

## 한국 사회에서 삶의 질을 구성하는 요인들에 대한 탐구

김 의 철<sup>†</sup>

인하대 경영학부

박 영 신

인하대 교육학과

이번 특집호는 한국 사회에서 삶의 질과 관련된 내용에 대한 심도있는 이해에 주된 목적이 있다. 이를 위해 2005년 8월과 12월에 실시된 한국사회문제심리학회 심포지움에서 발표된 논문들을 수정 보완하여 이번 특집호가 제작되었다. 이 글은 이번 특집호에 포함된 논문들과 관련 연구 결과들에 대한 종합을 통해, 현대 한국 사회에서 삶의 질을 구성하는 요인들에 대한 탐구에 주된 관심을 두고 있다. 여기에서는 다양한 연구 결과들을 종합하여, 크게 여섯 가지 측면에서 논의하였다: (1) 삶의 질 향상을 위한 기본적 자원으로서 경제력, (2) 원만한 인간관계의 중요성, (3) 삶의 질에 영향을 주는 핵심 요인으로서 정서적 지원, (4) 심리적 특성으로서 통제감의 중요성: 자기효능감과 자기조절 (5) 학업성취를 통한 높은 삶의 질에 대한 기대, (6) 신체적 건강과 기타 요인들. 삶의 질을 높이기 위해 기본적으로 경제적 안정이 중요하다고 사람들이 지각하고 있으나, 가정 학교 직장과 같은 구체적인 집단 내에서 한국 사람들의 삶의 질은 인간관계로부터 받는 정서적 지원에 의해 큰 영향을 받는 것으로 확인되었다. 또한 연령이 증가할수록 자신의 삶을 통제하고 조절하는 자기효능감의 역할을 중요하게 인식하였다. 이외에도 학업성취, 건강 여가생활 등이 삶의 질 증진에 기여하는 요소로 포함되었다. 한국 사회에서 삶의 질을 구성하는 요인들에 대한 탐구과정에서, 한국인의 토착심리에 대한 이해의 중요성이 시사되었다.

주요어 : 삶의 질, 한국 사회, 토착심리, 경제적 안정, 원만한 인간관계, 정서적 지원, 통제력, 자기효능감, 자기조절, 학업성취, 건강, 여가생활 .

<sup>†</sup> 교신저자 : 김의철, 인하대학교 경영학부, (402-751) 인천광역시 남구 용현동  
E-mail : uicholk@chol.com

## 들어가며: 한국 사회에서 삶의 질에 대한 심리학적 관심의 태동

### 한국 사회에서 삶의 질에 대한 인식 : '이 뭐꼬?'

도시에 맞닿아 있는 산을 오르기 시작할 때 산 입구에서 우리는 새소리를 만나게 된다. 그러나 차량들이 아스팔트 위를 달리는 울림이 동시에 진동하기 때문에, 새소리에 집중하기가 어렵다. 산중턱을 향해 한참 오르다 보면 점차 소음소리가 희미해지고 여기저기에서 맑은 새소리가 합주곡 같아진다. 산 속으로 산 속으로 가다보면 어느덧 청명한 새소리가 잡음으로부터 자유로운 허공을 투명하게 가르며 산을 덮는다.

한국 사회 구성원들의 삶의 질에 대한 관심이 최근에 크게 고조되어왔다. 그것은 한국 사회가 경제적으로 안정되고 이제는 삶의 질에 관심을 갖는 단계로 접어들었음을 보여준다. 대중들의 삶의 질에 대한 관심은 그러한 라이프 스타일의 변화들을 예리하게 읽은 기업가들에 의해 소비심리를 자극하는 상업적 마아케팅의 도구로 활용되고 있다. 그 예로 웰빙 식사, 웰빙 아파트, 웰빙 섬유 등 웰빙이라는 단어가 한국 사람들의 일상생활에서 매우 익숙한 홍보용 카피라이트가 되었다. 실제 웰빙이라는 단어가 붙지 않아도, 바쁘고 스트레스 많은 일상에서 요가와 명상을 한다든가, 직장 끝난 뒤에 헬스장을 찾아 총총 걸음으로 모여드는 직장인 등, 웰빙을 추구하는 사람들의 심리는 다양한 형태로 나타나고 있다.

이와 같이 사회 구성원들의 삶에서 '웰빙'이 차지하는 비중과 실제적 관심에 비해, 학계에서 삶의 질이나 웰빙에 대한 학문적 정리 및 논의의 과정은 상대적으로 적었다. 이미

'웰빙'과 같은 일상적 용어가 된 단어나, 라이프 스타일의 변화를 가져오고 있는 삶의 질에 대한 관심이, 현재 한국인의 삶의 현장에 스며든지 오래 되었지만, 그러한 구성개념의 정확한 의미나 역동 그리고 심리적이고 행동적인 영향 등에 대한 학문적 차원에서의 정립은 상대적으로 디딘 상황이다.

한국 사람들의 소비양상을 통해 짐작되듯이 최근 한국 사람들이 접착하는 웰빙의 기반에 있는 심리들에 대한 분석과 한국 사회의 삶의 질에 대한 이해를, 심리학적인 시각에서 접근하며 정리하는 기회를 가져야겠다는 것이 이번 특집호의 의도이다. 즉 삶의 질에 대한 많은 관심과 일상적 표현들의 기저에 있는 심리와 그 역동에 대한 체계적인 이해를 시도해보자는 것이다.

성철 스님은 생전에 '이 뭐꼬?'라는 화두를 자주 던지셨다(정진홍, 2006월 11월 4월). 물론 성철스님의 '이 뭐꼬?'라는 화두는 스스로 자기를 성찰하고 마음의 거울을 닦으라는 뜻이지만, 성철스님의 이러한 화두는 오늘날 우리가 일상생활에서 당연하게 받아들이고 있는 많은 개념들과 현상의 본질에 대해, 다시 진지한 질문들을 차근차근 던져나갈 필요가 있음을 자극한다.

한국 사회의 문제를 연구하는 학자들이, 각자의 전문 분야에서 한국 사회의 삶의 질이라는 주제를 중심으로 현실을 진단하고 분석하는 시도가 있었다. 그러한 시도들을 한자리에 모은 것이 2005년 8월과 12월의 2회에 걸친 한국사회문제심리학회 심포지엄이었다. 여기에서의 발표와 논의 내용들을 다듬고 정리하여 다시 원고를 쓰고, 씩여진 여러 원고들을 모은 것이 이번 특집호를 구성하였다.

한국 사람들은 무엇을 웰빙이라고 생각하는

가? 한국 사람들은 어떻게 하면 삶의 질이 높아진다고 생각하는가? 한국 사회에서의 삶의 질이라는 화두에 대한 이해를 위해, 잡음이 아닌 투명한 소리를 찾아 나선 심리학자들의 노력 과정이 이 특집호에 엮여 있다.

### 논의의 범주: '투자냐? 투기냐'

최근 정부의 부동산 정책이 잇단 실패로 끝나고, 엎친 데 덮친 격으로 청와대 고위 관리들의 곁으로는 합법적으로 보이나 재산을 크게 증식시켜간 부동산 구매에 대해, 일반 국민들의 불신 풍조가 고조되고 있다. 이를 빗대어 '청와대가 하면 투자, 국민이 하면 투기?'(김호정, 2006)라는 비난이 일고 있다. 고위 관리의 입장에서는, 자녀교육 때문에 서울 강남에 작은 평수의 아파트를 산 뒤 은행 돈을 빌려 더 좋은 큰 아파트의 분양권을 받은 '갈아타기'에 성공하였는데, 노력도 했고 운도 있었고 불법을 저지르지도 않았다. 그러나 국민들의 입장에서는, 청와대 핵심 인사들이 강남 사람들을 사회 양극화와 소득 불균형 등 각종 사회문제의 원인을 지닌 공공의 적으로 몰아 세웠는데, 실제로는 핵심 실세가 이러한 모델의 추종자였다고 비난한다. 결국 어떠한 입장에 서 있느냐에 따라, 똑 같은 결과를 두고도 건설적 투자와 사행성 투기의 두 가지로 다르게 평가하는 셈이다. 소위 내가 하면 로맨스, 남이 하면 스캔들(이민규, 2001)과 마찬 가지이다. 이렇게 자기가 스스로 하는 평가와 타인이 내리는 평가가 다르다.

우리는 왜 동일한 현상과 사실에 대해 다른 정도가 아니라 때로는 정 반대로 다른 해석을 내리게 되는가? 그것은 각자 본인이 처한 상황과 입장이 다르고, 각자의 입장에서 견지하

는 기본 가정이 다르고, 각자 소유하고 있는 정보의 내용과 범위 그리고 양과 질이 다르기 때문에, 이에 따라 다른 시각에서 해석을하게 되기 때문이라고 할 수 있다. 결국 보는 사람의 시각과 관점이 기본적으로 중요함을 알 수 있다. Kim과 Park(2006b)은 문화가 하나의 현상을 보는 틀을 제공하고(Kim, 2001a), 이러한 틀을 내면화하고 있는 작인(agency)으로서의 인간심리가 환경 및 결과와 끊임없이 상호 작용하며, 그 결과 현실을 계속 재창조하고 있음을 지적한 바 있다. 그렇기 때문에 집단 내부에서 구성원이 보는 시각과 외집단이 보는 시각이 질적으로 다를 수 있고, 경우에 따라서는 정반대의 시각을 가질 수도 있음을 보여준다.

이 글에서는 한국 사회에서 삶의 질을 구성하는 요인들에 대한 탐구를 위해 다양한 시각에서 조망하는 것이 가능하겠지만, 특별히 한국 사회에 소속되어 있는 내집단 구성원으로서 한국 사람들이 한국 사회에서의 삶의 질에 대해 어떠한 시각을 견지하고 있는가에 관심이 있다. 한국 사람이 아닌 세계 각국의 외국 사람들이 한국 사회의 삶의 질에 대해 어떻게 지각하느냐는 논의로 하기로 한다. 이번 특집호에 포함된 논문 중에서 비교문화적으로 문화간 비교를 검토하는 경우도 어디까지나 한국 사회의 삶의 질에 대한 관심이 초점이다. 그리고 한국 사회의 삶의 질의 문제를 직접 다루지 않은 경우도, 한국 사회의 삶의 질을 보다 폭넓게 이해하기 위한 기초적인 자료로 활용하고자 한다. 한국 사회의 삶의 질에 대해 내집단 구성원으로서 한국 사람들이 어떻게 지각하는가를 이해하는 것이 이 연구에서 다루는 범위이자, 다른 한편으로 제한이라고도 할 수 있을 것이다.

### ‘한국심리학회지 : 사회문제, 특집호’ 발행 과정과 삶의 질에 대한 관심

한국사회문제심리학회가 1991년에 발족한 이래, 1994년부터 ‘한국심리학회지 : 사회문제, 1권 1호’가 발행되기 시작하였다. 학회의 회원들이 한국 사회의 문제에 대한 심리학적인 관심을 갖고 작성한 논문들을 게재응모하여 심사를 받아 출판하는 정기호가 1990년대 초엽에 탄생된 셈이다. 그러한 정기호의 역사가 10년이 넘어 이제는 양적으로도 성장하여, 2005년부터는 정기호가 1년에 4호의 발행 횟수로 크게 증가되었고, 질적으로도 매우 다양한 주제들이 포함되어 왔다.

이러한 개별 논문 발표 외에, 학회 차원에서 한국 사회의 핵심적인 이슈들에 대한 학문적 논의의 장을 마련하고 논의된 결과들을 정리하는 작업이 필요하다는데 뜻있는 학자들의 의견이 모아졌다. 이것이 개인 회원들의 다양한 논문들을 모은 정기호와 별도로 특집호가 발간된 의도였다. 특정 주제를 중심으로 전문가들로 구성된 심포지엄을 실시하고, 여기에서의 논의를 바탕으로 수정 보완된 논문들이 모아진 형태의 특집호 발행은 2000년부터 시작되어 지금까지 이어져오고 있다.

2000년부터 2006년 지금까지 그동안 한국사회문제심리학회 심포지엄을 기반으로 만들어진 특집호에서 다룬 주제들 및 각각의 특집호가 출판된 시기는 다음과 같다:

1. **한국 심리학의 정체성과 도전: 토착심리학과 문화심리학적 접근**, 한국심리학회지 : 사회문제, 6권 특집호, (2000년 12월)
2. **한국 사회와 안전문화**, 한국심리학회지 : 사회문제, 9권 특집호, (2003년 4월)

3. **한국 사회에서의 청소년 문제행동**, 한국심리학회지 : 사회문제, 10권, 특집호, (2004년 4월)
4. **한국 사회의 신뢰와 불신**, 한국심리학회지 : 사회문제, 11권, 특집호, (2005년 1월)
5. **한국 사회의 삶의 질**, 한국심리학회지 : 사회문제, 12권, 특집호, (2006년 12월)

최초의 특집호는, 그동안 많은 심리학적 연구들이 한국에서 진행되어 왔지만, 심리학 연구에서 문화에 대한 관심이 부족했음을 인식하는데서 착안되었다. 따라서 문화에 관심을 둔 토착심리학과 문화심리학적 접근을 통해, 앞으로 한국 심리학이 나아가야 할 방향과 가능한 모습에 대한 전제적인 그림을 그려보고자 하였다. 그리고 이러한 문화적 이해에 대한 관심의 축발과 발전적 지향이, 장기적인 안목에서 기획될 특집호의 최초 주제로 적절하다는 판단이었다.

