

본 연구에서는 청소년들이 일상생활에서 느끼는 행복감이 활동맥락과 대인맥락의 변화에 따라 어떻게 다른지 살펴보았다. 연구대상은 서울과 경기도 소재 5개 중학교에서 편의표집한 2학년생 134명이었으며(남 68명, 여66명), 경험표집방법(Experience Sampling Method)을 사용하여 중학생들이 일상생활에서 느끼는 행복감을 하루에 6회씩 일주일동안 총 42회 반복 측정하였다. 결과는 다음과 같다. 첫째, 연구대상 중학생들은 적극적여가 활동을 할 때 가장 행복감을 많이 느꼈고 다음은 소극적여가 활동과 교제 활동을 할 때였으며, 그 다음은 생활유지 활동이었고 공부를 할 때 가장 행복감을 적게 느꼈다. 둘째, 남학생은 가족이나 친구와 함께 있을 때가 혼자 있거나 기타 다른 사람과 있을 때보다 더 행복했으며 여학생은 가족과 함께 있을 때가 친구나 다른 사람 혹은 혼자 있을 때 보다 행복했다. 셋째, 중학생들은 공부를 혼자 할 때보다 다른 사람들 특히 교사와 함께 할 때 더 행복했다. 적극적여가 활동, 소극적여가 활동, 그리고 생활유지 활동은 가족이나 친구와 함께 있을 때가 혼자 할 때 보다 더 행복하였다. 본 연구대상 중학생들은 대체로 행복감을 많이 느끼는 맥락 보다는 적게 느끼는 맥락에서의 경험이 더 많았다. 이러한 일상생활유형을 우리나라 청소년들의 행복도 수준에 관한 선행연구 결과와 관련지어 논의하였다.

주요어: 청소년, 행복감, 경험표집방법, 일상생활, 활동맥락, 대인맥락

인간은 누구나 행복을 추구하며 산다. 그러나 모든 사람들이 추구하는 행복은 주관적인 면을 많이 담고 있어서 객관적 기준에 의한 개인이 행복한 지 아닌지를 평가하기 어렵다. 따라서 개인의 행복도를 평가하기 위해서는 객관적 기준보다는 스스로 자신이 행복하다고 생각하는지 그리고 삶 속에서 행복한 정서를 얼마나 많이 경험하는지와 같은 주관적인 기준을 적용해야 한다는 입장이 선호되고 있다 (김혜원, 김명소, 2000; 차경호, 1999;

Bradburn, 1969; Campell, Converse, & Rodgers, 1976; Diener, Suh, Smith, & Shao, 1995; Okun, 1987; Ryan, 2002).

우리의 청소년들은 청소년기의 발달적 스트레스와 함께 대학입시중심의 지나치게 학업과 경쟁지향적인 획일적, 이기적 사회, 학교, 그리고 가족 문화 속에서 경험하게 되는 누적된 스트레스로 인해 그다지 행복하지 않다고 인식되고 있다. 그러나 어느 누구도 늘 행복하거나 늘 불행할 수는 없다. 개인의 행복감은 주관적인 경험임과 동시에 일상생활 속에서 처해 있는 상황에 따라 변화하는 정서적 경험으로 정의될 수 있기 때문이다(deVries, 1992; Ryan, 2002).

그렇다고 해서 행복의 의미와 기준이 전적으로 주관적인 문제이며 개인의 행복도가 맥락의 변화에 따라 예측이 어려울 정도로 다양하게 변화한다는 말은 아니다. 왜냐하면 행복의 의미와 기준은 사회문화적인 영향을 받으며 행복에 대한 개인의 판단 또한 타인과의 관계 속에서 이루어지기 때문이다(조용환, 1995). 따라서 개인의 행복도는 삶의 다양한 맥락의 변화에 따라서 달라지면서도 개인이 행복을 느끼는 맥락들의 일관성 있는 유형들이 있을 것으로 기대된다.

인간의 발달을 설명하기 위해서 지금까지의 심리학은 주로 긍정적 발달보다는 부적응적 발달 현상에 관심을 집중시켜왔다(Kahneman, Diener, & Schwarz, 1999; Ryan, 2002). 이 때문에 긍정적 발달은 부적응의 문제가 없는 상태만으로 충분하지 않다는 인식에 소홀해 왔다. 그러나 최근 긍정적 심리학(positive psychology)의 관심은 인간 삶의 질의 개선에 있으며 이를 위해서 긍정적인 발달의 현상과 관련 요

인을 밝히는 것을 주요 과제로 인식하고 있다(구본용, 2002; Aspinwall & Staudinger, 2003; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Snyder & Lopez, 2002; Stokols, 2003).

이러한 인식들을 기초로 본 연구에서는 청소년의 긍정적인 삶의 질을 나타내는 대표적인 지표인 행복도를 행복한 정서 경험의 측면에서 측정하여 일상생활의 상황 변화에 따른 다양성을 살펴봄으로써 청소년기 행복의 특징을 기술하고자 하였다.

행복의 조건은 때와 환경에 따라 다양하며 주관적인 면을 많이 담고 있다. 즉, 행복을 위한 일반적, 객관적인 조건들을 갖추었을 지라도 주관적으로 행복을 느끼지 않을 수 있다. 따라서 객관적 기준이나 조건을 일률적으로 적용하여 개인의 행복도를 평가하기 어렵다.

행복도를 측정하기 위해 주관적 준거를 적용한 연구들에서는 자신의 삶에 만족하는지, 행복한지를 연구대상자에게 직접 질문함으로써 평가하였다. 800여명의 인문계와 실업계 중, 고등학생을 대상으로 삶에 대한 만족도를 조사한 선행연구에 의하면 연구대상 청소년들 중에서 51%가 삶에 대한 만족도가 보통 수준이라고 응답하였고 28%가 불만족스럽다고 응답하였다(박경애, 이명선, 조은경, 1994). 특히 인문계고등학생의 경우는 35%가 삶에 대해 불만족스럽다고 응답하였는데 연구자들은 청소년들이 삶에 대해 불만족스럽다고 응답한 결과에 대해서 대학입시에 대한 부담과 관련이 큰 것으로 해석하였다.

2600 여명의 중, 고등학생을 대상으로 자신이 느끼는 행복 수준은 어떠한지 질문함으로써 청소년의 행복도를 측정한 다른 선행연구

에 의하면 응답자의 65%는 행복하다고 하였고 35%는 행복하지 않다고 하였다. 또한 이들에게 다른 나라의 청소년들과 비교해서 느끼는 자신의 행복도는 어떠한지 질문한 결과 응답자의 31%가 다른 나라의 청소년에 비해 행복하다고 보고한 반면 44%는 불행하다고 보고하였다(박경애, 조은경, 1997). 이러한 선행연구 결과들에 의하면 대학 입시 부담으로 인해 우리나라의 청소년들이 느끼는 행복도는 비교적 낮은 편이라고 볼 수 있다.

앞에서도 말했듯이 우리나라 청소년들은 청소년기 발달특성상 경험하게 되는 발달적 스트레스와 함께 학업에 대한 부모의 과도한 기대, 가족 이기주의, 입시 위주의 획일적이고 경쟁적인 학교 분위기, 대학입시 지향적인 사회 문화 속에서 경험하게 되는 갈등으로 인해 다른 문화권의 청소년들 보다 더욱 힘든 청소년기를 보내고 있다는 경험적 근거들이 제시되고 있다(고윤주, 이은혜, Mendelson, 2002; 김명자, 1993; 이미리, 1995; 조혜정, 1999; Diener, Suh, Smith, & Shao, 1995). 청소년 스스로도 서구의 다른 나라 청소년들에 비해 덜 행복하다고 생각하고 있었는데(박경애, 조은경, 1997) 이러한 결과에 대해서 선행연구자들은 한국의 시험지옥을 그 주요한 이유로 지적하고 있다.

