

연령대별 삶의 의미와 안녕감의 관계: 10대, 20대, 40대 간 의미추구, 의미발견이 삶의 만족에 미치는 영향*

김 상 회

박 성 현†

서울불교대학원대학교

삶의 의미는 전 생애에 걸쳐 정신건강과 안녕감에 중요한 영향을 미치는 변인이다. 최근 삶의 의미의 구성개념 중 의미발견과 더불어 의미추구의 심리적 효과에 관한 연구가 주목을 받고 있다. 이 연구에서는 발달적 관점에서 10대, 20대 및 40대 간 의미추구와 의미발견의 수준 차이 및 삶의 만족과의 관계를 조사했다. 또한, 의미발견이 삶의 만족에 미치는 효과에 있어서 의미추구의 조절효과가 연령대 별로 어떠한 양상을 보이는가를 분석하였다. 총 353명(남 168명, 여 185명)이 연구에 참여하였으며, 연령대 별 분포는 10대 121명, 20대 133명, 40대 99명이었다. 연구 결과, 의미추구 수준은 20대가 10대 및 40대에 비해 높았으며, 의미발견은 40대가 10대 및 20대 보다 높았다. 의미추구와 삶의 만족의 독립적인 관련성은 전 연령대에서 나타나지 않았다. 의미발견과 삶의 만족은 20대와 40대가 10대에 비해 더 긍정적 관련성을 보였다. 10대와 20대의 경우 의미추구가 커질수록 의미발견이 삶의 만족에 미치는 효과는 더 커진 반면 40대는 반대의 경향을 나타냈다. 이러한 결과를 선행 연구 결과와 비교하고, 발달적 의미를 논의하였다.

주요어 : 삶의 의미, 의미발견, 의미추구, 발달적 관점

* 본 논문은 김상회(2015)의 서울불교대학원대학교 석사학위 논문 작성 시 수집한 자료(data)의 일부를 사용하였음.

† 교신저자: 박성현, 서울불교대학원대학교 상담심리학과, 서울시 금천구 독산로70길 8, E-mail: gchio@hanmail.net

삶의 의미는 인간이 살아가야 할 이유를 제공하며 행복감의 근원이 되는 것으로서 종교와 철학 뿐 아니라 심리학에서도 많은 주목을 받아왔다. 인간에게 있어서 자신의 삶에서 무엇을 위해 살아야 하는가에 대한 명확한 생각을 가지는 것, 즉 자신의 존재의 목적을 찾는 것은 매우 중요하며 필수불가결한 것이다(Frankl, 1959; Frankl, 1992). 사람들이 삶에서 자신의 존재의 의미를 찾으려고 하는 것은 인간의 타고난 내적 욕구라고 할 수 있다(Steger, Kashdan, Sullivan & Lorentz, 2008). 사람들은 그들 자신과 그들을 둘러싼 세계에 대해 이해하려는 강력한 바람을 가지고 있으며 그러한 욕망에 따라 삶의 의미를 추구하는 행동을 하게 된다. 의미의 추구를 통해 사람들은 세계 내에서 자신의 독특한 적합성을 발견하며 자신의 삶에서 무엇을 달성하려고 노력해야 하는가를 확인한다(Epstein, 1985; Heine, Proulx, & Vohs, 2006; Higgins, 2000; Ryff & Singer, 1998).

삶의 의미에 대한 선행 연구들은 삶의 의미가 정신건강, 행복 그리고 안녕감에 영향을 준다는 것을 보여주고 있다. 삶의 의미가 부족하면 우울과 불안, 자살 사고와 약물 남용(Harlow, Newcomb, & Bentler, 1986), 자신과 사회로부터 고립(Maddi, 1967)이 나타나기 쉽고 정신병리의 정도도 심각하다(Yalom, 2007). 한편 삶의 의미가 충분하다고 느끼는 것은 높은 자기 존중감, 다른 사람에 대한 관대한 태도, 삶에 대한 적극적인 참여 및 전반적인 긍정적 태도와 관련된다(Debats, Drost & Hansen, 1995). 사람들은 좋은 삶의 특징으로 행복과 의미를 꼽으며(King & Napa, 1998), 삶의 의미는 주관적 안녕감과 강한 관련성을 가지고 있고(Zika & Chamberlain, 1992), 심리적 안녕감을 나타내는 지표 중의 하나이기도 하다(Ryff, 1989). 또한 삶의 의미를 가진 사람들은 삶의 만족감과 긍정적인 정서를 더 경험하며(Chamberlin & Zika, 1988; Steger, Frazier, Oishi, & Karler, 2006) 더 큰 종교성(Steger & Frazier, 2005)과 내적 통제소재(Reker & Peacock, 1981; Ryff,

1989)를 지니고 있고, 성숙과 자기실현을 지향할 뿐만 아니라 생기 있고 활동적이며 낙관적이다(Steger et al., 2006).

국내에서 시행된 삶의 의미와 관련된 연구들에서도 삶의 의미 수준이 높을수록 자존감, 정신건강 및 지각된 사회적 지지가 높으며 대인관계에서의 불편감과 회피수준은 낮았다(최명심, 2011). 생활사건 스트레스를 경험하고 있는 개인에게 삶의 의미를 고취시켜줄 경우 자살사고의 예방적 개입이 가능하다는 보고도 있다(조하, 신희천, 2009). 이처럼 삶의 의미에 관한 연구들은 대체로 개인의 적응과 안녕감에 삶의 의미가 긍정적인 요소로 작용하며 삶에서 부딪히는 역경이나 위기를 극복해 내는데 있어 자원이 될 수 있음을 보고하고 있다.

최근까지 삶의 의미에 대한 연구들에서 사용되어진 ‘삶의 의미’라는 구성개념은 자신의 삶에서 어느 정도 ‘의미발견’을 하였는가 수준을 측정하는 것이다.¹⁾ 그러나, Steger 등(2006)은 ‘의

1) 삶의 의미를 측정하기 위해 2006년 전까지는 주로 3가지 측정방법이 사용되어져 왔다. 가장 광범위하게 쓰여 온 척도는 삶의 목적적도인 PIL(Purpose in Life) 척도로서 Frankl의 개념을 측정하기 위해 고안된 것이며, 개인이 체험하는 삶의 의미감과 목적의 정도를 평가하기 위해 Crumbaugh와 Mahollik(1964)가 개발한 것이다. 그러나, PIL은 의미 외에도 죽음에 대한 공포와 자유, 자살과 같은 다른 개념들이 혼합되어 있거나 우울을 간접적으로 반영한다는 점에서 타당도에 대한 의문이 제기되었다(Yalom, 2007). 또한 의미감이 행복감으로 직결되지 않음에도 불구하고 쾌락적 정서 경험을 의미감의 지표로 삼고 있다는 점에서 비판을 받았다(주경례, 안신호, 2005). 두 번째 측정방법은 인생관점 지표인 LIR(Life Regard Index)로서 Battista 와 Almond(1973)가 개발하였으며 국내에서 심미성(2006)이 변안하였다. LRI는 삶의 의미를 삶에 대한 긍정적인 관점이라고 조작적으로 정의하고 삶의 의미를 체계/framework와 실현(fulfillment)이라는 두 요인으로 구분했다. 그러나 이 척도 역시 정서 관련변인을 담고 있다는 점에서 스트레스, 우울, 희망과의 상관이 과장될 가능성이 있어 문제점이 지적되었다. 세 번째 측정방법은 통합감 척도인 SCS(Sense of Coherence Scale)로서 Antonovsky(1987)가 개발한 것으로 삶의 의미를 삶을 바라보는 일반

미발견²⁾ 이외에도 삶의 의미라는 구성개념을 이루는 또 다른 주요 요인인 ‘의미추구’의 독립적인 심리적 속성에 대한 연구의 필요성을 제기한 바 있다. 그들은 ‘의미추구’는 의미를 찾고자 하는 지향 또는 동기를 말하고 ‘의미발견’은 실제로 자신의 삶에 의미가 있다는 주관적 느낌을 말하는 것으로 정의하고 이 둘은 서로 구분되어야 하는 독립적인 요인임을 주장하였다. Steger 등(2008a)은 미국인들을 대상으로 한 연구에서 ‘의미추구’ 경향이 높은 사람들과 ‘의미발견’ 경향이 높은 사람들 간에 안녕감, 성격, 인지적 스타일에 있어 유의한 차이가 있으며, 심리적 안녕감이나 주관적 안녕감에 미치는 긍정적인 기능과 효과는 대부분 ‘의미발견’의 특징임을 보고하였다.³⁾ 미국인들의 경우 의미추구와 의미발견 간에는 부적 상관이 나타났으며, ‘의미발견’과 달리 ‘의미추구’는 다양한 정신 건강 및 안녕감 관련 변인들과 상관이 없거나 부적 관련성이 있는 것으로 나타났다(Steger et al., 2006; Steger,

Oishi, & Kashdan, 2009).

