한국심리학회지: 사회 및 성격
Korean Journal of Social and Personality Psychology
2022, Vol. 36, No. 1, 1-24
https://doi.org/10.21193/kjspp.2022.36.1.001

정규논문

심리적 웰빙에 대한 서사정체성의 증분타당도: McAdams의 성격 3수준 이론을 중심으로*

문 현 이 다 예 김 소 율 박 선 웅†

고려대학교

본 연구는 McAdams가 제안한 성격 3수준 이론을 바탕으로 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 가지는 추가적인 설명력, 즉 증분타당도를 확인하고자 했다. 본 연구의 참여자는 6개월 종단연구에 지속적으로 참여한 93명이었다. 참여자들은 1차시에 성격 5요인(성격 1수준; 기질적 특성), 회복탄력성과 낙관성(성격 2수준; 특징적 적응), 심리적 웰빙(준거 변인) 척도에 응답하였다. 6개월 후 2차시에 참여자들은 앞서와 같은 척도에 응답하고, 추가로 어떻게 지금의 자신이 되었는지에 대해 기술하는 서사문(성격 3수준; 서사정체성)을 작성하였다. 연구 결과, 서사정체성은 1차시에 측정된 성격 1수준과 2수준 변인을 통제하고도, 2차시에 측정된 심리적 웰빙과 유의한 관련이 있었다. 또, 2차시에 측정된 성격 1수준과 2수준 변인을 통제한 후에도 서사정체성은 2차시에 측정된 심리적 웰빙과 유의한 관련이 있었다. 이는 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 증분타당도를 가진다는 본 연구의 가설을 지지하는 결과이다. 이와 같은 결과는 한 인간을 이해하기 위해서 성격 세 수준을 모두 살필 필요가 있다는 점을 공고히 함과 더불어 서사정체성의 연구 가치를 확인했다는 점에서 의의가 있다.

주요어: 서사정체성, 심리적 웰빙, 성격 3수준, 성격 5요인, 회복탄력성, 낙관성

* 이 연구는 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행되었음(NRF-2017S1A5A2A03068974).

† 교신저자: 박선웅, 고려대학교 심리학부, (02841) 서울특별시 성북구 안암로 145
Tel: 02-3290-2868, E-mail: sunwpark@korea.ac.kr

www.kci.go.kr

청소년기와 초기 성년기 사람들은 자기이해를 바탕으로 스스로를 정의하는 정체성 형성의 과제를 마주한다(Erikson, 1968). 서사정체성(narrative identity)은 과거에 어떻게 살아왔으며 미래를 어떻게 살아갈지에 대해 서술한 개인의 인생이야기(life story)로, 개인의 삶에 통일성과 목적성을 제공한다(McAdams & McLean, 2013). 많은 서사정체성 연구들은 개인의 인생이야기 그 자체가 성격의 구성요소 중 하나이며(McAdams, 1995), 다른 성격의 구성요소들과 마찬가지로 인생의 중요한 변인들을 예측할 수 있다는 주장을 지지해왔다. 그중에서도 심리적 웰빙(psychological well-being)은 서사정체성과 함께 연구된 대표적인 주제이다. 다수의 선행 연구들이 서사정체성이 심리적 웰빙과 유의한 정적 상관을 가짐을 밝혀왔다(Adler & Poulin, 2009; Bauer, McAdams, & Sakaeda, 2005b; McAdams, Reynolds, Lewis, Patten, & Bowman, 2001).

나아가 연구자들은 서사정체성과 심리적 웰빙의 관련성이 다른 성격 변인들을 통제한 후에도 유의한지, 즉 증분타당도가 있는지에 대해 많은 관심을 가져왔다(Adler, Lodi-Smith, Philippe, & Houle, 2016). 증분타당도(incremental validity)란 한 변인이 다른 변인들과 구분되어 독립적으로 특정 현상을 설명하거나 예측하는 정도이다(Haynes & Lench, 2003). 증분타당도를 입증하는 것은 특정 개념이나 특정 접근법의 고유한 설명력을 밝혀낸다는 점에서 중요한 연구 주제이다(Hunsley & Mash, 2007). 본 연구는 McAdams (1995)의 성격 3수준 이론을 근거로 서사정체성이 심리적 웰빙을 다른 성격 변인들의 설명력을 넘어 추가적으로 설명하는지 확인하는 것을 목적으로 한다.

McAdams의 성격의 3수준 이론

성격심리학자들은 타인과 구분되는 한 인간의 개인성(individuality)을 설명하는 개념적 체계를 구축하기 위해 노력해왔다. 초기 성격심리학에서 개인성의 설명을 위해 주로 사용된 체계는 특성(traits)으로, 특성은 개인 내 일관성에 대한 뛰어난 설명력과 행동 예측의 효율성을 필두로 성격심리학의 발전을 이끌었다(McAdams, 1996). 한편, McAdams(1995)는 특성에 대한 이해는 개인성의 이해에 필수적이지만 특성만으로는 한 인간을 전체적으로 설명하기에 부족하다는 점을 근거로, 인간의 개인성을 이해하기 위해서는 적어도 세 수준의 성격 구조에 대해 파악해야 한다고 주장했다.

McAdams(1995)가 제시한 첫 번째 수준 혹은 영역은 특성으로, 그는 이 영역을 '기질적 특성(dispositional traits)'으로 명명했다. 기질적 특성은 행동, 사고, 감정 전반에서 나타나는 넓은 의미의 개인차를 말한다. 기질적 특성은 시공간적 맥락의 변화에도 안정적으로 유지되는 개인 내부의 일관성을 설명하며 행동에 대해 비교적 강한 예측력을 가진다(McAdams & Pals, 2006). 성격 5요인(Big-Five)은 성격의 발달과 작동을 이해하는 틀로서 기질적 특성의 대표적인 모델로 자리잡아 왔다(McCrae & Costa, 2008). 성격 5요인은 외향성(extraversion), 신경성(neuroticism), 우호성(agreeableness), 개방성(openness to experience), 성실성(conscientiousness)으로 이뤄져 있다. 이 다섯 가지 분류는 영어권을 넘어 다른 언어권에서도 요인분석을 통해 지지되었으며(Church, 2000), 인간의 성격을 이해하기 위한 기준으로 널리 활용되어 왔다. 그러나 다수의 장점에도 불구하고 기질적 특성에 근거한 성격의 이해는 한 개인에 대한 피상적인 이해의 수준을 넘지 못한다. 이와 같은 한계에 따라 McAdams는 기질적 특성을 '낯선 이의 심리학(psychology of stranger)'이라고 칭하며 인간의 성격을 더 잘 이해하기 위해서는 추가적인 설명이 필요하다고 주장했다.

누군가를 더 자세히 이해하기 위해 필요한 두 번째 수준으로 McAdams(1995)가 제시한 영역은 '개인적 관심사(personal concerns)'이다. 개인적 관심사는 이후 Costa와 McCrae(1994)의 정의에 따라 '특징적 적응(characteristic adaptations)'으로 명

www.kci.go.kr

칭이 바뀌었다(McAdams & Pals, 2006). 특징적 적응은 시간, 상황, 사회적 역할 등의 맥락에 따른 개인의 적응 방식으로, 동기적 측면, 사회인지적 측면, 발달적 측면 등을 포괄한다. 특징적 적응은 삶에서 직면하는 다양한 상황에 개인이 반응하는 방식에 따라 형성된다. 기질적 특성은 특정 맥락을 초월하는 개인성의 전반적인 경향성을 드러내는 반면, 특징적 적응은 맥락에 따라 다르게 나타나는 개인성의 측면이다. 개인의 목표, 동기, 적응 방식을 설명하는 다수의 변인들이 특징적 적응에 속하며, 예시로는 방어기제(defense mechanisms), 대처 전략(coping strategies), 애착 유형(attachment styles), 낙관성(optimism), 회복탄력성(resilience), 특정 영역에서의 기술이나 재능 등이 있다(McAdams, 1995, 1996).

마지막 세 번째 수준은 서사정체성이다. 서사정체성은 과거로부터 지금까지 어떻게 현재의 자신이 되었으며 현재에서 미래로 어떻게 나아갈지를 통합적으로 서술한 개인의 인생이야기로 삶에 통일성과 목적성, 의미를 제공한다(McAdams, 2013; McAdams & McLean, 2013). 개인의 성숙과 발달에 따라 인생이야기가 변화하기 때문에 서사정체성은 시간에 따라 변한다(McAdams & Pals, 2006). 인생이야기는 자신이 누구이고, 어떻게 해서 지금의 자신이 되었는지에 대한 설명이기 때문에 자신의 개인성이 가장 잘 드러나는 영역이며, 무엇보다도 다른 사람들과 전혀 공유되지 않는 개인의 유일성이 담보되는 영역이다. McAdams(1995)는 자기 자신을 포함한 누군가를 이해하기 위해서는 이 세 영역에 대한 이해가 필수적이라고 주장하였다.

심리적 웰빙

개인의 웰빙은 보는 관점에 따라 다른 의미로 정의되며, 그 자체로 다양한 의미를 함축하고 있기 때문에 절대적으로 정의될 수 없다. 심리적 웰빙(psychological well-being)은 웰빙에 대한 다양한 정의 중에서도 인간의 긍정적인 기능화에 초점을 두는 접근이다. 긍정정서나 삶에 대한 만족감만으로 인간의 웰빙을 설명하기에는 부족함이 있으며, 심리적으로 얼마나 건강하고 한 인간으로서 얼마나 효과적인 기능을 할 수 있는지를 고려해야 한다는 것이다(Ryff, 1989).

Ryff(1989)는 인간의 긍정적 기능에 대한 기존의 문헌들을 참고하여 심리적 웰빙을 총 6가지 하위요인을 가진 다차원적 개념으로 정의했다. 하위요인 중 첫 번째인 자기수용(self-acceptance)은 스스로에 대해 긍정적인 태도를 가지는 것을 말한다. 두 번째인 긍정적 대인관계(positive relations with others)는 타인에게 공감하고 애정을 가지는 등 친밀한 관계를 만들어갈 수 있는 능력으로 정의된다. 세 번째인 자율성(autonomy)은 자신만의 기준에 따라 독자적으로 삶을 이끌어갈 수 있는 능력이다. 네 번째인 환경에 대한 통제력(environmental mastery)은 자신이 긍정적으로 기능할 수 있는 환경을 조성하거나 그와 같은 외부 활동에 참여하는 것을 의미한다. 다섯 번째는 삶의 목적(purpose in life)으로 삶의 목적에 대한 명확한 이해와 그 목적을 위해 나아가는 생산성을 말한다. 마지막인 개인적 성장(personal growth)은 자신의 잠재력을 파악하고 그를 실현하기 위해 노력하는 것을 의미한다. 이와 같은 심리적 웰빙의 차원들을 고려하면, 심리적 웰빙이 높은 사람은 자신을 있는 그대로 수용하고, 긍정적인 대인관계를 유지하며, 자신의 행동을 스스로 조절할 수 있고, 자신만의 기준으로 주변 환경을 통제할 수 있으며, 삶의 목적이 있고, 자신의 잠재력을 실현하려는 동기가 있는 사람이라고 볼 수 있다.

