

성격, 유쾌한 및 불쾌한 생활경험 그리고 주관적 안녕감간의 관계： NEO 성격모델의 적용 1)

이 인 혜

강원대학교 심리학과

이 연구는 Costa와 McCrae의 NEO 성격모델을 적용하여 개인의 성격특성과 생활경험 그리고 주관적 안녕감간의 관계를 밝혀보고자 시도되었다. 이를 위해 인구·사회학적 변인이 비교적 동질적인 대학생들(남자 155명, 여자 210명)에게 자기보고형의 NEO-PI-R, 유쾌/불쾌한 생활경험척도 그리고 MUNSH를 실시하였다. 자료는 상관관계 분석과 단계적 중다회귀분석을 하였다. 연구결과, 주관적 안녕감과 신경증적 경향성은 부적으로, 그리고 외향성은 정적으로 상관이 있었으나 개방성은 상관이 없었다. 생활경험은 여자에게서만 유의미했는데, 유쾌한 생활경험은 그 빈도에서 그리고 불쾌한 생활경험은 그 강도에서 주관적 안녕감과 상관이 있었다. 그리고 생활경험 보다는 성격이 주관적 안녕감을 잘 설명해주고 있었고, 성격 중에서는 신경증적 경향성이 가장 중요한 요인이며, 생활경험은 성격과 상호작용했을 때만 주관적 안녕감에 대한 설명력을 좀더 높여준다는 것이 확인되었다.

대체로 사람들은 심리·사회적 지위가 안정되고 경제적으로 여유가 생길 때 비로서 자신의 삶을 돌아보고 삶의 의미와 자신의 삶이 만족스러운지, 행복한지를 생각하게 된다. 1960년대부터 서방의 심리학자들에게서 삶의 질(quality of life), 안녕감(well-being) 그리고 행복(happiness)에 대한 연구가 활발하게 이루어지기 시작하였다. 우리 나라에서는 1990년대에 와서야 교육, 산업 그리고 발달심리학 영역에서 본격적인 연구가 시작되었다. 이는 이제 우리 사회의 구성원들에게서도 자기실현이나 삶의 만족감을 경험하려는 쪽으로 동기의 변화가 일어나고 있음을 의미한다.

다.

삶의 질, 안녕감 그리고 행복감은 개인의 경험내에 존재하며 자신의 삶이 지금 어떻게 진행되고 있는지에 대한 개인 자신의 정서적 및 인지적 평가이므로 '주관적'이다. 심리학에서는 '주관적 안녕감(subjective well-being)'이라는 용어가 가장 널리 사용되고 있고, 주관적 안녕감은 개인이 자신의 삶 속에서 경험하는 만족감과 행복의 감정을 포괄하는 개념이므로 본 연구에서는 주관적인 안녕감이라는 용어를 사용한다.

1) 이 연구는 1996년도 강원대학교 기성회 연구비에 의해 연구되었음.

주관적 안녕감에 관한 초기연구들은 주로 객관적 지표에 의한 집단중심적 접근을 시도하여 지각된 안녕감에 대한 인구·통계학적 및 사회구조적 변인의 영향을 밝혀보고자 하였다. 그러나 그러한 연구들(Andrews & Withey, 1976; Campbell, 1976; Diener, 1984)은 건강, 부, 나이, 성, 수입, 교육수준 같은 인구 사회학적 변인들이 개인이 경험하는 주관적 안녕감에 미치는 영향은 17%도 안되며, 이러한 객관적인 조건들보다는 개인의 성격특성이나 동기수준 등이 안정적인 행복의 정도를 더 잘 예측해 준다는 결론을 내렸다. 따라서, 최근에는 주관적 안녕감에 관해 심리학적 접근, 즉 개인중심적 접근이 주류를 이루고 있다.

주관적 안녕감에 관한 심리학적 접근은 상향적(bottom-up)이론과 하향적(top-down)이론으로 구분된다. 상향적 이론은 주관적 안녕감이 가정, 사회 등 여러 생활차원에서 일어나는 긍정적인 경험과 부정적인 경험의 합이라고 보며, 하향적 이론에서는 각 개인은 사건이나 상황에 대해 긍정적으로 또는 부정적으로 반응하려는 일반적인 경향성(성격)을 가지고 있어 이러한 경향성이 주관적 안녕감을 결정한다고 주장한다. 특히 성격의 중요성 때문에 생활경험 변인에 비해 성격변인에 대해서 그동안 많은 연구가 이루어져 왔다.

행복한 사람에 대한 성격 기술은 일반적으로 심리적으로 또는 사회적으로 잘 적응하고 있는 사람에 대한 기술과 유사하다. 즉, 낙천적이고 따뜻하며, 정서적으로 안정되어 있고, 높은 사회성과 자기 통찰력 그리고 자아강도가 강한 것으로 기술되고 있다. 대체로 행복감은 타인과 성공적이고 지속적인 관계를 맺는 것과 관련이 있고, 불행감은 불안, 우울, 분노와 같은 정신병리적 증후와 관련이 높은 것으로 알려져 있다.