두 번째 특집호는 그 당시 한국 사회에서 연이어 발생하고 있는 끔찍한 대형 안전사고들을 보면서, 이러한 안전불감증 관련 행동에 대한 심리학적 이해가 필요하다는데서 착안되었다. ‘사고공화국’이라는 표현이 나올 정도로 많은 안전사고의 저변에 있는 한국인의 안전 의식 및 그 기반이 되는 심층심리를 이해해 보고자 하였다.

세 번째 특집호는 사회적으로 늘 문제가 되고 있는 청소년 일탈행동에 대해 관심을 집중하였다. 청소년 문제에 대해 참으로 많은 논의들이 다양한 인접 전공분야에서 누적되어 왔지만, 한국사회가 안고 있는 사회적 문제의 시각에서 청소년 일탈행동에 대한 심리학적 이해의 깊이를 더하고, 최근의 논의들을 정리할 필요를 인식하였다.

네 번째 특집호는 정치 분야만이 아니라

한국 사회 전반에 팽배해 있는 불신풍조에 대한 심리학적 관심이 발로가 되었다. 한국 사람들이 가까운 내집단에서는 관계를 중요시하면서 신뢰를 기반으로 움직이지만, 그러한 사람들로 구성된 사회 전체에서는 서로 믿지 못하는 불신의 시각들이 난무하는 현상들을 보면서, 왜 그런가에 대한 관심이 증폭되었다. 따라서 이 특집호에서는 한국 사람들의 신뢰와 불신, 그 저변의 심리적 토대를 분석하고자 하였다.

한국 사회에서 생활하는 구성원으로서 일상 생활에서 던져지는 질문들과 관심들에서 시작하여 이를 심리학적으로 분석하고 정리하려는 노력이 특집호를 통해 수 년 동안 이어져 왔다. 물론 각각의 특집호가 원래의 기획 의도를 얼마나 성공적으로 소화하였는가에 대해서는 검토가 필요하다. 1회의 특집호에 의해 하나의 주제에 대한 논의가 완성될 수는 없는 것이며, 각 특집호가 그러한 주제와 관련된 관심을 촉발하고 논의가 시작되는 도화선을 제공할 수 있다면 그것만으로도 충분한 의의가 있다고 본다. 각 특집호들이 다른 주제들과 관련된 학문적 결실은 앞으로 지속적 노력으로 통해 완성해 나가야 할 숙제로 남아 있다.

이제 다섯 번째로 용틀임한 '한국심리학회지: 사회문제, 12권 5호, 특집호'는 '한국 사회의 삶의 질'이라는 주제에 초점을 두고 있다. 이번 특집호가 제작되기까지 2회에 걸친 심포지엄이 있었다. 첫 번째로 2005년 8월에 지리산 국립공원의 한화리조트에서 한국심리학회 연차학술대회가 개최되었는데, 한국사회문제 심리학회 심포지엄이 '한국 사회의 삶의 질'이라는 주제로 진행되었다. 여기에서 발표된 네 편의 논문은 다음과 같다:

1. 한덕웅, 한국문화에서 주관 안녕에 관련되는 사회심리 요인들
2. 서은국, 왜 한국인의 행복감은 낮은가
3. 서경현, 한국인의 건강과 삶의 질
4. 한상철, 청소년의 위험행동과 삶의 질: 보호요인 강화 프로그램이 고위험군 청소년의 적응유연성에 미치는 효과

그리고 이어서 2005년 12월 인하대학교 하이테크 센터에서 개최된 한국사회문제심리학회 연차학술대회에서 '가족변화, 고령화와 삶의 질'이라는 주제의 심포지엄을 개최하였다. S. H. Ng 교수(City University of Hong Kong)의 성공적인 노화에 대한 기조강연을 포함하여, 심포지움에서 발표된 총 8편의 논문 제목은 다음과 같다:

1. Ng, Woo, Kwan, Chong, & Lai, Positive ageing: What is it and why do some people age well?
2. 한창수, 한국 노인의 우울 증상과 행복
3. 권순교, A sun-lit view into academia's dark on life-satisfaction and self-being of the elderly as indicators for the umbrella construct "quality of life": Mixed qual-quant approaches that avoid getting wet in social issues research
4. 이주일, 정지원, 이정미, 미국 거주 한인 노인과 국내 노인간 행복감의 차이 및 행복감에 영향을 주는 요인의 비교
5. 한덕웅, 한국문화에서 관습화된 사회행동이 주관 안녕에 미치는 영향
6. 이순철, 고령 운전자의 교통사고와 삶의 질
7. 장성숙, 한국 문화에서의 부부상담: 현실역동 상담 접근
8. 이기숙, 유아의 일상생활과 삶의 질

2회의 심포지움에서 발표된 총 12편의 논문 중에서 수정 보완을 거쳐 이번 특집호에 총 8편의 논문이 실리게 되었다. 이 8편의 논문을 정리해 본다면, 연구대상의 연령에 토대한 발달단계를 하나의 기준으로 삼은 분류가 가능하다. 즉 유아(이기숙, 정미라, 김현정, 2006), 청소년(한상철, 2006), 성인(장성숙, 2006), 노인(서경현, 2006; 이순철, 2006; 이주일, 정지원, 이정미, 2006; Ng, Woo, Kwan, & Chong, 2006) 다양한 연령층(한덕웅, 2006)에서의 삶의 질을 다루는 연구들이 포함되었다. 다양한 연령집단의 삶의 질을 포함하는 논문이 1편이었고, 유아 청소년 성인 집단의 삶의 질을 다루는 논문이 각각 1편씩 구성되었으며, 그 외에 4편은 모두 노인의 삶의 질을 다루는 논문들이었다. 이것은 두 번째 심포지엄의 주제가 가족변화, 고령화와 삶의 질'을 주제로 했기 때문에 고령화 사회에서 노인들의 삶의 질에 대한 논문들이 다수 포함된 것에 기인한다.

이번 특집호에 포함된 논문들을 분류하는 또 다른 준거로 문화를 고려해 볼 수 있음직하다. 삶의 질과 관련된 한국인의 심리 또는 한국 사회의 토착문화를 이해하고자 하는 시각(서경현, 2006; 이순철, 2006; 장성숙, 2006; 한덕웅, 2006; 한상철, 2006)과, 비교문화적인 방식을 통한 접근(이기숙, 정미라, 김현정, 2006; 이주일, 정지원, 이정미, 2006), 그리고 외국 연구대상의 삶의 질에 대한 분석(Ng, Woo, Kwan, & Chong, 2006) 등이 이번 특집호에 포함되어 있다고 할 수 있다. 그리고 비록 이번 특집호에는 포함이 되어 있지 않지만, 심포지움에서 발표되었던 한국인의 낮은 행복감에 대한 논의(서은국, 2005)는, 동양인과 서양인의 행복에 대한 동기적 인지적 차이에 대한 비교문화적 접근을 시도하고 있다.

각 논문들에서 다루고 있는 자세한 내용은 이 특집호에 포함되어 있는 각 논문들을 참고하면 될 것이다. 그러므로 각 논문들에 대한 요약은 생략하고, 한국 사회에서 삶의 질을 구성하는 요인들에 대한 탐색의 시각에서 볼 때 의미있는 결과들을 중심으로 관련내용들을 정리해 보기로 한다. 아래에서 논의하고자 하는 내용은 크게 여섯가지로 집약된다: 첫째, 삶의 질 향상을 위한 기본적 자원으로서 경제력; 둘째, 원만한 인간관계의 중요성; 셋째, 삶의 질에 영향을 주는 핵심 요인으로서 정서적 지원; 넷째, 심리적 특성으로서 통제감의 중요성: 자기효능감과 자기조절; 다섯째, 학업성취를 통한 높은 삶의 질에 대한 기대; 여섯째, 신체적 건강과 기타 요인들.

### 한국 사회에서 삶의 질을 높이는 대표적 요인들에 대한 논의

#### 삶의 질 향상을 위한 기본적 자원으로서 경제력

돈이 있으면 인간이 행복할까? 과연 경제력이 인간의 삶의 질에 얼마나 기여하는가에 대한 문제가 심리학자들(Diener, & Oishi, 2000)의 관심이 되어 왔다. 삶의 질 향상을 위한 기본적 자원으로서 경제력이 중요하다는 사실은 Ng, Woo, Kwan과 Chong(2006, 그림 1 참고)이 제안한 성공적 노화 모형에서도 나타난다. Ng, Woo, Kwan과 Chong(2006)의 모형에 의하면 성공적 노화의 핵심을 (1) 질병이 없고 (2) 신체적으로나 인지적으로 기능이 원활하며 (3) 삶에서의 활동에 적극적인 참여가 가능한 상태로 간주하고, 이러한 성공적인 노화를 위한 자원으로서 크게 세 가지를 지적하고 있다.

즉 (1) 삶의 양식 (2) 사회적인 연결망 (3) 경제력을 들고 있는데, 이러한 기본적인 자원들이 성공적인 노화에 영향을 미친다는 가정이다. 물론 이러한 자원들만 성공적인 노화에 영향을 미치는 것은 아니고, 그 사이에 매개변인으로서 사회적이고 인지적인 양식들이 작용하고 있다고 보는데, 그러한 사회인지양식으로는 (1) 통제력과 같은 대처방식과 (2) 유머감각 그리고 (3) 미래시간전망이 중요하다고 보았다. 그리고 이러한 사회적 자원과 사회인지양식 및 성공적 노화에 각각 연령이나 성별이나 사회경제적지위와 같은 배경변인들이 기본적으로 영향을 미치고 있는 것으로, 성공적 노화모형이 구성되어 있다. 이러한 Ng, Woo, Kwan과 Chong(2006)의 모형에서 우리는 성공적 노화에 영향을 미치는 핵심적 자원으로서 경제력에 주목하게 된다.

경제력이 비단 노인들의 성공적인 노화 즉 삶의 질 향상을 위해서만 중요한 자원으로 작용하는 것은 아니다. 한덕웅(2006, 표 1 참고)은 전국의 19세부터 75세에 이르는 다양한 연령집단을 대상으로 인구통계 변인들과 주관안녕의 상관관계를 분석한 바 있다. 한덕웅은 주관적 안녕감을 인지와 정서로 구분해서 측정했는데, 즉 개인의 삶에 대한 인지적인 평가(문항 예: '현재 당신의 삶은 전체적으로 얼마나 행복합니까?'와 전반적인 행복 정서의 경험(문항 예: '지루하다-재미있다' '설망스럽다-만족스럽다' 등)을 포함하였다. 분석 결과에 의하면, 성별, 연령, 결혼상태 등의 인구통계 변인들은 주관안녕감과 모두 매우 낮은 상관( $r=.10$  미만)을 보였다. 그러나 경제 상태는 투입한 14개의 인구통계 변인들 중에서 가장 높은 정적 상관계수( $r=.23$ )를 나타내었다. 따라서 청소년에서 노인까지 포함한 다양한 연령집단

에서 경제적으로 안정되어 있을수록 주관적인 안녕감이 높은 경향이 있음을 알 수 있다.

이러한 연구결과는 최근에 MBC PD수첩(2006년 11월 7일)이 코리아리서치에 의뢰해서 실시한 여론조사 결과와도 일치하고 있다. 2006년 10월 26일에 국내 30세 이상 성인 남녀 700명을 대상으로 전화 설문조사를 통해 '우리나라에 살면서 가장 중요한 것이 무엇이냐?'를 질문한 결과, '돈'이라는 응답이 58.3%로 가장 많았다. 또한 '우리나라에 살면서 돈이 있으면 가장 좋은 점이 무엇인가'라는 질문에는 '여유를 가질 수 있어서'라는 응답이 24.9%로 가장 많았고, '자유로운 삶을 누릴 수 있어서'(15.2%)라는 응답이 두 번째로 많았다. 이러한 반응들은 돈을 단순히 경제적인 수단으로서만 아니라 삶 전체를 풍요하게 할 수 있는 힘으로 인식하고 있음을 시사하고 있다.

