

## 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계: 연령집단별 탐색적 비교

김 은 지      윤 가 영      최 은 수<sup>†</sup>

고려대학교 심리학부

한 문화권 내에는 주요 인생 전환 사건과 시기에 대한 공유된 지식이 존재한다. 본 연구는 국내 20-60대 성인 남녀의 응답을 바탕으로, 한국 사회에서 인식되는 규범적 인생 사건 목록인 문화적 인생 각본을 구성하고 다음의 연구 문제를 해결하였다. 첫째, 문화적 인생 각본의 사건과 개인 인생사가 일치하는 정도를 삶의 규범성으로 정의하고, 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계를 알아보았다. 둘째, 규범적 인생 사건들을 이행한 나이가 사회에서 기대하는 나이와 일치하는 정도가 심리적 웰빙과 관련 있는지 살펴보았다. 셋째, 연령집단별로 문화적 인생 각본을 구성하고, 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계를 탐색적으로 알아보았다. 연구 결과, 한국의 문화적 인생 각본에는 임시, 취업 준비와 같이 한국 문화적 특성이 반영된 사건들이 등장하였다. 삶의 규범성은 삶의 만족도, 의미 발견과 정적 상관을 보였고, 의미 추구, 심리적 풍요와는 관련이 없었다. 규범적 인생 사건을 사회적 기대 나이보다 더 이르게 경험한 집단은 그 시기가 이를수록 삶의 만족도가 낮아지는 경향을 보였다. 연령집단별 분석에서는 연령에 따라 고유한 규범적 인생 사건이 포함되었다. 30대는 다른 연령집단에 비해 삶의 규범성이 다양한 측면의 심리적 웰빙과 유의미한 관련성을 보였다. 이러한 연구 결과를 토대로 연구의 의의 및 연령집단별 차이에 대해 논의하였고 향후 연구에 대한 제언을 밝혔다.

주요어 : 삶의 규범성, 나이 규범, 심리적 웰빙, 문화적 인생 각본, 연령집단

<sup>†</sup> 교신저자: 최은수, 고려대학교 심리학부, 서울시 성북구 안암로 145, Tel: 02-3290-2062, E-mail: eunsoo1020@gmail.com

 © 2024, Korean Social and Personality Psychological Association.  
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)  
which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

모든 문화권에는 ‘규범적 삶’의 형태에 대한 공유된 지식이 존재한다. 규범적인 삶이란 문화 내에서 공유되는 원형적이고 이상적인 삶의 형태로, 전생애 동안 경험할 것으로 기대되는 사건의 시기와 순서에 대한 내용이 포함된다(Berntsen & Rubin, 2002, 2004). 예를 들어, 8세에 공교육을 시작해서 19세에는 수능, 20세에 대학교 입학, 20대 중후반에는 취업, 30대에는 결혼과 출산을 경험하는 일련의 과정이 규범적 삶의 형태로 간주될 수 있다. 사회 구성원들이 주어진 환경에 적응하는 과정에서 자연스럽게 형성된 규범적인 삶의 형태는 문화적, 사회적, 시대적 특성을 반영하며, 이는 세대를 거쳐 학습되고 개인의 인식 속에 원형적 표상으로 자리 잡는다(Berntsen & Rubin, 2004).

지금까지 규범적 삶은 발달 과업, 사회적 시계, 나이 규범과 같은 다양한 개념으로 연구되어왔다. 그중 문화적 인생 각본은 규범적 삶의 형태를 탐구하는 데 유용한 개념이다. 이는 사회 구성원의 의미론적 지식에 내재된 규범적 생애 사건과 그 시기에 대한 실증적 조사를 통해 구성되기 때문이다. 나아가 이러한 조사 방식은 사회문화적 맥락을 반영하여 규범적 삶을 이해하는 데 도움을 준다(Berntsen & Rubin, 2004; Bohn, 2010).

한편 각 문화권에서 일반적인 기대나 규범으로 작동하는 규범적 삶은 개인의 심리적 웰빙과 밀접한 관련을 갖는다. 일례로, 사회적 기대에 부합한 삶은 사회적 승인과 소속감을 느끼기 쉽다(Syed & McLean, 2023). 이러한 긍정적 대인관계와 높은 사회 적응 수준은 심리적 스트레스를 낮추고 주관적 안녕감을 높일 수 있다(한덕웅, 2006). 나아가 인생의 주요 생애전환 사건(예: 취업, 결혼, 출산)을 사회적으로 기대되는 연령에 성취하는 것은 기본 심리적 욕구인 자율성, 유능성, 관계성을 충족시켜 심리적 웰빙을 높이는 데 기여한다(Helson et al., 1984; Neugarten, 1979; Pekel-Uludağlı & Akbaş, 2019). 반면 사회에서 합의된 규범적 삶에서 벗어나는 것은 심리적

부담을 초래할 수 있다(Elder, 1998; Kaplan & Gangestad, 2005). 특히 규범이 강하게 작동하고 규범 이탈에 대한 관용이 낮은 한국 사회에서는 규범을 따르는 삶에 대한 요구가 높기 때문에(Gelfand et al., 2011), 규범적 삶과 개인의 심리적 웰빙 간 관련성이 보다 높을 것으로 예상된다.

이렇듯 한국 사회에서 규범적 삶의 심리적 기능이 보다 강조될 수 있음에도 불구하고, 국내에서 규범적 삶의 형태를 구체적으로 조사하거나 심리적 웰빙과의 관계를 탐구한 시도는 매우 제한적이다. 따라서 본 연구는 문화적 인생 각본을 통해 한국의 규범적 삶의 형태, 즉 규범적 삶의 사건과 시기를 조사하고, 규범적으로 사는 것이 다양한 차원의 심리적 웰빙과 어떻게 관련되어 있는지 확인할 것이다.

본 연구의 목적을 요약하면 다음과 같다. 첫째, 한국인이 인식하는 규범적 인생 사건과 시기를 조사하여 문화적 인생 각본을 구성하고자 한다. 이때, 문화적 인생 각본에 포함되는 각 사건의 기대 나이, 보편성, 중요성, 정서가, 의미 수준을 함께 확인할 것이다. 둘째, 개인의 삶이 규범적 삶과 부합한 정도를 삶의 규범성이라 정의 내리고 삶의 규범성과 다양한 차원의 심리적 웰빙 간 관계를 확인할 것이다. 셋째, 규범적 사건을 실제로 이행한 시기가 사회적으로 바람직하게 여겨지는 시기와 얼마나 유사한지가 심리적 웰빙과 관련이 있는지 탐색적으로 살펴볼 것이다. 넷째, 연령에 따라 규범적인 삶의 형태가 다르게 구성되는지 그리고 연령에 따라 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계가 다르게 나타나는지 탐색적으로 살펴볼 것이다.

### 규범적 삶의 개념과 연구 동향

여러 분야의 학자들은 개인의 주요 인생 전환 사건에 대한 사회 내 공유된 믿음과 기대를 다양한 개념으로 조사해왔다. Havighurst(1952)는 취업, 결혼, 자녀 양육, 사회적 집단 형성 등 전생애 발달 단계에서 개인이 성취해야 하는 발달

과업(developmental tasks)을 정리했다. Neugarten과 Neugarten(1986), Settersten(2003)은 특정 연령에 수행하기 적합한 활동이나 역할에 대한 사회적 기대가 있음을 밝히면서 모든 문화권에는 사회적 시계(social clock)와 나이 규범(age norm)이 존재함을 밝혔다. Berntsen과 Rubin(2002)은 앞서 제시된 발달 과업과 사회적 시계, 나이 규범을 아우르는 개념으로 문화적 인생 각본(CLS; Cultural Life Script)을 제안하였다. 문화적 인생 각본은 각 문화권에서 규범적으로 여겨지는 인생 형태에 대한 공유된 지식으로, 규범적으로 인식되는 사건들과 각 사건을 수행하기 적합한 연령과 순서를 포함한다(Berntsen & Rubin, 2004).

위와 같이 해외에서는 다양한 개념으로 규범적인 삶과 관련된 연구가 수행되었다. 반면 한국은 일정 시기에 사회적으로 기대되는 과업 성취를 중요시해왔음에도 불구하고, 규범적인 삶에 대한 탐구는 제한적으로 이루어져 왔다. 국내에서 수행된 일부 연구를 살펴보면, 연구자가 임의로 선별한 발달 과업들을 중심으로 주요 인생 전환 사건에 대한 지각된 중요성과 성취 여부만을 조사하였다. 구체적으로, 장휘숙(2008)은 Havighurst(1952)의 발달 과업, Schulenberg 등(2004)의 건강한 생활 양식과 관련된 과업, James 등(2004)의 자기 계발 및 직업 과업, 형제·자매·부모 관련 과업 및 노후 준비 관련 과업을 통합하여 한국인의 발달 과업 목록을 구성하였다. 이후 개인이 각 과업을 성취했는지, 얼마나 중요하다고 생각하는지를 조사하였다. 이윤경(2021)은 전통적으로 규범적이라 여겨진 진학, 취업, 승진, 결혼, 출산을 나이 규범에 따라 성취하는 것의 중요성을 연령별로 살펴보았다. 선행연구들은 인생 주요 사건에 대한 인식과 성취 여부를 조사했다는 점에서 의의가 있다. 하지만 사건을 연구자가 임의로 선별했기 때문에 사회 구성원이 생각하는 규범적 삶을 충분히 반영하지 못한다는 한계를 가진다. 또한 선별 과정에서 연구자의 편향이 개입되었을 우려가 있다. 본 연구는 위 한계에서 비교적 자유로운 문화

적 인생 각본의 조사 방식을 통해 현 한국 사회를 살아가는 구성원들이 인식하고 있는 규범적인 삶의 형태와 각 사건에 대한 인식(기대 나이, 보편성, 중요성, 정서가, 의미 수준)을 확인하고자 한다.