이를 근거로 Costa와 McCrae(1980a, 1992)는 자신의 NEO(신경증적 경향성-외향성-개방성) 성격모델을 주관적 안녕감에 적용시켰다. NEO 성격모델에 따르면 신경증적 경향성(Neuroticism, N)은 정서적 적응과 불안정성의 만성적 수준을 지칭하는 것으로 신경증적 경향성이 높은 개인은 불안해 하고 걱정·근

심이 많으며, 비현실적인 생각과 과도한 욕구를 가지고 있어 좌절 감내가 어렵고 스트레스에 부적응적 대처를 한다. 외향성(Extraversion, E)은 대인관계 선호의 정도와 강도, 활동수준, 자극화 욕구 그리고 즐거움에 대한 수용력(capacity)을 지칭하는 것으로 외향성이 높은 개인은 사회적, 활동적, 다변적, 사교적, 낙천적이며 재미있는 것을 즐기고 애정이 넘친다. 그리고 경험에의 개방성(Openness to Experience, O)은 경험 양식에서의 개방성과 지성(intellect)을 지칭하는 것으로 개방성이 높은 개인은 경험에 대한 능동적인 추구를 하기 때문에 지적 도전, 호기심, 상상력, 미적 감각이 풍부하고, 새로운 생각과 비판습적인 가치·신념을 받아들이며, 감정과 정서적 반응이 다양하다고 한다.

Costa와 McCrae는 NEO 성격척도 뿐만이 아니라 EPI, 16PF 척도, 그리고 EASI-III 등의 다양한 척도들을 사용하여 외향성, 신경증적 경향성 그리고 개방성이 주관적인 안녕감과 높은 상관이 있음을 밝혀 내었다. 즉, 외향성은 정적 정동과, 그리고 신경증적 경향성은 부정 정동과 각각 상관이 높다는 것이다. Costa와 McCrae는 외향성은 사회성, 템포, 활기 그리고 사회적 개입과 같은 기질특성과 관련되기 때문에 정적 정동 및 행복감과 높은 상관이 있을 것이고, 신경증적 경향성은 불안, 적의, 충동성 및 정신신체적 증후 등과 같은 기질특성과 관련되기 때문에 부정 정동 및 불행감과 높은 상관이 있다고 했다. 또한, 의미있는 경험을 추구하거나 일, 성취, 사회적 관계에 강렬하고 다양한 개입을 추구하는 개방적인 사람들은 자신이 원하는 것에 적극적으로 빠져있는 동안 다소 가벼운 성공과 실패를 많이 경험하게 되고 따라서 즐거움 뿐만이 아니라 불쾌한 정동 모두를 경험하게 된다. McCrae(1983)는 개인의 기본변화성과 환경에 대한 민감성이 경험에의 개방성이라는 성격특성으로 잘 설명될 수 있다고 보았는데, 즉 폐쇄적인 사람들은 자신의 선입견에 맞지 않는 자극을 무시하거나 지워버리지만 개방적인 사람은 환경의 영향에 민감하고 풍부한 정서적 삶을 가진다는 것이다.

또한, Costa와 McCrae(1980b)는 일시적으로 유발

된 유쾌한 또는 불쾌한 기분에 따라 외향성 또는 신경증적 경향성이 높은 사람처럼 반응하지는 않는다고 하면서 현재의 성격 특성을 알면 그 개인이 10년 후 얼마나 행복하게 느낄지를 예측할 수 있다고 주장하였다. 즉, 순간적인 행복감의 주요 결정인은 특별한 성격특성이라는 것이다. 결론적으로 각 개인은 행복 및 불행에 대한 소인을 가지고 있고 이 소인은 전 생애를 통해 지속된다고 할 수 있다.

지각된 안녕감에 영향을 준다고 알려져 있는 NEO 성격요인들 중에서도 신경증적 경향성의 중요성이 가장 강조되고 있다. Payne(1988)은 실직자들의 심리적 경험은 환경 스트레스에 의해서 결정되지만 다른 주관적 변인과 개인적 특성에도 영향을 받는지를 알아보기 위해 75명의 남자를 2년동안 연구한 결과 신경증적 경향성이 심리적 경험에 영향을 주는 것으로 나타났다. McCrae(1990)도 신경증적 경향성이 높은 개인들은 위협의 존재 유무와 상관없이 근심걱정을 많이 하며 위협의 존재가 사라져도 우울의 감정을 경험하기 쉽다는 연구를 통해서 특히 신경증적 경향성이 스트레스 지각 및 대처, 사회적 지지에 대한 만족감, 심리적 안녕감 그리고 신체적 증상호소에 영향을 준다는 결론을 내렸다.

