross-national pattern of happiness: Test of predictions implied in three theories of happiness. *Social Indicators Research*, 34, 33-68.
- Veenhoven, R. (2000). Freedom and happiness: A comparative study in forty-four nations in the early 1990s. In E. Diener & E. M. Suh (Eds.). *Culture and subjective well-being* (pp.257-288). Cambridge, MA: MIT Press.
- Uchino, B. N. (2004). *Social support and physical health: Understanding the health consequences of relationships*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Uchino, B. N. (2006). Social support and health: A review of physiological processes potentially underlying links to disease outcomes. *Journal of Behavioral Medicine*, 29(4), 377-387.
- Uchino, B. N., Cacioppo, J. T., and Kiecolt-Glaser, J. K. (1996). The relationship between social support and physiological processes: A review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*, 119, 488-531.
- Zhou, X., & Gao, D. -G. (2008). Social support and money as pain management mechanisms. *Psychological Inquiry*, 19, 127-144.
- Zhou, X., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2009). The symbolic power of money reminders of money alter social distress and physical pain. *Psychological Science*, 20(6), 700-706.

1 차원고접수 : 2014. 03. 10.

수정원고접수 : 2014. 04. 30.

최종게재결정 : 2014. 05. 02.



## Happiness after Basic Needs are Fulfilled: Social Needs become Salient

Cheongra Heo                      Jaisun Koo                      Eunkook M. Suh  
Yonsei University                  Chung-Ang University              Yonsei University

After basic needs (e.g., food) are fulfilled, money no longer plays a notable role in increasing happiness. We hypothesized that, after the basic needs are satiated, social needs will emerge as a more potent predictor of happiness. In support of this idea, perceptions of social support and happiness correlated more strongly among individuals with high than low income (Study 1). In Study 2, this idea was tested at a University cafeteria setting to increase the external validity of this phenomenon. As expected, manipulating one's social relationship quality had a more visible impact on happiness after rather than before one's meal. Findings from these two studies collectively suggest that after basic needs are fulfilled (sufficient income, Study 1; after a meal, Study 2), the importance of social needs in happiness increases.

*Key words* : Happiness, Basic Needs, Social Needs, Money