

행복의 시공간적 분포에 대한 믿음과 주관적 안녕감*

설 선 혜†

최 종 안

최 인 철

부산대학교 심리학과

강원대학교 심리학과

서울대학교 심리학과

내재 이론(Lay theory)은 개인이 지니고 있는 사회적 세상에 대한 암묵적 가정으로 개인의 경험과 행동에 영향을 미친다. 내재 이론과 행복 경험 간의 관계를 조사한 선행 연구들은 행복과 관련된 다양한 내재 이론들이 행복의 개인차와 관련되어 있음을 제안한다. 본 연구에서는 행복의 시간적, 공간적 분포에 대한 믿음이 개인의 행복 수준과 어떻게 관련되어있는지 알아보았다. 연구 1에서는 행복의 공간적 분포와 시간적 분포에 대한 전반적 믿음을 자기보고 설문을 통해 측정하고 행복감과의 관련성을 살펴보았다. 연구 2와 연구 3에서는 사람들이 타인의 행복을 지각하는 양상을 공간적 차원과 시간적 차원에서 각각 측정하고 주관적 안녕감과 관련성을 살펴보았다. 연구 1-3의 결과, 행복이 시간적, 공간적으로 불균등하게 분포되어 있다는 믿음이 강한 사람들이 행복감을 덜 경험하고, 삶의 만족도가 낮은 것으로 나타났다. 연구 4에서는 경제적 부의 분포에 대한 믿음이 삶의 만족도와 관련이 없음을 확인하였다. 본 연구의 결과는 행복의 불균등 분포에 대한 믿음이 개인의 행복 수준과 부적으로 관련되어있음을 보여주며, 이러한 관련성은 자원 분포에 대한 일반적 믿음보다는 행복에 영역 특정적임을 시사한다.

주요어 : 주관적 안녕감, 삶의 만족도, 내재 이론, 행복 분포

* 본 연구는 부산대학교 기본연구지원사업(2년)의 지원을 받았다.

† 교신저자: 설선혜, 부산대학교 심리학과, 부산시 금정구 부산대학로 63번길 2

E-mail: ssul@pusan.ac.kr

사람들은 자신이나 타인, 사회적 세계를 이해하기 위하여 세상의 본질에 대하여 개인이 지닌 믿음, 즉 내재 이론(Lay theory)을 적용한다. 내재 이론은 개인이 내재화하고 있는 타인이나 소속집단, 세상에 대한 가정으로, 개인의 인지와 행동, 정서와 동기에 영향을 미친다(Dweck, Chiu, & Hong, 1995; Murphy & Dweck, 2010; Ross, 2001). 예를 들어, 사람들은 사회적 행동을 이해하기 위하여 개인의 특질을 기본 단위로 사용하여 행위의 원인이 내적 소인에 있다는 믿음(dispositionism)을 가지고 있으며, 이러한 믿음이 귀인을 비롯한 다양한 사회적 추론과 판단에 영향을 준다(Chiu, Hong, & Dweck, 1997; Norenzayan, Choi, & Nisbett, 2002; Ross, 2001).

내재 이론은 사회적 추론뿐만 아니라 개인의 행복과도 밀접하게 관련되어 있는 것으로 알려져 있다(구자영, 서은국, 2007; Furnham & Cheng, 2000; Joshanloo & Weijers, 2014; Kondratowicz-Nowak & Zawadzka, 2018; Różycka-Tran, Boski, & Wojciszke, 2015; Van Tongeren & Burnette, 2018). 선행 연구들에서 성장 마인드셋(growth mindset; Burnette, O'Boyle, Van Epps, Pollack, & Finkel, 2013; Crum, Salovey, & Achor, 2013; Dweck et al., 1995)과 자유의지에 대한 믿음(belief in free will; Kondratowicz-Nowak & Zawadzka, 2018), 제로섬 게임에 대한 믿음(Różycka-Tran et al., 2015) 등이 개인의 행복과 관련 있는 내재 이론들로 제안되었다. 또한, 행복 자체에 관한 내재 이론들 역시 개인의 행복 경험과 밀접하게 관련된 것으로 여러 연구들을 통해 확인되었다. 행복의 원인에 대한 내재 이론(Furnham & Cheng, 2000)과 행복의 양이 한정되어 있다는 믿음(구자영, 서은국, 2007), 행복이 변화 가능하다는 믿음(Van Tongeren & Burnette, 2018)이 개인의 실제 행복 수준과 유의한 관련성을 보였다.

본 연구에서는 행복의 시간적, 공간적 분포에 관한 내재 이론과 개인의 행복 경험 수준 간의 관계를 조사하였다. 구체적으로, 행복이 시간적 혹은 공간적으로 균등하게 분포되어 있다는 믿

음이 개인의 주관적 안녕감¹⁾과 유의한 관련성을 가지는지 실증적으로 검증해보았다.

내재 이론과 주관적 안녕감

내재 이론과 실제 행복 경험에 관한 선행 연구들은 변동 가능성에 관한 신념과 경쟁적 관계에 관한 신념이 개인의 행복 경험 수준과 관련되어있음을 보여준다. 변동 가능성에 관한 신념, 즉 성격, 역량, 행복 등이 개인의 의지에 따라 긍정적으로 변화될 수 있다고 가정하는 내재 이론들은 행복 경험 수준과 정적으로 관련되어 있다. 구체적으로 Dweck(Dweck et al., 1995; Molden & Dweck, 2006)이 제안한 성장 마인드셋(growth mindset, incremental theory)과 고정 마인드셋(fixed mindset, entity theory)에 대한 선행 연구들에 따르면, 개인이 지닌 성격이나 능력이 변화 가능하며 지속적으로 증진될 수 있다고 믿는 사람들이, 성격이나 능력이 고정되어 있으며 유전자와 같은 타고나거나 변하기 어려운 실체를 지닌다고 믿는 사람들에 비해서 인지, 행동, 동기 측면에서 더 적응적이며 학교와 직장에서도 더 나은 수행과 성취를 나타낼 뿐만 아니라, 미래에 대한 낙관적 기대를 가지며 자존감이 높았다(Burnette et al., 2013; Hong, Chiu, Dweck, Lin, & Wan, 1999; Molden & Dweck, 2006; Murphy & Dweck, 2010). 즉, 고정 마인드셋보다는 성장 마인드셋이 사람들의 신체적, 심리적 안녕(well-being)에 보다 도움이 되었다. 행위 책임과

1) 행복의 개인차는 주관적 안녕감 이외에도 다양한 측면에서 측정될 수 있다. 그러나 본 논문에서는 행복의 개인차를 주관적 안녕감으로 측정하고 정의하였으며, '개인의 행복' 또는 '행복의 개인차'는 '주관적 안녕감의 개인차'와 같은 의미로 사용하고 있다. 단, '행복에 대한 내재 이론'에서 행복은 행복의 개인차가 아닌 일반인들이 주관적으로 정의하는 행복을 의미한다. 또한, 삶의 만족도, 긍정 정서, 부정 정서와 같이 주관적 안녕감의 구성 요소로 간주되는 개념들은 방법론적으로 구분할 필요가 있는 경우에 별도의 용어로 구분하여 기술하였다.

상황의 변화에 대한 통제력이 자신에게 있다는 자유의지에 대한 믿음(belief in free will) 또한 개인의 행복에 긍정적 영향을 미치는 것으로 확인되었다(예를 들어, Feldman, Chandrashekar, & Wong, 2016). Kondratowicz-Nowak과 Zawadzka (2018)은 자유의지에 대한 믿음이 강한 사람들이 삶의 만족도가 높고 긍정 정서를 더 빈번하게 경험하며, 부정 정서를 더 적게 경험한다고 보고하였다.

최근 Van Tongeren과 Burnette(2018)는 성장 마인드셋과 자유의지에 대한 믿음이 삶의 적응적 인지, 행동, 동기적 특성과 삶의 긍정적 결과들과 관련되어 있음에 주목하여, 행복의 변화 가능성에 대한 믿음이 주관적 안녕감에 어떠한 영향을 미치는지에 대해 알아보았다. 그 결과, 행복이 변화 가능하다는 믿음이 강한 사람들은 주관적 안녕감이 높고, 건강하며, 대인관계와 직업 만족도도 높다고 보고하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 영역 일반적인 성장 마인드셋뿐만 아니라, 행복에 대한 성장 마인드셋 또한 주관적 안녕감에 긍정적 영향을 준다는 것을 보여준다. 비슷한 맥락에서 Furnham와 Cheng(2000)도 행복의 원인에 대한 믿음과 행복 수준 간의 관련성을 살펴보았는데, 연구 결과 행복이 건강한 정신과 성취, 낙관주의와 같이 개인이 통제 가능한 요인들에서 비롯된다고 믿는 사람들이 더 행복한 것으로 나타났다.

경쟁적 관계에 대한 신념 또한 개인의 행복 경험과 관련 있는 것으로 알려져 있다. 자원 배분이나 행복 경험 등에서 반드시 승자와 패자가 존재한다는 신념, 다시 말해 모든 사회 원리가 경쟁이라고 가정하는 내재 이론들은 행복 경험과 부적으로 연관되어 있다. 예를 들어, Różycka-Tran 등(2015)은 제로섬 게임에 대한 신념(belief in zero-sum game)을 측정하는 척도를 개발하고 37개 국가에서 행복과의 관련성을 조사하였다(Różycka-Tran et al., 2015; Różycka-Tran et al., 2019). 제로섬 게임에 대한 신념이란 사회적 관계가 본질적으로 적대적이라는 일반적 믿음으

로, 자원이 한정적이라는 암묵적 가정을 바탕으로 승자가 있으면 반드시 패자가 있다고 믿는 것을 말한다. Różycka-Tran 등(2015)에 따르면, 제로섬 게임에 대한 신념이 강한 사람들은 세상이 불공평하다고 생각하고, 세상에 대한 부정적 시각을 지니며, 슬픔, 불안과 같은 부정 정서를 더 많이 경험했다. 또한, 사회에 대해 냉소적이고, 더 많은 대인 갈등과 낮은 삶의 만족도, 낮은 자존감, 낮은 주관적 안녕감을 나타냈다. 이와 유사하게, 구자영과 서은국(2007)은 행복 경험에 대한 경쟁적 믿음 역시 행복 경험에 부정적 영향을 미칠 수 있음을 제안했다. 연구 결과에 따르면 행복의 양이 제한적이라고 믿는 사람들은 행복을 사람들 사이의 경쟁으로 바라볼 뿐만 아니라, 한 사람이 시간에 걸쳐서 누릴 수 있는 행복의 양 또한 제한적이라고 믿기 때문에 한 시점에 행복하면 다른 시점에는 불행할 것이라고 믿는 것으로 나타났다. 한 사람이 행복하면 다른 사람은 불행하다는 경쟁적 관점은 빈번한 사회비교와 경쟁적 행동으로 이어져 행복에 부적 영향을 미칠 수 있다(Appel, Crusius, & Gerlach, 2015; Brandts, Riedl & Van Winden, 2009; Grasseni & Origo, 2018; Lyubomirsky, 2001; Lyubomirsky & Ross, 1997).