Costa와 McCrae의 이론은 국내 연구들에서도 확인되었는데, 유희정(1987)은 Costa와 McCrae의 NEO 모델을 적용한 연구에서 25세 이상의 성인 남녀 204명을 대상으로 외향성 및 신경증적 경향성과 행복감간의 관계를 알아보았다. 그 결과 외향성은 정적인 정동과 현재 및 지난 30일간 경험한 행복감과 정적으로 상관이 있는 반면, 신경증적 경향성은 부정적 정동과 절망감에 정적으로 상관이 있었다. 차경호(1995)는 한국, 일본 및 미국 대학생들의 삶의 질을 비교해 보기 위해서 문화에 따른 주관적 안녕감의 차이와 함께 외향성과 주관적 안녕감간의 관계를 알아보았다. 차경호는 특히 외향성의 하위 요소들의 상대적 영향력을 알아보았는데 그 결과 외향성의 모든 요소들과 주관적 안녕감간에 정적 상관이 있는 것이 아니라 사교성, 주도성 그리고 온정성만이 여러 문화에 걸쳐 주관적 안녕감과 상관이 있음을 보고 하였다.

그러나 인간의 삶에는 항상 긍정적인 생활사건과 부정적인 생활사건이 뒤섞여 있기 마련이다. 생활사건은 비록 상태적이기는 하지만 개인의 안녕감 지각에 성격보다 강력한 영향을 줄 수 있다. 왜냐하면 유쾌한 사건은 유쾌한 정동을 직접적으로 불러 일으키기 때문이다. 생활사건은 유쾌한 것이든 불쾌한 것이든 간에 개인에게 재적응을 요구하고 따라서 스트레스라는 심리적 및 생리적 반응을 야기시킨다. Lazarus(1976)는 결혼이나 이혼, 실직같은 주요 생활사건(major life events)보다 그 사건에 따라오는 여러가지 작은 재적응의 과제들이 스트레스가 된다고 주장했다.

Lazarus는 일상생활에서 누구나 경험하게 되는 작은 정적 및 부정 사건들을 '성가신 사건(hassles)'과 '고무적인 사건(uplifts)'으로 표현했는데, 이는 각각 개인이 매일의 생활에서 경험하는 다소 가벼운 불쾌하거나 즐거운 사건을 말한다. Lazarus는 궁극적으로 건강에 주요한 의미를 갖는 것은 일상의 생활경험이기 때문에 그 누가적 영향이 평가되어야 하며, 또 동시에 일어나는 정적 경험도 검토해 보는 것이 중요하다고 했다. 본 연구에서는 hassles을 불쾌한 생활경험으로, 그리고 uplifts를 유쾌한 생활경험으로 지칭하였다.

불쾌한 생활경험은 환경과의 일상적 교류에서 일어나는 개인을 초조하게 만들고 좌절감을 주는 요구로서, 물건의 상실, 교통난, 고르지 못한 날씨, 과도한 업무, 동료와의 논쟁 그리고 재정적 및 가정적 골치거리들이 포함된다. 불쾌한 생활경험으로부터 자유로운 사람은 아무도 없고, 또 사람들은 같은 작업장과 가정 등 같은 맥락에서 살아가기 때문에 대부분의 불쾌한 생활경험은 반복되기 마련이다. 따라서 신체적 및 정신적 건강에 미치는 불쾌한 생활경험의 영향력은 이러한 경험을 했느냐 아니냐가 아니라 얼마나 자주 경험했느냐에 따라 결정된다. 유쾌한 생활경험은 좋은 소식을 들으면서 느끼는 안도감, 편안한 밤의 즐거움 그리고 사랑의 표현에서 오는 즐거움같은 것으로 긍정적 정서경험 또는 주관적 안녕감과 밀접하게 연관되어 있다. 유쾌한 경험에 비해 불쾌한 생활

경험의 비율이 높으면 부적응과 불행감을 느끼기 쉽기 때문에 유쾌한 생활경험을 고려하지 않고 불쾌한 생활경험만을 평가하면 스트레스와 주관적 안녕감간의 관계에 대해 왜곡된 개념을 갖게 된다.

본 연구자는 생활경험과 성격 어느 한 변인이 안녕감이나 행복감을 결정할 수는 없다고 본다. 성격특성은 생활 스트레스가 비교적 약할 때 개인의 행동에 영향을 미치므로 이 두 변인의 상호작용에 따라 개인이 자신의 삶과 세상을 지각하는데 영향을 받을 것이다. 주관적 안녕감에 미치는 이 두 변인의 상대적 영향력에 관한 응용적 연구들이 1990년대에 들어서 미국, 유럽, 일본 등에서 시도되고 있다. 그 연구들에서는 안녕감 지각에는 외향성이, 그리고 스트레스 지각에는 불쾌한 생활경험이 각각 관여하며(Nakano, 1993), 생활경험보다는 신경증적 경향성과 외향성이 개인이 자신의 삶의 질을 지각하는데 강력한 변인으로 작용한다고(Hart, Wearing & Headey, 1995) 보고하고 있다.

