

## 행복 변동성의 차이에 관한 연구: 대학생 종단 자료를 이용한 잠재계층성장 모형 접근\*

권 유 리<sup>1)</sup>

최 인 철<sup>2)</sup>

최 종 안<sup>3)†</sup>

<sup>1)</sup>서울대학교 심리학과

<sup>2)</sup>서울대학교 행복연구센터

<sup>3)</sup>강원대학교 심리학과

본 연구는 행복의 변동 여부와 변동 양상의 차이를 알아보기 위해 실시하였다. 기존의 연구들이 행복의 평균적 변화에만 주목하여 행복을 고정된 특질 혹은 유동적 상태로 이분하여 보았던 것과 달리, 본 연구는 행복 변동 양상에서의 개인차 가능성을 고려하여, 행복의 변동이 개인에 따라 상이한 형태로 나타나는지 조사하였다. 이를 위해 3년에 걸쳐 수집된 대학생 종단 자료(N = 219)를 활용하여 행복 변화에 대한 잠재계층성장모형 분석을 실시하였다. 분석 결과, 행복 변화 유형에 따라 하위-증가형, 유지형, 그리고 감소형의 세 하위 집단이 확인되었다. 추가 로지스틱 분석 결과, 일부 인구 통계학 변인과 성격 특질 변인들이 행복 변화 유형을 예측하는 것으로 나타났다. 본 연구 결과들의 시사점 및 한계점에 대해 논하였다.

주요어 : 행복, 안정성, 변동성, 개인차, 종단 연구, 잠재계층성장모형

\* 본 연구는 서울대학교 사회과학연구원 행복연구센터 연구·교육사업 및 운영기금의 지원을 받아 이루어진 것임.

† 교신저자: 최종안, 강원대학교 심리학과, (24341) 강원도 춘천시 강원대학길 1 / E-mail: jonganchoi@kangwon.ac.kr

“행복이 변할 수 있는가?”라는 질문에 대한 학자들의 답은 크게 다르다. 일부 학자들은 행복이 유전성을 갖는다는 점(Lykken & Tellegen, 1996), 그리고 행복의 설정점(set point)이 존재하여 일시적 변동도 결국은 다시 원래 수준으로 회귀한다는 점(Brickman, Coates, & Janoff-Bulman, 1978)을 근거로 행복의 안정성을 강하게 주장한다. 하지만 다른 학자들은 행복의 유전성(heritability)이 행복의 고정성 혹은 변화 가능성(variability or changeability)에 대한 근거가 될 수 없다는 점(Lewontin, Rose, & Kamin, 1984), 행복의 안정성을 입증한 연구들이 대부분 횡단 자료에 기초해 도출된 불충분한 결과라는 점(Blanchflower & Oswald, 2008), 그리고 행복의 불안정성을 보인 실증적 결과들이 다수 존재한다는 점(Ehrhardt, Saris, & Veenhoven, 2000; Fujita & Diener, 2005)을 들어 행복의 변동성을 주장한다. 행복의 안정성과 변동성에 관한 질문은 행복의 추구하고 행복의 원인에 대한 이해를 다루고 있는 긍정심리학 분야 학자들에게뿐 아니라 보다 높은 행복감을 추구하는 일반인들에게도 중요한 질문이라 할 수 있다. 본 연구는 해당 질문에 대해 변동 혹은 고정 이분법적 관점이 아닌 행복 변동 양상의 차이 관점에서 답을 찾으려 접근하였다. 구체적으로, 행복 변동 양상에 있어 개인 간 유의한 차이가 있는지, 행복 변동 양상에 집단차가 존재하는지, 그리고 행복 변동 양상 차이를 예측하는 변인은 무엇인지를 경험적으로 탐색하고자 했다.

#### 행복의 고정성 대 변동성

행복의 변화 가능성은 긍정 심리학의 가장 중요한 논쟁거리이자 연구 주제 중 하나이다(Diener, Lucas, & Scollon, 2006; Lucas, 2007; Sheldon & Lucas, 2014). 행복의 고정성을 지지하는 학자들은 행복이 성격 특질과 마찬가지로 높은 수준의 시간적 안정성을 가진다고 주장한 데 반해, 행복의 변동성을 지지하는 학자들은 상황

과 시간에 따라 행복 수준이 유의하게 변화될 수 있음을 주장한다. 먼저, 행복의 고정성을 지지하는 입장의 주장을 살펴보면, 이들은 타고난 유전적 특성이 행복 수준에 미치는 영향력을 강조한다(Røysamb, Nes, & Vittersø, 2014). 쌍생아를 대상으로 한 연구 결과들에서 어린 시절부터 서로 다른 가정에서 떨어져 자란 일란성 쌍생아들의 행복 수준 간에 상당한 상관이 확인되었는데, 이는 행복이 유전에 의해 많은 부분 결정됨을 보여주는 증거로 이해될 수 있다(Bartels, 2015; Lykken & Tellegen, 1996). 즉, 행복은 유전에 의해 상당 부분 결정되기 때문에, 쉽게 변동하기 어렵다고 보는 것이다. 또한, 행복의 고정성을 지지하는 또 다른 증거로 쾌락 적응(hedonic adaptation) 현상을 들 수 있다(Røysamb et al., 2014). 쾌락 적응이란 특정 자극의 정서적 효과가 시간에 따라 감소하는 경향을 말한다. 예를 들면, 로또에 당첨되어 일확천금을 얻은 사람들이 처음에는 높은 수준의 행복을 느끼지만 시간이 경과한 후에는 부유한 상태가 그들의 “새로운 일상(new normal)”으로 자리 잡아 어느새 부유함에 익숙해지고 행복감의 정도가 로또 당첨 전 수준으로 다시 회귀하게 된다는 것이다. 이러한 쾌락 적응 현상은 긍정적 사건뿐 아니라 부정적인 사건에도 적용될 수 있다. 척수 손상과 같은 치명적인 사건 후에도 사람들은 놀라울 정도의 적응력을 보이며 일정 시간이 지나면 원래 수준의 행복도를 경험하는 것으로 관찰되는데(Brickman et al., 1978), 이는 부정적 사건에 대해서도 사람들이 적응한다는 증거이다. 쾌락 적응의 원칙에 따르면, 개인이 주요한 사건을 겪어 행복 수준이 변화하더라도 일정 시간이 지나면 적응하여(Fredrick & Lowenstein, 1999) 이미 설정된 행복 수준으로 결국 되돌아가게 된다. 종합해보면, 행복의 고정성을 주장하는 학자들은 개인들의 행복 기저선은 유전적으로 결정되어 있고, 외부 사건들에 의한 변화는 일시적이며, 적응의 과정을 거쳐 결국 원래 기저선으로 회귀한다고 역설하고 있다.

반면, 행복의 변동성을 지지하는 입장에서는 행복의 고정성이 과장되어 있으며, 고정성의 근거로 알려진 연구 결과들이 행복의 변동성을 부정하는 증거는 아니라고 반박한다. 먼저, 행복의 변동성을 지지하는 입장에서는 행복의 높은 유전율이 행복의 고정성에 대한 근거가 될 수 없다고 지적했다. 높은 유전율을 바탕으로 행복의 고정성을 주장한 바 있는 Lykken(1999)이 스스로의 주장을 수정하면서 밝힌 바와 같이, 행복의 높은 유전율은 한 개인의 행복이 유전에 의해 결정된다는 것을 의미하지 않는다. 이는 유전율의 개념을 잘못 이해한 데서 기인한 오류이다. 행복의 높은 유전율은 개인들 간에 나타나는 행복도의 차이가 유전적 차이에 의해 상당 부분 설명될 수 있다는 것만을 뜻한다(Turkheimer, 2000). 다시 말해, 행복의 유전율이 34%라고 밝혀졌다면 이는 주어진 집단에서 산출된 행복 점수 개인차 변산의 34%가 유전적 차이에 의해 설명된다는 뜻이지, 한 개인의 행복 중 34%가 유전에 의해 결정되었다는 의미가 아니라는 것이다. 따라서, 행복에 대한 유전율이 높다고 하여 개인의 행복 수준이 유전에 의해서 결정된다거나 특정 수준에 고정된다고 단정지을 수 없는 것이다(Lewontin et al., 1984). 또한, 쾌락의 챗바퀴 현상이 처음 제안된 것만큼 극적으로 나타나지 않는다는 반론이 있다. 쾌락 적응의 가장 직접적인 증거로 거론되는 Brickman et al.(1978)의 결과를 자세히 들여다보면, 척수 손상 환자들이 “기대했던 것보다” 불행하지 않다고 보고하였다. 여기서 기대보다 불행하지 않았다는 말은, 문자 그대로 연구자들이 주관적으로 예상했던 수준에 비해 척수 손상 환자들의 행복도가 그다지 나쁘지 않다는 뜻이었지, 통계적 검증에 따라 통계 집단과 비교해 도출된 결과가 아니었다. 사실상이 데이터에서 척수 손상 환자들의 행복도는 통계 집단의 행복도보다 통계적으로 유의하게 낮았다. Brickman et al.(1978)이 강조한 바와는 다르게 척수 손상 환자들의 행복도는 현저하게 낮았던 것이다. 이와 같은 차이는 후속 연구들을 통해

서도 일관적으로 지지되었다(Dijkers, 1997). 이상의 증거들은 척수 손상과 같은 주요한 사건이 개인의 행복 수준에 안정적 변화를 가져올 수 있음을 보여준다.

