

나이와 행복 간의 관계: 통제변인 투입 여부와 효과크기를 중심으로

윤 선¹⁾ 이윤희²⁾ 이태현²⁾ 윤지연²⁾ 윤가영²⁾ 정세원²⁾ 박선웅^{2)*}

¹⁾서울대학교 ²⁾고려대학교

행복의 U자형 곡선은 대중적으로 많은 관심을 받는 소재임에도 불구하고, 연구자들 사이에서는 나이와 행복의 관계에 대해 합의가 이루어지지 않은 상태이다. 본 연구는 한국인을 대상으로 나이와 행복의 관계를 살펴보고자 하였으며, 행복의 U자형 곡선 연구에서 쟁점이 되는 통제변인 투입과 효과크기를 중심으로 이를 확인하고자 했다. 연구 1($N = 12,629$)에서는 2019년의 한국노동패널조사 자료를, 연구 2($N = 10,060$)에서는 2019 국민여가활동조사 자료를 사용하여 나이가 들어감에 따라 한국인들의 행복이 어떻게 변화하는지 살펴보았다. 구체적으로, 다섯 가지 사회인구학적 변인(성별, 가구소득, 교육수준, 혼인상태, 직업적 지위)을 통제할 경우와 통제하지 않은 경우의 나이-행복 관계를 비교하였으며, 해당 관계의 효과크기를 살펴보았다. 연구 결과, 연구 1과 연구 2에서 모두 통제변인을 투입하지 않은 경우 역U자형 곡선이 발견되었으나, 통제변인을 투입한 후에는 U자형 곡선이 나타났다. 또한, 통제변인 투입 여부와 상관없이 나이와 행복 간 곡선적 관계의 효과크기는 매우 작았다. 본 연구는 대표성 있는 표본을 바탕으로 한국인들의 행복 궤적을 밝혔다는 의의가 있다.

주요어 : 나이, 행복, 행복의 U자형 곡선, 통제변인, 효과크기

* 교신저자: 박선웅, 고려대학교 심리학부, (02841) 서울특별시 성북구 안암로 145

Tel: 02-3290-2868, E-mail: sunwpark@korea.ac.kr



© 2024, Korean Social and Personality Psychological Association.
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

2010년 The Economist는 행복이 유년기에 가장 높고 중년기에 감소하였다가 노년기에 다시 증가한다는 내용의 기사를 보도했다("The U-bend of life"). 이처럼 나이와 행복 간의 관계가 U자 모양을 띤다는 연구 결과는 여러 언론 매체를 통해 기사화될 정도로(Bobrow, 2018; Brickman, 2022; Freeman & Freeman, 2015; Groskop, 2020; Samuelson, 2014) 대중들에게 많이 소개된 내용이다. 하지만 행복의 U자형 곡선에 대한 대중적 관심과는 달리 연구자들 사이에서는 나이와 행복의 관계에 대해 여전히 합의가 이루어지지 않은 상태이다. 일부 연구에서는 나이에 따라 행복이 감소했다 증가하는 경향성이 보고되었지만(Blanchflower, 2021; Blanchflower & Oswald, 2009), 다른 연구에서는 나이와 행복 간 직선 관계가 나타나거나(Bittmann, 2021), 유의한 관계가 나타나지 않거나 나타나더라도 그 효과가 약하게 보고되었다(Bartram, 2022). 이처럼 행복의 U자형 곡선이 존재하는지에 대한 논란이 팽배한 가운데, 비일관적인 연구 결과를 설명하고자 하는 하나의 시도로서 통제변인 투입 여부와 효과크기가 주된 쟁점으로 떠오르고 있다(Blanchflower & Graham, 2021; Blanchflower & Piper, 2021; Galambos et al., 2020; Glenn, 2009; Laaksonen, 2018). 즉, 어떤 통제변인을 투입하는지에 따라 U자형 곡선이 나타나거나 나타나지 않을 수 있으며, 곡선이 나타나더라도 그 효과의 크기를 살펴봐야 한다는 것이다. 본 연구는 한국에서 수집된 두 개의 대규모 자료를 통해 통제변인 투입과 효과크기와 관련된 기존 연구의 한계를 보완함으로써 나이와 행복의 관계를 확인하는 것을 목적으로 한다.

행복의 U자형 곡선

행복 혹은 주관적 웰빙(subjective well-being)에 대한 연구는 경제학(Easterlin, 2003; Kahneman et al., 2006), 경영학(Harter et al., 2003), 심리학(Lyubomirsky et al., 2005), 생물학(Ryff et al., 2004)

등 여러 분야에서 오랫동안 연구되어 왔다. 특히 행복에 영향을 미치는 여러 요인 중 나이에 대한 연구도 진행되었는데, 나이는 생물학적 지표인 동시에 개인의 사회적 역할이나 지위, 생애사적 사건 등을 보여주는 지표라는 점에서(한경혜 외, 2019) 나이와 행복의 관계는 많은 학자들의 관심을 받았다. 나이와 행복의 관계를 다룬 초기 연구에서는 두 변인이 직선 관계를 맺고 있는 것으로 여겨졌다(Diener et al., 1999; Easterlin et al., 1993; Winkelmann & Winkelmann, 1998). 이때 직선 관계의 방향에 대한 연구 결과는 비일관적이었는데, Winkelmann과 Winkelmann(1998)은 둘 간의 강한 부정적 관계를 보고하였지만, Easterlin 등(1993)과 Diener 등(1999)은 나이와 행복이 유의한 관계를 맺고 있지 않아 수평적인 직선 관계가 나타난다고 보고하였다.

하지만 Clark와 Oswald(1994)의 연구를 시작으로 2000년대 초반에 나이와 행복이 곡선 관계를 맺고 있다는 관점이 제기되었다(Clark & Oswald, 2007; Frijters & Beatton, 2012). 구체적으로, 행복은 유년 시절에는 높게 나타나지만 초기 성인기부터 떨어지기 시작해 중년에 가장 낮은 수준에 도달한 뒤 노년에 다시 증가하는 U자 경향성을 보인다는 것이다(Blanchflower, 2021). 행복이 인간의 생애에 걸쳐 감소하였다가 증가한다는 연구 결과가 여러 차례 보고됨에 따라(Beja, 2018; Blanchflower, 2021; Blanchflower & Graham, 2021; Blanchflower & Oswald, 2004, 2008, 2009, 2016; Blanchflower & Piper, 2021; Clark & Oswald, 1994; Di Tella et al., 2001; Frijters & Beatton, 2012; Gerdtham & Johannesson, 2001; Graham & Ruiz Pozuelo, 2017; Kim et al., 2023; Oswald & Powdthavee, 2008; Senik, 2004; Shields & Price, 2005; Uppal, 2006) 행복의 U자형 곡선은 나이와 행복의 관계를 설명하는 주된 모델이 되었다. 특히 행복이 가장 낮게 보고되는 중년기는 기존의 중년기 위기(midlife crisis) 이론으로 설명된다는 점에서(Ranjbar & Sperlich, 2020) 행복의 U자형 곡선이 현실 세계를 잘 반영하고 있다는 주장이

제기되었다.

앞서 언급한 것처럼, 나이와 행복의 U곡선은 Clark와 Oswald(1994)의 연구에서 처음 보고되었으나 이를 중점적으로 다룬 연구는 Blanchflower와 Oswald(2004)의 연구라고 할 수 있다. 나아가 행복의 U자형 곡선은 다양한 맥락에서도 나타나는 현상으로서 문화권이 다른 여러 나라(Blanchflower, 2021; Blanchflower & Oswald, 2016; Blanchflower & Piper, 2021; Graham & Ruiz Pozuelo, 2017)에서도 확인되었다. 특히 Blanchflower(2021)의 연구는 각 나라에서의 나이와 행복의 관계를 개별적으로 살펴본 기존의 연구들을 모아 14개 종류의 데이터를 종합적으로 분석하였는데, 분석에 포함된 14개국 모두에서 행복의 U곡선이 나타났다고 주장했다.