그러나 국내에서는 성격요인과 생활경험의 상호작용이나 그 상대적 영향력에 관한 연구들이 아직까지 활발하게 이루어지지 않고 있다. 국내에서 발표된 성격특성만을 주관적 안녕감과 연결시킨 연구도 같은 연구자에 의해 행해진 2편 밖에 없다. 그리고 그 연구들도 외국의 선행 연구들과 마찬가지로, 적용한 성격이론과 실제 측정도구가 달랐다(예를 들면, Costa와 McCrae의 성격모델을 적용하면서 측정도구는 Eysenck의 것을 사용함).

본 연구에서는 인구·사회학적 변인이 다른 집단보다는 비교적 동질적인 남녀 대학생들을 대상으로 개인의 성격특성과 생활경험 모두를 주관적 안녕감과 연결시켜 보고자 하였다. 이 연구를 통해서 두 변인의 상대적 영향력 뿐만이 아니라 그 상호작용의 효과도 밝힐 수 있을 것이다. 특히 본 연구에서는 하향적 이론의 대표적 주창자인 Costa와 McCrae의 성격모델과 그 측정도구를 사용하여 주관적 안녕감에 미치는 성격특성의 전체적 효과를 알아볼 것이다. 이러한 연구는 주관적 안녕감의 본질을 좀 더 명확히 이해하게 해 줄 것이며, 정상인들뿐만 아니라 성격적 문제를

갖고 있는 개인들의 정신건강의 '측면에까지 그 적용의 폭을 넓힐 수 있게 해 줄 것이다.

본 연구에서는 위의 이론적 배경에 따라 성격특성과 생활경험이 주관적 안녕감 지각에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보기 위해 다음과 같이 연구문제를 설정하였다;

연구문제 1. 신경증적 경향성, 외향성, 개방성은 주관적 안녕감과 상관이 있는가?

연구문제 2. 유쾌/불쾌한 생활경험은 주관적 안녕감과 상관이 있는가?

연구문제 3. 성격과 생활경험간의 상호작용이 주관적 안녕감 지각에 영향을 미치는가?

방 법

대상

총 365명(남자 155명, 여자 210명)의 대학생들에게 자기보고형의 NEO-PI-R, 유쾌/불쾌한 생활경험 척도 그리고 주관적 안녕감 척도를 실시하였다.

도구

NEO-PI-R: NEO-PI-R (Revised NEO Personality Inventory)은 성격요인을 측정하기 위해 Costa와 McCrae(1992)가 개발한 척도로, 신경증적 경향성(Neuroticism, N), 외향성(Extraversion, E), 개방성(Openness to Experience, O), 원만성(Agreeableness, A) 그리고 양심성(Conscientiousness, C)의 5요인, 240개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 척도로 평가되므로 5요인별로 얻을 수 있는 점수의 범위는 48~240이며, 점수가 많을수록 그 요인이 측정하는 성격특성이 높은 것으로 평가된다. 본 연구에서는 이 중에서 N, E, O요인만을 평가하였다. 선행 연구

(이인혜, 1997)에서 한국 대학생들을 대상으로 알아본 NEO-PI-R의 신뢰도는 N, E, O 요인의 Cronbach α 계수가 각각 .88, .87, .81로 나타났다. 그리고 NEO-PI-R의 구성타당도를 알아보기 위해 산출한

각도(보고된 문항수 \times 심각도)를 빈도로 나눈 것이다. 얻은 점수가 클수록 유쾌한 또는 불쾌한 사건을 많이 경험했으며, 그에 대한 정서적 반응도 강하게 경험했다는 것을 의미한다.

표 1 각 척도 측정치

	성 격			생 활 경 험				주 관 적 안 녕 감		
	N	E	O	유 쾌 한 생 활 경 험		불 쾌 한 생 활 경 험		정 동	생 활 만 족 감	주 관 적 안 녕 감
				강 도	빈 도	강 도	빈 도			
남	146.43 (24.89)	147.77 (26.34)	153.33 (25.06)	2.04 (.34)	115.62 (20.58)	1.75 (.37)	74.83 (32.27)	30.86 (6.37)	42.41 (6.32)	73.29 (11.71)
여	156.01 (25.09)	148.40 (26.48)	155.98 (24.07)	2.15 (.31)	113.83 (16.34)	1.95 (.36)	76.01 (26.39)	28.73 (5.99)	40.40 (5.80)	69.08 (10.65)
전체	151.22 (24.99)	148.08 (26.41)	154.65 (24.84)	2.10 (.33)	114.59 (18.23)	1.87 (.38)	75.52 (28.95)	29.62 (6.23)	41.23 (6.09)	70.83 (11.28)

* ()는 표준편차

* N=신경증적 경향성 E=외향성 O=개방성

EPQ의 성격요인들간의 상관계수는 N과 EPQ의 N간에 .69, E와 EPQ의 E간에 .82, 그리고 O와 EPQ의 E간에 .32의 유의미한 상관이 있는 것으로 나타났다.

생활경험 척도: 생활경험을 측정하기 위해 Kanner, Coyne, Schaefer 및 Lazarus(1981)가 개발한 '유쾌한 생활경험 척도(The Uplifts Scale)'와 '불쾌한 생활경험 척도(The Hassle Scale)'를 사용하였다. 이 척도는 주요 생활사건을 측정하는 것이 아니라 일상적으로 발생하는 작은 사건들의 경험빈도 및 그에 따른 정서적 반응의 강도를 평가한다.