### 문화적 인생 각본을 통한 규범적인 삶 탐구

문화적 인생 각본은 어떤 시기에 어떠한 유인가를 가진 사건을 많이 회상하는지 조사하기 위해 주로 기억 및 인지 심리학 분야에서 다뤄져 왔다. 선행 연구에서는 문화적 인생 각본을 통해 크게 두 개의 현상을 밝혔다. 첫 번째는 전생애 중 청소년기와 청년 초기의 사건을 가장 많이 회고한다는 기억의 회고 절정(reminiscence bump)이고, 두 번째는 부정적 유인가의 사건보다 긍정적 유인가의 사건을 더 빈번하게 회상한다는 긍정 편향(positive bias)이다(Berntsen & Rubin, 2004). 이중 McLean과 동료들(2023)은 긍정 편향 현상에 주목하며 문화적 인생 각본은 ‘올바른 선택’을 한 개인의 원형적 삶의 형태를 보여준다고 주장하였다. 다시 말해, 문화적 인생 각본은 가치중립적인 삶의 형태가 아니라 특정 문화권 내에서 공유되는 이상적인 삶의 원형인 것이다.

문화적 인생 각본은 참여자들에게 규범적 인생 사건들을 지각된 순서로 나열하게 하는 방식으로 조사된다. 수집된 주관식 응답은 간단한 사건명으로 코딩이 되고, 높은 빈도로 등장한 사건들로 문화적 인생 각본의 목록이 구성된다. 이때, 각 사건이 일어날 것이라 기대되는 나이, 사건이 문화 내에서 보편적이고 중요하다고 여겨지는 정도, 사건이 긍정적(혹은 부정적)으로 여겨지는 정도를 함께 조사하여 각 사건에 대한 인식을 확인한다. 이러한 조사 방식은 사회 구성원들이 공유하고 있는 규범적 삶의 형태를 직접적으로 조사할 수 있다는 이점이 있다. 그뿐만 아니라 조사 시점에 해당 문화권의 사회문화적 배경이 고려되어 시대에 따라 새롭게 등장하

거나 사라지는 사건들을 포착할 수 있다.

문화적 인생 각본에는 문화적으로 보편적인 사건이 포함됨과 동시에 각 문화권의 고유한 사건들이 등장한다. 멕시코인, 그린란드인, 중국인, 덴마크인을 대상으로 문화적 인생 각본을 조사한 Scherman 등(2017)에 따르면, 네 국가 모두에서 유치원/어린이집 입학, 대학 입학, 결혼, 출산, 은퇴, 노년기 삶 등의 사건이 공통적으로 등장했다. 한편 문화마다 고유한 사건들 또한 발견되었다. 멕시코는 가족, 종교, 15살(성인)이 되다라는 사건이, 그린란드는 어린아이 양육하기, 야외 활동 경험, 사냥 성공 경험이라는 사건이, 중국은 평생교육, 가족과 사회적 책임, 직장 생활, 건강과 관련된 사건이, 덴마크는 이혼, 배우자의 사망, 어린 시절의 사회화, 독립 사건이 등장하였다. 대학 입시를 중요시 여기는 일본과 중국의 문화적 인생 각본에는 서양 문화권에서 등장하지 않은 대학 입시 사건이 주요 사건으로 꼽히기도 하였다(Janssen et al., 2014; Scherman et al., 2017). 이처럼 각 문화권마다의 역사, 생활양식, 사회적 가치 등이 반영되어 서로 다른 내용의 고유한 문화적 인생 각본이 구성된다. 또한 동일한 인생 사건이라 하더라도 사건에 대한 기대 나이, 보편성, 중요성, 정서가도 문화마다 상이하게 나타날 수 있다(Berntsen & Rubin, 2004; Bohn & Berntsen, 2008).

이처럼 여러 국가에서 문화적 인생 각본에 대한 연구가 진행되어 왔으나, 한국에서는 아직 문화적 인생 각본을 구성하려는 시도가 이루어지지 않았다. 따라서 본 연구는 최초로 한국인의 문화적 인생 각본을 정립함으로써 한국 사회에서 인식되는 규범적 삶의 형태를 확인할 것이다. 나아가 각 사건에 대한 인식(기대 나이, 보편성, 중요성, 정서가)도 함께 조사할 것이다. 이 때, 기존 연구에서는 조사되지 않은 의미 점수를 함께 측정하고자 한다. 이는 개인이 각 사건에 부여하는 의미에 따라 사건을 해석하고 이해하는 방식이 달라질 수 있기 때문이다(Updegraff & Taylor, 2021). 이러한 한국의 문화적 인생 각

본에는 한국의 높은 교육열과 학벌 중심 문화, 가족주의 문화를 반영하는 사건들(예: 학업, 취업, 가족 형성 과업)이 두드러지게 등장할 것으로 예상한다.

**연구 문제 1.** 한국인을 대상으로 한 규범적 인생 사건 목록 즉, 문화적 인생 각본은 어떤 사건들로 구성되며 각 사건은 어떻게 인식되는가?

### 삶의 규범성과 심리적 웰빙

본 연구에서는 Rubin 등(2009)의 연구를 차용하여 문화적 인생 각본(CLS; Cultural Life Script)과 개개인이 살아오면서 경험한 주요 사건들로 구성된 개인 인생사(ILS; Individual Life Story)가 일치하는 정도를 삶의 규범성으로 정의하고, 삶의 규범성이 다양한 차원의 심리적 웰빙과 어떠한 관련성을 가지는지 살펴보고자 한다.

삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계는 사회적 규범이 중요시되는 문화권에서 더욱 주목할 필요가 있다. 동양 문화권은 서양 문화권보다 사회적 규범이 강하게 작동하는 문화(cultural tightness)로, 사회 구성원들은 유사한 가치를 공유하고 강한 동질성을 유지한다(Talhelm & English, 2020; Triandis, 1989). 이렇게 규범이 강한 문화권에서는 규범적 틀에서 벗어난 행동에 대해 낮은 관용적 태도를 보인다(Gelfand et al., 2011). 즉, 규범적 삶에 대한 요구가 높은 한국 사회에서 규범적으로 기대되는 삶의 궤적을 따르는 것은 심리적 웰빙에 중요한 영향을 미칠 수 있다.

Ryan과 Deci(2000)의 자기결정성 이론에 따르면, 주요 발달 과업 성취는 인간의 기본 심리 욕구를 충족시키고, 심리적 발달에 긍정적 역할을 한다(Reis et al., 2000). 특히 성인기에 이행하는 취업, 결혼, 출산 등의 사건은 기본 심리 욕구인 자율성, 유능성, 관계성을 충족시켜준다(Pekel-Uludağlı & Akbaş, 2019). 취업과 경제활동

의 시작은 자신의 행동, 결정에 대한 자율성을 갖게 하며, 경력을 쌓고 발전하는 과정은 유능성을 채워준다. 또한 직장 생활 및 결혼 생활, 부모 역할 수행은 관계성을 충족시켜 준다 (Pekel-Uludağlı & Akbaş, 2019; Reitzle, 2006). 나아가 사회적 기대에 따라 사는 것은 통합된 자아 형성과 사회적 승인, 소속감을 얻는데 기여한다 (Syed & McLean, 2023).

일부 선행 연구는 규범적으로 사는 것과 심리적 웰빙이 밀접하게 관련되어 있다는 실증적 결과를 제시했다(Havighurst, 1974; Schulenberg et al., 2004). 터키인을 대상으로 한 연구에 따르면, 결혼을 사회적 시계에 맞게 경험한 사람들이 사회적 시계에서 벗어난 사람들보다 기본 심리 욕구의 충족이 더 높았다(Pekel-Uludağlı & Akbaş, 2019). Grysman과 Dimakis(2018)는 미국인을 대상으로 자신의 미래 삶이 문화적 인생 각본과 얼마나 일치할 것 같은지 기대 수준을 측정하였다. 그리고 그 기대 수준이 궁정적인 자기 인식(자율성, 환경에 대한 통제감, 자기 수용, 삶의 만족도)과 궁정적 대인관계와 정적 관계에 있음을 밝혔다. 반면 개인의 삶이 규범적 삶의 패턴과 멀어지고 문화적 기대와 상충될수록 정서적 스트레스를 경험할 가능성이 높으며 이는 병리적 결과로 이어질 수 있다(Luborsky, 1993; Rubin et al., 2009). 구체적으로, 문화적 인생 각본에서 벗어나는 것은 외상 후 스트레스 장애 증상 혹은 우울과 관련이 있다(Rubin et al., 2009). 또한 사회적으로 바람직하게 여기는 시기 및 순서와 다르게 생애 전환 사건을 이행하는 것은 심리적으로 부정적인 결과를 초래할 수 있다. 예로 청소년기 임신과 같이 주요 발달 과업을 규범적 시기에서 벗어나 이행한 경우 그 이유를 주변인에게 설명해야 한다는 부담을 느낄 수 있고, 사회적 오명 혹은 비난의 대상이 될 가능성이 높다(Neugarten & Hagestad, 1976; Syed & McLean, 2023).

선행 연구를 종합해보면 얼마나 규범적인 삶을 살았는지는 심리적 웰빙과 관련이 있을 것

으로 예상된다. 하지만 이를 실증적으로 살펴본 연구는 제한적이다. 국내에서는 장휘숙(2009)이 일곱 개 주요 발달 과업을 성취한 수준과 이를 중요하게 여기는 정도가 행복, 삶의 만족도, 자아존중감과 어떠한 관계를 가지는지 조사한 바 있다. 그 결과, 발달 과업의 성취 수준과 이를 중요하게 여기는 수준이 높을수록 행복이 증가하였다. 그러나 해당 연구는 연구자가 임의로 선별한 과업들을 바탕으로 진행되었으며 일곱 개 중 다섯 개는 결혼 생활과 관련된 과업으로, 인생 전반에 걸친 규범적 삶을 포함하였다고 보기는 어렵다. 또한 연구 참여자가 30대에 한정됐다는 한계가 있다. 이러한 한계를 보완하여 본 연구는 성인 전 연령대 참여자를 대상으로 문화적 인생 각본을 조사하고, 이를 개개인의 주요 인생 사건 목록(i.e. 개인 인생사)과 대조하여 심리적 웰빙과의 관련성을 밝힐 것이다.

#### 본 연구: 삶의 규범성과 심리적 웰빙 간 관계에 대한 다차원적 접근

규범적인 삶은 교육, 가족 형성, 직업, 노후 등 삶 전반의 영역을 포괄하며, 이를 사회적으로 적기에 성취하는 것은 다양한 차원의 심리적 웰빙과 연관될 수 있다. 본 연구는 Oishi 등(2020)이 제안한 좋은 삶(good life)의 3가지 차원을 통해 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계를 다차원적으로 밝히고자 한다. Oishi 등(2020)은 좋은 삶(good life)을 행복한 삶, 의미 있는 삶, 풍요로운 삶으로 개념화하였다. 이는 상호 관련이 있지만 독립적인 개념으로 삶의 규범성과 각기 다른 패턴의 관련성을 보일 것으로 예상된다.