행복의 고정성과 변동성에 대한 논의는 여전히 진행 중이지만, 최근의 연구 결과들을 종합적으로 고려해보면 행복을 성격처럼 고정된 특질로만 보기는 어렵다는 결론에 도달하게 된다. 같은 맥락에서 많은 실증적 결과들이 행복의 변화 가능성을 제시하고 있다. Fujita와 Diener(2005)가 17년 동안 수집된 패널 데이터를 이용하여 모든 시점 간 상관을 구했을 때, 행복의 상관계수 평균은 .420로 함께 조사된 소득의 상관계수 평균(.471), 체질량 지수의 상관계수 평균(.785), 그리고 체중의 상관계수 평균(.845)에 비해 작은 값을 보였다. 특히 소득의 상관계수보다도 낮았다는 점은 행복 경험이 외부 환경이나 개인의 노력에 의해 변동될 수 있는 여지가 있음을 보여준다. 더 나아가 행복이 성격 특질보다 덜 안정적이라는 것도 확인되었는데(Roberts & Del Vecchio, 2000), 이는 행복이 환경 요인에 의해 성격보다 더 큰 영향을 받을 수 있음을 시사한다. 최근의 행복 개입(happiness intervention) 연구 결과들 역시 행복의 변화 가능성을 보여준다. 만약 행복이 성격만큼이나 안정적 특성을 지닌다면 일상의 노력들을 통해 유의한 변화를 기대하기 어려웠을 것이다(Fujita & Diener, 2005). 하지만 일련의 행복 개입 연구 결과들을 통해서, 행복은 개인의 의도적 활동을 통해 긍정적으로 변화될 수 있으며 쾌락 적응 역시 어느 정도 예방할 수 있음이 밝혀졌다(Armenta, Bao, Lyubomirsky, & Sheldon, 2014; Lucas, 2007; Wilson & Gilbert, 2008). 특히나 행복 개입의 효과는 일시적이지 않았고, 개입이 끝난 후에도 개입의 긍정적 효과가 지속적으로 관찰되었다(Bolier, Haverman, Westerhof, Riper, Smit, & Bohlmeijer, 2013; Sheldon & Lyubomirsky, 2006). 마지막으로, 행복의 국가 간 차이 또한 행복의 변화 가능성을 입증한다. 행복에 국가 간 차이가 있다는

것은 이미 잘 확인된 사실이다(Diener, Tay, & Oishi, 2013). 여기서 국가 간 차이를 사회적 환경의 영향을 배제한 채 성격 특질만으로 설명하는 것은 설득력을 갖지 못할 것이다(Diener, Lucas, & Oishi, 2018). 이민자를 대상으로 한 연구 결과 또한 행복의 고정성 주장에 대한 반례로 들 수 있다(Helliwell, Bonikowska, & Shiplett, 2016). 해당 연구에 따르면, 캐나다에 이민 온 사람들은 자신의 출신국의 행복 수준과 크게 상관없이 캐나다 거주민의 행복 수준과 유사해지는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 행복의 속성이 고정적이고 안정적이라고만 할 수 없을 뿐더러, 객관적 환경요인에 의해 변화할 수 있음을 시사한다.

#### 행복 변동 양상의 차이

행복이 완전하게 고정적이나, 절대적으로 유동적이냐는 이분법적인 질문은 이제 더 이상 생산적인 질문이 될 수 없다. 그보다는, 행복의 변동성에 있어서 그동안 주목 받지 못했던 행복 변동 양상의 차이를 연구하는 것이 보다 유익한 대안이 될 수 있다. 예컨대, 결혼이 개인의 행복에 미치는 영향의 방향이나 정도는 사람마다 다를 것이다. 누군가에는 결혼이 행복에 득이 되는 사건이 될 수 있는 반면, 또 다른 누군가에는 결혼이 행복에 해가 되는 사건이 될 수 있는 것이다. 아니면 결혼으로부터 전혀 영향을 받지 않는 사람도 있을 것이다. 결혼이 행복에 미치는 영향의 차이를 고려하지 않고 결혼과 행복의 관계를 평균적으로만 조사한다면, 결과적으로 각 개인의 상이한 방향성이 상쇄되어 결혼 전후 행복감의 변동이 없는 것처럼 보일 수도 있는 것이다. 실제로, 최근 쾌락 적응 연구들을 통해 개인에 따라 주요한 사건에 적응하는 정도에 차이가 있음이 밝혀졌다(Cummins, 2014; Diener et al., 2006). 만일 환경에 대한 적응이 자동적이고 불가피하게 모두에게 적용되는 것이라면, 생애 주요한 사건을 경험한 사람들의 행복 변동 크기

와 방향을 중단적으로 검증했을 때, 모든 개인들이 중립점(neutral set point) 혹은 각 개인의 고유한 기저선(baseline)의 행복 수준으로 되돌아와야 할 것이다. 하지만, 사건 경험 후 행복도의 변화 양상에 상당한 개인차가 있는 것으로 확인되었다(Lucas, Clark, Georgellis, & Diener, 2003). 사건에 대한 긍정적 반응을 강하게 보인 사람들은 사건을 경험한 이후 수년이 흘러서도 초기에 측정된 기저선보다 여전히 훨씬 높은 수준의 행복감을 보고하는 것으로 관찰되었다. 특히, Lucas와 동료 연구자들은 동일한 사건을 경험할지라도 개인에 따라 행복의 변화가 상향 혹은 하향의 형태로 상이하게 나타날 수 있으며, 이러한 개인차를 고려하지 않은채 단순히 집단의 변화를 평균하면 사건이 개인의 행복에 미치는 영향을 상쇄시켜 행복이 고정된 것처럼 보일 수 있다고 지적하였다. 이에 따라 최근의 연구들은 행복의 고정된 설정점을 가정하기 보다는, 개인차에 의해 행복도가 변하고 기저선 역시 완전하게 고정되어 있지 않다는 “유연한 설정점(soft set point)”이나 “다중 설정점(multiple set points)”을 제안하였다(Diener, Lucas, & Scollon, 2009; Fujita & Diener, 2005).

#### 행복 평균과 변동 차이에 대한 예측 변인

개인 간 행복 수준의 차이를 설명하는 변인을 밝히는 연구들이 활발하게 진행되어 온 것과 달리, 행복 변동성의 차이를 설명할 수 있는 변인들에 대한 연구는 아직 미흡한 실정이다. 지금까지의 행복 변동성 연구들은 앞서 살펴본 것처럼 결혼, 이혼, 실직과 같은 생의 사건의 효과가 행복의 변동에 미치는 영향을 보는 데 주로 초점이 맞춰져 있었다. 하지만 외부 사건뿐 아니라 개인의 심리적 특성도 행복 변동성과 관련을 맺고 있을 수 있다. 특히 성격은 행복의 평균 수준뿐 아니라 변동성의 개인차에 대한 유의한 예측 변인일 수 있다. 먼저, 성격 특질은 직업적 성취, 이혼, 소득 수준, 그리고 신체적 건

강과 사망 위험을 예측할 수 있는데, 이러한 생의 사건들을 매개로 하여 성격이 행복의 변동성에 간접적으로 영향을 미칠 가능성이 있다 (Hampson, 2012; Ozer & Benet-Martinez, 2006; Robert, Kuncel, Shiner, Caspi, & Goldberg, 2007). 또한, 성격은 개인들의 행복 변동성 자체와 직접적 관련을 맺고 있을 수 있다. Mroczek과 Kolarz(1998)는 정서 경험의 연령 차이가 성격에 따라 다른지를 횡단적으로 분석한 바 있다. 분석 결과, 외향성이 강한 남성의 경우 연령에 상관없이 높은 긍정 정서를 보인 반면, 내향성이 강한 남성의 경우 연령에 따라 긍정 정서 수준이 변화했다. 다시 말해서 연령의 증가가 남성의 긍정 정서 경험을 달리하는 데 내향성이 영향을 주는 것으로 나타났다. Charles, Reynolds, 그리고 Gatz(2001)는 종단적으로 연구를 진행하여 긍정 정서와 부정 정서의 개인 내 변화 궤적(intra-individual trajectories)을 성장 모형(growth model)을 통해 확인했다. 긍정 정서는 청년기와 중년기에 안정적이었다가 장년기에 감소하는 경향이 있는데, 이 때 높은 외향성은 긍정 정서의 낮은 변화와 관련 있었다. 부정 정서의 경우에는 모든 연령 코호트에서 전반적으로 감소하는 추세를 보였는데, 이 때 높은 신경성은 부정 정서의 감소를 줄이는 것으로 나타났다. 성격에 따른 정서 경험 변동성의 차이는 이후 Griffin, Mroczek, 그리고 Spiro(2006)에 의해서도 관찰되었다. 장년층과 노년층을 대상으로 한 종단연구에서 부정 정서는 연령의 증가에 따라 감소되었고 그 감속 폭은 신경성 수준에 따라 조절되는 것으로 나타났다. 외향성 경우에는 성격이 긍정 정서의 기저 수준에만 영향을 주고 변화율과는 유의한 관계가 없는 것으로 확인되었다.

지금까지의 연구 결과들을 바탕으로 예상컨대, 성격은 행복의 기저 수준뿐 아니라 행복의 변화 정도와 유의한 관계를 가질 것으로 기대된다. 즉 성격 특질은 개인 간에 나타는 행복의 초기치의 차이를 설명할 수 있을 뿐 아니라, 일정 기간 동안 개인 간에 발생할 수 있는 행복

변화 정도도 예측할 가능성이 있다. 그러나 성격 외의 다른 심리적 변인들, 인구통계학적 변인들, 기타 맥락적 변인들 중 어떤 요인들이 행복 변동성의 개인차에 기여하는지에 대해서는 많이 알려진 바가 없다. 기존 연구들에서 개인의 행복과 개인의 나이, 성별, 교육, 직업 등과 같은 인구통계학적 특성들 사이에는 큰 관계가 없다고 밝혀졌다(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999; Myers & Diener, 1995). 하지만 이와 같은 행복과 인구통계학적 특성의 관계는 단일 시점의 행복에 한해서 나타나는 것일 수 있다. 단일 시점의 행복이 아닌, 다중 시점에서 변화하는 행복과의 관계에 있어서는 인구통계학적 특성과 맥락적 변인들이 다른 양상으로 작용할 가능성이 있다. 따라서, 인구통계학적 변인들이 행복의 변화와 어떠한 관계를 갖는지 또한 탐색해 볼 필요가 있다.

#### 본 연구의 목적

본 연구는 대학생을 대상으로 3년 간 연속적으로 수집된 종단자료를 활용하여 행복의 변동성 여부, 행복 변동성의 차이 여부, 행복 변동성에 따른 집단 구분, 그리고 행복 변동의 개인차 예측 변인을 탐색하는 것을 목적으로 했다. 국내에서도 행복의 변화에 대해서 전반적인 변화 정도를 검증하거나(구재선, 2009), 변화의 개인차를 특정 연령층을 대상으로 확인하려는 시도(김소영 & 윤기봉, 2016; 박순미, 손지아, & 배성우, 2009; 정윤화, 봉초운, & 홍세희, 2018)가 있었다. 하지만 앞선 연구들은 분석 과정에서 행복 변화의 차이를 체계적으로 조사하지 못하거나, 기존 패널 자료를 이차적으로 활용하여 주요 변인들을 제대로 측정하지 못한 한계점을 가졌다. 이에 본 연구는 행복의 변동과 그 개인차를 체계적으로 탐색하려 했다. 이전의 연구들이 행복 연구 이외의 목적으로 수집된 패널 자료를 재활용한 것과 달리 본 연구는 대학생들의 행복과 그 예측 변인을 밝히기 위해 애초부터 계획된

중단 자료를 활용하였다. 때문에 행복의 다양한 측면을 정교하게 측정된 자료를 이용하여 행복의 변동성 여부와 행복 변동의 개인차 가능성을 검증할 수 있었다. 또한 수집된 성격 특질과 인구통계학 변인 자료를 활용하여 행복 변동의 개인차를 설명할 수 있는 변인을 탐색하는 작업도 수행하였다.

