

사회비교와 행복의 관계에서 문화적 자기관의 역할*

한 민 류 승 아† 김 경 미
우송대학교 경남대학교 동명대학교

본 연구는 사회비교와 행복의 관계에 미치는 문화적 자기관의 영향을 살펴보기 위해 수행되었다. 사회비교와 행복은 부적관계에 있다고 알려져 있지만 사회비교의 결과는 비교 당사자의 자기인식과 비교동기에 따라 달라진다는 견해 역시 존재한다. 본 연구는 문화적 자기관이 사회비교와 행복에 미치는 영향을 알아보고자 전국 5대 권역(수도권, 강원, 충청, 전라, 경상)에서 표집한 권역 당 4개 연령대(30대, 40대, 50대, 60대) 각 100명씩, 총 2,000명을 대상으로 문화적 자기관(상호협조적 자기, 주체성-대상성 자기), 사회비교경향, 주관적 안녕감 및 심리적 안녕감을 조사하였다. 연구의 결과를 요약하면, 첫째, 상호협조적 자기는 사회비교와 정적상관을, 행복과는 부적상관을 보였고, 둘째, 상호협조적 자기가 높은 사람들은 사회비교를 많이 할수록 주관적 안녕감이 낮았지만, 낮은 사람들은 사회비교가 행복에 영향을 끼치지 않았다. 셋째, 대상성 자기가 높은 사람들은 사회비교를 많이 할수록 행복이 낮았지만, 주체성 자기가 높은 사람들은 사회비교가 행복에 영향을 미치지 않았다. 이를 바탕으로 사회비교의 결과에 영향을 미치는 자기관의 성격과 행복의 문화적 의미 등에 대해 논의하였다.

주요어 : 사회비교, 행복, 문화적 자기관, 주체성 자기, 대상성 자기

* 이 논문은 2010년도 정부재원(교육과학기술부 인문사회연구역량강화사업비)으로 한국연구재단의 지원을 받아 연구되었음(NRF-2010-330-B00305).

† 교신저자 : 류승아, 경남대학교, 경남 창원시 마산합포구 월영동
Tel : 055-249-6412, E-mail : ilcheu@gmail.com

사회비교는 행복과 부적인 관계에 있다고 알려져 있다. 이런 견해는 Lyuormirsky와 Ross(1997)의 연구에서 비롯된다. 연구자들은 두 그룹의 대학생들을 대상으로 단어 맞추기 문제를 이용한 실험을 실시했는데, 한 그룹의 대학생들은 자신보다 훨씬 빠른 속도로 문제를 푸는 사람과 함께, 다른 그룹은 자신보다 늦은 속도로 문제를 푸는 사람과 함께 문제를 풀게 되었다. 단어 맞추기가 모두 끝난 후 대학생들은 자신의 단어 맞추기 능력이 어느 정도가 되는지를 평가하도록 지시받았다. 그 결과, 행복한 학생은 함께 문제를 푴 사람이 자신보다 빠른 속도로 풀었는지 천천히 풀었는지와 상관없이 자신의 능력을 평가한 반면, 행복하지 않은 학생은 함께 문제를 푴 사람이 자신보다 빨리 카드를 제출했을 때 자신의 단어 맞추기 능력이 부족하다고 평가하였다. 행복하지 않은 사람이 타인과의 비교에 민감하며 부정적 영향을 미친다는 이 연구의 결과는 Lyubomirsky(2001)와 Lyubomirsky, Tucker 및 Kasri(2001)에 의해 반복되었으며, 국내외를 막론하고 많은 연구들에서 지지되고 있다. 요약하면, 사회비교 경향이 높을수록 우울, 스트레스 등의 부정적 정서가 높고 자존감, 주관적 안녕감 등을 낮다는 것이다(이종한, 박은아, 2010; 장은영, 한덕웅, 2002; 한덕웅, 2006; 황혜진, 2005; Carver & Sheier, 1986).

그러나 Lyubomirsky 등의 연구 결과로 ‘사회비교를 많이 하면 행복하지 않다’는 결론을 이끌어내기에는 근본적 문제가 있다. 이를 연구는 ‘행복하지 않은 이들이 사회비교를 많이 한다는’ 것을 보여주고 있을 뿐, ‘사회비교를 많이 하는 이들이 행복하지 않다’는 근거를 제시하지는 못하기 때문이다. 이는 어떠한 명제가 참이어도 그 역도 참은 아니라는 기본적

논리의 문제이다. 그러나 후속연구들 및 연구자들은 이 둘의 관계를 혼용하여 사회비교의 결과가 부정적이라는 결론을 이끌어내고 있다. 물론 사회비교 과정에 대한 연구들을 살펴보면 사회비교의 결과로 부정적 정서를 경험하게 되는 경우는 존재한다. 하지만 그렇지 않은 경우도 분명 있기 때문에, 사회비교를 하면 행복하지 않다는 주장은 재고될 필요가 있다. 본 연구는 사회비교의 과정에 개입되는 변인들을 고찰함으로써 사회비교의 결과로 경험되는 정서들의 종류를 세분화하고자 한다.

사회비교 결과를 규정하는 변인들

자기인식 및 사회비교 동기

사회비교 결과로 경험되는 정서는 비교를 하는 사람의 자기인식 및 사회비교의 동기에 따라 달라질 수 있다. 사회비교의 과정에는 자기인식이 전제된다. 사회비교는 자신보다 나은 이들과 비교하는 상향비교와 자신보다 못한 이들과 비교하는 하향비교, 그리고 자신과 비슷한 이들과 비교하는 유사비교로 나눌 수 있다. Taylor, Wayment와 Collins(1993)는 긍정적 환상에 대한 연구에서 자기고양동기는 하향비교를 통해, 자기향상동기는 상향비교를 통해, 자기평가동기는 유사비교를 통해 충족 된다고 주장하였다. 이때, 사회비교의 유형(상향/하향)에 따라 각기 다른 정서를 경험하게 되는데, 이러한 차이는 사회비교의 동기에서 비롯된다고 여겨진다.

사회비교의 결과에 대한 Medvec, Madey와 Gilovich(1995)의 잘 알려진 연구는 사회비교의 동기와 그에 따른 정서경험의 차이를 잘 보여준다. 1992년 올림픽 중계 자료를 조사하여 메달이 확정되는 게임 종료 순간의 표정을 분

석한 결과 동메달을 딴 선수들이 은메달을 받은 선수들보다 행복한 표정을 훨씬 많이 짓는 것으로 나타났다. 그 이유는 사회비교의 방향에서 찾을 수 있다. 은메달을 딴 선수들은 목표했던 금메달을 따지 못했기 때문에(상향비교) 아쉬움과 실망감 등의 부정적 정서를 경험하였고, 동메달을 받은 선수들은 자칫했으면 메달을 따지 못할 수도 있었기 때문에(하향비교) 오히려 만족감을 느낄 수 있었던 것이다. 즉, 사람들은 상향비교시에는 부정적 정서를, 하향비교시에는 긍정적 정서를 경험한다.

이러한 사회비교의 방향은 자기인식과 관련이 있다. 자기존중감이 높은 사람들은 사회비교를 잘 하지 않는 반면, 자기존중감이 낮은 사람들은 사회비교를 많이 하는 것으로 드러났다(Taylor, Wayment, & Carrillo, 1996). 즉, 자기 개념이 확고하고 자신의 가치를 긍정적으로 평가하는 사람은 그렇지 않은 이들에 비해 사회비교를 많이 하지 않고 하더라도 자기존중감을 높이려는 방향(하향비교)으로 하지만, 자기존중감이 약한 상태에서는 사회비교를 통해 취약한 자기인식을 보상하려는 시도(상향비교)를 하게 된다는 것이다. 상향비교를 하면 자존감이 낮아지지만 하향비교를 하면 자존감이 향상되고, 수직차원의 비교(예, 서열 평가 등)를 하면 자존감이 저하되지만 수평차원(예, 취향 등)에 대해서는 자존감이 저하되지 않는다(Wheeler, 2000)는 결과는 비교자의 자기인식이 사회비교의 결과에 미치는 영향을 보여준다.

다시 말해, 타인과의 비교는 개인이 자신을 어떠한 존재로 인식하느냐의 문제와 깊은 관련을 가진다. 이러한 자기인식은 문화에 의해 규정되는 부분이 크며, 사회비교에 대한 문화

비교 연구들은 문화에 따른 자기인식이 사회비교 과정과 결과에 미치는 영향을 보여주고 있다.