‘행복한 삶(happy life)’ 혹은 ‘헤도닉 웰빙(hedonic well-being)’은 삶의 만족과 궁정 정서, 기쁨, 편안함, 안정감으로 정의된다(Diener et al., 2018). 규범적 인생 사건을 사회적 시기에 맞게 이행하는 것은 사회적 소속감을 증진시키고, 삶을 더 예측 가능하게 만들 수 있다. 이러한 삶은 개인에게 심리적 안정감을 제공하여 행복한

삶으로 이어질 것이다. 본 연구는 행복한 삶을 삶의 만족도 척도(Diener et al., 1985)를 통해 측정할 것이며, 이는 삶의 규범성과 정적 관계를 가질 것으로 예상한다.

‘의미있는 삶(meaningful life)’ 혹은 ‘유다이모닉 웰빙(eudaimonic well-being)’은 삶의 의미 혹은 목적을 추구하고 실현하는 삶을 뜻한다. 본 연구에서는 Steger 등(2006)의 삶의 의미 척도를 사용하여 삶의 규범성과 의미있는 삶의 관계를 확인할 것이다. 삶의 의미는 의미 발견과 의미 추구로 구분된다. 의미 발견은 주관적으로 현재 삶이 의미 있다고 지각하는 정도를, 의미 추구는 의미를 발견하거나 증가시키기 위한 동기 혹은 욕구를 의미한다. 삶의 만족도를 포함한 다양한 심리적 웰빙 차원과도 정적 관계에 있는 의미 발견은 삶의 규범성과 정적 관계를 보일 것으로 예상한다(Reker et al., 1987; Ryff, 1989). 규범적 인생 목록에 포함된 사건들을 기반으로 이 관계를 유추해 볼 수 있다. 선행 연구에서도 확인할 수 있듯 규범적 인생 사건 목록에는 가족과 관련된 과업이 상당수 포함된다. 가족은 삶의 의미를 제공하는 주요한 원천 중 하나로 (Grouden & Jose, 2015; Lambert et al., 2010), 배우자와의 만남, 결혼, 출산, 자녀의 성장, 손자녀의 탄생과 같은 가족 관련 과업을 성취하는 것은 개인에게 삶의 의미를 제공할 것이다. 뿐만 아니라 자기계발 및 자아실현과 관련된 성취 경험(예: 대학 입학, 첫 취업, 직장 생활)은 삶의 의미를 충족시켜줄 것이다(Ryan & Deci, 2001). 반면 삶의 의미가 부재하거나 상실된 상태에서 비롯되는 의미 추구는(Steger et al., 2008) 삶의 규범성과 부적 상관을 보이거나 상관이 없을 것으로 예상한다. 규범적 인생 사건을 성취함으로써 삶의 의미를 발견하였다면, 의미를 추구하려는 동기가 약해질 수 있기 때문이다.

마지막으로, 비교적 최근 관심을 받고 있는 ‘풍요로운 삶(rich life)’은 새롭고 다양한 경험을 통해 세계관의 변화를 경험하는 삶을 의미한다. 풍요로운 삶은 비록 복잡하고 어렵더라도

새롭고 흥미로운 경험을 기꺼이 추구하며 지향하는 삶이다. Oishi 등(2020)은 실존주의 철학자 Kierkegaard(2004)의 말을 인용하여, 잘 갖추어진 직업, 안정적인 결혼, 출산은 많은 측면에서 행복하고 의미 있는 삶일 것이나 이러한 삶이 반드시 다양한 관점의 변화를 가져오는 풍요로운 삶은 아닐 수 있다고 주장하였다(Oishi & Westgate, 2022). 즉, 풍요로운 삶은 안정적이고 예측이 가능한 삶보다는 불안정하거나 관습에서 벗어나는 삶과 관련이 있다. 이에, 삶의 규범성은 풍요로운 삶과 부적 상관을 보이거나 관련이 없을 것으로 예상한다.

이처럼 심리적 웰빙은 단일한 개념이 아니라 다차원적인 구성요소로 이루어져 있으며, 각 차원은 항상 동일한 방향으로 작동하지 않을 수 있기 때문에 통합적이고 동시적인 접근이 요구된다. 사회적 규범에 부합하는 삶은 안정감과 사회적 소속감을 증진시켜 삶에 대한 만족도와 의미를 충족시켜줄 수 있지만, 예측 가능하고 구조화된 삶은 반대로 의미 추구 동기와 심리적 풍요로움을 약화시킬 수 있다. 본 연구는 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 세 차원(삶의 만족, 의미 있는 삶, 풍요로운 삶)간의 관계를 살펴봄으로써 두 관계를 보다 심층적으로 이해하고자 하였다.

## 연구 문제 2. 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계는 어떠한가?

**가설 1.** 삶의 규범성은 삶의 만족도와 정적 상관을 보일 것이다.

**가설 2.** 삶의 규범성은 의미 발견과 정적 상관을 보일 것이다.

**가설 3.** 삶의 규범성은 의미 추구와 부적 상관을 보이거나 유의미한 상관을 보이지 않을 것이다.

**가설 4.** 삶의 규범성은 심리적 풍요와 부적 상관을 보이거나 유의미한 상관을 보이지 않을 것이다.

삶의 규범성을 논의할 때 주목해야 할 또 다른 요소는 나이 규범이다. 나이 규범이란 특정 사건을 수행하기 '적절한 시기'에 대한 사회적 기대 혹은 공유된 인식을 의미한다(Neugarten & Neugarten, 1986). 나이 규범에 대한 선행 연구들은 사건 이행 시기가 사회적 시기보다 이를 때 와 늦을 때를 구분하여 서로 다른 심리적 양상을 살펴보았다. 예를 들어, 결혼이나 출산을 사회적 기대 나이보다 이르게 경험했다고 지각하는 사람들은 기대 시기에 부합했다고 인식하는 사람들에 비해 우울 수준이 높고(Yang et al., 2025), 관계성, 유능성, 자율성과 같은 기본 심리 욕구 충족 정도가 낮았다(Pekel-Uludağlı & Akbaş, 2019). 물론 사회적 기대 나이보다 늦게 이행했다고 지각한 경우도 이와 같은 부정적 심리 상태를 경험했지만(Pekel-Uludağlı & Akbaş, 2019), 이르게 성취했다고 지각한 사람들에 비해 그 정도가 더 약했다. 종합하면, 결혼이나 출산을 일찍 이행했다고 인식하는 사람들에게는 더 부정적인 심리 상태를 경험한다. 이 결과를 Yang 등(2025)은 다음과 같이 해석하였다. 이른 결혼은 타인으로부터 부정적 시선 혹은 의문을 야기하여 사회적 지지를 충분히 받기 어렵고, 임신 후 결혼과 같이 결혼 자체에 대한 자발적 의지가 낮은 상황에서 이루어졌을 가능성이 크다. 이는 낮은 결혼 만족도로 이어지며 부정적 심리 상태를 유발할 수 있다. 반면 사회적 시기보다 늦은 경우, 결혼 이전까지 사회적 압박을 느낄 수는 있지만, 경력개발 및 안정적인 경제적 기반 형성을 통해 부정적 상태를 완화할 수 있다.

이처럼 선행연구들은 결혼, 출산과 같은 특정 사건의 이행 시기와 심리적 웰빙 간 관계에 주로 집중해 왔으나, 인생 전반에 걸쳐 경험한 사건들의 이행 시기가 사회적 기대 나이보다 이른지 혹은 늦은지를 종합적으로 살펴본 연구는 매우 드물다. 이러한 종합적 접근은 삶에서 여러 규범적 인생 사건을 사회적 시기보다 이르게 혹은 늦게 이행한 경험이 누적되어, 현재의

심리적 웰빙 수준에 어떠한 영향을 미쳤는지 확인할 수 있게 할 것이다. Yang 등(2025)의 주장에 따라, 사회적 기대 나이보다 이른 경험과 늦은 경험 각각은 서로 다른 심리적 상태를 보일 수 있기 때문에 각 집단을 나누어 살펴볼 필요가 있다. 따라서 본 연구는 규범적 사건을 이행한 시기가 사회적 기대 시기보다 빠른지 혹은 늦은지에 따라 집단을 구분한 뒤, 실제 이행 나이와 기대 나이 간 차이에 따른 각 사건에 대한 인식과 심리적 웰빙 간 관계를 살펴볼 것이다.

**연구 문제 3.** 규범적 인생 사건을 경험한 시기가 사회적 시기에서 벗어나는 것은 규범적 인생 사건에 대한 인식(정서가, 중요성, 의미점수) 및 심리적 웰빙과 어떠한 관련성을 보이는가?

#### 연령집단별 탐색적 비교

추가적으로 본 연구는 문화적 인생 각본 및 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계를 연령집단별로 탐색해 보고자 한다. 한국인의 문화 성향에 대한 경험적 연구를 메타분석한 결과에 따르면, 연령이 낮아질수록 개인주의 성향이 더 강해진다(박혜경, 김상아, 2018). 이러한 결과는 한국 사회에서 젊은 세대가 개인의 독립성과 자율성을 보다 강조하면서 기성세대와는 다른 문화를 영위해 나가는 현상을 보여준다. 이러한 문화 격동은 기존의 원형적 삶에 대한 태도에 변화를 수반하였다. 구체적으로, 대표적인 규범적 인생 사건인 결혼과 출산을 선택적 영역으로 수용하는 20-30대의 젊은 세대들이 증가했다(김나연, 이수민, 2021; 여성가족부, 2021). 40대 이하의 젊은 층은 40대 이상의 연령대에 비해 주요 발달 과업(예: 진학, 취업, 승진, 결혼, 출산)을 사회적으로 기대되는 연령에 수행하는 것의 중요성을 더 낮게 평가하는 경향을 보였다(이윤경, 2021). 본 연구에서는 이러한 변화 실태를 고려하여 문화적 인생 각본을 연령대별로 구성한

뒤, 목록에 포함된 상위 세 개 사건과 각 사건에 대한 인식(기대 나이, 보편성, 중요성, 정서가, 의미 점수)의 세대간 차이를 살펴볼 것이다. 또한 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계가 연령집단별로 다르게 나타나는지 알아볼 것이다. 이에, 다음과 같은 연구 질문에 답하고자 하였다.