본 연구는 행복의 변동성 검증을 위해 기존 연구들에서 주로 이용되었던 잠재성장모형(latent growth model) 대신, 잠재계층성장모형(latent class growth model)을 사용하였다. 잠재성장모형은 행복의 평균적인 변화 양상과 변화 양상의 개인차 가능성을 확인하는 데 적합하다. 하지만 잠재성장모형은 종단적 변화양상에 대한 하나의 동질적 모집단을 가정하기 때문에, 이 모형은 모집단 내 이질적 성장궤적을 지니는 하위집단의 존재를 추적하는 데 적합하지 않다. 행복 변화가 양적 수준의 차이라면 잠재성장모형을 통해서도 그 개인차를 파악할 수 있지만, 만약 행복 변화가 질적 수준의 차이, 즉 행복 변화 양상에서 집단차가 존재한다면, 잠재성장모형으로 집단에 따른 이질적 변동 궤적을 파악하기가 어려울 것이다. 따라서 본 연구에서는 행복 변화의 양적, 질적 차이를 모두 탐색할 수 있도록 잠재계층성장모형을 활용하기로 하였다. 잠재계층성장모형은 잠재성장모형과 마찬가지로 변화 여부와 변화 양상의 개인차 여부를 확인할 수 있을 뿐 아니라, 그에 더해 이질적 하위 집단을 가정하고 변화 양상에 따라 다수의 하위 집단 유형을 추정할 수 있다. 본 연구에서는 잠재계층성장모형을 이용하여 3년 동안 대학생 행복 수준에 변화가 존재하는지, 행복 변화 양상에 차이가 있는지, 그리고 행복 변화 양상에 따라 하위 집단을 구분할 수 있는지 탐색하였다. 이와 더불어, 잠재계층성장모형을 통해 얻어진 집단 간의 구분을 예측할 수 있는 성격적, 인구통계학적 변인을 조사하였다.

본 연구는 대학생을 대상으로 행복 변동을 조사하였다. 연구 대상을 대학생에 한정함에 따

라 본 연구에서 얻은 결과를 다른 연령대 집단에 일반화하는 데 제약이 있는 것이 사실이다. 하지만, 대학생 집단이 유사한 환경과 사회적 사건을 경험한다는 측면에서 비교적 동질성을 갖고, 이러한 동질성을 갖는 표본을 대상으로 삼는 것이 행복의 변동성과 그 양상을 체계적으로 조사하는 데 적절할 수 있다고 보았다. 또한, 최근의 조사에 따르면 한국의 초기 청년기 성인들의 행복이 여타 연령대에 비해 매우 낮은 것으로 확인되었는데(최인철 등, 2018), 본 연구에서 20대 초, 중반 대학생들의 행복 변동과 그 양상을 파악하는 것이 초기 청년기 성인들의 행복을 이해하는 데 도움이 될 것으로 보았다.

앞서 언급된 것처럼, 행복 변동에 관해서는 행복 수준이 유지되는 경우를 비롯해, 양적 수준이 변화하는 경우, 그리고 질적 수준이 변화하는 경우까지 여러 가능성이 열려 있기 때문에, 본 연구는 행복의 변화 여부, 행복 변화에서의 개인차 혹은 집단차, 그리고 행복 변화 차이를 예측하는 변인에 대해 사전에 구체적인 가설을 세우기보다는 탐색적 입장에서 접근하였다. 다만, 변동이 존재한다면 그 양상이 한가지로 수렴되지 않고 Lucas et al.(2003)의 주장처럼 변동 양상에서 차이가 나타날 가능성이 크다고 기대하였다. 특히, 행복 변화 양상에서 집단차가 존재하여 잠재계층성장모형으로 분석하면, 상이한 변화 양상을 가진 최소 두 개 이상 하위 집단이 추정될 것으로 예상하였다. 또한 성격 특질들은 행복의 기저 수준 혹은 초기치를 예측할 뿐 아니라 행복의 변화 양상을 설명할 것으로 기대하였다. 그 외에도 대학생들의 특징을 감안하여 다른 맥락적 변인들의 역할도 탐색하고자 하였다.

## 방 법

### 연구 참가자

서울 시내 소재 대학교 재학생을 대상으로 3년 동안 1년 단위로 실시한 종단연구의 자료를 사용했다. 한 대학교에서 심리학 관련 수업 수강생들을 대상으로 종단 연구 참가자를 모집하였다. 세 시점 모두 연구에 참여하고 측정된 모든 척도에 결측치가 없는 경우만 분석에 포함시켰다. 최종 분석에는 219명의 자료가 사용되었다<sup>1)</sup>. 연구 참가자의 나이는 1차 시점을 기준으로  $M = 20.73$ ,  $SD = 2.17$ 이고, 1학년 혹은 2학년 재학생이 163명(74.4%)으로 학년 분포의 다수를 차지하였다. 성비는 여성이 133명(60.70%), 남성이 86명(39.3%)이었다. 연구 참여자들의 전공은 인문사회계열이 104명(47.50%), 이공계열이 97명(44.30%), 예체능계열이 18명(8.20%)이었다.

### 측정도구

#### 행복감

본 연구에서는 행복의 다면적 특성을 포괄할 수 있도록 다양한 행복감 측정도구를 포함시켰다(Compton, Smith, Cornish, & Qualls, 1996; Huta & Ryan, 2010; Keyes, Shmorkin, & Ryff, 2002; McGregor & Little, 1998; Schueller & Seligman, 2010). 행복의 쾌락적 관점(hedonic perspective)을 측정할 수 있는 삶의 만족도, 긍정 및 부정 정서 그리고 주관적 행복 척도뿐 아니라 행복의 유데모닉 관점(eudaimonic perspective)을 측정할 수 있는 심리적 안녕감 척도와 다양한 영역에서의 삶의 질을 평가하는 삶의 질 척도가 함께 사용되었다. 행복감 점수는 위의 각 척도 점수들을 0~1 사이의 값을 갖도록 변환한 다음, 삶의 만족, 긍정 정서, 주관적 행복, 심리적 안녕감, 삶의 질 점수들의 합에서 부정 정서 점수를 차감하여 산출하였다. 행복감 종합 점수의 1~3차

내적합치도(Cronbach's alpha)는 각각 .78, .83, .85였다.

**삶의 만족.** 삶의 만족 척도는 개인의 삶에 대한 일반적인 만족을 평가하는 척도로 다섯 개 문항으로 구성되어 있다(satisfaction with life scale; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). 조명찬과 차경호(1998)가 번안한 한국어판을 일부 수정하여 사용했다. 예를 들어 “전반적으로 나의 삶은 내가 생각하는 이상적인 삶에 가깝다”, “나의 삶의 조건은 매우 훌륭하다”와 같은 문항이 포함되어 있다. 스스로 삶에 대해 생각하는 것과 일치하는 정도를 7점 Likert 방식(1 = “전혀 그렇지 않다”, 7 = “매우 많이 그렇다”)으로 측정했다. 1~3차에 걸친 척도의 내적합치도는 각각 .82, .82, .83이었다.

**긍정 및 부정 정서.** Watson, Clark, 그리고 Tellegen(1988)이 개발하고 이현희, 김은정과 이민규(2003)가 번안한 긍정 정서 및 부정 정서 척도(positive affect and negative affect schedule)를 사용했다. 열 개의 긍정 정서(예, “흥미진진한”, “신나는”, “감명받은”)와 열 개의 부정 정서(예, “짜증난”, “괴로운”, “화난”)를 최근 1개월 동안 얼마나 경험했는지를 5점 Likert식 척도(1 = “전혀 그렇지 않다”, 5 = “매우 많이 그렇다”)로 측정했다. 각 차수별 내적합치도는 긍정 정서에 대해서 1차 .82, 2차 .86, 3차 .88이었고, 부정 정서에 대해서 1차 .87, 2차 .86, 3차 .87이었다.

**주관적 행복.** 주관적 행복 척도(subjective happiness scale; Lyubomirsky & Lepper, 1999)는 다음의 예시를 포함한 네 개 문항으로 구성되어 있다: “일반적으로 나는 내가 매우(1 = “행복한 사람이 아니다”; 7 = “행복한 사람이다”)라고 생각한다”, “다른 친구들과 비교해봤을 때, 나는 다른 사람들에 비해(1 = “덜 행복하다”; 7 = “더 행복하다”).” 직접 한국어로 번안하여 사용했다. 모두 7점 Likert 척도로 보고하도록 했다.

1) 1차 시점 참여자는 513명, 2차 시점 참여자는 400명, 3차 시점 참여자는 291명이었다.

주관적 행복의 내적합치도는 1차 .86, 2차 .84, 3차 .87로 나타났다.