박영신과 김의철(2006)이 최근에 한국 사회와 한국 사람의 삶의 질에 대한 토착심리를 분석한 연구에서도, 경제적인 측면의 중요성이 확인되었다. '한국 사회의 삶의 질을 높이는 가장 중요한 요소가 무엇인가?'라는 질문에 대한 분석 결과가 그림 1에 제시되어 있다. 그림 1을 보면, 초 중 고 대학생으로 구성된 학생들(1,331명)과, 그들의 부모 및 교사로 구성된 성인집단들(2,075명) 모두 30% 이상이 경제적인 요인을 지적하였음을 알 수 있다. 즉 한국 사회의 삶의 질을 높이기 위해서는, 경제가 안정되고 성장하며 고용이 확대되는 등 경제적 측면이 가장 중요하다는 인식을, 응답자 10명 중에서 3명 이상이 하고 있다는 의미이다. 이러한 결과는 사회 전반의 삶의 질을 결정하는 핵심요소로 경제적 요인이 중요한 요소로 인식되고 있음을 보여준다.

한국 사회에서만이 아니라 종합적으로 볼

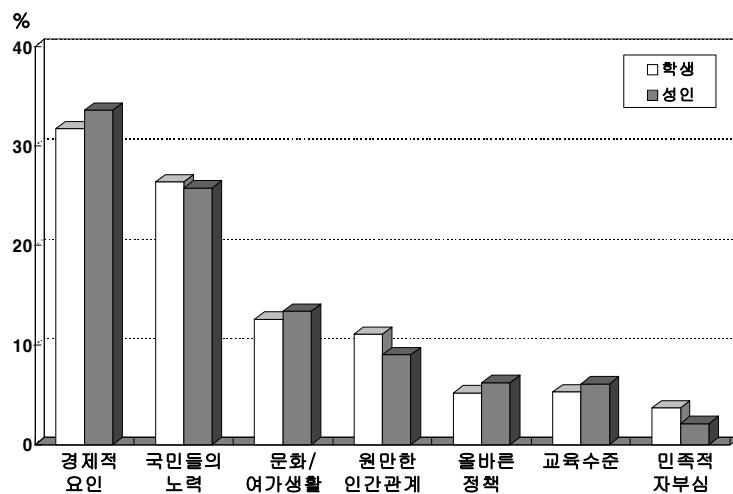


그림 1. 한국 사회의 삶의 질을 높이는 요소: 기본적 자원으로서 경제력

출처: 박영신, 김의철 (2006, p.167)

때 개인의 삶의 질을 높이는 요소에 대한 반응을 정리한 결과(박영신, 김의철, 2006)도, 성인의 경우에 경제적인 요인이 역시 가장 중요한 범주로 나타났다. 전체 응답자의 30.3%가 돈, 경제력, 수입이라고 응답함으로써, 10명 중에서 3명은 본인의 삶의 질을 종합적으로 높이기 위해 경제력이 가장 중요한 요소인 것으로 인식하고 있음을 알 수 있다. 물론 이외에도 긍정적 사고와 성취감 및 적극적 태도와 같은 자기조절의 측면과, 시간적 여유를 갖는 여가 및 취미생활, 화목한 가정, 원만한 인간관계, 건강이 핵심적으로 중요한 요인들로 더 불어 부각되었다. 그러나 종합적으로 볼 때 이러한 많은 요인들 중에서도 삶의 질을 높이기 위해 경제적 요인이 가장 중요하다는 인식을 하는 사람들이 가장 많았다.

삶의 질을 높이기 위해서만이 아니라 삶의 질을 낮추는 요인으로도 경제적인 문제가 매우 중요하게 작용하고 있음이 밝혀졌다(박영신, 김의철, 2006). 즉 한국 사회의 삶의 질을

낮추는 요소로서 경제 불안(26.8%)이 가장 높은 비율을 차지하였다. 가정생활에서 삶의 질을 낮추는 요소로는 경제문제(37.5%)가 가장 많이 지적되었으며, 직장생활에서 삶의 질을 낮추는 요소로도 수입이나 급여에 대한 불만 및 경기 침체 등 경제적 요인(21.2%)이 가장 중요한 요인인 것으로 나타났다. 종합적으로 자신의 삶의 질을 낮추는 요소로도 경제적 요인(30.5%)이 가장 중요하였다. 따라서 경제적인 안정이 이루어지지 않으면 삶의 질이 치명적으로 저하되는 것으로 한국 사람들이 인식하고 있음을 알 수 있다. 이러한 일련의 연구 결과들을 통해, 현대의 삶에서 경제적인 요인이 삶의 질을 높이기 위한 자원으로서 기본적으로 중요함을 알 수 있다.

그러나 이러한 결론에 머물고만 있을 수 없는 질문들이 연이어 제기된다. '삶의 질 향상을 위한 기본적 자원으로서 경제력 이라는 주제를 다루기 시작하면서, 우리는 '돈이 있으면 인간이 행복할까?'라는 질문을 던졌다. 이제

이 주제를 마감하면서 우리는 다음 질문을 다시 던져 보게 된다. ‘돈만 있으면 인간이 행복 할까?’ ‘돈만 있으면 저절로 삶의 질이 증진될까?’

이에 대한 답변을 얻기 위해, 큰 돈을 가진 사람들이 행복하였는가를 살펴보는 것은 도움이 된다. ‘로또 당첨자들의 대부분이 그 많은 돈에도 불구하고 결과적으로 왜 행복한 삶을 영위하지 못하는가?’라는 질문(SBS 그것이 알고 싶다, 2006년 1월 14일)의 야기는, 일단 돈만으로는 인간의 행복이 그리고 높은 삶의 질이 보장되기 어려움을 시사한다. 자본주의 사회에서 경제적 안정이 기본적으로 중요하지만, 그것만으로는 삶의 질을 완성하는데 부족하다. 돈과 행복과의 상관관계를 이해함에 있어, ‘필요충분조건이 아닌 필요조건으로서의 경제적 요인’(박영신, 김의철, 2006)이라는 맥락에서 그림 1의 결과를 조심스럽게 이해하는 것이 안전할 것으로 생각한다.

그렇다면 한국 사회에서 사람들의 삶의 질을 증진 또는 하강시키는 핵심적인 요인들로 무엇이 중요한가? 이러한 질문에 대한 답변은 아래 계속되는 논의의 과정과 더불어 찾아질 수 있을 것이다.

### 원만한 인간관계의 중요성

한국 사람들의 삶에서 인간관계가 얼마나 중요한가를 보여주는 결과들이 있다. 다양한 사회적인 행동과 주관적 안녕간의 상관관계를 분석한 한덕웅(2006, 표 6 참고)의 연구 결과가 이러한 사실을 잘 드러내고 있다. 주관적 안녕감과 총 15개 변인들과의 상관관계를 구하였을 때,  $r=.20$ 이 넘는 변인이 4개가 있었는데, 효도(자식으로서 부모를 잘 모시기 위해

대화, 순종, 심적 및 물적으로 지원하는 행동, 가족 관계(가족들과 친밀하고 화목한 유대관계를 유지하는데 기여하는 행동), 친척 관계(친척들과 연락하고, 돋고, 함께 어울리는 행동), 아랫사람 관계(자기보다 위계가 낮은 사람들을 잘 돌보아 주고 지원하며 어울려 지내는 행동)가 이에 해당하였다. 결국 주관적 안녕감과 밀접한 관계를 갖고 있는 변인들은 모두 인간관계와 관련되어 있는 행동들이며, 이러한 행동들을 통해 인간관계가 원만하게 유지될 때 긍정적인 주관적 안녕감을 갖게 되는 것을 알 수 있다.

주관적 안녕감과 밀접히 관련되는 사회적 행동 4가지가 모두 인간관계와 관련된 행동인데, 그 중에서 3가지가 모두 가족 친지관계와 관련된 행동이라는 사실에 주목하게 된다. 이것은 한국 사람들의 삶에서 혈연과의 관계가 얼마나 중요한 비중을 차지하고 있는가를 보여준다. 박영신과 김의철(2006)이 가정생활에서 삶의 질을 높이는 요소를 질문하였을 때, 학생(54.2%)과 성인(34.6%) 모두 ‘화목한 가족 관계’를 가장 많이 지적하였다. 경제적인 여유라든가 여가생활 등은 모두 화목한 가족관계 보다 낮은 반응율을 보였다. 이와 같이 가정생활의 삶의 질을 향상하기 위한 조건으로서 가족간의 화목한 관계가 가장 중요하다는 사실은, 한국 사람들이 각각의 삶의 장에서 만나는 사람들과의 관계가 삶의 질을 결정하는 핵심 요소로 인식하고 있음을 보여준다.

위의 그림 1에서 한국 사회의 삶의 질을 높이는 요소에 대한 분석에서도, 인간관계가 의미있는 요인으로 포함되었음을 기억할 필요가 있다. 또한 종합적으로 자신의 삶의 질을 높이거나 또는 낮추는 요인으로도 인간관계가 포함(박영신, 김의철, 2006됨으로써, 한국인의

삶에서 인간관계가 차지하는 비중을 확인할 수 있다.

인간관계 중에서도 특별히 청소년을 중심으로 가족 관계의 중요성을 확인한 연구 결과가 있다. 청소년의 삶의 질을 청소년 위험행동에 대한 보호요인 중심으로 분석한 한상철(2006, 표 13, 표 17, 표 21 참고)의 연구가 이에 해당한다. 한상철의 연구에서 보호요인으로 5개 변인(긍정적 가족기능, 부와의 의사소통, 모와의 의사소통, 사회적 지원, 자기효능감)을 설정하였는데, 일반 청소년들의 경우에 이러한 보호요인들이 가출 흡연 성관계와 같은 위험 행동들을 설명하는 의미있는 변인들로 확인되었다. 보호요인들 중에서 긍정적인 가족기능이나 부모와의 의사소통은 가족관계를 나타내는 변인들이라 할 수 있고, 이러한 변인들이 청소년을 위험행동에서 보호함으로써 결과적으로는 청소년의 삶의 질을 결정하는데 중요하게 작용하고 있음을 알 수 있다.

학생들의 학교생활에서 삶의 질을 높이는 요소를 질문하였을 때, 학생들도 인간관계를 가장 중요시 여기고 있음(박영신, 김의철 2006)을 알 수 있다. 초 중 고 대학생 모두 친구 및 선후배와의 인간관계를 가장 중요한 요소로 지적하였다(초-62.4%, 중-63.4%, 고-63.7%, 인문고-63.7%, 실업고-50.4%, 대-32.9%). 특히 초 중 고등학생 경우는 50% 이상이 동일한 자유반응을 함으로써, 2명 중에서 1명 이상이 학교생활에서의 만족도나 질을 결정하는데 친구로 대표되는 인간관계의 영향을 크게 지각하고 있다는 설명이 가능하다. 비록 대학생 시기에는 상대적으로 인간관계에 대한 반응율이 낮아졌으나, 그럼에도 불구하고 다른 어떤 요인보다 학교생활에서의 삶의 질을 결정하는데 가장 높은 비율을 나타내는 점은 일치하고

있다.

청소년만이 아니라 성인들의 삶의 질의 문제도 다양한 인간관계의 역동 속에서 이해하는 것이 필요하다. 장성숙(2006)은 한국 문화에서 부부 간의 갈등을 상담하는 과정에서, 상담자는 부부 문제를 두 사람의 친밀성 자체에 두고 접근하기보다는 다양한 가족관계에서의 역할 수행과 관련된 문제들에 초점을 두면 더욱 상담효과가 있다고 하였다. 결혼을 통해 핵가족으로 분리되기보다 더욱 다양한 역할 수행을 해야 하는 것에 대한 내담자의 인식과 납득과 수용 및 실천을 상담자가 돋는 것이 상담에 도움이 된다고 보았다. 부부 상담에서 충분한 상담효과와 성공적인 관계 회복을 위해 사람들 사이의 관계와 역할이 고려되어야 한다는 사실은, 한국 성인의 삶의 질을 높여 나가는데 인간관계가 근본적으로 중요한 변인이 되고 있음을 시사한다.