**연구 문제 4.** 문화적 인생 각본 목록 구성 및 상위 사건에 대한 인식이 연령집단별로 다르게 나타나는가?

**연구 문제 5.** 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계가 연령집단별로 다르게 나타나는가?

## 방 법

### 참여자

본 연구는 온라인 조사 업체를 통해 20대부터 60대까지의 성인 남녀를 모집하였다. 각 나이와 성별을 유사한 비율로 모집하여 총 402명의 응답을 수집하였다. 참여자들의 평균 나이는 44.62 ( $SD = 13.79$ )세였고, 주관적 사회경제적 지위 평균은 5.29( $SD = 1.53$ )였다. 교육 수준은 중학교 졸업 이하가 4명(1%), 고등학교 졸업/검정고시 통과가 71명(17.7%), 현재 대학과정 중 혹은 부분 수료가 17명(4.2%), 전문대 혹은 2년제 대학 졸업이 49명(12.2%), 4년제 대학 졸업이 218명(54.4%), 석사/박사 학위 소지자가 42명(10.5%)이었다. 다수의 참여자가 고등교육 수료 혹은 이

수자였다. 지시문을 제대로 이해하지 못한 인원, 중도에 응답을 중단한 인원, 주의집중 문항에 탈락한 인원 25명을 제외하고 문화적 인생 각본 (이후 CLS로 지칭)은 총 388명, 개인 인생사(이후 ILS로 지칭)는 총 391명의 응답을 최종 분석에 사용하였다(표 1).

### 절차

본 연구는 저자들이 소속된 대학 내 기관생명윤리위원회의 승인을 거쳐 실시되었다(KUIRB-2022-0187-01). 참여자들은 온라인 설문을 통해 심리적 웰빙 척도(삶의 만족도, 삶의 의미, 심리적 풍요)에 응답하였다. 이후 CLS 지시문 (Berntsen & Rubin, 2004)과 ILS 지시문(Rubin et al., 2009)을 각각 읽고, 주관식으로 CLS 및 ILS 사건을 작성한 후 각 사건의 기대 나이, 보편성, 중요성, 정서가, 의미 점수를 평정하였다. 마지막으로 인구통계학 정보에 해당하는 나이, 성별, 주관적 사회경제적 지위, 교육 수준을 묻는 항목에 응답하였다. 조사 종료 후에는 온라인 설문 업체 내규에 맞게 참여자들에게 보상이 지급되었다.

### 도구

#### 삶의 만족도

전반적인 삶의 만족도를 묻는 문항으로, Diener 등(1985)이 개발하고 조명한과 차경호(1998)가 번안한 척도를 사용하였다. 총 5문항으로 7점 척도(1: ‘전혀 그렇지 않다’, 7: ‘매우 많

표 1. 연령집단별 CLS 및 ILS 분석 인원

구분	계	20대		30대		40대		50대		60대	
		남	여	남	여	남	여	남	여	남	여
총 응답	402	41	40	41	40	41	41	40	41	37	40
CLS	388	41	38	38	39	41	40	37	41	34	39
ILS	391	40	40	39	39	41	36	39	40	37	40

이 그렇다'로 구성되어 있다. 예시 문항으로는 '전반적으로 나의 삶은 내가 생각하는 이상적인 삶에 가깝다', '내 인생의 여건은 아주 좋은 편이다' 등이 있다. Cronbach's  $\alpha$ 는 .897이었다.

### 삶의 의미

Steger 등(2006)이 개발하고 원두리 등(2005)이 번안한 문항을 사용하였다. 삶에서 의미를 발견한 정도를 측정하는 의미 발견(예: '나는 내 삶의 의미를 이해하고 있다')과 삶에서 의미를 찾는 경향을 측정하는 의미 추구(예: '나는 내 삶을 의미 있게 만드는 무언가를 찾고 있다')를 각각 5문항으로 측정하였다. 참여자들은 자신의 상태와 일치하는 정도를 7점 척도(1: '전혀 그렇지 않다', 7: '매우 많이 그렇다')로 평가하였다. Cronbach's  $\alpha$ 는 .899였다.

### 심리적 풍요

Oishi 등(2019)이 개발한 척도를 연구자가 번안하고 미국 대학의 심리학 전공 출신 학부생 및 국내 대학원생이 역번안한 뒤 사용하였다. 총 17문항이며 7점 척도(1: '전혀 그렇지 않다', 7: '매우 많이 그렇다')로 평정하게 하였다. 예시 문항으로는 '내 삶은 심리적으로 풍부했다', '내 삶은 경험적으로 풍부했다' 등이 있다. Cronbach's  $\alpha$ 는 .924였다.

### 문화적 인생 각본(CLS)

Berntsen과 Rubin(2004)이 개발한 방식에 따라, 한국 사회에서 경험할 전형적인 인생 사건들을 주관식으로 응답하게 하였다. 구체적으로, 현재 한국에서 자신과 성별이 같고 지극히 평범한 인생을 살아갈 아이가 태어난다고 가정하고, 이 아이가 출생부터 죽음까지 경험할 인생의 주요한 사건 7가지를 머릿속에 떠오르는 순서대로 서술하게 했다. 이때 참여자들은 각 사건의 내용을 구체화할 수 있는 짧은 제목도 함께 기재하였다. 이후 각 사건이 일어날 것으로 예상하는 기대 나이와 100명 중 몇 명이 해당 사건을

경험할 것으로 예상하는지(보편성)를 주관식으로 응답하였다. 이어서 각 사건의 중요성(1: '전혀 중요하지 않음', 7: '매우 많이 중요함'), 정서가 (-3: '부정적', 0: '중립적', 3: '긍정적')를 평정하였다. 마지막으로 Berntsen과 Rubin(2004)에서는 측정되지 않은 의미 점수(1: '전혀 의미 있지 않음', 7: '매우 많이 의미 있음')를 추가로 측정하였다.

### 개인 인생사(ILS)

Rubin 등(2009)의 측정 방식에 따라 개인 인생사(ILS)를 조사하였다. 참여자는 출생부터 현시점 까지 자신이 경험한 인생의 주요 사건 7가지를 작성하였다. 구체적으로, 나의 과거를 알지 못하는 사람과 친해졌고, 그 사람이 매우 신뢰할 만하다고 여겨 나의 출생부터 현재까지 가장 주요한 인생 사건을 들려준다면 무엇일지 짧은 제목과 함께 7가지 사건을 기술하게 하였다. 이후 각 사건을 경험한 나이와 100명 중 몇 명이 해당 사건을 경험할 것으로 예상하는지 주관식으로 응답하게 하였다. CLS와 동일한 방식으로 중요성, 정서가, 의미 점수를 측정하였다.

### 인구통계학적 변인

인구통계학적 변인으로 나이, 성별, 교육수준, 주관적 사회경제적 지위를 측정하였다. 교육수준은 다음과 같은 범주로 측정하였다: (1) 중학교 졸업이하, (2) 고등학교 졸업/검정고시 통과, (3) 현재 대학과정 중 혹은 부분 수료, (4) 전문대 혹은 2년제 대학 졸업, (5) 4년제 대학 졸업, (6) 석사/박사 학위 소지. 참여자의 주관적 사회경제적 지위는 10단계의 사다리를 제시하고 응답하도록 하였다. 1은 가장 낮은 수준을, 10은 가장 높은 수준을 의미한다.

### 코딩

기존 용례에 따라(Bohn, 2010), Berntsen과 Rubin(2004)이 최초로 구성한 CLS 사건(예: 출생,

표 2. CLS 및 ILS 응답 코딩 시 고려 사항

a) 한 참여자의 7가지 응답 중 두 개 이상의 응답이 동일한 사건으로 코딩될 수 있음 예) 참여자 A의 CLS 두 번째 응답: '치열한 싸움, 등수 전쟁이 시작됨' → '학업'으로 코딩 참여자 A의 CLS 세 번째 응답: '학원을 다니며 많은 공부를 해야 함' → '학업'으로 코딩 *전체 참여자의 '학업' 빈도수를 계산할 때, A 참여자의 총 두 개의 '학업' 응답은 한 개만 포함
b) 한 응답에 두 개 이상의 사건이 포함될 경우, 사건을 각각 코딩함 예) 참여자 A의 CLS 네 번째 응답: '대학에 들어가고 일을 하기 시작함' → '대학 입학'과 '첫 취업'으로 코딩
c) 응답의 내용이 추상적인 경우, 해당 응답의 전후 내용을 토대로 사건을 유추하여 코딩함 예) 참여자 A의 CLS 다섯 번째 응답: '평생을 함께 할 사람과 결혼함' → '결혼'으로 코딩 참여자 A의 CLS 여섯 번째 응답: '우리에게 선물이 찾아옴' → 다섯 번째 응답을 고려, '부모 되기'로 코딩
d) 응답 내 사건에 대한 부연설명(예: 의미부여)이 포함된 경우, 경험한 사건을 중심으로 코딩함 예) 참여자 A의 CLS 일곱 번째 응답: '은퇴를 함. 자아성찰이 시작되는 시기' → '은퇴'로 코딩

어린이집, 결혼, 출산, 노후 등)을 기반으로 사건을 코딩하였다. 본 연구에서 새롭게 등장한 사건들을 평정자들과 합의하여 CLS 목록에 추가하였다. CLS를 조사한 선행 연구를 참고하여 전체 참여자 4% 이상이 응답한 사건들로 CLS 목록과 ILS 목록을 구성하였다. 4% 미만 응답 사건은 '기타'로 분류하였다(Berntsen & Rubin, 2004; Grysman & Dimakis, 2018; Rubin et al., 2009).

저자 2명에 심리학 전공 대학원생 연구보조원 2명을 포함하여, 총 4명의 코더가 코딩을 실시하였다. 모든 코더는 1저자의 주도하에 코딩 교육과 시범을 마쳤다. 먼저, 4명의 코더를 두 팀으로 나누고, 각 팀이 참여자 응답의 절반씩을 맡아 코딩을 실시하였다. 4명 모두 독립적으로 1차 코딩을 실시한 후 팀별로 코딩 결과가 일치하는지 확인하였다. 일치되지 않은 코드에 대해서는 팀별 논의를 거쳐 합의하였으며, 이후 코더 전원이 1차 코딩을 교차 검증하였다. 전원이 합의되지 않은 사건은 1저자와 2저자가 재논의를 하는 2차 코딩을 진행하여 코딩명을 결정하였다. 최종 Cohen's  $\kappa$ 는 CLS가 .995, ILS가 .985였다. 최종적으로 합의되지 않은 사건은 1저자의 의견을 수렴하여 결정하였다. 기존 연구에서 CLS 및 ILS 코딩 방법에 대한 상세한

지침이 부재했기 때문에 저자들이 코딩 시 고려 사항을 직접 정립하였다. 이를 바탕으로 특수한 응답에 대해서 코더 간 합의를 도출하였다(표 2).