종합해보면, 행복 수준이 변동 가능하고, 경험될 수 있는 행복 총량에 제한이 없다고 가정하는 내재 이론들은 행복에 도움이 되는 데 반해, 행복 수준이 고정불변하고 행복의 총량이 제한적이어서 행복 경험에서 경쟁이 불가피하다고 가정하는 고정적 내재 이론들은 행복에 방해가 되는 것으로 보인다.

행복의 분포에 대한 내재 이론

행복의 시간적, 공간적 분포에 관해 사람들은 상이한 신념을 지닌다(구자영, 서은국, 2007; Ji, Nisbett, & Su, 2001). 예를 들어, 어떤 사람들은 한 개인이 살아가면서 한 시점에서 큰 행복을 경험하면 다른 시점에서는 그에 상응하는 불행

을 반드시 경험하게 되고, 한 공간에 행복한 누군가가 있으면, 반드시 불행한 누군가도 존재해야 한다는 믿음을 가질 수 있다. 그에 반해, 다른 누군가는 한 개인이 평생 살면서 경험하는 행복 정도가 비슷하고, 한 공간에 있는 사람들이 모두 비슷한 정도로 행복할 수 있다는 믿음을 가질 수 있다. 행복 분포에 대한 이러한 상이한 믿음은 행복 경험 수준의 차이와 관련될 수 있다.

행복의 분포에 대한 내재 이론은 행복의 변동 가능성 및 경험할 수 있는 행복 경험의 총량에 대한 믿음과 매우 밀접하게 연결되어 있다. 행복이 고정불변이고 그 양이 제한되어 있다고 믿는 사람은 행복이 시간적으로나 공간적으로 불균등하게 분포되어 있을 것이라고 가정하기 쉽다. 그와는 반대로, 행복이 개인의 노력과 의지로 인해 변동 가능하며 행복 경험은 경쟁적 관계가 아니라고 믿는 사람은 행복이 시간적으로나 공간적으로 균등하게 분포되어 있을 것으로 기대하기 쉽다. 다시 말해, 행복이 개인의 노력이나 의지에 의해 변화될 수 없고, 경험할 수 있는 행복의 총량이 제한되어 있다는 믿음이 강한 사람일수록 행복이 시간적으로나 공간적으로 보다 불균등하게 분포되어 있다고 가정하게 된다. 앞서 소개한 바와 같이 행복에 고정적이고 제한적인 내재 이론은 행복 경험에 부정적 영향을 미친다. 이런 점에서 행복을 고정적이고 제한적으로 가정하는 행복의 불균등한 분포에 관한 믿음 역시 행복과 부적적으로 관련되어 있을 것으로 예상해볼 수 있다.

한편, 기존의 문화 비교 연구들에서는 동아시아 국가들이 북미에 비해서 주관적 안녕감 수준이 낮게 관찰되는 이유로 문화적 성향을 제안하였다. 예를 들어, 상호의존성(interdependence)이나 종합적 사고방식(holistic thinking style)이 행복에 부정적 영향을 미치는 사회비교나 변증법적 관점과 관련되어 있다는 것이다(Oishi, 2002; Spencer-Rodgers, Peng, & Hou, 2004; Uchida, 2010). 집합주의 문화권의 사람들은 개인주의 문화권의 사람들에 비해서 맥락과 배경에 주의를 더 기울

이고, 순환론적인 변화 양상을 예측하는 종합적 사고방식을 나타내는 경향이 있는데, 한 문화권 안에서도 이러한 사고 성향에 개인차가 존재한다(Choi, Koo, & Choi, 2007). 종합적 사고방식의 특징 중 하나인 변증법적 사고는 행복에 대해서도 행복한 사람이 있으면 불행한 사람도 있고, 행복한 순간이 있으면 불행한 순간도 있다는 믿음과 관련될 수 있고, 따라서 행복의 분포에 대한 내재 이론에 영향을 줄 수 있다.

본 연구에서는 네 개의 연구를 통해 행복의 시간적, 공간적 분포에 대한 믿음이 개인의 행복 수준과 어떻게 관련되어 있는지 탐색하였다. 연구 1에서는 행복의 공간적 분포와 시간적 분포에 대한 믿음을 측정하고 자기 보고된 행복과의 관련성을 살펴보았다. 연구 2와 연구 3에서는 사람들이 타인의 행복을 지각하는 양상을 공간적 차원과 시간적 차원에서 측정하고 주관적 안녕감과 관련성을 살펴보았다. 여기서 공간적 분포란, 한 시점에서 여러 사람의 행복을 추정하도록 했을 때 관찰되는 개인 간 행복의 분포를 의미하며, 시간적 분포란, 한 개인을 대상으로 여러 시점에서 행복을 추정하도록 했을 때 관찰되는 개인 내 행복의 분포를 의미한다. 행복의 분포에 대한 믿음과 주관적 안녕감의 관계가 문화적 사고방식의 차이를 통제하더라도 유지되는지 알아보기 위하여 종합적-분석적 사고방식 척도(Choi et al., 2007)를 사용하여 문화적 사고방식의 개인차를 측정하고 분석에 포함하였다. 연구 4에서는 경제적 부의 분포에 대한 믿음을 측정하여, 행복 이외의 자원 분포에 대한 일반적 믿음도 주관적 안녕감과 관련 있는지 탐색하였다.

연구 1

방 법

연구 1에서는 행복의 분포에 대한 믿음과 개

인의 행복 간의 관련성을 알아보기 위한 탐색적 연구를 수행하였다. 연구 참가자들은 행복의 공간적 분포와 시간적 분포에 대한 믿음을 측정하는 질문에 답하고 최근 2개월 간의 전반적 행복 수준을 보고하였다. 행복이 시간적, 공간적으로 불공평하게 분포한다는 믿음이 강할수록 자기 보고된 행복 수준이 낮을 것으로 예상하였다.

연구 참가자

서울 소재 대학교 학부생 96명(남 33명, 여 63명)이 연구에 참여하였다. 참가자들은 행복의 공간적 분포와 시간적 분포에 대한 믿음을 측정하는 질문에 응답한 뒤, 전반적 행복도를 보고하였다.

연구 절차

행복의 공간적 분포에 대한 믿음의 측정

행복의 공간적 분포에 대한 믿음은 연구 참가자가 자신과 같은 수업을 듣고 있는 다른 수강생들의 평균 행복도와 각 행복 점수 구간별 수강생 숫자를 예측하는 방식으로 측정되었다(부록). 연구 참가자들이 보고한 행복 점수 구간별 수강생 수 추정치는 소득 불평등 지표인 지니계수(Deaton, 1997)를 사용하여 행복 불균등 분포 지표로 환산되었다. 지니계수는 소득의 분포가 모든 사람들이 동일한 소득을 갖는 완전 평등 상태로부터 멀리 떨어져 있는 정도를 나타내며, 선행 연구들에서 행복의 불평등을 정량화하는 수치로 흔히 사용되어 왔다(Boroohah, 2006; Gainer, 2013). 본 연구에서는 지니계수를 연구 참가자가 추정된 타인들의 행복 점수 분포가 완전 균등 상태(즉, 모두가 동일한 행복 점수를 갖는 분포)에서 멀리 떨어진 정도, 즉 행복이 불공평하게 분포되어있는 정도를 나타내는 지표로 사용하였다. 구체적으로 지니계수는 아래의 수식(1)에 따라 구했다.

$$G = \frac{1}{N} \sum_{i=1}^N i \cdot \frac{u_i}{N} \quad \text{수식(1)}$$

여기서 N 은 참가자들이 행복 점수를 평가한 사람 수이고, u_i 는 참가자들이 예측한 타인의 행복 점수 평균, i 는 i 번째 평정 대상자의 행복 순위, u_i 는 i 번째 평정 대상자의 행복 점수를 의미한다. 지니계수는 0에서 1 사이의 값을 가지게 되는데, 평정 대상자들이 모두 똑같은 행복 점수를 가지면 0이 되고 평정 대상자들 간에 점수 차이가 커질수록 1에 가까워진다. 지니계수는 표준편차와는 달리 평균과 무관하게 분포의 불균등성을 수량화할 수 있다는 점에서 불균등 분포 지수로서의 이점을 갖는다.

본 연구에서 어떤 참가자가 보고한 행복 분포 추정치를 바탕으로 계산한 지니계수 값이 다른 참가자보다 크다는 것은 행복이 공간적으로 불공평하게 분포되어 있다는 믿음이 더 강하다는 의미이다.

행복의 시간적 분포에 대한 믿음의 측정

행복의 시간적 분포에 대한 믿음은 소설 <노르웨이의 숲>(무라카미 하루키, 1988)과 영화 <포레스트 검프>(1994)에서 발췌한 두 개의 글을 제시하고 각각의 글에 동의하는 정도를 통해 측정하였다. 첫 번째 글은 인생은 불행과 행복이 섞여 있어서, 행복을 먼저 겪어버리면 나중에 불행만 남고, 불행을 먼저 겪으면 나중에 행복이 남는다는 내용으로, 행복의 시간적 분포가 고르지 않다는 믿음을 측정하기 위하여 사용하였다(부록). 두 번째 글은 인생의 모든 순간이 다르지만 그 나름의 의미와 행복이 있다는 내용으로, 행복의 시간적 분포가 균일할 수 있다는 믿음을 측정하기 위하여 사용하였다.

참가자들은 첫 번째 글에 동의하는 정도와 두 번째 글에 동의하는 정도를 각각 7점 척도(1: 전혀 동의하지 않는다, 7: 전적으로 동의한다) 상에서 평정한 뒤, 상대적으로 어느 쪽 입장이

자신의 평소 생각과 더 유사한 지를 7점 척도(1: A와 더 유사하다, 7: B와 더 유사하다) 상에서 응답하였다. 분석에서는 1) 첫 번째 글보다 상대적으로 두 번째 글에 동의하는 점수(상대적 점수)와 2) 두 번째 글에 동의하는 정도의 점수에서 첫 번째 글에 동의하는 정도의 점수를 빼 차이 값(차이 점수)을 행복이 시간적으로 고르게 분포되었다고 믿는 정도를 나타내는 지표들로 사용하였다.

행복 경험 수준

연구 참가자들의 행복 경험 수준은 자신의 2개월간의 행복 수준을 묻는 단일 문항으로 측정하였다. 연구 참가자들은 7점 척도(1: 매우 불행, 7: 매우 행복) 상에서 자신의 행복감을 보고하였다.

결 과

행복의 공간적 분포에 대한 믿음과 행복의 관련성

수강생들의 행복 정도를 예측하도록 한 설문에서, 각 참가자들이 예측한 행복 분포로부터 평균 행복도와 지니계수를 얻었다. 연구 참가자들이 예측한 행복 분포의 특성을 살펴보면, 참가자들이 추정한 다른 수강생들의 평균 행복 수준은 보통(4점) 이상인 4.33점($SD = 0.46$; 보통 수준인 4점보다 유의하게 높음, $t(95) = 6.97, p < .001$)이었고, 평균 지니계수 값은 0.15($SD = 0.04$; 완전평등 점수인 0보다 유의하게 높음, $t(95) = 34.76, p < .001$)이었다.