**심리적 안녕감.** 행복을 자아 실현이나 잠재력을 충분히 발휘하는 상태로 정의하는 입장을 유데모니아(eudaimonia)라고 한다. 유데모닉 관점의 행복을 측정하기 위한 도구로 심리적 안녕감 척도(psychological well-being scale; Ryff & Keyes, 1995)를 사용했다. 이 척도는 다음과 같은 여섯 개의 하위 요인으로 구성되었다: 긍정적 관계(예, “나는 친밀한 인간관계를 유지하는 것이 어렵고 힘들다”), 자기 수용(예, “내 성격의 대부분이 마음에 든다”), 자율성(예, “나는 다른 사람들이 중요하다고 생각하는 기준이 아니라 내가 중요하다고 생각하는 가치 기준에 의해 나를 평가한다”), 개인의 성장(예, “나의 삶은 끊임없이 배우고, 변화하며, 성장하는 과정을 겪고 있다”), 환경에 대한 통제(예, “나는 하루하루 나에게 주어진 책임들을 잘 해내고 있다”), 삶의 목적(예, “인생을 목적 없이 사는 사람들도 있지만, 나는 그런 사람이 아니다”). 자신의 삶에 대해 가지고 있는 생각과 일치하는 정도를 5점 Likert 식 척도(1 = “전혀 아니다”; 5 = “매우 그렇다”)로 평정하도록 했다. 단, 1차에 사용된 문항을 일부 보완하여 1차 나머지 일부 샘플과 2차와 3차에서 사용했다. 1차 시점에서 87명에게는 김명소, 김혜원, 그리고 차경호(2001)가 번안한 46개 문항을 사용했다. 1차 시점 나머지 132명에게는 Midlife in the United States II(Springer, Pudrovska, & Hauser, 2011)의 18개 문항을 직접 한국어로 번안하여 사용했다. 18개 문항의 심리적 안녕감 척도를 2차와 3차 시점에서 동일하게 사용했다. 내적합치도는 각각 1차 .61~.73, 2차 .79, 3차 .82로 나타났다.

**삶의 질.** 신체건강 상태, 심리적 상태, 사회적 상호작용, 경제적 상태, 직업적 상태 등 삶의 다양한 영역에서의 주관적으로 지각하는 만족도를 측정하기 위해 삶의 질 척도(happy quality of

life; 국승희 & 손정락, 2003)를 사용했다. 이 척도에는 “나의 경제적인 능력에 만족한다”, “마음이 편하다”, “나의 신체 건강 상태는 양호하다”, “나는 집, 학교, 혹은 직장에서 나의 역할에 만족한다”, “일상 활동에 흥미가 없다(역문항)”와 같은 25개 문항들이 포함되어 있다. 자신을 얼마나 잘 묘사하는지를 5점 Likert 방식(1 = “전혀 그렇지 않다”; 5 = “매우 그렇다”)으로 평정하도록 했다. 내적합치도는 1차 .90, 2차 .86, 3차 .91이었다.

1차 시점에서는 삶의 만족, 긍정 및 부정 정서, 심리적 안녕감, 삶의 질, 주관적 행복 순서로 제시되었다. 2차와 3차 시점에서는 삶의 질 척도가 주관적 행복 다음에 위치한 것을 제외하고는 1차 시점과 문항 순서가 동일하였다.

### 성격

행복감 변동 유형에 대한 개인차 요인으로 1차 시점에 측정된 10항목 성격 검사(ten-item personality inventory; Gosling, Rentfrow, & Swann, 2003) 점수를 사용했다. 이 척도는 Big 5 성격 요인인 외향성, 우호성, 성실성, 정서적 안정성, 그리고 경험에 대한 개방성의 5요인을 각 2문항씩 총 10문항으로 측정한다. 직접 한국어로 번안하여 사용했다. “외향적이고 열정적이다”, “동정심이 많고 따뜻하다”, “믿음직하고 자제력이 있다”, “걱정이 많고 화를 잘 낸다(역문항)”, “새로운 경험에 대해 열려있고, 다양한 면을 가지고 있다”와 같은 문항들로 구성되어 있다. 7점 Likert 방식(1 = “전혀 그렇지 않는다”; 7 = “전적으로 일치한다”)으로 보고하도록 했다.

### 절차 및 분석 방법

학부 재학생들을 대상으로 연구 참가자를 모집해 2010년에 1차 조사를 실시했다. 이후 1년 단위로 2011년과 2012년에 2차와 3차 조사를 진행했다. 연구 참가자들은 3~8명 단위로 정해진 시간과 장소에서 지필로 설문조사에 참여했다.



연구 참여에 대한 사례로 차수마다 30,000원이 지급됐다.

분석 도구로 SPSS와 Mplus를 사용했다. 기술 통계량과 상관분석, 로지스틱 회귀분석에는 SPSS를, 행복감 변화 양상의 잠재집단을 분류하는데 Mplus를 활용했다.

## 결 과

### 기술통계량 및 상관분석

1~3차 행복감 및 성격 변인들의 기술통계량과 상관관계가 표 1에 제시되어 있다. 시점 간 행복감의 상관은 .55~.66의 정적 관계로 확인되었다. 이는 Lucas, Diener, 그리고 Suh(1996)가 3년 간격으로 측정한 주관적 안녕감(subjective well-being) 하위 점수들의 시점 간 상관 값이 .56~.68이었던 것과 유사한 수준이다. 행복감과 성격 요인 간 상관 역시 기존 연구 결과와 일치하는 결과가 나타났다. 성격 특질 중 외향성과 정서적 안정성의 요인이 주관적 안녕감과 가장 분명한 상관을 갖는다고 알려져 있는데(Diener,

Oishi, & Lucas, 2003), 본 연구의 상관분석 결과에서도 행복감과 외향성 간에 .34~.43의 정적 상관이, 행복감과 정서적 안정성 간에 .36~.44의 정적 상관이 관찰되었다. 행복감 측정 시점에 따른 상관 크기를 보면 성격과 동일한 시점에서 측정된 경우(1차 측정)의 상관이 상대적으로 더 강하게 나타났다. 성실성 또한 행복감과 통계적으로 유의한 상관을 갖는 것으로 나타났다. 즉 행복감과 성실성 간에는 .20~.33의 정적 상관이 관찰됐는데, 이는 DeNeve와 Cooper(1998)에서 성실성이 주관적 안녕감과 약 .20의 상관을 갖는다는 것을 지지해주는 결과이다. 이외에 행복감과 개방성 간에 .19~.23의 정적 상관이 관찰되었으며, 행복감과 우호성 간에는 통계적으로 유의한 상관이 없는 것으로 나타났다.

인구통계학적 특성에 따라 각 시점의 행복감에 차이가 있는지 분석했다. 각 시점의 행복감은 성별에 따라 다르지 않았고(all  $|t|$ s(217)  $\leq$  0.61, *ns*), 전공에 따라서도 차이하지 않았다(all  $F$ s(2, 216)  $\leq$  0.58, *ns*). 나이의 경우, 1차 시점 행복감과의 부적 상관이 통계적으로 유의하였고( $r(219) = -0.23, p < .001$ ), 다른 시점 행복감과의 상관은 통계적으로 유의하지 않았다(all  $|r|$

표 1. 행복감(1~3차) 및 성격 변인들의 상관과 각 변인들의 기술통계량

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 행복감 (1차)	—							
2. 행복감 (2차)	.57***	—						
3. 행복감 (3차)	.55***	.66***	—					
4. 성격: 외향성	.43***	.34***	.34***	—				
5. 성격: 우호성	-.03	-.08	.02	-.07	—			
6. 성격: 성실성	.20**	.33***	.25***	-.01	-.16*	—		
7. 성격: 정서적 안정성	.44***	.40***	.36***	.12	.07	.39***	—	
8. 성격: 개방성	.19**	.23***	.19**	.34***	-.05	.09	.18**	—
평균	2.77	2.68	2.71	4.63	4.56	4.62	4.40	4.68
표준편차	.70	.72	.77	1.43	1.05	1.25	1.18	1.08

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

$s \leq .03, ns$ .

행복감 변화에 따른 잠재집단 분류

본 연구의 핵심적인 관심사는 행복 변동이 존재하는지, 행복 변동 양상에 유의한 차이가 있는지, 그리고 행복 변동 양상에 따른 하위 집단 구분이 가능한지를 알아보는 것이었다. 이를 위해, 대학생들을 대상으로 3년 동안 종단적으로 수집된 자료를 활용하여 잠재계층성장모형 분석을 실시하였다. 잠재집단의 수를 한 개에서부터 다섯 개까지 각각 달리하여, 총 다섯 개의 모형을 구성하여 데이터를 가장 적절하게 설명할 수 있는 최적의 모형을 찾았다. 최적 모형은 다양한 적합도 수치의 결과에 따라 선택되었다(표 2). 먼저, 값이 낮을수록 더 적합한 모델임을 나타내는 Akaike Information Criterion(AIC), Bayesian Information Criterion(BIC), 그리고 Sample Size Adjusted Bayesian Information Criterion(SSABIC; Sclove, 1987) 값은 집단 수가 세 개일 때 가장 낮았다. 1에 가까운 값을 가질수록 분류의 정확

도가 높음을 나타내는 Entropy는 집단 수가 네 개일 때 가장 높았고, 세 개일 때 두 번째로 높았다. 이어서 Lo-Mendell-Rubin adjusted LRT test(LMR-LRT; Lo, Mendell, & Rubin, 2001)와 Bootstrap Likelihood Ratio Test(BLRT; Peel & McLachlan, 2000)를 통해 k개 잠재집단 모형과 (k-1)개 잠재집단 모형을 비교하여(k-1)개 잠재집단 모형의 기각여부를 확인했다. 잠재집단 두 개와 세 개에서 LMR-LRT와 BLRT가 통계적으로 유의하게 나타났다. 그에 반해 잠재집단 네 개와 다섯 개 간에는 LMR-LRT와 BLRT 값에서 통계적으로 유의한 차이가 관찰되지 않았다. 주요한 적합도 지수 결과를 종합적으로 고려한 결과 세 개 집단 모형이 상대적으로 더 적합한 모형을 알 수 있었다.