#### 삶의 규범성 정도 측정 방법

기존 연구에서 사용된 전형성 점수(typicality score; Bohn & Berntsen, 2008; Hatiboglu & Habermas, 2016) 산출 방식을 통해 삶의 규범성 정도를 측정했다. 전형성 점수를 계산하기 전, 20대부터 60대까지 10대 단위로 구분하여 총 다섯 개 연령 집단(20대, 30대, 40대, 50대, 60대)별 CLS 목록을 구성하였다. 각 CLS에는 해당 연령대의 참여자 중 4% 이상이 응답한 사건들만 포함하였다(Grysman & Dimakis, 2018; Rubin et al., 2009). 전형성 점수는 참여자가 속한 연령 집단의 CLS 목록 중 해당 참여자가 작성한 ILS 사건과 일치하는 사건들의 상대빈도를 합하고, 이를 참여자가 작성한 ILS의 총 사건 수(일반적으로 일곱 개)로 나눈 뒤 100을 곱하여 계산된다<sup>1)</sup>

1) 전형성 점수 계산 시 연령집단의 나이를 초과한 CLS 사건은 포함하지 않음. 예를 들어, 20대 참여자의 전형성 점수 산출 시, 20대 CLS 목록에서 평균 기대 나이

전형성 점수 = (ILS와 일치하는 CLS 사건들의 상대빈도의 합 / ILS 사건 수) \* 100

예시로, 40대 참여자 B가 작성한 ILS 일곱 개 사건 중 40대 집단의 CLS 목록에 속한 두 가지 사건(‘첫 취업’과 ‘결혼’)이 일치한다고 가정해 보자. ‘첫 취업’과 ‘결혼’의 CLS 상대빈도가 각각 0.667, 0.432일 때, 0.667과 0.432를 더하고 7로 나눈 뒤 100을 곱한 값인 15.7이 참여자 B의 전형성 점수가 된다. 여기서 CLS 상대빈도는 각 사건의 빈도수를 전체 참여자 수로 나눈 값이다. 따라서 상대빈도는 전체 참여자가 해당 사건을 언급한 비율을 보여주며, 값이 클수록 높은 비율로 응답된 사건이다. 이처럼 상대빈도에 따른 가중치가 반영되면서 빈도수가 높은 CLS 사건이 많이 포함될수록 전형성 점수 역시 커지게 된다. 이후 분석과 결과에서는 전형성 점수를 ‘삶의 규범성 정도’로 통칭하였다.

## 분석

Jamovi (version 2.2) 통계 프로그램을 사용하여 수집된 자료를 분석하였다. 먼저, CLS와 ILS 목록 내 각 사건의 빈도, 기대 나이, 보편성, 중요성, 정서가, 의미 점수의 평균과 표준편차를 구하기 위해 기술 통계 분석을 실시하였다. 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙 변인들의 관계는 상관 분석을 통해 알아보았다. 일원 배치 분산분석을 실행하여 CLS 상위 세 개 사건의 사건 인식 및 삶의 규범성 정도에서의 연령집단별 차이를 알아보았다. 마지막으로, 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙의 관계에서 연령의 조절효과를 확인하기 위해 SPSS 25.0 프로그램을 이용해 Hayes PROCESS Macro 모델 1번을 실시하였다.

가 30세 이상인 사건들(결혼, 부모 되기, 노년기 등)은 제외함. 20대 집단 대부분이 해당 사건들을 경험하지 않았을 가능성을 고려함.

## 결과

본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 문화적 인생 각본(CLS)과 개인 인생사(ILS)를 코딩한 내용을 바탕으로 각각의 목록을 구성하고, 사건 인식(기대 나이, 보편성, 중요성, 정서가, 의미 점수)의 평균을 분석하였다. 둘째, 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙 및 인구통계학적 변인과의 관계를 살펴보았다.셋째, CLS 사건들의 기대 나이와 사건을 실제로 이행한 나이의 차이가 심리적 웰빙과 갖는 관련성을 분석하였다. 마지막으로, 연령집단에 따라 CLS 목록 및 ILS 목록을 구성하고, 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙의 관계에서 연령집단별 차이를 탐색적으로 살펴보았다.

### 문화적 인생 각본(CLS)

#### CLS 목록과 사건 인식

총 388명의 응답에서 세 개의 결측값을 제외한 총 2,713개의 응답을 분석하였다. 참여자의 4% 이상이 응답한 사건으로만 CLS 목록이 구성되었다. 4% 미만의 사건은 ‘기타’로 분류되었고, 398개 응답이 포함되었다(표 3).

CLS 목록은 총 38개 사건으로 구성되었다. 가장 많은 참여자가 응답한 상위 열 개 사건(기대 나이 평균, 표준 편차)은 ‘결혼( $M = 31.30, SD = 2.97$ )’, ‘첫 취업( $M = 25.90, SD = 2.63$ )’, ‘부모 되기( $M = 32.83, SD = 4.61$ )’, ‘초등학교 입학( $M = 7.95, SD = 0.96$ )’, ‘출생( $M = 0.67, SD = 0.47$ )’, ‘대학 입학( $M = 19.84, SD = 0.97$ )’, ‘나의 죽음( $M = 83.56, SD = 11.56$ )’, ‘군대( $M = 21.45, SD = 1.05$ )’, ‘입시( $M = 18.64, SD = 1.09$ )’, ‘어린이집/유치원( $M = 5.11, SD = 1.11$ )’이었다. ‘군대’, ‘입시’를 제외한 대다수의 상위 사건은 해외 CLS의 상위 사건들과 일치하였다. 교육과 관련하여 해외 선행연구에서는 ‘초등학교 입학’, ‘중학교 입학’, ‘고등학교 입학’과 같이 공교육과 관련된 사건이 주로 포함된 반면, 한

한국심리학회지: 사회 및 성격

표 3. CLS 목록과 사건 인식

사건	빈도	기대 나이	보편성	중요성	정서	의미
		M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)
결혼	269	31.30(2.97)	65.24(20.15)	5.73(1.37)	1.67(1.28)	6.06(1.12)
첫 취업	213	25.90(2.63)	76.50(22.88)	6.05(1.03)	1.70(1.43)	5.98(1.07)
부모 되기	180	32.83(4.61)	60.02(21.34)	5.82(1.33)	1.78(1.44)	6.08(1.30)
초등학교 입학	175	7.95(0.96)	95.23(13.64)	5.77(1.24)	1.73(1.31)	5.70(1.19)
출생	147	0.67(0.47)	92.15(21.58)	6.61(0.80)	2.07(1.38)	6.44(0.95)
대학교 입학	133	19.84(0.97)	73.05(19.29)	5.54(1.29)	1.54(1.57)	5.65(1.45)
나의 죽음	101	83.56(11.56)	93.22(19.83)	6.06(1.43)	0.15(1.98)	5.71(1.65)
군대	76	21.45(1.05)	66.04(21.49)	4.69(1.50)	-0.27(1.77)	4.28(1.55)
임시	69	18.64(1.09)	83.30(16.38)	5.58(1.33)	0.62(1.76)	5.32(1.43)
어린이집/유치원	69	5.11(1.11)	88.87(12.92)	5.11(1.58)	1.46(1.27)	5.25(1.57)
연애	62	21.28(4.89)	77.34(18.01)	5.69(1.12)	1.80(1.09)	5.73(1.08)
노년기	61	63.42(8.99)	73.72(28.39)	6.11(1.17)	0.98(1.83)	5.97(1.21)
대인관계 형성	50	11.88(8.92)	88.70(20.72)	6.28(1.13)	1.88(1.54)	6.12(0.97)
학창 시절	44	11.63(3.95)	83.11(28.89)	6.09(1.12)	1.59(1.30)	5.67(1.43)
학업	43	12.49(6.95)	77.78(26.00)	5.67(1.41)	0.18(2.00)	5.24(1.65)
부모의 죽음	42	48.34(15.1)	89.27(25.09)	6.27(0.89)	-1.39(1.99)	6.20(1.32)
중학교 입학	39	14.10(1.30)	93.79(9.86)	5.36(1.58)	1.54(1.37)	5.26(1.53)
고등학교 입학	38	17.29(1.30)	92.22(10.64)	5.55(1.55)	1.61(1.35)	5.50(1.45)
사춘기	37	16.90(1.55)	84.33(21.38)	5.44(1.46)	0.79(1.68)	5.62(1.23)
은퇴	35	60.37(7.99)	78.26(24.38)	5.63(1.37)	0.26(1.81)	5.23(1.55)
첫 결혼마	35	2.09(2.02)	94.89(17.61)	6.40(1.07)	2.51(1.08)	6.43(1.05)
자녀의 독립	32	58.73(5.80)	63.42(17.2)	5.73(1.11)	1.76(1.18)	5.85(1.18)
여행	32	21.19(13.78)	67.46(24.91)	5.32(1.36)	1.92(1.32)	5.59(1.51)
직장 생활	29	28.93(6.64)	70.70(24.18)	6.30(0.78)	1.57(1.50)	5.87(1.38)
성취 경험	27	32.61(14.33)	40.67(27.72)	5.82(1.49)	2.06(0.98)	5.97(1.27)
타인의 죽음	26	50.37(19.89)	85.59(20.84)	5.96(1.26)	-1.59(1.81)	6.04(1.10)
백일잔치/돌잔치	26	1.28(0.45)	88.07(21.57)	5.24(1.61)	2.10(1.06)	5.76(1.16)
성인이 되다	25	20.72(2.25)	83.72(23.25)	5.64(1.52)	1.44(1.55)	5.60(1.39)
취업 준비	24	24.72(2.38)	83.84(21.42)	6.24(0.99)	-0.36(2.26)	5.76(1.58)
대학교 졸업	22	24.32(1.66)	73.50(26.99)	4.82(1.75)	1.00(1.71)	5.00(1.45)
건강 문제	22	41.61(23.6)	56.64(37.08)	6.07(1.16)	-1.21(1.82)	5.54(1.40)
공교육 졸업	19	16.89(3.02)	90.89(8.83)	5.00(1.49)	0.95(1.43)	4.95(1.47)
이별	18	26.39(11.9)	78.78(25.98)	5.78(0.97)	-0.22(1.90)	5.94(0.97)
첫 사랑	17	17.06(3.26)	87.71(15.75)	5.94(1.35)	2.24(0.88)	6.12(1.32)
언어 발달	17	2.50(1.21)	99.78(0.42)	6.22(1.44)	2.33(1.11)	6.39(1.11)
진로 고민	15	22.78(6.75)	68.44(21.83)	6.17(1.01)	1.39(1.30)	6.39(0.68)
유아기 성장	15	2.94(2.11)	79.50(32.77)	6.31(0.85)	1.88(1.22)	6.06(1.20)
내 집 마련	15	41.07(5.82)	51.00(20.35)	5.67(1.07)	1.33(1.85)	5.73(1.18)
기타	403					

국 CLS 목록에는 ‘입시’, ‘학창 시절’, ‘학업’처럼 교육과 관련된 보다 세부적인 사건들이 추가적으로 포함되었다.