그러나 우리나라 청소년들이 하루 종일 불행하다고 볼 수는 없다. 왜냐하면 앞에서 말했듯이 개인의 행복감은 주관적인 경험임과 동시에 일상생활 속에서 처해 있는 상황에 따라 순간, 순간 변화하는 정서적 경험이기 때문이다(Bradburn, 1969; deVries, 1992; Okun, 1987; Ryan, 2002). 선행연구 결과들을 통해 우리나라 청소년들의 전반적인 행복도 수준

이나 관련 변인들에 대한 정보를 얻을 수는 있으나(곽금주, 김의철, 박영신, 1999; 김정명, 1996; 박경애, 조은경, 1997; 양명환, 1998; 이천숙, 이희자, 1997; 조명환, 김정오, 권석만, 1994; 조용환, 1995; Diener, 1984; Ryff, 1989). 하루에도 다양하게 변화하는 일상생활 맥락의 어떤 순간에 행복감을 경험하는지에 관한 정보는 제한되어 있다.

일상생활의 맥락은 다양한 준거를 적용하여 분류 할 수 있으나 선행연구들에 의하면 주로 활동의 종류나 함께 있는 사람에 따라 분류하고 있다(김미혜, 옥경희, 천희영, 2001; 이미리, 2003a,b; 한국방송공사, 1995; Larson & Asmussen, 1992; Larson & Kleiber, 1993; Larson & Verma, 1999; Lee, 2003; Lee & Larson, 2000). 활동의 종류에 따라 분류된 청소년기 일상생활 맥락은 크게 학업활동, 여가활동, 생활유지활동을 포함하며, 함께 있는 사람에 따라 분류된 맥락, 다시 말해서 대인 맥락은 혼자 있는 맥락, 가족과 함께 있는 맥락, 친구와 함께 있는 맥락, 그 외 교사, 친척, 이웃, 모르는 사람 등의 맥락을 포함한다. 이렇게 분류된 각 일상생활 맥락에서의 심리적 경험은 차이가 있으며 적응 및 부적응 수준과 다양한 관계를 보이고 있다.

선행연구들에 의하면 청소년기 일상생활 경험에 있어서 성차를 보인다. 선행연구 결과의 예를 살펴보면 청소년기 남학생이 여학생보다 운동이나 컴퓨터 게임을 하는 데 더 많은 시간을 보내고(이미리, 2002), 남학생의 경우 적극적여가 활동 중에 긍정적인 기분을 느끼는 것이 그들의 폭력적 행동의 감소와 관계가 있으나 여학생은 의미있는 관계를 보이지 않았다(이미리, 2003a). 이러한 결과는

청소년들이 느끼는 행복감 수준에 있어서 일상생활 맥락에 따른 다양성을 살펴보기 위해서 성차의 효과를 통제해야할 필요성을 제시한다.

선행연구를 기초로 본 연구에서는 일상생활의 맥락을 활동맥락과 대인맥락을 준거로 분류하였으며 청소년들의 행복감이 이러한 일상 맥락의 종류에 따라 어떻게 차이가 나는지를 성차를 고려하여 살펴보았다. 본 연구의 결과를 통해 청소년기 행복도에 있어서 일상 맥락의 변화에 따른 다양성에 대한 정보를 제공하며 이러한 정보는 청소년기 삶의 질을 향상시키기 위한 구체적인 방안을 일상생활 속에서 찾아 볼 수 있게 하는데 도움이 될 것이다. 본 연구에서 제기된 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 청소년기 행복감 수준의 일상 활동 변화에 따른 다양성은 어떠한가?

둘째, 청소년기 행복감 수준의 일상적 대인 맥락변화에 따른 다양성은 어떠한가?

셋째, 청소년기 행복감 수준의 일상적 대인 맥락변화에 따른 다양성은 일상 활동의 종류에 따라 어떠한가?

연구 대상

서울시내 강남구, 강동구, 광진구, 노원구에 소재한 4개 중학교와 경기도 남양주시에 소재한 1개 중학교에서 2학년 남학생 68명, 여학생 66명, 총 134명을 선정하였다. 연구대상을 5개 중학교에서 선정한데 비해 그 수가

적은 이유는 일상생활에서 느끼는 행복감을 하루에 6회씩 일주일간 측정하였으므로 학생들의 공부에 방해가 될 염려가 있거나 학부모들이 싫어할 것을 우려하여 각 학교에서 원하는 학생 일부만 연구에 참여토록 허락하였기 때문이다. 그러나 본 연구의 분석 단위는 개인이 아니라 각 개인의 일상경험이었다. 총 134명의 연구대상 청소년들이 일주일 동안 보고한 일상경험의 빈도수는 4256회로서 청소년 초기에 경험할 수 있는 다양한 일상경험을 표집 하는 데는 무리가 없었다고 본다.

연구대상자의 인구학적 특성을 살펴보면 남, 여 학생 모두 부모의 평균연령이 40대이고, 아버지의 28%, 어머니의 20%가 전문대졸 이상이었다. 부모의 직업을 보면 아버지의 34%가 자영업, 33%가 사무직에 종사하여 다른 업종에 비해 종사 비율이 높았다. 어머니의 37%는 전업주부이며, 27%는 자영업에 종사하여 취업주부의 경우 자영업에 종사하는 비율이 가장 높았다. 연구대상 청소년들의 85%가 초혼 양친 가정에서 자라고 있다.

측정 도구

측정도구로는 부모의 연령, 교육수준, 직업종류, 결혼 상태 등의 인구학적 특성을 묻는 질문지를 사용하였고 연구대상 청소년들이 일상생활에서 무엇을 할 때 그리고 누구와 함께 있을 때 행복을 느끼는지를 측정하기 위해서는 경험표집방법(Experience Sampling Method)을 사용하였다(Larson, 1989).

경험표집방법(ESM)은 일상생활 환경에서 일정기간 동안(대개 일주일) 하루에 여러 번 무작위로 소리신호를 주어 신호가 있을 때마다

질문에 답하게 하는 방법으로 일상생활경험을 무작위로 표집하는 방법이어서 경험표집방법이라고 한다(이미리, 1996, 2000, 2001, 2002, 2003a,b; Larson, 1989). 경험표집방법을 실행하기 위해서 연구대상자들은 하루에 잠자는 시간을 제외한 시간 중 무작위로 표집한 시각에 소리신호가 울리도록 미리 입력한 전자손목시계와 휴대하기 편리하게 손바닥 크기로 제본한 질문지 묶음을 측정기간 동안 휴대하고 다니면서 소리신호가 울릴 때마다 그 당시의 경험을 묻는 질문에 답하게 된다.

본 연구에서는 일상생활에서 느끼는 행복감 수준을 측정하기 위해서 대부분의 청소년들이 깨어있는 시간인 아침 7:30부터 밤 12:00 사이에 하루에 6회씩 일주일간 총 42회의 시각을 무작위로 표집하여 소리신호가 울리도록 입력된 전자손목시계와 질문지 묶음을 연구대상자에게 나누어주었으며 시계의 소리신호가 울릴 때마다 질문지 묶음 중 한 장씩 답하도록 하였다. 이와 같이 경험표집방법은 실험실이나 연구대상자들이 모여 있는 특정 장소와 같은 인위적인 환경이 아니라 자연스러운 일상생활 환경에서 경험이 일어나는 순간에 그 경험의 특성을 측정하게 되므로 생태학적 타당도(ecological validity)가 높고 일반적인 질문지법에 비해 회상에 의한 편견이 개입될 가능성이 적다.