유쾌한 생활경험 척도는 3점 척도의 총 135개 문항으로, 일상생활에서 누구나 경험할 수 있는 유쾌한 사건들로 구성되어 있다. 불쾌한 생활경험 척도는 3점 척도의 총 117개 문항으로, 일상생활에서 누구나 경험할 수 있는 불쾌한 사건들로 되어 있다. 본 연구에서는 유쾌한 생활경험과 불쾌한 생활경험의 빈도 및 그 강도를 평가하였다. 빈도는 각 척도에서 경험했다고 보고한 사건(문항)의 총 수이며, 강도는 그 사건이 얼마나 강하게 경험되었느냐의 지표로 누적 심

주관적 안녕감 척도: 주관적 안녕감을 평가하기 위해 실시한 'MUNSH(The Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness, Kozma & Stones, 1980)'는 정동과 생활만족감의 두 영역으로 구성되어 있다. 이 척도는 원래 3점 척도의 24개 문항으로 구성되어 있었으나, 본 연구에서는 이 중 23개 문항은 5점 척도로 바꾸어서 사용하였다. 24개 문항중에는 정동에 해당하는 문항이 10개이고, 생활만족감에 해당하는 문항이 14개이다. 이 척도에서 피검자가 얻을 수 있는 점수범위는 정동영역에서는 10~50점이고, 생활만족감 영역에서는 14~68점이며, 점수가 높을수록 행복한 정서를 경험하고 있고, 생활이 만족스럽다는 것을 의미한다. 주관적 안녕감은 이 두 영역의 점수를 합산한 것이다.

자료처리

연구문제를 알아보기 위해 상관관계 분석과 단계적 중다회귀분석을 하였다. 자료는 SPSS/PC+를 이용

하여 처리하였다.

표 1에 제시되어 있는 척도치들을 보면 본 연구에 참여한 대학생들의 생활경험은 전체적으로 유쾌한 생활경험(84.44%)이 불쾌한 생활경험(64.55%)보다 많았으며, 정동도 유쾌한 경험에 대해서 더 강하게 경험한 것으로 나타났다. 대학생들은 평균이상의 행복감과 생활만족감을 경험하고 있는 것으로 나타났다.

표 2와 표 3에는 성격요인과 유쾌한 및 불쾌한 생활경험 그리고 주관적 안녕감간의 상관관계가 제시되어 있다.

표 2
각 척도 측정치간의 상관계수(남자)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1.000									
2	-.48	1.000								
3	-.16	.34**	1.000							
4	-.03	.29**	.33**	1.000						
5	-.03	.22	.14	.23*	1.000					
6	.5**	-.20	.06	.48**	.08	1.000				
7	.25*	-.03	-.02	.15	.66*	.30**	1.000			
8	-.56**	.13	.13	.16	.03	-.14	-.15	1.000		
9	-.57**	.21	.21	.08	.04	-.19	-.06	.68**	1.000	
10	-.61**	.19	.19	.13	.04	-.18	-.12	.92**	.92**	1.000

*P<.05, **P<.001

※ 1=신경증적 경향성, 2=외향성, 3=기방성, 4=유쾌한 생활경험의 강도, 5=유쾌한 생활경험의 빈도, 6=불쾌한 생활경험의 강도, 7=불쾌한 생활경험의 빈도, 8=정동, 9=생활만족감, 10=주관적 안녕감

표 2와 표 3을 보면 신경증적 경향성은 불쾌한 생활경험과, 그리고 외향성은 유쾌한 생활경험과 각각 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 신경증적 경향성은 주관적 안녕감과 부적 상관이 있는 반면, 외향성은 정적 상관을 보여 주었다. 이 같은 결과는 남녀 모두에서 같았다. 개방성은 남자에게서만 유쾌한 생활경험의 강도와 정적 상관이 있었다. 표에서 나타난 흥미로운 결과는 유쾌한 생활경험과 불쾌한 생활경험간에 정적 상관이 있다는 것이다.

여자 대학생의 경우, 유쾌한 생활경험의 빈도가 많을수록 주관적 안녕감이 높았고, 불쾌한 생활경험에서는 빈도가 아니라 강도가 주관적 안녕감과 부적

상관이 있었다. 한편 남자들에게는 생활경험과 주관적 안녕감간에 유의미한 관계가 나타나지 않았다.