박영신과 김의철(2006)이 한국 성인들을 대상으로 직장생활에서 삶의 질을 높이는 중요한 요소를 한 가지만 기록하도록 하였을 때 분석한 결과가 그림 2에 제시되어 있다. 남자와 여자 응답자 모두 직장생활에서 삶의 질을 높이는 가장 중요한 요소로 원만한 인간관계(23.9%)를 지적하였다. 즉 동료와의 관계나 직장 사람들과 서로 돋는 관계가 직장생활에서의 삶의 질을 결정하는 가장 핵심적인 요인이라는 점을 가장 많은 응답자들이 공통적으로 인식하였다. 그 다음으로 월급과 같은 경제적인 요인, 일에서의 성취감과 보람, 그리고 사회적 인정 및 노력 등의 자기계발, 근무조건, 시간적 여유와 같은 측면들도 지적되었다. 직장생활에서 보수나 수입과 같은 경제적인 요인보다도 원만한 인간관계를 지적한 응답자가 더 많다는 것은, 한국 성인들의 성공적인 직

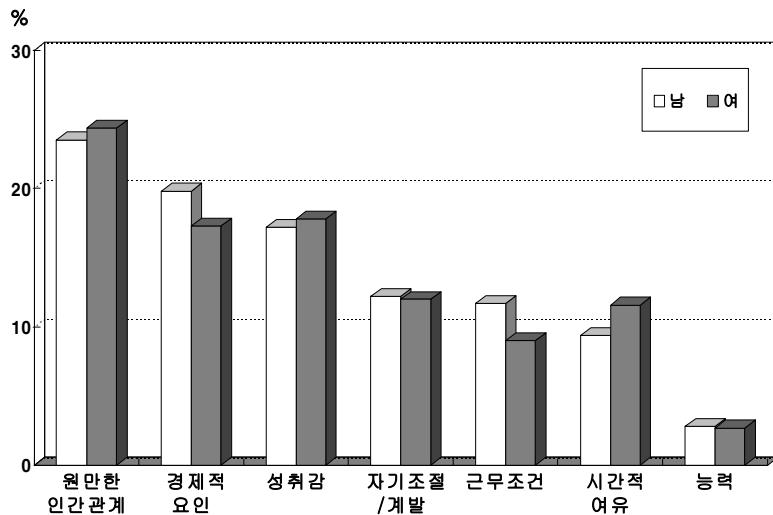


그림 2. 직장생활에서 삶의 질을 높이는 요소: 원만한 인간관계의 중요성

출처: 박영신, 김의철 (2006, p.175)

장생활을 위해 원만한 인간관계의 형성이 얼마나 중요한 비중을 차지하고 있는지를 보여준다.

청소년, 성인과 더불어 노인 집단에서도 삶의 질이 인간관계와 밀접히 관련되어 있음을 시사하는 결과들이 있다. 이주일, 정지원과 이정미(2006)의 연구에 의하면, 사회적 지지망이 행복감을 유의미하게 예측하는 것으로 밝혀졌다. 미국에 거주하는 한인 노인이 한국 내에 거주하는 노인보다 행복감을 더 많이 느끼는 것으로 나타났는데, 미국 거주 한인 노인들이 국내 노인들보다 더욱 견고한 사회적 지지망이 갖추어져 있었다. 이주일 등의 연구에서 사회적 지지는 의지할 친구, 상의할 가족, 희로애락을 나눌 친구, 이해해 주는 사람, 의사 결정을 돋는 사람, 상의할 친구와 같은 8개 유형의 인간관계를 포함하였다. 미국 거주 한인 노인과 국내 거주 노인들의 표집 특성의 차이와, 한국 내의 노인도 표집을 어떻게 하느냐에 따라 배경변인에서의 변산이 크기 때

문에, 두 지역간 노인들의 행복감 차이에 대한 결과를 확대해서 해석하는 것은 신중함이 필요하다. 그러나 여기에서 중요한 사실은 표집된 국내 거주 노인들이 미국 거주 한인보다 사회적 지지망이 약하였고, 상대적으로 행복감이 낮았다는 점이다. 사회적 지지망이 잘 구축되어 있다는 사실은, 주위의 의미있는 사람들과 원만한 관계의 폭이 넓고, 그러한 관계로부터 필요한 지원을 적극적으로 받을 수 있음을 의미한다. 결국 인간관계가 삶의 질에 영향을 미치고 있음을 시사하고 있다. Ng, Woo, Kwan과 Chong(2006, 그림 1 참고)도 성공적인 노화에 영향을 미치는 기본적인 세 가지의 자원으로서 사회적인 연결망을 포함한 바 있다.

이상의 결과들을 통해, 원만한 인간관계가 한국인의 삶의 질을 구성하는 중요한 요인임을 확인할 수 있었다. 한국 사람들의 삶에서 왜 인간관계가 중요한가? 원만한 인간관계에 집착하는 근저에는 어떠한 심리적인 역동이

움직이고 있는 것일까? 한국 사람들이 보다 나은 삶의 질을 위해 원만한 인간관계를 유지하거나 발전시킬 때 근본적으로 무엇을 기대하고 있으며, 그로인해 부수되는 결과는 무엇인가? 이에 대한 여러 가지 답변이 가능하겠지만, 아래에서는 정서적 지원이라는 측면과 관련하여 논의해 보기로 한다.

### 삶의 질에 영향을 주는 핵심요인으로서 정서적 지원

박영신과 김의철(2006)의 연구 결과에 의하면, 종합적으로 자신의 삶의 질을 높이는 요소에 대한 질문을 하였을 때 경제적인 안정을 먼저 떠올리는 사람들이 가장 많은 데, 구체적인 삶의 장을 제시했을 때는 경제적 요인보다 인간관계 요인을 현저하게 중요하게 여기는 차이를 발견할 수 있다. 즉 가정생활에서, 학교생활에서, 직장생활(그림 2 참고)에서 모두 인간관계가 가장 중요한 비중을 차지하였다. 한국 사람의 삶의 질을 높이는 데 작용하는 변인으로서 경제력과 인간관계는 상호 어떠한 작용을 하고 있는 것일까?

이에 대한 답을 찾기 위해 위에서 제기했던 질문을 다시 생각해 보기로 하자: '돈만 있으면 인간이 행복할까?' '돈만 있으면 저절로 삶의 질이 증진될까?'로또 당첨자들이 많은 돈을 획득하고도 결과적으로 행복을 누리지 못하는 이유를 밝히고자 시도한 연구(SBS 그것이 알고 싶다, 2006년 1월 14일)의 결과는 하나님의 가능한 시사를 제공하고 있다.

즉 소득수준별로 행복의 정도를 비교하였을 때, 소득이 높은 집단이 낮은 집단보다 행복의 수준이 더 높았다. 이와 같이 경제적인 요인이 행복과 정적인 상관관계에 있는 것은 사

실이나, 그 상관의 정도가 다른 변인들보다 높지는 않았다. 더 나아가서 성인의 행복에 영향을 주는 것으로 가정되는 여러 독립변인들을 동시에 투입하여 중다회귀분석을 하였을 때, 경제력보다는 인간관계로부터 받는 정서적 지원이 중요한 요인으로 밝혀졌다. 그럼 3의 기본 모형에 제시한 바와 같이, 성인의 행복을 예측하기 위해 연령, 성별, 학력, 직업에서의 성취, 월평균 수입, 사회계층, 정서적 지원, 자기효능감을 모두 독립변인으로 투입하였다. 그런데 그림 3에서 경로 분석한 결과를 보면, 직업에서의 성취를 제외한 모든 배경변인들이 삭제되었으며, 직업 성취와 더불어 심리적 변인으로서 정서적 지원 및 자기효능감만이 행복을 설명하는 의미있는 변인으로 포함되었다. 즉 경제력을 의미하는 월평균 수입에서 행복으로 연결되는 경로가 삭제되고, 정서적 지원이나 자기효능감이 행복으로 연결되는 경로는 의미있게 포함되었다.

따라서 경제력이 행복과 정적 관계에 있는 것이 사실이나, 경제력보다는 정서적 지원이나 자기효능감이 행복을 설명하는 강력한 예언변인이었다. 그럼 3을 통해, 성인의 행복감은 돈 그 자체보다는 특정 직업을 갖고 돈을 버는 과정에서 직업과 관련된 성취감을 갖는 것에 의해 더욱 영향을 받음을 알 수 있다. 그리고 경제적인 안정보다는 주위에서 정서적인 지원을 받고 심리적으로는 높은 자기효능감을 갖는 것이 한국 성인의 행복감을 증진시키는데 긍정적으로 작용하고 있음을 알 수 있다.

정서적 지원이 성인만이 아니라 청소년의 삶에서 중요한 변인으로 작용함을 보여주는 결과가 있다. 한상철(2006)은 사회적 지원이 청소년들의 위험행동 개입을 방지하는데 긍정

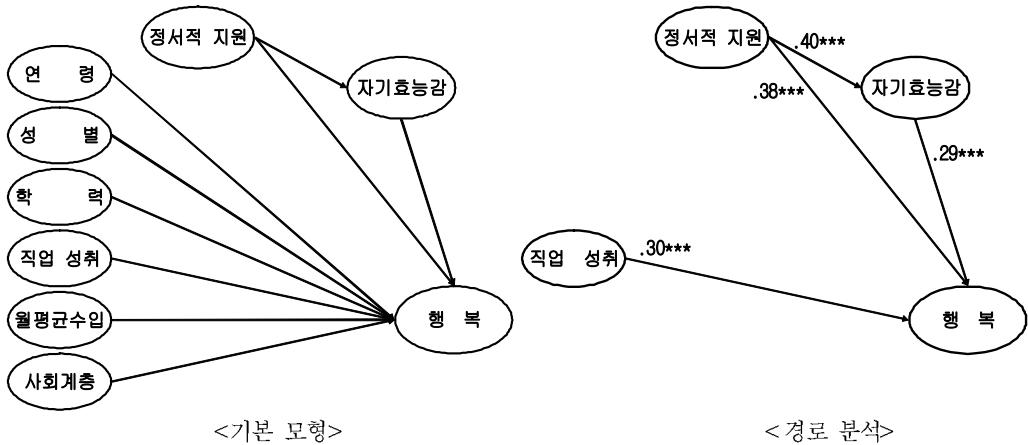


그림 3. 성인의 행복에 영향을 주는 요인: 정서적 지원과 자기효능감의 역할

출처: SBS 그것이 알고 싶다 (2006년 1월 14일)

적인 역할을 하는 보호요인임일 밝혔다. 그런데 여기에서 사회적 지원은 실제로 정서적 지원을 측정하고 있다. 따라서 청소년들이 주위 사람들로부터 정서적 지원을 충분히 받으면 여러 가지 위험행동에 개입될 가능성이 낮음으로써, 결과적으로 청소년의 삶의 질이 향상될 가능성이 높다는 설명이 가능하다.

한국인의 부모자녀관계에서 부모의 사회적 지원이 자녀의 성취를 위한 핵심적인 환경변인으로 작용할 뿐만 아니라, 사회적 지원 중에서도 특별히 정서적 지원이 극단적 스트레스로 인한 절망적인 상황에서 생명 구조선과 같은 역할을 한다(Park, 2002). 부모의 절대적인 희생과 헌신을 기반으로 하는 이러한 정서적인 지원은, 자녀로 하여금 죄송함(Park & Kim, 2004)과 성취동기(박영신, 김의철 2004) 그리고 관계에 대한 신뢰(Park, Kim, & Lee, 2004)를 촉진함으로써, 성취와 나아가서 질 높은 삶의 예언변인으로 작용하고 있다.

노인들이 받는 사회적 지원 중에서도 특별히 가족들로부터 받는 사회적 지원이 기본적

으로 중요함은 말할 나위 없다. 서경현(2006)은 인생의 어떤 시기보다 노년기에 사회적 지원이 삶의 질을 위해 결정적으로 중요하다고 보고, 특별히 자녀로부터의 사회적 지원이 중요함을 지적하였다. 한창수(2005)가 한국의 노인들을 대상으로 가장 행복하다고 느끼는 때가 언제인가를 질문하였을 때, 손주를 포함하여 가족들과 만날 때라고 응답한 노인들이 압도적으로 많았다. 노인들은 가족들과 만났을 때 가장 믿을 수 있고 편안한 관계에서 사회적 지원을 받고 정서적 유대관계를 확인할 수 있기 때문인 것으로 보인다.

행복하지 않은 노인들의 우울증 빈도가 유의하게 높음으로써(한창수, 2005), 노인들이 가족들을 통해 받는 정서적인 지원은 노인의 정신건강을 위해서도 매우 중요한 것으로 보인다. 정서적인 지원은 정신건강과 관련되어 있는 것으로 보인다. 원만한 인간관계에서의 정서적 지원이 삶의 질을 높이거나 인간관계에 문제가 있었을 때는 심각한 스트레스원으로 작용하였다(박영신, 김의철, 김묘성, 2002). 학생

들에게 가장 스트레스를 받는 생활사건을 기록하도록 하였을 때, 학업문제 다음으로 친구관계와 같은 인간관계와 관련된 스트레스의 반응 빈도가 두 번째로 높았다. 그리고 세 번째로 스트레스를 주는 경험의 범주로 가정생활이 지적되었는데, 하위 내용들은 모두 가족관계, 부모와의 관계로 구성됨으로써, 가정 내의 인간관계 문제라고 할 수 있다. 성인들의 경우는 가정생활 스트레스가 가장 높은 것으로 나타났다는데, 이것도 가족관계, 부부관계, 자녀교육, 친척관계와 같이 모두 가정 내에서의 가족들과의 관계와 밀접히 관련되어 있었다. 한국 사람들은 가족과 같이 가까운 인간관계로부터 많은 정서적 지원을 받는 것도 사실이지만, 이상의 결과들을 종합하여 볼 때 그러한 인간관계로 인해 경험하는 스트레스도 매우 높음을 알 수 있다. 결국 인간관계를 잘 유지해 나감으로써 스트레스를 줄이고, 인간관계에서의 정서적 지원이 삶의 질에 영향을 미친다고 할 수 있다.