행복의 U자형 곡선에 대한 비판적 입장

이처럼 나이와 행복 간 U자형 관계를 보고한 연구가 여럿 존재하지만, 이와 같은 결과는 주로 경제학자들에 의해 보고된 결과로, 심리학자와 사회학자들은 이를 반박하는 연구를 진행하였다(Bartram, 2022; Galambos et al., 2020; Glenn, 2009; Hellevik, 2017; Kassenboehmer & Haisken-DeNew, 2012). 나이와 행복 간 곡선적 관계를 반박하는 연구자들은 U자형 곡선이 “부적절하고 의심스러운 통제변인을 사용한 결과(the result of the use of inappropriate and questionable control variables)”에 불과하고(Glenn, 2009, 481쪽), 행복의 U자형 곡선은 신화(myth)일 뿐이라고 표현하기도 했다(Whitbourne, 2018).

Glenn(2009)은 통제변인 사용의 문제점을 혼인 상태를 예로 들어 자세히 설명하였다. 어떤 변인을 통제변인으로 사용하기 위해서는 통제변인이 결과변인(혹은 종속변인)에 영향을 미치지만, 결과변인이 통제변인에 영향을 미쳐서는 안 된다는 전제가 필요하다. 하지만 혼인상태라는 변인은 이러한 전제를 위반한다. 행복한 사람이 행복하지 않은 사람에 비해 더 많이 결혼하고

더 오래 결혼상태를 유지하기 때문이다(Stutzer & Frey, 2006). 그런데 중년의 삶에서 혼인상태를 통제하여 행복과의 관련성을 제거하고 나면 결국 행복도가 낮은 미혼의 사람들만이 결과값에 남아 중년기의 행복이 낮게 보고될 수밖에 없다. 비슷한 문제가 건강이나 가구소득 등 다른 통제변인에서도 동일하게 적용된다. 결국 Glenn(2009)의 주장은 나이와 행복 간의 U곡선은 통제하지 말아야 할 변인을 통제했기 때문에 발생한 인위적인 결과라는 것이다.

Bittmann(2021) 역시 연구의 주제와 목적에 따라 통제변인을 추가할지 말지 신중하게 결정해야 한다고 주장했다. 변인 간의 인과관계를 살펴볼 때는 예측변인과 결과변인 모두에 영향을 미치는 혼입변인(confounding variable)을 잘 살펴야 하고(Pearl, 2009), 이를 통제변인으로 투입해야 한다. 하지만 나이는 시간의 흐름에 따라 자연적으로 늘어나고 시간은 모든 사람에게 동일하게 흐르기 때문에 나이에 영향을 미치는 인구사회학적 변인은 존재하지 않고(예, 결혼 여부), 따라서 인구사회학적 변인은 통제변인으로 투입되어서는 안 된다. Bittmann(2021)에 따르면, 기존의 논의에서 통제되었던 혼인상태나 교육수준과 같은 변인들은 혼입변인이라기보다 나이가 행복에 어떻게 영향을 미치는지를 설명하는 매개변인에 가깝다. 따라서 연구자가 나이와 행복 간의 관계를 확인하고자 할 때 부적절한 통제변인, 즉 통제변인의 조건에 부합하지 않는 변인들을 투입하게 된다면, 과잉통제 편향(overcontrol bias)에 따라 잘못된 결과가 나타날 수 있다. 이는 변인들을 통제함에 따라 건강의 악화나 소득의 감소와 같이 나이에 따라 자연스럽게 발생하는 일들이 배제된다고 주장한 기존의 연구(Hellevik, 2017)와 일맥상통한다. 결국 인구사회학적 변인을 연구에 포함하는 것은 나이-행복 관계의 기제(mechanism)를 살펴보는 데는 적절할 수 있지만, 두 변인 간 직접적인 인과관계를 살펴보는 경우에는 “잘못된 연구 결과(misleading findings)”로 이어질 수 있다(Bittmann, 2021, 2346

쪽).

일부 학자들은 통제변인 유무에 따른 나이-행복 관계를 직접적으로 비교하기도 했다. Frijters와 Bearton(2012)은 독일(German Socio-Economic Panel), 호주(Household, Income and Labour Dynamics in Australia), 영국(British Household Panel Survey)의 패널 데이터를 분석했으며, 이때 통제변인은 가구소득, 성별, 교육수준, 자녀의 수, 혼인상태, 취업 여부였다. 원자료(raw data)에 통제변인을 투입하자, 나이와 행복의 직선 관계가 곡선 관계로 바뀌거나 기존의 U자형 곡선 관계가 더 깊은 곡선 관계로 바뀌었다. 여기서 나아가 Bartram(2022)은 유럽사회조사(European Social Survey) 데이터를 사용하여 통제변인 투입이 나이-행복 간의 곡선적 관계를 구체적으로 얼마나 변화시키는지 살펴보았다. 해당 연구는 독일의 데이터를 예시로 들었는데, 성별, 교육수준, 혼인상태, 직업적 지위를 통제한 결과, 통제변인을 투입했을 때에 비해 투입하지 않았을 때 회귀계수는 절반 수준으로 감소했다. 그리고 나머지 29개국 중 행복의 U자형 곡선이 발견된 22개국에서도 이와 같은 경향성이 발견되었다. 요컨대, 통제변인 유무에 따라 연구 결과가 달라질 수 있으며, 통제변인을 투입하게 되면 행복 곡선이 더 뚜렷하게 나타났다.

한편, Bartram(2022)은 통제변인뿐 아니라 효과크기 또한 행복의 U자형 곡선 연구에서 다뤄져야 한다고 주장했다. 나이와 행복의 관계를 다룬 연구의 대부분이 많은 참여자를 포함하고 있음을 고려할 때 통계적 유의성만으로 나이-행복 간 곡선관계를 주장하는 것은 재고되어야 한다는 것이다. 분석 데이터가 2차 함수 곡선 모델에 잘 맞지 않더라도 표본의 수만 충분히 크다면 행복의 U자형 곡선이 통계적으로 유의할 수 있기 때문이다. Bartram(2022)은 유럽사회조사에 포함된 국가들에서 나타나는 나이와 행복의 관계가 갖는 효과크기를 살펴보았다. 구체적으로, 저자는 나이를 8개의 범위(15-24, 25-34, 35-44, 45-54, 55-64, 65-74, 75-84, 85+)로 나눈 후, 행복

이 가장 높게 보고된 범위의 값에서 가장 낮게 보고된 범위의 값을 뺀으로써 효과크기를 계산했다. 이는 효과크기를 계산하는 일반적인 방법은 아니지만, 최고점과 최저점의 차이를 계산하기 때문에 직선보다는 곡선에서 그 값이 크게 산출된다. 계산 결과, 행복의 U자형 곡선이 보고된 국가들의 경우 효과크기의 평균이 11점 만점 척도에서 0.44에 불과했으며, 이는 Blanchflower(2021)에서 보고된 값의 절반에도 미치지 않는 작은 값이었다. 이와 같은 결과는 나이와 행복 간의 관계에서 U자형 곡선은 발견되지 않으며, 해당 곡선이 발견되더라도 그 정도가 매우 작아 “무시할 수 있을 정도(negligible)”라는 기존의 보고(Bartram, 2021, 433쪽)와 일맥상통한다고 볼 수 있다. 관련하여 Jebb 등(2020, 302쪽)도 행복의 U자형 곡선이 “과장된 것(overblow)”이라고 주장하기도 했다.