문화에 따른 자기인식과 사회비교 동기의 차이

자기인식의 차이를 불러일으키는 가장 중요한 요인은 문화이다. 이를테면, 서구 개인주의 문화의 사람들은 사람을 맥락의 영향력으로부터 자율적인 존재로 인식하고, 동양 집단주의 문화에서는 사람을 살아가는 구체적 맥락 속에서 정의하는 경향이 있다(Cousin, 1989). Markus와 Kitayama(1991)는 이러한 개인주의 문화와 집단주의 문화의 자기인식을 독립적 자기(independent self)와 상호협조적 자기(interdependent self)로 개념화하였다¹⁾. 독립적 자기란 사회적 맥락에서 분리되어 단일하고 안정적인 자기로 정의되며, 이 성향이 강한 개인은 자신의 능력, 사고, 감정 등의 내적 속성에 민감하고, 자기표현을 중시하고, 직접적인 의사소통 방식을 선호한다. 반면 상호협조적 자기는 사회적 맥락에 따라 유연하고 가변적인 성격을 가지며, 사회적 지위 및 역할관계 등의 외적 속성에 민감하고, 개인의 독특성보다는 집단 내에서의 조화를 추구하며, 간접적인 의사소통 방식을 선호한다(Markus & Kitayama, 1991).

문화적 자기관에서 주목할 부분은 개인이 사회적 맥락에서 자신을 인식하는 방식의 차이이다. 사회적 맥락에서 분리된 단일하고 안정적인 존재로 자신을 인식하는 개인주의 문화와 달리, 집단주의 문화에서 개인은 자신을 사회적 맥락 내에 존재하는 유연하고 가변

1) 문화에 따라 규정되는 자기인식은 자기관(self-construal)이라는 개념으로 연구되고 있다.

적 존재로 인식한다. 따라서 이와 같은 문화적 자기관의 차이는 사회비교의 맥락에서 동기의 차이를 야기할 가능성이 있다.

집단주의적 문화 성향은 사회비교 경향과 정적 상관을 보인다고 알려져 있다(Chung & Mallery, 1999). White와 Lehman(2005)의 연구에서도 아시아계 캐나다인들(집단주의 문화)은 유럽계 캐나다인들(개인주의 문화)보다 사회비교를 많이 하는 것으로 나타났는데, 이러한 결과는 아시아계 캐나다인들의 향상동기와 관련되어 있었다.

성취와 관련하여 자신을 보다 발전시키고자 하는 향상동기는 주로 집단주의 문화권에서 두드러진다. 어떤 과제의 성공과 실패 후, 그 과제 수행의 지속여부를 살펴본 연구에서 집단주의 문화인 일본인들은 과제를 성공했을 때보다는 실패했을 때 과제수행을 계속한 반면, 북미인들은 그 반대의 패턴, 즉 과제를 성공했을 때 그것을 계속하려는 경향을 보였다(Heine et al., 2001). 연구자들은 이러한 차이가 일본인과 북미인들의 문화적 자기관 때문에 나타났을 것으로 추정하고 있다.

북미인들은 자기가 독립적이고 독특하며 상대적으로 변하지 않는다고 보기 때문에(독립적 자기) 자기를 긍정적으로 인식하여 고양하려는 동기가 우세하고, 일본을 비롯한 동아시아인들의 자기는 다른 이들과의 관계 속에서 형성되기 때문에 변화가 가능하다고 보고(상호협조적 자기) 집단의 목표나 다른 이들의 기준에 맞출 수 있도록 자기를 성장시키려는 향상동기가 우세하다는 것이다. 따라서 문화적 자기관의 차이와 사회비교의 동기와 결과에 대한 기존 연구들에 따르면, 독립적 자기를 가진 서구인들은 사회비교의 결과로 긍정적 정서를 경험할 가능성이 크고, 상호협조적

자기를 가진 동양인들은 부정적 정서를 경험할 가능성이 크다.

‘사회비교를 많이 하면 행복하지 않다’는 명제는 이러한 관련 연구들의 결과에 의해 지지되는 것처럼 보인다. 특히 한국인을 비롯한 동양인들은 상호협조적 자기가 우세하다고 알려져 있기 때문에 위와 같은 논리에 의해 사회비교의 결과로 부정적 정서를 경험할 것이라고 가정되어 왔다. 그러나 집단주의 문화권에서 사회비교는 자기인식 및 대인관계의 기본적 전제에 해당한다. 집단주의 문화의 상호협조적 자기란 사회적 맥락 속에서 자기가 어떤 존재인지 규정한다는 뜻으로 그 용어 자체에 이미 사회비교의 의미가 내재되어 있다. 이러한 문화적 배경에서 사회비교가 반드시 부정적인 정서를 수반한다고 보기是很 어렵다. 따라서 동양인들은 사회비교를 하면 행복하지 않다고 결론내리는 것은 이르다. 사회비교의 결과가 비교의 동기에 의해 달라진다면, 그리고 사회비교의 동기가 비교를 하는 개인의 자기인식에 달려있다면, 사회비교의 결과는 그에 따라 달라질 수 있다. 본 연구에서는 특히 자기인식 중에서도 문화적 자기관의 역할에 주목하고자 한다.

사회비교에서 자기관의 역할: 한국인들의 경우

앞서 살펴본 바와 같이 집단주의 문화에서의 사회비교가 부정적인 정서를 유발하는 이유는 상호협조적 자기인식에서 기인한 향상동기 때문으로 추측된다²⁾. 그러나 향상동기로

2) 독립적 자기관을 가진 서양 개인주의 문화에서는 사회비교 자체가 부적응을 의미할 수 있다. 다수의 연구자들이 사회비교의 결과를 행복하지 않음으로 단정짓는 것은 이러한 문화적 배경에

인한 모든 사회비교가 부정적인 정서를 유발하는 것은 아니다. 사회비교의 자기조절 과정 이론(한덕웅, 1999, 한덕웅, 장은영, 2003; 2004)에 따르면, 사회적 맥락에서 사람들은 의도적으로 사회비교의 목표를 설정할 수 있으며, 이 목표에 의해서 사회비교의 결과는 달라지게 된다. 즉 개인은 자신이 추구하는 자기상에 근거를 두고 의도적으로 사회비교의 목표를 설정할 수 있다는 것이다.

또한, Taylor와 Lobel(1989)은 자존감에 위협을 받는 경우 사람들은 자기고양을 위해 자신보다 못한 이들과 비교하려 하지만, 자신을 향상시키려는 목적이 강하면 상향비교를 해도 긍정적 영향을 받으며 상향비교의 대상으로부터 교훈이나 정보를 얻으려 할 수도 있다(Helgeson & Taylor, 1993; Molleman, Pruyne, & van Knippenberg, 1986)고 주장하였다. 이러한 결과들은 같은 상향동기에서 행해진 사회비교도 경우에 따라 긍정적인 영향을 초래할 수 있다는 것을 뜻한다.

한국인들은 현재의 자신의 모습을 고정적이고 불변하는 것으로 받아들이지 않고 더 나은 사람이 되고자 하는 동기가 특히 강하다. 한국문화는 유교적 배경에서 자기 자신을 사회적 이상(예, 군자, 대인)의 수준으로 끌어올리고 수양하는 것을 사회적 가치로 수용하고 이를 구성원들에게 권장해 왔으며, 이러한 가치와 관련하여 한국인들은 개인의 마음을 사회의 질서나 목표에 합일화 시켜야 한다는 ‘사회지향적 자기관’을 발달시켰다. 따라서 한국인들은 성숙한 사람일수록 사인(私人; private person)이 아닌 공인(公人; public or social person)의 마음을 가져야 한다고 믿는다. 이 때문에 한국인에게는 ‘남과 다른 나’를 구축하는 것보

기인하는 듯하다.

다 ‘남보다 나은 나’를 구축하는 것이 중요하다고 믿는다(최상진, 김기범, 1999).

한국인들은 자신을 객관적인 사실보다 더 가치있는 존재로 평가하는 ‘자기가치감’이 높은 것으로 알려져 있다(한민, 한성열, 2007; 2009). 한국인들은 자기가치감에 손상을 입는 것에 크게 민감한데(억울함, 자존심 상함 등), 이러한 경험은 한국의 문화적 정서인 ‘한(恨, 최상진, 1991)’으로 형상화될 정도로 한국인의 심리에서 큰 비중을 차지한다. 문학이나 예술적 정조로서가 아닌 일상경험의 수준에서의 한은 극복의 대상으로 표상될 수 있으며, 한을 극복하려는 의지는 한국인의 성격을 규정하는 중요한 특성(가세, 1988)으로 항상동기의 대표적인 예로 꼽을 수 있다.

이러한 특징들은 한국인들의 강한 항상동기를 짐작 가능케 하며 사회비교에서의 항상동기가 항상 부정적 정서를 경험하게 하지는 않을 것이라는 점을 추측할 수 있게 한다. 여기에는 문화적으로 구축된 한국인들의 자기관이 깊이 관련되어 있을 것이다. 한국은 집단주의 문화로 분류되는 대표적인 나라이며 한국인들도 당연히 상호협조적 자기가 우세할 것이라 받아들여지고 있다. 그러나 최근, 독립적 자기-상호협조적 자기 이론의 한계를 지적하는 연구들이 축적되면서 집단주의 문화 내의 문화적 다양성, 특히 한국과 일본의 자기인식의 차이를 설명하기 위한 새로운 자기관 이론이 제안된 바 있다.