표 4와 표 5에는 주관적 안녕감 점수에 대한 중다회귀분석의 결과가 제시되어 있다. 남자의 경우, 주관적 안녕감에 영향을 미치는 요인은 성격이었는데 그 중에서도 신경증적 경향성의 영향력이 가장 커서 31.3%의 설명량을 가지고 있는 것으로 나타났다. 신경증적 경향성은 주관적 안녕감의 정동과 생활만족감 모두에게 유의미한 설명력이 있었다. 그러나 외향성

표 3
각 척도 측정치간의 상관계수(여자)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1.000									
2	-.25*	1.000								
3	-.12	.34**	1.000							
4	-.13	.21*	.09	1.000						
5	-.21	.24*	.05	.41**	1.000					
6	.26**	-.13	-.13	.50**	.06	1.000				
7	-.04	.07	.02	.33**	.64**	.22*	1.000			
8	-.44**	.26**	.01	.08	.23*	-.22*	.05	1.000		
9	-.53**	.30**	.02	.19	.26**	-.13	.06	.68**	1.000	
10	-.53**	.30**	.02	.14	.26**	-.20*	.06	.92**	.91**	1.000

*P<.05, **P<.001

※ 1=신경증적 경향성, 2=외향성, 3=기방성, 4=유쾌한 생활경험의 강도, 5=유쾌한 생활경험의 빈도, 6=불쾌한 생활경험의 강도, 7=불쾌한 생활경험의 빈도, 8=정동, 9=생활만족감, 10=주관적 안녕감

표 4
주관적 안녕감에 대한 중다회귀분석(남자)

	R	R2	Adjusted R2	F
정동				
N	.559	.313	.307	58.223***
E	.583	.340	.329	32.642***
생활만족감				
N	.615	.378	.319	60.49***
주관적안녕감				
N	.615	.378	.373	76.604***
E	.63496	.403	.394	42.221***

*** P<.001

은 생활만족감에는 영향을 미치지 않았다.

여자의 경우에도 생활경험보다는 성격이 주관적 안녕감을 설명해주는 요인이었으며, 그 중에서도 신경증적 경향성이 가장 설명력이 큰 요인이었다. 그러나 여자는 남자와 달리 주관적 안녕감의 정동과 생활만족감 모두에서 외향성도 영향력 있는 요인으로 나타났다. 즉, 전체적인 주관적 안녕감에서 신경증적 경향성의 설명량은 28.1%였고, 여기에 외향성이 첨가되었을 때 설명량이 31.2%로 높아졌다. 그리고 여자에게는 생활경험도 주관적 안녕감에 영향을 주는 세 번째 요인으로 나타났는데, 이 두 성격요인과 유쾌한 생활경험의 빈도의 상호작용은 32.8%의 설명량을 가지고 있는 것으로 밝혀졌다.

표5
주관적 안녕감에 대한 중다회귀분석(여자)

	R	R2	Adjusted R2	F
정동				
N	.431	.186	.181	39.654***
E	.457	.209	.200	22.837***
생활만족감				
N	.535	.286	.282	68.900***
E	.586	.344	.332	29.679***
주관적안녕감				
N	.530	.281	.277	67.134***
E	.573	.312	.304	38.850***
U-①	.573	.328	.316	27.667***

*** P<.00

* U-①: 유쾌한 생활경험의 빈도

논 의

본 연구에서는 성격, 유쾌한 및 불쾌한 생활경험 그리고 주관적 안녕감간의 관계를 밝혀보고자 하였다. 이를 위해 신경증적 경향성, 외향성 및 개방성이 주관적 안녕감과 상관이 있는지(연구문제 1)를 알아본 결과 신경증적 경향성은 주관적 안녕감과 부적으로, 그리고 외향성은 정적으로 상관이 있었으며 개방성은 주관적 안녕감과 관계가 없었다. 그리고 이 결

과는 남녀 대학생 모두에게서 같았다. 따라서 선행 연구들과 마찬가지로 본 연구에서도 신경증적 경향성과 외향성만이 주관적 안녕감 지각에 중요한 성격요인이라는 결론을 내릴 수 있게 되었다.

본 연구에서 설정한 개방성 요인이 제외된 이유는 개방적인 사람은 다양하고 비관습적인 경험을 추구하는 사람이기 때문에 자신의 행동으로 인해 일상 생활에서 정적 및 부적 감정을 모두 경험하기가 쉽고, 따라서 상쇄효과에 의해 주관적 안녕감과 관계가 정적으로든 부적적으로든 유의미하지 않게 나온 것으로 생각된다. 이유정(1994)은 개방성이 기분변화나 행복감 지각에 영향을 미치지 못하는 이유로서 개방적인 사람은 폐쇄적인 사람에 비해 기분변화를 더 겪는 경향이 있으나, 이러한 변화가 전체 기분에는 영향을 미치지 않기 때문이라고 했다. 이는 개방성이 높은 사람은 개방성이 낮은 사람에 비해 부적 기분을 더 깊게 느끼는 정서적 과정을 경험한다고 해도 이들은 자신의 부적 기분을 금방 회복시킬 수 있는 독특한 적응기제를 가지고 있다는 것이다. 즉, 개방성은 완전하게 기능하는 사람의 특성이라는 것이다.