그림 3에서 정서적 지원이 성인의 행복에 직접적인 영향을 미치기도 하지만 자기효능감을 통해 간접적인 영향도 유의한 것으로 나타났다. 즉 심리특성으로서 자기효능감이 매개변인의 역할을 하는 것으로 확인되었다. 자기효능감이 사회적 지원과 생활만족도 사이에서 매개변인으로서 하는 의미있는 역할에 대해서는 선행연구들(박영신, 김의철, 민병기, 2002)에서 밝혀져 왔다. 아래에서는 이러한 자기효능감과 더불어 심리적 특성으로서 통제감이 삶의 질에 어떻게 작용하고 있는가와 관련된 내용들에 대해 보다 구체적으로 살펴보기로 한다.

### 심리적 특성으로서 통제감의 중요성 : 자기효능감과 자기조절

삶의 질이 정서적 지원과 같이 외부로부터 영향을 받기도 하지만, 자기효능감이나 자기조절과 같이 개인 내적인 심리적 통제감에 의해서도 큰 영향을 받는 것으로 보인다. 자기에 대한 조절 능력이 중요하다는 사실은 한국 사회의 삶의 질을 높이는데 중요한 요소로서 국민적 노력이 두 번째로 높은 반응률을 보인 결과(그림 1 참고)를 통해서도 시사된다. 즉 한국 사람들은 노력 등으로 구성된 자기조절과 같은 핵심적 가치가 사회 전체의 삶의 질을 증진시키는데 긍정적인 요소로 작용한다고 인식하고 있었다. 또한 성인들 경우에 직장에서 자신의 삶의 질을 높이기 위해서도 조기조절과 개발이 중요하다고 보았다(그림 2 참고). 결국 자기 발전을 위한 끊임없는 노력의 의지와 실제적 노력의 투입과 같은 자기 관리가, 직장에서 삶의 질을 높인다는 의미이다. 이와 같은 결과들은 한국 사람들이 자신의 삶의 질이 노력으로 대표되는 자기에 대한 철저한 관리 즉 자기에 대한 조절 및 통제능력에 의해 많이 좌우되는 것으로 인식하고 있음을 보여준다.

청소년의 삶의 질 수준을 결정하는데 있어 이러한 심리적 특성과 관련된 변인이 중요하게 작용함을 보여주는 결과가 있다. 한상철(2006)은 청소년들의 위험행동 개입의 방지를 위해 정서적 지원뿐만 아니라 자기효능감이 보호요인으로 작용한다는 사실을 지적하였다. 즉 자기효능감이 높은 청소년들은 여러 가지 위험행동에 개입될 가능성이 낮음으로써, 삶의 질을 향상시킬 가능성이 높다고 할 수 있다.

청소년만이 아니라 노인의 삶의 질을 높이

기 위해서도 심리적인 통제감이 중요한 것으로 밝혀지고 있다. Ng, Woo, Kwan과 Chong (2006, 그림 1 참조)은 성공적 노화가 사회인지양식에 의해 영향을 받는 것으로 모형을 구성하였다. 이 모형에서 사회인지양식으로서 유머와 미래시간전망과 더불어 통제력과 같은 대처전략이 포함되었다. 자기를 잘 통제할 수 있는 대처전략을 갖고 있을 때, 질병의 확률도 줄이고 신체적 인지적 기능도 보다 정상적이며 삶에서의 다양한 활동에 참여가 원활하여 결과적으로 성공적 노화가 가능하다고 보았다. 여기에서 대처전략으로서 통제력은 성공적 노화를 돋는 변인으로 간주됨으로써, 결과적으로 통제감과 관련된 심리적 특성은 노인들의 삶의 질에 긍정적인 영향을 미친다고 할 수 있다.

이순철(2006)은 고령 운전자의 교통사고 원인을 신체적 능력저하보다 심리적 요인의 변화 측면에서 설명하고 있다. 고령 운전자의 운전행동을 관찰해 보면 좌회전 과정에서 발생하는 교통사고가 많았는데, 이는 고령 운전자가 젊은 운전자에 비해 운전확신수준이 낮은 것에 의해 설명되었다. 고령 운전자의 조심성을 이해하기 위해 좌회전을 선택할 때 소요되는 시간을 분석한 결과, 고령 운전자가 젊은 운전자에 비해 선택소요시간이 긴 것으로 나타났다. 이와 같이 운전확신수준이 낮고 선택소요시간이 길다는 것은 운전과 관련된 효능감이 떨어진다는 것과 관련되어 있다고 할 수 있다. 결국은 낮은 운전효능감이 운전 행동을 결정하고, 결과적으로 높은 사고율과 연관됨으로써, 노인의 삶의 질이 저하된다는 설명이 가능하다. 고령 운전자들이 삶의 질을 높이기 위해 운전행동을 선택하지만, 운전 효능감이 낮은 경우는 오히려 삶의 질을 저해하

는 결과를 초래한다.

청소년이나 성인과 같은 다른 세대집단에 비해 특별히 노인들의 행복을 예측하는 변인으로서 자기효능감의 중요성을 밝힌 연구결과가 있다. 그림 4(SBS 그것이 알고 싶다, 2006년 1월 14일)를 보면, 학생의 경우에 정서적 지원의 설명변량이 53.2%로 매우 높은 비중을 차지하고 있고, 그 다음으로 학업성취와 자기효능감이 정서적 지원보다는 설명력이 낮지만 의미있는 변인으로 포함되어 있다. 성인의 경우에도 비슷한 결과를 보이고 있는데, 정서적 지원이 가장 높은 비율을 보이고, 그 다음으로 자기효능감, 학력, 사회계층의 순서로 나타났다. 그러므로 학생들보다는 정서적 지원의 비중이 조금 낮아졌고 상대적으로 자기효능감의 비중이 좀 더 높았다. 노인집단에서는 학생이나 성인과 달리 자기효능감의 설명력이 가장 높고, 그 다음으로 사회계층, 정서적 지원, 월평균 수입의 순서로 나타났다.

이러한 결과로 미루어 보아 노인이 될수록 행복하기 위해서는 자기효능감이 매우 강하게 있어야 하며, 월평균 수입이 의미있는 변인으로 포함됨을 알 수 있다. 노인이 되면 성인들 보다 경제적인 요인이 행복의 수준을 결정하는데 더욱 중요한 요인이 되지만, 여전히 자기효능감이나 정서적 지원이 경제적 요인보다는 더 중요한 비중을 차지하였다. 이는 자기효능감이 행복의 결정에 의미있는 변인으로 작용하는데, 특별히 노인이 되면 더욱 비중이 커진다는 것을 보여준다. 따라서 자기의 삶을 스스로 통제할 수 있다는 심리적인 통제감이, 특별히 연령이 증가될수록 더욱 행복을 결정하는 요소로 중요한 위치를 차지함을 알 수 있다.

효능적 신념이 삶의 질을 결정하는데 얼마

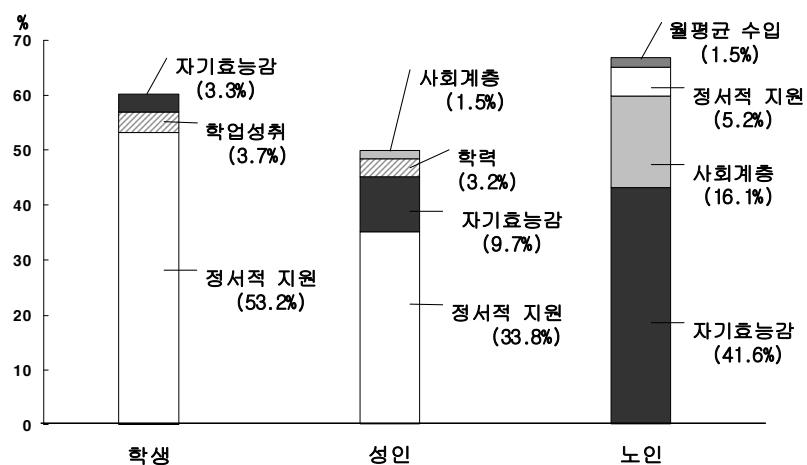


그림 4. 학생, 성인, 노인의 행복을 예측하는 변인들: 정서적 지원과 자기효능감의 설명 변량

출처: SBS 그것이 알고 싶다 (2006년 1월 14일)

나 결정적인 변인으로 작용할 수 있는가는 건강에 문제가 있는 환자들의 삶을 통해 확인되고 있다. 알레르기 비염과 천식 환자를 대상으로 분석한 결과, 신체적인 건강과 삶의 질이 생리적이고 신체적인 증상 외의 심리적인 기능과도 밀접히 관련되어 있다는 사실이 밝혀졌다. 김의철, 홍천수, 이정권과 박영신(2005)이 제안한 건강회복과 질병악화의 순환과정에 대한 잠정적 모형에 의하면, 질병에 대한 대처과정에서 환자의 심리적 기능과 관련된 특성으로서 자기효능감의 역할이 절대적으로 중요한 것으로 가정되었다. 여기에서 논의된 자기효능감의 하위변인들로는 자기조절 효능감, 주위사람도움 효능감, 환경통제 효능감, 어려움극복 효능감이 포함되었다. 이러한 자기효능감이 높으면 환자들의 신체증상 및 삶의 질에 대한 주관적 지각이 훨씬 긍정적인 수준으로 되었다. 결국 건강한 삶과 삶의 질 증진을 위해 생리적 심리적 관계적 환경적 요인들 간의 상호작용이 중요한데, 심리적 요인으로서 환자의 자기효능감은 핵심적인 역할을 한다. 임상

장면에서의 많은 경험과학적 연구들(Bandura, 1997)을 통해 신체적 건강과 관련된 삶의 질이 자기효능감의 영향을 얼마나 크게 받는가에 대해서는 폭넓게 검증되어 왔다.

이러한 결과는 신체적인 건강만이 아니라 심리적으로 지각된 주관적인 삶의 질이 개인의 통제감 중에서도 특별히 효능적 신념과 어떻게 결부되어 있는가를 보여준다. 질병을 치닌 환자만이 아니라 신체적 건강이 유지되고 있는 일반인들의 삶에 있어서도 자신의 삶을 통제하고 조절할 수 있다는 자기효능감이 매우 중요한 역할을 한다. 이러한 효능감을 통해 확인되는 자기통제감 또는 자기조절력이 행복을 창조하는 비법으로 작용(박영신, 김의철, 2006)한다고 해도 무리가 없을 것이다.

#### 학업성취를 통한 높은 삶의 질에 대한 기대

한국 사람들은 높은 삶의 질이 학업성취를 통해 획득될 수 있는 것으로 기대하는 것 같다. 학업성취를 수단으로 하여 삶의 질을 향

상시키는데 대한 높은 기대는, 자기의 미래이고 확대라고 할 수 있는 자녀에 대한 교육을 통해 표현되는 것으로 보인다. 이것이 한국 사회에서 높은 교육열을 설명하는 또 하나의 심리적 역동이 될 수도 있을 것이다.

유아 어머니들의 자녀양육 실제를 한 예로 살펴보기로 하자. 이기숙, 정미라와 김현정(2006)은 한국, 중국, 일본 유아들의 일상생활에 대한 비교를 위해 3~6세 어머니 2,940명을 대상으로 유아의 하루일과 활동들을 분석하였다. 이를 위해 하루일과 시간, 유아교육기관 등원/귀가 및 재원시간, 조기/특기활동, 전자매체 사용을 비교하였는데, 그 중에서 조기/특기 활동과 관련된 분석 결과에 주목하게 된다. 조사대상 유아들 중에서 한국은 72.6%, 일본은 61.7%, 중국은 64.6%가 정규교육 이외의 조기/특기활동을 함으로써, 3개국 중에서 한국 유아들이 일본이나 중국에 비해 조기/특기활동에 참여하는 비율이 더 많았다. 물론 표집 대상의 국가별 대표성은 검토가 되어야겠지만, 일단 한국의 경우에 서울과 경기 수도권, 일본은 동경, 중국은 북경에 있는 유아교육기관을 표집대상으로 했기 때문에, 각 국가의 수도를 중심으로 한 표집이라는 공통점이 있다. 제시된 통계치가  $\chi^2$ 와 같은 추리통계에 의해 검증되지는 않았지만, 한국 유아들이 학습지를 하는 비율이 일본이나 중국에 비해 높았다.

이러한 사실로부터 한국 유아의 부모들이 일본이나 중국 부모들에 비해 상대적으로 유아 자녀의 교육을 위해 의욕적이고 실제로 학습과 관련된 훈련을 많이 시키는 경향이 있음을 알 수 있다. 한국 부모들의 높은 교육열에 대해서는 이미 다방면의 연구에서 밝혀져 왔다. 이기숙, 정미라와 김현정(2006)의 연구는 초 중등 학생의 부모들만이 아니라 유아의 부

모들도 높은 교육열을 갖고 있으며, 특별히 외국의 부모들과 비교한 자료라는 점에서 의미가 있다.