상관 분석 결과, 행복 예측치 평균과 지니계수 모두 참가자들이 보고한 자신의 행복감 점수와 유의한 상관을 보였다. 행복 예측치 평균은 연구 참가자 본인의 행복감 점수와 정적 상관($r = .455, p < .001$)을 나타내, 행복한 참가자들이 다른 사람들도 평균적으로 행복할 것이라고 믿고 있음을 확인할 수 있었다. 반면, 공간적 분포

의 불균형을 반영하는 지니계수와 연구 참가자들의 행복감은 부적 상관을 보였다($r = -.277, p < .005$). 즉, 행복이 공간적으로 불균등하게 분포되었다고 믿는 사람일수록 낮은 행복감을 보고하는 것으로 확인되었다.

행복의 시간적 분포에 대한 믿음과 행복의 관련성

행복의 시간적 분포에 대한 믿음의 측정치로 1) 제시된 두 개의 글 중에서 어떤 글에 상대적으로 더 동의하는지를 측정한 점수(상대적 점수, $M = 4.82, SD = 1.56$; 차이가 없음을 의미하는 4점보다 유의하게 높음, $t(94) = 6.24, p < .001$)와 2) 각각의 문장에 동의하는 정도를 평정한 점수의 차이를 구한 값(차이 점수, $M = 1.14, SD = 2.35$; 차이가 없음을 의미하는 0점보다 유의하게 높음, $t(94) = 4.71, p < .001$)을 사용하였다. 두 측정치 모두 값이 클수록 행복이 시간적으로 균등하게 분포되었다는 믿음이 강하다는 것을 의미한다. 상관 분석 결과, 두 측정치 모두 참가자들의 행복감 점수와 유의한 정적 상관을 보였다. 구체적으로 상대적 점수와 행복감 점수와의 상관은 $r = .311, p < .005$, 차이 점수와의 상관은 $r = .260, p < .05$ 로 나타나, 행복이 시간 차원에서 고르게 분포되었다고 믿는 정도가 강한 사람들이 높은 행복감을 경험하는 것을 확인할 수 있었다.

논 의

연구 1에서는 행복의 공간적 분포와 시간적 분포 양상에 대한 믿음과 자기보고 된 최근 2개월간 행복도와의 관련성을 확인하는 탐색적 연구를 수행하였다. 그 결과, 행복이 시간적, 공간적으로 불균등하게 분포되어 있다는 믿음과 개인의 행복도가 부적 상관을 보이는 것으로 나타났다. 그러나 연구1에서 사용한 질문들이 실제로 사람들이 세상에 존재하는 행복의 분포를 지

각하는 양상을 반영하지 않을 가능성도 있다. 예를 들어, 각 행복 수준에 해당하는 수강생들의 숫자를 예측하도록 하는 과제에서 높은 지니계수를 보인 참가자들은 행복 분포에 대한 고려보다는 응답 자체의 분포를 고려하여 특정 점수에 인원이 너무 몰리지 않도록 하였을 가능성이 있다. 행복의 시간적 분포에 대한 믿음을 측정하는 질문에 대한 응답 또한, 시간을 축으로 하는 일차원 상에서의 변화 양상보다는, 인생 전반에서 행복의 양이 한정되어있는 정도를 반영한 것일 수 있다. 이러한 한계점을 보완하기 위하여, 연구 2와 연구 3에서는 행복의 분포 양상에 대한 지각을 보다 직접적으로 측정할 수 있는 과제를 고안하였다.

연구 2와 연구 3에서는 행복 분포에 관한 내재 이론을 분포 지각 과제를 통해 측정하여, 연구 1의 발견을 체계적으로 검증해 보았다. 연구 2에서는 일상적인 장면 속 인물들 개개인의 행복 정도를 추정하는 과제를 사용하여 행복의 공간적 분포에 대한 내재 이론을 측정하고자 하였으며, 연구 3에서는 대상 인물들의 인생에 걸친 행복 변화 양상을 추정하도록 하여 행복의 시간적 분포에 대한 내재 이론을 측정하고자 하였다. 또한, 연구 2와 3에서는 개인의 주관적 안녕감 수준을 단일 문항 대신 주관적 안녕감의 인지적 요인(삶의 만족도)과 정서적 요인(긍정 정서와 부정 정서)을 종합적으로 고려할 수 있는 복수의 문항들로 측정하였다.

연구 2

연구 2에서는 사람들이 타인의 행복을 판단할 때 개인 간 차이, 즉 행복의 공간적 분포를 지각하는 양상과 개인의 주관적 안녕감이 관련 있는지 조사하였다. 참가자들은 세 명 이상의 인물이 등장하는 여러 개의 장면을 차례로 보면서 각 등장인물이 얼마나 행복할 것 같은지 추측하는 행복 평정 과제를 수행하고 자신의 주관적 안녕

감을 측정하는 설문에 응답하였다. 연구 1의 결과를 바탕으로, 행복이 모든 사람에게 고르게 분포되어 있다고 지각하는 사람들이 보다 높은 주관적 안녕감을 경험할 것으로 예상하였다. 추가적으로, 균형적 사고를 추구하는 문화적 성향, 다시 말해, 종합적 사고 성향이 행복 분포에 대한 내재적 믿음과 관련되어 있는지 확인하고, 그 효과를 통제하였을 때도 행복 분포에 관한 내재적 믿음과 주관적 안녕감 간의 관련성이 여전히 유지되는지 확인하기 위하여 참가자들의 분석적-종합적 사고 성향을 측정하여 분석에 포함하였다.

방 법

자극선정을 위한 사전 조사

행복 평정 과제에 사용할 자극을 선정하기 위하여 별도의 참가자 30명을 대상으로 사전 조사를 실시하였다. 참가자들은 컴퓨터 모니터에 한 번에 하나씩 제시되는 20개의 사진을 보고, 사진의 등장인물들이 전반적으로 얼마나 행복해 보이는지(전반적 행복도)와 각 인물의 행복도를 판단하기에 얼마나 충분한 정보가 주어졌는지(정보가)를 10점 척도 상에서 평정하였다. 사진은 4인 이상의 사람들이 등장하는 일상생활의 장면(예를 들어, 혼잡한 거리, 마트, 스포츠 경기 관람, 강의실, 결혼식, 장례식 등)으로, 얼굴 표정에 감정이 드러나는 자극 10개와 얼굴 표정이 잘 보이지 않거나 중립적인 자극 10개가 포함되었다(사진의 예는 그림 1(가) 참고).

등장인물의 행복 정도를 판단할 외적 단서가 부족할 때 개인이 지닌 행복의 분포에 대한 내재 이론을 적용하여 판단할 것으로 가정하고, 주 실험의 행복 평정 과제에 사용될 자극을 선정하였다. 예를 들어, 제시되는 인물들의 얼굴 표정이나 상황이 행복 수준을 명확하게 나타낸다면 개인이 가진 내재 이론을 적용하기보다는 주어지는 단서를 바탕으로 응답할 가능성이 높

기 때문에, 전반적인 행복도가 중간 수준이면서 정보가 낮은 장면에서 행복의 분포에 대한 내재적 믿음이 반영될 것으로 기대하였다. 따라서 정보가 5 이하로 낮게 평가되었던 자극 다섯 개를 목표 자극으로 선정하였다(정보가 평균: 3.27, 범위: 2.40~5.00). 선정된 다섯 개 자극의 평균 행복도 평정 점수는 평균 4.62(범위: 3.78 ~ 5.47)로 중립 자극에 해당하였다. 추가적으로, 정보가 가장 높게 평가되었던 자극들 중에서 전반적 행복도가 높게 평가되었던 긍정적 장면(행복도: 8.14, 정보가: 8.67)과 전반적 행복도가 낮게 평가되었던 부정적 장면(행복도: 1.69, 정보가: 8.64)을 각각 통제 자극으로 선정하였다.

연구 참가자

연구 2의 주 실험에는 서울 소재 모 대학교 학부생 67명(남: 25명, 여: 29명, 미확인: 13명)이 참가하였다. 참가자들은 행복 평정 과제 수행 후, 주관적 안녕감을 측정하는 설문에 응답하였다.

연구 절차

행복 평정 과제

참가자들에게는 다섯 개의 목표 자극과 두 개의 통제 자극이 컴퓨터 모니터 상에 제시되었다. 자극 제시 순서는 Matlab(The Mathworks Inc.)에서 제공하는 난수 생성 함수를 사용하여 결정되었다. 참가자들의 과제는 제시되는 장면에 등장하는 각각의 인물이 얼마나 행복할 것 같은지를 별도로 제공된 응답지 상에 -5점(매우 불행)에서 5점(매우 행복) 사이의 점수로 평정하는 것이었다(그림 1(가)). 참가자들의 응답을 바탕으로 각 장면에 등장하는 인물들의 평균 행복도 점수와 지니계수(수식(1))를 계산하였다.

주관적 안녕감 설문

참가자들은 행복 평정 과제를 마친 뒤, 삶의 만족도 척도(SWLS: Satisfaction with Life Scale;

Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985)와 긍정적-부정적 정서 경험 척도(SPANE: Scale of Positive and Negative Experience; Diener et al., 2009)에 답하였다. SWLS는 삶에 대한 전반적인 인지적 평가를 측정하는 다섯 개의 문항에 각각 동의하는 정도를 7점 척도(1: 전혀 동의하지 않는다, 7: 전적으로 동의한다)상에서 응답하도록 되어있다. 본 연구에서는 SWLS 다섯 문항에 대한 응답의 합계 점수(M = 21.88, SD = 5.28, Cronbach's α = .85)를 표준 점수로 변환하여 사용하였다. SPANE은 지난 4주간 긍정적 감정(6문항)과 부정적 감정(6문항)을 경험한 빈도를 5점 척도(1: 거의 경험하지 못하는/전혀 경험하지 못하는, 5: 매우 자주 경험하는/항상 경험하는)상에서 응답하도록 되어있다. 본 연구에서는 긍정 정서에 대한 응답 평균(M = 4.22, SD = .96, Cronbach's α = .88)을 표준 점수로 변환한 것을 긍정 정서 점수, 부정 정서에 대한 응답 평균(M = 2.80, SD = .97, Cronbach's α = .93)을 표준 점수로 변환한 것을 부정 정서 점수, 긍정 정서 점수에서 부정 정서 점수를 뺀 값을 정서 균형 점수(affect balance, M = .00, SD = 1.43)로 사용하였다(Diener et al., 2009).