그러나, 동양 문화권인 일본과 미국 간 비교 연구 결과에 따르면, 의미추구와 의미발견 간 부적 관련성을 보인 미국인들과 달리 일본인들의 경우 ‘의미추구’는 ‘의미발견’과 유의한 정적 관련성을 보였다. 이에 더하여, 일본의 경우, ‘의미추구’가 클수록 ‘의미발견’이 행복에 미치는 효과가 더 커지는 반면, 미국의 경우는 ‘의미발견’이 행복에 미치는 효과에 있어서 ‘의미추구’가 미치는 조절효과는 없었다(Steger, Kawabata, Shimai, & Otake, 2008). 국내 연구에서도 ‘의미추구’와 ‘의미발견’은 서로 부적 개념이기 보다는 정적 상관관계가 높은 것으로 나타났다. 또한, ‘의미추구’는 단순 상관 분석에서는 주관적 안녕감을 비롯한 긍정적 정신 건강 변인들과 정적 관련성을 보였으나, ‘의미발견’을 통제 한 후에는 효과의 크기가 거의 나타나지 않아 정신 건강에 미치는 독립적 효과에 대해서는 의문이 제기되었다(원두리, 김교현, 권선중, 2005; 정미영, 2013). 이처럼 동서양간 ‘의미추구’와 ‘의미발견’이 보이는 차이에 대해 Steger 등(2008b)은 문화가 인지 스타일에 영향을 미치고 이러한 인지 스타일에 따라 삶의 의미를 형성해 가는 것이 다를 수 있음을 주장하였다. 즉, 서양 문화권은 독립적이고 분석적이며 구별과 독특성을 선호하기 때문에 ‘의미발견’은 자신의 독립적 정체성 확인과 관련되는 반면, ‘의미추구’는 독립적 정체성의 정립이 되지 않은 상태를 반영하여 부정적일 수 있다. 이에 비해, 동양 문화권은 상호의존적이고 전체론적이며 연결성을 선호하기 때문에 ‘의미추구’와 ‘의미발견’의 개념이 독립적으로 구별되지 않을 뿐 아니라, ‘의미발견’이 이루어진 후에도 이것을 안정적이고 완성된 상태로 보기보다는 계속해서 유지하고 발전시키기 위해 노력해야 하는 상태로 생각하는 경향이 크기 때문에 ‘의미추구’의 성향이 긍정적일 수 있다는 것이다.

삶의 의미와 관련하여 중요한 연구 주제 중 하나는 발달적 관점에서 삶의 의미의 역할을 조

적인 방식으로 정의하면서 세 가지 구성요소인 이해력(comprehensibility), 관리력(manageability), 의미있음(meaningfulness)을 제안했다. 그러나, 이 척도는 기질적인 측면만 담고 있다는 점에서 잘 쓰이지 않는다(Steger et al, 2006).

- 2) Steger 등(2006)의 연구에서 삶의 의미 척도(Meaning in Life Questionnaire(MLA)의 두 하위 요인은 MLQ-Presence와 MLQ-Search이다. 이를 원두리 등(2005)은 각각 ‘의미존재’ 및 ‘의미추구’로 번역하였다. 이 연구에서는 MLQ-Presence를 삶의 의미에 대한 국내 선행연구들에서 주로 사용한 용어인 ‘의미발견’으로 번역하여 사용한다.
- 3) 안녕감의 요소이기도 한 유대감, 자기수용(Ryff, 1989)의 경우 의미추구는 각각($r=-.28, -.36, p<.001$)로 유의한 부적상관을 보였고 의미발견은($r=.39, .54, p<.001$)로 유의한 정적상관을 보였다. 인지적인 스타일에서 반추, 부정적 과거관의 경우 의미추구는 각각($r=.27, .33, p<.001$)로 유의한 정적 상관을, 의미발견은 각각($r=-.20, p<.05; r=-.26, p<.001$)로 유의한 부적상관을 보였다. 신경증 경향의 경우 의미추구는($r=.18, p<.001$)로 유의한 정적상관을 보였으며 의미발견은($r=-.35, p<.001$)로 유의한 부적상관을 나타내었다(Steger et al, 2008a).

명해 보는 것이다. 삶의 의미에 대한 인식은 자신의 정체성의 발달과도 연관될 수 있으며 의미를 창조해나가는 감각은 청소년기에 시작하여 전 생애에 걸쳐 이루어진다(Fry, 1998). 삶의 의미와 연령 간의 관계는 다소 모호하다. 어떤 연구에서는 삶의 의미 수준은 연령에 따라 별 차이가 없다고 보고하지만(Reker & Fry, 2003) 다른 연구에서는 연령 단계에 따라 삶의 의미발견에 있어 다른 수준을 경험하며(Ryff & Essex, 1992), 나이가 들수록 삶의 의미와 목적이 저하된다는 연구 결과도 있다(Ryff & Keyes, 1995). 연령에 따라 삶의 의미가 안녕감에 미치는 효과에 대한 보고 또한 일관적이지는 않다. 일반적으로 삶의 의미는 연령이 높아질수록 안녕감에 더 큰 역할을 한다는 주장이 있으나(Reker, 2005) 삶의 의미발견과 안녕감 간의 관계에서 연령 단계에 따른 차이가 나타나지 않은 결과도 있었다(Steger et al, 2009).

국내에서도 연령대 별로 삶의 의미가 적응이나 안녕감에 미치는 연구가 진행되어왔다. 청소년을 대상으로 학교생활 적응을 설명하는 요인을 알아본 결과 희망과 삶의 의미가 다른 보호요인들인 자존감, 효능감, 낙관성, 가족관계의 질, 친구지지에 비해 보다 큰 설명력이 있었다(김택호, 김재환, 2004). 대학생의 경우도 삶의 의미가 높은 사람들이 삶에 만족하고 긍정적 정서를 느끼며 성실하고 경험에 개방적이고 외향적이며 타인을 배려하고 믿으며 우울, 불안 고독 및 신경증 성향이 덜 함이 발견되었다(원두리 등, 2005). 중년 주부를 대상으로 한 연구에서는 삶의 의미수준이 낮을수록 우울이 높아졌으며(신희석, 2002) 노인을 대상으로 한 연구에서도 삶의 의미와 정신 건강과의 상관이 유의하게 나타났다(안영미, 2003). 김경미, 류승아, 최인철(2011)은 삶의 의미의 영향력은 나이가 들어감에 따라 더 커지며 행복과 건강에 더 중요한 역할을 한다고 보고하였다.

이처럼 ‘의미발견’을 초점으로 한 발달적 관점의 연구들은 상당히 축적되어 왔으나 ‘의미추구’

가 갖는 발달적 의미를 종합적으로 분석한 연구는 Steger 등(2009)을 제외하고는 국내외에서 거의 찾아보기 어렵다. Steger 등(2009)은 ‘의미추구’의 수준은 초기 발달 단계일수록 더 높을 것이며, ‘의미추구’와 안녕감의 관계는 초기 단계에서는 정적 관련성을 보이지만 생의 후기 단계로 갈수록 부적으로 나타날 것을 예측하였다. 또한, ‘의미발견’과 안녕감의 관계는 생의 단계에 걸쳐 의미 있는 차이가 없을 것이라고 가설을 설정하고 이를 검증하였다. 그들은 이러한 가설 설정의 근거로 성인초기는 자신의 정체성, 직업, 사회적 역할을 확립하는 시기로서(Arnett, 2000; Erikson, 1968; Marcia, 1966) 중년기 이후의 삶의 단계에 비해 ‘의미추구’ 경향이 더 높을 뿐 아니라 ‘의미추구’ 경향이 높을수록 안녕감에 더 기여할 가능성이 높다는 점을 제시하였다. 반면, ‘의미발견’의 경우 ‘의미발견’의 수준은 연령에 따라 다양하지만 자신의 삶이 의미 있다고 느끼는 것은 모든 삶의 단계에서 중요하다는 이론을 들어(Wong, 2000), ‘의미발견’과 안녕감의 관련성은 각 연령 단계에서 유사하게 정적으로 나타날 것으로 보았다. 연구 결과, ‘의미추구’ 수준은 삶의 초기 단계(청소년기 및 성인초기 단계)가 후기 단계(중년기 및 노년기)에 비해 높아진 반면 ‘의미발견’의 경우 삶의 후기 단계가 초기 단계에 비해 더 높았다. 가설에서 예측한 바와 같이 ‘의미발견’과 안녕감 간의 관계는 삶의 단계들에 걸쳐 유사한 수준의 정적 관련성을 보였다. ‘의미추구’의 경우 안녕감과 관계가 노년기로 갈수록 더 부정적이었으나 예측과 달리 삶의 초기 단계에서도 ‘의미추구’와 안녕감은 부정적인 관련성을 보였다.