나이와 행복 간의 관련성 연구에서의 두 가지 쟁점

앞서 살펴본 바와 같이, 현재 행복의 U자형 곡선에 대한 입장은 연구자마다 달라 나이와 행복의 관계에 대한 합의가 어려운 상황이다. 이에 본 연구에서는 연구자 간에 논란이 되고 있는 두 가지 쟁점을 직접적으로 확인하고자 하였다. 첫 번째 쟁점은 투입되는 통제변인이 연구별로 서로 다르다는 것이다. 선행연구에서 비교적 자주 사용되었던 통제변인은 성별(Bartram, 2022; Beja, 2018; Blanchflower, 2021; Blanchflower & Graham, 2021, 2022; Blanchflower & Oswald, 2004, 2009, 2016; Frijters & Bearton, 2012; Graham & Ruiz Pozuelo, 2017; Kassenboehmer & Haisken-DeNew, 2012; Kim et al., 2023; Laaksonen, 2018), 가구소득(Beja, 2018; Blanchflower & Graham, 2022; Blanchflower & Oswald, 2004, 2008; Frijters & Bearton, 2012; Graham & Ruiz Pozuelo, 2017; Kassenboehmer & Haisken-DeNew, 2012; Laaksonen, 2018), 교육수준(Bartram, 2022; Beja,

2018; Blanchflower, 2021; Blanchflower & Graham, 2021; Blanchflower & Oswald, 2004, 2008, 2016; Frijters & Beatton, 2012; Graham & Ruiz Pozuelo, 2017; Laaksonen, 2018), 혼인상태(Bartram, 2022; Beja, 2018; Blanchflower, 2021; Blanchflower & Graham, 2021, 2022; Blanchflower & Oswald, 2004, 2008, 2016; Frijters & Beatton, 2012; Graham & Ruiz Pozuelo, 2017; Kassenboehmer & Haisken-DeNew, 2012), 직업적 지위(Bartram, 2022; Beja, 2018; Blanchflower, 2021; Blanchflower & Graham, 2021, 2022; Blanchflower & Oswald, 2004, 2008, 2016; Frijters & Beatton, 2012; Graham & Ruiz Pozuelo, 2017; Kassenboehmer & Haisken-DeNew, 2012)였다. 본 연구에서는 이 다섯 가지 통제변인을 투입했을 때와 하지 않았을 때의 결과를 모두 살펴보았다.

두 번째 쟁점은 나이와 행복 간의 U자형 곡선이 갖는 효과크기가 해석을 필요로 할 수준으로 충분히 크지에 관한 것이다. 최근 심리학계에서는 “효과크기 운동(effect size movement)”, 즉 연구자들로 하여금 효과크기를 보고하도록 하는 움직임이 진행 중이다(Robinson et al., 2003, 51 쪽). American Psychological Association과 Association for Psychological Science 등이 주축이 되어 심리학 연구에서 효과크기의 중요성을 강조하고 있는 것이다(Kelley & Preacher, 2012). 행복의 U자형 곡선에 대한 논의에서도 효과크기를 다룰 필요가 있다. 특히 나이와 행복 간의 관계를 다룬 대부분의 연구는 적게는 수백 명에서 많게는 수만 명에 이르는 대규모 데이터를 사용하는데, 유의 확률이 표본 크기에 민감하다는 점을 고려하면 U자형 곡선이 유의한지와 더불어 그 효과가 얼마나 크지도 확인해야 한다. 하지만 기존의 많은 연구들은 통계적 유의성에만 집중하고 행복의 U자형 곡선의 효과크기를 살펴보지 않았다는 한계를 지니고, 이에 연구자들 사이에서 나이에 따른 행복의 변화가 통계적으로는 유의할지 몰라도 그것이 실질적인 함의를 가질 정도로 큰 변화인지 재고해봐야 한다는 주장이 제기되

고 있다(Jebb et al., 2020). 따라서 본 연구에서는 행복의 U자형 곡선의 통계적 유의성뿐 아니라 효과크기 또한 살펴보았다.

한국에서의 나이와 행복 간의 관계

나이와 행복 간의 관계는 한국에서도 비일관적으로 보고되었다. 일부 연구 결과에서는 나이와 행복의 U자형 곡선 관계가 나타났다(Blanchflower, 2021; Kim et al., 2023). 특히 Kim 등(2023)의 연구는 카카오의 심리상태 측정 서비스인 <마음 날씨> 서비스를 통해 모집된 14세에서 75세 표본을 대상으로 성별을 통제변인으로 투입해 분석한 결과 U자형 곡선이 유의하게 나타났다. 하지만 10,456명의 참여자 중 50대는 429명, 60세 이상은 81명이고 전체 표본의 평균 연령은 29.6세(표준편차 = 10.0)에 불과해 표본의 대표성을 확보하지 못했다는 문제가 있다.

나이와 행복 간 부적상관을 보고한 연구도 있다(김미곤, 2015; 김혜연, 2020). 김미곤(2015)의 연구에서는 통제변인을 투입하지 않은 채 분석을 하였는데, 나이가 높아질수록 행복도가 선형적으로 낮아지는 경향성이 보고되었다. 김혜연(2020)은 자료 수집 연도와 성별을 통제하여 나이-행복의 곡선 관계를 분석하였으나, 연령 제곱의 회귀계수가 0에 가까워 나이에 따라 행복이 선형적으로 감소한다고 결론을 내렸다.

연구 개요

본 연구의 목적은 한국인을 대상으로 나이와 행복 간의 관계를 살펴보는 것이다. 표본의 대표성을 확보하기 위해 많은 표본을 포함하고 있는 한국노동연구원 노동패널 자료(연구 1)와 국민여가활동조사 자료(연구 2)를 사용하였다. 나아가 연구자들 사이에서 논의가 되고 있는 두 가지 쟁점을 직접적으로 다루고자 하였다. 첫째, 나이와 행복 간의 관계가 U자형으로 나타나는지 아닌지가 통제변인의 투입 여부에 따라 달라

질 수 있다는 점을 고려하여 기존 연구에서 통제변인으로 자주 사용되었던 다섯 가지 변인(성별, 가구소득, 교육수준, 혼인상태, 직업적 지위)을 투입할 때와 하지 않을 때 나이와 행복 간의 관계가 다르게 나타나는지 살펴보았다. 둘째, 유의확률은 표본의 수에 민감하다는 점을 고려하여 U자형 곡선의 유의성뿐 아니라 효과크기도 함께 살펴보았다.

연구문제 1. 나이와 행복 간의 관계는 통제변인(성별, 가구소득, 교육수준, 혼인상태, 직업적 지위)의 투입 여부에 따라 다르게 나타나는가?

연구문제 2. 나이와 행복 간의 곡선적 관계의 효과크기는 얼마나 크게 나타나는가?

연구 1

방 법

참여자 및 연구 절차

연구 1에서는 한국노동연구원에서 실시한 한국노동패널조사(KLIPS)의 자료를 활용하였다. 코로나19가 개인의 심리적 웰빙에 영향을 미쳤다는 연구 결과가 있어(예, 김예진 등, 2022; Choi et al., 2022) 팬데믹으로 인한 영향을 받기 이전 시점인 2019년 데이터를 활용하였다. 표본의 대표성을 확보하기 위해 1단계에서 조사구를 선정하고 2단계에서 가구를 선정하는 2단계 층화집락계통추출법을 사용하였다. KLIPS표본의 모집단은 우리나라 도시 거주 가구와 15세 이상 개인이며, 제주도와 병역의무이행자, 시설거주가구(원)는 조사대상에서 제외된다. 본 연구의 목적은 나이와 행복 간의 관계가 통제변인 유무에 따라 달라지는지 확인하는 것이기 때문에 같은 참여자를 대상으로 통제변인 투입 전과 후를 비교하는 것이 중요하다. 이에 따라 통제변인 중 결측치가 있는 참여자의 자료는 삭제하였다.

분석대상의 일반적 특성을 표 1에 제시하였다. 분석의 대상인 12,629명 중 17-19세는 15명(0.1%), 20대는 1,038명(8.2%), 30대는 2,349명(18.6%), 40대는 3,135명(24.8%), 50대는 2,845명(22.5%), 60대는 2,067명(16.4%), 70대 이상은 1,180명(9.3%)이다. 성별은 남성이 7,515명(59.5%), 여성이 5,114명(40.5%)이며, 교육수준은 미취학 및 무학이 155명(1.2%), 초졸 1,142명(9.0%), 중졸 1,178명(9.3%), 고졸 4,644명(36.8%), 대졸(4년제 이하)이 1,907명(15.1%), 대졸(4년제)이 3,123명(24.7%), 석사졸업이 403명(3.2%), 박사졸업이 77명(0.6%)이다. 혼인상태의 경우 미혼 2,198(17.4%), 기혼 8,981명(71.1%), 사별/이혼/기타 1,450명(11.5%)이다. 직업적 지위는 무직 및 기타가 1,086명(8.6%), 근로자 8,707명(68.9%), 자영업자 2,836(22.5%)이다.

측정 변인

나이

나이는 평균중심화하고, 곡선적 관계를 살펴보기 위해 평균중심화한 나이의 제곱항을 생성하였다(박유빈, 박선웅, 2015).