유쾌한 및 불쾌한 생활경험과 주관적 안녕감간의 관계(연구문제 2)를 알아본 결과 남학생의 경우, 생활경험과 주관적 안녕감간에 상관이 없었다. 즉, 남자 대학생들은 유쾌한 생활사건이든 불쾌한 사건이든간에 경험하는 기분이나 생활만족감 지각에 별로 영향을 받지 않았다. 그러나 여자의 경우는 유쾌한 생활경험의 빈도가 많을수록 주관적 안녕감이 높았고, 불쾌한 생활경험은 그 빈도가 아니라 강도에서 주관적 안녕감과 부적 상관이 있었다. 또한 여자들은 유쾌한 및 불쾌한 생활경험 모두에서 남자보다 강하게 반응하는 경향이 있었다(표 1 참조). 이 같은 결과를 통해 생활경험의 효과에는 성차가 있으며, 남자보다는 여자가 외부 사건의 영향을 더 많이 받는다고 추론할 수 있다.

이 연구에서 두 가지 흥미로운 결과가 나타났는데, 그 하나는 여자의 경우 유쾌한 생활경험은 그 빈도가, 그리고 불쾌한 생활경험은 그 강도가 주관적 안녕감에 영향을 주고 있다는 점이다. 이는 인간에게

정서적으로 더 강한 반응을 야기시키는 것은 유쾌한 것이 아니라 불쾌한 사건이기 때문인 것으로 생각된다. 즉, 불쾌한 사건은 단 한 가지를 경험한다 해도 부적 정동과 불만족감을 강하고 오랫동안 일으킨다는 것이다. 다른 하나는 유쾌한 생활경험과 불쾌한 생활경험간에 부적 상관이 아니라 정적 상관이 있다는 것이다. 이는 유쾌한 사건을 많이 경험하는 사람은 그 과정에서 불쾌한 경험도 많이 하게 된다는 것을 의미한다.

성격과 생활경험간의 관계를 보면, 남녀 모두에게서 신경증적 경향성은 불쾌한 생활경험과, 그리고 외향성은 유쾌한 생활경험과 각각 정적 상관이 있었다. 그러나 개방성은 남자의 경우에만 유쾌한 생활경험의 빈도와 정적 상관을 보였을 뿐이었다. 이러한 결과는 개방성이 신경증적 경향성이나 외향성과는 달리 개인의 행동에 큰 영향을 미치지 않는다는 것을 암시해 주고 있다.

이 연구의 핵심 주제인 성격과 생활경험간의 상호작용이 주관적 안녕감 지각에 어떠한 영향을 미치는지(연구문제 3)를 알아본 결과, 생활경험 보다는 성격이 주관적 안녕감을 설명해주는 주요 요인이며, 성격특성 중에서도 신경증적 경향성이 가장 영향력있는 요인임이 확인되었다. 즉, 중다회귀분석의 결과 남녀 모두에게서 신경증적 경향성이 제 1요인이며, 외향성은 신경증적 경향성과 상호작용했을 때만 주관적 안녕감에 대한 설명력을 높히는 것으로 나타났다. 한편 개방성은 주관적 안녕감에 대한 유의미한 영향력이 없었다.

생활경험은 여자의 경우에만 신경증적 경향성 및 외향성과 상호작용했을 때 주관적 안녕감에 대한 설명력을 약간 높여주는 것으로 나타났는데(31.2% → 32.8%), 이는 위에서 논의한대로 여자가 남자보다 환경조건에 더 민감하기 때문인 것으로 사료된다. 따라서 안녕감 지각에 중요한 영향을 미치는 요인은 생활사건보다는 성격이라는 결론을 내릴 수 있다. 이는 성격이 행동에 광범위한 영향력을 미친다는 점을 재삼 강조하는 연구결과라고 할 수 있을 것이다.

본 연구는 주관적 안녕감에 영향을 미치는 개인

의 성격과 생활경험의 효과를 검증해 봄으로서 행복 또는 삶의 질의 본질을 이해하는데 도움을 얻고자 시도된 것이다. 다시 말해서 인구사회학적 지표만으로 국민의 삶의 질을 높이려는 집단중심적 정책은 후진국형으로 21세기초 우리 나라가 선진국 대열에 서게 되면 그 효용성이 감소될 가능성이 높다. 경제적으로 또 사회적으로 안정된 사회에서는 개인의 성격이나 동기수준 그리고 일상의 생활경험에 초점을 맞추는 개인중심적 정책이 국민의 삶의 질을 향상시키는데 더 도움이 될 것으로 사료된다.

참고문헌

- Suh, E., & Diener, E. (1995). Subjective well-being : Issues for cross-cultural research. 1995년 한국심리학회 춘계심포지움: 삶의 질의 심리학, 145-165.
- 유희정(1987a). 성격특성이 행복감에 미치는 영향: 외·내향성과 신경증적 경향성을 중심으로. 1987년 한국심리학회 연차대회 심포지움 및 학술발표논문초록, 258-267.
- 유희정(1987b). 노인의 성격특성이 주관적 행복감에 미치는 영향: 외·내향성과 신경증적 경향성을 중심으로. 한국임상심리학회지, 6(1), 1-8.
- 이유정(1994). 성격특질이 기분의 수준 및 변화성에 미치는 영향. 중앙대학교 대학원 심리학과 박사학위청구논문.
- 이인혜(1997). NEO-PI-R의 타당성 연구. 성격 및 개인차 연구, 6, 57-69.
- 차경호(1995). 한국·일본 및 미국 대학생들의 삶의 질 비교. 1995년 한국심리학회 춘계심포지움: 삶의 질의 심리학, 113-143.
- 최경희(1995). 욕구충족과 주관적 안녕간의 관계에 관한 연구. 연세대학교 석사학위 청구논문.
- 한국갤럽조사연구소(1990). 한국인의 인간가치관. 서울 : 한국갤럽조사연구소.