잠재계층성장모형 분석 결과, 행복감 변화에 유의한 차이가 확인되었다. 다시 말해, 행복감의 변화가 모두에게 동일한 양상으로 나타난 것이 아니라 개인에 따라 행복 변화에 차이가 있었고, 행복의 변화 양상이 구분되는 이질적 집단이 관찰되었다. 즉 행복감의 변화 유형에 따라

표 2. 집단 수에 따른 잠재집단 모형 적합도

	집단 수			
	2	3	4	5
AIC	1226.40	1216.09	1218.36	1220.74
BIC	1263.68	1263.53	1275.97	1288.52
SSABIC	1228.82	1219.17	1222.10	1225.14
Entropy	.76	.78	.81	.75
Adjusted LMR-LRT	17.26***	15.36*	3.51	3.41
BLRT	18.33***	16.31*	3.73	3.62
<i>n</i> (%)	1 = 33(15.07)	1 = 31(14.15)	1 = 32(14.61)	1 = 8(3.65)
	2 = 186(84.93)	2 = 175(79.91)	2 = 170(77.63)	2 = 27(12.33)
		3 = 13(5.94)	3 = 2(0.91)	3 = 7(3.20)
			4 = 15(6.85)	4 = 97(44.29)
				5 = 80(36.53)

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

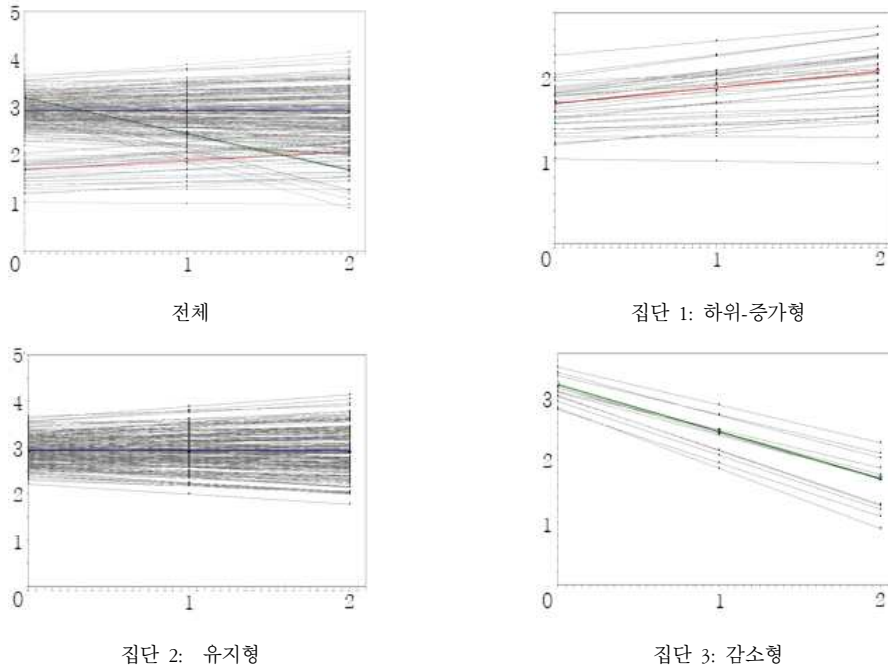


그림 1. 잠재 계층별 평균 추정치와 개별 변화 궤적

참여자 표본이 세 하위 집단 유형으로 분류되었다. 각 하위 유형은 상이한 초기치와 변화율을 보였다. 각 유형의 초기치와 변화율을 나타내면 그림 1과 같았다. 첫 번째 유형은 하위-증가형으로 1차 시점 행복감이 낮았다가 이후 두 시점에 걸쳐 증가하는 추세를 보였다. 하위-증가형의 초기치는  $1.70(SE = 0.14, p < .001)$ , 변화율은  $0.19(SE = 0.07, p < .01)$ 이었다. 전체의 약 14.15%인 31명이 이 유형에 속했다. 두 번째 유형은 유지형으로 세 시점에 걸쳐 행복감 수준에 변화가 없는 집단이었다. 유지형의 행복감 초기치는  $2.94(SE = 0.06, p < .001)$ 로 하위-증가형보다 1차 시점의 행복감 수준이 높았다. 변화율은  $-0.004(SE = 0.28, ns)$ 로 2차와 3차 시점에서의 행복감이 1차 시점으로부터 통계적으로 유의하게 달라지지 않았다. 전체 집단의 79.91%인 175명이 이 유형에 해당했다. 마지막으로 세 번째 유형은 감소형으로 1차 시점에서는 유지형과 비

슷한 행복감 수준을 보이다가 이후 두 시점에 걸쳐 감소하는 추세를 보였다. 감소형의 초기치는  $3.20(SE = 0.21, p < .001)$ 으로 유지형에 비해 약간 높은 정도의 행복감 수준을 보였고, 변화율은  $-0.75(SE = 0.11, p < .001)$ 으로 세 집단 중 가장 변화 폭이 컸다. 전체 표본 중 5.94%인 13명이 이 유형으로 분류됐다.

3년에 걸쳐 행복감 변화를 분석한 결과, 집단에 따라 상이한 변화 양상을 확인할 수 있었다. 3년 간 행복감이 안정되게 유지된 집단뿐 아니라 행복감이 유의한 수준으로 증가 혹은 감소한 집단이 확인된 것이다<sup>2)</sup>.

2) 추가적으로 공변량(성별, 나이, 전공)을 포함한 잠재계층성장모형을 구성하여 분석하였다. 추가 구성한 모형을 통해, 시작 시점의 성별, 나이, 전공이 초기치와 변화율을 예측하는지 확인하였다. 그 결과 나이가 초기치와 변화율을 통계적으로 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 이러한 나이의 예측 효과와 별개로, 잠재집단 분류에 있어서는 공변량이 포함된 모형에서 얻은

표 3. 잠재계층 분류에 대한 예측 요인

변인	감소(비교 집단) vs. 유지(기준 집단)			하위-증가(비교 집단) vs. 유지(기준 집단)			하위-증가(비교 집단) vs. 감소(기준 집단)		
	B	SE	odds ratio	B	SE	odds ratio	B	SE	odds ratio
나이	-.21	.19	.81	.36**	.12	1.44	.57	.22	1.77
성별 (남 = 0, 여 = 1)	.20	.64	1.23	-.52	.62	.59	-.73	.86	.48
전공 (이공계 외 = 0, 이공계 = 1)	-1.62*	.81	.20	1.11	.57	3.05	2.73**	.95	15.38
전공 (예체능 외 = 0, 예체능 = 1)	-1.32	1.34	.27	.04	.89	1.04	1.36	1.54	3.90
외향성	-.21	.25	.81	-.87***	.21	.42	-.67*	.31	.51
우호성	-.50	.31	.61	-.18	.25	.84	.33	.38	1.38
성실성	-.29	.28	.75	-.29	.23	.75	-.003	.34	1.00
정서적 안정성	-.09	.30	.92	-.64*	.25	.53	-.56	.38	.57
개방성	-.002	.32	1.00	.06	.26	1.06	.06	.39	1.07

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

변화 유형에 영향을 미치는 요인

앞선 잠재계층성장모형 분석을 통해, 행복감 변화 양상이 다른 세 개의 하위 집단을 알아볼 수 있었다. 구체적으로 3년 동안 행복감의 유의미한 변화가 없었던 유지형, 초반에는 낮았으나 행복감이 증가하는 경향을 보이는 하위-증가형, 초반에는 행복감이 다소 높은 수준이었다가 이후 행복감이 감소하는 추세를 보이는 감소형의 세 가지 집단 유형을 확인할 수 있었다. 변화 유형을 구분하는 것에 이어서 변화 유형을 예측하는 변인들이 무엇인가를 탐색했다. 이를 위해 로지스틱 회귀분석(logistic regression)을 실시했다.

결과가 앞서 공변량이 포함되지 않은 모형에서 얻었던 결과에 수렴되는 양상으로 나타났다. 즉, 성별, 나이, 전공이 공변량으로 통제된 후에도 변화 양상에 따라 세 집단으로 구분된다는 것을 확인할 수 있었다. 그 중 한 집단은 유지형, 나머지 두 집단은 변화형으로 분류되었다.

나이, 성별, 전공과 같은 인구통계학 변인과 성격 5요인(예: 외향성, 우호성, 성실성, 정서적 안정성, 개방성) 변인을 예측 변수로, 행복 변화 양상에 따른 하위 집단을 결과 변수로 포함한 로지스틱 회귀모형을 구성하였다. 분석 결과는 표 3에 제시되어 있다. 기본적인 인구통계학적 요인과 성격 변인 외에, 대학생이라는 참가자 특성을 고려하여 전공 영역을 주요 변수로 추가하였다. 전공 영역에 따라 심리적 차이를 보이는 것으로 알려져 있기 때문에(최현옥 & 김혜리, 2010), 어떤 영역을 전공하고 있는냐에 따라 대학생들의 행복 변화 유형에 차이가 나타날 가능성을 기대하였다.

먼저 기준 집단이 유지형일 때, 감소형에 속할 확률을 전공계열이 예측하는 것으로 나타났다. 이공계열에 비해서 인문사회계열 전공자들이 유지형 대비 감소형에 포함될 확률이 80%p 낮은 것으로 확인되었다. 해당 결과를 다시 해석해보면, 이공계열이 인문사회계열에 비해 감

소형이 될 확률이 증가하는 경향성을 파악할 수 있다. 이는 대학 생활을 하는 동안 이공계열 학생들의 행복이 인문계열 학생들의 행복보다 감소할 확률이 높다는 것을 의미하기 때문에, 현실적으로 시사하는 바가 큰 결과라고 할 수 있다. 성격 특질 중에는 통계적으로 유의하지 않았지만 우호성이 행복감 유지형에 대비, 감소형에 속할 확률을 예측하는 경향성이 확인되었다 ( $B = -0.50$ ,  $SE = 0.31$ ,  $p = .107$ , odds ratio = 0.61). 다시 말해서 우호성 점수가 1점 증가할 때 행복감 유지형에 비해 감소형이 될 확률이 39%p 감소하는 경향이 관찰되었다. 이는 성격이 우호적일수록 행복감이 감소될 확률이 줄어들고 유지형에 머물 확률이 증가하는 경향이 있음을 의미한다.

다음으로 유지형을 기준 집단으로 하여 하위-증가형을 비교했을 경우, 성격 특질 중 외향성과 정서적 안정성이 각각 통계적으로 유의한 예측변수로 확인되었다. 외향성 혹은 정서적 안정성 점수가 1단위 증가할 때 행복감이 유지형에 비해 하위-증가형이 될 확률이 각각 58%p, 47%p 감소했다. 나이의 경우, 나이가 한 살 증가할 때 행복감이 유지형에 비해 하위-증가형이 될 확률이 44%p 증가했다.

마지막으로 기준집단이 감소형일 때 하위-증가형에 속할 확률을 외향성과 전공계열이 통계적으로 유의하게 예측했다. 유지형을 기준으로 하위-증가형을 비교했을 때와 일관적인 양상이었다. 외향성 점수가 1점 증가할 때 감소형에 비해 하위-증가형이 될 확률이 49%p 떨어졌다. 또한 전공이 인문계열일 때, 증가형이 될 확률이 이공계열일 때 비하여 높았다.