앞서 언급한 동서양 비교 연구가 보여주는 바와 같이 ‘의미추구’가 정신 건강 및 안녕감 변인들과 보이는 관계는 두 문화 간에 상당히 다르다. 정신 건강 변인들과 부적 상관을 보이며, 우울증과 같은 정신 병리 지표들과는 정적 상관을 보이는 서양과는 달리, 우리나라나 일본과 같은 동양 문화권에서 ‘의미추구’는 최소한 정신

건강 지표들과 중립적인 관계를 보인다고 할 수 있으며 오히려 긍정적인 역할을 할 수도 있다. 따라서, '의미발견'과 독립적으로 '의미추구'가 안녕감에 미치는 영향에 대한 추가 분석과 함께, 선행연구들에서 이미 밝혀진 '의미발견'과 안녕감 간의 긍정적 관계에서 '의미추구'가 어떠한 역할을 하고 있는 가 또한 다양한 각도에서 연구할 필요가 있다. 선행 연구의 리뷰를 통해 밝힌바와 같이, '의미발견'을 전제로 한 삶의 의미는 전 발달 단계에서 안녕감에 중요한 영향을 미치고 있는 것으로 입증되고 있다. 그러나, 발달적 관점에서 '의미추구'와 '의미발견'의 관계나, '의미추구'가 안녕감에 미치는 효과나 역할에 관해서는 국내에서 아직 연구된 바가 없어 추가적인 연구의 필요성이 있다. 삶의 의미를 연구한 국내 연구자들 또한 연령대에 따른 '의미추구'와 '의미발견'의 양상에 대한 후속 연구를 제안하고 있다(원두리 등, 2005; 정미영, 2013). 이에 따라, 이 연구에서는 청소년기(고등학교 2학년생), 성인초기(대학교 2학년생) 및 중년기(40대 직장인)의 발달 단계에 따른 '의미추구'와 '의미발견'의 수준, '의미추구' 및 '의미발견'의 안녕감과 관계, 그리고, '의미발견'과 안녕감의 관계에 미치는 '의미추구'의 효과를 분석하고자 하였다.

정체성이나 사회적 역할의 확립 그리고 자신의 적성에 맞는 직업을 찾는 것은 청소년기 및 성인초기의 삶의 목표가 될 수 있고 이것은 곧 '의미추구'로 이어질 수 있다. 청년기 젊은이들의 주요 과제가 외부환경에 적응하고 자아 정체성을 형성하는 것과는 달리 중년기 성인들의 주요 발달과업은 진정한 자기가 되어 내부세계를 형성하고 자신의 독특한 개성과 창조력을 발견하여 생의 의미와 목적을 분명히 설정하는 일이다(박정표, 심혜숙, 2009; 이부영, 1998; Jung, 1969). 발달이론에 의하면 연령대가 어릴수록 자신의 정체성과 삶의 목표를 확립하기 위해 의미를 추구할 경향이 더 높게 나타날 수 있으며 중년기에는 상대적으로 새로운 의미를 추구하기보다 자신의 내, 외적인 삶의 통합에 힘쓰는 의미

발견이 더 높아질 수 있을 것이다. 또한, 이러한 발달적 과업의 특성 상 청소년기 및 성인초기는 중년기에 비해 '의미추구'를 위한 노력을 많이 하는 것이 적응적일 수 있으며 안녕감에 더 기여할 수 있을 것이다.

이러한 이론적 근거 및 선행 연구를 토대로 하여, 이 연구의 가설은 다음과 같다. 첫째, '의미추구'의 수준은 발달의 초기 단계일수록 즉, 청소년기 및 성인초기가 중년기에 비해 더 높은 반면, '의미발견'의 수준은 발달의 후기 단계(즉, 중년기)가 이전 단계에 비해 더 높을 것이다. 둘째, '의미추구'와 안녕감 간의 관련성 또한 발달의 초기 단계(즉, 청소년기 및 성인초기)가 중년기에 비해 더 높을 것이다. '의미발견'과 안녕감 간 발달단계 별 관련성의 차이는 탐색적 차원에서 분석할 것이다.⁴⁾ 셋째, 청소년기 및 성인초기가 중년기에 비해 '의미추구' 수준이 높을수록 '의미발견'이 안녕감에 미치는 효과가 더 커질 것이다.

방 법

연구대상 및 조사절차

본 연구는 서울과 근교에 거주하는 10대, 20대, 그리고 40대의 남녀 420명을 대상으로 이루어졌다.⁵⁾ 구글 설문지와 인쇄 설문지를 이용하

4) 발달 단계에 따라 '의미발견'이 안녕감에 미치는 효과가 다른가에 대한 선행연구의 결과는 앞서 제시한 바와 같이 상이하다(김경미, 류승아, 최인철, 2011; Reker, 2005; Steger et al, 2009). 즉, 발달의 전 단계에서 의미발견은 안녕감에 의미있는 영향을 미친다는 점에서는 일관된 보고를 하고 있으나, 발달의 후기 단계로 갈수록 의미발견이 안녕감에 미치는 효과가 더 커질 것이라는 점에서는 서로 다른 결과를 보이고 있다. 이에 따라 이 연구에서 연령대에 따른 의미발견과 안녕감 간의 관련성은 특정한 방향성을 갖는 가설을 설정하지 않고 탐색적 차원에서 조사할 것이다.

5) 연구 참여자에서 30대를 제외한 이유는 30대가 연구자

표 1. 연령대 별 참가자들의 성별 및 직업 변인

연령대	성별		직업			
	남	여	고등학생	대학생	직장인	미표시
10대	54	67	121	-	-	-
20대	56	77	-	125	-	8
40대	58	41	-	-	93	6
전체	168	185	121	125	93	14

여 2014년 8월과 9월 두 달간 조사를 실시하였다. 수거한 설문지 중 무성의하게 응답하거나 무응답이 많은 경우 분석 대상에서 제외하여 총 353명의 자료를 분석하였다. 353명의 성별분포는 남자 168명(47.6%), 여자는 185명(52.4%)이었다. 연령분포는 10대가 121명(34.3%), 20대가 133명(37.7%), 40대는 99명(28.0%)이었다. 10대의 경우 일반계 고등학교 2학년에 재학하고 있는 학생들이었으며, 20대는 서울에 위치한 일반 4년제 대학에 재학 중인 대학생들이었다. 40대는 사무직 또는 전문직에 종사하는 직장인들이 포함되었다. 연령대 별 인구학적 자료를 표 1에 제시하였다.

에 따라 성인초기와 중년기로 정의되어 발달 단계를 규정하기가 다소 혼동되기 때문이다. 이에 비해 40대는 대부분의 연구자들이 중년기로 포함하고 있다. Levinson(1978)은 융의 이론을 토대로 생애주기를 4개로 구분하였고 17-40세를 성인초기, 40-60세를 성인중기로 언급하였다. Erickson(1975)은 40-60세 사이를 중년기로 구분하며 Goldsmith와 Heiens(1992), Jaques(1965) 및 Gould(1978)는 중년기를 35~45세로 정의하였다. 국내의 경우, 윤진(1985)은 중년기를 신체적 나이보다는 인생경험에 의해 결정된다고 보고 육체노동을 하는 사람들은 35세에서부터 55세까지를 중년기로 보는데 반해, 전문직 종사자들은 40세에서부터 65세까지를 중년기로 보았다. 이원희(1992)도 윤진(1985)과 비슷한 35세에서부터 56세까지를 중년기로 보았다. 박재순과 최의순(1995)은 30세에서부터 59세까지를 대상으로 중년기에 관한 연구를 하였다. 이처럼 한국의 중년기에 관한 선행연구들에서도 중년기에 관한 구분의 기준과 견해는 매우 다양하다.