분석적-종합적 사고방식 설문

참가자들의 분석적-종합적 사고 성향을 측정하기 위하여 24문항으로 구성된 분석적-종합적 사고 척도(Analysis-Holism Scale, AHS; Choi, Koo, & Choi, 2007)를 사용하였다. 귀인, 모순에 대한 태도, 변화 지각, 주의 초점에 대하여 각각 6개 문항이 있으며, 각 문항에 동의하는 정도를 7점 척도 상에서 응답하도록 되어있다. 분석적 사고 방식에 해당하는 문항은 역채점 되어 24문항 점수를 평균한 점수를 종합적 사고 성향 점수로 사용하였다(M = 4.89, SD = .43, Cronbach's α = .69). 기존의 비교 문화 심리학 연구 결과들을 고려했을 때, 종합적 사고 성향 점수가 높을수록 참가자들은 균형적 사고를 중시하여 행복이 고르게 분포되어 있다고 응답할 가능성이 있다

설선혜 · 최종안 · 최인철 / 행복의 시공간적 분포에 대한 믿음과 주관적 안녕감

(Ji et al., 2001; Koo, Choi, & Choi, 2018).

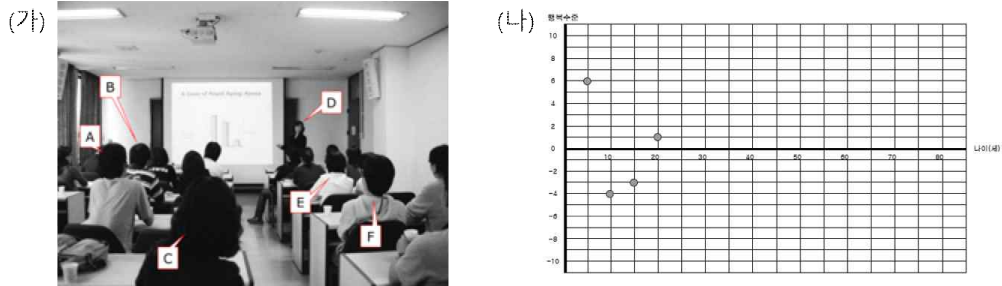


그림 1. 연구 2와 연구 3의 과제 예시. (가) 연구1의 행복 평정 과제에 사용된 자극 예: 알파벳으로 표시된 사람들 각각의 행복도를 -5점(매우 불행)에서 5점(매우 행복) 사이 점수로 평정하도록 하였다. 인물의 행복도에 대한 단서가 될만한 얼굴 표정이나 맥락이 드러나지 않는 자극을 목표 자극으로 사용하였다. (나) 연구 2의 인생 그래프 과제에 사용된 자극 예: 어떤 인물의 생애 초기 20세까지의 행복도 정보를 제시하고 그 이후의 삶에서 행복 수준이 어떻게 변화했는지 5년 단위로 예측하도록 하였다.

결 과

연구 2에서는 행복이 공간적으로 고르게 분포되어 있을 것이라는 내재적 믿음이 강할수록 주관적 안녕감이 높고, 행복이 공간적으로 불균등하게 분포되어 있을 것이라는 내재적 믿음이 강할수록 주관적 안녕감이 낮을 것이라고 예상하였다. 또한, 내재적 믿음은 명확한 단서가 주어지지 않는 경우에 판단에 영향을 주는 반면, 명확한 단서가 주어지는 경우에는 그렇지 않을 것이기 때문에, 행복 평정 과제를 통해 측정된 행복의 공간적 분포에 대한 믿음과 주관적 안녕감 사이의 관련성은 목표 자극에서만 관찰되고 통제 자극에서는 관찰되지 않을 것으로 예상하였다.

자극 선정을 위한 사전 조사 결과와 일치하게, 참가자들은 목표자극(M = .96, SD = .84)의 등장인물들을 부정적 통제자극(M = -2.60, SD = 1.09)의 등장인물들보다 평균적으로 더 행복하다고 지각하였으며($t(66) = 21.65, p < .001$), 긍정적 통제자극(M = 3.24, SD = 1.09)의 등장인물보다는 평균적으로 덜 행복하다고 지각하였다($t(66) = -19.50, p < .001$). 그러나 목표 자극의 등장인물들에 대한 평균 행복 평정 점수가 0보다는 유의하게 높은 것으로 나타나($t(66) =$

9.368, $p < .001$) 중립 자극에 대해서도 전반적으로 긍정적으로 지각하는 경향이 관찰되었다. 목표자극과 통제자극의 평균 지니계수는 각각 .15(SD = .07)와 .21(SD = .09)로, 둘 다 완전 평등 기준인 0보다 유의하게 컸다(모든 $t(66) > 16.66$, 모든 $p < .001$). 또한, 목표자극보다 통제자극의 지니계수가 유의하게 더 커서($t(66) = -5.25, p < .001$), 참가자들이 통제자극에서의 행복을 더 불균등한 것으로 지각하는 것으로 나타났다.

각 참가자가 주어진 장면에 등장하는 인물들 개개인의 행복 정도를 평정한 점수를 기반으로 연구 1과 동일한 방법으로 지니계수를 계산한 뒤, 삶의 만족도, 긍정 정서, 부정 정서, 정서 균형 점수와 상관을 구하였다(표 1). 예상대로, 목표 자극에서만 연구 참가자들의 주관적 안녕감 점수들과 지니계수 사이에 유의한 부적 상관이 관찰되었으며, 통제 자극에서는 유의한 상관이 관찰되지 않았다. 연구 참가자들의 주관적 안녕감 점수들 중에서도 특히 삶의 만족도는 다섯 개 목표 자극 중 하나를 제외하고 나머지 모든 자극에서 지니계수와 부적 상관을 나타냈다. 반면, 긍정 정서는 두 개 자극, 정서 균형은 한 개 자극에서만 유의한 부적 상관이 관찰되었고, 부정 정서와 유의한 상관을 보인 자극은 없었

표 1. 행복 평정 과제에서 자극별 행복 평정 평균, 지니계수 평균, 지니계수와 삶의 만족도, 긍정 정서, 부정 정서, 정서균형, 종합적 사고 점수와의 상관(괄호 안은 종합적 사고 점수 효과를 통제한 편상관 결과)

자극 번호	행복평정 평균 (표준편차)	지니계수 평균 (표준편차)	삶의 만족도	긍정 정서	부정 정서	정서 균형	종합적 사고	
1	.70(.95)	.158(.07)	-.452**(-.460**)	-.250*(-.253*)	.152(.067)	-.266*(-.214)	.357**	
2	1.17(1.25)	.176(.11)	-.243*(-.231)	-.202(-.197)	-.006(-.079)	-.130(-.082)	.258*	
목표 자극	3 1.05(1.02)	.132(.06)	-.290*(-.291*)	-.138(-.141)	.016(-.035)	-.102(-.072)	.194	
4	.50(1.17)	.091(.07)	-.162(-.167)	-.005(-.009)	.001(.004)	-.004(-.009)	-.013	
5	1.36(1.01)	.145(.09)	-.321**(-.312*)	-.295*(-.289*)	-.076(-.114)	-.146(-.121)	.120	
평균		.154(.07)	-.352**(-.345**)	-.229(-.225)	.004(-.054)	-.155(-.117)	.212	
통계	1(부정)	-2.60(1.09)	.372(.17)	-.048(-.030)	.046(.059)	-.035(-.126)	.054(.121)	.315**
자극	2(긍정)	3.24(1.09)	.053(.04)	.095(.130)	.053(.075)	-.027(-.106)	.053(.120)	.270*
평균			.210(.09)	-.037(.000)	.041(.076)	-.045(-.149)	.057(.147)	.320**

* $p < .05$, ** $p < .01$ (2-tailed)

다. 목표 자극의 평균 지니계수와 행복 점수들 간의 상관을 구한 결과도 마찬가지였다. 이러한 결과는, 개인의 행복 수준과 지니계수 간 관련성은 주로 주관적 안녕감의 인지적 요소인 삶의 만족도와 관련되어 있음을 시사한다.

다음으로, 종합적 사고 성향과 행복 분포 간의 관계를 살펴보았다. 종합적 사고 성향은 전반적으로 지니계수와 정적 상관을 나타냈다. 표 1의 결과에서 알 수 있듯이, 종합적 사고 성향은 목표자극 중 하나(자극 4)를 제외한 나머지 자극에서 지니계수와 전반적으로 정적 상관을 보였으며, 목표 자극과 통계 자극의 평균 지니계수와의 상관도 유의하였다($r = .316, p < .01$). 주관적 안녕감은 평균 지니계수와 유의한 상관을 나타내지 않았다. 이러한 결과는 종합적 사고 성향이 변증법적 사고(행복한 사람이 있으면 불행한 사람도 있다)와 관련이 있다는 선행 연구의 제안과 일치한다. 종합적 사고 성향이 행복 분포 지각에 유의한 영향을 미친다는 점에서, 종합적 사고 성향의 영향을 통제하고도 삶의 만족도를 비롯한 주관적 안녕감 점수들이 여

전히 지니계수와 유의한 상관을 보이는지 확인할 필요가 있다. 종합적 사고 성향을 통제한 편상관 분석을 실시한 결과, 목표 자극의 지니계수와 삶의 만족도 간의 부적 상관은 여전히 유의하게 유지되었다(표 1).

논 의

연구 2의 결과는 공간적으로 행복이 불균등하게 분포되어 있다고 믿는 사람들이 보다 낮은 수준의 삶의 만족도를 경험하는 경향이 있음을 보여준다. 종합적 사고방식 점수를 통제한 편상관 결과 또한 유지되는 것으로 볼 때, 행복의 공간적 분포가 불균등하다는 믿음과 삶의 만족도 간의 관련성은 분석적-종합적 사고 성향과는 무관함을 시사한다. 다섯 개 목표 자극 중 네 개의 자극에서 일관되게 지니계수와 삶의 만족도 간 유의한 부적 상관이 관찰되었으며, 나머지 하나의 목표 자극에서도 상관의 방향이 일치한다는 점, 목표 자극의 평균 지니계수와 삶의

만족도 간 부적 상관 또한 유의하였다는 점에서, 행복의 공간적 분포에 대한 믿음이 삶의 만족도의 관련성은 안정적으로 관찰되는 것으로 보인다. 반면, 행복의 공간적 분포에 대한 믿음과 정서적 안녕감 측정치 사이에는 일관성 있는 결과가 관찰되지 않았다. 자극 선정을 위한 사전 연구를 통해서 자극이 지니는 정보가와 정서가를 통제하였으므로, 목표 자극의 속성이 영향을 미쳤을 것이라고 해석하기보다는, 행복의 공간적 분포에 대한 믿음이 주관적 안녕감을 구성하는 요소들 중에서 삶의 만족도에 특수하게 관련되어있는 것으로 해석하는 것이 타당할 것이다.

연구 3

연구 3에서는 시간의 흐름에 따른 개인-내 행복 변화를 어떻게 지각하는지를 측정하여, 행복의 시간적 분포에 대한 믿음과 주관적 안녕감 간의 관계를 조사하였다. 시간에 따른 행복의 변화 예측 양상을 측정하기 위해서 Ji 등(2001)과 구자영과 서은국(2007)의 방법을 차용하여, 참가자들에게 생애 초기 행복도 변화 양상이 제시된 인생 그래프를 주고 나머지 생애의 행복 정도를 예측해보도록 하였다. 연구 1의 결과를 바탕으로, 한 개인 내에서 행복이 시간적으로 불균등하게 분포한다고 지각하는 참가자들일수록 낮은 주관적 안녕감을 경험하는 경향성이 강할 것으로 예상하였다. 또한, 연구 2의 결과를 바탕으로, 주관적 안녕감 측정치 중에서 인지적 요소에 해당하는 삶의 만족도가 행복의 시간적 분포에 대한 믿음과도 관련되어있을 것이라고 예상하였다.