사람들은 자신의 삶을 이해하기 위해 인생이야기를 활용한다. 즉, 다양한 경험들을 하나의 이야기로 통합하여 해석함으로써 자신에 대해 더 자세히 알게 되고, 삶의 의미와 목적을 형성하게 된다. 이 과정을 통해 형성된 개인의 인생이야기는 그 자체로 개인의 정체성을 설명한다. 심리적 웰빙이 자기수용, 성장, 삶의 의미 등으로 정의된다는 점에서 심리적 웰빙은 서사정체

www.kci.go.kr

성의 발달과 맥을 같이 한다(Bauer, McAdams, & Pals, 2008). 따라서 서사정체성의 발달은 자연스럽게 심리적 웰빙의 향상에 기여한다. 본 연구는 이와 같이 서사정체성이 심리적 웰빙의 향상에 기여한다는 점을 타 개인차 변인과의 비교 속에서 확인하고자 한다. 즉, 서사정체성의 발달 정도가 다른 개인차 변인들의 영향력을 통제하고도 심리적 웰빙을 예측한다는 점을 확인함으로써, 서사정체성과 심리적 웰빙의 연관성을 더욱 공고히 하는 경험적 근거를 제공하고자 한다.

성격 3요인과 심리적 웰빙의 관계

성격은 개인의 행동, 사고에서 나타나는 비교적 안정적인 경향성을 의미하고(Schmutte & Ryff, 1997), 많은 연구들이 개인의 성격이 심리적 웰빙의 중요한 결정 요인 중의 하나임을 밝혀왔다(Gracia, 2011). 그리고 선행 연구들은 성격의 3수준 각각이 심리적 웰빙에 기여하는 바가 있다는 것을 밝혔다. 먼저 성격 5요인으로 대표되는 기질적 특성과 심리적 웰빙에 대한 연구들은 외향성은 심리적 웰빙과 강한 정적 상관을, 신경성은 강한 부적 상관을 가짐을 밝혔다(Grant, Langan-Fox, & Anglim, 2009; Siegler & Brummett, 2000). 더불어 개방성, 성실성, 우호성 역시 심리적 웰빙에 대해 일부 정적인 설명력을 갖는 것으로 나타났다(Dangi & Nagle, 2015; Kokko, Tolvanen, & Pulkkinen, 2013).

성격의 2수준에 해당하는 다수의 요인 또한 심리적 웰빙에 대해 높은 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 회복탄력성은 스트레스나 역경에 마주했을 때도 긍정적인 적응을 이뤄내는 능력을 지칭한다(Herman et al., 2011; Luthar, Crossman, & Small, 2015). 회복탄력성은 개인이 단순한 역경으로부터의 회복을 넘어 스트레스 요인에 대한 지각을 희망과 개인적 성장의 동력으로 전환시킬 수 있도록 돕는다(Richardson, 2002). 따라서 회복탄력성은 개인의 자율성과 성장을 행복으로 정의하는 심리적 웰빙과 자연스럽게 연관되며, 이와 같은 두 개념 간의 정적 관계는 경험적 연구를 통해 지지되었다(Archana, Kumar, & Singh, 2014; Li & Hasson, 2020). 낙관성은 긍정적인 결과에 대한 일반화된 기대로(Schweizer, Beck-Seyffer, & Schneider, 1999), 개인이 희망을 가지고 주체적으로 최선의 선택을 만들 수 있도록 도움으로써 심리적 웰빙에 기여한다(Scheier & Carver, 1992). 실제로 많은 연구에서 두 변인 간의 정적인 관계가 확인되었다(김경민, 임정하, 2012; Padhy, Chelli, & Padiri, 2015). 그밖에도 성격 2수준에 해당하는 내적 동기(intrinsic goal)와 안정애착(secure attachment style) 등의 변인들은 심리적 웰빙에 정적으로, 물질주의 등 외적 가치 추구는 부적으로 관련되어 있음이 밝혀졌다(박선웅, 박예린, 2019; 신희성, 김태익, 박유빈, 박선웅, 2017; Gonzalez Olivares, Navarro, Sanchez-Verdejo, & Muelas, 2020; Marrero-Quevedo, Blanco-Hernández, & Hernández-Cabrera, 2019). 다수의 성격 2요인들이 심리적 웰빙과 밀접한 관련이 있으나, 그중에서도 회복탄력성과 낙관성은 특히 심리적 웰빙을 안정적으로 유지하는 데 기여한다. 회복탄력성과 낙관성은 상호 호혜적으로 영향을 미치며 역경 상황에서도 높은 심리적 웰빙을 누리는 데 기여한다(Souri & Hasanirad, 2011). 따라서 본 연구는 종단적인 연구의 특성을 고려해 개인이 어떤 상황에 놓이든 안정적으로 웰빙을 설명하는 회복탄력성과 낙관성을 성격 2수준 요인으로 설정해 분석하고자 한다.

마지막으로 성격의 3수준에 해당하는 인생이야기와 관련된 다수의 서사정체성 변인들 또한 심리적 웰빙과 큰 관련이 있다. 인생이야기의 정서적 흐름과 관련하여 부정적으로 시작된 서사가 긍정적으로 마무리되는 구원 구조(redemption sequence)는 심리적 웰빙을 정적으로 예측한 반면, 긍정적으로 시작된 서사가 부정적으로 마무리되는 오염구조(contamination sequence)는 심리적 웰빙을 부적으로 예측하는 것으로 밝혀졌다(McAdams et al., 2001). 인생이야기의 독자성과

www.kci.go.kr

융화성 즉, 인생이야기에서 독립적인 개인으로서의 역량과 타인 또는 공동체와의 유대성이 드러난 정도는 모두 심리적 웰빙과 정적 연관성을 가졌다(Bauer & McAdams, 2004). 더불어 인생이야기에서 삶의 의미나 개인적 성장이 드러난 정도 또한 심리적 웰빙에 대한 정적 예측력을 가지는 것으로 나타났다(Bauer, Graham, Lauber, & Lynch, 2019; Tavernier & Willoughby, 2012).

심리적 웰빙에 대한 서사정체성의 증분타당도

McAdams(1995)의 성격 3수준 이론에 내재된 핵심 주장 중 하나는 성격의 각 수준의 발달이 삶의 중요한 요소에 대해 독립적인 설명력을 가진다는 점이다. 이는 성격 3수준이 심리적 웰빙에 대해서도 각각 다른 부분을 설명할 수 있음을 암시한다. Adler 등(2016)은 기질적 특성은 개인이 느끼는 정서의 일반적인 수준, 즉 정서적 측면에서 웰빙에 대해 잘 설명하며 특징적 적응은 특정한 상황적 맥락이 관련될 때 특히 웰빙을 잘 설명한다고 주장했다. 마지막으로 서사정체성은 자신의 삶의 목적과 통일성을 파악하는 능력을 통해 웰빙에 기여한다고 주장했다. 이렇게 성격의 3수준이 심리적 웰빙에 대해 각각 독립적인 부분을 설명한다는 점을 확인하는 것은 심리적 웰빙에 대한 이해를 높인다는 점에서 중요하다.

실제로 각 성격 수준이 심리적 웰빙에 대해 증분타당도를 가지는지 검증한 연구가 있다. Philippe, Koestner, Beaulieu-Pelletier와 Lecours(2011)는 성격 5요인과 일반적인 심리적 욕구 만족 정도, 그리고 자서전적 기억에서 표현된 심리적 욕구 만족 정도 등을 이용해 심리적 웰빙에 대한 증분타당도를 검증했다. 그 결과 자서전적 기억에서의 심리적 욕구 만족 정도는 타 성격 요인들과 인구통계학적 원인을 넘어 웰빙의 추가적인 부분을 설명했다. Cox, Hanek와 Cassario (2019)는 성격 5요인 중 신경성과 외향성, 그리고 인생 최저점 이야기의 구원 구조를 이용해 각 성격 구조가 심리적 웰빙에 가지는 증분타당도를 검증했다. 그 결과 인생 최저점 이야기의 구원 구조는 신경성과 외향성, 인생이야기의 글자 수를 통제하고도 웰빙에 대해 추가적인 부분을 설명했다. Adler 외(2016)의 메타연구에 따르면 동기적 주제, 정서적 주제, 통합적 의미 주제 등 인생이야기에 드러나는 다수의 주제는 기질적 특성이나 인구통계학적 변인 등을 넘어 심리적 웰빙에 대한 증분타당도를 가지는 것으로 나타났다.

이와 같은 기존의 경험적 연구에도 불구하고, 심리적 웰빙에 대한 서사정체성의 증분타당도를 살핀 기존의 연구들은 몇 가지 한계를 지닌다. 첫째로 성격의 세 수준을 모두 포함한 연구는 매우 드물다. 특히 이전까지의 서사정체성의 증분타당도에 관한 연구들은 성격 2수준의 변인들을 고려하지 않은 경우가 다수이다(Adler & Hershfield, 2012; Lilgendahl & McAdams, 2011). 둘째로 기존 연구 중에서 성격의 세 수준을 모두 고려했을지라도 성격 5요인 중 일부만 넣은 경우가 많다(Adler, 2012; Bauer, McAdams, & Sakaeda, 2005a). 마지막으로 한국인을 대상으로 한 서사정체성 연구는 매우 적으며(김근영, 2013; 김태희, 김종백, 2016; 양재원, 양은주, 김근영, 2012; Park & Moon, 2020), 그중에서도 증분타당도를 주제로 다룬 연구는 단 하나에 그친다 (Park, Kim, Moon, & Cha, 2021).

연구개요

본 연구는 McAdams의 성격 3수준 이론을 바탕으로 성격의 다른 두 수준을 통제한 후에 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 증분타당도를 갖는지 확인하는 것을 목적으로 6개월간의 종단 연구로 진행되었다. 참여자들은 1차시에 성격 5요인(1수준), 회복탄력성과 낙관성(2수준), 심리적 웰빙(준거 변인)을 측정하는 척도에 답변하였다. 6개월 후인 2차시에 참여자들은 앞서 언급한 척도에 응답하고, 추가로 어떤 경험을 통해 지금

www.kci.go.kr

의 자신이 되었는지에 대한 서사문(3수준)을 작성하였다. 본 연구의 가설은 1수준인 성격 5요인, 2수준인 회복탄력성과 낙관성이 심리적 웰빙을 설명하는 정도를 넘어 3수준인 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 고유한 설명력을 갖는다는 것이다.

방 법

연구 참여자 및 절차

본 연구는 서로 다른 몇 개의 연구 문제(예, 외국어 척도의 한국어판 검사-재검사 신뢰도 확인; Park et al., 2021)를 다루기 위해 설계된 종단 연구의 일부이다. 서사정체성과 웰빙의 관계를 살핀 최근의 메타분석에 따르면, 보고된 효과크기의 중간값은 .29이었다. 이 기준에 근거해 G*power 분석을 진행한 결과 본 연구에 필요한 최소의 표본 수는 91명으로 나타났다(양방검증, α = .05, power = .80). 본 연구는 종단연구의 특성상 참여자가 누락될 가능성을 고려해 91명을 기준으로 더 많은 참여자를 모으기로 결정했다.