한국인의 자기관: 주체성-대상성 자기 이론

주체성-대상성 자기 이론은 집단주의 문화 내에서 문화적 다양성을 보이는 심리적 과정과 사회적 행동을 보다 정확하게 설명하고 예측할 수 있는 틀로서, 대인관계의 분리-연결

차원뿐만 아니라 대인관계에서의 영향력의 방향성 차원을 추가한 새로운 문화적 자기관 모델이다. 이 이론은 기본적으로 사회적 맥락에 대해 설정한 심리적 거리감을 기준으로 자기관은 크게 두 가지로 분류할 수 있다고 가정한다. 하나는 사회적 맥락으로부터 분리된 존재로서 자기를 인식하는 경우이며 또 하나는 사회적 맥락과 연결된 존재로서 인식하는 경우이다. 이는 Markus와 Kitayama(1991)의 독립적 자기(independent self)와 상호협조적 자기(interdependent self)에 해당된다.

그 다음에 작용하는 차원은 대인관계에서 작용하는 영향력의 방향성 차원이다. 이누미야(2004)는 사회적 맥락과 연결된 존재로서 자기를 인식하는 경우(즉, 상호협조적 자기)도 대인관계에서 작용하는 영향력의 방향성이라는 관점에서 다시 두 가지로 분류할 수 있다고 가정한다. 즉, 자신을 사회적 영향력을 발휘하는 중심적 존재로 보는 경우와 스스로를 사회적 영향력을 수용하는 주변적 존재로 보는 경우이며, 전자의 자기개념을 주체성 자기(subjective self), 후자의 자기개념을 대상성 자기(objective self)라 한다(이누미야, 김윤주, 2006). 주체성 자기와 대상성 자기의 성격은 다음과 같다.

주체성 자기를 갖고 있는 사람은 자신의 지향성을 중시하며, 내부기원의 준거를(소원, 이상, 비전 등)에 초점을 맞춘 자기인식을 한다. 이러한 점은 개인주의 문화의 독립적 자기와 유사하지만, 타인과의 관계에서 ‘가르치고 싶다’, ‘주관하고 싶다’, ‘선도하고 싶다’, ‘주도하고 싶다’, ‘지배하고 싶다’ 등 자신의 영향력을 행사하려는 동기가 강하며, 관계에 있어서 ‘형, 오빠, 언니, 누나, 부모, 선배, 리더’와 같은 역할을 선호한다. 자신의 가치와 능력 및

장래성을 타인보다 높게 평가하는 경향이 있고, 남들에게 자신을 드러내려는 자기현시적 행동양상을 보이며, 자기 자신보다는 외부에 대한 통제력을 가지려 노력한다.

한편 대상성 자기를 갖고 있는 사람은 자신보다 상대의 지향성을 존중하며, 외부기원의 준거를(규범, 의무, 기대 등)에 초점을 맞춘 자기인식을 한다. 관계성 욕구 중에서는 ‘배우고 싶다’, ‘모시고 싶다’, ‘따라가고 싶다’, ‘보좌하고 싶다’, ‘의존하고 싶다’와 같이 타인의 영향력을 수용하는 측면이 강하며, ‘동생, 자녀, 후배, 부하’와 같은 역할을 선호한다. 상대의 가치와 능력 및 장래성을 상대적으로 높게 평가하는 경향이 있고, 자신을 잘 드러내지 않는 자기억제적 행동특성을 보이며, 남들에게 영향력을 미치기보다는 자기내부를 향한 통제성을 주로 발휘하려 한다(이누미야, 2004; 이누미야, 김윤주, 2006).

이 이론은 한국과 일본 문화에 대한 심층적인 이해와 양국의 사회적 현상, 대표정서, 언어습관, 양육방식 등에 대한 풍부한 자료를 기반으로 상호협조적 자기도 이해되어 온 집단주의 문화권 내(특히 한국과 일본) 자기관의 다양성을 드러내기 위해 개발되었는데, 연구자의 가정과 그간 실시된 실증연구들의 결과에 따르면 한국인들은 주체성 자기가 우세하며 일본인들은 대상성 자기가 우세하다고 볼 수 있다(이누미야, 김윤주, 2006; 이누미야, 한민, 이주희, 이다인, 김소혜, 2007; 한민, 이누미야, 김소혜, 장웨이, 2009; 이누미야, 2009).

이러한 주체성-대상성 자기의 성격과 관련하여 주체성-대상성 자기와 사회비교, 행복과의 관계를 유추할 수 있다. 먼저, 주체성-대상성 자기는 상호협조적 자기처럼 사회적 맥락 내에서 인식되는 자기인식의 종류이므로 사회

비교와는 정적인 관계가 예상된다. 주체성 자기가 우세하다고 여겨지는 한국인들의 경우, 주체성 자기의 특징, 즉 이상적 자기인식과 자기현시적 행동특성, 그리고 다른 이들에게 사회적 영향력을 미치려는 동기 등이 사회비교에 개입될 것으로 추측된다. 주체성-대상성 자기와 긍정적 환상의 관계를 보면 주체성 자기와 대상성 자기가 사회비교에 미치는 영향을 짐작할 수 있다. 긍정적 환상(비현실적 낙관성)은 타인에게 생길 수 있는 나쁜 일들이 자신에게는 생기지 않는다는 믿음과 자신에게 생길 수 있는 좋은 일들이 타인들에게는 생기지 않는다는 믿음으로 측정되는데(Heine & Lehman, 1995), 긍정적 환상이라는 개념에 이미 사회비교가 내포되어 있다. 주체성 자기가 우세한 것으로 나타난 한국인들은 높은 수준의 긍정적 환상을 보인 반면, 대상성 자기가 우세한 일본인들은 긍정적 환상을 거의 나타내지 않았다(한민 등, 2009; 이누미야, 2009)는 결과를 고려하면, 주체성 자기는 사회비교의 맥락에서 자기를 고양시키는 동기를 촉발시키지만 대상성 자기는 그러한 역할을 하지 않는다고 추측된다. 또한 자신의 영향력을 확대하고자 하는 주체성 자기의 성격상 자신의 가치를 높이고 자신의 사회적 영향력을 확장시키려는 동기로 사회비교를 하기 때문에 상향비교 시에도 부정적 정서보다는 긍정적 정서를 경험할 가능성이 크다.

본 연구에서는 한국인들의 자기관을 이제까지의 심리학 이론들에 근거하여 주체성-대상성(주체성이 우세한) 자기일 것이라 가정하고, 사회비교와 행복에 영향을 미치는 문화적 자기관의 역할을 살펴볼 것이다. 또한, 비교문화 심리학의 주된 자기관 이론이면서 아직까지도 집단주의 문화 이해에 적용되고 있는 Markus

와 Kitayama의 문화적 자기관(특히, 상호협조적 자기)의 영향도 살펴보아, 문화적 자기관의 영향에 대한 포괄적 이해를 제공하고자 한다. 상호협조적 자기의 경우 사회비교와는 정적 관계가, 행복과는 부적인 관계가 보일 것으로 예상된다. 따라서 본 연구에서는 다음과 같은 가설을 제기한다.

가설 1. 한국인의 문화적 자기관(상호협조적 자기, 주체성-대상성 자기)은 사회비교, 행복과 상관을 보일 것이다.

1.1. 상호협조적 자기가 높을수록 사회비교를 많이 하고 행복 또한 낮을 것이다.

1.2. 주체성 자기의 성향이 높은 사람은 대상성 자기의 성향이 높은 사람보다 행복감이 높고, 사회비교를 덜 할 것이다.

가설 2. 상호협조적 자기의 성향 정도(높고 낮음)에 따라 사회비교가 행복에 주는 영향은 달라질 것이다.

가설 3. 주체성-대상성 자기의 성향(주체성이 높은 경우, 대상성이 높은 경우)에 따라 사회비교가 행복에 미치는 영향은 달라질 것이다.