한국 학부모들의 자녀에 대한 교육열은 한국인의 성공의식에서 나타나는 토착심리를 다룬 박영신, 김의철과 탁수연(2002)의 연구에서도 밝혀졌다. 한국의 성인집단을 대상으로 인생에서 가장 자랑스러운 성공경험이 무엇인가에 대한 질문을 하였을 때, 가정생활이라는 답변이 가장 많았는데, 그러한 가정생활을 구성하는 개념적인 요소들이 그림 5에 제시되어 있다. 성공적인 가정생활의 가장 핵심이 되고 있는 대표적인 요소는 자녀교육 및 자녀의 발전이었다. 그리고 이에 못지않게 화목한 가정이라는 반응률이 높았으며, 이외에 결혼생활, 자녀출산, 가족과의 관계, 및 배우자와의 만남이 성공적인 가정생활이라는 한국인의 사회적 표상을 구성하고 있었다. 이러한 결과를 통해 한국의 성인들은 자녀교육을 잘 시키고 결과적으로 자녀가 성공적으로 발전해 나가는 모습을 보면, 성공적인 가정을 이루었다고 생각하고, 더 나아가서 자신의 삶 중에 가장 자부심을 가질 수 있는 성공적인 일로 판단하는 경우가 많음을 알 수 있다. 이러한 사실은 한국의 성인들이 본인 개인과 직접 관련된 일에서의 성취보다도, 부모자녀관계의 맥락에서 자녀의 성취를 통해 얻는 대리적인 성취감을 성공경험으로 지각하고 있음을 보여준다. 즉 자신의 삶의 성취 여부 및 성취의 내용을 평가할 때에, 개인이 초점을 두기보다는 자녀와의 관계에 초점을 두고 관계지향적 사고 속에서 자기를 인식하는 경향이 나타나고 있다.

왜 한국 부모들은 이렇게 자녀 교육에 전심 전력을 다하고, 나아가서 자신의 성취보다 더 옥 자랑스러운 성공경험으로 여기는 것일까?

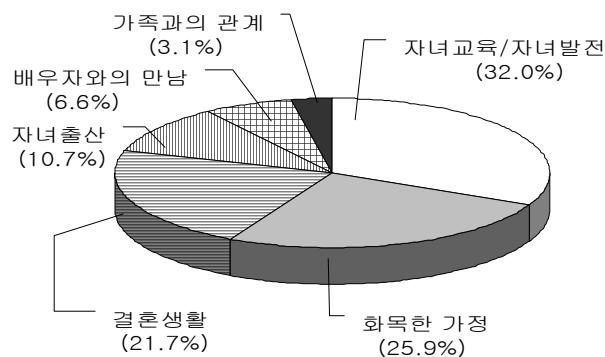


그림 5. 한국 성인의 가장 자랑스러운 성공경험으로서 가정생활의 의미: 자녀교육과 자녀의 발전

출처: 박영신, 김의철, 탁수연 (2002, p.110)

박영신과 김의철(2002, 2003)은 이러한 주제들에 대한 분석을 시도한 바 있다. 한국 사회에서 교육적 성취에 대한 높은 관심의 저변을 이해하기 위해서는 한국 문화와 토착적 심리에 대한 이해를 필요로 한다.

높은 교육열은 높은 성취라는 빛도 제공하지만 이에 따른 그림자도 존재하는 것으로 밝혀졌다. 예컨대 학업과 관련된 성취를 목표만 큼 이루지 못하였을 때 한국 사람들은 매우 고통스러운 실패경험으로 받아들이고(박영신, 김의철, 탁수연, 2005) 스트레스도 많이 받는 것(박영신, 김의철, 김묘성, 2002)으로 나타났다. 이러한 일련의 결과들은 한국 사람들의 삶의 질을 결정하는데 학업성취와 관련된 요인들이 얼마나 큰 영향력을 갖는가를 보여주는 것이라고 할 수 있다.

한국 사회의 삶의 질을 높이는 요소로 교육 수준이 포함(그림 1 참고)되었으며, 종합적으로 자신의 삶의 질을 높이는 요소로도 학업성취가 포함되었다. 즉 한국 사람들은 자신의 삶의 질을 높이기 위해 학업성취를 중요한 요소로 간주하고 있다. 그것은 학업을 통해 자신을 지적으로나 인격적으로 연마함으로써 학

업 자체가 삶의 질을 향상하는데 기여하는 측면, 즉 목적적 가치를 갖는 것으로 지각하기 때문인 것으로 보인다. 또 다른 한편으로는 높은 학업성취를 통해 계층의 이동 또는 사회적으로 필요한 지위와 경제력을 획득할 수 있다는 수단적 가치도 한국 사회에서는 크게 작용하고 있다고 할 수 있다. 교육적인 성취가 그 자체의 목적적 가치를 갖든 아니면 다른 재화나 지위 획득의 수단적 가치를 갖든 어떠한 이유에서든, 한국 사람들은 학업성취를 통해 본인의 삶의 질을 높이고 사회 전반의 삶의 질을 높일 수 있다는 신념을 갖고 있는 것은 사실이다. 이러한 교육의 효과에 대한 국민적 신념은 자녀교육에 전심전력하게 하고, 그 결과 각 분야에서 인재가 양성되었으며, 6.25 전쟁이 끝나고 50여년 밖에 지나지 않은 짧은 시기동안 세계가 주목하는 경제적인 성취와 발전을 가능하게 하는 저력이 되었다(Kim & Park, 2006c)고 할 수 있다.

#### 신체적 건강과 기타 요인들

사람들이 자신의 삶의 질을 높이는 요소로,

경제적 요인(22.9%) 자기조절(22.0%) 여가생활(14.5%) 화목한 가정(13.6%) 원만한 인간관계(8.1%) 건강(7.0%) 학업성취(6.6%) 기타(5.2%)를 지적하였다(박영신, 김의철, 2006). 여기에서 건강이 여섯 번째 반응률을 나타내는 것에 대해, 서경현(2006)은 '건강이 최우선 순위로 나타나지 않은 것이 건강이 삶의 질에 결정적인 요인이 아니라는 것을 의미하지는 않는다'고 하였다. 이러한 지적은 맞다.

위의 반응률이 연구자가 제시한 답지에 대해 응답한 결과가 아니라, 응답자들이 자유롭게 기술한 내용을 질적으로 분석한 것이라는 점에 유의할 필요가 있다. 그렇기 때문에 여기에 제시된 총 7개 요인들 중에서 반응률이 낮은 것을 반응률이 낮다는 차원에서 이해하기보다는, 삶의 질을 높이는 대표적인 요소에 포함되었다고 이해하는 것이 정확하다. 적어도 이 요인들은 한국 사람들이 삶의 질을 높이기 위해 가장 중요한 요소로 인식하고 있는 대표성을 지니고 있다.

또한 박영신과 김의철(2006)의 연구에 표집된 대상들이 초 중 고 대학생으로 구성된 학생과 그들의 부모 및 교사들이었다는 점을 기억할 필요가 있다. 즉 대체로 신체 건강에 큰 문제가 없이 정상적으로 일상생활을 하고 있는 집단이다. 그렇기 때문에 그들에게 신체적 건강의 문제가 최우선 순위로 절박하게 인지되지 않았을 가능성이 있다. 그것은 공기 속에서 일상생활을 편안하게 하고 있는 사람들이 공기의 소중함을 깨닫기 어려운 것과 마찬가지이다. 그렇지만 사람이 살기 위해 공기는 매우 소중한 것이다. 이와 같이 사람들이 최우선적으로 인식하지 못하고 있다고 해서 객관적으로 절박한 중요성이 없는 것은 아니다. 만약 병원에 입원해 있는 환자들에게, 특별히

시한부 인생을 살고 있는 삶의 절박한 순간에 처한 환자에게, 인간다운 삶의 질을 높이기 위해 무엇이 가장 중요한가를 질문하면 당연히 거의 대부분 건강이라고 응답했을 가능성에 높다.

그러므로 신체적인 건강은 경제적인 요인보다도 더욱 삶의 질을 높이는데 작용하는 기본적인 요소라고 할 수 있다. 박영신과 김의철(2006)의 연구에서 경제적인 요인의 비율이 가장 높은 것은 어느 정도의 신체적인 건강을 지닌 상태에서 생활하는 일반인들의 삶 속에서 경제적인 중요성이 가장 많이 인식되고 있다는 뜻이기도 하다. 또는 신체적인 건강을 잃었을 때도 경제력이 있으면 빠른 치료와 회복에 도움이 되기 때문에 경제적 요인을 우선으로 지각할 수도 있다.

이러한 논의는 신체적인 건강을 보다 높은 삶의 질을 위한 전제조건으로 가정한 것이다. 즉 삶의 질을 높이기 위해 건강이 전제로 요구된다는 뜻이다. 이러한 모형은 신체적 건강을 독립변인으로, 삶의 질을 종속변인으로 간주하는 사고이다. 그러나 Ng, Woo, Kwan과 Chong(2006, 그림 1 참고)의 성공적 노화모형의 경우는 성공적 노화라는 개념 자체가 신체적 건강을 기본적으로 함축하고 있다. 성공적 노화에 대한 조작적 정의를 신체적 건강, 신체적 인지적 기능, 삶에서의 활동에 참여라는 세 가지로 접근하고 있기 때문이다. 이러한 경우는 노인의 삶의 질이라는 개념이 곧 신체적 건강에 의해 측정되고 있으므로, 건강변인이 종속변인이 되고 있는 구조이다.

신체적 건강이 삶의 질을 연구하는 연구자들의 모형 속에서 예언변인으로 간주되는 종속변인으로 간주되는 간에, 여하튼 신체적 건강이 삶의 질을 구성하는 기본적으로 중요한

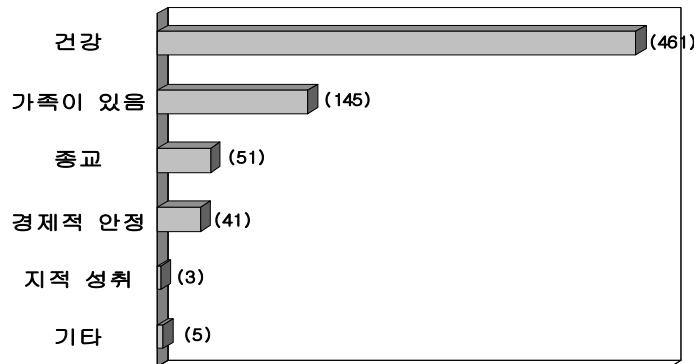


그림 6. 노인들이 행복하기 위해 가장 중요하다고 생각하는 요소: 건강

출처: 한창수 (2005, p.55)

변인이라는 점에서는 이견이 없을 것이다. 이러한 사실은 비록 환자는 아니라 할지라도 젊은 시절에 비해 건강이 점차 쇠약한 상태로 진행하고 있는 노인들을 대상으로 연구한 결과에서 확실하게 증명되고 있다. 한창수(2005)가 노인들을 대상으로 행복하기 위해 가장 중요하다고 생각하는 요인을 질문하였을 때, 그림 6에 제시된 바와 같이 건강이라는 응답이 가장 많았다. 건강 외에도 가족이 있음, 종교, 경제적 안정, 지적 성취와 같은 변인들이 지적되었지만 건강의 비중이 압도적으로 높았다.

한편 여가생활, 또는 그러한 여가생활을 즐길 수 있는 시간적 여유가 있어야 삶의 질이 높아질 수 있다고 사람들이 인식하는 경향에 대해, 마지막으로 간략히 언급하고자 한다. 여가생활에 대한 갈급함이 현대 한국 사회를 살아가는 사람들에게 공통적으로 인식되고 있다. 이러한 설명은 박영신과 김의철(2006)이 종합적으로 자신의 삶의 질을 높이는 요소를 자유롭게 응답하도록 했을 때, 경제적 요인, 자기 조절에 이어 여가생활이 세 번째로 높은 반응

률을 보였다는 사실에 기초한다. 여기에서 여가생활이란 취미생활이라든가 시간적 여유 및 문화생활의 의미를 포함하였다.

그런데 과연 여가생활을 위한 시간이 증가하였다고 해서 실제로 삶의 질이 기대한 만큼 증가할 것인가는 확인해 보아야 할 의문으로 남는다. 주 5일제 등으로 인해 근무시간이 줄어들었을 때 줄어든 근무시간을 여가를 위해 의미있게 활용하는 경우는 그러한 설명이 적용이 될 수 있다. 그러나 늘어난 시간을 효율적으로 여가에 활용하지 못하고 주위와 비교하여 상대적 박탈감을 느끼게 된다면 오히려 주관적 삶의 질은 낮아지는 것으로 지각될 수 있다.