## 논 의

본 연구에서는 행복의 변동 여부, 행복 변동 양상의 차이, 행복 변동 양상에 따른 집단 구분, 그리고 변동 양상 집단차 예측 변인을 알아보고

자 했다. 이를 위해 3년간 대학생들을 대상으로 행복감을 포괄적으로 측정하는 종단 연구를 실시하였다. 수집된 종단 자료를 활용하여 먼저 상관분석과 잠재계층성장모형을 통해 변화 여부와 변화 양상 차이 여부를 검증하였다. 이어서 로지스틱 회귀분석을 통해 나이, 성별, 그리고 전공 계열이라는 인구통계학적 변인과 성격 특질 변인이 행복 변화의 집단차를 예측하는지 분석했다.

분석 결과, 행복감은 대체로 시간에 따른 안정성을 보이는 것으로 확인되었다. 시점 간 행복감 점수의 상관은 평균적으로 약 .60의 정적 관계를 가졌다. 이는 선행 연구들에서 보고된 시점 간 상관과 비슷한 수준으로(Diener, Inglehart, & Tay, 2013), 한국 대학생 표본에서도 유사한 정도의 행복 안정성을 확인할 수 있었다. 본 연구에서 얻어진 행복감의 시점 간 관계는 “다소 안정적인 상관(modest correlation)” 수준이었다. 행복과 성격의 경우, 외향성과 정서적 안정성이 행복과 상대적으로 높은 정적 상관을, 성실성과 개방성은 상대적으로 약한 정적 상관을 맺는 것으로 나타났다. 이러한 행복과 성격 간의 관계 양상 역시 행복과 성격 요인 간의 관계를 밝힌 선행 연구들과 대체로 일치하는 결과였다(Diener et al., 2003).

잠재계층성장모형으로 분석한 결과, 행복 변화 양상에 차이가 발견되었고 연구 참여자 표본이 행복 변화 유형에 따라 세 개의 하위 집단으로 분류된다는 것을 확인할 수 있었다. 구체적으로는 전체 표본의 14.15%가 하위-증가형으로, 79.91%가 유지형으로, 그리고 5.94%가 감소형으로 구분되었다. 함께 주목할 점은 집단 수가 두 개일 때 LMR-LRT와 BLRT가 통계적으로 유의하여 집단 수가 한 개인 모형이 기각되었다는 것이다. 이는 행복의 양상을 하나의 동질적 집단으로 가정하여 설명하기 어려운 하위 집단이 존재함을 보여주는 실증적 증거라 할 수 있다. 하위 집단들의 존재는 개인/집단에 따라 행복의 변화 양상에 차이가 있다는 것을 가리킨다. 이

는 개인차를 고려하여 변화 유형을 확인할 때, 현실의 행복 변동 양상을 보다 더 잘 반영할 수 있음을 의미한다. 가령, 행복 변동에 대한 이질적 하위집단의 존재가능성을 고려하지 않은 채 시점 별 행복 평균값으로만 분석하였다면, 하위-증가형과 감소형이 상쇄되어 3년간 행복감이 고정되었다는 잘못된 결론을 내릴 수 있었던 것이다. 따라서 이와 같은 결과는 행복 변동성 연구에서 행복 변동 차이를 왜 고려해야 하는지를 보여준다.

로지스틱 회귀 분석을 통해 행복감 변동 유형을 예측하는 요인을 조사한 결과, 먼저 성격 특질 중 외향성이 유의미한 예측 변인으로 확인되었다. 유지형을 기준 집단으로 하여 하위-증가형을 비교했을 경우, 외향성 점수가 증가할 때 행복이 유지형에 비해 하위-증가형이 될 확률이 감소하였다. 감소형을 기준 집단으로 하여 하위-증가형을 비교했을 경우에도 동일한 방향으로 예측했다. 즉, 외향성 점수가 증가할 때 감소형에 비해 하위-증가형이 될 확률이 감소하였다. 이들 결과들을 종합해 보면, 외향성 점수의 증가가 하위-증가형에 속할 확률을 떨어뜨림을 알 수 있다. 외향성과 동일한 패턴이 정서적 안정성에서도 확인되었다. 유지형을 기준 집단으로 하여 하위-증가형을 비교했을 경우, 정서적 안정성 점수가 증가할 때 행복이 유지형에 비해 하위-증가형이 될 확률이 줄어들었다. 이러한 외향성 및 정서적 안정성과 행복 변화간의 관계는 두 가지 경로로 해석이 가능하다. 먼저, 행복감의 초기치 예측에 성격 특질 중 외향성과 정서적 안정성이 결정적인 요인으로 작용했을 가능성이 있다. 즉 애초에 외향성과 정서적 안정성이 높은 사람들은 하위-증가형 보다는 초기 행복 점수가 높은 유지형이나 감소형에 속했을 가능성이 있는 것이다. 둘째는 외향성과 정서적 안정성이 행복의 정적 변화를 저해하는 요인으로 작용했을 가능성이 있다. 행복감의 증가 요인으로 외향성과 정서적 안정성의 효과를 보고한 선행 연구(Steel, Schmidt, & Shultz, 2008)를 고려해보면

후자 보다는 전자의 경로가 보다 설득력 있어 보인다. 그러나 본 연구 결과만으로는 외향성과 정서적 안정성이 어떤 경로를 통해 행복의 변화 유형에 영향을 주었는지 명확히 판단하기 어렵다. 따라서 향후 외향성과 정서적 안정성이 행복 변화의 개인차에 미치는 경로를 체계적으로 설명하기 위한 연구가 요구될 것이다.

다음으로 성격 특질 중 우호성이 행복의 변화의 개인차를 예측하는 경향성을 관찰할 수 있었다. 비록 본 연구에서는 우호성이 행복 변화 유형 집단을 예측하는 정도가 통계적 유의수준에 미치지 못했지만, 우호성 수준에 따라 행복의 초기치와 별개로 행복의 변화 방향과 변화 정도에 차이가 존재함을 확인할 수 있었다. 이는 성격 특질이 행복 기저 수준(혹은 평균값)의 차이뿐 아니라 행복 변화 양상의 차이와도 밀접한 관련성을 맺고 있음을 보여주는 결과라 할 수 있다. 추후 연구를 통해, 성격 특질이 행복의 변화에 미치는 영향에 대해서 보다 체계적인 검증 작업을 해야 할 것이다. 더 나아가 어떤 성격 특질은 기저선의 행복을 예측하는 데 결정적이고, 다른 어떤 성격 특질은 행복의 변동성을 예측하는 데 결정적인지를 밝히는 것 또한 흥미로운 연구가 될 것이다. 본 연구 결과에서 단일 시점의 행복감과 상관은 외향성과 정서적 안정성에서 높게 관찰되었다. 한편 행복의 변화에 대해서는 외향성과 정서적 안정성이 상관만큼의 강한 예측 요인으로 나타나지 않았다. 이들은 초기치만 예측하거나 행복의 정적 변화를 저해하는 요인으로 작용할 수도 있는 것으로 보였다. 이와 같은 결과는, 비록 행복과 밀접하게 관련된 성격 요인인 외향성과 정서적 안정성이라고 할지라도, 행복의 변화에 관해서는 이들이 중요한 요인이 아닐 수도 있음을 시사한다. 오히려 행복의 변화에 있어서는 상관에서 상대적으로 주목받지 못했던 우호성이 중요한 성격 특질일 수 있다는 것을 탐색적으로 확인했다.

인구통계학 변인 중에서는 전공 계열이 대학생들의 향후 행복 경로를 예측했다. 즉, 인문사

회계열의 전공자들이 이공계열 전공자들에 비해서 행복 유지형 대비 감소형이 될 확률이 줄었고, 감소형 대비 하위-증가형이 될 확률이 늘었다. 이와 같은 결과는 기존에 보고된 이공계 학생들이 갖는 전공에 대한 낮은 만족도와 무관해 보이지 않는다. 대입에 유리한 과목을 선택한 이공계 학생들이 지식 장벽이 높은 전공과 대학 강의에 대한 준비가 되어있지 않아 학업 적응의 문제를 겪고(양연호, 2018), 이공계 기피현상과 더불어 이 분야를 전공하는 많은 대학생들이 이공계 학과 선택을 후회하거나, 의대 및 각종 고시를 준비하는 것으로 보도되었다(박성현, 2002). 본 연구에서 나타난 결과도 이공계열 학생들이 진학 후 겪는 여러 어려움을 반영한 것이라고 볼 수 있다. 그러나 정확한 기제를 밝히기 위해서는 이에 대한 후속 연구가 있어야 할 것이다. 이밖에도 어떤 측면이 인문사회계열 전공자들의 행복에 상대적으로 유리하게끔 작용했는지에 대해서 알기 위해서는 전공 자체의 성격 및 전공 선택자의 특성을 비롯해 추가 확인하는 작업이 필요할 것이다.

연령의 예측 효과도 확인되었다. 연령이 높을수록 1차 시점에서 행복감이 낮고, 1~3차 시점 동안 행복 수준이 다소 증가하는 경향을 보였다. 반면, 연령이 낮을수록 1차 시점에서 행복감이 높고, 1~3차 시점 동안 행복 수준이 유지되는 경향으로 나타났다<sup>3)</sup>. 이와 같은 결과는 시간에 따른 행복 변화 양상의 차이가 참여자의 연령차에 의해 일부 설명될 수 있음을 보여준다. 조사 시점의 경과와 연령의 변화를 구분할 수 없는 종단 연구 설계 특성상, 본 연구에서 관찰된 행복 변화의 양상 차이를 연령에 따른 행복

양상 차이와 완벽하게 분리하여 해석하기는 어렵다. 다만, 나이를 통제한 모형에서도 일관된 양상으로 행복 변화에 따른 집단 구분이 이루어진 점과, 참여자 대다수의 연령대가 20대 초반(1차 설문 기준)으로 연령차가 매우 적은 점을 고려하면, 본 연구에서 관찰된 결과를 단순히 연령차로 이해하기 보다는, 시간에 따른 행복 변화 양상의 집단차로 보는 것이 더 타당할 것이다.