성별

성별은 회귀 분석을 위해 남성을 기준으로 1개의 더미변인(남성=0; 여성=1)을 생성하였다.

가구소득

가구소득은 연속변수로 수집되었으며, 평균은 3,167만원이고 표준편차는 2,562만원이었다. 최소값은 10만원이며, 최대값은 76,000만원이다.

교육수준

교육수준의 범주는 무학(1), 초등학교 졸업 이하(2), 중학교 졸업(3), 고등학교 졸업(4), 대학(4년제 미만; 5), 대학 졸업(4년제 이상; 6), 대학원 석사 졸업(7), 대학원 박사 졸업(8)으로 구분하였고, 분석에서는 이를 연속 변인으로 사용하였

표 1. 참여자의 인구통계학적 특성 (연구 1)

구분	분류	빈도(명)	백분율(%)
연령	17-19세	15	0.1
	20대	1,038	8.2
	30대	2,349	18.6
	40대	3,135	24.8
	50대	2,845	22.5
	60대	2,067	16.4
	70대 이상	1,180	9.3
성별	남성	7,515	59.5
	여성	5,114	40.5
교육수준	미취학, 무학	155	1.2
	초졸 이하	1,142	9.0
	중학교 졸업	1,178	9.3
	고등학교 졸업	4,644	36.8
	대학(4년제 이하)	1,907	15.1
	대학(4년제) 졸업	3,123	24.7
	석사 졸업	403	3.2
혼인상태	박사 졸업	77	0.6
	미혼	2,198	17.4
	기혼	8,981	71.1
	사별/이혼/기타	1,450	11.5
직업적 지위	무직/기타	1,086	8.6
	근로자	8,707	68.9
	자영업자	2,836	22.5
전체		12,629	100

다.1)

혼인상태

혼인상태(미혼, 기혼, 사별/이혼/기타)는 회귀

- 1) 심사과정에서 한 심사위원의 제안에 따라 교육수준을 두 개의 더미 변인으로 코딩하여(고등학교 vs. 중학교 이하, 고등학교 vs. 대학교 이상) 분석한 결과, 본 논문에서 제시하는 결과와 큰 차이가 없었다.

분석을 위해 미혼 범주를 기준으로 2개의 더미 변인을 생성하였다(더미변인 1=미혼 vs. 기혼; 더미변인 2=미혼 vs. 사별/이혼/기타).

직업적 지위

직업적 지위(무직/기타, 근로자(정규직, 일용직, 임시직), 자영업자(자영업자 및 고용주)는 회귀 분석을 위해 무직/기타 범주를 기준으로 2개

의 더미변인을 생성하였다(더미변인 1=무직 vs. 근로자; 더미변인 2=무직 vs. 자영업자).

별, 가구소득, 교육수준, 혼인상태, 직업적 지위를 투입하여 나이와 행복의 관계를 확인하였다.

행복

‘모든 것을 고려할 때, 당신은 얼마나 행복하십니까?’를 묻는 단일 문항에 대해 11점 척도(0= 전혀 행복하지 않음, 10=매우 행복함)로 응답하게 하여 행복 수준을 측정하였다.

분석 계획

나이와 행복의 관계를 확인하기 위해 STATA 18 프로그램을 사용하여 회귀 분석을 수행하였다. 먼저 나이와 행복 간 단순상관을 살펴보았다. 회귀분석 모델 1에서는 나이(평균중심화)와 나이의 제곱항을 예측변인으로, 행복을 결과변인으로 설정하여 분석을 실시하였다. 모델 2에서는 나이, 나이의 제곱항과 함께 통제변인(성

결과 및 논의

먼저 나이와 행복 간의 단순상관관계를 분석한 결과 약한 부적 상관이 나타났다, $r = -.14, p < .001, R^2 = .02$. 즉, 나이가 들어감에 따라 사람들의 행복 수준은 다소 떨어지는 모습을 보였으나, 나이가 행복을 설명하는 수준은 행복의 분산의 2% 정도로 그리 크지 않았다. 나이와 행복 간의 관계가 곡선으로 나타나는지 확인하기 위해 먼저 나이를 평균중심화하고, 이를 제공하여 나이의 제곱항을 만들었다. 모델 1에서는 통제변인 없이 나이와 나이 제곱항만을 투입하고 행복을 결과변인으로 투입하여 회귀분석을 진행하였다. 표 2에 제시한 것처럼, 나이 제곱항은

표 2. 행복에 대한 회귀분석 결과 (연구 1)

	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>p</i>	<i>LLCI</i>	<i>ULCI</i>	<i>R²</i>
모델 1						
나이	-0.013	0.001	<.001	-0.015	-0.011	.016
나이 ²	-0.000	0.000	<.001	-0.001	-0.000	.005
모델 2						
성별(남성=0; 여성=1)	0.265	0.027	<.001	0.213	0.318	.007
가구소득	0.000	0.000	<.001	0.000	0.000	.025
교육수준	0.180	0.011	<.001	0.158	0.203	.017
혼인상태						
미혼 vs. 기혼	0.483	0.041	<.001	0.402	0.564	.010
미혼 vs. 사별/이혼/기타	-0.013	0.057	.081	-0.125	0.098	.000
직업적 지위						
무직 vs. 근로자	0.326	0.045	<.001	0.238	0.414	.004
무직 vs. 자영업자	0.272	0.050	<.001	0.174	0.371	.002
나이	-0.005	0.001	<.001	-0.008	-0.003	.001
나이 ²	0.000	0.000	<.001	0.000	0.000	.005

통계적으로 유의하기는 하였으나 회귀계수가 음수로 나타나 U자형이 아닌 역U자형의 곡선이 나타났고 나이 제곱항의 설명량은 0.5%로 무척 적었다.

모델 2에서는 나이와 나이의 제곱항과 더불어 통제변인(성별, 가구소득, 교육수준, 혼인상태, 직업적 지위)을 추가하여 행복을 예측하였다. 그 결과, 나이 제곱항의 계수가 양수로 U자형으로 유의하게 나타나기는 하였으나 설명량은 0.5%에 불과하였다. 통제변인과 행복 간의 관계를 살펴보면, 남성에 비해 여성이 더 행복하였고 가구소득과 교육수준이 증가할수록 행복도 증가하였다. 미혼보다는 기혼이 더 행복하였으나 미혼과 사별 혹은 이혼 간에는 유의한 차이가 없었다. 마지막으로, 근로자와 자영업자 모두 무직에 비해 더 행복하였다.

1,202명(11.9%)이다. 성별은 남성이 5,028명(50.0%), 여성이 5,032명(50.0%)이며, 교육수준은 미취학 및 무학이 155명(1.5%), 초졸 794명(7.9%), 중졸 820명(8.2%), 고졸 3,935명(39.1%), 대졸(4년제 이하)이 1,189명(11.8%), 대졸(4년제)이 3,021명(30.0%), 석사 졸업이 126명(1.3%), 박사 졸업이 20명(0.2%)이다. 혼인상태의 경우 미혼 2,901명(28.8%), 기혼 5,965명(59.3%), 사별/이혼/기타 1,194명(11.9%)이다. 직업적 지위는 무직 및 기타가 4,090명(40.7%), 근로자 3,626명(36.0%), 자영업자 2,343(23.3%)이다. 월평균 가구소득의 경우 100만원 미만인 939명(9.3%), 100만원 이상에서 200만원 미만인 929명(9.2%), 200만원 이상에서 300만원 미만인 1,613명(16.0%), 300만원 이상에서 400만원 미만인 2,184명(21.7%), 400만원 이상에서 500만원 미만인 1,785명(17.7%), 500만원 이상에서 600만원 미만인 1,394명(13.9%), 600만원 이상이 1,216명(12.1%)이다.

연구 2

방 법

참여자 및 연구 절차

연구 2에서는 문화체육관광부에서 실시한 2019 국민여가활동조사의 자료를 활용하였다. 연구 1과 마찬가지로, 코로나의 영향이 개인의 심리적 만족에 영향을 미치기 시작한 시점 이전인 2019년 데이터를 활용하였다. 해당 조사에서는 다단계층화집락추출 방법으로 표본을 추출하였고, 표본으로 선정된 전국 17개 시·도에서 만 15세 이상 남녀 1만 가구를 전문조사원이 직접 방문하여 설문조사를 실시하였다. 이 조사의 유효응답자 수는 10,060명이다.