방 법

연구 대상

조사 대상자는 전국을 수도권, 강원, 충청, 호남, 영남의 5대 권역으로 구분해, 각 지역에서 거주하는 30세에서 69세의 성인들 400명씩 총 2000명의 참여자를 모집하였다. 또한 각

지역에서는 연령대별로 30대, 40대, 50대, 60대 각 100명씩으로 구성하였다. 평균 나이는 48.47세($SD=11.30$)이었으며, 남녀의 비율은 동일하게 구성하였다. 자료 수집은 다음과 같은 절차에 따라 전문조사기관에 의해 이루어졌다. 첫째, 조사 참여자들은 면접원이 배석한 상황에서 설문에 응답하였으며, 둘째, 조사에 성실히 임하지 않는 참여자는 조사 중단을 권고하였고, 셋째, 조사 후에 소정의 기념품을 전달하였다. 마지막으로, 조사 후에 면접원들이 조사 참여자들에게 연락을 하여 응답한 설문지의 내용을 무작위로 질문한 뒤, 실제 본인의 응답 내용과 차이를 보일 경우에는 해당 참여자의 자료를 제외하였으며, 확인 절차 후, 연락처 등 개인정보는 파기하였다. 이와 같은 절차는 목표로 한 조사자의 수의 10%를 추가 표집할 때까지 반복되었으며, 이후 각 참여자들의 응답 경향성 등을 확인하고 무성의한 응답이 의심되는 자료들을 제외하였다.

측정도구

주관적 안녕감

주관적 안녕감(Subjective Well-Being: SWB)은 Diener, Emmons, Larsen, 및 Griffin(1985)이 개발한 삶의 만족도 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLS)와 Watson, Clark, 및 Tellegen(1988)이 개발한 긍정/부정 정서 척도(Positive and Negative Affect Scale: PANAS)의 점수를 이용하여 측정하였다. SWLS는 7점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 7: 매우 그렇다)의 5문항으로 이루어진 자신의 삶에 대해 인지적인 해석을 어떻게 하고 있는가를 알아보는 척도이다. 구체적인 문항의 예로는 “나의 삶의 조건은 매우 훌륭하다”, 또는 “나는 나의 삶에 만족한다” 등이 있다. 본 연구에서는 연령대별로 30대, 40대, 50대, 60대 각 100명씩으로 구성하였다. 평균 나이는 48.47세($SD=11.30$)이었으며, 남녀의 비율은 동일하게 구성하였다. 자료 수집은 다음과 같은 절차에 따라 전문조사기관에 의해 이루어졌다. 첫째, 조사 참여자들은 면접원이 배석한 상황에서 설문에 응답하였으며, 둘째, 조사에 성실히 임하지 않는 참여자는 조사 중단을 권고하였고, 셋째, 조사 후에 소정의 기념품을 전달하였다. 마지막으로, 조사 후에 면접원들이 조사 참여자들에게 연락을 하여 응답한 설문지의 내용을 무작위로 질문한 뒤, 실제 본인의 응답 내용과 차이를 보일 경우에는 해당 참여자의 자료를 제외하였으며, 확인 절차 후, 연락처 등 개인정보는 파기하였다. 이와 같은 절차는 목표로 한 조사자의 수의 10%를 추가 표집할 때까지 반복되었으며, 이후 각 참여자들의 응답 경향성 등을 확인하고 무성의한 응답이 의심되는 자료들을 제외하였다.

구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .91로 나타났다. PANAS 척도는 각 10개씩의 긍정적인 정서와 부정적인 정서를 묻는 총 20개의 문항으로 구성되어 있으며 5점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 5: 매우 많이 그렇다)로 평정한다. 척도의 번역은 심리학 전공의 3명의 박사가 독립적으로 번안하였다. 긍정적인 정서의 예로는 “흥미진진한”, “신나는”, “활기찬”, “자랑스러운” 등이 있으며 부정적인 정서의 문항으로는 “괴로운”, “불안한”, “적대적인”, “두려운” 등으로 구성되었다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 긍정정서가 .91이고, 부정정서가 .91이었다. 주관적 안녕감 지수는 서로 다른 척도들의 조합으로 이루어졌으므로, 본 연구에서는 각 척도들의 Z점수를 이용하여 분석하였다.

심리적 안녕감

심리적 안녕감(Psychological Well-Being: PWB)은 Ryff(1989)가 개발한 6개의 하위영역으로 구성된 척도 중 18문항의 추출하여 사용하였다. 구체적인 문항의 예로는 ‘사람들은 나를 잘 배풀고 나의 시간을 기꺼이 다른 사람과 나누는 사람이라고 여긴다.’, ‘내 삶을 돌아볼 때 지금까지의 결과들에 대해 만족한다.’ 등 자신에 대한 긍정적인 인식과 삶에 대한 일반적인 안녕감을 측정하는 내용으로 이루어져 있다. 참여자들은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’부터 ‘매우 그렇다(5)’까지의 5점 척도로 응답하였고, 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .80이었다.

상호협조적 자기

상호협조적 자기는 이누미야 외(2007)가 타카타와 오오모토 및 세이케(1996)의 상호독립적-상호협조적 자기관 척도를 번안한 문항을

사용하였다. 전체 20문항 중에서 상호협조적 자기에 해당하는 10문항을 본 연구에서는 사용하였으며, ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(7점)’의 7점 척도로 평가하였다. 구체적인 문항의 예로는 ‘상대방이 나를 어떻게 평가하고 있는가에 대해서 타인의 시선에 신경 쓰인다’, 또는 ‘나는 동료 사이에서 화목을 유지하는 것이 중요하다고 생각한다’ 등이 있다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .79 이었다

주체성-대상성 자기

주체성-대상성 자기는 이누미야 외(2007)가 개발한 주체성-대상성-자율성 척도 중 주체성과 대상성에 해당하는 각 6문항의 총 12문항을 사용하였다. 참여자들은 각 문항의 질문에 7점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 7: 매우 그렇다)로 응답하였다. 주체성의 구체적인 문항의 예로는 “나는 남들에게 나의 영향을 주는 데 있어 타고난 소질이 있다”이며, 대상성 문항의 예로는 “의견이 충돌될 때, 주로 상대방의 의견을 따른다” 등이 있다. 각 하위 영역의 신뢰도(Cronbach's α)는 주체성이 .85(2번문항 제거), 대상성이 .85이었다. 본 연구에서는 각 개인의 주체성 자기와 대상성 자기의 우세 정도에 따라 주체성 자기가 우세한 그룹과 대상성 자기가 우세한 그룹으로 분류하는 추가 작업을 실시하였다. 분류 결과, 주체성 자기가 더 우세한 그룹이 1115명(55.8%)이었고, 대상성 자기가 더 우세한 그룹은 885명(44.3%)로 나타났다.

사회비교

사회비교 성향을 알아보기 위해 Givboms와 Buunk(1999)가 개발한 척도를 사용하였다. 전

체 11문항으로 이루어져 있고 ‘전혀 동의하지 않는다(1점)’에서 ‘전적으로 동의한다(5점)’의 5점 척도로 측정하였다. 문항의 구체적인 예로는 ‘나는 나와 비슷한 상황에 처한 사람들이 어떻게 행동하는지 항상 알고 있다’, ‘나는 내가 살아가면서 이룬 것들을 다른 사람들이 이룬 것들과 비교한다’ 등이 있다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .86이었다

분석방법

수집한 자료는 SPSS 16.0으로 분석되었다. 변인들의 관계를 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였고, 상호협조적 자기와 문화적 자기관이 사회비교와 행복 사이에서 조절효과를 하는지 알아보기 위하여 상호작용항, 그리고 문화적 자기관과 사회비교의 상호작용항을 위계적 회귀분석에 추가하는 조절 회귀분석 기법을 사용하였다. 상호작용항에 의해 생겨나는 다중공선성은 평균중심화 작업을 거쳐 제거하였다(Aiken & West, 1991). 마지막으로 문화적 자기관의 하위요인인 주체성 자기가 우세한 그룹과 대상성 자기가 우세한 그룹에서의 사회비교가 행복에 미치는 영향력을 비교하기 위해 회귀계수 차이검증을 실시하였다(Clogg, Petkova, & Haritou, 1995).

결과

한국인의 문화적 자기관과 사회비교 및 행복간의 상관관계와 각 변인의 평균 및 표준편차는 표 1에 제시되었다. 먼저, 사회비교는 주관적 안녕감($r=-.13$, $p<.001$)과 심리적 안녕감 ($r=-.06$, $p<.05$) 모두와 부적 상관을 나타냄으

로서, 사회비교를 많이 할수록 개인이 느끼는 행복감은 낮아진다는 것을 보여주었다. 상호 협조적 자기와 행복과의 상관을 살펴보면, 주관적 안녕감($r=-.11, p<.001$)과 심리적 안녕감 ($r=-.12, p<.001$) 모두 상호협조적 자기가 높을수록 그 정도는 낮아지는 부적 상관을 보여주었다. 주체-대상성 자기의 경우, 주관적 안녕감($r=.18, p<.001$)과 심리적 안녕감($r=.28, p<.001$)과 정적 상관을 보여주었는데, 이는 주체성 자기가 우세한 그룹이 대상성 자기가 우세한 그룹의 개인들보다 더 행복감이 높다고 할 수 있다. 또한 주체성-대상성 자기는 사회비교($r=.09, p<.001$) 와도 정적 상관이 나타났는데, 이는 주체성 자기가 우세한 사람들이 대상성 자기가 우세한 사람들보다 사회비교를 더 많이 한다는 것을 보여준다. 문화적 자기관과 상호협조적 자기의 유의미한 부적 상관 ($r=-.08, p<.01$)은 상호협조적 자기는 대상성 자기의 성향과 더 밀접한 관련이 있음을 나타낸다. 즉 상호협조적 자기와 주체성-대상성의

자기관은 개인의 행복과 상관이 있다는 것을 알 수 있다.