본 연구의 중요한 이론적 함의는 다음과 같다. 먼저, 본 연구는 행복의 추이가 질적으로 다른 패턴을 갖는 하위 집단으로 분류될 수 있음을 실증적으로 보였다. 기존 연구들에서는 주로 하나의 동질적인 집단을 가정하여 행복이 고정되는지 혹은 변화하는지를 조사하는 데 그쳤다면, 본 연구에서는 종단 데이터를 보다 정교하게 분석할 수 있는 잠재계층성장모형을 도입하여 실제로 변화 패턴이 이질적인 하위 집단이 존재한다는 것을 확인했다. 분류된 하위 집단 중에는 3년간 행복이 유지되는 집단 뿐 아니라 증가하거나 감소하는 유형으로 분류된 즉, 행복이 변하는 사람들이 있었다. 이는 사람들이 행복의 변화에서 모두 같은 패턴을 보이지 않는다는 것을 지지하는 경험적 증거로, 행복의 고정성과 변동성에 관한 연구에서 의미있는 답안을 제안하는 결과이다. 뿐만 아니라 본 연구는 행복의 초기수준에 따라 이후 변화 양상을 예측하는 가능성을 열어보였다. 기존에 Fujita와 Diener(2005)는 높은 수준의 삶의 만족을 보고한 사람들은 더 안정적인 삶의 만족을 유지했던 데 반해 낮은 수준의 삶의 만족을 보고한 사람들의 경우에는 불안정성을 동반한다는 결과를 보인 바 있다. 본 연구에서도 기존 연구에 상당히 합치하는 패턴을 관찰할 수 있었다. 즉 초기 행복 수준이 높았던 사람들 다수가 유지형으로 분류되고, 초기 행복 수준이 낮았던 사람들은 증가형으로 분류된 것을 확인할 수 있었다. 이와 같은 본 연구 결과는 행복의 초기수준 정보를 통해 변동 추이를 예측해 볼 가능성에 대한 단초

3) 집단에 따른 연령차를 보다 자세히 살펴보기 위해 planned comparison 분석을 추가로 실시하였다. 그 결과, 유지형( $M = 20.58, SD = 2.00$ )은 감소형( $M = 19.85, SD = 1.41$ )과 연령에 차이가 없었지만,  $t(15.84) = -1.75, ns$ . 하위-증가형( $M = 21.97, SD = 2.87$ )은 감소형과 차이가 있었고,  $t(40.78) = -3.28, p < .005$ , 유지형과 차이가 있었다,  $t(35.32) = -2.59, p < .05$ .

라 할 수 있다.

다음으로 인구통계학적 배경이나 성격 특질이 행복의 변화 양상의 개인차를 예측할 수 있음을 확인하였다. 행복 변화에 대한 예측 요인의 발견은 행복의 고정성과 변동성에 관한 연구에 중요한 변곡점이 될 수 있다. 즉, 행복의 고정성과 변동성은 일반적인 양상이 아니라 개인의 심리적, 사회적, 문화적 특성에 의해서 결정될 수 있다는 주장이 가능해진다. 예를 들어, 본 연구에서는 외향성과 정서적 안정성이 높을수록 유지형 집단으로 분류될 확률이 증가했다는 결과를 얻었는데, 이 두 가지 성격 특질이 행복 변화를 억제하는 성격 요인이었을 가능성을 완전히 배제하기 어렵다. 추후 행복의 변화를 억제하는 혹은 촉진하는 요인을 찾는 체계적 연구가 요구되는 지점이다. 비슷한 맥락에서 Diener(2014)는 변화를 억제하는 요인에 대한 조사가 이뤄져야 한다고 제안한 바 있다. 변화에 대한 적응은 강력한 현상이고 그 자체로 순기능을 담당한다. 사람들은 쾌락 적응의 과정을 통해 강렬한 감정이 오랜 기간 지속되는 것으로부터 헤어날 수 있고 그로 인해 비로소 일상을 영위할 수 있다. 하지만 사람들이 처해있는 환경이라는 것이 사실 안정적인 속성을 갖는데다가 사람들이 삶과 환경을 평가하는 사고방식도 습관에 따라 이뤄지는 측면이 강하기 때문에 이 또한 상당히 안정적인 속성을 갖는다. 그렇다면 우리가 적응이라고 부르는 현상에는 환경과 사고 습관과 같은 요인들의 효과도 포함되어 있다고 볼 수 있으며, 이러한 요인들의 효과는 행복을 더욱 요지부동한 개념으로 만드는 데 기여했을 것이다. 적응 현상을 “변화에 대한 저항”의 관점에서 접근한다면, 그동안은 적응이라는 현상 아래 감추어졌던 변화를 억제하는 요인들(예, 환경, 사고 습관)의 존재를 규명하는 단계로 나아갈 수 있을 것이다. 행복을 안정화시키는 요인이 무엇인지를 밝힘으로써 연구자들은 변화를 방해하는 요인뿐 아니라 변화를 촉진하는 요인들도 확인할 수 있을 것이고, 이로부터 행복의

고정성과 변동성에 관한 더욱 흥미로운 발견들이 가능해질 것이다.

행복의 변동성과 그 양상에 관한 연구는 정책적으로도 중요한 함의를 갖는다. 인간의 행복을 증진시킬 수 있는 환경을 만들어주는 것이 바로 정책의 주요 목적이라는 점을 고려했을 때, 행복의 변화 가능성을 입증한 연구 결과들과 행복의 변화에 영향을 주는 요인들에 관한 심리학적 지식은 공공정책에 적절한 가이드를 제공해줄 수 있을 것이다(Diener & Seligman, 2004; Kahneman, Krueger, Schkade, Schwartz, & Stone, 2004). 특히 행복의 변동 양상이 집단에 따라 질적 차이가 있음을 밝힌 본 연구의 결과는 정책 수립 과정에 수혜자 집단에 대한 고려 또한 중요할 수 있음을 시사한다.

앞서 언급된 이론적 의의에도 불구하고 본 연구는 몇 가지 아쉬운 점을 가지고 있다. 첫째, 본 연구에서는 성격 측정도구로 단축형 설문 사용되었다. 비록 해당 성격 설문도구가 여러 선행 연구들을 통해 그 타당도와 신뢰도가 검증되었지만, 향후 연구에서는 보다 정교한 성격 측정도구를 활용하여 성격 특질들과 행복의 변동성 유형 간의 관계를 재검증해 볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 종단 연구로서는 비교적 짧은 기간인 3년 동안의 자료를 활용하여 행복의 변동성과 그 양상을 제한적으로 밖에 조사하지 못한 한계를 갖는다. 특히 세 개 시점의 종단 데이터를 사용하였기 때문에 행복의 선형적 변화만을 가정할 수밖에 없다는 제한점이 있었다. 향후에는 네 개의 설문 시점 이상의 다시점의 종단 데이터를 활용하여 행복이 시간에 따라 곡선형 변화를 보이는지도 검증해 볼 수 있을 것이다(Jung & Wickrama, 2008). 또한 해외 연구의 경우처럼 10년 이상의 장기 종단 자료 통해 행복의 변동 양상을 장기적 관점에서 분석해 볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서는 성인 초기에 해당하는 20대 대학생들을 대상으로 했기 때문에 다양한 인구통계학적 배경을 가진 사람들의 행복의 변화 추이를 예측하는 데 한계가 있



다. 따라서 향후에는 보다 다양한 배경을 가진 연구 표본을 대상으로 하여 사회적, 문화적 변인에 따른 행복의 유지와 변화 양상의 차이 여부를 알아보는 연구가 요구된다. 마지막으로, 20대 대학생 대상의 조사는 생애 사건의 효과를 직접적으로 확인하기에 생애 사건 경험이 비교적 적은 연령 집단이라는 측면에서도 제한점을 갖는다. 따라서 추후 연구 참여자들의 생애 사건 경험과 그 효과를 지속적으로 추적함으로써, 어떤 사건이 가장 결정적이고, 사람들이 어떤 사건에 적응하고 적응하지 않는지를 구별하며, 적응 여부를 구별하는 개인차는 무엇인지 등의 중요한 문제를 해결하는 장기 종단 연구가 수반돼야 할 것이다.

이런 한계에도 불구하고, 본 연구는 종단 자료를 활용하여 행복의 변동성 여부 및 변동성 양상을 체계적으로 조사한 연구라는 점에서 의미가 있다. 그동안 대부분의 연구들이 행복의 평균적 변화 여부에만 초점을 맞춘 것과 달리, 본 연구는 행복 변화 여부와 함께 변화의 양상과 그 차이에 집중하여 행복 변화 양상에 따른 상이한 집단을 구분하여 행복 변동의 개인차를 밝혀냈다. 지금까지의 행복 개인차 연구들이 행복의 평균값 혹은 기저 수준의 개인차 변인을 밝히는데 머물러 있었다면, 본 연구를 기점으로 하여 연구의 관심이 행복 변동성의 개인차 혹은 집단차 영역으로 확장되기를 기대한다.

### 저자 소개

권유리는 서울대학교 심리학과 박사 과정에 재학 중이다.

최인철은 서울대학교 심리학과 교수이자 서울대학교 행복연구센터 센터장. 서울대학교 심리학과를 졸업한 뒤 미국 미시간대학교에서 사회심리학 박사학위를 받았으며, 미국 일리노이대학교 심리학과 교수를 역임했다.

2000년 서울대학교 심리학과에 부임했고, 2010년 서울대학교 행복연구센터를 설립했다. 저서로 『프레임』, 『굿 라이프』 등이 있다.

최종안은 강원대학교 심리학과 교수. 서울대학교에서 심리학 박사학위를 받았으며, 서울대학교 행복연구센터 연구원을 역임했다.