분석대상의 인구통계학적 특성은 표 3과 같다. 분석의 대상인 10,060명 중 15-19세는 661명(6.6%), 20대는 1,468명(14.6%), 30대는 1,643명(16.3%), 40대는 1,885명(18.7%), 50대는 1,877명(18.7%), 60대는 1,324명(13.2%), 70대 이상은

측정 도구

나이

나이는 평균중심화하고, 평균중심화한 나이의 제곱항을 생성하였다.

성별

성별은 회귀 분석을 위해 남성을 기준으로 1개의 더미변인(남성=0; 여성=1)을 생성하였다.

가구소득

가구소득은 100만원 미만(1), 100~200만원(2), 200~300만원(3), 300~400만원(4), 400~500만원(5), 500~600만원(6), 600만원 이상(7)으로 구분하였고 분석에는 연속 변인으로 사용하였다.

교육수준

교육수준의 범주는 무학(1), 초등학교 졸업 이하(2), 중학교 졸업(3), 고등학교 졸업(4), 대학(4년제 미만; 5), 대학 졸업(4년제 이상; 6), 대학원

표 3. 참여자의 인구통계학적 특성 (연구 2)

구분	분류	빈도(명)	백분율(%)
연령	15-19세	661	6.6
	20대	1,468	14.6
	30대	1,643	16.3
	40대	1,885	18.7
	50대	1,877	18.7
	60대	1,324	13.2
	70대 이상	1,202	11.9
성별	남성	5,028	50.0
	여성	5,032	50.0
교육수준	미취학, 무학	155	1.5
	초졸 이하	794	7.9
	중학교 졸업	820	8.2
	고등학교 졸업	3,935	39.1
	대학(4년제 이하)	1,189	11.8
	대학(4년제) 졸업	3,021	30.0
	석사 졸업	126	1.3
	박사 졸업	20	0.2
혼인상태	미혼	2,901	28.8
	기혼	5,965	59.3
	사별/이혼/기타	1,194	11.9
직업적 지위	무직/기타	4,090	40.7
	근로자	3,626	36.0
	자영업자	2,343	23.3
가구소득	100만원 미만	939	9.3
	100만원~200만원 미만	929	9.2
	200만원~300만원 미만	1,613	16.0
	300만원~400만원 미만	2,184	21.7
	400만원~500만원 미만	1,785	17.7
	500만원~600만원 미만	1,394	13.9
	600만원 이상	1,216	12.1
전체		10,060	100

석사 졸업(7), 대학원 박사 졸업(8)으로 구분하였고, 분석에서는 이를 연속 변인으로 사용하였다.

혼인상태

연구 1에서와 마찬가지로 혼인상태(미혼, 기혼, 사별/이혼/기타)는 회귀 분석을 위해 미혼 범주를 기준으로 2개의 더미변인을 생성하였다(더미변인 1=미혼 vs. 기혼; 더미변인 2=미혼 vs. 사별/이혼/기타).

직업적 지위

연구 1에서와 마찬가지로 직업적 지위(무직/기타, 근로자, 자영업자)는 회귀 분석을 위해 무직/기타 범주를 기준으로 2개의 더미변인을 생성하였다(더미변인 1=무직 vs. 근로자; 더미변인 2=무직 vs. 자영업자).

행복

‘귀하께서는 현재 얼마나 행복하다고 생각하십니까?’를 묻는 단일 문항에 대해 10점 척도(1=불행, 10=행복)로 응답하게 하여 행복 수준을 측정하였다.

분석 계획

연구 1에서와 마찬가지로 먼저 나이와 행복 간 단순상관을 살펴보았다. 모델 1에서는 통제변인 없이 나이와 나이의 제곱항만을 예측변인으로 설정하고, 행복을 결과변인으로 설정하여 분석을 실시하였다. 모델 2에서는 나이, 나이의 제곱항, 통제변인(성별, 가구소득, 교육수준, 혼인상태, 직업적 지위)을 모두 예측변인으로 설정한 후 나이와 행복 간의 관계를 살펴보았다. 분석에는 STATA 18을 사용하였다.

표 4. 행복에 대한 회귀분석 결과 (연구 2)

	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>p</i>	<i>LLCI</i>	<i>ULCI</i>	<i>R²</i>
모델 1						
나이	-0.009	0.001	<.001	-0.010	-0.007	.013
나이 ²	-0.000	0.000	<.001	-0.000	-0.000	.003
모델 2						
성별	0.096	0.029	<.001	0.040	0.152	.001
가구소득	0.080	0.009	<.001	0.062	0.098	.007
교육수준	0.154	0.013	<.001	0.129	0.179	.013
혼인상태						
미혼 vs. 기혼	0.138	0.047	.004	0.045	0.231	.001
미혼 vs. 사별/이혼/기타	-0.175	0.065	.007	-0.302	-0.048	.001
직업적 지위						
무직 vs. 근로자	0.127	0.035	<.001	0.058	0.196	.001
무직 vs. 자영업자	0.001	0.039	.978	-0.075	0.078	.000
나이	-0.001	0.001	.391	-0.004	0.001	.000
나이 ²	0.000	0.000	<.001	0.000	0.000	.002

결과 및 논의

나이와 행복 간의 단순상관은 연구 1에서와 마찬가지로 부적으로 나타났다, $r = -.12$, $p < .001$, $R^2 = .02$. 통제변인 없이 평균중심화한 나이와 나이의 제곱항을 투입하여 나이와 행복 간의 곡선 관계를 살펴본 결과 역U자형 곡선이 유의하였으나 연구 1에서와 마찬가지로 나이 제곱항의 설명량은 0.3%로 미미하였다(표 4, 모델 1). 모델 2에서는 나이 관련 변인과 더불어 통제변인(성별, 가구소득, 교육수준, 혼인상태, 직업적 지위)을 추가로 투입하였다. 그 결과, 나이 제곱항의 계수가 양수로서 U자형의 곡선 형태인 것으로 나타났으나, 설명량은 0.2%로 매우 적었다. 통제변인과 행복 간의 관계를 살펴보면, 남성에 비해 여성의 행복이 높았고, 가구소득과 교육수준이 높을수록 행복은 높아졌다. 미혼에 비해서는 기혼이 더 행복하였고 미혼은 사별 혹은 이혼 등에 비해서는 더 행복하였다. 마지막으로, 무직은 근로자에 비해 덜 행복하였지만 자영업자와는 차이가 없었다.

종합 논의

본 연구는 한국인을 대상으로 나이와 행복의 관계를 살펴보는 것을 목표로 하였으며, 행복의 U자형 곡선 논쟁에서 쟁점이 되는 통제변인 투입 여부와 효과크기를 중심으로 해당 관계를 살펴보았다. 이를 위해 연구 1과 연구 2에서는 각각 2019년의 한국노동패널조사 자료와 2019 국민여가활동조사 자료를 사용하여 나이에 따라 행복이 어떻게 변화하는지 살펴보았다. 본 연구의 결과는 크게 두 가지로 요약된다. 첫째, 통제변인이 없을 때 나이와 행복 간에 역U자형 곡선이 나타났지만, 통제변인(성별, 가구소득, 교육수준, 혼인상태, 직업적 지위)을 투입한 후에는 U자형 곡선이 나타났다. 둘째, 통제변인 투입 여부와 상관없이 나이와 행복 간 곡선적 효과크

기는 매우 작았다.