방 법

연구 참가자

서울 소재 모 대학의 학부생 71명(남: 26명,

여: 28명, 미확인: 17명)이 연구에 참가하였다. 참가자들은 행복의 시간적 분포에 대한 지각을 측정하기 위한 인생 그래프 과제를 수행한 뒤, 주관적 안녕감 척도에 응답하였다.

연구 절차

인생 그래프 과제

참가자들에게 가상의 여섯 인물의 인생 그래프가 포함된 질문지 묶음이 제공되었다(그림 1(나)). 질문지의 각 페이지에는 한 인물의 생애 초기(0-20세)의 행복도가 5년 단위로 표시되어 있었다. 참가자들의 과제는 25세에서 80세까지의 행복도를 예측하는 것이었다. 구체적으로, -10점(매우 불행)에서 10점(매우 행복) 사이의 점수를 선택하여 5년 단위로 12개의 점을 찍어서 그래프의 나머지 부분(25세부터 80세까지)을 완성시켜야 했다. 생애 초기의 행복 수준에 따라서 이후의 행복도 평정 양상이 달라질 수 있으므로, 생애 초기의 삶이 행복했던 사람 2명, 보통이었던 사람 2명, 불행했던 사람 2명으로 달리하여 그래프를 제시하였다. 생애 초기 정보의 변화 패턴을 달리 하더라도 행복의 시간적 분포에 대한 믿음과 주관적 안녕감의 관계가 안정적으로 관찰되는지 알아보기 위해서, 생애 초기 평균 행복 수준별로 각기 다른 변화 양상을 보이는 자극을 2개씩 포함시켰다. 종합하면, 각 참가자들은 생애 초기 행복도가 다른 여섯 명의 인생 그래프를 보고, 각 인물의 인생에서 시간에 걸친 행복의 변화 정보를 추측하였다. 연구 2와 마찬가지로 참가자들이 각 인생 그래프에 표시한 행복 점수들이 시간에 걸쳐 균등하게 분포하는 정도는 지니계수(수식(1))로 계산되었다.

주관적 안녕감 설문

연구 2와 동일하게, 참가자들은 인생 그래프 과제를 마친 뒤, 삶의 만족도 척도(SWLS; Diener et al., 1985)와 긍정적-부정적 정서 경험 척도

(SPANE; Diener et al., 2009)를 작성하였다. 삶의 만족도 점수는 SWLS 다섯 문항에 대한 응답의 합계 점수(M = 19.85, SD = 5.38, Cronbach's α = .82)를 표준 점수로 변환하여 사용하였으며, SPANE은 긍정 정서에 대한 응답 평균(M = 4.16, SD = 1.09, Cronbach's α = .86)을 표준 점수로 변환한 것을 긍정 정서 점수, 부정 정서에 대한 응답 평균(M = 3.33, SD = 1.03, Cronbach's α = .91)을 표준점수로 변환한 것을 부정 정서 점수, 긍정 정서 점수에서 부정 정서 점수를 뺀 값을 정서 균형 점수(M = .00, SD = 1.56)로 사용하였다(Diener et al., 2009).

분석적-종합적 사고방식 설문

연구2와 마찬가지로 참가자들의 분석적-종합적 사고 성향을 측정하기 위하여 분석적-종합적 사고 척도(AHS; Choi, Koo,& Choi, 2007)를 사용하였다. 분석적 사고방식에 해당하는 문항은 역채점 되어 24문항 점수를 평균한 점수를 종합적 사고 성향 점수로 사용하였다(M = 4.93, SD = .54, Cronbach's α = .81).

결 과

연구 3에서는 개인 내에서 시간에 따른 행복 수준의 변화, 즉 행복의 시간적 분포를 지각하는 양상이 주관적 안녕감과 어떻게 관련되어 있는지 확인하고자 하였다. 생애 초기의 행복 수준 정보만을 제공하고 이후의 삶에서의 행복 수준을 예측하도록 하는 과제를 사용하여, 참가자들이 가지고 있는 행복의 시간적 분포에 대한 내재적 믿음을 측정하였다. 연구 1의 결과를 바탕으로, 행복이 시간 차원에서 큰 편차를 보인다고 믿을수록 삶의 만족도가 낮을 것으로 예상하였다.

연구 참가자들은 생애 초기 행복 수준에 따라서 제시된 인물의 인생에 걸친 평균 행복도를 다르게 예측하는 것으로 나타났는데, 초기 행복도가 높을수록 평균적으로 더 행복한 삶을 살 것이라고 추정하였다(초기행복도 높음: M = 4.71, SD = 1.93; 중간: M = .84, SD = 1.84; 낮음: M = -2.79, SD = 2.73; $F(2,140) = 216.79, p < .001$). 연구 참가자들이 보고한 생애 후기 행

표 2. 인생 그래프 과제에서 생애 초기 정보에 따른 행복 평정 평균, 지니계수 평균 및 지니계수와 삶의 만족도, 긍정 정서, 부정 정서, 정서 균형, 종합적 사고 간의 상관(상관계수 괄호 안은 종합적 사고 점수를 통제한 편상관 결과)

생애 초기 행복	자극 번호	행복평정 평균 (표준편차)	지니계수 평균 (표준편차)	지니계수와의 단순 상관(편상관)				종합적 사고
				삶의 만족도	긍정 정서	부정 정서	정서 균형	
높음	1	5.71(2.90)	.085(.077)	-.338**(-.351**)	-.071(-.074)	.156(.164)	-.146(-.152)	.170
	2	3.71(1.52)	.052(.032)	-.255*(-.266*)	-.055(-.057)	.186(.194)	-.155(-.161)	.168
	평균		.069(.050)	-.344**(-.359**)	-.073(-.076)	.181(.190)	-.163(-.170)	.186
중간	1	2.11(1.87)	.086(.048)	-.007(-.016)	-.068(-.070)	.157(.165)	-.144(-.151)	.189
	2	-.42(2.94)	.162(.090)	-.123(-.133)	.020(.019)	.187(.195)	-.107(-.113)	.181
	평균		.124(.050)	-.104(-.117)	-.013(-.015)	.221(.234)	-.150(-.160)	.231
낮음	1	-2.90(3.85)	.233(.109)	.232(.228)	.026(.025)	-.022(-.016)	.031(.027)	.202
	2	-2.68(2.39)	.134(.090)	.025(.023)	-.063(-.063)	.194(.195)	-.164(-.166)	.048
	평균		.184(.071)	.190(.185)	-.010(-.012)	.076(.083)	-.055(-.060)	.178

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

복 예측값으로부터 계산된 지니계수도 생애 초기 행복도 정보에 따라서 차이가 있었다($F(2, 140) = 104.38, p < .001$). 표 2의 기술 통계치에서 볼 수 있듯이, 생애 초기 행복도가 낮을수록 지니계수가 더 높아져, 삶의 굴곡이 더 많을 것으로 예상하는 것으로 나타났다.

지니계수와 삶의 만족도, 긍정 정서, 부정 정서, 정서 균형, 종합적 사고 점수의 단순 상관을 구한 결과, 생애 초기 행복도가 높은 조건에서만 지니계수와 삶의 만족도 간 유의한 부적 관계가 관찰되었다(표 2). 즉, 생애 초기 행복도가 높게 제시된 상황에서 이후 시간에 따른 행복 분포를 불균등하게 지각한 연구 참가자들일수록 보다 낮은 수준의 삶의 만족도를 경험하는 경향성을 보였다. 이러한 상관 결과는 종합적 사고를 통제된 편상관 분석에서도 여전히 유의한 것으로 확인되었다. 생애 초기 행복도가 중간 혹은 낮은 조건에서는 단순 상관과 편상관 분석 모두에서 지니계수와 주관적 안녕감 변수 간에 유의한 상관이 관찰되지 않았다.

논 의

연구 3의 결과는 연구 1에서 발견된 시간 차원에서의 행복 불균등 분포 믿음과 삶의 만족도 간의 부적 관련성을 부분적으로 지지해준다. 비록 특정 조건(생애 초기 행복이 높게 제시된 조건)에서만 유의하게 관찰되었지만, 행복의 시간적 변동성을 나타내는 지니계수와 삶의 만족도 간의 부적 상관, 시간 차원에서 행복의 편차가 더 크다고 믿을수록 경험하는 삶의 만족도 정도가 낮다는 것을 시사한다. 또한, 연구 2와 마찬가지로, 주관적 안녕감의 인지적 요소인 삶의 만족도와 정서적 요소인 긍정 정서, 부정 정서, 정서 균형 점수들 중에서 삶의 만족도만이 행복의 시간적 분포에 대한 믿음과 관련된 관련성을 보였다는 사실은 행복의 분포에 대한 믿음이 정서적인 요소보다는 인지적 요소와 더 관련

이 있음을 보여준다.

행복의 시간적 분포에 대한 믿음과 삶의 만족도 간의 유의한 상관이 생애 초기 행복이 높은 조건에서만 한정되어 관찰된 것은 미래 행복 예측에서 일반적으로 나타나는 사람들의 낙관적 기대 성향을 통해 일부 설명될 수 있다. 인생 그래프 과제에서 연구 참가자들은 생애 초기(태어나서 20세까지)의 행복 정보를 제공받게 되고, 해당 정보를 바탕으로 이후 미래 기간(향후 60년간)의 행복 수준을 예측하게 된다. 그런데 선행 연구들에 따르면, 사람들은 본인과 타인의 행복 예측 모두에서 미래의 행복 수준이 과거나 현재의 행복 수준보다 더 높을 것이라는 낙관적 기대를 보인다(Harris & Busseri, 2019; Robinson & Ryff, 1999; Sjästad, Skard, Thorbjørnsen, & Norman, 2019). 구체적으로, Busseri, Choma, & Sadava(2009)은 사람들이 시간에 따른 행복 변화 궤적에 관한 일반적 기대를 가지고 있음을 밝혔는데, 사람들은 행복이 과거-현재-미래의 순으로 꾸준히 우상향하는 궤적을 보이며 변화할 것이라고 강하게 기대하였다. 이러한 관련 결과들을 바탕으로 볼 때, 생애 초기 행복이 낮거나 중간 정도에 해당하는 단서 정보를 제공받는 경우, 사람들은 행복이 시간에 따라 우상향할 것이라는 일반적 기대에 따라 이후 기간의 행복을 꾸준히 상승하는 형태로 예측했을 가능성이 있다. 그에 반해, 생애 초기 행복이 높은 조건에서는 더 이상 행복이 우상향할 것이라는 기대가 강력하게 작용하기 어렵기 때문에, 사람들은 행복의 시간적 분포에 대한 믿음에 맞춰 이후 행복 양상을 예측했을 가능성이 크다. 정리해보면, 연구 2의 결과와 마찬가지로 사람들은 특정 상황, 즉 행복 예측에 대한 구체적 근거나 일반적 기대가 작용하기 어려운 경우에만 시간에 따른 행복의 분포에 대한 믿음을 바탕으로 미래 행복 양상을 예

측하고, 그 결과 행복의 시간적 분포에 대한 믿음과 삶의 만족 간의 관계가 생애 초기 행복이 높은 조건에서만 유의하게 나타난 것으로 이해해 볼 수 있다.