소리신호가 울릴 때 마다 연구대상자들이 응답한 질문지는 일상활동과 대인맥락을 측정하기 위한 두개의 개방식 질문과 행복감을 측정하기 위한 한 개의 Likert식 4점 평정척도 문항을 포함하고 있다. 첫 번째 개방식 질문은 “지금 무엇을 하고 있습니까?”이며, 두 번째 질문은 “지금 누구와 함께 있습니까?”이다.

이 두가지 질문에 대해서 소리신호가 울리는 순간에 하고 있던 활동과 함께 있던 사람들에 대한 내용을 기술하게 하였다. 또한 소리신호가 울리는 순간에 느끼고 있던 행복한 기분의 정도를 0)행복하지 않다, 1)행복하지 않은 것 같다, 2)행복한 것 같다, 3)행복하다 중의 한 수준으로 평정하게 하였다. 행복감을 측정하는 문항에 대한 신뢰도는 주말을 제외하고 월요일부터 수요일까지의 반응과 목, 금요일의 반응간의 상관계수를 산출하여 안정성 측면에서 살펴보았는데 안정성계수가 .72로 산출되었다.

자료수집과 분석절차

앞에서 말한바와 같이 경험표집방법을 실행하기 위해 연구대상 청소년들은 매일 6회씩 일주일간 총 42회 무작위로 표집된 시각에 소리신호가 울리도록 입력된 전자손목시계와 42장의 질문지를 묶은 손바닥 크기의 자기보고식 질문지첩을 지니고 다니면서 소리신호가 울릴 때마다 가능한 바로 그 자리에서 휴대하고 있는 질문지중 한 장씩 답하도록 하였다. 그러나 수업시간이거나 화장실에 있거나 하여 바로 질문지에 답할 수 없는 상황일 때는 가능한 빠른 시간 안에 답하도록 하였다. 자료는 2001년 5월에서 6월까지 2개월간 수집되었다.

134명의 연구대상 청소년들로부터 회수된 질문지수는 총 4256부로 회수율 76%이었다. 회수된 질문지의 수는 연구대상 중학생들의 일주일간 생활 중 무작위로 표집된 경험의 수를 의미하며 본 연구에서는 이와 같이 연구대상자들이 반복적으로 보고한 경험의 수를

분석의 단위로 사용하였다.

연구문제에 대한 분석을 위해서 성별, 일상 활동 범주, 대인맥락 범주를 독립변인, 행복감 수준을 종속변인으로 하여 삼원분산분석하였다. 일상활동 범주와 대인맥락 범주는 ESM 질문지에 제시된 두개의 개방식 문항들인 “지금 무엇을 하고 있습니까?”와 “지금 누구와 함께 있습니까?”에 대한 연구대상자들의 반응을 내용분석하여 분류하였다.

첫 번째 문항의 반응에 대한 내용분석결과 일상활동은 1)공부 2)적극적여가 3)소극적여가 4)교제 5)생활유지 활동의 5개 범주로 분류하였다. 각 활동범주별 활동 예를 들면 다음과 같다. 공부는 학교수업, 자율학습, 쉬는 시간과 점심시간 중 혼자 하는 공부, 시험, 과외수업, 학원수업, 방과 후 혼자 하는 공부, 숙제 등의 모든 학업활동을 포함한다.

적극적여가 활동은 비교적 높은 수준의 신체적, 심리적인 에너지를 요하는 스포츠, 문화적, 창의적 여가 활동으로 운동, 공원이나 거리 산책, 운동경기영화콘서트 등의 관람, 쇼핑, 춤, 악기연주, 노래, 컴퓨터게임, 그림그리기, 만들기, 글쓰기, 취미강좌 수강, 봉사활동, 종교활동, 동아리활동 등을 포함한다. 소극적여가 활동은 적극적여가 활동에 비해 신체적, 심리적 에너지를 그다지 필요로 하지 않는 여가활동을 의미하는데 교과서 이외의 책읽기, 낙서하기, TV보기, 라디오듣기, 생각하기, 하는 일 없이 빈둥거리기, 놀기 등 혼자서 시간을 보내거나 시간을 때우는 식의 소극적인 여가활동들을 포함한다.

교제 활동은 친구를 비롯한 타인과의 상호작용적인 활동으로 만나서 대화하기, 어울려 돌아다니기, 전화하기, 핸드폰으로 메시지 주

고받기, 인터넷 메일 보내고 확인하기, 채팅하기 등의 활동을 포함한다. 생활유지 활동은 건강을 유지하기 위해 꼭 해야 할 잠자기, 씻기, 식사하기, 병원가기, 약 먹기, 화장실가기, 휴식, 청소 등의 활동과 옷 갈아입기, 몸단장하기 등의 외모 관리 활동, 책가방싸기, 책정리하기, 이부자리펴기 등 다음 활동을 준비하는 활동, 그리고 기다리기, 줄서기, 차타기, 걸어서 이동하기 등의 활동과 활동 사이의 전이 활동을 포함한다.

두 번째 개방식 문항에 대한 내용분석 결과 대인맥락은 1)혼자 있는 맥락 2)가족과 함께 있는 맥락 3)친구와 함께 있는 맥락 4)그 외 다른 사람과 함께 있는 맥락의 4개의 범주로 분류하였다. 혼자 있는 맥락은 주위에 다른 사람이 있거나 아무도 없이 혼자 있는 경우를 모두 포함한다. 가족구성원과 함께 있는 맥락은 부모와 함께 있거나 형제들과 함께 있거나 모두 함께 있는 경우를 포함한다. 친구와 함께 있는 맥락은 이성친구 한명 혹은 그 이상, 동성친구 한명 혹은 그 이상, 이성친구와 동성친구 모두 함께 있는 경우를 전부 포함한다. 그 외 다른 사람들과 함께 있는 맥락은 선생님, 친척, 이웃, 기타 다른 사람들과 함께 있는 경우를 말한다.

이상과 같이 일상활동은 5개의 범주, 대인맥락은 4개의 범주로 분류하였으며 삼원분산 분석결과 행복감 수준에 있어서 이들 변인의 의미 있는 효과가 나타날 경우 그 내용을 구체적으로 살펴보기 위해 사후검증으로 Scheffé 검증을 실시하였다. 이러한 분석을 통해 청소년들이 어떤 일상 맥락에 있을 때 행복한지를 살펴봄과 동시에 어떤 일상 맥락에서 자주 시간을 보내는지를 함께 살펴보았다. 일상

맥락에서 보내는 시간은 각 맥락 범주에서 개인이 응답한 소리신호 수로 산출하였는데 소리신호가 청소년들이 깨어있는 시간 중 무작위로 표집된 시각에 주어졌기 때문에 각 맥락별로 응답한 소리신호 수가 많다는 것은 그 만큼 그 활동을 자주하고 있다는 것을 의미한다(이미리, 2003a,b). 이와 같이 각 일상 맥락에서의 행복감 수준의 차이에 대한 결과를 각 맥락별 응답 소리신호수와 함께 해석하고자 한 이유는 우리나라 청소년들이 행복감을 느끼는 맥락에서 일상생활을 하고 있는지 여부를 살펴보기 위해서이다.