측정도구

삶의 의미 척도(Meaning in Life Questionnaire: MLQ)

의미추구와 의미발견을 측정하기 위해 Steger 등(2006)이 개발하고 한국에서 원두리 등(2005)이 번안하고 타당화한 삶의 의미척도(MLQ: Meaning in Life Questionnaire)를 사용하였다. 삶의 의미척도는 의미추구와 의미발견 두 하위요인으로 이루어져 있다. 각 하위척도 당 5문항씩 전체 10문항으로 구성되어 있으며 각각 7점 척도(1=전혀 아니다~7=매우 그렇다)로 평정하게 되어있다. 의미발견 문항의 예로는 ‘나는 내 삶의 의미를 이해하고 있다’, 의미추구 문항의 예로는 ‘나는 내 삶의 의미를 찾고 있다’ 등이 있다. 의미추구 척도에서는 점수가 높을수록 의미를 추구하고자 하는 동기가 강하며 의미발견에서는 점수가 높을수록 주관적으로 삶에 대한 많은 의미를 가지고 있다고 지각하는 것을 나타낸다. 원두리 등(2005)의 연구에서 신뢰도는 의미추구와 의미발견 모두 .88이었고, 본 연구에서의 신뢰도는 의미추구의 경우 .91, 의미발견은 .83이었다.

삶의 만족 척도(Satisfaction with life scale: SWLS)

Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)가 개발하고 김완석, 김영진(1997)이 번안한 삶의 만족 척도(SWLS: Satisfaction with life scale)를 주관적 안녕감의 지표로 사용하였다. 삶의 만족은 주관적

안녕감의 한 요인으로서 행복의 인지적 측면을 반영하는 것으로 알려져 있다(Diener, 1984). 또한 이현철과 최성보(2012)는 삶의 만족도가 삶의 질에 대한 주관적인 측면을 의미한다고 정의하기도 하였다. 삶의 만족도(life satisfaction)는 전반적 삶에 대해 개인이 만족하는 정도를 통해서 총체적인 평가를 부여하는 것을 뜻하며 ‘행복’을 측정하는 단일 구성개념으로서 가장 빈번히 사용되는 개념이다(Diener, 1984).

이 척도는 응답자가 자기 나름의 기준을 토대로 해서 스스로 지각하는 자신의 삶에 대한 만족 정도를 판단하도록 하는 도구로서 5개의 문항, 7점 척도(1= 전혀 아니다~7=매우 그렇다)로 구성되어 있다. 문항의 예로는 ‘나는 지금의 내 삶에 만족 한다’, ‘지금까지 원하는 중요한 것을 대부분 이루어왔다’ 등이며 점수가 높을수록 개인이 스스로의 삶에 대해 만족하고 있음을 나타낸다. Diener 등(1985)의 연구에서 신뢰도는 .87이었고 김완석, 김영진(1997)의 연구에서는 .86이었다. 본 연구에서는 .87로 나타났다.

분석 방법

첫째, 연령대에 따라 의미추구 및 의미발견의 차이가 있는가를 검증하기 위해 세 연령대(10대, 20대, 40대)간 의미추구 및 의미발견의 차이 검증을 실시하였다. 표 4에 제시한 것과 같이 의미추구와 의미발견 간에는 상당한 수준의 정적 상관관계(전체 표본에서 $r=.51, p<.001$)가 있으므로, 연령대 간 의미추구 및 의미발견의 독립적인 차이를 분석하기 위해 공변량 분석을 실시하였다(즉, 의미추구의 연령대 간 분석 시 의미발견을 공변인으로, 의미발견의 연령대 간 분석 시 의미추구를 공변인으로 투입). 둘째, 의미추구 및 의미발견과 삶의 만족과의 관계가 연령대에 따라 달라질 수 있다는 가설을 검증하기 위해 연령대 별 의미추구와 삶의 만족 간의 0차 및 1차(의미발견을 통제) 상관 그리고 의미발견과 삶의 만족 간의 0차 및 1차(의미추구를 통제)

표 2. 연령대의 더미코딩

연령대	더미변수	
	d1	d2
10대	1	0
20대	0	1
40대	0	0

상관을 분석하였다. 마지막으로, 의미발견과 삶의 만족 간의 관계에서 의미추구가 연령대 별 어떠한 역할을 하는가를 밝히기 위해 위계적 회귀분석을 이용한 조절효과 분석을 실시하였다. 연령대에 따라 의미발견이 안녕감에 미치는 효과가 의미추구의 수준에 따라 달라지는가를 분석하는 것이 목적이므로, 연령대 * 의미발견 * 의미추구의 삼원 상호작용이 의미 있게 나타나는가가 분석의 주된 관심사였다. 이를 위해 우선 범주변인인 연령대를 다음과 같이 더미 코딩하였다.

다음으로, 다중 회귀분석 시의 다중공선성을 예방하고, 회귀계수의 해석을 용이하게 하기 위해 예측변인인 의미발견과 조절변인으로 가정된 의미추구를 평균 중심화(mean centering)하였다(홍세희, 2007). 모형의 1단계에서는 d1, d2, 의미추구, 의미발견을 투입하고, 2단계에서는 이원 상호작용 항인 d1*의미추구, d2*의미추구, d1*의미발견, 및 d2*의미발견을 추가로 투입하였다. 마지막 3단계에서는 삼원 상호작용 항인 d1*의미추구*의미발견 항과 d2*의미추구*의미발견 항을 투입하였다. 모든 통계분석은 SPSS 18.0 프로그램을 사용하였다.

결 과

연령대 별 의미추구와 의미발견의 차이 검증

표 3에 제시한 바와 같이 의미발견을 공변인

표 3. 연령대 별 의미추구와 의미발견의 차이 검증을 위한 공변량 분석

종속변수	연령대	평균(SD)	조정평균(SE)	F	LSD
의미추구	10대(1)	23.50(5.78)	23.93(.45)	3.74*	(2)>(1),(3)
	20대(2)	24.77(5.49)	25.32(.43)		
	40대(3)	25.00(5.80)	23.73(.50)		
의미발견	10대(1)	22.09(5.68)	22.54(.44)	14.67***	(3)>(1),(2)
	20대(2)	21.84(5.65)	21.66(.42)		
	40대(3)	25.36(5.44)	25.06(.49)		

주. 조정평균(SE) = 종속변수

의미추구의 경우 의미발견(22.92)을 공변량으로 투입한 후 변환값. 종속변수 의미발견의 경우 의미추구(24.40)을 공변량으로 투입한 후 변환값. * $p < .05$, *** $p < .001$.

으로 통제한 후 연령대 별 의미추구는 통계적으로 유의한 차이를 보였다($F(2,349)=3.74, p<.05$). 사후 검증 결과, 20대의 의미추구 수준이 10대와 40대 보다 높았다. 의미추구를 통제 한 후 의미발견 또한 연령대 간에 차이가 나타났다 ($F(2,349)=14.67, p<.001$). 사후 검증 결과 40대의 의미발견 점수는 10대와 20대보다 유의하게 높았다. 이러한 결과는 의미추구는 연령이 낮을수록 높아지고, 의미발견은 연령이 높을수록 높아질 것이라는 첫 번째 연구가설을 부분적으로 지지하고 있다.

연령대 별 의미추구 및 의미발견과 삶의 만족 간의 관계 검증

표 4에서 보이는 바와 같이, 전체 표본에서

의미추구와 의미발견은 상당한 정도의 정적 상관($r=.51, p<.001$)을 보였다. 의미추구와 의미발견 간의 정적 관련성은 10대에서 가장 높게 나타났다. 의미발견을 통제하기 전 의미추구는 전 연령대에 걸쳐 삶의 만족과 유의한 정적 상관을 보였다. 그러나, 의미발견을 통제한 후, 의미추구와 삶의 만족간의 관계는 모두 통계적으로 유의하지 않은 수준으로 낮아졌다. 이는 의미추구와 삶의 만족과의 관계는 발달의 초기 단계가 후기 단계에 비해 더 높을 것이라는 가설과 배치되는 결과이다.

표 5에 보이는 바와 같이, 의미발견과 삶의 만족과의 관계는 전 연령대에서 의미추구를 통제 한 후에도 통계적으로 유의한 수준을 유지했다. 20대와 40대는 10대에 비해 전반적으로 의미발견과 삶의 만족간의 효과의 크기가 더 컸다.

표 4. 연령별 의미추구와 삶의 만족과의 0차 상관관계 및 의미발견 통제 시 1차 상관관계

	의미추구							
	전체(n=353)		10대(n=121)		20대(n=133)		40대(n=99)	
	0차	1차	0차	1차	0차	1차	0차	1차
의미발견	.51***	-	.68***	-	.38***	-	.46***	-
삶의만족	.31***	.05 ^{ns}	.32***	.08 ^{ns}	.27**	.03 ^{ns}	.36***	.11 ^{ns}

주. ^{ns} = non significant, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

표 5. 연령별 의미발견과 삶의 만족과의 0차 상관관계 및 의미추구 통제 시 1차 상관관계

	의미발견							
	전체(n=353)		10대(n=121)		20대(n=133)		40대(n=99)	
	0차	1차	0차	1차	0차	1차	0차	1차
삶의만족	.55***	.47***	.39***	.25**	.66***	.63***	.60***	.52***

주. ** $p < .01$, *** $p < .001$.