수도권 대학의 온라인 게시판을 통해 모집된 99명의 참여자들은 총 4회 연구에 참여하였고, 그에 대한 보상으로 모바일 문화상품권을 지급받았다(4회 모두 참여시 4만 5천 원 상당). 본 연구에서 분석된 자료는 1차와 4차(편의를 위해 이후 2차로 표기) 자료이고, 두 설문에 모두 응답한 93명의 자료를 사용하였다. 참여자들의 평균 나이는 23.37세(표준편차 = 3.07)였다. 스스로를 남성이라고 밝힌 참여자가 36명, 여성이라고 밝힌 참여자가 55명, 성별을 밝히고 싶지 않다고 응답한 참여자가 1명, 응답을 하지 않은 참여자가 1명이었다. 본 연구는 해당 대학교에 소속된 기관생명윤리위원회의 승인을 받았다.

참여를 희망하는 사람들은 온라인 공고문에 기재된 이메일로 참여 의사를 담은 이메일을 보냈으며 답신으로 연구에 대한 안내와 참여 링크를 받았다. 이메일을 통해 조용히 컴퓨터를 사용할 수 있는 곳에서 실험에 참여하라고 요청하였고, 참여자들은 개별적으로 설문에 응하였다. 1차 설문을 통해 참여자들은 성격의 5요인, 회복탄력성, 낙관성 및 심리적 웰빙을 측정하는 자기보고식 척도에 응답했다. 6개월 후 참가자들은 이메일을 통해 다시 연구에 대한 안내와 새로운 참여 링크를 받았다. 2차 참여에서는 1차에서 사용된 자기보고식 척도와 함께 현재 자신의 모습에 이르게 된 결정적인 경험에 대해 서술하는 자유기술 문항에 답변하였다.

측정 도구

성격 5요인, 회복탄력성, 낙관성, 심리적 웰빙을 측정하기 위해 아래 제시된 척도를 1차와 2차 모두에 사용하였고, 각 척도의 내적 합치도는 표 1에 제시하였다. 2차에는 자기보고식 척도 이외에 서사문을 작성하는 과제가 포함되었다.

성격 5요인

참여자들의 성격특성을 측정하기 위해 성격 5요인 척도(Big Five Inventory; John & Srivastava, 1999)를 김선영 등(2010)이 국내 실정에 맞게 번역한 한국판 성격 5요인 척도를 일부 변형하여 사용했다. 이 척도는 하위 5개 영역에 대해 외향성 8문항, 신경성 8문항, 우호성 9문항, 개방성 10문항, 성실성 9문항의 총 44문항으로 구성되어 있다. 참여자들은 각 문항이 자신을 얼마나 잘 묘사하는지에 대해 7점 척도(1점 = 전혀 그렇지 않다, 7점 = 매우 그렇다)로 응답했다. 예시 문항으로는 '어울리기를 좋아하고 사교적이다(외향성)', '쉽게 신경질을 낸다(신경성)', '다른 사람을 잘 도와준다(우호성)', '여러 가지에 대하여 호기심이 많다(개방성)', '맡은 일을 철저히 한다(성실성)' 등이 있다.

www.kci.go.kr

회복탄력성

참여자들의 회복탄력성 수준을 측정하기 위해 Smith 등(2008)이 개발한 단축형 회복탄력성 척도(Brief Resilience Scale)를 번안하여 사용했다. 구체적으로, 한국어와 영어에 능통한 이중언어자 두 명이 각각 번역 및 역번역을 하고, 이 과정에 참여하지 않은 연구자를 포함해서 최종적으로 문항을 다듬었다. 이전에 국내에서 동일한 척도에 대한 타당도 검증을 확인하지 못했기 때문에 1차시 데이터를 바탕으로 확인적 요인분석을 실시하였고, 그 결과 적합도 지수(CFI = .956, SRMR = .030)는 Hu와 Bentler(1999)의 기준에 적합한 것으로 나타났다. 참여자들은 총 6문항에 대해 각각 얼마나 동의하는지를 7점 척도(1점 = 전혀 그렇지 않다, 7점 = 매우 그렇다)로 응답했다. 예시 문항으로는 '힘든 일을 겪은 후 평소 상태로 빨리 되돌아오는 편이다', '대개 별다른 문제없이 어려운 시기를 극복한다' 등이 있다.

낙관성

참여자들의 낙관성을 측정하기 위해 Scheier, Carver와 Bridges(1994)가 개정한 삶의 지향성 검사(Life Orientation Test-Revised)를 위와 마찬가지의 방법으로 번역해서 사용했다. 이전에 국내에서 동일한 척도에 대한 타당도 검증을 확인하지 못했기 때문에 1차시의 데이터를 바탕으로 확인적 요인분석을 실시한 결과, 적합도 지수(CFI = .914, SRMR = .049)는 Hu와 Bentler(1999)의 기준에 적합한 것으로 나타났다. 참여자들은 6문항에 대해 각각 7점 척도(1점 = 전혀 그렇지 않다, 7점 = 매우 그렇다)로 응답하였다. 예시 문항으로는 '상황이 어떻게 변할지 모를 때, 나는 일이 잘 될 것이라고 기대한다', '나는 나의 미래에 대해서 늘 낙관적이다' 등이 있다.

심리적 웰빙

참여자들이 심리적 웰빙을 측정하기 위해 Ryff (1989)가 개발한 심리적 웰빙 척도(Psychological Well-Being Scales; 30문항 버전)를 신희성 등(2017)이 한국어로 번역한 척도를 사용했다. 이 척도는 총 6개의 하위 요인(자기수용, 긍정적 대인관계, 자율성, 환경에 대한 통제력, 삶의 의미, 개인적 성장)이 있기는 하지만, 본 연구에서는 각 하위 요인에 대해 별도의 연구 문제가 없기 때문에 총점만을 사용하였다. 참여자들은 모든 문항에 대해 7점 척도(1점 = 전혀 그렇지 않다, 7점 = 매우 그렇다)로 응답했다. 예시 문항으로는 '시간이 지나면서 한 개인으로서 많이 발전했다고 느낀다', '전반적으로 나 자신에 대해서 자신감 있고 긍정적이다' 등이 있다.

서사문

2차 참여에서 모든 참여자들은 현재 자신의 모습에 이르게 된 결정적인 경험에 대해 서술하였다. 컴퓨터 모니터에 약 600개의 단어를 적을 수 있는 빈칸이 제시되었고, 참여자들은 최소 이 칸의 절반을 채워달라고 요청받았다. 구체적인 지시문은 다음과 같다.

> 귀하가 현재 자신의 모습에 이르게 된 결정적인 경험에 대해 생각해보시기 바랍니다. 이 경험은 하나의 사건일 수도 있고 일련의 사건들일 수도 있습니다. 이 경험에 대해 자세히 서술하여 하나의 글로 완성해 주시기 바랍니다. 언제, 어디서, 어떤 일이 있었고, 누구와 관련이 있었으며, 귀하는 어떤 생각을 하고 어떤 감정을 느꼈습니까? 왜 이 경험이 귀하에게 중요하다고 생각하는지, 그리고 이 경험이 귀하가 어떤 사람인지에 대해 무엇을 말해주는지도 서술해주시기 바랍니다. 이 질문에는 정해진 답이나 옳고 그름이 없으므로 최대한 솔직하고 자유롭게 서술하시면 됩니다.

서사문 코딩: 정체성 형성 수준

참여자가 작성한 글은 Park과 Moon(2020)의 기준에 따라 정체성 형성 수준이라는 관점에서

www.kci.go.kr

표 1. 정체성 형성 수준 코딩 기준

점수	코딩 기준
1	자신과 세상에 대한 이해 없이 단순히 일어난 사건만을 서술한 경우
2	자기개념에 대한 이해를 포함하거나 특정 영역에만 적용되는 교훈에 대해 서술한 경우
3	내면화 과정의 진행. 즉, 자신의 삶을 스스로의 관점과 기준으로 바라볼 수 있지만 아직 내면화의 내용이 특정 맥락에 한정되거나 내면화가 결론에 도달하지 못한 경우
4	성공적인 내면화의 결과로 삶 전반에 적용 가능한 준거기준(frame of reference)이 형성된 경우
5	성공적인 내면화의 결과로 삶에서 가장 중요한 무언가에 대한 명확한 인식이 형성된 경우

총 5단계로 평정되었다. 정체성 형성은 자기개념(self-concept)들이 재구성되어 단일성, 삶의 의미와 목적을 제공하는 정체성으로 변화하는 과정이다. 이 과정에서 자기개념의 내면화(internalization)가 발생하는데, 내면화는 스스로를 자신만의 관점과 기준으로 바라보는 것을 시작으로 한다. 내면화 과정에서 자신의 가치, 믿음, 성격에 대한 평가나 재평가, 우선순위 부여가 나타나며 그 결과로 특정 자기개념은 다른 자기개념에 비해 더 중요해지고 이후 판단에서의 준거기준(frame of reference)으로 작동한다. 정체성 형성은 내면화의 결과로 삶에서 가장 중요한 것이 무엇인지에 대한 이해와 이에 대한 추구로 이어지며, 이를 통해 삶의 통일성, 삶의 목적, 삶의 의미 등을 부여받은 상태를 지칭한다. 정체성 형성 수준에 대한 코딩은 참여자가 작성한 서사문의 주된 줄거리가 무엇인지 파악하고, 그 속에서 드러난 자기이해(self-understanding) 수준에 따라 1점에서 5점 사이의 점수를 부여함으로써 이뤄졌다(표 1 참조. 코딩에 대한 보다 자세한 원칙은 Park과 Moon(2020)의 논문 부록을 참조[1]).

1점은 자신과 타인, 그리고 세상에 대한 새로운 이해 없이 단순히 사실만을 서술한 글에 부여했다. 필자가 글에서 자신에 대해 더 알게 되었다고 언급할지라도, 자기이해의 내용이 글을 통해 명시적으로 확인되지 않는 경우 1점에 해당한다. 아래 예시의 경우 혼란스러운 자신의 현재 상황에 대한 서술이 주된 내용으로 자신에 대한 이해나 삶의 방향성에 대한 언급은 전혀 없다.

1점 예시. 나는 미래의 내가 어떻게 될지, 누가 될지 잘 모르겠다. 너무 불안하다. 그러나 지금 당장 일어나 무언가 이루어낼 체력이 없다. 나는 내 지금의 모습이 마음에 들지 않는다. 공부도 못하고 살도 찌고 잘하는 것이 없다. 분명 대학 오기 전까지는 공부 잘하고 그림도 잘 그리는 사람이었던 것 같은데, 그때도 물론 힘든 것들이 많았겠지만 그래도 하루하루나 자신을 지금보다는 더 돌아보고 좋아했던 것 같다. 나는 나 자신을 좀 더 좋아하고 싶다. 왜 이렇게 된 걸까? 나는 요즘 주위 친구들에게 열등감만 느낀다. 그들의 성공을 진심으로 축하해주지 못하는 내 자신이 너무 밉다. 요즘의 나는 뭘 하고 사는지 잘 모르겠다. 스트레스는 매일 받고, 더 나아가지 못하는 것 같다. 대학에 들어와 학점이 계속 잘 나오지 않았는데, 그 이후로 자존감이 계속 떨어져 이 지경에 이르게 된 것이다. 학점을 높이고 싶어서 더 열심히 공부했지만, 노력에 비해 성과가 나오지 않아 더 슬퍼졌다. 잠깐 쉬고 싶다. 하지만 휴학을 하면 뭘 해야 할지 모르겠다. 마냥 쉬기엔 눈치가 보인다. 그리고 주위와 비교하며 열등감을 더더욱 느낄 미래의 내가 보여 휴학을 쉽게

1) https://doi.org/10.1007/s12144-020-00926-7의 링크 하단에서 코딩 매뉴얼을 내려 받을 수 있음.

www.kci.go.kr

결정할 수도 없다.