연구대상 청소년들이 일상생활에서 느끼는 행복감 수준은 평균점수 1.43, 표준편차 .52로 평정치를 고려해 볼 때 ‘행복하지 않은 것 같다’와 ‘행복한 것 같다’의 사이에 위치한다. 청소년들의 이러한 행복감 수준은 일상생활에서 어떤 활동을 하는지 그리고 누구와 함께 있는지에 따라서 다양했다. 연구문제에서 제시한대로 청소년들이 일상생활에서 느끼는 행복감 수준이 활동 범주와 대인맥락 범주에 따라 어떻게 다른지 그리고 같은 활동이라도 누구와 함께 하는지에 따라 어떻게 다른지 살펴보기 위해 행복감 수준을 종속변인, 성(2), 활동(5), 대인맥락(4)를 독립변인으로 하여 삼원분산분석(3-way ANOVA)하였으며 결과를 표1에 제시하였다.

표1에 의하면 일상생활에서 경험하는 청소년의 행복감 수준에 대해 활동과 대인맥락의 의미있는 주효과가 나타났고, 성과 대인맥락의 상호작용 효과 그리고 활동과 대인맥락의

상호작용 효과가 의미있었다. 이러한 결과는 청소년들이 일상생활에서 느끼는 행복감 수준은 그들이 어떤 활동을 하느냐 그리고 누구와 함께 있느냐에 따라 행복감 수준이 차이를 보임을 의미한다. 또한 상호작용 효과를 고려해 볼 때 대인맥락에 따른 행복감 수준의 다양성 유형은 성에 따라 그리고 활동의 종류에 따라 다르게 나타남을 의미한다.

표 1. 청소년 행복감 수준의 성, 활동, 대인맥락에 따른 차이

분산원	SS	df	MS	F
성	.15	1	.15	.17
활동	197.19	4	49.30	56.07***
대인맥락	35.27	3	11.76	13.37***
성x활동맥락	6.18	4	1.55	1.76
성x대인맥락	9.53	3	3.18	3.61*
활동x대인맥락	20.43	12	1.70	1.94*
성x활동x대인맥락	10.35	12	.86	.98
오차	3250.68	3697	.88	
전체	25130.0	3737		

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

청소년기 행복감 수준의 활동맥락 변화에 따른 다양성

연구문제 1에서는 청소년들이 일상생활에서 경험하는 행복감 수준이 어떤 활동을 하는지에 따라 어떻게 달라지는지 살펴보고자 하는 것이었다. 앞의 표1에 제시한 삼원분산 분석 결과에 의하면 청소년들이 일상생활에서 느끼는 행복감 수준은 활동의 범주에 따른 의미있는 차이를 보였으며 이러한 주효과와 함께 활동은 대인맥락과 의미있는 상호작용 효과도 보였다. 분산분석에서 상호작용 효과가 의미있을때 상호작용 항에 포함된 변인

의 주효과보다는 상호작용 효과를 중심으로 결과를 해석하나 본 연구에서는 활동의 주효과와 관련된 내용을 연구문제 1에서 그리고 활동과 대인맥락 간 상호작용 효과와 관련된 내용을 연구문제 3에서 모두 살펴보고자 하므로 여기서는 연구문제 1과 관련된 활동의 주효과 내용을 구체적으로 제시하고자 한다.

청소년의 행복감 수준이 활동의 범주에 따라 어떠한 차이를 보이는 지 살펴보기 위해 Scheffé 사후검증한 결과를 각 범주별 행복감 수준 점수의 평균, 표준편차 및 빈도와 함께 표2에 제시하였다.

표 2. 청소년의 일상 활동별 행복감 수준의 차이

일상활동	M^1	Sd	n^2	F	Scheffé($p<.05$)
공부	1.06	.87	1352	69.21***	a
적극적여가	1.91	.98	511		b
소극적여가	1.69	.99	847		c
교제	1.66	1.05	303		c
생활유지	1.27	.96	1165		d

¹행복감 수준의 척도치는 다음과 같다. 0)행복하지 않다, 1)행복하지 않은 것 같다. 2)행복한 것 같다. 3)행복하다. 이하의 표에서도 동일함.

²개어 있는 시간 중 무작위로 표집된 시각에 연구대상자들이 하고 있다고 응답한 각 일상 활동 범주별 빈도수 *** $p<.001$

표2에 의하면 중학교 청소년들은 적극적여가 활동을 할 때 행복감 수준이 가장 높았고 다음은 소극적여가 활동이나 교제 활동을 할 때였으며 그 다음은 생활유지 활동을 할 때였고 행복감 수준이 가장 낮을 때는 공부를 할 때였다. 이러한 결과를 경험표집방법 실행을 위해 무작위로 주어진 소리신호에 대한 연구대상자들의 반응수를 지표로 하여 평가된 각 활동 범주별 빈도수와 함께 고려해보

면 청소년들은 일상활동의 5개 범주 중에서 행복감을 가장 적게 느끼는 활동인 공부를 가장 자주 하고 있었고 그 다음으로 행복감을 적게 느끼는 활동인 생활유지 활동을 자주 하고 있었다.

청소년기 행복감 수준의 대인맥락 변화에 따른 다양성

연구문제 2에서는 청소년들의 행복감 수준이 일상생활 중 누구와 함께 있는지에 따라 어떻게 달라지는지 살펴보기 위한 것이다. 앞에서 제시한 삼원분산분석 결과표(표1참조)에 의하면 청소년들이 일상생활에서 느끼는 행복감 수준에 대한 대인맥락의 효과는 주효과와 함께 성과 상호작용 효과를 보였다. 이러한 결과는 청소년기 행복감 수준의 대인맥락에 따른 차이의 유형은 남학생과 여학생에게서 다르게 나타난다는 것을 의미한다. 따라서 연구문제 2의 결과는 남, 여학생 따로 제시하였다.

남, 여학생의 행복감 수준에 대한 대인맥락 범주별 차이의 내용을 구체적으로 살펴보기 위해 Scheffé 사후검증 절차를 적용하였으며 그 결과를 대인맥락의 각 범주별 행복감 수준의 평균, 표준편차 및 빈도와 함께 표3에 제시하였다.

표3에 의하면 남학생들은 혼자 있거나 다른 사람과 함께 있을 때 보다 가족과 함께 있거나 친구와 함께 있을 때에 행복하였으며 가족과 함께 있을 때의 행복감 수준은 친구와 함께 있을 때 느끼는 행복감 수준과 의미 있게 다르지 않았다.

그러나 여학생의 경우는 가족과 함께 있을

때 가장 행복했으며 나머지 세 가지 대인맥락 즉, 혼자 있을 때, 친구와 함께 있을 때, 그리고 기타 다른 사람들과 함께 있을 때 경험하는 행복감 수준은 의미 있는 차이를 보이지 않았다.

표 3. 청소년의 대인맥락 범주별 행복감 수준의 차이

대인맥락	<i>M</i>	<i>Sd</i>	<i>n</i> ¹	<i>F</i>	<i>Scheffé</i> (<i>p</i> <.05)
남학생					
혼자	1.21	1.00	699	16.93***	a
가족	1.58	1.00	455		b
친구	1.54	1.07	570		b
다른사람	1.32	.92	198		a
여학생					
혼자	1.28	.88	533	7.87***	a
가족	1.52	.98	608		b
친구	1.31	1.03	530		a
다른사람	1.27	.80	171		a

¹하루 깨어 있는 시간 중 무작위로 표집된 시각에 연구대상자들이 경험하고 있다고 응답한 각 대인맥락 범주별 빈도수

****p*<.001

한편, 각 맥락별 빈도수를 통해 어떤 대인맥락에서 자주 시간을 보내는지 살펴본 결과 남학생은 혼자 있는 맥락을 가장 자주 경험하는 경향을 보였고 다음은 친구, 가족, 그리고 다른 사람과 함께 있는 맥락의 순이었다. 이는 남학생들이 일상생활에서 접하게 되는 대인맥락 중 상대적으로 행복감을 적게 느끼는 맥락을 자주 경험하게 됨을 보여준다. 그러나 여학생은 남학생과 달리 네 범주의 대인맥락 중에서 가장 행복감을 많이 느끼는 맥락인 가족들과 함께 있는 맥락에서 가장 자주 시간을 보내는 경향을 보이고 있다.