- 홍숙기(1994). 일과 사랑의 심리학: 남자와 여자의 생활 환경과 행복. 서울: 나남출판사.
- Andrew, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social Indicators of Well-Being: Americans' Perceptions of Life Quality*. New York: Plenum.
- Andrew, G., Tennant, C., Hewson, D., & Schonell, M. (1978). The relation of social factors to physical and psychiatry illness. *American Journal of Epidemiology*, 108, 27-35.
- Brickman, P., & Campbell, D. T. (1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. Appley (Ed.), *Adaptation Level Theory: A Symposium*. New York: Academic Press.
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 917-927.
- Brief, A. P., Bucher, A. H., George, J. M., & Link, K. E. (1993). Integrating bottom-up and top-down theories of subjective well-being: The case of health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 646-653.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L. (1976). *The Quality of American Life: Perceptions, Evaluations, and Satisfactions*. New York: Russell Sage Foundation.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1980a). Influences of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 668-678.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1980b). Still stable after all these years: Personality as a key to some issues in adulthood and old age. In P. B. Baltes & O. G. Brim Jr. (Eds.), *Lifespan Development and Behavior. Vol. III*. New York: Academic Press.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (Neo-FFI) Professional Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T. Jr., & Widiger, T. A. (1994). *Personality Disorders and the Five-Factor Model of Personality*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale: A measure of life satisfaction. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Emmons, R. A., & Diener, E. (1985). Personality correlates of subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 11, 89-97.
- Hart, P. M., Wearing, A. J., & Headey, B. (1995). Police stress and well-being: Integrating personality, coping and daily work experiences. *Journal of Occupational & Organizational Psychology*, 68(2), 133-156.
- Kanner, A. D., Coyne, J. C., Schaefer, C., & Lazarus, R. S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 1-39.
- Kozma, A., & Stones, M. J. (1980). The measurement of happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology*, 35, 906-912.
- Lecci, L., Okun, M. A., & Karoly, P. (1994). Life regrets and current goals as predictors of psychological adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 731-741.
- Lewinsohn, P. M., & Talkington, J. (1979). Studies of the measurement of unpleasant events

- and relations with depression. *Applied Psychological Measurement*, 3, 83-101.
- McCrae, R.R. (1983). Extraversion is not a filter, neuroticism is not an outcome : A reply to Lawton. *Experimental Aging Research*, 9, 73-76.
- McCrae, R. R. (1990). Controlling neuroticism in the measurement of stress. Special Issue: II-IV. Advances in measuring life stress. *Stress Medicine*, 6(3), 237-241.
- Mueller, D. P., Edwards, D. W., & Yarvis, R. M. (1977). Stressful life events and psychiatric symptomatology: Change or undesirability? *Journal for the Health and Social Behavior* 18, 307-317.
- Nakano, K. (1990). Type A behavior, hardiness, and psychological well-being in Japanese women. *Psychological Reports*, 67(2), 367-370.
- Nakano, K. (1993). Personality, hassles, and psychological and physical well-being. *Japanese Journal of Psychology*, 64(2), 123-127.
- Payne, R. (1988). A longitudinal study of psychological well-being of unemployed men and the mediating effect of neuroticism. *Human Relations*, 41(2), 119-138.

Personality, Uplifts and Hassles, and Subjective Well-Being:

An Application to NEO Personality Model

Yi, In Hyae

Department of Psychology
Kangwon National University

The present study was to explore the relations among N, E, O (3 factors out of The Big Five Personality Factors), uplifts/hassles, and subjective well-being (SWB). The measurements utilized in the present study were NEO-PI-R (Costa & McCrae, 1992), The Uplifts Scales and The Hassles Scales (Kanner et als., 1981), and MUNSH (Kozma & Stones, 1980). The participants were 365 undergraduate students (155 men and 210 women). The data were analyzed by the SPSS/PC+ statistical package. The employed statistical methods were simple correlations analysis and multiple regression analysis. Results were as follows; a) Neuroticism correlated negatively with the scores of SWB, but Extraversion did positively. There was no significant relations between Openness to Experience and SWB. b) Only in cases of women, the frequency of uplifts and the intensity of hassles were found to be correlated with SWB. c) Personality factors, not life experiences, were important in explaining SWB. In addition, Neuroticism, among personality factors, was the most important one, followed by Extraversion. d) Interaction between uplifts/hassles and personality improved with just a little more variance the explanatory power for the scores of SWB.