참여자의 글이 특정한 자기개념에 대한 이해를 포함하거나 특정 영역에 적용되는 교훈에 대한 학습을 언급하는 경우 2점을 부여했다. 3점 이상의 점수와 대비되는 2점의 특징은 지엽성이다. 즉, 2점을 받은 글에서 나타난 자기이해는 자신의 삶 전반에 걸쳐 적용될 수 있는 일반화되고 통합적인 자기이해라기 보다는 자신이 갖고 있는 한 측면을 이해한 수준에 그친다. 또한, 2점의 글에서 드러난 교훈은 특정한 영역에만 적용될 수 있으며 더 넓은 삶의 영역에 일반화될 수 없다. 하단의 예시에서 필자는 자신이 어떻게 사회성 있고 무던한 성격 특성을 획득하게 되었는지의 과정을 설명하지만, 이 특성이 삶 전반에 걸친 함의를 가지지 않는다는 점에서 2점에 해당한다.

2점 예시. 어렸을 때는 굉장히 내성적이고 소극적이었다. 가족을 제외한 다른 사람들(친척 포함)과는 대화를 하기도 어려웠다. 초등학교에 들어가고 친구가 생기면서 다른 사람들과 말을 못하던 것은 조금 나아졌던 것 같다. 초등학교 고학년쯤 사춘기가 오면서 예민해져 가족, 특히 어머니와는 마찰이 많은 편이었다. 또 공부를 잘해야 한다는 부담감에 완벽주의적인 성격이 생겼던 것 같다. 누구도 잘하라고 강요한 적은 없었지만 주변에서 잘한다 똑똑하다 같은 얘기를 듣다 보니 그 기대에 부응해야 한다는 생각을 했던 것 같다. 밖에서는 내성적인 성격 탓에 하고 싶은 말을 잘 못하다 보니 집에서 신경질적이게 되는 경우가 많았다. 중학교쯤부터 우울함을 느꼈다. 누구와 관련이 있다기보다 그냥 내가 작은 자극에도 크게 영향을 받는 사람이었던 것 같다. 잘해야 한다는 강박이나 완벽주의적인 성격은 대학교에 합격하고 나서 많이 나아졌다. 오히려 게을러졌고 해야 할 일이 없으면 약간 무기력해진다. 입학 후 서빙 아르바이트를 하면서 소극적인 성격은 많이 나아져서 필요할 때 모르는 사람한테 말을 걸 수 있게 되었다. 지금은 그렇게 예민하진 않지만 여전히 가끔은 우울하고 쉽게 상처받는다. 그래도 어릴 때에 비하면 어느 정도는 나의 감정을 돌볼 수 있는 사람이 된 것 같다. 특별한 사건이 있었던 것은 아니지만 살아온 과정에서 다 영향을 조금씩 받았기 때문에 이 과정들이 지금의 나를 만든 것 같아 중요하다고 생각한다. 이 경험들은 내가 좀 더 사회성을 갖게 되고 무던하게 되어가는 과정을 말해주는 것 같다.

3점과 5점 사이에서 공통적으로 나타나는 특징은 내면화이다. 내면화가 이뤄지면 개인은 자신의 삶을 스스로의 관점과 기준으로 바라보게 된다. 서사문에서 내면화 과정이 존재하는지는 자신만의 관점과 기준에 근거한 평가가 있는지로 확인할 수 있다. 이때, 평가의 방향(긍정 또는 부정)은 중요하지 않다. 내면화 과정이 드러나지만, 내면화의 내용이 삶 전반에 적용되지 않고 특정 맥락이나 특정 자기개념에 한정되는 경우 3점을 부여했다. 더불어 내면화가 아직 결론에 도달하지 못하고 진행 중인 경우도 3점을 부여했다. 하단의 예시는 필자가 부모님이 시키는 대로 하던 과거의 모습을 자신의 시선에서 재평가하고 자신의 삶의 방향성을 찾으려 노력하고 있지만, 아직 스스로에 대한 결론에 도달하지 못했다는 점에서 3점에 해당한다.

3점 예시. 늦둥이 그리고 외동딸로 태어난 나는 어렸을 때부터 부모님의 기대를 한 몸에 받고 자랐다. 교육적인 측면에 있어서 부모님의 지원이 끊이지 않았으며, 다행인 건지 나는 공부를 못하지는 않았다. 어렸을 때부터 나는 내가 진정으로 하고 싶은 것을 하기보다는 부모님이 시키는 것을 해왔다. 그때 당시에는 생각도 별로 없었고 시키는 대로 하는 것이 편한 줄만 알았다. 그렇게 중학교 시절까지 보내고 고등학교에 오니 내가 진정으로 무엇을 해야 할지에 대한 고민이 시작되었다. 이때도 사실

www.kci.go.kr

내가 하고 싶은 것을 정했다기보다는 그저 좋은 대학에 가기 위해 내 의지 반, 타의 반으로 진로를 결정하였다. 그리고 현재, 이제 곧 취업 준비를 해야 하는데 나는 아직까지 무엇을 해야 할지 고민 중이다. 다행스럽게도 내가 관심 있는 분야는 있지만 아직까지 결정하지 못했다. 부모님이 하라고 하는 대로 자라왔던 나는 과거에는 그게 편하고 감사한 것이라고 생각했지만 이제 생각해보면 그 때문에 내가 주체적이지 못한 사람이 된 것 같아서 아쉽다. 과거부터 학생회장이나 이끄는 역할을 많이 해왔어서 남들을 이끄는 것은 잘하지만 정작 내 자신은 어느 방향으로 나아가야 할지에 대한 고민을 하고 있다는 것이 나에겐 큰 고민이다.

4점과 5점은 자기개념에 대한 성공적인 내면화가 이뤄진 경우에 부여했다. 4점의 특징은 내면화의 결과로 삶 전반에 적용 가능한 준거기준이 형성되었다는 점이다. 준거기준의 형성은 글에서 자신, 타인, 또는 세상에 대한 통찰(insight)이나 삶을 이끌어가는 삶의 원칙(life principle)이 드러나는 것을 통해 확인할 수 있다. 즉, 글에서 삶에 대한 통찰, 삶의 원칙, 삶의 목적, 중요한 가치 등이 드러나며 이들이 경험을 해석하는 기준으로 사용되거나 삶의 중요한 결정에 영향을 미치는 점이 확인되는 경우 4점을 부여했다. 하단의 예시는 필자가 오케스트라 활동을 하며 얻은 도전과 성취에 대한 통찰이 삶의 여러 방면에 적용되어 삶의 결정을 이끄는 준거기준으로 작용하는 모습이 서술되었지만, 필자 스스로 말하듯 그것이 자신의 삶의 명확한 방향성을 제시하지는 못했다는 점에서 4점에 적합하다.

4점 예시. 내가 지금의 나에 이르기에는 나 혼자서 이룰 수 있었던 결과가 아님은 확실하다. 정말 다양한 사람들이 함께해 주었고 그들의 크고 작은 도움 하나하나가 지금의 나를 구성했다고 생각한다. 그중에서도 아마 가장 나를 위했던 경험은 무언가에 도전을 할 용기를 준 오케스트라였을까? 무대공포증을 극복하게 해준 수많은 노력과 동료들과의 단합은 추후에 나에게 다른 새로운 요소에 도전하고 내가 아직 다양한 것에 시도해 볼 수 있다는 동기부여를 달아준 시발점이 되었다. 그 예로 수많은 공모전에 참여할 수 있었다. 그 분야는 복지, 법, 경영, 국제, 시스템 개발 등 정말 다양했고 모든 분야에서 수상을 한 것은 아니지만 지금의 내가 되기 위한 그 원동력은 아까 말한 오케스트라의 무대 위에서 느꼈던 성취감일 것이다. 그 위에서 나는 도전과 노력에는 성공이 따른다는 교훈을 남기게 된 것이다. 당시에 도전에 두려워하고 꿈에 대한 확신이 없던 나에게 두려움 극복을 도와주고, 새로운 것을 향한 탐색을 도와준 것이다. 물론 아직까지 나의 꿈에 대한 확신을 찾은 것은 아니지만, 이제 내가 잘하는 것, 못하는 것, 하고 싶은 것을 자리 잡았다는 것에서 그 의미를 찾을 수 있겠다.

5점은 4점에서 더 나아가 정체성에 대한 명확한 인식을 특징으로 하는 글에 부여했다. 정체성에 대한 명확한 인식을 가진 사람은 다음 세 가지 특징 중 적어도 하나 이상을 가진다. 첫째는 과거, 현재, 미래를 꿰뚫는 통일성과 연속성이 드러나고, 이를 통해 삶의 활력을 경험한다는 점이다. 둘째는 공시적·통시적으로 서로 다르게 나타나는 자신의 모습을 조화롭게 통합한다는 점이다. 인간은 살아가면서 내면의 다양한 변화를 경험하고 한 시점에서도 하나 이상의 다양한 역할을 경험한다. 정체성이 확실한 사람은 이런 자신 내부의 다른 측면들 사이에서 갈등을 경험하지 않으며, 자신만의 기준을 통해 다른 측면들을 통합할 수 있다. 마지막 특징은 삶의 의미와 목적을 가지고 있다는 점이다. 따라서 글을 통해 위의 세 가지 특징 중 적어도 하나 이상이 드러나거나, 적어도 필자의 삶에서 가장 중요한 가치를 명확하게 확인할 수 있는 경우 5점을 부여했다. 하단의 예시에서는 비건으로서의 삶이 단순히 식생활에만 적용되는 것이 아니

www.kci.go.kr

라 삶 전반에 걸쳐 적용되어 삶을 전체적으로 재구성하였고, 필자 스스로 이를 자신의 가장 큰 가치라고 기술하고 있고, 이 가치가 삶의 원동력으로 작동한다는 점에서 5점에 해당한다. 이 예시는 위에서 제시한 세 가지 특징 중 첫 번째 특징에 가장 가깝다.