이상의 결과는 상호협조적 자기가 높을수록 사회비교를 많이 하고 행복도 낮을 것이라는 가설 1.1을 지지하였다. 그리고 가설 1.2의 주체성 자기가 높을수록 행복이 높을 것이라는 가설은 지지되었지만, 사회비교를 덜 할 것이라는 가설은 지지되지 않았다. 한국인의 경우 주체성 자기가 높을수록 사회비교를 더 많이 하는 것으로 나타났다.

다음으로 사회비교가 행복에 미치는 영향력에서 상호협조적 자기의 조절효과를 알아보기 위해 위계적 회귀 분석을 실시하였다. 표 2에서 볼 수 있듯이 주관적 안녕감의 경우에는 상호협조적 자기의 정도에 따라 사회비교가 주관적 안녕감에 미치는 영향이 유의미하게 다르다는 것을 보여주고 있다($\beta=-.05, p<.05$).

보다 구체적으로 살펴보기 위하여, 상호협조적 자기 성향이 낮은 집단과 높은 집단들을 상하위 30%로 나누어 두 그룹에서 사회비교

표 1. 각 변인의 평균, 표준편차, 및 상관관계

변인	평균	표준편차	2	3	4	5	6	7
1. 사회비교	3.22	.58	-.13***	-.06*	.42***	.09***	.01	-.13***
2. 주관적 안녕감	0.00	2.20		.62***	-.11***	.18***	-.06**	.19***
3. 심리적 안녕감	3.36	.47			-.12***	.28***	-.06**	-.06**
4. 상호협조적 자기	4.58	.69				-.08**	.04	-.04
5. 주체성-대상성 자기	1.56	.50					-.12***	-.01
6. 성별	1.50	.50						-.02
7. 나이	48.47	11.30						

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

성별은 남자=1, 여자=2로 dummy변인으로 분석함

주체성-대상성 자기는 자기=1, 주체성 자기=2로 dummy변인으로 분석함

주관적 안녕감 척도의 경우 Z점수를 사용하였으므로 평균은 0임.

표 2. 사회비교가 행복에 미치는 영향에서 상호협조적 자기의 조절효과에 대한 위계적 회귀분석

변인	주관적 안녕감 (SWB)						심리적 안녕감 (PWB)					
	모델1			모델2			모델1			모델2		
	B	S.E.	β	B	S.E.	β	B	S.E.	β	B	S.E.	β
나이	.04	.00	.17***	.03	.00	.17***	-.00	.00	-.07**	-.00	.00	-.07**
성별	-.24	.10	-.05*	-.24	.10	-.05*	-.06	.02	-.06**	-.06	.02	-.06**
상호협조적 자기	-.20	.08	-.06**	-.20	.08	-.06**	-.08	.02	-.11***	-.08	.02	-.11***
사회비교	-.31	.09	-.08**	-.31	.09	-.08**	-.02	.02	-.02	-.01	.02	-.02
상호협조적 자기 x 사회비교				-.20	.09	-.05*				-.02	.02	-.02
F		28.12***			23.43***			11.43***			9.37***	
R ²		.05			.06			.02			.02	
Adj. R ²		.05			.05			.02			.02	
ΔR ²					.01*						.00	

성별은 1=남자, 2=여자로 dummy변인으로 분석함

사회비교와 상호협조적 자기변인은 평균중심화를 한 수치를 사용함.

#<.08, *p<.05, **p<.01, ***p<.001.

가 주관적 안녕감에 미치는 영향력의 차이를 검증해 보았다. 표 3에서 보여지듯이 상호협조적 자기가 낮은 집단의 사람들($\beta=-.02, .ns$)은 사회비교가 주관적 안녕감에 영향을 미치지 않았지만, 상호협조적 자기가 높은 집단의 사람들($\beta=-.10, p<.01$)은 사회비교를 하면 할수록 그들의 주관적 안녕감이 낮아지는 것으로 나타났다. 반면, 심리적 안녕감의 경우에는 상호

협조적 자기의 조절효과는 나타나지 않았다 ($\beta=-.02, .ns$).

다음으로 사회비교가 행복에 미치는 영향력에서 주체성-대상성 자기의 조절효과를 알아보기 위해 위계적 회귀 분석을 실시하였다. 표 4는 사회비교와 주체성-대상성 자기의 상호작용이 주관적 안녕감과 심리적 안녕감에 미치는 영향력을 보여주고 있다. 문화적 자기

표 3. 상호협조적 자기의 정도에 따른 사회비교가 행복에 미치는 영향의 차이 분석

변인	주관적 안녕감 (SWB)					
	상호협조적 자기 낮은 그룹 (하위 30%)			상호협조적 자기 높은 그룹 (상위 30%)		
	B	S.E.	β	B	S.E.	β
나이	.01	.01	.05	.05	.01	.25***
성별	-.03	.16	-.01	-.40	.18	-.09*
사회비교	-.07	.15	-.02	-.44	.16	-.10**

성별은 1=남자, 2=여자로 dummy변인으로 분석함

#<.08, *p<.05, **p<.01, ***p<.001.

관은 더미변수를 사용하여 대상성이 우세한 그룹과 주체성이 우세한 두 그룹으로 나누어 결과를 알아보았다. 주관적 안녕감의 경우에는 주체성이 강한지 또는 대상성이 강한 지에 따라 사회비교가 행복에 미치는 영향이 유의미하게 다르게 나타났다($\beta=.16, p<.05$). 보다 구체적으로 살펴보기 위해 주체성과 대상성 그룹 각각의 사회비교가 행복에 미치는 영향력을 살펴보았다(표 5, 그림 1). 각각의 그룹에서의 회귀 분석 결과는 대상성($\beta=-.18, p<.001$)과 주체성($\beta=-.08, p<.05$) 모두 사회비교가 높을수록 주관적 안녕감은 낮아지는 결과를 보여주었지만, 회귀계수 차이검증 결과 대상성이 높은 집단에서 사회비교가 주관적 안녕감에 미치는 영향력이 유의미하게 크다는 것을 보여주었다($Z=-2.29$). 즉, 대상성 자기의 성향이 높은 사람들은 사회비교를 많이 할수

록 그들의 주관적 안녕감은 더 크게 손상됨을 의미한다. 심리적 안녕감의 경우에도 유사한 결과를 보여주었다(표 4). 주체성과 대상성의 차이에 따라 사회비교가 심리적 안녕감에 미치는 영향이 유의미하게 다르게 나타났다($\beta=.18, p<.05$).

표 5와 그림 1은 보다 구체적인 결과를 보여주는데, 대상성이 우세한 사람들은 사회비교를 많이 하는 것이 심리적 안녕감을 떨어뜨리는 결과를 가져왔지만($\beta=-.15, p<.001$), 주체성이 우세한 사람들은 사회비교가 심리적 안녕감에 영향을 미치지 않았다($\beta=-.04, ns$). 회귀계수 차이검증 결과 대상성이 높은 집단이 사회비교가 주관적 안녕감에 미치는 영향력이 유의미한 차이가 나타났다($Z= -2.26$). 다시 말하면, 대상성 자기의 성향이 높은 사람들은 사회비교를 많이 할수록 그들의 심리적 안녕

표 4. 사회비교가 행복에 미치는 영향에서 주체성-대상성 자기의 조절효과에 대한 위계적 회귀분석

변인	주관적 안녕감 (SWB)						심리적 안녕감 (PWB)					
	모델1			모델2			모델1			모델2		
	B	S.E.	β	B	S.E.	β	B	S.E.	β	B	S.E.	β
나이	.03	.00	.17***	.03	.00	.17***	-.00	.00	-.07***	-.00	.00	-.07***
성별	-.14	.10	-.04	-.14	.10	-.04	-.03	.02	-.03	-.03	.02	-.03
주체성-대상성 자기	.83	.10	.19***	.83	.10	.19***	.27	.02	.29***	.27	.02	.29***
사회비교	-.48	.08	-.13***	-1.07	.27	-.28**	-.08	.02	-.09***	-.21	.06	-.26***
주체성-대상성 자기 x 사회비교				.38	.16	.16*				.09	.03	.18*
F	45.73***			37.72***			50.46***			41.73***		
R ²	.08			.09			.09			.10		
Adj. R ²	.08			.08			.09			.09		
ΔR^2				.01*						.01*		

성별은 1=남자, 2=여자로 dummy변인으로 분석함

주체성-대상성 자기는 1=대상성, 2=주체성으로 dummy변인으로 분석함

사회비교 변인은 평균중심화를 한 수치를 사용함.