연구문제 2에 대한 분석 결과를 요약하면

남학생은 혼자 있을 때 보다는 친구나 가족과 함께 있을 때 더 행복하나 일상생활에서 혼자 시간을 보내는 경우가 많았고 여학생은 가족과 함께 있을 때 가장 행복했으며 가족과 함께 시간을 보내는 경우가 많았다.

청소년기 활동맥락별 행복감 수준의 대인맥락 변화에 따른 다양성

연구문제 3은 같은 활동이라도 함께하는 사람이 누구냐에 따라서 활동 중에 느끼는 행복감이 어떻게 다른지 살펴보기 위한 것이었다.

앞에서 제시한 삼원분산분석 결과표인 표1에 의하면 청소년들의 행복감 수준에 대해 활동 범주와 대인맥락 범주 간 의미있는 상호작용 효과가 나타났다. 이러한 상호작용 효과는 청소년들의 행복감 수준에 대한 대인맥락의 효과는 활동 범주에 따라 다르게 나타남을 의미한다. 이러한 상호작용 효과의 내용을 구체적으로 살펴보기 위해서 대인맥락 범주에 따른 행복감 수준의 차이를 비교하는 Scheffé 사후검증 절차를 활동의 범주 별로 적용하였으며 결과를 행복감 수준의 평균, 표준편차 및 빈도와 함께 표4에 제시하였다.

각 활동 범주별로 실시한 Scheffé 사후검증에서 대인맥락 범주 중 한 범주인 ‘다른사람’과 함께 있는 범주는 제외하고, 활동 범주 중에서 공부를 제외한 나머지 범주인 적극적여가, 소극적여가, 교제, 그리고 생활유지 활동 중에 경험한 행복감 수준의 대인맥락 범주 간 차이를 살펴보기 위한 사후검증에서 대인맥락 범주 중 1)혼자, 2)가족, 3)친구의 세 범주만을 독립변인의 하위 수준으로 포함하여 분석하였다. 그 이유는 청소년들이 적극적여

가, 소극적여가, 교제, 생활유지 활동들을 ‘다른사람들’과 함께 하는 경우의 빈도는 다른 대인맥락 범주에서의 빈도수에 비해 큰 차이로 적어서 일원분산분석을 수행하기 위한 등분산성의 가정을 충족시키기 어렵기 때문이다.

표 4. 청소년의 일상 활동별 대인맥락 범주에 따른 행복감 수준의 차이

일상활동	대인맥락	M	Sd	n ^l	F	Scheffé (p<.05)
공부	혼자	0.87	.72	275	6.66***	a
	가족	1.04	.90	145		b
	친구	1.04	.95	467		b
	다른사람	1.21	.84	252		c
적극적여가	혼자	1.75	1.01	194	3.69*	a
	가족	2.03	.92	114		b
	친구	2.05	1.01	149		b
소극적여가	혼자	1.44	.89	317	19.06***	a
	가족	1.86	1.00	377		b
	친구	1.90	1.07	92		b
교제	혼자	1.33	1.09	51	2.86	
	가족	1.89	1.15	19		
	친구	1.70	1.07	165		
생활유지	혼자	1.09	.94	382	9.75***	a
	가족	1.29	.95	403		b
	친구	1.43	.97	220		b

^l하루 깨어 있는 시간 중 무작위로 표집된 시각에 연구 대상자들이 경험하고 있다고 응답한 각 활동맥락에서의 대인맥락 범주별 빈도수

* $P<.05$ *** $P<.001$

표4에 의하면 공부를 누구와 함께 하느냐에 따라 공부 중 느끼는 행복감의 수준에 있어서 차이를 보였는데 공부를 혼자 하는 경

우 보다는 다른 사람들과 함께 있는 맥락에서 할 때 행복감 수준이 더 높았다. 추가 분석을 통해 공부를 할 때 함께 있게되는 다른 사람들이 누구인지 구체적으로 살펴본 결과 총 252회의 빈도수 중에서 239회의 빈도(95%)가 선생님과 함께 하는 경우이었고 나머지 13회의 빈도(5%)는 사촌, 삼촌, 이모, 고모 등의 친척과 모르는 사람등과 함께 하는 경우였다. 이러한 결과를 볼 때 청소년들이 혼자 공부를 하는 경우보다 선생님과 함께 공부를 할 때 더 행복을 느끼는 것으로 해석할 수 있다.

한편, 공부를 하는 동안 접하게 되는 대인맥락 범주별 빈도수를 살펴보면 친구와 함께 있는 경우가 가장 많았고 다음은 혼자 있는 경우이며 그 다음은 다른 사람(주로 선생님)과 함께 있는 경우 그리고 가족과 함께 있는 경우의 순이었다.

적극적여가 활동과 소극적여가 활동 중 느끼는 행복감 수준도 누구와 함께 하느냐에 따른 의미 있는 차이를 보였는데 가족이나 친구와 함께 할 때의 행복감 수준이 혼자 할 때보다 더 높았다. 그렇다면 청소년들이 행복감을 많이 느끼는 대인맥락에서 이러한 여가 활동들을 하고 있는지 살펴보기 위해 대인맥락별 경험의 빈도수를 살펴보면 적극적여가 활동 경험은 행복감을 가장 적게 느끼는 대인맥락인 혼자 있는 맥락에서 가장 자주 하고 있었으며 소극적여가 활동은 행복감을 상대적으로 많이 느끼는 대인맥락인 가족과 함께 있는 맥락에서 자주 하고 있었다.

활동의 네 번째 범주인 교제활동 중에 느끼는 행복감은 누구와 함께 하느냐에 따라 의미있는 차이를 보이지 않았다. 그러나 각 대인맥락별 빈도수에 의하면 청소년들의 교

제활동은 주로 친구와 함께 있는 맥락에서 일어나고 있음을 보여준다.

끝으로 생활유지 활동 중 느끼는 행복감 정도는 누구와 함께 하느냐에 따라 차이를 보였다. 표4에 의하면 다른 여가활동과 마찬가지로 생활유지 활동도 친구나 가족과 함께 있는 맥락에서 할 때가 혼자 할 때보다 행복하였다. 대인맥락별 빈도수에 의하면 생활유지 활동을 일상생활에서 가족들과 함께 있을 때와 혼자 있을 때 자주 하고 있었다.

본 연구에서는 청소년의 행복도가 일상생활의 다양한 맥락의 변화에 따라 어떻게 차이를 보이는지 그리고 청소년들의 일상생활이 행복을 느끼는 맥락에서 이루어지고 있는지 살펴보았다. 연구대상 청소년들이 일상생활에서 느끼는 하루 평균 행복감 수준은 척도의 평정치를 기준으로 ‘행복하지 않은 것 같다’와 ‘행복한 것 같다’의 중간 수준에 위치하였으며 일상생활에서 어떠한 활동을 하느냐, 누구와 함께 시간을 보내느냐 그리고 같은 활동이라도 누구와 함께 하느냐에 따라 달랐다.