5점 예시. 1년 전, 곡성에서 100일 살기 프로그램에 참가하였다. 목적은 휴식과 새로운 경험이었지만 지금은 그것이 내 인생의 가장 큰 터닝포인트가 될지도 모르겠다고 생각한다. 이 경험 이후에 나에게 있었던 가장 큰 변화는 비건의 삶에 도전하게 된 것이다. 그곳에서 만난 비건 친구들에 대한 공감으로 시작했던 도전은 이미 내 삶에서 가장 큰 가치가 되었다. 나를 포함한 세계를 더 좋게 하기 위해서 내가 아닌 다른 누군가가 노력하고 있다는 사실은 새로운 것이 아니었지만, 그러한 사람들이 내 주변인이 된다는 것은 크게 다른 일이다. 미안한 마음이 들었고, 돕고 싶은 마음이 들었다. 그리고 깨달았다. 남의 일을 돕는다는 것이 아니라, 이것은 내 일이구나. 그전까지 바람직한 삶을 살아왔다고 생각한 본인이 부끄러웠다. 그것이 비건을 하게 된 계기였다. 비건은 단순히 육식을 하지 않는 것 이외에도 일상의 다양한 부분에 대한 새로운 시각을 제공한다. 쓰레기를 줄이기 위해 소비습관을 바꾸는 등의 외적인 행동의 변화도 있겠지만, 내가 만들어내고 있는 긍정적인 변화는 나의 자존감과 자기효능감에 큰 영향을 주었다. 나는 변화할 준비가 되어있는 사람이고, 그러한 변화에 따라 잘 적응할 수 있다는 자신감이 생겼다. 또한 비건지향은 진로에도 큰 영향을 미쳤는데, 미니멀리즘을 추구하는 삶을 살기로 하면서 물질적인 것에 성취를 두지 않게 되었다. 나의 행복, 나의 가치, 내가 즐겁게 할 수 있는 일, 미래보다 현재에 집중하는 삶 등 눈에 보이지 않는 것에 좀 더 집중하여 진로를 탐색하게 되었다.

서사문은 120자 이상 515자 이하로 작성되었으며, 글자 수의 평균은 213.25로 나타났다. 성격심리학을 전공하는 대학원생으로 이뤄진 세 명의 연구원이 코딩 매뉴얼을 읽고, 수 시간 교육 및 실습을 통해 코딩방법을 익혔다. 이후 각 연구원은 독립적으로 서사문을 읽고 정체성 형성 수준에 따라 점수를 평정했다. 연구원은 가설과 참여자와 관련된 다른 정보를 알지 못하는 상태에서 코딩을 진행했다. 최종 점수는 세 명의 연구원이 평정한 점수의 평균으로 결정되었으며, 급내상관계수(2, *k*)를 이용해 계산된 평정자 간 신뢰도는 .87로 나타났다.

결 과

예비 분석

표 2에 변인들의 기술통계 및 반복검정 결과와 각 척도의 내적합치도(Cronbach's alpha)를 제시했다. 각 변인에 대해 1차시와 2차시 점수에서 참여 시점 간 차이가 있는지 확인하기 위해 대응표본 *t*검정을 실시했다. 그 결과 어떤 변인에서도 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이는 각 성격 변인의 수준이 6개월 동안 변화하지 않았다는 것을 의미한다. 더불어 같은 변인들의 1차시와 2차시의 상관은 .77에서 .89로 나타났다. 이는 1차시와 2차시 변인들의 측정값이 상당히 높은 수준의 유사성을 보였다는 것으로 각 성격 변인의 수준이 6개월 동안 거의 변화하지 않았다는 앞선 결과와 같은 함의를 드러내는 결과이다.

주요 변인들 간 상관 분석

표 3에 변인들 간 상관분석 결과를 제시했다. 상관분석 결과, 1차시에서의 성격 5요인 변인들은 모두 1차 시의 심리적 웰빙과 유의한 상관을 보였다. 개방성을 제외한 1차시의 외향성, 신경

www.kci.go.kr

표 2. 주요 변인에 대한 기술통계 및 반복검정 결과

변인	1차			2차			반복검정 t	p
	평균	표준편차	α	평균	표준편차	α		
외향성	4.34	0.98	.82	4.31	0.99	.81	0.49	.624
신경성	3.91	0.93	.78	3.90	0.94	.79	0.16	.870
우호성	5.04	0.72	.73	5.03	0.72	.76	0.12	.902
개방성	4.17	1.01	.85	4.18	0.92	.81	-0.14	.887
성실성	4.68	0.92	.83	4.70	0.96	.85	-0.19	.854
회복탄력성	4.54	1.28	.93	4.48	1.27	.94	0.62	.540
낙관성	4.76	1.05	.85	4.81	1.01	.83	-0.79	.434
심리적 웰빙	4.72	0.78	.92	4.79	0.78	.92	-1.43	.156

성, 우호성, 성실성은 2차시의 심리적 웰빙과도 유의한 상관을 보였다. 2차시의 성격 5요인 변인들은 개방성을 제외하고 2차시의 심리적 웰빙과 유의한 상관을 보였다.

1차시의 회복탄력성과 낙관성은 모두 1차시의 심리적 웰빙과 유의한 정적 상관을 보였으며, 2차시의 심리적 웰빙과도 유의한 정적 상관을 보였다. 2차시의 회복탄력성과 낙관성 모두 2차시의 심리적 웰빙과 유의한 정적 상관을 보였다. 2차시의 서사정체성은 심리적 웰빙과 1차시와 2차시 모두 정적 상관을 가졌다. 서사정체성 글의 글자 수는 심리적 웰빙과 유의한 상관을 보이지 않았다. 더불어 인구통계학적 변인인 나이와 성별 또한 모두 1차시와 2차시의 심리적 웰빙과 유의한 상관을 보이지 않았다.

서사정체성의 증분타당도 검증: 1차시의 성격 1수준과 성격 2수준 변인을 통제

1차시에 측정한 성격 변인들이 성격의 수준에 따라 6개월 후 2차시의 심리적 웰빙에 대한 설명력을 가지는지 확인하기 위해 여러 방식으로 중다회귀분석을 실시했다(표 4). 1차시에 측정한 성격 5요인 중 외향성, 신경성, 성실성은 2차시의 심리적 웰빙 변량을 유의하게 설명했으며, 구체적으로 외향성과 성실성은 정적으로, 신경성은 부적으로 심리적 웰빙 변량을 설명했다(모델 1). 1차시의 회복탄력성과 낙관성은 각각 2차시의 심리적 웰빙을 유의하게 예측했다(모델 3). 성격 1수준 변인인 성격 5요인과 성격 2수준 변인인 회복탄력성과 낙관성은 함께 2차시의 심리적 웰빙 변량의 약 55%를 설명했으며, 외향성과 회복탄력성의 예측력만이 유의하게 나타났다(모델 5).

1차시에 측정한 성격 변인들의 설명력을 통제하고도 2차시의 서사정체성이 2차시의 심리적 웰빙에 대한 독립적 설명력을 가지는지 확인하기 위해 앞선 중다회귀분석에 서사정체성 변인을 더하여 분석을 진행했다. 그 결과 1차시의 성격 5요인과 2차시의 서사정체성은 함께 2차시의 심리적 웰빙 변량의 약 56%를 설명했으며, 성격 5요인 중 외향성, 신경성, 성실성, 그리고 서사정체성의 예측력이 유의하게 나타났다(모델 2, $\Delta R^2 = .11$, $p < .001$). 1차시의 회복탄력성과 낙관성, 그리고 2차시의 서사정체성은 함께 2차시의 심리적 웰빙 변량의 약 55%를 설명했으며, 세 변인 각각의 예측력이 모두 유의하게 나타났다(모델 4, $\Delta R^2 = .09$, $p < .001$).

본 연구의 핵심 가설을 확인하기 위해 성격의 세 수준을 모두 포함한 채로 중다회귀분석을

www.kci.go.kr

표 3. 변인들의 기술통계 및 상관분석 결과

변 인	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1. 1차시 외향성	-.24*	.20	.20	.29**	.33**	.32**	.58***	.89***	-.19	.10	.14	.16	.30**	.23*	.26*	.45***	-.01	.07	-.02
2. 1차시 신경성		-.58***	-.18	-.55***	-.55***	-.52***	-.63***	-.15	.78***	-.47***	-.04	-.50***	-.52***	-.54***	-.17	-.59***	.17	.25*	-.07
3. 1차시 우호성			.14	.50***	.23*	.33**	.45***	.18	-.48***	.79***	.06	.37***	.25*	.33**	.22*	.36***	-.10	-.16	.06
4. 1차시 개방성				.14	.08	.22*	.30**	.19	-.06	.09	.86***	.04	.10	.12	-.00	.17	.08	-.15	.15
5. 1차시 성실성					.41***	.29**	.60***	.21*	-.50***	.46***	.04	.83***	.39***	.34***	.19	.52***	-.17	.04	.17
6. 1차시 회복탄력성						.47***	.60***	.29**	-.58***	.20*	.06	.35***	.77***	.50***	.25*	.66***	-.10	-.02	.05
7. 1차시 낙관성							.55***	.22*	-.46***	.31**	.18	.28**	.35***	.82***	.20	.48***	-.07	-.06	-.04
8. 1차시 심리적 웰빙								.51***	-.56***	.36***	.19	.53***	.59***	.57***	.31**	.82***	-.12	-.09	.08
9. 2차시 외향성									-.17	.07	.21*	.13	.32**	.21*	.29**	.46***	.06	.06	.05
10. 2차시 신경성										-.59***	-.06	-.62***	-.66***	-.60***	-.26*	-.70***	-.01	.17	-.06
11. 2차시 우호성											.08	.49***	.32**	.41***	.25*	.40***	-.01	-.11	.03
12. 2차시 개방성												.05	.09	.11	.03	.17	.14	-.13	.16
13. 2차시 성실성													.45***	.41***	.27**	.57***	-.12	.09	.10
14. 2차시 회복탄력성														.49***	.27**	.69***	-.03	-.02	.10
15. 2차시 낙관성															.26*	.62***	-.05	-.04	-.02
16. 2차시 서사정체성																.48***	.12	.05	-.06
17. 2차시 심리적 웰빙																	-.05	-.02	-.03
18. 2차시 글자 수																		.12	-.07
19. 성별(남=1, 여=2)																			-.11
20. 나이																			

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

www.kci.go.kr

표 4. 심리적 웰빙(2차시)에 대한 회귀분석 결과(1차시 예측 변인)

Variable	모델 1	모델 2	모델 3	모델 4	모델 5	모델 6	모델 7	모델 8
1 수준: 기질적 특성								
1차시 외향성	.29**	.22**			.20*	.15*	-.04	-.06
1차시 신경성	-.43***	-.42***			-.19	-.22*	-.10	-.11
1차시 우호성	-.06	-.11			.01	-.04	-.06	-.04
1차시 개방성	.01	.04			.02	.04	-.03	-.02
1차시 성실성	.23*	.21*			.17	.16*	.02	.02
2 수준: 특징적 적응								
1차시 회복탄력성			.56***	.49***	.37***	.32***	.21**	.21**
1차시 낙관성			.21*	.18*	.08	.06	-.02	-.04
3 수준: 서사정체성								
2차시 정체성 형성		.34***		.32***		.29***	.25***	.24***
공변인								
1차시 심리적 웰빙							.62***	.63***
성별(1=남자; 2=여자)								.04
나이								-.08
글자 수								.03
수정된 R^2	.45	.56	.46	.55	.55	.62	.74	.74

주석. 표준화 계수가 제시됨. $N = 93$.
*$p < .05$. **$p < .01$. ***$p < .001$.