다음으로, 각 사건별 특성을 살펴보았다. 보편성 점수가 높은 상위 다섯 개 사건은 ‘언어 발달( $M = 99.78, SD = 0.42$ )’, ‘초등학교 입학( $M = 95.23, SD = 13.64$ )’, ‘첫 걸음마( $M = 94.89, SD = 17.61$ )’, ‘중학교 입학( $M = 93.79, SD = 9.86$ )’, ‘나의 죽음( $M = 93.22, SD = 19.83$ )’이었다. 중요성에서 상위 다섯 개 사건은 ‘출생( $M = 6.61, SD = 0.80$ )’, ‘첫 걸음마( $M = 6.40, SD = 1.07$ )’, ‘유아기 성장( $M = 6.31, SD = 0.85$ )’, ‘직장 생활( $M = 6.30, SD = 0.78$ )’, ‘대인관계 형성( $M = 6.28, SD = 1.13$ )’이었다. 사건의 정서가는 1점 이상이면 긍정, -1점 초과 1점 미만이면 중립, -1점 이하이면 부정적인 것으로 분류하였다(Scherman et al., 2017). 긍정 사건은 ‘첫 걸음마( $M = 2.51, SD = 1.08$ )’, ‘언어 발달( $M = 2.33, SD = 1.11$ )’, ‘첫 사랑( $M = 2.24, SD = 0.88$ )’, ‘백일잔치/돌잔치( $M = 2.10, SD = 1.06$ )’, ‘출생( $M = 2.07, SD = 1.38$ )’ 등 총 25개로, 전체 사건의 65.8%를 차지했다. 중립 사건은 ‘노년기( $M = 0.98, SD = 1.83$ )’, ‘공교육 출업( $M = 0.95, SD = 1.43$ )’, ‘사춘기( $M = 0.79, SD = 1.68$ )’, ‘입시( $M = 0.62, SD = 1.76$ )’, ‘은퇴( $M = 0.26, SD = 1.81$ )’, 등 총 열 개이고 전체 사건의 26.3%를 차지했다. 부정 사건은 ‘타인의 죽음( $M = -1.59, SD = 1.81$ )’, ‘부모의 죽음( $M = -1.39, SD = 1.99$ )’, ‘건강 문제( $M = -1.21, SD = 1.82$ )’로 총 세 개이며, 전체 사건의 7.9%였다. 마지막으로, 의미 점수에서 상위 다섯 개 사건은 ‘출생( $M = 6.44, SD = 0.95$ )’, ‘첫 걸음마( $M = 6.43, SD = 1.05$ )’, ‘언어 발달( $M = 6.39, SD = 1.11$ )’, ‘진로 고민( $M = 6.39, SD = 0.68$ )’, ‘부모의 죽음( $M = 6.20, SD = 1.32$ )’이었다.

#### 개인 인생사(ILS)

#### ILS 목록과 사건 인식

총 391명의 응답에서 25개의 결측값을 제외한 총 2,712개 사건을 분석하여 ILS를 구성하였다. CLS와 마찬가지로 참여자의 4% 이상이 응답한 사건만을 포함시켰고, 4% 미만이 응답한 사건들은 ‘기타’로 분류하였다. 기타 사건에 포함된 응답의 개수는 총 588개였다(표 4).

총 47개 ILS 사건에서 가장 많은 참여자가 응답한 상위 열 개 사건(나이 평균, 표준 편차)은 ‘결혼( $M = 29.78, SD = 3.84$ )’, ‘첫 취업( $M = 25.16, SD = 3.52$ )’, ‘부모 되기( $M = 31.15, SD = 3.93$ )’, ‘대학교 입학( $M = 20.21, SD = 1.48$ )’, ‘군대( $M = 22.54, SD = 3.54$ )’, ‘여행( $M = 28.81, SD = 13.09$ )’, ‘부모의 죽음( $M = 34.57, SD = 16.06$ )’, ‘연애( $M = 24.85, SD = 6.65$ )’, ‘성취 경험( $M = 25.88, SD = 10.21$ )’, ‘초등학교 입학( $M = 7.92, SD = 1.13$ )’이었다. CLS와 마찬가지로 ILS 목록에도 ‘학창 시절’, ‘입시’가 포함되었고, 학업 영역에서 실패를 의미하는 ‘실패 경험(학업)’이 추가적으로 생성되었다. CLS 목록(총 38개 사건)과 ILS 목록(총 47개 사건)에서 일치되는 사건 수는 26개로 일치율은 약 55.3%였다.

다음으로, 사건별 특성 점수를 살펴보았다. 보편성 점수 상위 다섯 개 사건은 ‘초등학교 입학( $M = 79.60, SD = 31.18$ )’, ‘출생( $M = 77.68, SD = 34.59$ )’, ‘부모의 죽음( $M = 74.19, SD = 34.90$ )’, ‘입시( $M = 73.28, SD = 29.55$ )’, ‘학창 시절( $M = 72.31, SD = 35.10$ )’ 순이었다. 중요한 사건이라고 평가한 상위 다섯 개 사건은 ‘노년기( $M = 6.59, SD = 0.60$ )’, ‘종교생활( $M = 6.44, SD = 1.01$ )’, ‘부모 되기( $M = 6.36, SD = 0.93$ )’, ‘진로 결정( $M = 6.32, SD = 1.08$ )’, ‘자녀의 독립( $M = 6.29, SD = 0.75$ )’이었다.

긍정 사건은 ‘배우자와의 만남( $M = 2.42, SD = 0.94$ )’, ‘종교생활( $M = 2.39, SD = 1.11$ )’, ‘성취 경험( $M = 2.32, SD = 0.86$ )’, ‘내 집 마련( $M = 2.29, SD = 1.35$ )’, ‘여행( $M = 2.26, SD = 0.90$ )’ 등 22개(약 46.8%)였고, 중립 사건은 ‘학창 시절( $M = 0.97, SD = 1.59$ )’, ‘인턴/아르바이트( $M = 0.97, SD = 1.59$ )’이었다.

표 4. ILS 목록과 사건 인식

사건	빈도	나이	보편성	중요성	정서	의미
		M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)
결혼	173	29.78(3.84)	64.65(26.69)	6.21(1.06)	1.47(1.64)	6.20(1.12)
첫 취업	153	25.16(3.52)	62.50(31.05)	5.75(1.34)	1.65(1.43)	5.80(1.33)
부모 되기	132	31.15(3.93)	63.96(24.84)	6.36(0.93)	2.07(1.48)	6.36(1.12)
대학교 입학	115	20.21(1.48)	56.33(30.43)	5.70(1.33)	1.37(1.77)	5.67(1.39)
군대	86	22.54(3.54)	57.17(28.71)	5.24(1.58)	0.29(1.98)	5.10(1.67)
여행	70	28.81(13.09)	57.40(32.24)	5.75(1.16)	2.26(0.90)	5.77(1.04)
부모의 죽음	63	34.57(16.06)	74.19(34.90)	6.16(0.98)	-1.94(1.40)	5.75(1.58)
연애	58	24.85(6.65)	61.27(32.65)	5.79(1.18)	1.50(1.66)	5.74(1.32)
성취 경험	55	25.88(10.21)	34.68(31.52)	5.92(0.93)	2.32(0.86)	5.80(1.31)
초등학교 입학	50	7.92(1.13)	79.60(31.18)	5.78(1.14)	1.56(1.39)	5.52(1.28)
*사고 경험	50	22.01(13.79)	28.77(29.43)	5.16(1.65)	-1.51(1.77)	4.71(1.78)
*이사	50	18.75(13.53)	55.93(32.78)	5.48(1.16)	0.27(1.55)	5.27(1.43)
직장 생활	47	32.78(10.47)	49.75(32.30)	5.90(1.19)	0.78(1.98)	5.80(1.17)
출생	46	0.98(1.54)	77.68(34.59)	6.23(1.32)	1.43(1.99)	6.15(1.43)
건강 문제	45	33.94(16.93)	34.24(26.66)	5.24(1.92)	-1.06(1.88)	4.88(2.00)
*가정의 불화(원가족)	41	16.39(9.95)	43.52(26.25)	5.83(1.52)	-2.26(1.34)	5.37(1.80)
대인관계 형성	35	19.18(10.81)	69.39(29.37)	6.00(1.49)	1.24(1.88)	5.76(1.61)
고등학교 입학	33	16.85(0.74)	71.55(35.55)	5.52(1.31)	0.39(1.87)	5.64(1.18)
*해외 거주/유학	33	25.68(10.00)	17.34(20.12)	5.95(1.19)	1.82(1.25)	5.95(1.34)
*이직	32	37.26(11.92)	44.71(30.66)	5.29(1.61)	1.23(1.67)	5.34(1.62)
*가족	30	36.12(17.37)	62.61(32.97)	6.27(1.02)	1.30(1.88)	6.39(0.95)
*경제적 문제	29	26.44(13.04)	47.94(25.21)	5.88(1.32)	-1.34(1.67)	5.56(1.25)
*대인관계 갈등	28	28.49(13.14)	47.46(24.96)	5.34(1.26)	-0.93(1.99)	4.66(1.79)
타인의 죽음	27	32.23(16.32)	45.63(35.26)	5.77(1.36)	-1.60(1.40)	5.70(1.39)
사춘기	27	16.07(2.64)	41.70(31.83)	5.00(1.89)	-1.04(1.62)	4.78(2.06)
이별	26	25.38(9.10)	57.38(34.52)	5.50(1.45)	-1.31(1.83)	5.31(1.54)
*어린 시절 일화	26	6.70(2.30)	36.80(31.04)	4.80(1.64)	0.90(1.68)	4.80(1.81)
학창 시절	25	15.24(2.84)	72.31(35.10)	5.28(1.17)	0.97(1.59)	4.93(1.78)
은퇴	25	55.28(6.07)	56.79(29.98)	5.76(1.34)	0.04(1.97)	5.36(1.72)
입시	25	18.72(0.92)	73.28(29.55)	5.40(1.83)	0.28(1.80)	5.28(1.61)
*취미	25	24.28(10.32)	48.59(31.69)	5.59(1.57)	2.21(0.89)	5.66(1.42)