## 남아있는 과제들

### 사회인식 무게 중심의 변화: 삶의 양과 삶의 질

더 잘 사는 것이 삶은 사람은 아무도 없을 것이다. 그렇기 때문에 사람들의 활동 및 행

동의 선택은, 보다 더 잘 살기 위한 노력이고 표현이고 결과라고 할 수 있다. 가출을 하여 일탈의 삶으로 빠져들고 있는 청소년들이라 할지라도, 자신이 잘못되기 위해 일탈행동을 선택하는 것이 아니라, 희망이 없는 가정에서 탈출함으로써 새로운 삶을 꿈꾸어 보는 것이라 할 수 있는데, 문제는 그 다른 탈출구가 긍정적인 해결책이 아니라는 데에 있다. 객관적으로 또는 남들이 보기기에 어떨지 몰라도, 사람들은 자기 나름대로는 더 잘 살기 위해 계속 몸부림을 치고 있다. 심지어 자살로 삶의 종지부를 짹는 사람들 경우도, 살기 싫어 서라기보다 더 잘 살고 싶은 강렬한 욕구에 대한 좌절감의 표현이라고 볼 수 있다.

보다 더 잘 살고 싶은 사람들의 욕구는 비단 오늘날의 관심만은 아니다. 그러나 과거에는 보다 더 잘 산다는 것의 준거를 '양의 증대'에 초점을 두었던 것으로 보인다. 더 오래 살고, 더 많은 재물을 축척하고, 더 많은 일을 성취하는 등이 모두 삶의 양에 대한 관심이라고 할 수 있다. 그런데 이제 사람들은 삶의 '질적 변화' 또는 '질의 차원'에 점차 더욱 관심을 갖기 시작한 것으로 보인다. 더 건강하게 살고, 더 의미있는 일에 돈과 시간을 쓰고, 더 좋아하는 일에 관심을 갖는 등은, 삶의 양 보다는 삶의 질로 사회 인식의 무게중심이 변화하고 있음을 보여준다.

예컨대 삶의 가장 기본이라고 할 수 있는 삶의 길이 즉 수명의 문제에 대해 생각해 보기로 하자. 평균 수명이 짧은 과거에는 오래 사는 것이 큰 축복이었고 장수하라는 것이 대단한 인사며 예를 갖추는 것이었다. 그러나 평균 수명이 크게 증가된 지금은 오래 사는 것이 본인이나 주위에 고통인 경우도 많아졌다. 과거에는 질병이 걸리면 거의 사망했을

경우도 이제는 의학의 발달로 많은 의학적 처치에 의해 생물학적으로 목숨을 연장하는 것이 가능해졌다. 의학과 약학의 발전은 고혈압·심장병·당뇨병과 같은 현대의 성인병들도 약을 잘 처치하고 조절하면 생명에 큰 지장이 없게 도움을 주었다. 산소호흡기 보급이 일반화된 관계로 아무런 의식이 없는 상태에도 산소호흡기에 매달려 생물학적 목숨을 연명하는 것이 가능해졌다. 의학과 과학기술의 발전으로 인해 오래 살고 싶은 사람들의 욕구가 어느 정도 충족되면서, 이제는 사람들이 얼마나 오래 사느냐보다는 얼마나 잘 사느냐에 대한 관심이 증가되고 있다. 식물인간의 상태로 심장박동만 생물학적으로 연장되고 있는 상태에 대해 우리는 사람답게 살아 있다고 말하지는 않는다. 사람들은 사람답게 살아있다는 기준을 더욱 높여 가고 있고, 사회 전반의 그러한 추세가 삶의 질에 대한 관심에의 확대로 드러나고 있다고 할 수 있다.

삶의 사전적 의미(두산 동아, 2000)는 (1) 살아 있는 일, 생(生) (2) 목숨, 생명으로 정리되어 있다. 즉 어떠한 존재가 살아서 움직이고 있는 상태이다고 할 수 있다. 그렇다면 인간의 삶은 어떠한 의미를 함축하는가. 인간도 생물이므로 다른 생명체들과 공유하는 삶의 의미와 법칙이 있지만, 인간만의 독특한 삶의 조건과 결과들, 또는 삶의 질에 대한 추구가 있다. 삶의 양에 초점을 둘 때는 보다 일반적인 생물학의 법칙들에 관련되는 점이 많으나, 삶의 질에 관심을 갖는다는 것은 보다 인간다움에 치중함을 의미한다. 인간으로서의 삶의 질, 그것은 물질적이고 생물적인 차원보다는 보다 심리적이고 정신적이고 영적인 존재로서의 인간에 대한 이해에 관심을 가짐을 의미한다. 삶의 양에 집착하던 과거에는 물질적으로

더 많은 것을 모으고 축적하는 것에 관심이 집중되었다면, 삶의 질로 관심의 집중되고 있는 지금은 모은 물질을 어떻게 누리고 의미있게 활용하는가에 더 관심을 갖는다.

생명체로서 인간은 생물학적인 기본 원리에 의해 움직여지지만, 호모사피엔스로서 인간은 그러한 생물학적인 기본 원리를 초월할 수도 있다. 아프리카 밀림에서 동물들은 적자생존의 법칙이라는 망을 피해 어떻게 해서든 살아보려고 빌버둥을 치지만, 선교사들은 자신이 추구하는 종교적인 이념과 이상을 위해 목숨을 스스로 바치기도 한다. 그들은 죽음으로써 영생을 택한다고 믿기 때문에, 제한된 삶의 양이 삶의 질을 결정한다고는 보지 않는다. 다른 동물은 삶의 양이 삶의 질과 매우 높은 정직인 상관의 세계에 살고 있다면, 인간은 삶의 양과 삶의 질을 구분하는 무상관의 세계를 스스로 창조해 내는 존재라 할 수 있다. 이제 삶의 질이 삶의 양에 종속되지 않는 부분이 점차 증대되고, 삶의 질 자체에 대한 추구에 보다 깊은 관심을 기울이는 사람들이 많아진 시대로 가고 있다.

#### 한국인의 삶의 질 관련 토착심리에 대한 지속적 탐구

이러한 시대적 상황 속에서 한국 사회도 예외는 아니며 삶의 질에 관심을 갖는 사회로 진입하였다. 주 5일 시대로 진입한 한국 사회에서 사람들의 라이프 스타일은 많은 변화를 가져오고 있다. 금요일 저녁에 서울시내의 교통이 복잡하고, 토요일은 휴일을 맞이하여 외각으로 빠져나간 차들로 인해 오히려 시내가 한가해 졌다. 이제 토요일에는 은행이나 우체국과 같은 공공기관들이 모두 문을 닫고, 초

중등학교도 격주로 토요 휴무제가 적용되고 있다. 이러한 주 5일제 시대에 여가와 놀이의 심리학이 논의되고 '노는 만큼 성공한다'(김정운, 2005)는 말이 나올 정도로, 이제 한국 사회는 근면 성실만을 모토로 하리띠를 졸라매고 일하던 풍토가 조금씩 변화하고 있다.

급격하게 변화해 나가는 한국 사회에서 삶의 질의 문제, 보다 행복한 삶의 문제는 더 많은 관심의 대상이 되고 있다. 한국 사람들은 어떤 상황에서 어떠한 것에 대해 행복을 느끼고 본인의 삶의 질이 향상되었다고 지각하는가? 미래 한국 사회와 한국 사람의 삶의 질을 높이기 위해 무엇이 요구되는가?

이 연구에서 경험과학적 자료들을 분석한 결과를 종합해 볼 때, 한국 사람들의 삶의 질 향상과 행복은 경제적 요인, 인간관계 요인과 밀접히 관련되어 있으며(박영신, 김의철, 2006), 인간관계로부터 정서적 지원이나 또는 개인의 자기효능감이 행복을 구성하는 핵심적 요인으로 작용하고 있다(SBS 그것이 알고 싶다, 2006년 1월 14일)는 결론이 가능하다. 물론 이외에도 개인적인 성취감이나 건강 및 사회경제적 지위 등도 의미있는 관련이 있었다.

한국 사람들의 삶의 질을 향상시키거나 주관적 안녕감을 증진시키는 효율적인 방안은, 무엇보다 주위사람들로부터 받는 정서적 지원의 양과 질을 증가시키고, 본인의 자기효능감을 증진시키는 방안이 무엇일까를 모색하는 문제로 귀결된다고 할 수 있다. 이미 많은 연구들에서 인간관계에서의 정서적 지원이 개인의 성취(Park & Kim, 2006)나 신뢰(김의철, 박영신, 2005) 및 건강(House, Landis, & Umberson, 1988)을 증진시키고, 다른 한편으로는 실패(박영신, 김의철, 탁수연, 2005)나 스트레스(박영신, 김의철, 김묘성, 2002)를 완화시키는 중요

한 변인으로 확인되어 왔다. 그리고 이러한 사회적 지원이 자기효능감을 통해 직접 간접으로 영향을 미친다는 사실도 재확인되었다. 물론 자기효능감의 매개변인으로서의 역할은 비단 한국 사람만을 대상으로 확인된 것은 아니다. Bandura(1997)도 자기효능감이 신체적 심리적 건강의 증진을 위해 얼마나 중요한 변인인가에 대해 지적해 왔다. 그리고 한국 사람을 대상으로 분석한 결과에서도 자기효능감은 학업성취(Kim & Park, 2006a), 생활만족도(박영신, 김의철, 민병기, 2002), 신뢰(Lee, Kim & Park, 2006)의 증진 및 스트레스(김의철, 박영신, 2001) 감소 등의 상황에 포괄적으로 작용하고 있는 것으로 확인되었다.

높은 행복감과 이에 따라 고양되는 삶의 질 인식은 다른 어떤 누구에 의해 주어지는 것이 아니라 스스로 창조해 나가는 것이다. 이는 외부 세계를 통제해 나갈 수 있다는 효능적 신념을 지닌 주체로서의 인간 존재에 대한 가정(Bandura, 1997)을 기본적으로 전제한다. 또한 인간을 문화의 맥락 속에서 이해하며 외부 환경과 상호작용하는 주체로서 이해하려는 많은 토착심리학적 연구 성과들이 토대하고 있는 시각(Kim, Yang & Hwang, 2006)에 기초한다. 만약 우리가 타인이든 상황이든 의존하려는 생각에 머물러서 파동적으로 주어지는 행복을 기대한다면 그것은 어리석은 일이다. 외부의 조건은 하나의 필요조건이 될 수 있을지 모르나 필요충분조건이 될 수는 없기 때문이다. 행복의 증진이나 삶의 질의 향상은 스스로의 노력에 의해 창조되는 것이며, 고정된 하나의 형태나 답변이 있는 것이 아니라 계속 유동적으로 변화해 나가는 매우 가변적이며 능동적 속성을 하나의 축으로 한다. 즉 객관적으로 존재하는 실체라기보다는 우리의 마음

이 창조하는 세계라고 할 수 있을 것이다. 우리는 각자의 마음으로 객관적인 세계를 재창조해 나간다.

집단 구성원들이 갖고 있는 공통된 마음들의 집합을 문화라고 지칭할 수 있다. 이러한 시각에서 볼 때 집단의 문화는 집단의 주관적인 안녕감이나 삶의 질을 결정하는 준거체계를 제공하고 있다. 주관적 안녕감을 문화의 맥락에서 이해하고자 하는 심리학자들의 노력(Diener & Suh, 2000; Suh, 2002)이 있어왔다. 한국 사람들의 삶의 질에 대한 이해를 위해서도 한국의 토착문화에 대한 이해(Kim, 2001b)가 전제되어야 할 것이다.

#### ‘한국심리학회지: 사회문제, 특집호’의 진화에 대한 기대

지금까지 우리는 한국 사회에서 삶의 질을 구성하는 요인들에 대한 탐구를 시도하였다. 여기에서 밝혀진 결과들을 종합해 보면, 한국 사회에서는 사람들이 삶의 질 향상을 위해 기본적으로 경제적 안정이 중요하다고 지각하고 있으나, 가정 학교 직장과 같은 구체적인 집단 내에서 한국 사람들의 삶의 질은 인간관계로부터 받는 정서적 지원에 의해 큰 영향을 받는 것으로 확인되었다. 또한 연령이 증가할 수록 자신의 삶을 통제하고 조절하는 자기효능감의 역할을 중요하게 인식하였다. 이외에도 학업성취, 건강, 여가생활 등이 삶의 질 증진에 기여하는 요소로 포함되었다. 한국 사회에서 삶의 질을 구성하는 요인들에 대한 탐구 과정에서, 한국인의 토착심리에 대한 이해의 중요성이 시사되었다.