진행했다. 1차시의 성격 5요인, 회복탄력성과 낙관성, 그리고 2차시의 서사정체성을 모두 투입해 분석한 결과 2차시의 심리적 웰빙 변량의 62% 정도를 설명했으며, 이 경우 성격 1수준 변인 중 외향성, 신경성, 성실성, 성격 2수준 변인 중 회복탄력성, 그리고 성격 3수준 변인인 서사정체성의 예측력이 유의하게 나타났다(모델 6, $\Delta R^2 = .07$, $p < .001$). 성격의 세 수준을 모두 포함하고 분석을 진행했음에도 심리적 웰빙에 대한 서사정체성의 예측력이 유의하게 나타난 점은 서사정체성이 타 성격 수준이 설명하지 못하는 심리적 웰빙 변량의 독립적인 부분을 설명할 수 있음을 드러낸다.

마지막으로 성격 변인들뿐 아니라 심리적 웰빙에 잠재적으로 영향을 미치는 공변인을 통제한 후에도 서사정체성이 심리적 웰빙을 독립적으로 설명할 수 있는지 확인하기 위해 앞선 중다회귀분석에 공변인을 포함해 분석을 진행했다. 1차시의 성격 5요인, 회복탄력성과 낙관성, 2차시의 서사정체성에 더하여 1차시의 심리적 웰빙을 투입해 분석을 진행한 결과, 2차시 심리적 웰빙 변량의 약 74%를 설명했으며 서사정체성의 심리적 웰빙에 대한 예측력은 여전히 유의했다. 위의 분석에 더하여 성별, 나이, 글자 수 등의 공변인을 더해 다시 분석하였으나 결과에 미치는 영향력은 미미하였다. 이 결과는 서사정체성이 1차시에서 측정한 성격 변인들의 통시적 영향 및 기타 공변인들의 영향을 통제하고도 심

www.kci.go.kr

리적 웰빙에 대해 추가적인 설명력을 가진다는 점을 가리키며, 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 증분타당도를 가진다는 본 연구의 가설을 지지하는 결과이다.

서사정체성의 증분타당도 검증: 2차시의 성격 1수준과 성격 2수준 변인을 통제

2차시에 측정한 성격 변인들이 성격의 수준에 따라 2차시의 심리적 웰빙에 대한 설명력을 가지는지 확인하기 위해 중다회귀분석을 실시했다(표 5). 성격 5요인은 심리적 웰빙 변량의 약 62%를 설명했다. 1차시와 마찬가지로 외향성과 성실성은 정적으로, 신경성은 부적으로 심리적 웰빙을 예측했고, 우호성과 개방성의 예측력은 유의하지 않았다(모델 1). 성격 2 수준에 해당하는 회복탄력성과 낙관성은 심리적 웰빙 변량의 약 57%를 설명했으며, 회복탄력성과 낙관성 모두 유의하게 심리적 웰빙을 예측했다(모델 3). 성격 1수준 변인인 성격 5요인과 성격 2 수준 변인인 회복탄력성과 낙관성은 함께 심리적 웰빙 변량의 약 68%를 설명했으며, 성격 5요인 중 외향성. 신경성, 성실성, 그리고 회복탄력성과 낙관성의 예측력이 유의했다(모델 5).

2차시에 측정한 성격 변인들의 설명력을 통제하고도 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 독립

표 5. 심리적 웰빙(2차시)에 대한 회귀분석 결과(2차시 예측 변인)

Variable	모델 1	모델 2	모델 3	모델 4	모델 5	모델 6	모델 7	모델 8
1 수준: 기질적 특성								
2차시 외향성	.34***	.27***			.26***	.22**	.07	.05
2차시 신경성	-.53***	-.52***			-.26*	-.27**	-.24**	-.26**
2차시 우호성	-.05	-.08			-.03	-.06	-.07	-.05
2차시 개방성	.06	.07			.04	.05	.02	.05
2차시 성실성	.22*	.18*			.19*	.16*	.05	.02
2 수준: 특징적 적응								
2차시 회복탄력성			.50***	.45***	.25**	.23**	.14*	.16*
2차시 낙관성			.37***	.33***	.22**	.20**	.10	.07
3 수준: 서사정체성								
2차시 정체성 형성		.24**		.27***		.21**	.20***	.20***
공변인								
1차시 심리적 웰빙							.44***	.45***
성별(1=남자; 2=여자)								.05
나이								-.09
글자 수								-.03
수정된 R^2	.62	.66	.57	.63	.68	.72	.80	.80

주석. 표준화 계수가 제시됨. $N = 93$.

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

www.kci.go.kr

적 설명력을 가지는지 확인하기 위해 앞선 중다회귀분석에 서사정체성 변인을 더하여 분석을 진행했다. 그 결과 성격 5요인과 서사정체성은 함께 심리적 웰빙 변량의 약 66%를 설명했으며, 성격 5요인 중 외향성, 신경성, 성실성, 그리고 서사정체성의 예측력이 유의하게 나타났다(모델 2, ΔR^2 = .04, p = .001). 회복탄력성과 낙관성, 그리고 정체성 형성은 함께 심리적 웰빙 변량의 약 63%를 설명했으며, 세 변인 각각이 모두 유의하게 심리적 웰빙을 설명했다(모델 4, ΔR^2 = .06, p < .001).

본 연구의 핵심 가설을 확인하기 위해 성격의 세 수준을 모두 포함한 채로 중다회귀분석을 진행했다. 성격 5요인, 회복탄력성과 낙관성, 그리고 서사정체성을 모두 투입해 분석한 결과 심리적 웰빙 변량의 약 72%를 유의하게 설명했으며, 성격 1수준 변인 중 외향성, 신경성, 성실성, 성격 2수준 변인 중 회복탄력성과 낙관성, 그리고 성격 3수준 변인인 서사정체성의 예측력이 유의하게 나타났다(모델 6, ΔR^2 = .04, p = .001). 성격의 세 수준을 모두 포함한 분석에서 심리적 웰빙에 대한 서사정체성의 예측력이 유의하게 나타난 점은 서사정체성이 타 성격 수준의 영향력을 통제하고도 심리적 웰빙을 독립적으로 설명할 수 있음을 드러낸다.

마지막으로 성격 변인들과 공변인들의 영향력을 통제하고도 서사정체성이 심리적 웰빙에 대한 독립적 설명력을 가지는지 확인하기 위해 앞선 중다회귀분석에 공변인을 포함해 분석을 진행했다. 성격 5요인, 회복탄력성과 낙관성, 서사정체성에 더하여 1차시의 심리적 웰빙을 투입해 분석을 진행한 결과, 심리적 웰빙 변량의 약 80%가 유의하게 설명되었으며, 서사정체성의 심리적 웰빙에 대한 예측력은 여전히 유의했다. 위의 분석에 더하여 성별, 나이, 글자 수 등의 공변인을 더해 다시 분석한 결과, 결과에는 큰 차이가 없었다. 이러한 결과는 서사정체성이 다른 수준의 성격 변인들의 영향력을 통제하고도 심리적 웰빙에 대해 추가적인 설명력을 가진다는 점을 확인하는 결과로, 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 증분타당도를 가진다는 본 연구의 가설에 부합한다.

논 의

본 연구는 McAdams(1995)의 성격 3수준 이론을 바탕으로 서사정체성이 다른 수준의 성격 변인들을 통제한 후에도 심리적 웰빙에 대해 증분타당도를 가지는지 살펴보았다. 그 결과, 서사정체성의 정체성 형성 수준은 성격 1수준인 성격 5요인과 성격 2수준인 회복탄력성과 낙관성의 설명력을 넘어, 심리적 웰빙에 대해 추가적인 설명력을 가졌다. 나아가 서사정체성은 성격 1수준 변인과 성격 2수준 변인은 물론, 6개월 전에 측정한 심리적 웰빙을 통제한 후에도 심리적 웰빙에 대해 독립적인 설명력을 가졌다. 이와 같은 결과는 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 증분타당도를 가진다는 본 연구의 가설을 지지하고, 기존 연구결과와도 합치한다(Adler et al., 2016). 본 연구는 성격 1수준과 2수준의 공시적 영향력과 통시적인 영향력을 모두 살펴봄으로써 성격 1수준과 2수준이 심리적 웰빙에 대해 안정적인 예측 패턴을 가짐을 확인함과 동시에 인생이야기를 통해 서사정체성을 잘 형성한 사람은 성격 1수준과 2수준의 안정적인 예측력을 넘어서도 높은 심리적 웰빙을 누릴 수 있음을 시사한다.

기존에 진행되었던 서사정체성의 증분타당도에 대한 연구는 성격의 3수준 중 일부만을 포함한 연구가 대부분이었다. 예를 들어, 성격 1수준인 성격 5요인의 경우 다섯 가지 하위 요인을 모두 포함하기보다는, 몇 개의 선정된 요인들만을 포함하여 증분타당도를 분석한 경우가 다수이다(Bauer, McAdams, & Sakaeda, 2005a; Cox & McAdams, 2014; Lilgendahl & McAdams, 2011). 또한 이전까지의 서사정체성 증분타당도에 대한 연구에는 성격 2요인인 특징적 적응을 포함하

www.kci.go.kr

지 않고 진행된 경우가 많다(Adler & Hershfield, 2012; Lodi-Smith, Geise, Roberts, & Robins, 2009; Wilt, Cox, & McAdams, 2010). 반면, 본 연구는 성격 1수준 변인인 성격 5요인을 모두 포함하고 성격 2수준으로 회복탄력성과 낙관성의 두 변인을 포함해서 분석하였고, 이 경우에도 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 증분타당도를 가짐을 밝혔다. 이는 이전 연구들의 한계를 보완함과 동시에 한 개인을 이해함에 있어 서사정체성의 중요성을 증명한다.

본 연구의 결과에서도 잘 드러난 바와 같이, 성격의 3수준은 모두 각각 심리적 웰빙과 관련이 높을 뿐 아니라, 서로 독립적인 설명력을 갖는다. 이는 심리적 웰빙의 증진을 위해 어떤 식의 개입이 필요한지에 대해 큰 함의를 갖는다. 성격 1수준에 해당하는 기질적 특성은 표 4와 5에서 보이는 것처럼, 심리적 웰빙을 상당히 높은 수준으로 설명한다. 하지만, 기질적 특성의 경우 유전에 의해 대략 50% 정도가 결정된다(Jang, Livesley, & Vemon, 1996). 즉, 기질적 특성은 심리적 웰빙의 많은 부분을 결정함에도 불구하고, 개인이 심리적 웰빙을 높이는 수단으로 기질적 특성을 바꾸는 방법을 채택하기는 어렵다는 것이다. 반면, 자신의 인생이야기는 사실이 아니라 그에 대한 해석이기 때문에 변화가 가능하고, 기질적 특성과는 상관없이 심리적 웰빙을 예측한다. 이는 정체성이 중요한 발달과업으로 등장하는 청소년 이후에 자신의 심리적 웰빙 수준을 높이기 위해서는 타고난 특성을 바꾸는 것보다 새로운 관점에서 과거를 재해석하고 새롭게 인생이야기를 써나가는 것이 더 효과적일 수 있음을 의미한다.