표 4. ILS 목록과 사건 인식

(계속)

사건	빈도	나이	보편성	중요성	정서	의미
		M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)
*가족의 질병 및 사고	24	39.27(15.88)	34.88(30.22)	6.19(1.71)	-2.42(1.31)	6.15(1.06)
*심리적 문제	23	29.31(13.56)	33.81(29.31)	5.91(2.31)	-2.81(0.73)	4.43(2.97)
*실패 경험(직업)	22	36.82(7.62)	33.64(27.96)	5.18(1.85)	-1.68(1.43)	5.50(1.59)
내 집 마련	21	35.95(5.05)	58.16(22.31)	6.10(0.92)	2.29(1.35)	5.86(1.46)
첫 사랑	21	19.14(4.16)	72.19(31.84)	5.43(1.71)	1.76(1.44)	6.05(1.50)
*가정의 불화(형성가족)	20	37.09(11.33)	44.52(26.90)	5.52(1.41)	-1.52(1.72)	4.83(1.93)
중학교 입학	19	13.79(0.52)	70.79(35.37)	5.21(1.15)	0.89(1.48)	4.89(1.29)
*친밀한 대인관계	19	19.86(11.02)	68.24(31.87)	5.48(1.05)	1.48(1.37)	5.43(1.71)
*진로 결정	19	20.05(4.32)	34.58(29.03)	6.32(1.08)	1.63(1.31)	6.00(1.08)
*배우자와의 만남	19	25.26(2.61)	56.79(32.52)	6.21(0.83)	2.42(0.94)	6.58(0.67)
*종교 생활	17	26.61(12.32)	45.50(31.35)	6.44(1.01)	2.39(1.11)	6.39(1.30)
노년기	16	57.06(7.52)	67.88(30.37)	6.59(0.60)	0.59(2.28)	6.41(0.84)
자녀의 독립	15	56.82(4.46)	66.25(21.76)	6.29(0.75)	1.82(1.54)	6.35(0.84)
*대회/무대 경험	15	16.29(7.09)	30.35(27.67)	5.06(1.30)	1.41(1.42)	5.53(1.19)
*인턴/아르바이트	15	22.19(3.15)	59.38(26.39)	6.00(1.06)	0.94(1.68)	6.06(1.09)
* 실패 경험(학업)	15	17.20(2.56)	37.80(31.94)	4.87(1.63)	-1.87(1.41)	5.33(1.30)
기타	588					

주. \*는 CLS 목록에 포함되지 않은 사건임.

0.94,  $SD = 1.68$ ', '어린 시절 일화( $M = 0.90$ ,  $SD = 1.68$ )', '중학교 입학( $M = 0.89$ ,  $SD = 1.48$ )', '직장 생활( $M = 0.78$ ,  $SD = 1.98$ )' 등 총 12개(약 25.53%)였다. 부정 사건은 '심리적 문제( $M = -2.81$ ,  $SD = 0.73$ )', '가족의 질병 및 사고( $M = -2.42$ ,  $SD = 1.31$ )', '가정의 불화(원가족)( $M = -2.26$ ,  $SD = 1.34$ )', '부모의 죽음( $M = -1.94$ ,  $SD = 1.40$ )', '실패 경험(학업)( $M = -1.87$ ,  $SD = 1.41$ )' 등 13개(27.66%)가 포함되었다. 마지막으로, 의미 점수에 따른 상위 다섯 개 사건은 '배우자와의 만남( $M = 6.58$ ,  $SD = 0.67$ )', '가족( $M = 6.39$ ,  $SD = 0.95$ )', '종교생활( $M = 6.39$ ,  $SD = 1.30$ )', '부모 되기( $M = 6.36$ ,  $SD = 1.12$ )', '자녀의 독립( $M = 6.35$ ,  $SD = 0.84$ )'였다.

#### 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계

전형성 점수를 통해 산출한 삶의 규범성 정도의 평균은 15.74( $SD = 10.23$ , range = 0 - 41.56)였다. 삶의 규범성 정도는 삶의 만족도( $r = .15$ ,  $p = .002$ ), 의미 발견( $r = .11$ ,  $p = .025$ )과 약한 정적 상관을 보였고, 의미 추구, 심리적 풍요와는 유의미한 상관을 보이지 않았다(표 5). 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙의 관계는 인구 통계학적 변인에 따라 달라지지 않았다. 구체적으로, 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙 변인들의 관계에서 성별, 주관적 사회경제적 지위, 교육 수준의 조절효과가 유의하지 않았다. 따라서 가설 1~4가 지지되었다.

표 5. 삶의 규범성 정도 및 개수와 심리적 웰빙의 상관관계

	삶의 만족도	의미 발견	의미 추구	심리적 풍요
삶의 규범성 정도	.15**	.11*	.03	.07
삶의 규범성 개수	.14**	.11*	.03	.06

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

추가적으로, 참여자가 작성한 ILS 7가지 사건과 일치하는 CLS 사건의 개수를 의미하는 삶의 규범성 개수와 심리적 웰빙의 관계를 함께 살펴보았다. 삶의 규범성 개수의 평균은 3.31( $SD = 1.62$ )개였으며, 삶의 규범성 정도의 결과와 마찬가지로 삶의 규범성 개수는 삶의 만족도( $r = .14$ ,  $p = .007$ ), 의미 발견( $r = .11$ ,  $p = .028$ )과 정적 상관을 보였고 의미 추구, 심리적 풍요와는 유의한 상관을 보이지 않았다.

#### 규범적 사건 경험 시기에 따른 사건 인식 및 심리적 웰빙

개인이 CLS 사건을 실제로 이행한 나이와 CLS 기대 나이의 차이를 구하여 그 정도가 사건 인식 및 심리적 웰빙과 가지는 관계를 분석하였다. 이 분석에서는 사회 전반에서 공유된 기대 나이와 개인이 경험한 나이 간 차이를 주목하고자, 연령집단별 CLS가 아닌 전체 참여자의 CLS 목록의 기대 나이를 사용하였다. CLS와 ILS가 일치하는 총 1,489개 응답을 분석에 사용하였다.

먼저, 개인이 사건을 경험한 나이(ILS의 나이)

에서 규범적인 나이(CLSS 기대 나이)를 뺀 차이값에 따라 ILS 나이가 CLS 기대 나이보다 많은 집단(ILS > CLS)은 늦은 경험 집단으로, ILS 나이가 CLS 기대 나이보다 적은 집단(ILS < CLS)을 이른 경험 집단으로 명명했다. ILS 나이와 CLS 기대 나이가 완벽히 일치하는 경우(ILS 나이 - CLS 기대 나이 = 0)는 없었다.

집단 간 정서가, 중요성, 의미 점수 차이를 분석한 결과, 늦은 경험 집단이 이른 경험 집단에 비해 중요성( $t(1419) = 2.23$ ,  $p = .026$ ), 의미 점수( $t(1487) = 2.09$ ,  $p = .037$ )가 유의하게 더 높았으며, 정서가의 차이는 유의하지 않았다( $t(1487) = -.20$ ,  $p = .843$ ). 즉, 규범적 사건을 이행한 시기가 사회적 기대 나이보다 늦을 경우 사회적 기대 나이보다 이를 경우에 비해 규범적 인생 사건들을 더 중요하게 여기고, 의미 있게 여기는 경향을 보였다(표 6).

다음으로, 심리적 웰빙과의 관계를 살펴보았다. 먼저, ILS 나이와 CLS 기대 나이의 차이값을 연속변수로 하여 심리적 웰빙과의 관계를 분석한 결과, 삶의 만족도, 의미 발견, 의미 추구, 심리적 풍요와 모두 유의한 상관을 보이지 않았

표 6. 규범적 사건 경험 시기에 따른 사건 인식 차이

집단	N	정서가			중요성			의미 점수		
		MSD	t	P	MSD	t	P	MSD	t	P
(ILS > CLS)	704	1.05			5.91			5.83		
		(2.02)			(1.25)			(1.42)		
(ILS < CLS)	785	1.07	-0.20	.843	5.76	2.23	.026*	5.67	2.09	.037*
		(1.93)			(1.39)			(1.47)		

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

표 7. 규범적 사건 경험 시기에 따른 심리적 웰빙 차이

집단	N	삶의 만족도	의미 발견	의미 추구	심리적 풍요
ILS - CLS	1489	<b>-.07**</b>	-.01	-.02	.01
늦은 경험 (ILS > CLS)	704	.01	-.04	.03	-.05
이른 경험 (ILS < CLS)	785	<b>-.12**</b>	-.04	-.02	-.02

주 1. 절대값(| ILS - CLS |)은 개인이 사건을 경험한 나이가 규범적인 나이에서 얼마나 떨어져 있는지를 나타냄.

주 2. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

다. 이는 ILS 나이가 CLS 기대 나이보다 크거나 혹은 작은 경우, 서로 다른 방향으로 심리적 웰빙과 관련이 있어 그 효과가 상쇄되었을 가능성에 내포한다.