이러한 측면들 외에도 한국 사회에서 사람들의 삶의 질을 이해하기 위해 폭넓은 조망이

필요하다. 이에 대한 통찰을 이번 특집호는 제공할 것으로 생각한다. '한국 사회에서 삶의 질'이라는 사회적으로 중요한 이슈를 심리학자들의 시각에서 정리한 이번 특집호가 갖는 시대적이고 사회적이며 학문적인 의의는 매우 크다. 물론 그동안 삶의 질, 행복, 주관적 안녕감 등의 주제들과 관련하여 한국의 심리학자들이 의미있는 연구들을 수행하여 왔다. 이번 특집호가 갖는 특별한 의의는 학회 차원에서 이러한 주제의 필요성과 의의를 인식하고, 전문가들을 모시고 2회에 걸친 심포지엄을 기초로 특집호 제작을 통해 학문공동체의 집단적 관심을 종합하고 정리한 것에 있다. 이번 특집호는 한국 사회의 삶의 질의 문제를 심리학적으로 규명하는 중요한 시발점을 마련하였다고 할 수 있으며, 앞으로 이러한 주제에 대한 지속적인 탐구를 통해, 한국인의 삶의 질과 관련된 주제에 대한 보다 폭넓고 심도있는 이해가 필요할 것으로 본다.

그동안 '한국심리학회지: 사회문제' 특집호가 다루어온 네 개의 주제들에 이어 다섯 번째 특집호에서는 '한국 사회의 삶의 질'이라는 주제를 다루었다. 이제 '한국심리학회지: 사회문제'는 한국 사회의 문제를 심리학적으로 연구하는 여섯 번째의 특집호를 향해 다시 용틀임을 시작해야 한다. 한국 사회의 문제를 심리학적으로 연구하고 그 결과를 정리하고 또 다시 새로운 주제로의 접근을 시작하는 끊임없는 과정을 통해, '한국심리학회지: 사회문제'가 거듭 태어나가야 한다.

'한국심리학회지: 사회문제'의 누적된 특집호들이 한국 사회가 현재 처해 있는 위치와 상황에 대한 정확한 이해를 도울 뿐만 아니라, 미래 한국 사회가 나아가야 할 방향에 대한 모색에도 기여할 수 있어야 할 것이다. 바로

그러한 방향 모색의 견고한 뿌리에 해당하는 이론적 토대를 제공할 수 있어야 한다는 의미이다. 한국 사회에 대한 많은 진단과 미래 방향 모색이 단단한 반석 위에 세워지기보다는, 조석으로 변하는 서해안 수면처럼 취향이 다른 정책입안자들의 정권 입성과 퇴진에 따라 모래성 같이 되는 경우가 비일비재하다. '한국심리학회지: 사회문제'의 누적된 특집호들이 종이 위에 인쇄된 활자로서 그치는 것이 아니라, 한국 사회의 흐름을 정확하게 읽고 선도하는 이론적 힘으로서 현실 속에서 의미있게 재탄생하기를 기대해 본다.

## 참고문헌

- 김의철, 박영신 (2001). IMP시대 한국 학생과 성인의 스트레스와 대처양식 및 생활만족도에 대한 연구: 사회적 지원과 자기효능감과의 관계를 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 6(1), 77~105.
- 김의철, 박영신 (2005). Trust, relationship, and civil society in Scandinavia and East Asia: Psychological, social, and cultural analysis. *한국심리학회지: 사회문제*, 11(특집호), 133~161.
- 김의철, 홍천수, 이정권, 박영신 (2005). 건강과 삶의 질에 영향을 주는 요인에 대한 분석: 자기효능감, 사회적 지원 및 질병관리를 중심으로. *한국심리학회지: 사회문제*, 11(2), 143~181.
- 김정운 (2005). 노는 만큼 성공한다. 서울: 21세기 북스.
- 김호정 (2006). 취재 일기: 청와대가 하면 투자, 국민이 하면 투기? 중앙일보 2006년

11월 14일.

- 두산 동아 (2000). 동아 새 국어사전, 제 4판.
- 박영신, 김의철 (2002). 한국 사회의 교육적 성  
취: 현상과 심리적 기반. *한국교육심리학회, 교육심리연구*, 16(4), 325 ~351.
- 박영신, 김의철 (2003). 제 4 장. 한국 교육학  
의 토착화에 대한 회고와 전망: '교육심  
리학'을 중심으로. *한국교육학회 50년사  
편찬위원회. 자생적 한국 교육학의 미래*.  
122 ~ 161. 서울: 원미사.
- 박영신, 김의철 (2004). 한국의 청소년 문화와  
부모자녀관계: 토착심리 탐구. *문화심리  
학총서 제 6권*. 서울: 교육과학사.
- 박영신, 김의철 (2006). 한국 사회와 개인 삶의  
질 인식에 대한 토착심리 탐구: 삶의 질  
을 높이는 요소와 낮추는 요소에 대한  
세대별 지각을 중심으로. *한국심리학회  
지: 사회문제*, 12(1), 161 ~195.
- 박영신, 김의철, 김묘성 (2002). IMF시대 이후  
초, 중, 고 대학생과 부모의 스트레스  
경험과 대처양식 및 사회적 지원: 토착  
심리학적 분석. *한국심리학회지: 사회문  
제*, 8(2), 105 ~135.
- 박영신, 김의철, 민병기 (2002). 부모의 사회적  
지원, 청소년의 자기효능감과 생활만족  
도: 변화에 대한 종단자료 분석과 생활  
만족도 형성에 대한 구조적 관계 분석.  
*한국교육심리학회, 교육심리연구*, 16(2),  
63 ~92.
- 박영신, 김의철, 탁수연 (2002). IMF시대 이후  
한국 학생과 성인의 성공에 대한 의식:  
토착심리학적 분석. *한국심리학회지: 사회  
문제*, 8(1), 103 ~139.
- 박영신, 김의철, 탁수연 (2005). 청소년과 부모  
의 실패와 미래성취 의식을 통해 본 한  
국인의 성취관련 토착심리. *한국심리학  
회지: 사회문제*, 11(2), 73 ~108.
- 서경현 (2006). 고령화 사회에서 한국인의 건  
강과 삶의 질. *한국심리학회지: 사회문제*,  
12(5), 특집호, 133 ~147.
- 서은국 (2005). 왜 한국인의 행복감은 낮은가?  
2005년도 *한국심리학회 연차학술발표대  
회 논문집*, 134 ~135.
- 이기숙, 정미라, 김현정 (2006). 한국, 중국, 일  
본 유아들의 일상생활에 대한 비교연구.  
*한국심리학회지: 사회문제*, 12(5), 특집호,  
81 ~98.
- 이민규 (2001). 생각을 바꾸면 세상이 달라진다.  
서울: 교육과학사.
- 이순철 (2006). 고령운전자 교통사고의 심리적  
요인. *한국심리학회지: 사회문제*, 12(5), 특  
집호, 149 ~167.
- 이주일, 정지원, 이정미 (2006). 미국거주 한인  
노인과 국내노인 간 행복감의 차이 및  
행복감에 영향을 주는 요인의 비교. *한  
국심리학회지: 사회문제*, 12(5), 특집호,  
169 ~203.
- 장성숙 (2006). 한국문화에서의 부부상담: 현실  
역동 상담접근. *한국심리학회지: 사회문  
제*, 12(5), 특집호, 117 ~131.
- 정진홍 (2006월 11월 4일). 성철 스님의 밥상.  
중앙일보 30면.
- 한덕웅 (2006). 한국 문화에서 주관안녕에 관  
련되는 사회심리 요인들. *한국심리학회  
지: 사회문제*, 12(5), 특집호, 45 ~79.
- 한상철 (2006). 청소년의 위험행동과 삶의 질:  
위험행동에 대한 보호요인의 역할. *한국  
심리학회지: 사회문제*, 12(5), 특집호, 99 ~  
116.
- 한창수 (2005). 한국 노인의 우울 증상과 행복.

- 2005년도 한국사회문제심리학회 연차학술 대회 논문집, 47~59.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman. 박영신, 김의철 역 (2001). 자기효능감과 삶의 질: 교육 건강 운동 조직에서의 성취. 문화심리학총서 3. 서울: 교육과학사.
- Diener, E., & Oishi, S. (2000). Money and happiness: Income and subjective well-being across nations. Diener, & Suh E. M. (Eds.). *Culture and subjective well-being*. 185~218. Cambridge: The MIT Press.
- Diener, E. & Suh E. M. (Eds.) (2000). *Culture and subjective well-being*. Cambridge: The MIT Press.
- House, J. S., Landis, K. R., & Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science*, 241, 540~545.
- Kim, U. (2001a). Culture, science, and indigenous psychologies: An integrated analysis. D. Matsumoto. (Ed.). *The handbook of culture and psychology*, 51~75.
- Kim, U. (2001b). Ethnography of Korean people and culture. In. H. S. Aasen, U. Kim, & G. Helgesen (Eds.), *Democracy, human rights, and peace in Korea: Psychological, political, and cultural perspectives*. 245~278. Kyoyookwahaksa.
- Kim, U., & Park, Y. S. (2006a). Indigenous psychological analysis of academic achievement in Korea: The influence of self-efficacy, parents and culture. *International Journal of Psychology*, 41(4), 287~292.
- Kim, U. & Park, Y. S. (2006b). The scientific foundation of indigenous and cultural psychology: Transactional model of science. In U. Kim, K. S. Yang, & K. K. Hwang (Eds.), *Indigenous and cultural psychology: Understanding people in context*. 24~48. New York: Springer.
- Kim, U., & Park, Y. S. (2006c). Investment in children and educational miracle in Korea: An example of a new paradigm of research in educational and developmental psychology. Plenary address at the 2006 international conference. p. 33. October 28-29, Inha University, Korea.
- Kim, U., Yang, K. S., & Hwang, K. K. (2006). *Indigenous and cultural psychology: Understanding people in context*. New York: Springer.
- Lee, S. M., Kim, U., & Park, Y. S. (2006). Factors influencing self-efficacy, social support, trust, and life-satisfaction: Longitudinal, indigenous, and psychological analysis. Paper presented at the 53<sup>th</sup> conference of Japanese Group Dynamics Association. p. 186. May 27-28. University of Musashino, Japan.
- MBC PD 수첩 (2006년 11월 7일). 돈 공화국 대한민국.
- Ng, S. H., Woo, J., Kwan, A., & Chong, A. (2006). Positive ageing: A conceptual framework. *한국심리학회지: 사회문제*, 12 (5), 특집호, 29~43.
- Park, Y. S. (2002). Parent-child relationship and subjective well-being: Redefining human agency and meaning systems. Invited address at the 25th International Congress of Applied Psychology. p. 101. July, 7-12. Singapore.
- Park, Y. S., & Kim, U. (2004). Paths to academic achievement, delinquency and life-satisfaction: Longitudinal analysis of influences of psychological, relational and cultural factors.

- Keynote address presented at the 17th International Congress of International Association for Cross-Cultural Psychology. p. 11~12. August 2-6. Shaanxi Normal University, Xi'an, China.
- Park, Y. S., & Kim, U. (2006). Family, parent-child relationship and academic achievement in Korea: Indigenous, cultural, and psychological analysis. In U. Kim, K. S. Yang, & K. K. Hwang (Eds.), *Indigenous and cultural psychology: Understanding people in context*. 421~444. New York: Springer.
- Park, Y. S., Kim, U., & Lee, S. M. (2004). The basis and evolution of trust in relational cultures: Psychological, indigenous, and cultural analysis. Invited paper presented at the 28th International Congress of Psychology. p. 62. August 8-13, Beijing International Convention Center, Beijing, China.
- SBS 그것이 알고 싶다 (2006년 1월 14일). 벼 락부자, 그 후: 부자라서 행복하십니까?. 박영신, 김의철 (출판 예정). 한국인의 행복을 설명하는 요인들.
- Suh, E. M. (2002). Culture, identity consistency, and subjective well being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 1378~1391.

## Analysis of factors influencing quality of life in Korean society

Uichol Kim

Inha University

College of Business administration

Youngshin Park

Inha University

Dept. of Education

This special issue examines factors influencing quality of life in Korean society. The special issue is based on the symposium, which was organized by the Korean Association of Psychological and Social Issues on August and December 2005. A review of the literature and also contributors to the special issue draw out six important factors that influence quality of life in Korean society: (1) financial stability, (2) harmonious interpersonal relationships, (3) emotional support, (4) psychological factors, such as self-regulation and self-efficacy, (5) academic achievement, and (6) health and leisure life. Koreans believe that financial resources are necessary in maintaining quality of life, and they must be supplemented with harmonious interpersonal relations in family, school and the workplace. As people become older, the importance of self-efficacy increases in order to maintain a sense of control in their lives. In addition, academic achievement, health, and leisure life contribute to quality of life. Finally, indigenous psychological analysis provides important insights into understanding factors influencing quality of life in Korean society.

*key words : Quality of life, Korean society, indigenous psychology, financial stability, harmonious interpersonal relations, emotional support, control, self-efficacy, self-regulation, academic achievement, health, leisure life.*