이와 관련하여 본 연구 결과 중 주목할 만한 내용이 있다. 기질적 특성이 2차시의 심리적 웰빙을 높은 수준으로 설명하지만, 1차시의 심리적 웰빙이 공변인으로 투입되면 그 설명력이 크게 줄어든다는 점이다. 구체적으로, 2차시 심리적 웰빙을 설명함에 있어, 1차시에 측정된 기질적 특성은 다섯 가지 모두 유의하지 않았으며, 2차시에는 오직 신경성만이 유의했다. 기질적 특성이 유전에 의해 상당 부분 결정되고, 시간의 흐름에 따라 그리 변화하지 않는다는 점을 고려할 때, 이러한 결과는 기질적 특성이 심리적 웰빙에 미치는 영향은 이미 1차시에 측정된 심리적 웰빙에 이미 대부분 포함되어, 1차시의 심리적 웰빙이 공변인으로 포함될 경우 2차시의 심리적 웰빙을 설명할 만한 변량이 남아 있지 않았기 때문인 것으로 추측된다. 후속 연구를 통해 이 가능성을 더 심층적으로 연구할 필요가 있다.

Adler 등(2016)은 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 갖는 증분타당도에 대한 메타분석 결과를 정리하며, 서사문의 여러 코딩 방식 중에서 특히 심리적 성숙을 나타내는 개념으로 코딩할 경우 서사정체성과 심리적 웰빙 사이에 관련성이 높게 나타난다고 주장하였다. 본 연구에서 사용한 정체성 형성 코딩은 참여자가 자신의 경험과 삶의 여러 측면들을 주체적으로 통합함으로써 삶의 의미를 구축하는 과정을 포착한다는 점에서 심리적인 성숙과 밀접한 관련이 있다. 그런 점에서 본 연구의 결과는 Adler 등의 주장에도 합치한다.

본 연구에서는 서사문을 코딩하기 위해 정체성 형성 정도를 사용했다(Park & Moon, 2020). Park과 Moon은 기존의 서사정체성 연구가 '정체성'에 관한 연구임에도 불구하고 서사문을 글의 주제나 정서적 톤 등으로 주로 코딩할 뿐 정체성 형성 수준으로 코딩하지는 않았다는 한계를 극복하기 위해 이 코딩 체계를 개발하였다. 하지만, 아직까지 이 코딩 체계를 사용하여 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 갖는 증분타당도를 확인한 연구는 없었다. 본 연구를 통해 정체성 형성 수준의 증분타당도도 확인된 만큼, 향후 많은 연구에서 사용되기를 기대한다.

정체성 형성에서 높은 점수를 받은 서사문들은 사회적으로 바람직한, 긍정적인 내용을 포함한다. Erikson(1968)에 따르면 부정적 정체성(negative identity)이 형성되는 이유는 정체감 혼

www.kci.go.kr

란(identity confusion)의 상태를 서둘러 해결하기 위해 자아의 부정적인 측면에 고착되기 때문이다. 따라서 부정적 정체성을 형성하는 것은 충분한 탐색 없이 사회적 규범에 자신의 정체감을 고착한 정체성 폐쇄(identity foreclosure)와 유사하며, 정체성 폐쇄와 마찬가지로 성급한 정체성 혼란의 해결방식에 해당한다(Hihara, Suglmura, & Syed, 2018; Nerman & Nerman, 1978). 내면화는 충분한 자기이해를 바탕으로 정체성을 형성하는 과정이다. 충분한 자기탐색이 부족한 상태에서 특정 측면에 자신의 정체감을 고착시킨 부정적 정체성의 형성은 내면화가 시작되기 전 단계에 해당한다고 볼 수 있으므로, 부정적 정체성이 포함된 글은 본 연구에서 사용한 정체성 수준 정도로 코딩했을 때 3점 미만의 낮은 점수를 받게 된다. 따라서 서사문의 정체성 형성 정도가 심리적 웰빙에 대해 기여하는 바는 정체성의 내용의 긍정성과 부정성보다는 정체성 형성이 삶에 미치는 고유한 영향으로 설명할 수 있다.

서사문의 코딩과 관련하여 한 가지 언급해야 할 점이 있다. 각 연구자가 자신의 연구 목적에 맞게 서사문을 코딩할 수 있다는 것은 서사정체성 연구의 유연성을 보여주는 장점이라고 할 수 있으나, 동시에 연구자가 각자 자신의 고유한 코딩 방식을 사용할 경우 서사정체성 연구의 통합성을 해치는 단점으로 작용하기도 한다. 이런 문제점을 다루기 위해 최근 McLean 등(2020)은 동일한 서사문을 기존에 나왔던 주요 코딩 체계를 사용해 모두 코딩한 후 요인분석을 실시하였다. 그 결과 기존의 코딩 체계는 크게 세 가지, 즉 동기 및 정서적 주제(motivational and affective themes), 구조적 측면(structural aspects), 자서전적 추론(autobiographical reasoning) 요인으로 구분되었다. 정체성 형성 코딩 체계의 경우 자신의 과거 경험이 지금의 자신이 되는 데 어떤 영향을 끼쳤는지에 대한 것으로 자서전적 추론 요인에 속할 것으로 예상된다. 서사문을 기존의 다른 코딩 체계와 함께 사용하여, 이를 경험적으로 증명하는 것은 중요한 연구 주제이나 본 연구의 목적과 범위를 넘어선다. 향후 관련 연구가 이루어져 서사정체성과 개인의 성격에 대한 이해를 넓힐 필요가 있다.

몇몇 선행연구들은 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 종단적인 설명력이 있음을 보고하였다(Bauer & McAdams, 2010; Vanaken, Bijttebier, Fivush, & Hermans, 2021). 본 연구의 경우, 성격 1수준과 성격 2수준의 변인에 대해서는 심리적 웰빙에 대한 종단적인 설명력을 확인했으나, 성격 3수준인 서사정체성에 대해서는 공시적인 설명력만을 확인하였다. 따라서 서사정체성이 심리적 웰빙에 대해 공시적인 증분타당도를 가진다는 점을 지지한다고는 할 수 있으나, 통시적인 증분타당도를 가진다고 주장하기는 어렵다. 따라서 후속 연구를 통해 다른 시점의 서사정체성 점수를 확보하여 서사정체성이 성격 1수준과 성격 2수준을 통제하고도 심리적 웰빙에 대해 공시적, 통시적인 증분타당도를 가지는지 확인하는 것은 본 연구를 넘어선 추가적인 의미를 제공할 것이다. 마지막으로 본 연구는 표본을 대학생으로 한정했다는 점에서 일반화의 한계를 지닌다. 추후 연구는 연구 대상을 다양한 연령대로 확대하여 본 연구의 한계를 보완하는 시도를 할 수 있다.

저자 소개

문 현은 고려대학교 심리학부 학석사연계과정에 재학 중이다. 주요 관심 분야는 삶의 이유, 전생애 인간발달(정체성, 애착), 외상 등이다.

이다예는 고려대학교 심리학부 석사과정에 재학 중이다. 주요 관심 분야는 정체성, 심리사회적 자원, 스트레스 대처 등이다.

김소을은 고려대학교 심리학부 석사과정에 있으며, 연구 관심사로는 정체성, 자기이해와 웰빙 등이 있다.

www.kci.go.kr

박선웅은 고려대학교 심리학부에서 부교수로 재직 중이고, 정체성, 물질주의, 성장동기 등을 주로 연구한다. 저서로는 <정체성의 심리학>이 있다.

참고문헌

김경민, 임정하 (2012). 대학생의 낙관성과 행복추구경향이 심리적 안녕감에 미치는 영향. 대한가정학회지, 50(1), 89-101. doi: 10.6115/khea.2012.50.1.089

김근영 (2013). 대학생의 자아정체성 측정의 지위적 접근과 서술적 접근: 문화권에 따른 유사점과 차이점을 중심으로. 청소년학연구, 20(6), 73-102.

김선영, 김재민, 유준안, 배경열, 김성완, 양수진, 신일선, 윤진상 (2010). 노인에서 한국판 성격 5요인 척도의 표준화 및 타당도. 생물정신의학, 17(1), 15-25.

김태희, 김종백 (2016). 내러티브 정체성을 통해 본 대학생의 자아정체감. 교육심리연구, 30(1), 1-25.

박선웅, 박예린 (2019). 불확실한 정체성과 낮은 심리적 안녕감 간의 관계에서 물질주의의 매개효과. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 33(2), 1-21. doi: 10.21193/kjspp.2019.33.2.001

신희성, 김태익, 박유빈, 박선웅 (2017). 물질주의와 정신건강: 경제적 수준으로 조절되지 않는 부적관계. 보건사회연구, 37(3), 368-397. doi: 10.15709/hswr.2017.37.3.368

양재원, 양은주, 김근영 (2012). 대학생의 애착과 진로행동 간의 관계에서 서술정체성 의미부여의 매개효과. 청소년학연구, 19(8), 55-76.

Adler, J. M. (2012). Living into the story: Agency and coherence in a longitudinal study of narrative identity development and mental health over the course of psychotherapy. *Journal of Personality and Social Psychology, 102,* 367-389. doi: 10.1037/a0025289

Adler, J. M., & Hershfield, H. E. (2012). Mixed emotional experience is associated with and precedes improvements in psychological well-being. *PLoS ONE, 7,* e15633. doi: 10.1371/journal.pone.0035633

Adler, J. M., Lodi-Smith, J., Philippe, F. L., & Houle, I. (2016). The incremental validity of narrative identity in predicting well-being: A review of the field and recommendation for the future. *Personality and Social Psychology Review, 20,* 142-175. doi: 10.1177/1088868315585068

Adler, J. M., & Poulin, M. J. (2009). The political is personal: Narrating 9/11 and psychological well-being. *Journal of Personality, 74,* 903-932. doi: 10.1111/j.1467-6494.2009.00569.x

Archana, Kumar, U., & Singh, R. (2014). Resilience and spirituality as predictors of psychological well-being among university students. *Journal of Psychosocial Research, 9,* 227-235.

Bauer, J. J., Graham, L. E., Lauber, E. A., & Lynch, B. P. (2019). What growth sounds like: Redemption, self-improvement, and eudaimonic growth across different life narratives in relation to well-being. *Journal of Personality, 87*, 546-565. doi: 10.1111/jopy.12414

Bauer, J. J., & McAdams, D. P. (2004). Personal growth in adults' stories of life transitions. *Journal of Personality, 72,* 573-602. doi: 10.1111/j.0022-3506.2004.00273.x

Bauer, J. J., & McAdams, D. P. (2010). Eudaimonic growth: Narrative growth goals predict increases in ego development and subjective well-being 3 years later. *Developmental Psychology, 46,* 761-772. doi: 10.1037/a0019654

Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Pals, J. L. (2008). Narrative identity and eudaimonic well-being. *Journal of Happiness Study, 9*, 81-104. doi: 10.1007/s10902-006-9021-6

www.kci.go.kr

Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Sakaeda, A. R. (2005a). Crystallization of desire and crystallization of discontent in narratives of life-changing decisions. *Journal of Personality, 73,* 1181-1213. doi: 10.1111/j.1467-6494.2005.00346.x

Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Sakaeda, A. R. (2005b). Interpreting the good life: Growth memories in the lives of mature, happy people. *Journal of Personality and Social Psychology, 88,* 203-217. doi: 10.1037/0022-3514.88.1.203

Church, A. T. (2000). Culture and personality: Toward an integrated cultural trait psychology. *Journal of Personality, 68,* 651-703. doi: 10.1111/1467-6494.00112

Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1994). Set like plaster? Evidence for the stability of adult personality. In T. F. Heatherton & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 21-40). Washington, DC: American Psychological Association.