본 연구결과에 의하면 청소년들은 대체로 행복감을 많이 느끼는 맥락보다는 적게 느끼는 맥락에서 자주 시간을 보내는 경향을 보였다. 이는 우리나라의 청소년들이 다른 문화권의 청소년들보다 그리 행복하지 않다는 선행연구 결과에 대한 부분적인 설명이 될 수 있다. 청소년들의 행복감 수준에 있어서 일상적 맥락의 변화에 따른 다양성과 각 맥락별 경험의 빈도를 종합해서 분석한 결과를 연구

문제 순으로 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 중학교 남, 여학생 모두 일상활동 중 적극적여가 활동을 할 때 가장 행복감을 많이 느꼈다. 적극적여가 활동은 소극적여가 활동에 비해 더 높은 수준의 신체적, 심리적인 에너지를 요하는 신체활동, 영화, 콘서트, 운동경기 관람, 컴퓨터 게임 등의 문화적여가 활동, 그림그리기 등의 창작적여가 활동 등을 포함하는 활동을 말한다. 이러한 본 연구 결과는 청소년들이 소극적여가 활동 보다는 신체활동과 같은 적극적여가 활동을 할 때 긍정적인 정서를 더 많이 경험하고 스트레스 수준이 낮다는 선행연구 결과들을 지지한다(서진교, 박장근, 서정윤, 1999; 이미리, 2003a, b).

이러한 결과는 청소년들의 행복도를 높이기 위해서는 학업에 치우친 일상에서 벗어나 여가 활동, 특히 적극적여가 활동을 즐길 수 있는 기회를 제공할 필요가 있음을 시사한다. 그러나 본 연구대상 청소년들은 공부를 하는데 보내는 시간의 1/3 남짓 적극적여가 활동을 하는데 보내고 있으며 선행연구에 의하면 청소년들의 일상생활에서 적극적여가 활동에 보내는 시간은 고등학생의 경우 훨씬 줄어들고 있다(이미리, 1996).

우리나라 청소년들의 적극적여가 활동의 기회가 이렇게 제한되어 있는 이유를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 우리나라 청소년들은 적극적여가 활동을 하기를 원하나 입시위주의 학업 중심적 일상생활의 부담으로 인해 적극적여가 활동을 하는데 시간을 할애하기 어렵다(고양YMCA, 2000; 김경동, 설동훈, 1994; 김병석, 이명우, 조은경, 1998; 이흥구, 박성준, 1999; Lee, 2003). 둘째, 자녀들의 적극적

여가 활동을 시간낭비나 혹은 비행의 유혹요인으로 보는 부모들의 부정적인 편견 때문에 부모들은 청소년들이 춤, 연극 등의 문화적 활동, 동아리활동 등의 적극적여가 활동에 참여하는 것을 제한하는 경향이 있다(한준상, 1997). 셋째, 청소년들이 적극적여가 활동을 저렴하면서 쉽고 편리하게 할 수 있도록 환경이 조성되어 있지 않은 점들이다(방지선, 박수정, 2001; 황인남, 2000). 청소년들의 행복도를 높이기 위해서 이러한 문제점들을 개선할 필요가 있다.

둘째, 연구문제 2에 대한 분석 결과 일상생활에서 누구와 함께 있느냐에 따라서 청소년들이 느끼는 행복도가 달랐다. 남학생은 가족이나 친구와 함께 있을 때 가장 행복하고 여학생은 친구와 있거나 혼자 있거나 아니면 그 외 다른 사람과 있을 때보다 가족과 함께 있을 때가 행복하였다. 이러한 결과는 청소년기는 부모로부터 정서적 독립을 시도하는 시기로서 부모와의 관계에서 갈등이 고조되고 친구 집단에서의 동조 욕구가 강해지는 시기라는 선행연구 결과들과는 일치하지 않는 결과이다(김태희, 이숙현, 1995; Hartup, 1996). 부모로부터 심리적인 독립을 시도하는 청소년기의 발달 특징을 고려해보면 부모와 함께 있을 때보다는 친구와 함께 있을 때 더 행복도가 높을 것으로 기대되나 본 연구 대상 중학생들은 부모를 비롯한 가족 성원과 함께 있을 때가 친구와 함께 있을 때 못지않게 혹은 그 보다 더 행복하다고 느꼈다.

이러한 결과에 대한 가능한 해석은 본 연구에 참여한 청소년들은 중학교 2학년생으로 청소년 초기에 해당되므로 아직은 일상생활에서 느끼는 행복감에 대한 부모에의 의존도

가 높기 때문인 것으로 볼 수 있겠다. 그러나 이러한 해석에 대해서는 청소년 중기나 후기의 청소년들과의 비교 연구를 통해 검증해 볼 필요가 있다. 또한, 추가 분석을 통해 청소년들이 가족과 함께 있을 때와 친구와 함께 있을 때 주로 어떤 활동을 하는지 살펴본 결과 남, 여학생 모두 가족과 함께 있을 때는 주로 소극적여가 활동이나 생활유지 활동을 하였고 친구와 함께 있을 때는 주로 학업 활동을 하고 있었다. 따라서 각 대인맥락에서 하고 있는 활동 내용의 차이로 인한 결과로도 해석할 수 있다.

각 대인맥락 경험의 빈도를 살펴보면 남, 여학생 모두 다른사람보다 가족과 함께 있을 때 가장 행복감을 많이 느꼈으나 남학생은 그들과 함께 시간을 보내기 보다는 혼자서 더 자주 시간을 보내는 경향이였다. 남학생들의 이러한 일상생활 유형은 부모로부터의 심리적인 독립을 이루기 위한 준비과정을 보여주는 것이라고 생각해 볼 수 있겠다.

그러나 여학생들은 남학생들과 달리 가장 행복감을 많이 느끼는 대인맥락인 가족과 함께 있는 맥락에서 가장 자주 시간을 보내고 있었다. 이러한 결과는 대체로 남자가 여자보다 가족이나 친척의 결속과 유대감을 지켜나가는 데 더욱 관심이 있다는 선행연구 결과와 부분적으로 일관성을 보이는 결과이다(김진희, 한경혜, 2002; Newcomb, 1990).

셋째, 청소년들이 일상활동 중 느끼는 행복감이 같은 활동이라도 누구와 하느냐에 따라 달랐다. 일상활동 중에서 공부하는 다른 사람들 특히 교사와 함께 할 때가 혼자 할 때 보다 행복하다고 하였다. 추가분석을 통해 혼자 공부하는 맥락과 선생님과 함께 공부하는 맥락

의 특징을 살펴본 결과 혼자 공부하는 맥락은 집이나 학교, 학원에서 수업 시간이 아닌 경우에 공부하는 경우이고, 선생님과 함께 공부하는 맥락은 83%가 학교 선생님과 하는 경우이고 나머지 17%는 학원 선생님이거나 과외 선생님과 하는 경우였다. 이들 두 맥락 간 심리적 상태의 차이를 살펴보면 혼자 공부하는 경우보다 선생님과 함께 공부하는 경우에 청소년들이 더욱 흥미를 느끼고($t=-2.25^*$) 심리적으로 편안함을 느꼈다($t=-2.69^{**}$).