연령대 별 의미발견과 삶의 만족 간의 관계에서 의미추구의 조절효과 분석

의미발견과 삶의 만족 간의 관계에 미치는 의미추구의 효과가 연령대 별로 다를 것이라는 가설을 검증하기 위해 연령대 * 의미발견 * 의미추구의 삼원 상호작용을 분석하였다. 표 6은 의미발견과 삶의 만족간의 관계에서 의미추구의 조절효과 분석 결과를 보여주고 있다. 삼원 상호작용항은 유의한 R^2 변화량($\Delta F(2,341)=6.18, p<.01$)을 보였다.

삶의 만족을 준거변인으로 하는 전체표본의 회귀식은 다음과 같다.

$$\text{삶의만족} = 19.493 + .408(d1) + .600(d2) + .179(\text{추구}) + .591(\text{발견}) - .045(d1 * \text{추구}) - .060(d2 * \text{추구}) - .265(d1 * \text{발견}) + .062(d2 * \text{발견}) - .027(\text{추구} * \text{발견}) + .047(d1 * \text{추구} * \text{발견}) + .058(d2 * \text{추구} * \text{발견})$$

각 연령대 별 회귀식을 구하면, 10대($d1=1, d2=0$)의 회귀식은 아래와 같다.

$$\text{삶의만족} = 19.901 + .134(\text{추구}) + .326(\text{발견}) + .020(\text{추구} * \text{발견})$$

10대에서 의미추구의 수준에 따라 의미발견과 삶의 만족도의 관계가 어떻게 변화하는가를 살펴보기 위해 의미추구의 세 수준(+1sd=5.6971, 0, -1sd=-5.6971)에서의 회귀식을 구하면 다음과 같다.

$$\begin{aligned} \text{의미추구} + 1\text{sd 시 회귀식} &= 20.664 + .440(\text{발견}) \\ \text{의미추구 평균}(0) \text{ 시 회귀식} &= 19.901 + .326(\text{발견}) \end{aligned}$$

$$\text{의미추구} - 1\text{sd 시 회귀식} = 19.138 + .212(\text{발견})$$

이와 동일한 방식으로, 20대와 40대의 회귀식 및 의미추구 수준에 따른 회귀식은 아래와 같다.

$$20\text{대}(d1=0, d2=1) \text{의 회귀식} = 20.093 + .119(\text{추구}) + .653(\text{발견}) + .031(\text{추구} * \text{발견})$$

$$\begin{aligned} \text{의미추구} + 1\text{sd 시 회귀식} &= 20.771 + .830(\text{발견}) \\ \text{의미추구 평균}(0) \text{ 시 회귀식} &= 20.093 + .653(\text{발견}) \end{aligned}$$

$$\text{의미추구} - 1\text{sd 시 회귀식} = 19.415 + .476(\text{발견})$$

$$40\text{대}(d1=0, d2=0) \text{의 회귀식} = 19.493 + .179(\text{추구}) + .591(\text{발견}) - .027(\text{추구} * \text{발견})$$

$$\begin{aligned} \text{의미추구} + 1\text{sd 시 회귀식} &= 20.513 + .437(\text{발견}) \\ \text{의미추구 평균}(0) \text{ 시 회귀식} &= 19.493 + .591(\text{발견}) \end{aligned}$$

$$\text{의미추구} - 1\text{sd 시 회귀식} = 18.473 + .745(\text{발견})$$

의미발견과 삶의 만족 간의 관계에서 연령대 별 의미추구의 조절효과를 시각적으로 보여주기 위해 위의 연령대 별 회귀식을 그림 1, 2, 3에 제시하였다. 그림의 Y축은 삶의 만족을 X축은 의미발견을 나타낸다.

그림에서 보이는 바와 같이 10대와 20대는 의

표 6. 연령대 별 의미발견과 삶의 만족과 관계에서 의미추구의 조절효과 분석을 위한 위계적 회귀분석결과 (n=353)

모형	예측변인	B	SE B	β	R ²	ΔR^2
1	(상수)	19.195	.520			
	d1	1.296	.699	.103		
	d2	1.184	.694	.096	.307	.307***
	추구	.042	.055	.040		
	발견	.570	.056	.550***		
2	(상수)	18.918	.562			
	d1	1.203	.718	.095		
	d2	1.475	.707	.119		
	추구	.074	.100	.070		
	발견	.608	.104	.587***		
	d1*추구	.044	.148	.025	.333	.026*
	d2*추구	-.016	.136	-.009		
	d1*발견	-.283	.151	-.157		
	d2*발견	.089	.134	.052		
추구*발견	.010	.007	.071			
3	(상수)	19.493	.578			
	d1	.408	.770	.032		
	d2	.600	.745	.048		
	추구	.179	.103	.170		
	발견	.591	.103	.569***		
	d1*추구	-.045	.149	-.026	.357	.023**
	d2*추구	-.060	.138	-.033		
	d1*발견	-.265	.149	-.147		
	d2*발견	.062	.134	.036		
추구*발견	-.027	.013	-.185*			
d1*추구*발견	.047	.017	.211**			
d2*추구*발견	.058	.017	.238**			

주. 준거변인 : 삶의 만족, d1=연령더미변수1(10대=1, 20대=0, 40대=0), d2=연령더미변수2(10대=0, 20대=1, 40대=0), 추구=의미추구, 발견=의미발견, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

미발견과 삶의 만족 간의 긍정적 관계가 의미추구 경향은 의미 추구 경향이 커질수록 의미발견이 구 경향이 커질수록 더 커지는데 반해, 40대의 삶의 만족도에 미치는 효과는 작아졌다.