* $<.08$, * $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$.

표 5. 주체성-대상성 성향에 따른 사회비교가 행복에 미치는 영향의 차이 분석

변인	주관적 안녕감 (SWB)						심리적 안녕감 (PWB)					
	대상성			주체성			대상성			주체성		
	B	S.E.	β	B	S.E.	β	B	S.E.	β	B	S.E.	β
나이	.03	.01	.17***	.03	.01	.17***	-.00	.00	-.02	-.01	.00	-.11***
성별	-.23	.14	-.05	-.14	.13	-.03	-.01	.03	-.02	-.05	.03	-.05
사회비교	-.66	.12	-.18***	-.28	.11	-.08*	-.11	.03	-.15***	-.03	.02	-.04
주체성과 대상성의 사회비교 회귀계수				-2.29*						-2.26*		
차이검증(Z)												

성별은 1=남자, 2=여자로 dummy변인으로 분석함

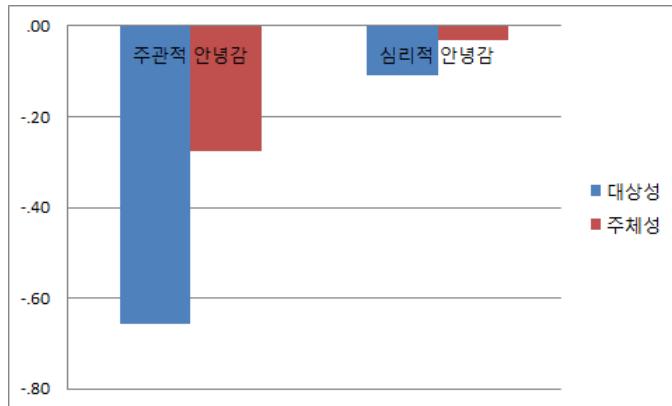
$p < .08$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

그림 1. 주체성 우세 그룹과 대상성 우세 그룹에서 사회비교가 행복에 미치는 영향력(회귀계수) 차이

감이 더 낮아진다는 것을 의미한다.

논의

본 연구는 ‘사회비교를 할수록 행복하기 어렵다’라는 주장에 대한 의문에서 출발하였다. 앞서 살펴본 바와 같이 사회비교는 비교 주체의 자기인식과 비교 동기에 따라 각기 다른 결과로 이어질 수 있다. 본 연구는 문화에 따

라 자기인식, 즉 자기관이 다르다는 데 착안하여 사회비교와 행복의 관계에 미치는 문화적 자기관의 영향을 탐색하고자 하였다. 기존 연구들에 의하면 동양 집단주의 문화의 사람들은 다른 사람들과의 관계에서 구성되는 상호협조적 자기를 가지고 있기 때문에 사회비교를 많이 하게 되며, 사회비교는 항상동기에 의해 이루어진다고 여겨져 왔다(Heine et al., 2001; White & Lehman, 2005). 또한 항상동기에 서 촉발된 사회비교는 부정적 정서경험으로

이어지며(Medvec et al., 1995; Wheeler, 2000), 따라서 집단주의 문화에서 사회비교를 하면 행복하지 않다는 명제는 당연하게 받아들여져 왔다. 그러나 사회비교가 당연한 전제인 집단 주의 문화에서 사회비교를 하면 행복할 수 없다는 주장은 재고할 여지가 있다. 본 연구는 자신이 추구하는 자기상에 근거한 사회비교의 동기에 따라 그 정서적 결과가 달라질 수 있다는 사회비교의 자기조절 과정이론(한덕웅, 1999, 한덕웅, 장은영, 2003; 2004)을 바탕으로, 기존의 문화-자기관 이론(Markkus & Kitayama, 1991)과 집단주의 문화의 자기관을 보다 세분화 이누미야와 김윤주(2006)의 주체성-대상성 자기 이론을 채택하여 문화적 자기관이 사회비교와 행복에 미치는 영향을 조사하였다.

본 연구의 결과는 첫째, 상호협조적 자기와 대상성 자기가 높은 사람이 덜 행복할 것이라는 가설은 지지되었지만, 사회비교의 경우에는 다른 결과를 보여주었다. 즉, 상호협조적 자기가 높을수록 사회비교를 많이 하는 것은 지지되었지만, 대상성 자기의 성향이 주체성 자기의 성향보다 높은 사람들이 사회비교를 더 할 것이라는 가설은 반대의 결과를 보여주었다. 즉, 한국인의 경우 주체성 자기가 높을 수록 사회비교를 더 많이 하였다. 둘째, 상호 협조적 자기가 높은 사람들은 사회비교를 많이 할수록 주관적 안녕감이 낮아졌지만, 상호 협조적 자기가 낮은 사람들에게는 사회비교가 그들의 주관적 안녕감에 영향을 끼치지 않았다. 셋째, 대상성 자기가 높은 사람들은 사회비교를 많이 할수록 행복감(주관적 안녕감과 심리적 안녕감)이 낮아졌지만, 주체성 자기가 높은 사람들에게는 사회비교가 그들의 행복감에 영향력을 미치지 않았다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 사회

비교를 하면 행복하지 않다는 명제는 문화적 자기관에 따라 달라질 수 있다는 점을 제안한 것이다. 사회비교의 결과는 비교의 방향과 동기에 따라 달라진다는 것은 이미 밝혀진 사실이다(Medvec, et al., 1995; Taylor, et al., 1993). 그럼에도 사회비교를 하면 불행하다는 주장은 주로 Lyubomirsky의 연구들(Lyubomirsky, 2001; Lyubomirsky, et al., 2001; Lyubomirsky & Ross, 1997)에 근거를 두고 있다. 이 연구들은 행복한 사람들과 불행한 사람들을 분류하고 불행한 사람들의 특징이 사회비교를 많이 한다는 것을 지적하고 있는데, 이러한 가설구조는 사회비교를 많이 하는 사람이 불행하다는 결론으로 이어지기에는 논리적 문제를 드러낸다. 즉, 불행한 사람들이 사회비교를 많이 하는 것이지 사회비교를 많이 하는 사람이 불행하다고 결론지을 수는 없다는 것이다. 이들의 연구가 수행된 미국은 개인주의 문화권으로 다른 이의 존재와는 독립적으로 규정되는 독립적 자기관을 가질 것으로 예상되는데, 이런 문화적 배경에서 자신을 평가하기 위해 남과 비교하는 사회비교는 부적응으로 받아들여지는 경향이 있다. 그러나 자기를 인식하는 과정에서부터 사회비교가 개입되는 집단주의 문화에서 사회비교는 항상 부정적 정서로 이어진다고 가정하기는 어려우며, 또한 이상적 자기상에 근거한 긍정적 자기향상 동기에서 비롯된 사회비교는 긍정적 정서경험을 낳을 수 있다는 점에서 문화적 자기관은 사회비교와 행복의 관계에 영향을 미칠 수 있다. 본 연구는 주체성-대상성 자기와 사회비교, 행복의 관계를 검토함으로써 사회비교와 행복의 관계에 대해 의미있는 논의를 추가하였다.

둘째, 한국 및 동양 집단주의 문화권을 설명하는 각기 다른 문화적 자기관 이론들을 적

용함으로써 각 이론들의 장단점을 확인할 수 있었다는 점이다. 비교문화심리학에서 한국은 집단주의 문화로 분류되며 한국인의 자기관 역시 상호협조적 자기가 우세할 것으로 가정된다. 그러나 이러한 가정에 부합하지 않는 결과들이 지속적으로 축적되고 있다. 대표적인 상호독립적-상호협조적 자기관 척도들(Gudykunst, Matsumoto, Ting-Toomey, Nishida, Kim, & Heyman, 1996; Leung & Kim, 1997; Singelis, 1994)을 사용한 그 동안의 연구들을 메타분석한 최근의 연구도 상호독립적-상호협조적 자기관 개념의 타당성에 의문을 제기하고 있다(Levine, et al., 2003). Levine 등(2003)에 의하면 Markus와 Kitayama(1991)의 이론이 예언하는 서양인(미국인과 캐나다인 및 호주인)과 동양인(일본인, 한국인, 중국인, 및 대만인) 간의 자기관 차이는 약하고 비일관적이거나 아예 없는 것으로 드러났다. 선행 연구에서는 한국 대학생들의 상호독립적 자기관과 상호협조적 자기관 간에는 차이가 없거나(조선영, 이누미야, 김재신, 최일호, 2005), 오히려 독립적 자기가 높은 것으로 나타났다. 최근 실시한 한 연구에 따르면 독립적 자기의 평균은 4.64(.73), 상호협조적 자기의 평균은 4.58 (.69)로 독립적 자기가 유의미하게 높게 나타났다 ($p<.001$)(한민, 2012).