여가활동 중 느끼는 행복감 수준의 대인맥락별 다양성에 대한 결과를 살펴보면 중학생들은 여가 활동을 혼자 하는 것보다는 가족이나 친구들과 함께 할 때 더 행복하였다. 이러한 결과들은 청소년들이 대체로 그들의 여가 활동을 부모와 함께 하기를 원한다는 선행 연구 결과를 지지하고 있다(김병석, 이명우, 조은경, 1998).

일상생활에서 청소년들은 소극적여가 활동을 주로 가족과 함께 있는 맥락에서 하고 있었으나 적극적여가 활동은 혼자 하는 경우가 더 많았다. 이는 적극적여가 활동 중 느낄 수 있는 행복감을 저하 시키는 상황이다. 따라서 청소년들의 행복도를 높이기 위해서는 적극적여가 활동을 가족이나 친구들과 함께 할 수 있는 여가문화를 조성할 필요성이 크다. 청소년기 일상생활은 친구와 함께 있을 때 여가활동을 하고 혼자 있을 때 공부를 하는 것이 청소년기 보편적인 일상생활유형이라고 생각되나(Larson & Verma, 1999), 본 연구대상 청소년들의 일상생활 유형은 친구와 함께 있을 때 주로 학업활동을 하고 혼자 있을 때는 주로 여가활동을 하는 경향을 보인다. 이러한 일상생활유형은 친구와 함께 있을 때의

행복감이 학업활동을 하고 있다는 점에 의해 저하되고, 또한 여가활동을 할 때의 행복감이 혼자 있다는 점에 의해 저하되는 경향을 나타낼 것으로 본다.

뿐만 아니라 본 연구대상 청소년들은 대체로 행복감을 많이 느끼는 일상 맥락 보다는 적게 느끼는 맥락에서 상대적으로 더 자주 시간을 보내고 있다. 청소년들이 공부나 생활유지 활동 보다는 여가 활동, 특히 적극적여가 활동을 할 때 더 행복했지만 적극적여가 활동보다는 공부나 생활유지 활동을 더 많이 하는 경향을 보였다. 혼자 있을 때 보다는 가족이나 친구와 함께 있을 때 더 행복했으나 혼자 있는 경우가 많은 경향성을 보였다.

개인의 행복도는 행복한 경험들의 합으로 평가 될 수 있다는 선행연구 결과들을 고려해볼 때(Campbell, Converse, & Rodgers, 1976; Diener & Lucas, 1999; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999; Ryan, 2002). 본 연구에서 살펴본 청소년들의 일상생활 유형은 선행연구에서 제시한바 우리나라 청소년들이 그리 행복한 것 같지 않다는 결과에 대한 하나의 설명요인이 될 수 있다. 즉 일상생활 속에서 행복을 느끼는 맥락에서의 경험이 충분하지 않은 점은 청소년들의 그리 높지 않은 행복도와 관련이 있을 것으로 본다. 따라서 일상생활에서 행복감을 느끼는 기회를 제공함으로써 청소년들의 행복도를 증진시킨다는 관점에서 본 연구결과를 기초로 한 몇가지 제안을 하면 다음과 같다.

첫째, 일상생활에서 여가 활동 특히 적극적여가 활동 경험의 기회를 증가시키고 적극적여가 활동을 부모나 친구가 함께 할 수 있는

여건을 마련해 주어야 한다.

둘째, 일상생활에서 부모가 청소년과 함께 시간을 보내려는 노력을 할 필요가 있다. 셋째, 혼자 있으면서도 행복을 느낄 수 있는 능력을 기르는데 주의를 기울여야 할 것이다. 넷째, 청소년기 일상생활경험의 가장 많은 부분을 차지하면서 행복감을 가장 적게 느끼는 활동인 학업활동 맥락에 대한 분석을 통해 청소년들이 학업활동 중 행복감을 느낄 수 있는데 기여하는 구조적, 기능적인 특성을 파악할 필요가 있다.

끝으로 일상생활을 통해서 청소년들이 행복감을 느낄 수 있는 경험의 기회를 증가시키는 것이 청소년들의 발달에 있어서 어떠한 가치를 갖는지 그리고 그 가치 판단의 기준을 어디에 두어야 하는지를 고려해야 함을 제안하고자 한다. 가령 학업 활동은 그 사람의 사회적 성취를 위해 크게 기여하는 활동이며 성취를 위해서는 학업 활동 중에 느끼는 지루함, 압박감 등 부정적인 정서경험의 대가를 치뤄야 한다(이미리, 2003a; Larson & Verma, 1999). 청소년들이 가장 행복감을 느끼는 여가 활동 또한 행복을 주고 신체적, 심리적 건강과 발달을 위해 기여하나 일탈행동 등을 야기시키는 주요 맥락이기도 하다(곽금주, 김의철, 박영신, 1999; 이미리, 2000, 2003a). 또한 앞에서 청소년의 행복도를 높이기 위해서는 부모들이 청소년 자녀와 시간을 함께하려는 노력을 할 필요가 있다고 제안하였으나 청소년기에 부모의존적인 생활태도에서 동년배집단과의 상호작용과 혼자만의 시간을 갖는 일상경험으로의 전환은 자아정체감을 발달시키는데 기여한다(Hartup, 1996; Larson, Richards, Moneta, Holmbeck, & Duckett,

1996). 따라서 청소년기 다양한 일상생활의 맥락에서 경험한 행복감이 발달에 기여하는 점들에 대한 후속연구의 필요성이 제기될 수 있으며 이러한 연구를 통해 일상생활에서 느끼는 행복감의 발달적 가치를 알 수 있을 것이다.

고양YMCA (2000). 우리마을 청소년이야기I. 서울: 민미디어.

고윤주, 이은혜, Mendelson (2002). 한국과 캐나다 대학생의 친구관계 비교 연구: 친구의 지원, 갈등 해결방식 및 친구관계망. 한국심리학회지: 발달, 15(1), 1-18.

곽금주, 김의철, 박영신 (1999). 한국 청소년 문화의 형성요인 탐색: 비행과 우울 중심으로. 한국심리학회지: 사회문제, 5(1), 111-121.

구본용 (2002). 청소년상담모형의 정립과 발전과제. 제9회 청소년상담학세미나, 한국에서의 청소년 상담 미래와 전망 (pp.17-34). 한국청소년상담원.

김경동, 설동훈 (1994). 청소년 사회적 삶과 태도. 서울대학교 사회과학과 정책연구, 16(2), 95-155.

김명자 (1993). 수험생 가족의 전반적 현황 및 문제. 현대사회와 가족문제: 한국 가족의 자녀 교육열과 가족의 대처방안. 서울특별시/한국가족학연구회 가정복지 세미나, 9-41.

김미혜, 옥경희, 천희영 (2001). 초기 청소년의 방과후 활동과 학업성취 및 사회적 발달. 대한가정학회지, 39(6), 93-108.

김병석, 이명우, 조은경(1998). 청소년의 놀이 문화: 청소년 상담 문제 연구보고서. 서울: 청소년 대화의 광장.

김정명 (1996). 청소년의 삶의 질과 사회체육의 역할. 제 10회 한국사회체육학회 학술세미나, 31-42.