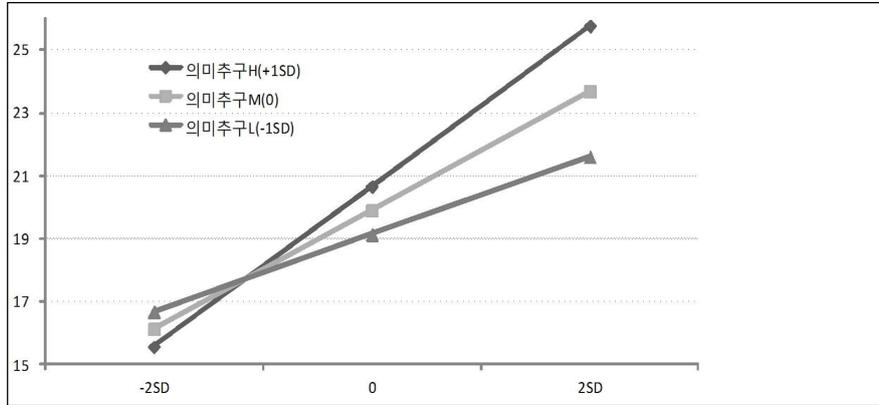


그림 1. 10대의 의미발견과 삶의 만족 간의 관계에서 의미추구의 조절효과

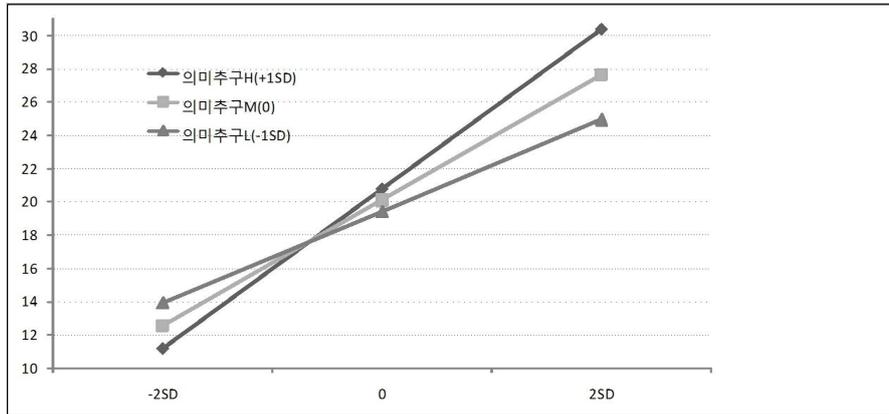


그림 2. 20대의 의미발견과 삶의 만족 간의 관계에서 의미추구의 조절효과

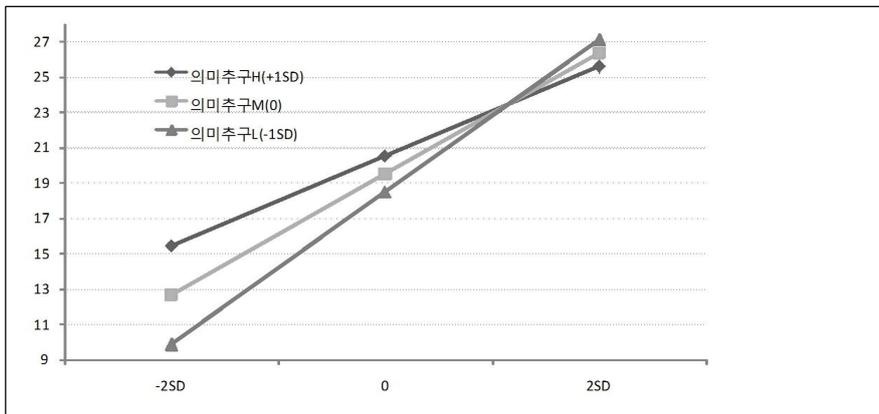


그림 3. 40대의 의미발견과 삶의 만족 간의 관계에서 의미추구의 조절효과

논 의

이 연구에서는 10대, 20대 및 40대 참여자들을 대상으로 Steger 등(2006)이 제안한 삶의 의미의 두 요소인 ‘의미추구’와 ‘의미발견’ 및 삶의 만족간의 관계 양상을 발달적 측면에서 살펴보았다. 분석 결과, ‘의미추구’와 ‘의미발견’ 간에는 전 연령대에 걸쳐 상당한 크기의 정적 상관관계 $r=.51$, 연령대 별 $r=.38\sim.68$ 이 나타났다. 이는 대학생을 대상으로 한 국내의 다른 연구들의 결과(원두리 등(2005), $r=.52$; 정미영(2013), $r=.64$)와 유사하며, 일본인 대학생들을 대상으로 한 연구의 결과(Steger et al. (2008b), $r=.24$)와는 효과의 크기는 차이가 있으나 관계의 방향에 있어서는 모두 정적인 관련성을 보였다. 이러한 결과는 미국인들을 대상으로 했을 때 나타나는 ‘의미추구’와 ‘의미발견’의 부적 관련성과 비교하여 동양 문화권의 특성을 반영한 결과로 보인다. 이와 같은 결과가 나타난 동서양의 문화적 차이에 대한 설명은 서론에서 기술한 바 있다.

연령대 별 ‘의미추구’와 ‘의미발견’ 수준 차이를 분석한 결과, ‘의미추구’는 20대가 10대와 40대에 비교하여 더 높은 수준을 보였으며, ‘의미발견’은 40대가 10대 및 20대에 비해 높았다. ‘의미발견’의 경우 가설에서 예측한 바와 같은 결과가 나타났으나, ‘의미추구’의 경우 10대가 20대보다 낮고 40대와 유사한 수준으로 나타난 점은 다소 의외의 결과이다. 이러한 결과를 Steger 등(2009)의 생애 주기별 삶의 의미 연구 결과와 직접 비교할 수는 없지만(그들의 연구에서 연령대 비교는 18-24세, 25-44세, 45-64세, 및 65세 이상으로 구분하여 이루어졌다), 18-24세 연령대의 ‘의미추구’는 45세 이상의 연령대보다 의미 있게 높았다는 것과 비교하면 어느 정도 그 차이를 볼 수 있다. 이러한 결과는 우리나라의 독특한 교육 환경과 관련지어 생각해 볼 수 있을 것이다. 일반적인 발달적 측면에서 보면 고등학교 2학년인 청소년기는 개인의 정체성 감각을 발달시키는 시기이다. 즉, 이론적으로는 정체성, 직

업, 관계 등과 관련한 삶의 의미를 추구하는 시점이다(Heine, Proulx, & Vohs, 2006). 그러나, 우리나라의 경우 대학 입학 준비와 관련된 입시 경쟁으로 인해 개인적 수준에서의 정체감 추구 노력은 고등학교 졸업 후 특히 대학 입학 후로 미루어지는 것이 보통이다. 이러한 해석은 고등학생의 자아 정체감 수준이 대학생은 물론 중학생과 비교해서도 낮다는 연구를 통해서 어느 정도 지지된다(박아청, 2004; 박아청, 이승국, 1999). 박아청(2004)은 이러한 결과가 우리나라의 경우 고등학교에 들어가면서 외부로부터 요구받는 정신적 기대와 압력이 급격히 커지면서 자신의 미래에 대한 목표의식에 갈등을 초래한 결과일 수 있다고 설명한다. 또한, 우리나라의 청소년들은 대학생이 되어서야 비로소 현실에 대한 자각을 토대로 자신의 인생 탐색을 시작한다고 보았다. 이러한 이유로 우리나라의 경우 자신의 정체성을 확립하고 직업 및 삶의 목표를 확립하는 시기인 20대에서 ‘의미추구’가 가장 높게 나온 것으로 결과를 이해해 볼 수 있다.

연령대 별로 ‘의미추구’가 삶의 만족과 갖는 관련성에서의 차이 분석결과, ‘의미발견’을 통제했을 때 전 연령대 공히 ‘의미추구’와 삶의 만족의 관련성은 유의하지 않았다. ‘의미발견’의 경우 ‘의미추구’를 통제된 후에도 모든 연령대에서 삶의 만족과 정적 관련성이 나타났으며 특히 20대와 40대는 10대에 비해 ‘의미발견’과 삶의 만족 간의 정적 관련성이 높은 경향을 보였다. 이러한 결과는 ‘의미추구’와 ‘의미발견’이 삶의 만족에 미치는 직접적 효과가 매우 다르다는 것을 보여준다. 즉, ‘의미추구’의 경우 전 연령대에 걸쳐 삶의 만족에 미치는 직접 효과는 없는 반면, ‘의미발견’은 전 연령대를 통하여 삶의 만족에 직접적인 효과를 보였다. ‘의미발견’과 삶의 만족 간의 상관관계 결과는 연령대가 높을수록 두 변수 간 정적 관계가 커질 것이라는 가설을 일부 지지한다. 또한, 연령에 따라 ‘의미발견’의 수준은 달라지지만 ‘의미발견’이 모든 삶의 단계에서 주관적 행복과의 관련성이 높다는 국내외의

선행 연구 결과들을 반복하는 결과라고 할 수 있다(김경미, 유승아, 최인철, 2011; King, Hicks, Krull, & Del Gaiso, 2006; Ryff et al., 1992; Wong, 2000). 이에 비해 ‘의미추구’와 삶의 만족 간의 독립적 관계에서 나타난 결과는 연령대가 낮을수록 두 변수 간의 관계가 커질 것이라는 연구 가설을 지지하지 않을 뿐 아니라, 두 변수 간의 부적 관련성이 나타났던 미국의 연구 결과(Steger et al., 2009)와도 다르다.

‘의미추구’가 삶의 만족에 미치는 독립적 효과가 나타나지 않았다는 결과에 대하여 ‘의미추구’를 안녕감에 어떠한 영향도 미칠 수 없는 무의미한 심리적 속성으로 단정하는 것은 다소 성급한 결론이 될 수 있다. ‘의미추구’가 간접적인 방식으로 삶의 만족에 영향을 미칠 수 있는 가능성이 있기 때문이다. ‘의미추구’는 사춘기에서 시작하여 전 생애를 걸쳐 계속되는 것으로서 (Fry, 1998) 발달 단계에 따라 삶의 만족에 상이한 방식으로 영향력을 미칠 수 있다. 이러한 가설을 확인하기 위해 이 연구에서는 ‘의미추구’의 수준이 ‘의미발견’과 삶의 만족 간의 관계에 미치는 효과가 연령대 별로 다른가를 조사했다. 분석 결과(그림 1, 2, 3), 가설에서 예측한 바와 같이, 10대와 20대의 경우 ‘의미추구’ 수준이 클수록 ‘의미발견’이 삶의 만족에 미치는 효과는 더 커졌다. 이와 반대로, 40대에서는 ‘의미추구’ 수준이 높을수록 의미발견과 삶의 만족 간의 관련성은 약화되었다. 이러한 결과는 ‘의미추구’가 독립적으로는 삶의 만족에 미치는 효과는 없으나, 발달 단계에 따라 ‘의미발견’과의 상호작용을 통해 삶의 만족에 서로 다른 영향을 줄 수 있음을 보여주고 있다. 이는 ‘의미추구’가 삶의 만족에 대해 갖는 역할이 발달 단계에 따라 서로 다르다는 것을 의미한다. 즉, 10대와 20대의 경우 높은 수준의 ‘의미추구’는 ‘의미발견’이 삶의 만족에 미치는 긍정적 효과를 더 증폭시키는데 반해, 중년기 이후의 과도한 ‘의미추구’는 ‘의미발견’이 안녕감에 미치는 긍정적 영향을 상쇄할 수 있다. 이러한 결과는 국내에서 수행된 다