추가적으로, 생애 초기 행복도가 같은 자극들 사이에도 평균 지니계수에 차이가 있었다. 저자들이 의도한 바는 아니었으나, 생애 초기 행복 변화 양상이 이러한 차이를 가져왔을 가능성이 있다. 생애 초기 행복도가 높은 조건과 낮은 조건에서는 행복 변화의 변산을 달리 하였다는 점에 착안하여, 변산이 높은 경우와 낮은 경우 지니계수에 차이가 있었는지 살펴본 결과, 두 조건에서 모두 초기 정보의 변산이 컸을 때, 이후의 행복 추정치의 지니계수도 컸던 것으로 나타나(반복측정 일반선형모형에서 자극 변산의 참가자 내 효과: $R(1, 70) = 18.66, p < .001$), 초기 정보의 변동성이 행복의 시간적 분포 지각에 영향을 주었을 가능성을 시사하였다. 그러나 본 연구의 초점은 행복의 시간적 분포에 대한 믿음과 주관적 안녕감의 관련성이며, 표2에서 볼 수 있듯이, 두 변인 간의 관련성은 초기 정보 변동성과 무관하게, 초기 행복도가 높았던 조건에서 일관되게 관찰되었다. 연구자들이 임의로 변화를 준 자극 특성들의 효과는 부수적 결과로서, 우연히 관찰된 결과일 가능성을 배제할 수 없으므로, 본 연구에서는 추가적인 해석은 하지 않았다.

연구 1-3에서는 행복이 시간적, 공간적으로 불균등하게 분포되었다고 믿는 사람들이 낮은 삶의 만족도를 경험하고 있음을 확인하였다. 그렇다면 이러한 “평등한 세상”과 “평탄한 인생”에 대한 믿음은 행복 분포에 대한 믿음에서만 삶의 만족도와 관련 있을까? 행복뿐만 아니라 경제적 부와 같은 일반적인 자원의 분포에 대한 믿음도 삶의 만족도와 연결되지는 않을까? 경제적 불평등에 민감한 사람들이 우울하고 덜 행복하다(Tanaka, Yamamoto, & Haruno, 2017)는 일부 선행 연구 결과들을 고려할 때, 삶의 만족도가 행복의 분포에 대한 내재적 믿음이 아니라 일반

적인 자원의 분포에 대한 내재적 믿음과 관련되어 있을 가능성을 배제할 수 없다. 연구 4에서는 연구 2와 연구 3에서 사용했던 것과 동일한 과제를 사용하여, 경제적 분포에 대한 믿음과 삶의 만족도가 관련되어 있는지 알아보고자 하였다.

연구 4

부의 불균등한 분포, 즉 경제적 불평등이 삶의 만족도와 부적적으로 관련되어있음은 많은 선행 연구들에서 반복적으로 확인되었다(Oishi & Kesebir, 2015). 국가 단위의 경제적 불평등뿐만 아니라, 개인 수준에서 지각된 소득 불평등이나 불평등에 대한 민감성 또한 삶의 만족도에 부정적 영향을 미친다(Buttrick, Heintzelman, & Oishi, 2017; Oshio & Urakawa, 2014; Tanaka, Yamamoto, & Haruno, 2017). 그러나 경제적 부의 분포에 대한 내재적 믿음이 삶의 만족도와 어떻게 관련되어있는지 알아본 연구는 아직 없다. 연구 4에서는 경제적 부의 분포에 대한 믿음과 삶의 만족도의 관련성을 알아보고, 연구 1-3에서 확인한 행복의 분포에 대한 믿음과 삶의 만족도의 관련성이 행복뿐만 아니라 자원의 분포에 대한 일반적 믿음까지 확장될 수 있는지, 아니면 행복의 분포에서만 특수하게 관찰되는 것인지 알아보았다. 연구 4-1에서는 경제적 자원의 공간적 분포, 연구 4-2에서는 경제적 자원의 시간적 분포에 대한 믿음과 삶의 만족도 간의 관련성을 살펴보았다.

연구 4-1 경제적 자원의 공간적 분포에 대한 믿음과 삶의 만족도

방 법

연구 참가자

서울 시내 모 대학에 재학 중인 학부생 39명 (남: 16명, 여: 18명, 미확인: 5명)이 연구에 참가하였다.

연구 절차

경제적 부 평정 과제

연구 2에서 사용된 행복 평정 과제와 거의 동일한 절차로 진행되었다. 연구 2에서는 화면에 제시되는 장면 속 등장인물들의 행복도를 평정하도록 지시하였다면, 연구 4-1에서는 등장인물들의 경제적 부 정도를 -5점(매우 가난)에서 5점(매우 부유) 사이 점수로 평정하도록 하였다. 경제적 부 평정 과제에서는 연구 2에서 삶의 만족도 효과가 관찰되었던 네 개의 목표 자극만을 사용하였다. 연구 2와 동일한 방식으로 수식(1)을 사용하여 경제적 부에 대한 지니계수를 구하였다.

주관적 안녕감 설문

연구 2, 3과 동일하게, 참가자들은 행복 평정 과제를 마친 뒤, 삶의 만족도 척도(SWLS; Diener et al., 1985)와 긍정적-부정적 정서 경험 척도(SPANE; Diener et al., 2009)를 작성하였다. 삶의 만족도 점수는 SWLS 다섯 문항에 대한 응답의 합계 점수(M = 23.14, SD = 5.26, Cronbach's $\alpha = .83$)를 표준 점수로 변환하여 사용하였으며, SPANE²⁾은 긍정 정서에 대한 응답 평균(M =

2) 연구2와 연구3에서는 삶의 만족도 척도와 일관되게 7점 척도로 응답을 받았으나, 연구4에서 Diener et al. (2009)의 원척도와 차이가 있음을 발견하여 5점 척도로 변경하여 사용하였다. 연구4에서 긍정 정서와 부정 정서 점수가 연구2와 연구3에 비해 낮게 나타나지만, 이것이 연구4의 참가자들의 정서적 안녕감 수준이 달랐다는 의미는 아님을 밝혀둔다. 또한, 모든 통계 분석에서는 표준 점수로 변환한 점수를 사용하였으므로, 척도의 차이가 주요 결과에 영향을 미칠 가능성은 매우 낮다.

3.48, SD = 0.60, Cronbach's $\alpha = .88$)을 표준 점수로 변환한 것을 긍정 정서 점수, 부정 정서에 대한 응답 평균(M = 2.49, SD = .65, Cronbach's $\alpha = .78$)을 표준점수로 변환한 것을 부정 정서 점수, 긍정 정서 점수에서 부정 정서 점수를 뺀 값을 정서 균형 점수(M = .00, SD = 1.66)로 사용하였다(Diener et al., 2009).

결 과

행복 분포 과제에서와 마찬가지로 연구 참가자들은 제시된 인물이 평균적으로 중간 이상으로 부유할 것이라고 지각하였고(평균 부: M = .56, SD = .49, $t(38) = 7.05, p < .001$), 완전 평등 상태에서 유의하게 벗어나는 것으로 지각하였다(평균 지니계수: M = .11, SD = .05, $t(38) = 14.23, p < .001$).

연구 2와 동일한 방법으로 각 장면에 대한 경제적 부의 지니계수와 삶의 만족도 간의 상관을 구한 결과, 삶의 만족도와 유의한 상관을 보이지 않았다(모든 $|r| < .280$, 모든 $p > .098$). 다섯 개 장면의 평균 지니계수와 삶의 만족도 간 상관 역시 유의하지 않았다($r = .233, p = .172$). 그 밖에, 경제적 부의 지니계수와 긍정 정서, 부정 정서, 정서 균형 점수, 주관적 안녕감 점수 간에도 유의한 상관이 관찰되지 않았다(모든 $|r| < .330$, 모든 $p > .053$). 경제적 부의 지니계수와 긍정 정서 점수($r = .330, p = .053$), 주관적 안녕감 점수($r = .305, p = .075$) 사이 경향성 수준의 상관이 관찰되었다. 이러한 결과는 삶의 만족도가 경제적 부의 분포에 대한 믿음과는 무관하며 행복 분포에 대한 믿음에 특수하게 관련되어있음을 시사한다.

연구 4-2 경제적 자원의 시간적 분포에 대한 믿음과 삶의 만족도

방 법

연구 참가자

서울 시내 모 대학에 재학 중인 학부생 38명 (남: 21명, 여: 15명, 미확인: 2명)이 연구에 참가하였다.

연구 절차

경제적 인생 그래프 과제

연구 3과 거의 동일한 절차로 진행되었다. 연구 참가자들에게 연구 3과 동일한 여섯 개의 인생 그래프를 제시하고, 행복도 대신 해당 인물의 경제적 부가 시간에 따라 어떻게 변화했을 것 같은지 추정해보도록 하였다. 참가자들은 -10점(매우 가난)에서 10점(매우 부유) 사이의 점수로 매 5년마다의 경제적 부 정도를 표시하였다.

주관적 안녕감 설문

참가자들은 인생 그래프 과제를 마친 뒤, 삶의 만족도 척도(SWLS; Diener et al., 1985)와 긍정적-부정적 정서 경험 척도(SPANE; Diener et al., 2009)를 작성하였다. 삶의 만족도 점수는 SWLS 다섯 문항에 대한 응답의 합계 점수(M = 22.45, SD = 5.23, Cronbach's $\alpha = .76$)를 표준 점수로 변환하여 사용하였으며, SPANE은 긍정 정서에 대한 응답 평균(M = 3.36, SD = .80, Cronbach's $\alpha = .93$)을 표준 점수로 변환한 것을 긍정 정서 점수, 부정 정서에 대한 응답 평균(M = 2.58, SD = .72, Cronbach's $\alpha = .81$)을 표준점수로 변환한 것을 부정 정서 점수, 긍정 정서 점수에서 부정 정서 점수를 뺀 값을 정서 균형 점수(M = .00, SD = 1.63, Cronbach's $\alpha = .93$)로 사용하였다(Diener et al., 2009).

결 과

연구 참가자들은 제시된 인물의 생애 초기 경제적 수준에 따라서 이후의 삶에서 평균적인 경제적 부의 정도를 다르게 예측하였으나(생애 초기 경제적 수준 높음: M = 5.41, SD = 1.82; 중간: M = .98, SD = 1.86; 낮음: M = -3.36, SD = 2.26; $R(2, 74) = 170.79, p < .001$), 경제적 부의 시간적 분포 지각에서는 생애 초기 정보에 따른 유의한 차이가 관찰되지 않았다(생애 초기 경제적 수준 높음: M = .04, SD = .06; 중간: M = .02, SD = .04; 낮음: M = .05, SD = .05; $R(2, 74) = 2.80, p = .067$).