반면, 관계 내에서 인식되는 사회적 영향력의 방향을 기준으로 한 주체성-대상성 자기이론은 상호협조적 자기의 개념적 모호함을 보완할 수 있는 대안으로 제안되었고(이누미야 외, 2007), 실제로 동양 집단주의 문화권 내의 다양성을 기술한 바 있다(한민 외, 2009; 이누미야, 2009). 본 연구에서도 한국인들은 대상성 자기($M=4.03(1.02)$)에 비해 주체성 자기($M=4.28(.73)$)가 우세한 것으로 나타났으며, 연

구의 결과에 따르면 이러한 자기관은 사회비교의 결과를 조절한다고 볼 수 있다. 특히 주체성 자기는 사회비교 및 행복과 모두 정적 관계를 보였는데 이러한 결과는 자기관에 따라 사회비교를 해도 부정적 정서를 경험하지 않을 수 있다는 것을 단적으로 보여준다. 한편, 대상성 자기는 상호협조적 자기와 마찬가지로 사회비교가 행복에 미치는 영향을 조절하였다. 즉, 대상성 자기가 높을수록 사회비교 시에 행복을 덜 느꼈고, 대상성 자기가 낮을수록 높은 행복수준을 보였다.

본 연구의 또 다른 의의는 서로 다른 행복지표를 사용함으로써 문화에 따라 정의되는 행복의 의미가 다를 수 있음을 지적하였다는 점이다. 본 연구에서는 심리학에서 주로 연구되어 주관적 안녕감(Subjective Well-Being)과 심리적 안녕감(Psychological Well-Being)으로 행복을 측정하였는데, 이들의 의미는 사뭇 다르다. 먼저 주관적 안녕감은 개인이 자신의 삶에 대하여 얼마만큼 만족하며, 삶에서 어떠한 정서를 경험하고 있는가를 의미한다. 즉 주관적 안녕감은 삶의 만족이라는 인지적 요인과 긍정 및 부정적 정서의 정서적 요인으로 이루어져 있다고 가정할 수 있는데(Diener, 1984), 삶의 만족은 개인이 주관적으로 설정한 기준과 비교하여 자신의 삶을 평가하는 것을 말하며(Shin & Johnson, 1978), 정서적 요인은 삶에서 경험하는 일들에 대한 긍정적, 부정적 정서반응들을 포괄한다. 다음으로 심리적 안녕감을 제안한 Ryff(1989)는 행복한 삶이 단지 만족스럽고 좋은 기분을 느끼는 것만을 의미하지는 않는다고 주장하면서, 좋은 삶이란 사회의 구성원으로서 개인이 얼마나 잘 기능하고 있는지를 기준으로 판단해야 한다고 하였다. 그리하여 심리적 안녕감은 사회 속에서 기능하

는 개인의 다양한 측면, 즉 Maslow의 자아실현(self-actualization), Rogers의 완전히 기능하는 개인(fully functioning person), Jung의 개성화(individuation), Allport의 성숙(maturity), Erikson의 심리사회적 발달 등을 포괄한다(Ryff & Keyes, 1995).

이러한 두 개념의 정의로 미루어보면, 한국을 비롯한 집단주의 문화권에서의 행복개념은 심리적 안녕감과 가까울 것으로 추측된다. 이는 행복을 경험하는 데 있어 문화적 배경의 중요성을 강조하며 행복의 문화차이 연구에 있어서 결과해석의 주의를 불러일으킨다. 즉 지표의 차이가 곧 행복의 차이로 귀결되어서는 곤란하다는 의미이다. 행복 연구에 가장 빈번하게 사용되는 주관적 안녕감은 삶에 대한 주관적 만족과 삶에서 경험되는 긍정적 정서로 구성되는데, 이는 서양 개인주의 문화권에서 정의되는 행복의 의미와 가깝다. 삶의 만족에 대한 기준과 정서경험 방식의 차이로 인해 집단주의 문화 사람들은 개인주의 문화 사람들에 비해 낮은 주관적 안녕감을 보고하는 경향이 있다(한민, 한성열, 2009). 그렇다면, 높은 사회비교 경향과 낮은 행복(주관적 안녕감)은 집단주의 문화의 근본적 특성으로 받아들여지게 되는데, 이런 전제라면 한국을 비롯한 집단주의 문화권의 사람들은 개인주의 문화 사람들에 비해 언제나 불행하다는 결론으로 이어질 수밖에 없다. 이러한 접근은 문화와 인간행동을 이해하는 적절한 방식이라고 보기 어렵다. 따라서 본 연구의 결과는 향후 이루어질 문화와 행복 연구들에 시사점을 제공한다.

한편, 본 연구의 제한점은 다음과 같다. 우선, 주체성-대상성 자기와 같이 문화의 성격을 설명하기 위해 고안된 변인을 개인 내 변인으

로 보는 게 적절한가 하는 의문이 있을 수 있다. 주체성-대상성 자기 이론은 한국과 일본의 문화차를 설명하기 위해 제안된 개념으로, 이 누미야와 김윤주(2006), 이누미야 등(2007), 이누미야(2009), 한민 등(2009)은 주체성, 대상성 자기의 점수 및 자기관 유형(우세한 자기관 요소의 비율)의 문화차이에 초점을 두어 연구해왔다. 그러나 이를 변인의 점수 및 자기관 유형의 국가 내 편차를 보면 한 국가 내에서도 개인차가 존재한다는 것을 알 수 있다. 즉 한국이 주체성 자기가 우세하고 일본이 대상성 자기가 우세한 문화라고 해서 한국에는 대상성 자기가 우세한 사람이 없고, 일본에 주체성 자기가 우세한 사람이 없다는 것은 아니라는 것이다. 한국, 일본 등 동북아시아 대학생들을 대상으로 주체성 자기와 대상성 자기의 비율을 조사한 한민 등(2009)의 연구에 따르면 한국의 경우 주체성 우세자와 대상성 우세자의 비율은 약 80:20, 일본은 35:65이었다. 30대에서 60대 한국인을 대상으로 한 본 연구의 경우, 주체성 자기가 우세한 사람과 대상성 자기가 우세한 사람의 비율은 57.4:42.6로 나타났다. 즉 주체성 자기와 대상성 자기는 문화를 구분하기 위한 변인으로 고안되었지만 자신이 발휘하거나 수용하는 사회적 영향력에 대한 개인적 성향으로도 이해할 수 있다.

둘째, 결과에서 제시된 상관 및 회귀 계수가 상대적으로 낮다는 점이다. 이는 우선적으로 본 연구가 사회비교와 행복에 미치는 문화적 자기관의 영향에 관심을 한정지은 것에서 기인한다. 사회비교와 행복은 다양한 변인이 개입되는 복합적인 심리경험으로 어느 하나의 변인이 설명할 수 있는 변량의 양은 상대적으로 적을 것이라 추측할 수 있다. 또 하나의 이유는 본 연구가 대규모 표본을 대상으로 수

행되었다는 점이다. 표본의 크기가 클수록 변인 간의 작은 관계도 크게 추정되는 경향이 있다. 그러나 표본의 수가 많다는 점은 본 연구의 장점이 될 수도 있다. 그간 실시된 대부분의 문화적 자기관 연구들이 대학생들을 대상으로 행해짐으로써 그 결과를 일반화하기 어려운 면이 있었던 반면, 본 연구는 다양한 연령과 출신지역 등을 포함함으로써 일반적 한국인들의 자기관과 그 영향을 기술할 수 있었다.

셋째, 사회비교에 대해 다루면서 사회비교의 경향성만을 보았다는 점이다. 사회비교 경향성은 개인이 사회비교에 얼마나 민감하며 사회비교를 많이 할 의도가 있는지를 측정하는 개념으로 실제 사회비교의 맥락과는 차이가 있을 수 있다. 따라서 사회비교와 행복에 미치는 문화적 자기관의 영향력을 면밀히 알 아내기 위해서는 실제 사회비교가 이루어지는 조건을 포함한 실험 연구를 진행해 볼 필요가 있다.