Cox, K. S., Hanek, K. J., & Cassario, A. L. (2019). Redemption in a single low point story longitudinally predicts well-being: The incremental validity of life story elements. *Journal of Personality, 86,* 1009-1024. doi: 10.1111/jopy.12452

Cox, K. S., & McAdams, D. P. (2014). Meaning making during high and low point life story episodes predicts emotion regulation two years later: How the past informs the future. *Journal of Research in Personality, 50,* 66-70. doi: 10.1016/j.jrp.2014.03.004

Dangi, S., & Nagle. Y. K. (2015). Personality factors as determinants of psychological well being among adolescents. *Indian Journal of Health and Wellbeing, 6,* 369-373.

Erikson, E (1968). *Identity: Youth and crisis.* New York, NY: Norton.

Gonzalez Olivares, A, L., Navarro, O., Sanchez-Verdejo, F. J., & Muelas, A. (2020). Psychological well-being and intrinsic motivation: Relationship in students who begin university studies at the School of Education in Ciudad Real. *Frontiers in Psychology, 11*, 2054. doi: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02054

Gracia, D. (2011). Two models of personality and well-being among adolescents. *Personality and Individual Differences, 50,* 1208-1212. doi: 10.1016/j.paid.2011.02.009

Grant, S., Langan-Fox, J., & Anglim, J. (2009). The big five traits as predictors of subjective and psychological well-being. *Psychological Reports, 105,* 205-231. doi: 10.2466/PR0.105.1.205-231

Haynes, S. N., & Lench, H. C. (2003). Incremental validity of new clinical assessment measures. *Psychological Assessment, 15,* 456-466. doi: 10.1037/1040-3590.15.4.456

Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience? *The Canadian Journal of Psychiatry, 56,* 258-265. doi: 10.1177/070674371105600504

Hihara, S., Suglmura, K., & Syed, M. (2018). Forming a negative identity in contemporary society: Shedding light on the most problematic identity resolution. *Identity: An International Journal of Theory and Research, 18,* 325-333.

Hu, L.-t., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling, 6,* 1-55.

Hunsley, J., & Mash, E. J. (2007). Evidence-based assessment. *Annual Review of Clinical Psychology, 3,* 29-51. doi: 10.1146/annurev.clinpsy.3.022806.091419

Jang, K. L., Livesley, W. J., & Vemon, P. A. (1996). Heritability of the big five personality

www.kci.go.kr

dimensions and their facets: A twin study. *Journal of Personality, 64*, 577-592. doi: 10.1111/j.1467-6494.1996.tb00522.x

John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The big-five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (Vol. 2, pp. 102-138). New York, NY: Guilford Press.

Kokko, K., Tolvanen, A., & Pulkkinen, L. (2013). Associations between personality traits and psychological well-being across time in middle adulthood. *Journal of Research in Personality, 47,* 748-756, doi: 10.1016/j.jrp.2013.07.002

Li, Z. S., & Hasson, F. (2020). Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. *Nurse Education Today, 90,* 104440. doi: 10.1016/j.nedt.2020.104440

Lilgendahl, J. P., & McAdams, D. P. (2011). Constructing stories of self-growth: How individual differences in patterns of autobiographical reasoning relate to well-being in midlife. *Journal of Personality, 79,* 391-428. doi: 10.1111/j.1467-6494.2010.00688.x

Lodi-Smith, J., Geise, A. C., Roberts, B. W., & Robins, R. W. (2009). Narrating personality change. *Journal of Personality and Social Psychology, 96,* 679-689. doi: 10.1037/a0014611

Luthar, S. S., Crossman, E. J., & Small, P. J. (2015). Resilience and adversity. In R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of child psychology and developmental science: Vol. 3. Socioemotional processes* (7th ed., pp. 247-286). Hoboken, NJ: Wiley.

Marrero-Quevedo, R. J., Blanco-Hernández, P., Hernández-Cabrera, J. A. (2019). Adult attachment and psychological well-being: The mediating role of personality. *Journal of Adult Development, 26,* 41-56. doi: 10.1007/s10804-018-9297-x

McAdams, D. P. (1995). What do we know when we know a person? *Journal of Personality, 63,* 363-396. doi: 10.1111/j.1467-6494.1995.tb00500.x

McAdams, D. P. (1996). Personality, modernity, and the storied self: A contemporary framework for studying persons. *Psychological Inquiry, 7,* 295-321. doi: 10.1207/s15327965pli0704_1

McAdams, D. P. (2013). The psychological self as actor, agent, and author. *Perspectives on Psychological Science, 8,* 272-295. doi: 10.1177/1745691612464657

McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science, 22,* 233-238. doi: 10.1177/0963721413475622

McAdams, D. P., & Pals, J. L. (2006). A new big five: Fundamental principles for an integrative science of personality. *American Psychologist, 61,* 204-217. doi: 10.1037/0003-066X.61.3.204

McAdams, D. P., Reynolds, J., Lewis, M., Patten, A. H., & Bowman, P. J. (2001). When bad things turn good and good things turn bad: Sequences of redemption and contamination in life narrative and their relation to psychosocial adaptation in midlife adults and in students. *Personaltiy and Social Psychology Bulletin, 2,* 474-485. doi: 10.1177/0146167201274008

McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (2008). The five-factor theory of personality. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 159-181). The Guilford Press.

McLean, K. C., Syed, M., Pasupathi, M., Adler, J. M., Dunlop, W. L., Drustrup, D., ... & McCoy, T. P. (2020). The empirical structure of narrative identity: The initial Big Three. *Journal of Personality and Social Psychology, 119*, 920-944. doi: 10.1037/pspp0000247

www.kci.go.kr

Nerman, B. M., & Nerman, P. R. (1978). The concept of identity: Research and theory. *Adolescence, 13,* 157-166.

Padhy, M., Chelli, K., & Padiri, R. A. (2015). Optimism and psychological well-being of police officers with different work experiences. *SAGE Open, 5*, 2158244015580852. doi: 10.1177/2158244015580852

Park, S. W., Kim, S., Moon, H., & Cha, H. (2021). Incremental validity of narrative identity in predicting psychological well-being: A replication and extension in Korean adults. *Narrative Inquiry.* Advance Online Publication. doi: 10.1075/ni.21047.par

Park, S. W., & Moon, H. (2020). Assessing identity formation via narratives. *Current Psychology.* Advance Online Publication. doi: 10.1007/s12144-020-00926-7

Park, Y., Kim, S., Kim, G., Johnson, S. K., & Park, S. W. (2021). Testing a process-oriented model of identity development in South Korean young adults. *Current Psychology*. Advance online publication. https://doi.org/10.1007/s12144-021-01838-w

Philippe, F. L., Koestner, R., Beaulieu-Pelletier, G., & Lecours, S. (2011). The role of need satisfaction as a distinct and basic psychological component of autobiographical memories: A look at well-being. *Journal of Personality, 79,* 905-938. doi: 10.1111/j.1467-6494.2010.00710.x

Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology, 58,* 307-321. doi: 10.1002/jclp.10020

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57,* 1069-1081. doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effect of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research, 16,* 201-228. doi: 10.1007/BF01173489

Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology, 67,* 1063-1078. doi: 10.1037/0022-3514.67.6.1063

Schumutte, P. S., & Ryff, C. D. (1997). Personality and well-being: Reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology, 3,* 549-559. doi: 10.1037/0022-3514.73.3.549

Schweizer, K., Beck-Seyffer, A., & Schneider, R. (1999). Cognitive bias of optimism and its influence on psychological well-being. *Psychological Reports, 84,* 627-636. doi: 10.2466/pr0.1999.84.2.627

Siegler, I. C., & Brummett, B. H. (2000). Associations among NEO personality assessments and well-being at midlife: Facet-level analyses. *Psychology and Aging, 15,* 710-714. doi: 10.1037/h0087880

Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, D., Tooley, E., Christopher, P., & Bemard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine, 15,* 194-200. doi: 10.1080/10705500802222972

Souri, H., & Hasanirad, T. (2011). Relationship between resilience, optimism, and psychological well-being in students of medicine. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 30,* 1541-1544.

Tavernier, R., & Willoughby, T. (2012). Adolescent turning points: The association between meaning-making and psychological well-being. *Developmental Psychology, 48,* 1058-1068. doi: 10.1037/a0026326

Vanaken, L., Bijttebier, P., Fivushljl, R., & Hermans,

www.kci.go.kr

D. (2021). Narrative coherence predicts emotional well-being during the COVID-19 pandemic: A two-year longitudinal study. *Cognition and Emotion.*
doi: 10.1080/02699931.2021.1902283

Wilt, J., Cox, K. S., & McAdams, D. P. (2010). The Eriksonian life story: Developmental scripts and psychosocial adaptation. *Journal of Adult Development, 17,* 156-161.
doi: 10.1007/s10804-010-9093-8

1 차원고접수 : 2021. 09. 08.
수정원고접수 : 2021. 12. 14.
최종게재결정 : 2022. 01. 19.

www.kci.go.kr

한국심리학회지: 사회 및 성격
Korean Journal of Social and Personality Psychology
2022, Vol. 36, No. 1, 1-24
https://doi.org/10.21193/kjspp.2022.36.1.001

Regular Article

The Incremental Validity of Narrative Identity in Predicting Psychological Well-Being: McAdams's Three-Level Model of Personality

Hyun Moon **Da Ye Lee** **Soul Kim** **Sun W. Park**

Korea University

The present study aimed to test the incremental validity of narrative identity in predicting psychological well-being based on McAdams's three-level model of personality. We analyzed the data from 93 participants who consistently participated in a six-month longitudinal study. At Time 1, participants completed measures of Big-Five personality (level 1 personality; dispositional traits), resilience and optimism (level 2 personality; characteristic adaptations), and psychological well-being (criterion variable). Six months later (Time 2), the participants rated the same measures as the ones used at Time 1 and additionally wrote a story explaining how they had become the person they were (level 3 personality; narrative identity). The results showed that narrative identity was significantly related to psychological well-being assessed at Time 2, controlling for Level 1 and Level 2 variables assessed at Time 1. Furthermore, the positive link between narrative identity and psychological well-being remained significant after controlling for Level 1 and Level 2 variables assessed at Time 2. These findings suggest that narrative identity has an incremental validity in predicting psychological well-being, which supports our hypothesis. The present study demonstrates the importance of examining all three levels of personality to fully understand a person and attests the value of narrative identity in personality research.

Keywords: *narrative identity, psychological well-being, three levels of personality, big five, resilience, optimism*

www.kci.go.kr