본 연구의 첫 번째 결과는 기존 연구에서 보고되었던 행복의 U자형 곡선이 인구사회학적 통제변인의 투입에 따른 결과일 수 있음을 시사한다. 행복의 U자형 곡선을 살펴본 기존의 연구 흐름에서 통제변인에 대한 논의가 이루어지고 있음에도 불구하고, 같은 데이터를 사용하여 통제변인 투입 여부에 따른 나이-행복 관계를 직접적으로 비교한 연구는 흔치 않다(cf. Blanchflower & Graham, 2021). 기존의 선행연구에서는 인구사회학적 통제변인을 투입한 연구(예, Blanchflower & Oswald, 2008)와 투입하지 않은 연구(예, Glenn, 2009)가 개별적으로 이루어졌으며, 각 연구마다 서로 다른 데이터 혹은 분석방법을 사용하고 있다. 예를 들어, Glenn(2009)은 출생 코호트(cohort)만을 통제한 후 1972-2006년의 미국 종합 사회조사(United States General Social Survey) 데이터를 분석하여 행복의 U자형 곡선이 유의하지 않음을 밝혔으나, 이를 반박한 Blanchflower와 Oswald(2009)는 Glenn(2009)과 같은 자료가 아닌 1973-2006년의 유로바로미터 조사(Eurobarometer Survey) 자료를 바탕으로 행복 곡선이 일관적으로 발견된다고 주장했다. 나아가 통제변인을 투입한 연구의 경우에도 연구자들마다 어떤 변인을 통제해야 하는지에 대한 합의가 이루어지지 않고 있는 상황이다(Beja, 2018; Frijters & Beaton, 2012). 이에 본 연구는 동일한 데이터를 사용하여 통제변인 투입 여부에 따른 결과를 직접적으로 비교하였다. 그 결과, 통제변인 투입 여부에 따라 나이-행복 관계가 다르게 나타남을 밝혔다. 이는 이전 연구들의 한계를 보완함과 동시에 기존의 비일관적 연구 결과가 통제변인으로 설명될 수 있음을 가리킨다.

이처럼 통제변인 유무에 따라 나이-행복 관계가 달라진다는 연구 결과를 미루어 봤을 때, 어떤 통제변인을 투입할 것인지에 대한 논의가 더 활발하게 이뤄져야 할 것으로 보인다. 행복의 U자형 곡선을 다룬 기존의 연구에서는 연구 문제와 상관없이 성별, 혼인상태, 교육수준, 소득수

준, 직업적 지위 등의 “유리한 용의자들(usual suspects)”을 통제하는 경우가 많았다(Frijters & Beaton, 2012, 531쪽). 하지만 서론에서 언급한 것처럼, 혼인상태와 같은 변인의 경우 행복한 사람이 행복하지 않은 사람에 비해 더 많이 결혼하는 경향이 있어(Stutzer & Frey, 2006), 통제변인이 결과변인으로부터 역으로 영향을 받는 문제가 있다(Bittmann, 2021; Glenn, 2009). 마찬가지로 소득이나 직업 유무, 건강 상태 등도 통제변인으로 적합하지 않다. 나이가 많은 사람들의 경우 직업이 없고 소득은 줄고 건강은 나빠지기 쉬운데, 이는 낮은 행복감으로 이어진다(Hellevik, 2017; Sohler et al., 2021). 물론 나이가 많으면서도 건강하고 직업도 있으며 소득이 많은 사람도 있겠지만, 이런 변화는 평균적인 사람들에게 있어 나이에 따라 자연스럽게 나타나는 현상이다. 하지만 이런 변인들을 나이와 구분된 통제변인으로 투입하여 그 부정적 효과를 통계적으로 제거하게 되면 노년층의 행복 수준이 인위적으로 올라가는 결과를 낼 수도 있다.

나아가 청소년을 포함하는 연구의 경우, 통제변인을 투입하는 것의 의미가 무엇일지에 대해 진지하게 고민해야 한다. 혼인상태나 직업적 지위의 경우, 청소년들은 대부분은 혼인하지 않았고 직업이 없기 때문에 분석할 때 미혼이나 무직 상태로 코딩된다. 만약 참여자가 모두 40대라면, 혼인이나 취업 여부를 구분하여 다른 심리적 변인과 관련성을 분석한 후 그 결과를 해석하는 것은 가능하다. 하지만, 40대 미혼과 무직인 참여자와 10대 참여자를 미혼이나 무직으로 코딩하여 한 집단으로 만든 뒤 혼인하고 취업한 40대 참여자와 비교한 결과가 무엇을 의미하는지 해석하기는 쉽지 않다.

따라서 나이와 행복 간의 관계를 제대로 연구하기 위해서 어떤 통제변인을 투입하는 것이 옳은지에 대한 학자들 간의 합의가 필요하다. 통제변인 투입의 문제점을 지적한 여러 학자들은 결혼처럼 결과변인이 역으로 통제변인에 영향을 미치는 변인, 그리고 배우자의 사별, 은퇴,

소득 감소, 건강 악화 등 고령자의 삶에서 빼어내기 어려운 변인을 통제변인으로 사용하는 것은 부적절하다고 주장한다(Bittmann, 2021; Glenn, 2009; Pearl, 2009). Glenn(2009)에 따르면, 나이와 행복 간의 관계에서 통제변인으로 적합한 유일한 변인은 출생 코호트이다. 출생 코호트는 예측변인인 나이와 결과변인인 행복 모두로부터 독립적으로 존재하는 변인이다. 청소년기에 전쟁을 경험했던 사람과 올림픽을 경험했던 사람 간에 행복 수준에 차이가 있을 수 있기 때문에 이런 시대적 배경의 영향을 통제하는 것은 적절할 것으로 생각된다. 향후 나이와 행복 간의 관계를 연구하고자 하는 연구자는 통제변인의 적절성을 진지하게 고려해야 한다. 더 중요하게는 통제변인을 투입했을 때와 하지 않았을 때의 결과를 모두 보고할 필요가 있다.

본 연구의 두 번째 주요 결과인 나이-행복 곡선의 효과크기도 주목할 만하다. 통제변인을 투입하기 전에는 역U자형, 투입 후에는 U자형 곡선이 나타났지만 그 효과크기가 매우 작았다. 연구 1과 2 모두 1만 명 넘는 참여자가 모집되어 통계적으로 유의한 결과가 나오기는 했으나, 나이가 행복을 설명하는 설명력이 1%에도 미치지 못하는 상태에서 그 결과를 적극적으로 해석하기에는 무리가 있다. 따라서 행복에 대한 나이의 U곡선적 설명력은 무시할 수 있을 정도라는 Barrtram(2021)의 주장에 무게가 실린다. 향후 이 주제를 다루는 연구자들은 효과크기를 함께 보고하여 나이와 행복 간의 관계를 명확히 이해하는 데 기여할 필요가 있다.

또 다른 주목할 만한 결과는 나이와 행복 간의 선형적 관계는 부적이었다고, 어느 정도 설명력이 있다는 것이다. 마찬가지로 김미곤(2015)의 연구와 김성아와 정해석(2019)의 연구에서도 통제변인 없이 나이와 행복 간에 부적 선형 관계가 나타났다. 이러한 결과는 한국에서는 중년기에 떨어진 행복이 노년기에 회복되지 않기 때문일 가능성이 있다. 한국의 중장년층은 부모세대와 자녀세대에 대한 이중부양의무(김유경 외,

2018)와 더불어 현업 지속가능성에 대한 불안감 및 노후 준비 인프라 부족으로 인한 은퇴 대비 부족(황남희 외, 2019) 등의 이유로 인해 행복 수준이 낮다. 노년층의 경우, 사회보장제도가 제대로 갖춰지지 않아 경제적 어려움을 해소하기 어렵고, 사별이나 이혼, 별거로 인한 정신건강 악화를 완충할 지역사회 개입이 부족하기 때문에 행복이 낮게 나타난 것으로 보인다(김혜연, 2020). 한편, 본 연구의 결과는 성별만 통제했을 때 U곡선을 확인한 Kim 등(2023)의 결과와는 다르다. 하지만 앞서 언급했듯, Kim 등의 연구에서 10,456명의 참여자 중 60대 이상은 81명에 불과했고, 그나마도 카카오맵에 자발적으로 접속하여 행복을 기록한 노년층의 정보에 기초한 것이기 때문에 대표성에 문제가 있을 수 있다. 나이와 행복 간의 관계에 대한 심리학적 연구는 향후 국가 정책을 입안하는 데 기초자료로 사용될 수도 있는 만큼, 둘 간의 관계를 확인함에 있어 대표성 있는 데이터를 사용할 필요가 있다.