참고문헌

- 가세 히데야키 (1988). 한의 한국인, 황송해하는 일본인. *한국브리태니커 편집실* 역. 한국 브리태니커.
- 高田利武(다카타 토시타케), 大本美千惠(오오모토 미치에), 清家美紀(세이케 미키) (1996). 相互獨立的-協調的自己觀尺度 (修訂版)의 作成. 奈良大學紀要, 24, 157-173.
- 서경현, 이상숙, 정구철, 김신섭 (2011). 노년기 스트레스와 웰빙에 대한 사회비교 및 사회비교 대처의 매개효과 탐색. *한국심리학회지: 건강*, 16(1), 117-134.
- 이누미야 요시유키 (2004). 한일 비교 성격론. *인본연구*, 11, 101-124.
- 이누미야 요시유키 (2009). 주체성-대상성 자기와 긍정적 환상의 관계에 관한 한일비교 연구. *한국심리학회지: 일반*, 28(1), 139-170.
- 이누미야 요시유키, 김윤주 (2006). 긍정적 환상의 한일비교: 주체성 자기와 대상성 자기에 의한 설명. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 20(4), 19-34.
- 이누미야 요시유키, 한 민, 이주희, 이다인, 김소혜 (2007). 주체성-대상성-자율성 자기 척도의 개발, *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 21(2), 17-34.
- 이종한, 박은아 (2010). 내-외적 자기개념, 행복 조건, 사회비교와 자기존중감의 관계: 초, 중, 고, 대학생 비교. *한국심리학회지: 사회 문제*, 16(4), 423-445.
- 장은영, 한덕웅 (2002). 사회비교의 목표, 대상 및 성공/실패에 따른 자기정서의 경험. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 14(5), 109-123.
- 조선영, 이누미야 요시유키, 김재신, 최일호 (2005). 한국과 일본에서 상호독립적-상호 협조적 자기관이 대인불안에 미치는 영향: 자아존중감과 공적자기의식의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 19(4), 49-60.
- 최상진 (1991). '한'의 사회심리학적 개념화 시도. *한국심리학회 91 연차대회 학술발표논문* 초록, 339-350. 서울: 중앙대학교, 10월.
- 최상진, 김기범 (1999). 한국인의 self의 특성: 서구의 self 개념과 대비를 중심으로. *한국 심리학회지: 사회 및 성격*, 13(2), 275-292.
- 한덕웅 (1999). 사회비교의 목표와 성공/실패 경험에 따른 비교대상의 선택. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 13(2), 311-329.

- 한덕웅 (2006). 한국문화에서 주관안녕에 영향을 미치는 사회심리 요인들. *한국심리학회지: 사회문제*, 12(5), 45-79.
- 한덕웅, 장은영 (2003). 사회비교가 분노경험, 주관안녕 및 건강지각에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 8(1), 85-112.
- 한덕웅, 장은영 (2004). 사회비교의 목표, 대상 및 결과가 비교대상의 선택에 미치는 영향. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 18(2), 65-89.
- 한민 (2012). *한국인의 문화적 자기관*. 미발표.
- 한민, 이누미야 요시유키, 김소혜, 장웨이 (2009). 새로운 문화-자기관 이론의 국가 간 비교연구. *한국심리학회지: 일반*, 28(1), 139-159.
- 한민, 한성열 (2007). 신명에 대한 문화적 고찰. *한국심리학회지: 일반*, 26(1), 83-103.
- 한민, 한성열 (2009). 신명의 심리학. 서울: 21 세기북스.
- 황혜진 (2005). 사회비교 빈도와 주관적 안녕의 관계에 대한 연구. 연세대학교 석사학위논문.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Brickman, P., & Bulman, R. J. (1977). Pleasure and pain in social comparison. In J. Suls & R. Miller (Eds.), *Social comparison processes: Theoretical and empirical perspectives* (pp.149-186). Washington, DC: Hemisphere.
- Brickman, P., Coates, D., & Bulman, R. J. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(8), 917-927.
- Carver, C., & Sheier, M. F. (1986). Analyzing shyness: A specific application of broader self-regulatory principles. In W. H. Johns, J. M., Cheek, & S. R. Briggs (Eds.) *Shyness: Perspectives on research and treatment*. pp.173-185. New York: Plenum.
- Chung, T., & Mallory, P. (1999). Social comparison, individualism-collectivism, and self-esteem in China and the United States. *Current Psychology*, 18(4), 340-352.
- Clogg, C. C., Petkova, E., & Haritou, A. (1995). Statistical methods for comparing regression coefficients between models. *American Journal of Sociology*, 100, 1261-1293.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Emmons, R. A., & Diener, E. (1985). Factors predicting satisfaction judgments: A comparative examination. *Social Indicators Research*, 16, 157-167.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129-142.
- Gudykunst, W. B., Matsumoto, Y., Ting-Toomey, S., Nishida, T., Kim, K., & Heyman, S. (1996). The influence of cultural individualism-collectivism, self construals, and individual values on communication styles

- across cultures. *Human Communication Research*, 22, 510-543.
- Gutek, B. A., Allen, H., Tyler, T. R., Lau, R. R., & Majchrzak, A. (1983). The importance of internal referents as determinants of satisfaction. *Journal of Community Psychology*, 11, 111-120.
- Heine, S. J. & Lehman, D. R. (1995). Cultural variation in unrealistic optimism: Does the west feel more invulnerable than the east? *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 595-607.
- Heiner, S. J., Kitayama, S., Lehman, D. R., Takata, T., Ide, E., Leung, C., & Matsumoto, H. (2001). Divergent consequences of success and failure in Japan and North America: An investigation of self improving motivations and malleable selves. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 599-615.
- Helgeson, V. S., & Taylor, S. E. (1993). Evaluative and affiliative comparisons and coping among cardiac patients. *Journal of Applied Social Psychology*, 23, 1171-1195.
- Leung, T., & Kim, M. S. (1997). *A revised self construal scale*. Unpublished manuscript. University of Hawaii at Manoa.
- Levine, T. R., Bresnahan, M. J., Park, H. S., Lapinski, M. K., Wittenbaum, G. M., Shearman, S. M., Lee, S. Y., Chung, D., & Ohashi, R. (2003). Self-Construal Scales Lack Validity. *Human Communication Research*, 29(2), 210-252.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? *American Psychologist*, 56(3), 239-249.
- Lyubomirsky, S., & Ross, L. (1997). Hedonic consequences of social comparison: A contrast of happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1141-1157.
- Lyubomirsky, S., Tucker, K. L., & Kasri, F. (2001). Responses to hedonically conflicting social comparisons: Comparing happy and unhappy people. *European Journal of Social Psychology*, 31, 511-535.
- Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Medvec, V. H., Madey, S. F., & Gilovich, T. (1995). When less is more: Counterfactual thinking and satisfaction among Olympic medalists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 603-610.
- Michalos, A. C. (1985). Multiple discrepancies theory(MDT). *Social Indicators Research*, 16, 347-413.
- Molleman, E., Pruyn, J., & van Knippenberg, A. (1986). Social comparison processes among cardiac patients. *British Journal of Social Psychology*, 25, 1-13.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited, *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Shin, D. C. & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicators Research*, 5,

475-492.

- Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self construals. *Personality and Social Psychology Bulletin, 20*, 580-591.
- Smith, R. H., & Insko, C. A. (1987). Social comparison choices during ability evaluation: The effects of comparison publicity, performance feedback, and self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin, 13*, 111-112.
- Taylor, S. E., & Lobel, M. (1989). Social comparison activity under threat: Downward evaluating and upward contacts. *Psychological Review, 96*, 569-575.
- Taylor, S. E., Wayment, H. A., & Carrillo, M. (1996). Social comparison, self-regulation, and motivation. In R. M. Sorrentino & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of motivation and cognition*, Vol. 3, pp.3-27. New York: Guilford.
- Taylor, S. E., Wayment, H. A., & Collins, M. A. (1993). Positive illusions and affect regulation. In D. M. Wenger & D. W. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control*, pp.325-343. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research, 24*, 1-34.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 1063-1070.
- Wheeler, L. (2000). Individual differences in social comparison. In J. Suls & L. Wheeler (Eds.), *Handbook of Social Comparison: Theory and Research*, pp.141-158. New York: Plenum.
- White, K., & Lehman, D. R. (2005). Culture and social comparison seeking: The role of self motives. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*(2), 232-242.

논문 투고일 : 2013. 10. 12

1차 심사일 : 2013. 10. 25

제재 확정일 : 2013. 11. 27

The Moderation Effect of Cultural Self-construal on a Social Comparison and Happiness

Min Han

Woosong University

Seungah Ryu

Kyung Nam University

Kyoungmi Kim

Tong Myung University

It has been known that it shows the negative correlation between social comparison and happiness. Nevertheless, the correlation depends on self-concept and motivation of comparison which a person take. Current study examined the effect of cultural self-concept (interdependent self, subjective-objective self) on social comparison and happiness (subjective well-being and psychological well-being). Total 2000 among 30-69 years old respondents participated in this survey. We found that, first, people with high interdependent self feel less happiness as they take more social comparison, but the people with low interdependent self do not show the relational pattern. Second, people with objective self show the negative correlation with happiness and social comparison, but there is no correlation with happiness and social comparison among people with subjective self. The implication for study were discussed.

Key words : social comparison, happiness, cultural self, subjective self, objective self