### 참고문헌

- 구재선 (2009). 행복은 심리적 자원을 형성하는가. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 23(1), 165-179.
- 국승희, 손정락 (2003). Happy-QoL 척도의 교차 타당화. 한국심리학회지: 임상, 22(3), 699-708.
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념분석. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 15(2), 19-39.
- 김소영, 윤기봉 (2016). 잠재성장모형을 이용한 청소년의 삶의 만족도 변화추정. 한국청소년연구, 27(2), 271-296.
- 박성현. (2002). 이공계 대학 교육 내실화 방안 연구. 서울: 한국과학재단.
- 박순미, 손지아, 배성우 (2009). 노인의 생활만족도 변화에 대한 종단적 접근. 사회과학연구, 25(3), 1-24.
- 양연호 (2018. 6. 6.). 고교물리도 모르는 공대생...서울대 '물리학 열등반' 보충수업. 매일경제, <http://news.mk.co.kr/newsRead.php?year=2018&no=358891>.
- 이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 및 부정 정서 척도의 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 22, 935-946.
- 정윤화, 봉초운, 홍세희 (2018). 잠재성장모형을 적용한 청소년의 삶의 만족도 변화와 영향요인 분석. 청소년학연구, 25(1), 181-210. DOI: 10.21509/KJYS.2018.01.25.1.181

- 조명환, 차경호 (1998). *삶의 질에 대한 국가간 비교*. 서울: 집문당.
- 최인철, 최종안, 최은수, 이성하, 김남희, 이서진, 이민하, 권유리 (2019). About H: 대한민국 행복 리포트 2019. 경기: 21세기북스
- 최현욱, 김혜리 (2010). 대학생의 마음읽기 능력과 공감하기-체계화하기 성향의 성차와 전공차. *한국심리학회지: 발달*, 23(1), 119-139.
- Armenta, C., Bao, K. J., Lyubomirsky, S., & Sheldon, K. M. (2014). Is lasting change possible? Lessons from the hedonic adaptation prevention model. In K. M. Sheldon, & R. E. Lucas, (Eds). *Stability of happiness* (pp. 57-74). Elsevier.
- Bartels, M. (2015). Genetics of wellbeing and its components satisfaction with life, happiness, and quality of life: A review and meta-analysis of heritability studies. *Behavior Genetics*, 45(2), 137-156. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10519-015-9713-y>
- Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2008). Is well-being U-shaped over the life cycle?. *Social Science & Medicine*, 66(8), 1733-1749. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.01.030>
- Bolier, L., Haverman, M., Westerhof, G. J., Riper, H., Smit, F., & Bohlmeijer, E. (2013). Positive psychology interventions: A meta-analysis of randomized controlled trials. *BMC Public Health*, 13. DOI: <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-119>
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 917-927. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.36.8.917>
- Charles, S. T., Reynolds, C. A., & Gatz, M. (2001). Age-related differences and change in positive and negative affect over 23 years. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(1), 136-151. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.36.8.917>
- Compton, W. C., Smith, M. L., Cornish, K. A., & Qualls, D. L. (1996). Factor structure of mental health measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(2), 406-413. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.71.2.406>
- Cummins, R. A. (2014). Can happiness change? Theories and evidence. In K. M. Sheldon, & R. E. Lucas, (Eds). *Stability of happiness* (pp. 75-92). Elsevier.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.124.2.197>
- Diener, E. (2014). Stable happiness dies in middle-age: A guide to future research. In K. M. Sheldon, & R. E. Lucas, (Eds). *Stability of happiness* (pp.305-308). Elsevier.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. DOI: [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Inglehart, R., & Tay, L. (2013). Theory and validity of life satisfaction scales. *Social Indicators Research*, 112(3), 497-527. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0076-y>
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology*, 4(1): 15. DOI: <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61, 305-314. DOI: [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6\\_5](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6_5)
- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2009). Beyond the hedonic treadmill: Revising the

- adaptation theory of well-being. In E. Diener, (Ed.) *The science of well-being* (pp. 103-118). Springer: Dordrecht.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology, 54*(1), 403-425. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest, 5*, 1 - 31. DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*, 276-302. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Diener, E., Tay, L., & Oishi, S. (2013). Rising income and the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology, 104*, 267-276. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/a0030487>
- Dijkers, M. P. (1997). Quality of life after spinal cord injury: A meta analysis of the effects of disablement components. *Spinal Cord, 35*, 829-840. DOI: <https://doi.org/10.1038/sj.sc.3100571>
- Ehrhardt, J. J., Saris, W. E., & Veenhoven, R. (2000). Stability of life-satisfaction over time. *Journal of Happiness Studies, 1*(2), 177-205. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0030153>
- Fredrick, S., & Loewenstein, G. (1999). Hedonic adaptation. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of a hedonic psychology* (pp. 302-329). New York: Russell Sage Foundation.
- Fujita, F., & Diener, E. (2005). Life satisfaction set point: stability and change. *Journal of Personality and Social Psychology, 88*(1), 158-164. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.88.1.158>
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann, W. B. Jr. (2003). A very brief measure of the big - five personality domains. *Journal of Research in Personality, 37*, 504-528. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
- Griffin, P. W., Mroczek, D. K., & Spiro III, A. (2006). Variability in affective change among aging men: Longitudinal findings from the VA Normative Aging Study. *Journal of Research in Personality, 40*(6), 942-965. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2005.09.011>
- Hampson, S. E. (2012). Personality processes: Mechanisms by which personality traits “get outside the skin”. *Annual Review of Psychology, 63*, 315-339. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-120710-100419>
- Helliwell, J. F., Bonikowska, A., & Shiplett, H. (2016). *Migration as a test of the happiness set point hypothesis: Evidence from immigration to Canada*. Annual Meetings of the Canadian Economics Association, Ottawa, June 3.
- Huta, V., & Ryan, R. M. (2010). Pursuing pleasure or virtue: The differential and overlapping well-being benefits of hedonic and eudaimonic motives. *Journal of Happiness Studies, 11*(6), 735-762. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9171-4>
- Jung, T., & Wickrama, K. A. S. (2008). An introduction to latent class growth analysis and growth mixture modeling. *Social and Personality Psychology Compass, 2*(1), 302-317. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00054.x>
- Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D., Schwarz, N., & Stone, A. (2004). Toward national well-being accounts. *American Economic Review, 94*, 429-434.

- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(6), 1007-1022. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Lewontin, R. C., Rose, S., & Kamin, L. J. (1984). *Not in our genes: Biology, ideology, and human nature*. New York, NY: Pantheon Books.
- Lo, Y., Mendell, N. R., & Rubin, D. B. (2001). Testing the number of components in a normal mixture. *Biometrika, 88*(3), 767-778. DOI: <https://doi.org/10.1093/biomet/88.3.767>
- Lucas, R. E. (2007). Long-term disability is associated with lasting changes in subjective well-being: Evidence from two nationally representative longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*, 717-730. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.92.4.717>
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2003). Reexamining adaptation and the set point model of happiness: reactions to changes in marital status. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(3), 527-539. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.527>
- Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*(3), 616-628. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.71.3.616>
- Lykken, D. (1999). *Happiness: The nature and nurture of joy and contentment*. New York: St. Martin's Griffin.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science, 7*(3), 186-189. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1996.tb00355.x>
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research, 46*, 137-155. DOI: <https://doi.org/10.1023/A:1006824100041>
- McGregor, I., & Little, B. R. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: on doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(2), 494-512. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.74.2.494>
- 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*(5), 1333-1349. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.75.5.1333>
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological science, 6*(1), 10-19. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x>
- Ozer, D. J., & Benet-Martínez, V. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review of Psychology, 57*, 401-421. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.57.102904.190127>
- Peel, D., & McLachlan, G. J. (2000). Robust mixture modelling using the t distribution. *Statistics and computing, 10*(4), 339-348. DOI: <https://doi.org/10.1023/A:1008981510081>
- Roberts, B. W., & Del Vecchio, W. F. (2000). The rank-order consistency of personality from childhood to old age: A quantitative review of longitudinal studies. *Psychological Bulletin, 126*, 3-25. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.126.1.3>
- Roberts, B. W., Kuncel, N. R., Shiner, R., Caspi, A., & Goldberg, L. R. (2007). The power of personality: The comparative validity of personality traits, socioeconomic status, and cognitive ability for predicting important life outcomes. *Perspectives on Psychological science, 2*(4), 313-345. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1745->

- 6916.2007.00047.x
- Røysamb, E., Nes, R. B., & Vittersø, J. (2014). Well-being: Heritable and changeable. In K. M. Sheldon, & R. E. Lucas, (Eds). *Stability of happiness* (pp. 9-36). Elsevier.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Schueller, S. M., & Seligman, M. E. (2010). Pursuit of pleasure, engagement, and meaning: Relationships to subjective and objective measures of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 5(4), 253-263. DOI: <https://doi.org/10.1080/17439761003794130>
- Sclove, S. L. (1987). Application of model-selection criteria to some problems in multivariate analysis. *Psychometrika*, 52(3), 333-343. DOI: <https://doi.org/10.1007/BF02294360>
- Sheldon, K. M., & Lucas, R. E. (2014). Is it possible to become a permanently happier person? In K. M. Sheldon, & R. E. Lucas, (Eds). *Stability of happiness* (pp. 1-7). Elsevier.
- Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S. (2006). How to increase and sustain positive emotion: The effects of expressing gratitude and visualizing best possible selves. *The Journal of Positive Psychology*, 1(2), 73-82. DOI: <https://doi.org/10.1080/17439760500510676>
- Springer, K. W., Pudrovska, T., & Hauser, R. M. (2011). Does psychological well-being change with age? Longitudinal tests of age variations and further exploration of the multidimensionality of Ryff's model of psychological well-being. *Social Science Research*, 40(1), 392-398. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2010.05.008>
- Steel, S., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134, 138-161. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.134.1.138>
- Turkheimer, E. (2000). Three laws of behavior genetics and what they mean. *Current Directions in Psychological Science*, 9(5), 160-164. DOI: <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00084>
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>
- Wilson, T. D., & Gilbert, D. T. (2008). Explaining away: A model of affective adaptation. *Perspectives on Psychological Science*, 3(5), 370-386. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00085.x>
- 1 차원고접수 : 2019. 01. 28.  
수정원고접수 : 2019. 07. 23.  
최종게재결정 : 2019. 09. 06.

## Individual Differences in Happiness Variability: A Latent Class Growth Modeling Approach Using Longitudinal Data from Undergraduates

Yuri Kwon<sup>1)</sup>

Incheol Choi<sup>1),2)</sup>

Jong An Choi<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Department of Psychology, Seoul National University

<sup>2)</sup>Center for Happiness Studies, Seoul National University

<sup>3)</sup>Department of Psychology, Kangwon National University

The current research aimed to explore whether and how happiness varied. While previous studies mainly focused on either the stability of happiness or the variability of happiness, we took into account the possibility that there might be differences in the patterns of variability in happiness and investigated whether happiness varied in different patterns among different people. To this end, we conducted a series of latent class growth modeling analyses with longitudinal data collected from undergraduates for three years ( $N = 219$ ). The results showed that there were three different subgroups in terms of patterns of happiness change: increasing vs. stable vs. decreasing. Subsequently, the results of logistic regression analyses indicated that a few demographic variables (i.e., age and major) and Big Five traits (i.e., extroversion, emotional stability, and conscientiousness) could predict the patterns of happiness change. We discussed the implications and limitations of the current research.

*Keywords: happiness, stability, variability, longitudinal study, latent class growth model*