본 연구의 한계점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 선행연구에서 자주 사용되었던 성별, 가구소득, 교육수준, 혼인상태, 직업적 지위를 통제변인으로 설정하여 투입 여부에 따른 차이를 비교하였다. 하지만 출생 코호트, 설문 시기, 설문 방식 등 기존 연구에서 사용했던 다른 변인들을 다루지는 않았다. 후속 연구에서는 잠재적인 통제변인을 되도록 많이 수집하여 개별 통제변인 혹은 통제변인의 조합이 나이-행복 관계에 어떤 차이를 야기하는지 확인해 볼 필요가 있다(Glenn, 2009).

둘째, 본 연구는 한국인의 평균적인 생애 궤적에 초점을 맞췄지만, 다양한 집단의 생애 궤적을 구분하여 살펴보는 것 또한 중요하다. 예를 들어, Toshkov(2022)는 소득수준에 따라 나이-행복 간 그래프의 모양이 달라짐을 보고하였다. 본 연구를 비롯해 한국인을 상대로 했던 연구에서 노년층의 행복 수준이 반등하지 않는 양상이 나타났다(김미곤, 2015; 김성아, 정해석, 2019;

Bittmann, 2021). 소득수준에 따라 집단을 나누어 분석을 시행함으로써 이러한 양상이 주로 저소득층에서 나타나고 고소득층에서는 나타나지 않는지 확인하는 것은 나이와 행복 간의 관계를 이해하는 데 큰 기여를 할 것이다. 추후 다양한 집단을 대상으로 나이-행복 관계를 살펴봄으로써 본 연구 결과를 확장하고 한국의 각 집단들이 갖는 특성에 따라 행복의 궤적이 어떻게 달라지는지 살펴볼 필요가 있다.

마지막으로, 본 연구에서는 횡단 데이터를 사용했다는 한계가 있다. 개인 간(between-person) 차이를 반영한 횡단 데이터 결과를 바탕으로 개인 내(within-person) 변화를 추론하는 연구에 대한 비판은 오래전부터 이루어졌으며, 많은 행복의 U자형 곡선 연구 또한 횡단 데이터 사용으로 인해 비판을 받아왔다(Galambos et al., 2020). 특히 나이가 많아질수록 건강하고 행복한 노인들만 생존하여 설문에 참여하는 선택 효과(selection effect)가 발생함에 따라 노인층의 행복 수준이 실제보다 높게 보고될 수 있다는 점(Cheng et al., 2017; Röcke & Lachman, 2008), 나이 차이뿐 아니라 출생 시기의 차이에 따라 행복 수준이 달라질 수 있다는 점(Li, 2016), 그리고 횡단 데이터를 사용하여 나이와 행복의 관계를 살펴본 연구 결과가 비일관적이라는 점(Galambos et al., 2020)을 유념해야 한다. 평생에 걸친 종단 연구를 하는 것이 어렵기는 하지만, 그럼에도 종단 데이터를 바탕으로 나이에 따른 개인 내 행복 수준 변화를 살펴보는 것은 의미 있는 연구 방향이 될 것이다.

저자소개

윤선은 서울대학교 심리학과 학부 4학년이며, 주요 관심 분야는 집단 간 관계, 집단 정체성, 사회적 지각 등이다.

이윤희는 고려대학교 심리학부 학부 4학년이며, 주요 관심 분야는 서사정체성, 정체성 발달,

웰빙, 정서와 문화 등이다.
 이태현은 고려대학교 심리학부 박사과정생이며, 주요 관심 분야는 직업 만족도, 삶의 만족도, 고령화, 고용, 노동시장 등이다.
 윤지연은 고려대학교 심리학부 박사과정생이며, 주요 관심 분야는 행복, 사회인지, 여가, 저출산·고령화 관련 주제 등이다.
 윤가영은 고려대학교 심리학부에서 석사과정을 마쳤으며, 문화차, 사회 인지, 정체성 등의 연구 주제에 관심이 있다.
 정세원은 고려대학교 심리학부에서 석사과정을 마쳤으며, 사회적 관계, 집단 간 관계, 사회신경과학 등의 연구 주제에 관심이 있다.
 박선웅은 고려대학교 심리학부 교수로 재직하고 있으며, 정체성과 물질주의 관련된 주제를 연구하고 있다. 대표 저서로 <정체성의 심리학>이 있다.

참고문헌

김미곤 (2015). 한국인의 가구유형별 개인특성별 주관적 행복수준. *보건복지 Issue & Focus*, 274, 1-8.
 김성아, 정혜식 (2019). 연령대별 삶의 만족 영향요인 분석과 정책 과제. *보건복지포럼*, 270(4), 95-104.
 김예진, 남슬기, 정다송, 이동훈 (2022). 코로나 대유행 시기 한국인의 외로움: 생물심리사회모델에 기반한 잠재계층분석. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 36(2), 87-112.
 김유경, 이진숙, 손서희, 조성호, 박신아 (2018). 중장년층 가족의 이중부양 부담 구조 변화와 대응방안 연구. 한국보건사회연구원.
 김혜연 (2020). 성별 및 연령 집단별 주관적 삶의 질(subjective well-being)의 원인에 대한 연구. *한국정책과학학회보*, 24(2), 47-72.
 박유빈, 박선웅 (2015). 자기고양편향과 학업성취: 부적 곡선 상관. *한국심리학회지: 사회*

및 성격, 29(3), 151-164.
 한경혜, 최혜경, 안정신, 김주현 (2019). 노년학. 서울: 신정.
 황남희, 김경래, 이아영, 임정미, 박신아, 김만희 (2019). 신중년의 안정적 노후 정착 지원을 위한 생활실태조사. 한국보건사회연구원.
 Bartram, D. (2021). Age and life satisfaction: Getting control variables under control. *Sociology*, 55(2), 421-437.
 Bartram, D. (2022). 4 *National Institute Economic Review*, 263, 61-75.
 Beja, E. L. (2018). The U-shaped relationship between happiness and age: Evidence using world values survey data. *Quality & Quantity*, 52, 1817-1829.
 Bittmann, F. (2021). Beyond the U-shape: Mapping the functional form between age and life satisfaction for 81 countries utilizing a cluster procedure. *Journal of Happiness Studies*, 22(5), 2343-2359.
 Blanchflower, D. G. (2021). Is happiness U-shaped everywhere? Age and subjective well-being in 145 countries. *Journal of Population Economics*, 34(2), 575-624.
 Blanchflower, D. G., & Graham, C. L. (2021). The U shape of happiness: a response. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1435-1446.
 Blanchflower, D. G., & Graham, C. L. (2022). The mid-life dip in well-being: A critique. *Social Indicators Research*, 1-58.
 Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2004). Well-being over time in Britain and the USA. *Journal of Public Economics*, 88(7-8), 1359-1386.
 Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2008). Is well-being U-shaped over the life cycle? *Social Science & Medicine*, 66(8), 1733-1749.
 Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2009). The U-shape without controls: A response to Glenn. *Social Science & Medicine*, 69(4), 486-488.

- Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2016). Antidepressants and age: A new form of evidence for U-shaped well-being through life. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 127, 46-58.
- Blanchflower, D. G., & Piper, A. (2021). *The well-being age U-shape effect in Germany is not flat*. GLO Discussion Paper.
- Bobrow, E. (2018, May 31). 'The Happiness Curve' Review: Midlife slump and late-life upswing. *The Wall Street Journal*.
<https://www.wsj.com/articles/the-happiness-curve-review-midlife-slump-and-late-life-upswing-1527809014>
- Brickman, S. (2022, August 22). Research says that your 40s are your unhappiest age. It's worse for millennials. *The Guardian*.
<https://www.theguardian.com/commentisfree/2022/aug/22/research-says-that-your-40s-are-your-unhappiest-age-its-worse-for-millennials>
- Cheng, T. C., Powdthavee, N., & Oswald, A. J. (2017). Longitudinal evidence for a midlife nadir in human well being: Results from four data sets. *The Economic Journal*, 127(599), 126-142.
- Clark, A. E., & Oswald, A. J. (1994). Unhappiness and unemployment. *The Economic Journal*, 104(424), 648-659.
- Clark, A. E., & Oswald, A. J. (2007). *The curved relationship between age and subjective well-being* [Working paper]. Paris: PSE.
- Choi, J., Kim, N., Kim, J., & Choi, I. (2022). Longitudinal examinations of changes in well-being during the early period of the COVID-19 pandemic: Testing the roles of extraversion and social distancing. *Journal of Research in Personality*, 101, 104306.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Di Tella, R., MacCulloch, R. J., & Oswald, A. J. (2001). Preferences over inflation and unemployment: Evidence from surveys of happiness. *American Economic Review*, 91(1), 335-341.
- Easterlin, R. A. (2003). Explaining happiness. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 100(19), 11176-11183.
- Easterlin, R. A., Schaeffer, C. M., & Macunovich, D. J. (1993). Will the baby boomers be less well off than their parents? Income, wealth, and family circumstances over the life cycle in the United States. *Population and Development Review*, 19(3), 497-522.
- Freeman, D., & Freeman, J. (2015, June 24). Is life's happiness curve really U-shaped? *The Guardian*.
<https://www.theguardian.com/science/head-quarters/2015/jun/24/life-happiness-curve-u-shaped-ageing>
- Frijters, P., & Beaton, T. (2012). The mystery of the U-shaped relationship between happiness and age. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 82(2-3), 525-542.
- Galambos, N. L., Krahn, H. J., Johnson, M. D., & Lachman, M. E. (2020). The U shape of happiness across the life course: Expanding the discussion. *Perspectives on Psychological Science*, 15(4), 898-912.
- Gerdtham, U.-G., & Johannesson, M. (2001). The relationship between happiness, health, and social economic factors: Results based on Swedish microdata. *Journal of Socio-Economics*, 30(6), 553-557.
- Glenn, N. (2009). Is the apparent U-shape of well-being over the life course a result of inappropriate use of control variables? A commentary on Blanchflower and Oswald (66: 8, 2008, 1733-1749). *Social Science & Medicine*,

- 694), 481-485.
- Graham, C., & Ruiz Pozuelo, J. (2017). Happiness, stress, and age: How the U curve varies across people and places. *Journal of Population Economics*, 30, 225-264.
- Groskopf, V. (2020, January 18). Help! I'm heading into the U-shaped happiness abyss. *Financial Times*.
<https://www.ft.com/content/9f1cf8e6-3912-11ea-a6d3-9a26f8c3cba4>.
- Harter, J. K., Schmidt, F. L., & Keyes, C. L. (2003). Well-being in the workplace and its relationship to business outcomes: A review of the Gallup studies. In C. L. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: The Positive Person and the Good Life* (pp. 205-224). Washington D.C.: American Psychological Association.
- Hellevik, O. (2017). The U-shaped age - happiness relationship: Real or methodological artifact? *Quality & Quantity*, 51, 177-197.
- Jebb, A. T., Morrison, M., Tay, L., & Diener, E. (2020). Subjective well-being around the world: Trends and predictors across the life span. *Psychological Science*, 31(3), 293-305.
- Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2006). Would you be happier if you were richer? A focusing illusion. *Science*, 312(5782), 1908-1910.
- Kassenboehmer, S. C., & Haisken-DeNew, J. P. (2012). Heresy or enlightenment? The well-being age U-shape effect is flat. *Economics Letters*, 117(1), 235-238.
- Kelley, K., & Preacher, K. J. (2012). On effect size. *Psychological Methods*, 17(2), 137-152.
- Kim, J. H., Choi, E., Kim, N., & Choi, I. (2023). Older people are not always happier than younger people: The moderating role of personality. *Applied Psychology: Health and Well Being*, 15(1), 275-292.
- Laaksonen, S. (2018). A research note: Happiness by age is more complex than U-shaped. *Journal of Happiness Studies*, 19, 471-482.
- Li, N. (2016). Multidimensionality of longitudinal data: Unlocking the age-happiness puzzle. *Social Indicators Research*, 128, 305-320.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131.
- Oswald, A. J., & Powdthavee, N. (2008). Does happiness adapt? A longitudinal study of disability with implications for economists and judges. *Journal of Public Economics*, 92(5-6), 1061-1077.
- Pearl, J. (2009). Causal inference in statistics: An overview. *Statistics Surveys*, 3, 96-146.
- Ranjbar, S., & Sperlich, S. (2020). A note on empirical studies of life-satisfaction: Unhappy with semiparametrics?. *Journal of Happiness Studies*, 21(6), 2193-2212.
- Robinson, D. H., Whittaker, T. A., Williams, N. J., & Beretvas, S. N. (2003). It's not effect sizes so much as comments about their magnitude that mislead readers. *The Journal of Experimental Education*, 72(1), 51-64.
- Röcke, C., & Lachman, M. E. (2008). Perceived trajectories of life satisfaction across past, present, and future: Profiles and correlates of subjective change in young, middle-aged, and older adults. *Psychology and Aging*, 23(4), 833-847.
- Ryff, C. D., Singer, B. H., & Dienberg Love, G. (2004). Positive health: Connecting well-being with biology. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 359(1449), 1383-1394.
- Samuelson, R. (2014, December 7). The happiness curve. *The Washington Post*.

- https://www.washingtonpost.com/opinions/robert-sa-muelson-the-happiness-curve/2014/12/07/3b7b359a-7ca3-11e4-b821-503cc7efed9e_story.html
- Senik, C. (2004). When information dominates comparison: Learning from Russian subjective panel data. *Journal of Public Economics*, 88(9-10), 2099-2123.
- Shields, M. A., & Price, S. W. (2005). Exploring the economic and social determinants of psychological well-being and perceived social support in England. *Journal of the Royal Statistical Society Series A: Statistics in Society*, 168(3), 513-537.
- Sohier, L., Van Oortegem, L., & Verhofstadt, E. (2021). Well-being during the transition from work to retirement. *Journal of Happiness Studies*, 22, 263-286
- Stutzer, A., & Frey, B. S. (2006). Does marriage make people happy, or do happy people get married?. *The Journal of Socio-Economics*, 35(2), 326-347.
- The U-bend of life: Why, beyond middle age, people get happier as they get older. (2010, December 16). *The Economist*.
<https://www.economist.com/node/17722567>
- Toshkov, D. (2022). The relationship between age and happiness varies by income. *Journal of Happiness Studies*, 23, 1169-1188.
- Uppal S. (2006). Impact of the timing and severity of disability on the subjective well-being of individuals with disabilities. *Social Science and Medicine*, 63, 525-539.
- Whitbourne, S. (2018, September 15). That midlife happiness curve? It's more like a line. *Psychology Today*.
<https://www.psychologytoday.com/us/blog/fulfillment-any-age/201809/midlife-happiness-curve-its-more-line>
- Winkelmann, L., & Winkelmann, R. (1998). Why are the unemployed so unhappy? Evidence from panel data. *Economica*, 65(257), 1-15.

1 차원고접수 : 2024. 03. 11.

수정원고접수 : 2024. 05. 03.

최종게재결정 : 2024. 05. 28.

The U-Shape of Happiness May Be Overblown: Focusing on Control Variables and Effect Size

Sun Yun¹⁾ Yunhee Lee²⁾ Taehyun Lee²⁾ Jiyeon Yoon²⁾
Gayeong Yun²⁾ Saewon Chung²⁾ Sun W. Park²⁾

¹⁾Seoul National University ²⁾Korea University

Despite the notion of the U-shape of happiness being frequently dealt with in the media, there is a lack of consensus among researchers on the relationship between age and happiness. In this paper we examined whether age and happiness have a U-shaped relationship among South Koreans, shedding light on the two main issues discussed in a recent line of study: control variables and effect size. Using data from the 2019 Korean Labor & Income Panel Study in Study 1 ($N = 12,629$) and the 2019 National Leisure Activities Survey in Study 2 ($N = 10,060$), we compared the age-happiness relationship with and without controlling for five sociodemographic variables (gender, household income, education, marital status, and occupational status), also examining the effect size of such relationship. We found in both Study 1 and 2 an inverted U-shape without controlling for variables, whereas a U-shape appeared when adding control variables. The analyses also demonstrate that regardless of control variables, the effect size of the happiness curve is trivial. The current contribution, using two representative data, enhances our understanding of the happiness patterns of Koreans.

Keywords: age, happiness, U-shape of happiness, control variable, effect size