른 연구들의 결론과도 매우 유사하다(유성경, 박은선, 김수정, 조효진, 2014; 정영숙, 조설애, 2013; 허지연, 손은정, 2008). 이 연구들은 청소년기와 성인 초기 단계는 자기 정체성 확립을 위한 다양한 시도와 도전이 필요하다는 점에서 높은 수준의 의미를 발견했다고 지적하는 상태에서 새로운 흥미와 목표를 향한 지속적인 의미추구적 태도는 적응적이며 바람직할 수 있다고 주장하였다. 이에 비해 중년기는 삶의 의미나 목표가 어느 정도 확립되어 안정적이고 생산적인 사회적 기능을 수행하는 단계로서 과도하게 높은 수준의 추구적 태도는 발달적, 사회적 맥락에서 적응적이지 않을 수 있으며 기존에 발견하였던 의미를 보다 안정적인 수준으로 유지하는 것이 주관적 안녕감을 높여줄 수 있다는 점을 지적하고 있다. 일찍이 Jung(1969)은 인생의 전반기에 정상적인 목표였던 것이 인생의 후반기에는 신경증적인 지장이 될 수 있다고 피력한 바 있다. 인생의 전반기의 삶은 눈으로 볼 수 있는 목표를 향해 확장해가며 이 방향에서 뒷걸음질하거나 나아가지 못할 때 신경증이 일어나지만, 중년기 이후에 나이에 어울리지 않게 인생의 전반기의 목표 추구 자세를 고집할 때 오히려 신경증이 발생할 수 있다는 것이다.

삶의 만족에 미치는 ‘의미추구’와 ‘의미발견’ 및 연령대의 상호작용 양상을 다른 관점에서 해석해 볼 여지도 있다. ‘의미발견’ 수준이 낮은 경우(X축의 -2SD) 10대와 20대는 ‘의미추구’의 수준에 따른 삶의 만족의 차이가 거의 없거나 적다. 반면, 40대의 경우 낮은 ‘의미발견’의 수준에서는 ‘의미추구’의 수준에 따른 삶의 만족의 차이가 크다. ‘의미발견’의 수준이 높은 경우(X축의 2SD)는 이와 반대의 양상이 나타난다. 즉, 10대와 20대는 ‘의미추구’의 수준 차이가 삶의 만족에 큰 효과를 가져 오지만, 40대는 ‘의미추구’의 수준 차이가 삶의 만족에 미치는 효과가 미미하다. 이는 10대와 20대는 ‘의미발견’이 높은 상태에서도 지속적인 ‘의미추구’를 함으로써 삶의 만족을 더 경험할 수 있는 반면, 40대의 경

우 낮은 '의미발견' 상태에서는 '의미추구'의 이득을 얻을 수 있다는 것을 의미한다. 즉, 중년기라 하더라도 실존적 위기 등으로 부터 발생하는 삶의 무의미나 정체감의 혼란 등의 낮은 '의미발견' 상태에서는 새로운 '의미추구'가 안녕감에 도움이 될 수 있다는 것을 보여주고 있다.

현재까지의 연구들은 주로 삶의 의미가 안녕감과 큰 관련이 있고 따라서 인간의 행복조건에 삶의 의미는 중요한 요소라는 결과를 제시해왔다. 그러나, 삶의 의미를 가진다는 것은 의미를 추구하는 것과 의미를 발견하는 것으로 나뉘질 수 있으며 이것이 각각 안녕감에 다르게 영향을 미친다는 것이 밝혀지고 있다. 또한 삶의 의미를 추구하거나 발견하는 것이 문화권에 따라 다르게 해석되어 지며 발달적 맥락에서도 서로 다른 기능을 할 수 있다는 점이 제기되어 왔다. 이러한 질문들은 이제까지 전반적으로 긍정적 의미로 해석해왔던 삶의 의미를 보다 구체적이고 정확하게 이해할 수 있게 하는 중요한 연구문제라고 할 수 있다. 이 연구는 삶의 의미의 요소 중 새롭게 조명되고 있는 '의미추구'가 안녕감에 어떠한 방식으로 기능하는가를 분석하고자 하였으며 연구결과 '의미추구'가 '의미발견'과는 달리 발달적 맥락에 따라 간접적인 방식으로 안녕감에 영향을 미칠 수 있다는 점을 보여주었다는 점에서 의의를 갖는다. 그러나 몇 가지 점에서 연구의 한계가 있었으며 후속 연구를 통해 추가적으로 밝혀져야 할 연구문제들이 있다.

첫째, 이 연구는 전체 인생주기 중 노년기를 포함하지 못하였다. 또한, 보다 철저한 이론적 근거를 바탕으로 인생 주기를 대표하는 표본 선발을 하지 못했으며 연령을 연속변인으로 측정하지 못함으로써 집단 간 연령의 분산 동질성에 대한 전체가 만족되지 못하여 표본의 양적인 면과 질적인 면에서 검증력을 확보하기에 미흡하다는 비판을 받을 수 있다. 둘째, 이 연구에서는 주관적 안녕감의 정서적 측면인 긍정정서와 부정정서를 포함하지 못하고 인지적 측면인 삶의 만족도만을 사용함으로써 삶의 의미가 안녕감에

미치는 효과에 대한 보다 온전한 결론을 내리는데 한계가 있었다. 이러한 점들은 후속 연구에 의해 보완되어야 할 점이다. '의미추구'가 안녕감에 미치는 간접적 효과와 관련하여 발달단계별로 '의미추구'의 질적 내용에 따라 그것이 안녕감에 미치는 효과가 달라질 수 있다. 즉, 자신과 환경을 통제하여 목표를 성취하고자 하는 '의미추구'와 세상의 이치와 흐름대로 자신을 맡기고 수용하는 방식의 '의미추구'는 발달적으로 안녕감에 다른 효과를 미칠 개연성이 있을 것이다(성승연, 박성현, 2008). '의미추구'와 '의미발견'이 안녕감에 영향을 미치는 방식과 관련하여 연령 뿐 아니라 성별이나 성격 유형 혹은 정신병리의 수준과 같은 또 다른 중재 변인에 대한 연구도 필요할 것이다. '의미추구'와 '의미발견' 간을 매개하는 변인들에 대한 추가적인 연구들 또한 삶의 의미 분야에서 중요한 연구 과제가 될 것이다.

참고문헌

- 김경미, 류승아, 최인철 (2011). 삶의 의미가 노년기 행복과 건강에 미치는 영향: 청년기와 노년기의 비교를 중심으로. 한국심리학회지: 일반, 30(2), 503-523.
- 김상희 (2015). 삶의 의미발견 과정에 관한 경로 모형 연구: 내재적 동기와 긍정적 통제감을 매개로. 서울불교대학원대학교 석사학위논문.
- 김완석, 김영진 (1997). 주관적 안녕 척도: 공동 생활 및 활동과의 연관. 한국심리학회지: 사회문제, 3(1), 61-81.
- 김택호, 김재환 (2004). 청소년의 탄력성 발달 과정에서 희망과 삶의 의미의 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(3), 465-490.
- 박아청, 이승국 (1999). 청소년의 자아정체감 발달에 영향을 미치는 생태학적 변인들의 구조분석. 한국교육심리학회: 교육심리연구, 13(4),