연구 3과 동일한 방법으로 경제적 인생 그래프 과제에서 구한 경제적 부의 지니계수와 삶의 만족도 간의 상관을 구한 결과, 생애 초기 경제적 수준(높음, 보통, 낮음)과 무관하게 모두 삶의 만족도와 유의한 상관을 보이지 않았다(높음 조건: $r = -.065, p = .698$; 보통 조건: $r = -.265, p = .108$; 낮음 조건: $r = .036, p = .832$). 그 밖에 경제적 부의 지니계수와 긍정 정서 점수, 부정 정서 점수, 정서 균형 점수, 주관적 안녕감 점수 간에도 유의한 상관이 없었다(모든 $|r| < .265$, 모든 $p > .108$).

연구 4-1과 4-2의 결과는 경제적 부의 분포에 대한 믿음이 삶의 만족도와 무관함을 일관되게 보여준다. 이러한 결과는 삶의 만족도가 자원의 분포에 대한 일반적 믿음이나 단순 순환론적 믿음과 관련되어있다고보다는 행복의 분포에 대한 믿음과 특수하게 관련되어있을 가능성을 시사한다.

한편, 연구 4의 표본 크기가 연구 1-3에 비하여 작다는 점을 고려할 때, 표본 크기가 충분히 크다면 연구 4에서 관찰된 상관계수가 통계적으로 유의하게 될 가능성도 배제할 수 없다. 그러나 경제적 부의 공간적 분포에 대한 지니계수와 긍정 정서 점수, 주관적 안녕감 점수의 상관과 같이 경향성 수준($p < .10$)의 유의도를 보였던 결과들은 상관의 방향이 연구 1-3과는 반대였다

는 점에 주목할 필요가 있다. 이는 경제적 부의 분포에 대한 믿음과 행복의 분포에 대한 믿음이 행복에서 의미하는 바가 다를 수 있음을 시사한다.

종합논의

본 연구에서는 행복의 시간적, 공간적 분포에 대한 믿음과 주관적 안녕감의 관련성을 살펴본 것이다. 연구 1에서는 자기보고 설문을 통해, 연구 2와 3에서는 행복 예측 과제를 통해 행복의 공간적, 시간적 분포에 대한 믿음을 측정하여 행복 분포 믿음과 주관적 안녕감 간의 관계를 조사해본 결과, 행복이 개인 간에 공간적으로 불균등하게 분포되어 있다고 믿거나 개인 내에서 시간적으로 불균등하게 분포되어 있다고 믿을수록 낮은 삶의 만족도를 경험하는 것으로 확인되었다. 연구 4의 결과는 불균등 분포에 대한 믿음과 삶의 만족도 간의 이러한 관계가 일반적 자원 분포에 관한 믿음에서는 나타나지 않고, 행복이라는 영역에서만 특수하게 존재함을 보여 주었다.

본 연구의 결과는 세상에 대한 고정적 신념이 개인의 행복 경험에 부정적인 영향을 준다는 선행 연구들과 맥을 같이 한다. 한 시점에서 개인마다 행복을 경험하는 정도에 큰 차이가 있어서 행복이 공간적으로 불균형하게 분포할 것이라는 믿음이 삶의 만족도와 부적 상관을 보인다는 결과는, 행복의 양이 제한적이어서 한 사람이 행복하면 다른 누군가는 불행할 것이라는 믿음(구자영, 서은국, 2007)이나 제로섬 게임에 대한 신념(Różycka-Tran et al., 2015)이 행복과 부적 상관을 보인다는 선행 연구 결과와 일치한다. 또한, 행복이 한 개인 내에서도 시간에 걸쳐 불균형하게 분포할 것이라는 믿음이 삶의 만족도와 부적에 관련되어있다는 본 연구의 발견은 행복의 양이 제한적이라는 믿음뿐만 아니라 행복에 대한 고정 마인드셋(Van Tongeren &

Burnette, 2018)과 변증법적 믿음(Joshanloo & Weijers, 2014)이 개인의 행복에 부정적 영향을 준다는 선행 연구 결과와 같은 맥락에서 이해될 수 있다. 그러나 선행 연구들에서는 고정적 신념이나 변증법적 신념과 주관적 안녕감의 관련성이 영역-일반적(domain-general)으로 유무형의 자원 분포와 관련된 신념 전반에 적용되는 것인지, 아니면 행복에 대한 특정 영역 신념에만 국한된 것인지에 대한 직접적 검증이 이루어지지 못했다. 본 연구에서는 경제적 부의 분포에 대한 믿음과 삶의 만족도 사이에서는 일관성 있는 관계를 발견하지 못했다. 이러한 결과는 영역-일반적 자원 분포에 대한 믿음보다는 행복이라는 대상에 고유한 믿음이 삶의 만족도에 영향을 줄 것임을 시사한다. 다만, 선행 연구들에서 실제 및 지각된 경제적 불평등이 행복에 부정적 영향을 준다는 사실을 지속적으로 밝혀왔다는 점을 고려할 때, 경제적 부의 분포에 대한 믿음과 행복이 어떻게 관련되어있는지는 후속 연구에서 체계적으로 검토해볼 필요가 있을 것이다.

본 연구의 주요 결과들은 개인의 문화적 성향을 반영하는 종합적 사고방식과는 무관한 것으로 보인다. 연구2와 연구3에서 관찰된 삶의 만족도와 행복의 공간적, 시간적 분포에 대한 믿음의 관련성은 종합적-분석적 사고방식을 통제하고도 여전히 유의하였다. 기존의 문화 비교 연구들이나 주관적 안녕감 연구들에서는 동아시아 국가들이 GDP 대비 행복 수준이 낮은 이유로 문화적 특성을 자주 언급해왔다. 예를 들어, 집합주의나 상호의존성이 행복에 부정적 영향을 미치는 사회비교나 변증법적 사고방식과 관련되어 있다는 것이다. 그러나 본 연구에서는 문화적 성향이 행복 분포 지각에 영향을 어느 정도 주기는 하였으나, 문화적 성향의 효과를 통제하더라도 행복 분포 지각과 삶의 만족도 간 관련성이 유지되는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 적어도 사고방식의 문화차와는 무관하게 행복 분포 지각이 삶의 만족도와 관련되어있을 가능성을 보여준다. 한 문화권 내에서 나타나는 개

인차와 문화 간 차이가 반드시 일치하지 않는다는 점(Na, Grossmann, Varnum, Kitayama, Gonzalez, & Nisbett, 2010)을 고려할 때, 행복의 내재 이론에 대한 문화 간 비교 연구를 통해서 문화적 영향과 내재 이론이 어떤 방식으로 상호작용하는지 이해할 필요가 있다.

또 다른 흥미로운 점은, 행복의 시-공간적 분포에 대한 믿음이 주관적 안녕감의 요소들 중에서 인지적 요소에 해당하는 삶의 만족도 점수와 관련되어있었으며 정서적 요소와는 일관성 있는 상관이 발견되지 않았다는 것이다. 이러한 결과는 행복의 분포에 대한 지각이 정서적 경험보다는 신념을 반영한다는 것을 시사할 수도 있다. 그러나 이러한 결과가 두 요소의 측정 변인 자체의 속성에서 비롯되었을 가능성도 배제하기는 어렵다. 주관적 안녕감의 정서적 요소인 긍정 정서와 부정 정서는 최근의 사건들과 활동들이 영향을 주는 것으로 알려져 있다(Diener, 1984; Schimmack, 2008). 반면, 인지적 요소는 삶의 만족도와 같이 자신의 삶에 대한 전반적인 인지적 평가를 반영하며, 정서적 요소에 비해서 시간에 걸쳐 더 안정적이며 실험 조작과 같은 상황 변화의 영향을 덜 받는다(Schimmack, 2008). 따라서 삶의 만족도가 개인차를 더 잘 반영하여 행복 분포 지각에서 나타나는 개인차에 더 민감하게 반응했을 가능성도 있다. 주관적 안녕감의 인지적 요소와 정서가 요소가 서로 관련되어있으며(Diener, 1984), 정서와 인지가 서로 상호작용한다는 점을 고려할 때(Fredrickson & Joiner, 2002; LeDoux, 1989), 인지적 요소에 특정적으로 관련되어있다는 결론에 도달하기 위해서는 추가적인 증거가 요구된다.

본 연구에서는 선행 연구 결과들을 토대로 행복에 대한 여러 내재 이론의 차이가 행복의 분포 믿음과 밀접한 관련이 있을 것으로 가정하였으나, 내재 이론들 간의 연관성을 체계적으로 분석하지는 못했다. 행복과 관련된 다른 내재 이론들과 행복의 분포에 대한 믿음이 실제로 어떻게 관련되어있는지를 알아보고, 행복의 분포

에 대한 믿음이 기존 연구들에서 밝혀진 내재 이론의 하위 요소인지, 별개의 내재적 믿음으로 간주될 수 있는지, 아니면 여러 내재 이론의 기초가 되는 보다 근원적인 내재 이론이 존재하는지에 대한 추가적인 고찰이 필요하다. 또한, 본 연구에서는 상관 분석 결과만을 제시하고 있다는 한계가 있다. 후속 연구를 통해 행복의 분포에 대한 믿음을 변화시키면 삶의 만족도를 비롯한 주관적 안녕감 관련 지표들이 변화하는지를 알아보거나 반대로 긍정 정서 또는 부정 정서 유도가 행복 분포 지각을 변화시키는지를 알아보는 연구를 통하여 인과적 방향성을 밝힐 필요가 있다.

저자 소개

설선혜는 서울대학교에서 박사학위를 취득한 뒤 스위스 취리히대학교와 고려대학교, 미국 다트머스대학교에서 박사후연구원을 역임했다. 현재 부산대학교 심리학과 교수로 재직하며 사회신경과학 연구실을 운영하고 있다. 사회적 의사결정과 친사회적 행동, 행복의 심리신경학적 기제를 연구하고 있다.

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

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.