김진희, 한경혜 (2002). 남성과 여성의 일, 가족 전

- 이와 관련요인. 대한가정학회지, 40(11), 55-69.
- 김태희, 이숙현 (1995). 어머니와 청소년 자녀의 관계만족도: 청소년 발달, 중년기 변화, 대학입시와 관련하여. 가족학논집, 7, 91-125.
- 김혜원, 김명소 (2000). 우리나라 기혼여성들의 심리적 안녕감의 구조분석 및 주관적 안녕감과 의 관계분석. 한국심리학회지: 여성, 5(1), 27-41.
- 박경애, 이명선, 조은경 (1994). 청소년의 문화풍속도: 청소년상담문제연구보고서 7. 서울: 청소년대화의 광장.
- 박경애, 조은경 (1997). 청소년의 행복도: 우리 청소년 얼마나 행복한가. 청소년대화의 광장.
- 방지선, 박수정 (2001). 청소년의 가치기준과 여가활동유형과의 관계. 한국여성체육학회지, 15(2), 151-158.
- 서진교, 박장근, 서정윤 (1999). 여가스포츠 활동과 사회적지지 및 심리적안녕감의 관계. 한국체육학회지, 38(2), 145-157.
- 양명환 (1998). 신체활동과 심리적 행복감: 인지적 정서적 상태 측정지 개발. , 9, 2, 298-304.
- 이미리 (1995). 고 3청소년의 일상생활 활동 경험과 우울증 수준과의 관계. , 16, 2, 23-36.
- 이미리 (1996). 청소년의 우울증 수준에 있어서 문화적 차이와 일상생활활동 경험과의 관계. 아동학회지, 17(2), 23-36.
- 이미리 (2000). 일상생활의 어떤 경험이 초기 청소년의 폭력행동과 관계가 있는가. 연구보고 99-P 06. 한국청소년개발원.
- 이미리 (2001). 초기 청소년의 스트레스와 폭력행동과의 관계에 대한 일상생활활동 경험의 중재효과. 아동학회지, 22(4), 167-188.
- 이미리 (2002). 청소년 초기 일상생활활동 경험의 특성과 스트레스 수준. 대한가정학회지, 40(1), 69-84.
- 이미리 (2003a). 중학생의 또래폭력행동피해와 일상활동경험의 관계. 한국심리학회지: 발달, 16(2) 87-110.
- 이미리 (2003b). 중학생들의 폭력가해행동수준에 따른 일상적 대인맥락의 외현적, 내면적 경험 차이. 청소년복지연구, 5(1), 37-52.
- 이천숙, 이희자 (1997). 가족체계 유형 및 자아분화와 청소년 후기 자녀의 심리적 안녕. 대한가정학회지, 35(3), 101-113.
- 이흥구, 박성준 (1999). 청소년의 여가활동참가와 학교생활적응의 관계, 한국레크리에이션교육학회지, 1(1), 41-50.
- 조명환, 김정오, 권석만 (1994). 청소년의 삶의 질. 서울대학교 사회과학과 정책연구, 16(2), 51-94.
- 조용환 (1995). 학교 구성원의 삶과 문화: 교사와 학생, 그들은 행복한가? 교육학연구, 33(4), 77-91.
- 조혜정 (1999). 학교를 거부하는 아이 아이를 거부하는 사회. 서울: 또하나의 문화.
- 차경호 (1999). 대학생들의 주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 관계. 호서대학교 논문집(사회과학편), 18집, 575-595.
- 한국방송공사(1995). 국민생활시간조사. 서울: 한국방송공사.
- 한준상 (1997). 동송동의 아이들: 청소년의 파격문화. 연세대학교출판부.
- 황인남 (2000). 여고생의 여가제약 지각, 자아정체감과 여가스포츠 참가 간의 인과분석. 한국체육학회지, 39(2), 831-844.
- Aspinwall, L. G. & Staudinger, U. M. (2003). A psychology of human strengths: some central issues of an emerging field. L. Aspinwall & U. Staudinger(Eds.). *A psychology of human strengths: fundamental questions and future directions for a positive psychology*(pp.9-22). Washington, DC: American psychological association.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life*. NY: Russell Sage Foundation.

- deVries, M. W. (1992). *The experience of psychopathology: Investigating mental disorders in their natural settings*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Diener, E. & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The Foundations of Hedonic Psychology*(pp.213-229). NY: Russell Sage Foundation.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Diener, E., Suh, E. M., Smith, H., & Shao, L. (1995). National difference in reported subjective well-being: why do they occur? *Social Indicator Research*, 34, 7-32.
- Hartup, W. W. (1996). The company they keep: Friendships and their developmental significance. *Child Development*, 67, 1-13.
- Kahneman, D., Diener, E., Schwarz, N. (1999). *Well-being: The Foundation of Hedonic Psychology*. NY: Russell Sage Foundation.
- Larson, R. (1989). Beeping children and adolescences: A method of studying time use and daily experience. *Journal of Youth and Adolescence*, 18, 511-530.
- Larson, R. & Asmussen, L. (1992). Bulimia in daily life: a context-bound syndrome. M. W. deVries (Ed.), *The experience of psychopathology: Investigating mental disorders in their natural settings* (pp. 167-179). Cambridge: Cambridge University Press.
- Larson, R. & Kleiber, D. (1993). Daily experiences of adolescents. In P. H. Tolan & B. J. Cohler(Eds.), *Handbook of clinical research and practice with adolescents* (pp.125-145). NY: John Wiley & Sons, Inc.
- Larson, R., Richards, M., Moneta, G., Holembeck, G., & Duckett, E. (1996). Changes in adolescents' daily interactions with their families from age 10 to 18: Disengagement and transformation. *Developmental Psychology*, 32, 744-754.
- Larson, R. W. & Verma, S. (1999). How children and adolescents spend time across the world: Work, play, and developmental opportunities. *Psychological Bulletin*, 125(6), 701-736.
- Lee, M. (2003). Korean adolescents' examination hell and their use of free time. In S. Verma & R. Larson(Eds.), *New Directions for Child and Adolescent Development: Examining Adolescent Leisure Time across Cultures* (pp.9-21). San Francisco: Jossey-Bass.
- Lee, M. & Larson, R. (2000). The Korean 'Examination Hell': Long hours of studying, distress, and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(2), 249-270.
- Newcomb, M. (1990). Social support and personal characteristics: A developmental and interactional perspective. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 54-68.
- Okun, M. A. (1987). Life satisfaction. In G.L. Maddox(Ed.), *Encyclopedia of Aging* (pp.399-401). NY: Springer.
- Ryan, R. M. (2002). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Seligman, M. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. Steinberg, L. (1993). *Adolescence*. NY: McGraw Hill Inc.
- Snyder, C. R. & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. NY: Oxford University Press.
- Stokols, D. (2003). The ecology of human strengths. L. Aspinwall & U. Staudinger(Eds.). *A psychology of human strengths: fundamental questions and future directions for a positive psychology* (pp.331-343). Washington, DC: American psychological association.

Daily contextual variations in levels of adolescent happiness

Meery Lee

Dept. of Youth Education and Leadership, Korea National Sport University

This study investigated how adolescents' happiness varied across daily contexts including daily activities and interpersonal contexts. Using Experience Sampling Method(ESM) happy feelings in various daily contexts were measured. A sample of 134 middle school juniors reported levels of happy feelings six times a day for a week. They provided 4256 self-reports, which were used as the unit of analysis of this study. Levels of happy feelings varied across daily contexts. Findings showed that adolescents were happier during leisure activities, particularly active leisure activities, than during schoolwork activities or maintenance activities; and they were happier in interpersonal contexts with family members or friends than in the context alone. Levels of happiness in each daily activity varied across interpersonal contexts. The adolescents, however, spent a large amount of their time in schoolwork or in the context alone, in which they felt lower happiness than in the other daily contexts. These findings suggest that Korean adolescents' daily experiences focused on schoolwork under the regime created by the exam hell limited opportunities to experience happiness.

Keywords: adolescents, happiness, daily activities, interpersonal contexts. Experience Sampling Method,