- 113-142
- 박아청 (2004). 청년기 자아정체감의 발달단계의 특성분석. *한국교육심리학회: 교육심리연구*, 18(1), 301-312.
- 박정묘, 심혜숙 (2009). 심리기능에 따른 자기효능감, 페르소나, 영성이 중년기 생의 의미에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 치료*, 21(1), 311-328.
- 박재순, 최의순 (1995). 중년 여성의 월경상태에 따른 건강증진생활양식. *여성건강간호학회지*, 1(2), 234-242.
- 성승연, 박성현 (2008). 한국한 Shapiro 통제척도 (K-SCI)의 타당화 연구. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(4), 111-132.
- 신희석 (2002). 생의 의미가 중년주부의 우울성향에 미치는 영향. *한국심리학회지: 여성*, 7(1), 29-45.
- 심미성 (2006). 스트레스 완충자원으로서 삶의 의미의 역할. *가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 안영미 (2003). 노인의 삶의 의미와 자아존중감 및 정신건강과의 관계 연구. *정신간호학회지* 12(4), 576-585
- 유성경, 박은선, 김수정, 조효진 (2014). 삶의 의미와 정신건강과의 관계에 대한 메타분석: 1997년-2013년 국내연구를 중심으로. *한국심리학회지: 일반*, 33(2), 441-465.
- 윤진 (1985). 산업장 근로자의 건강증진행위와 그 결정요인에 관한 조사연구. *이화여자대학교 석사학위 논문*.
- 이부영 (1998). 분석심리학- Jung의 인간심성론 개정증보판. 서울: 일조각.
- 이원희 (1992). 한국중년여성이 경험하는 갈등과 대응양상. *성인간호학회지*, 4(2), 136-146.
- 이현철, 최성보 (2012). 한국청소년들의 생활만족도 중단 분석: 2003년(중2)에서 2007년(고3)을 중심으로. *사회과학연구*, 51(2), 159-187.
- 원두리, 김교현, 권선중 (2005). 한국관 삶의 의미척도의 타당화 연구: 대학생을 대상으로. *한국심리학회지: 건강*, 10(2), 211-225.
- 정미영 (2013). 삶의 의미의 두 요인에 관한 연구: 의미추구와 의미발견의 기능과 효과. *한국기독교상담학회지*, 24(1), 153-180.
- 정영숙, 조설애 (2013). 삶의 의미 원천과 의미에 대한 노력이 대학생과 중년 성인의 행복에 미치는 영향(2013). *한국심리학회지*, 32(3), 507-531.
- 조하, 신희천 (2009). 생활사건 스트레스가 자살사고에 미치는 영향: 삶의 의미의 매개효과와 조절효과. *한국심리학회지: 상담및 심리치료*, 21(4), 1011-1026.
- 주경례, 안신호 (2005). 무엇이 삶을 살만한 가치가 있게 만들어 주는가? 삶의 의미 연구에 대한 개관. *심리과학연구*, 4, 1-24.
- 최명심 (2011). 삶의 의미수준과 자존감, 대인관계, 사회적지지 및 정신건강의 관계. *한국심리학회지: 건강*, 16(2), 363-377.
- 허지연, 손은정 (2008). 청년기와 중년기 집단에서의 삶의 의미와 심리적 안녕감 간의 관계: 자기효능감과 지각된 사회적 지지를 매개변인으로. *한국심리학회 연차학술발표대회 논문집*. 340-341
- 홍세희 (2007). *고급연구방법론 워크샵 시리즈 I*. 연세대학교 사회복지대학원.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well*. an Francisco: Jossey-Bass.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood. *American Psychologist* 55(5), 469-480
- Battisa, J., & Almond. R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry* 36(4), 409-427.
- Chamberlain, K., & Zika, S. (1988). Measuring meaning in life: An examination of three scales. *Personality and Individual Differences*, 9(3), 589-596.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concepts of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*,

- 20, 200-207
- Debats, D. L., Drost, J., & Hansen, P. (1995). Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach. *British Journal of Psychology*, 86(3), 359-374.
- 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., Smith, H., & Fujita, F. (1995). The personality structure of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(1), 130-141.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Epstein, S. (1985). The implication of cognitive-experiential self theory for research in social psychology and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 15(3), 283-310.
- Erikson, E. H. (1975). *Childhood and society* (6th ed.). Middlesex, England: Penguin books. (Original work published 1950).
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Frankl, V. E. (1992). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Boston, MA: Beacon Press. (original work published 1959).
- Fry, P. S. (1998). The development personal meaning and wisdom in adolescence: A reexamination of moderating and consolidating factors and influences. In P. T. P. Wong & P. S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical application*(pp. 91-110). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Goldsmith R. E., & Heiens, R. A. (1992). Subjective Age: A test of five hypotheses. *Gerontologist*, 32(3), 312-317.
- Gould, R. L. (1978). *Transformations: Growth and Development in Adult Life*. New York: Touchstone Books.
- Harlow, L. L., Newcomb, M. D., & Bentler, P. M. (1986). Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a motivational factor. *Journal of Clinical Psychology*, 42(1), 5-21.
- Heine, S. J., Proulx, T., & Vohs, K. D. (2006). The meaning maintenance model: On the coherence of social motivation. *Personality and Social Psychology Review*, 10(2), 88-110.
- Higgins, E. T. (2000). Social cognition: Learning about what matters in the social world. *European Journal of Social Psychology*, 30(1), 3-39.
- Jacques, E. (1965). "Death and the Midlife Crisis," in *Crisis, Work, Creativity, and Social Justice*, New York: International Universities Press.
- Jung, C. G. (1969). *The structure of the psyche. The collected works of C. G. Jung: Vol. 8*. Princeton University Press.
- King, L. A., Hicks, J. L., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1), 179-196.
- King, L. A., & Napa, C. K., (1998). What makes a life good? *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 156-165.
- Levinson, D. J., with Darrow, C. N., Klein, E. B., Levinson, M. H. & McKee, B. (1978). *The seasons of a man's life*. New York: Knopf.
- Maddi, S. R. (1967). The existential neurosis. *Journal of Abnormal Psychology*, 72(4), 311-325.
- Marcia, J. E. (1966). Development and Validation of Ego identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551-558.
- Reker, G. T. (2005). Meaning in life of young, middle-aged, and older adults: Factorial validity, age, and gender invariance of the Personal Meaning Index(PMI). *Personality and Individual Differences*, 38(1), 71-85.
- Reker, G. T., & Fry, P. S. (2003). Factor structure

- and invariance of personal meaning measures in cohorts of younger and older adults. *Personality and Individual Differences*, 35(5), 977-993
- Reker, G. T., & Peacock, E. J. (1981). The Life Attitude Profile(LAP): A multidimensional instrument for assessing attitudes toward life. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 13(3), 264-273.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations of the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Essex, M. J. (1992). The interpretation of life experience and well-being: the sample case of relocation. *Psychology and Aging*, 7(4), 507-517.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-28.
- Steger, M. F. & Frazier, P. (2005). Meaning in Life: One link in the chain from religion to well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 574-582.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Karler, M. (2006). The meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008a). Understanding the search for meaning in life: Personality, Cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199-228.
- Steger, M. F., Kawabata, Y., Shimai, S., & Otake, K. (2008b). The meaningful life in Japan and the United States: Levels and correlates of meaning in life. *Journal of Research in Personality*, 42(3), 660-678.
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging adulthood to older adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 4(1), 43-52.
- Wong, P. T. P. (2000). Meaning of life and meaning of death in successful aging. In A. Tomer (Ed.), *Death attitudes and the older adult* (pp. 23-35). New York, NY: Brunner/Mazel Publishers.
- Wong, P. T. P. (1998). Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile. In Wong, P. T. P & Fry, P. S.(Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (pp.111-140). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Yalom, I. D. (2007). 실존주의 심리치료 [Existential Psychotherapy]. (임경수 역). 서울: 학지사(원전은 1980에 출판).
- Zika, S., & Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 83(1), 133-145.
- Zullig, K. J., Valois, R. F., Huebner, E. S., Oeltmann, J. E., & Drane, J. W. (2001). Relationship between perceived life satisfaction and adolescents' substance abuse. *Journal of Adolescent Health*, 29(4), 279-288.

1 차원고접수 : 2016. 10. 07.

수정원고접수 : 2017. 01. 04.

최종게재결정 : 2017. 02. 16.

**The relationship study on age difference between the search for
meaning in life, the presence of meaning in life and satisfaction with life:
The relationship between meaning level in life and satisfaction with life and
the moderating effect of the search for meaning among 10's, 20's and 40's**

Sang Hee Kim

Sung Hyun Park

Seoul University of Buddhism

Meaning in life is an important influencing factor on mental health and well-being throughout the entire life of human. Recently, the psychological effects of the presence of meaning and the search for meaning in life, which are the construct of meaning in life, have been received an attention. This study investigated the relationship between the search for meaning in life, the presence of meaning in life, and satisfaction with life in the three age groups (teenagers, twenties and forties) to suggest differences at the developmental viewpoint. Moderating effects of the search for meaning between the presence of meaning and the satisfaction with life of the age groups were also analyzed. A total of 353 participants (168 males and 185 females) was investigated for this study. The age distribution was as follows: 121 teenagers, 133 twenties, and 99 forties. The results suggested that the search for meaning in life level of teenagers was higher than that of twenties and forties, and the presence of meaning in life of forties was higher than that of teenagers and twenties. Independent relationship between the search for meaning and satisfaction with life showed some positive in twenties, but no relevance in other age groups. The relationship between the presence of meaning and satisfaction with life in twenties and forties was more positive than teenagers. The more the search for meaning has, the more influence effects between the presence of meaning and satisfaction with life in teenagers and twenties, but the tendency was opposite in forties. The results were compared with the foreign study and discussed at the point of developmental view.

Keywords : meaning in life, the presence of meaning, the search for meaning, developmental viewpoint