참고문헌

- 구자영, 서은국 (2007). 행복의 양이 한정되어 있다는 믿음과 주관적 안녕감. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 21(4), 1-19.
doi: 10.21193/kjspp.2007.21.4.001
- 무라카미 하루키 (1987). *노르웨이의 숲*. 서울: 민음사.
- Appel, H., Crusius, J., & Gerlach, A. L. (2015). Social comparison, envy, and depression on Facebook: A study looking at the effects of high comparison standards on depressed individuals. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(4), 277-289.
doi: 10.1521/jscp.2015.34.4.277
- Borooh, V. K. (2006). How much happiness is there in the world? A cross-country study. *Applied Economics Letters*, 13(8), 483-488. doi: 10.1080/13504850500400652
- Brandts, J., Riedl, A., & Van Winden, F. (2009). Competitive rivalry, social disposition, and subjective well-being: An experiment. *Journal of Public Economics*, 93(11-12), 1158-1167.
doi: 10.1016/j.jpubeco.2009.07.010
- Burnette, J. L., O'Boyle, E. H., Van Epps, E. M., Pollack, J. M., & Finkel, E. J. (2013). Mind-sets matter: A meta-analytic review of implicit theories and self-regulation. *Psychological Bulletin*, 139(3), 655-701. doi: 10.1037/a0029531
- Busseri, M. A., Choma, B. L., & Sadava, S. W. (2009). Functional or fantasy? Examining the implications of subjective temporal perspective "trajectories" for life satisfaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(3), 295-308. doi: 10.1177/0146167208327215
- Buttrick, N. R., Heintzelman, S. J., & Oishi, S. (2017). Inequality and well-being. *Current opinion in psychology*, 18, 15-20.
- Chiu, C.-y., Hong, Y.-y., & Dweck, C. S. (1997). Lay dispositionism and implicit theories of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(1), 19-30.
doi: 10.1037/0022-3514.73.1.19
- Choi, I., Koo, M., & Choi, J. A. (2007). Individual differences in analytic versus holistic thinking. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(5), 691-705.
- Crum, A. J., Salovey, P., & Achor, S. (2013). Rethinking stress: The role of mindsets in determining the stress response. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(4), 716-733.
doi: 10.1037/a0031201
- Deaton, A. (1997). The analysis of household surveys: a microeconomic approach to development policy. The World Bank.
doi: 10.1596/0-8018-5254-4
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 39, 247-266.
- Dweck, C. S., Chiu, C. Y., & Hong, Y. Y. (1995). Implicit theories: Elaboration and extension of the model. *Psychological Inquiry*, 4(4), 322-333.
doi: 10.1207/s15327965pli0604_12
- Feldman, G., Chandrashekar, S. P., & Wong, K. F. E. (2016). The freedom to excel: Belief in free will predicts better academic performance. *Personality and Individual Differences*, 90, 377-383.
doi: 10.1016/j.paid.2015.11.043
- Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward

- emotional well-being. *Psychological Science*, 13(2), 172-175. doi: 10.1111/1467-9280.00431
- Furnham, A., & Cheng, H. (2000). Lay theories of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 1(2), 227-246. doi: 10.1023/A:1010027611587
- Gainer, M. (2013). Assessing happiness inequality in the welfare state: Self-reported happiness and the Rawlsian difference principle. *Social Indicators Research*, 114(2), 453-464. doi: 10.1007/s11205-012-0155-0
- Grasseni, M., & Origo, F. (2018). Competing for Happiness: Attitudes to Competition, Positional Concerns and Wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, 19(7), 1981-2008. doi: 10.1007/s10902-017-9906-6
- Harris, H., & Busseri, M. A. (2019). Is there an 'end of history illusion' for life satisfaction? Evidence from a three-wave longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 83, 103869. doi: 10.1016/j.jrp.2019.103869
- Hong, Y. Y., Chiu, C. Y., Dweck, C. S., Lin, D. M.-S., & Wan, W. (1999). Implicit theories, attributions, and coping: A meaning system approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(3), 588-599. doi: 10.1037/0022-3514.77.3.588
- Ji, L. J., Nisbett, R. E., & Su, Y. (2001). Culture, change, and prediction. *Psychological Science*, 12(6), 450-456. doi: 10.1111/1467-9280.00384
- Joshanloo, M., & Weijers, D. (2014). Aversion to happiness across cultures: A review of where and why people are averse to happiness. *Journal of Happiness Studies*, 15(3), 717-735. doi: 10.1007/s10902-013-9489-9
- Kondratowicz-Nowak, B., & Zawadzka, A. M. (2018). Does belief in free will make us feel good and satisfied. *Health Psychology Report*, 6(2), 109-117. doi: 10.5114/hpr.2018.73053
- Koo, M., Choi, J., & Choi, I. (2018). Analytic vs. Holistic Cognition: Construct and Measurement. In J. Spencer-Rogers & K. Peng (Ed.), *The Psychological and Cultural Foundations of Dialectical Thinking* (pp. 105-134). Oxford, UK: Oxford University Press.
- LeDoux, J. E. (1989). Cognitive-emotional interactions in the brain. *Cognition & Emotion*, 3(4), 267-289. doi: 10.1080/02699938908412709
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56(3), 239-249. doi: 10.1037/0003-066X.56.3.239
- Lyubomirsky, S., & Ross, L. (1997). Hedonic consequences of social comparison: a contrast of happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1141-1157. doi: 10.1037/0022-3514.73.6.1141
- Molden, D. C., & Dweck, C. S. (2006). Finding "meaning" in psychology: a lay theories approach to self-regulation, social perception, and social development. *American Psychologist*, 61(3), 192-203. doi: 10.1037/0003-066X.61.3.192
- Murphy, M. C., & Dweck, C. S. (2010). A culture of genius: How an organization's lay theory shapes people's cognition, affect, and behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(3), 283-296. doi: 10.1177/0146167209347380
- Na, J., Grossmann, I., Varnum, M. E., Kitayama, S., Gonzalez, R., & Nisbett, R. E. (2010). Cultural differences are not always reducible to individual differences. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(14), 6192-6197. doi: 10.1073/pnas.1001911107
- Norenzayan, A., Choi, I., & Nisbett, R. E. (2002). Cultural similarities and differences in social inference: Evidence from behavioral predictions and lay theories of behavior. *Personality and*

- Social Psychology Bulletin*, 28(1), 109-120.
doi: 10.1177/0146167202281010
- Oishi, S. (2002). The experiencing and remembering of well-being: A cross-cultural analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(10), 1398-1406.
- Oishi, S., & Kesebir, S. (2015). Income inequality explains why economic growth does not always translate to an increase in happiness. *Psychological Science*, 26, 1630-1638.
- Oshio, T., & Urakawa, K. (2014). The association between perceived income inequality and subjective well-being: Evidence from a social survey in Japan. *Social Indicators Research*, 110(3), 755-770.
- Robinson, M. D., & Ryff, C. D. (1999). The role of self-deception in perceptions of past, present, and future happiness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(5), 596-608.
doi: 10.1177/0146167299025005005
- Ross, L. D. (2001). Getting down to fundamentals: Lay dispositionism and the attributions of psychologists. *Psychological Inquiry*, 12(1), 37-40.
doi: 10.2307/1449302
- Różycka-Tran, J., Boski, P., & Wojciszke, B. (2015). Belief in a zero-sum game as a social axiom: A 37-nation study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 46(4), 525-548.
doi: 10.1177/0022022115572226
- Różycka-Tran, J., Piotrowski, J. P., Żemojtel-Piotrowska, M., Jurek, P., Osin, E. N., Adams, B. G., ... & Ciecuch, J. (2019). Belief in a zero-sum game and subjective well-being across 35 countries. *Current Psychology*, 1-10.
doi: 10.1007/s12144-019-00291-0
- Schimmack, U. (2008). The structure of subjective well-being. *The Science of Subjective Well-being*, 54, 97-123.
- Sjåstad, H., Skard, S., Thorbjørnsen, H., & Norman, E. (2019, June 7). Self-serving optimism in hedonic prediction: People believe in a bright future for themselves and their friends, but not for their enemies. doi: 10.31234/osf.io/wgc3z
- Spencer-Rodgers, J., Peng, K., Wang, L., & Hou, Y. (2004). Dialectical self-esteem and East-West differences in psychological well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(11), 1416-1432.
- Tanaka, T., Yamamoto, T., & Haruno, M. (2017). Brain response patterns to economic inequity predict present and future depression indices. *Nature Human Behaviour*, 1(10), 748-756. doi: 10.1038/s41562-017-0207-1
- Uchida, Y. (2010). A holistic view of happiness: Belief in the negative side of happiness is more prevalent in Japan than in the United States. *Psychologia*, 53(4), 236-245.
- Van Tongeren, D. R., & Burnette, J. L. (2018). Do you believe happiness can change? An investigation of the relationship between happiness mindsets, well-being, and satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 13(2), 101-109.
doi: 10.1080/17439760.2016.1257050

1 차원고접수 : 2020. 09. 17.

수정원고접수 : 2020. 11. 20.

최종게재결정 : 2020. 11. 24.

Belief in the distribution of happiness and subjective well-being

Sunhae Sul

Pusan National University

Jongan Choi

Kangwon National University

Incheol Choi

Seoul National University

Lay theory is implicit assumptions about the social world that individuals hold, which influences personal experiences and behaviors. Previous research on the relationship between lay theories and happiness suggested various lay theories are associated with individual differences in experiencing happiness. In the present study, we investigated how the belief in the temporal and spatial distribution of happiness is related to individuals' happiness. In Study 1, belief in happiness distribution was measured by self-reported survey and then correlated with participants' self-reported feeling of happiness. In Study 2 and Study 3, participants performed behavioral tasks in which they predicted others' levels of happiness on spatial and temporal dimensions. Participants' beliefs on the happiness distribution were estimated based on their responses in the tasks and were correlated with subjective well-being measures. Results of Study 1-3 revealed that participants who believed happiness is not equally distributed across space and time tended to feel lower level of happiness and have lower life satisfaction. In Study 4, we found that belief in the economic distribution is not related to life satisfaction or other subjective well-being measures. Our findings suggest that belief in unequal distribution of happiness is negatively linked to individuals' level of happiness and this relationship may not be domain-general but be specific to the domain of happiness.

Key words : subjective well-being, life satisfaction, lay theory, happiness distribution

다음은 어느 두 작가의 소설에서 발췌한 것입니다. 각 내용은 인생에 대한 통찰을 담고 있는데, 상이한 관점을 보여줍니다. 각 내용에 얼마나 동의하는지를 7점 척도 상에 표시하여 주십시오.

A: 인생은 맛있는 비스킷과 맛있는 비스킷이 뒤섞여있는 비스킷상자 같은 것이다. 비스킷 상자에 는 비스킷이 가득 들어 있고, 거기에는 좋아하는 것과 좋아하지 않는 것이 있다. 때로는 좋아하는 것을 먹게 될 때도 있고 때로는 싫어하는 것을 먹게 될 때도 있다. 먼저 좋아하는 것을 먹으면 그 다음엔 싫어하는 것이 남게 된다. 먼저 싫어하는 것을 먹으면 그 다음엔 좋아하는 것이 남게 된다.

A의 내용에 얼마나 동의하십니까?

1	2	3	4	5	6	7
전혀						전적으로
동의하지 않는다						동의한다

B: 인생은 맛있는 초콜릿이 가득한 초콜릿 박스다. 포장을 열기 전까지는 어떤 초콜릿을 먼저 먹 게 될지 알 수 없다. 그러나 무슨 맛의 초콜릿을 선택하든 당신은 그 나름대로의 달콤한 맛을 즐길 수 있을 것이다.

B의 내용에 얼마나 동의하십니까?

1	2	3	4	5	6	7
전혀						전적으로
동의하지 않는다						동의한다

A와 B의 내용 중 상대적으로 어느 쪽이 평소 귀하의 생각과 더 비슷한 것 같습니까?

1	2	3	4	5	6	7
A와 더 유사						B와 더 유사