이에, 늦은 경험 집단과 이른 경험 집단을 구분하여 각 집단에서 나이와 심리적 웰빙의 상관관계를 분석한 결과, 일부 유의한 결과를 확인하였다(표 7). CLS 기대 나이와 ILS 나이의 차이는 약한 수준에서 삶의 만족도와 부적 상관( $r = -.07, p = .008$ )을 보였고 의미 발견, 의미 추구, 심리적 풍요와는 유의한 관계가 없었다. 늦은 경험 집단에서는 ILS 나이와 CLS 기대 나이 간 차이가 심리적 웰빙 변인들과 유의한 상관을 보이지 않았다. 반면 이른 경험 집단에서는 ILS 나이와 CLS 기대 나이 간 차이가 삶의 만족도와 유의하게 부적인 관계를 보였고( $r = -.12, p = .001$ ), 의미 발견, 의미 추구, 심리적 풍요와는 유의한 관계가 없었다.

### 연령집단별 탐색적 비교

#### CLS 상위 세 개 사건의 연령집단별 사건 인식

전체 참여자의 CLS 목록에서 빈도가 높은 상위 세 가지 사건에 대한 인식에서 연령집단별로 차이가 있는지 살펴보았다.<sup>2)</sup> 구체적으로, CLS 상위 세 개 사건은 ‘결혼’, ‘첫 취업’, ‘부모 되기’

2) 두 개 이상의 사건이 포함된 응답은 분석에서 제외함  
(표 2의 b번 참고)

로, 각 사건의 기대 나이, 보편성, 중요성, 정서, 의미 점수가 20대부터 60대까지 연령집단별로 차이가 있는지 비교하였다(표 8). 집단 간 일원 배치 분산분석을 실시한 결과, ‘결혼’의 중요성에서 제한적인 수준의 유의한 차이가 나타났다 ( $F(4, 241) = 2.38, p = .052$ ). Tukey HSD 사후 분석 결과, 20대에 비해 60대에서 ‘결혼’에 대한 중요성 점수가 제한적인 수준에서 더 높았다 ( $t(241) = -2.69, p = .059$ ). 또한 ‘부모 되기’의 보편성 점수에서도 유의한 차이를 보였다 ( $F(4, 165) = 5.85, p < .001$ ). 30대에 비해 40대 ( $t(165) = -3.62, p = .004$ ), 50대( $t(165) = -2.83, p = .042$ ), 60대( $t(165) = -4.29, p < .001$ )가 임신, 출산, 육아와 관련된 부모 되기 사건을 더 보편적으로 여겼다. 첫 취업에서는 연령집단별 사건 인식의 차이가 유의하지 않았다.

#### 연령집단별 CLS 목록

다음으로, 각 연령집단의 4% 이상이 응답한 사건을 중심으로 연령집단별 CLS 목록을 구성하였다(표 9). 포함된 사건의 수는 31~37개로, 평균 34개가 포함되었다. 각 연령집단의 CLS 목록에 포함된 사건의 개수는 20대 33개, 30대 31개, 40대 37개, 50대 36개, 60대 33개로, 40대와 50대에서 가장 많았다.

‘초등학교 입학’, ‘군대’, ‘첫 취업’, ‘결혼’, ‘연애’, ‘부모 되기’, ‘나의 죽음’ 등 총 19개 사건은 모든 집단에 공통적으로 포함되었다. 각 집단별 고유하게 포함된 사건은 다음과 같다. 20대 CLS 목록에는 ‘어린 시절 일화’, ‘경제적 성공’이, 40

표 8. CLS 상위 세 개 사건의 연령집단별 사건 인식

사건	나이	빈도	기대 나이	보편성	중요성	정서	의미
결혼	20대(a)	40	31.42 (2.07)	60.87 (17.82)	5.29 (1.61)	1.49 (1.44)	5.91 (1.31)
	30대(b)	49	31.72 (3.02)	60.04 (17.25)	5.45 (1.62)	1.77 (1.27)	5.96 (1.36)
	40대(c)	50	31.98 (2.83)	66.94 (16.73)	5.85 (1.18)	1.41 (1.41)	6.19 (0.90)
	50대(d)	51	31.03 (3.31)	66.55 (23.01)	5.79 (1.27)	1.67 (1.14)	6.05 (1.04)
	60대(e)	56	30.47 (3.04)	70.39 (22.28)	6.14 (0.96)	1.95 (1.10)	6.15 (0.94)
	F		1.82	2.27	2.38*	2.04	0.50
Tukey HSD							
첫 취업	20대(a)	45	25.43 (2.16)	78.22 (25.84)	6.00 (1.22)	1.39 (1.76)	5.87 (1.51)
	30대(b)	44	25.77 (2.11)	80.86 (17.77)	5.86 (1.01)	1.48 (1.50)	5.89 (0.88)
	40대(c)	32	26.83 (2.60)	76.03 (21.78)	5.86 (1.12)	1.63 (1.37)	5.74 (0.94)
	50대(d)	45	26.38 (2.58)	73.43 (25.42)	5.77 (1.33)	1.94 (1.28)	6.19 (1.20)
	60대(e)	41	25.22 (3.26)	73.75 (21.00)	6.20 (0.89)	2.05 (1.17)	6.32 (0.75)
	F		2.07	0.60	1.21	1.58	1.51
Tukey HSD							
부모 되기	20대(a)	19	33.46 (4.01)	55.83 (18.41)	5.33 (1.46)	1.33 (1.91)	5.67 (1.60)
	30대(b)	38	33.72 (2.76)	48.51 (17.77)	5.60 (1.54)	1.67 (1.39)	5.98 (1.49)
	40대(c)	36	32.98 (5.83)	64.88 (17.54)	6.05 (1.12)	1.78 (1.56)	6.23 (1.11)
	50대(d)	44	32.42 (5.15)	61.92 (25.16)	5.77 (1.33)	1.94 (1.28)	6.19 (1.20)
	60대(e)	33	31.72 (4.17)	68.61 (18.80)	6.22 (1.00)	2.00 (1.11)	6.19 (1.08)
	F		1.43	5.85***	1.85	0.72	1.10
Tukey HSD							

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

대 CLS 목록에는 ‘유아기 애착’, ‘가족’, ‘행복’, ‘가정의 불화(형성가족)’, ‘이직’이 포함되었고, 50대 CLS 목록에는 ‘가정 환경’, ‘가정의 불화(원가족)’, ‘경제적 문제’, ‘실패 경험(기타)’ 사건이 포함되었다. 30대와 60대 CLS 목록에만 포함된 사건은 없었다.

#### 연령집단별 ILS 목록

각 연령집단의 4% 이상이 응답한 사건을 중심으로 연령집단별 ILS 목록을 구성하였다(표 10). 집단별 사건의 수는 33~42개로, 평균 38.8

개였다. ILS 목록에 포함된 사건의 개수는 20대 42개, 30대 42개, 40대 38개, 50대 33개, 60대 39개로, 20대와 30대에서 가장 많았다.

‘대학교 입학’, ‘첫 취업’, ‘군대’, ‘직장 생활’, ‘여행’, ‘가정의 불화(원가족)’, ‘사고를 경험하다’ 등 총 12개 사건은 모든 집단에 공통적으로 포함되었다. 20대 ILS 목록에만 고유하게 포함된 사건은 ‘취업 준비’, ‘진로 고민’, ‘인턴/아르바이트’, ‘학업’, ‘실패 경험(학업)’, ‘동아리/클럽’, ‘유혹’, ‘일탈행동’, ‘목표가 생기다’, ‘수능 재도전’ 이었다. 30대 ILS 목록에는 ‘대학교 졸업’, ‘독

표 9. 연령집단 별 CLS 목록

20대	빈도	30대	빈도	40대	빈도	50대	빈도	60대	빈도
첫 취업	46	결혼	53	결혼	54	결혼	58	결혼	59
결혼	45	첫 취업	44	부모 되기	39	첫 취업	47	첫 취업	41
초등학교 입학	31	부모 되기	40	초등학교 입학	38	부모 되기	44	초등학교 입학	40
대학교 입학	31	초등학교 입학	38	첫 취업	35	출생	32	부모 되기	34
부모 되기	24	출생	32	출생	34	초등학교 입학	28	출생	29
나의 죽음	24	대학교 입학	28	대학교 입학	25	대학교 입학	27	대학교 입학	23
입시	22	군대	22	군대	19	나의 죽음	20	나의 죽음	17
출생	20	나의 죽음	22	연애	19	연애	16	노년기	16
어린이집/유치원	20	입시	17	나의 죽음	18	부모의 죽음	16	자녀의 독립	11
군대	17	어린이집/유치원	15	노년기	14	군대	11	은퇴	10
여행	15	학창 시절	12	어린이집/유치원	14	노년기	11	직장 생활	10
학업	14	노년기	11	중학교 입학	12	대인관계 형성	11	부모의 죽음	9
대인관계 형성	13	연애	9	대인관계 형성	11	어린이집/유치원	11	성취 경험	9
중학교 입학	13	고등학교 입학	9	부모의 죽음	11	건강 문제	10	입시	9
연애	12	대인관계 형성	8	고등학교 입학	11	입시	10	어린이집/유치원	9
사춘기	12	학업	8	입시	11	은퇴	9	학업	9
학창 시절	11	여행	7	사춘기	10	학창 시절	8	군대	8
고등학교 입학	11	성인이 되다	7	첫 결음마	10	타인의 죽음	7	학창 시절	7
첫 결음마	11	중학교 입학	6	학창 시절	9	자녀의 독립	7	연애	7
취업 준비	10	첫 사랑	6	백일잔치/돌잔치	8	학업	6	대인관계 형성	7
성인이 되다	10	자녀의 독립	6	직장 생활	7	여행	5	대학교 졸업	7
성취 경험	9	사춘기	5	자녀의 독립	6	이별	5	타인의 죽음	6
노년기	9	은퇴	5	학업	6	고등학교 입학	5	백일잔치/돌잔치	6
은퇴	9	내 집 마련	5	공교육 졸업	6	사춘기	5	유아기 성장	6
직장 생활	7	첫 결음마	5	이별	5	취업 준비	5	사춘기	5
첫 사랑	6	유아기 성장	5	*이직	5	*가정 환경	5	건강 문제	5
백일잔치/돌잔치	6	백일잔치/돌잔치	4	타인의 죽음	5	중학교 입학	4	손자녀	5
언어 발달	6	대학교 졸업	4	대학교 졸업	5	직장 생활	4	첫 결음마	5
타인의 죽음	5	공교육 졸업	4	*유아기 애착	5	내 집 마련	4	중학교 입학	4
진로 고민	5	손자녀	4	*행복	5	*가정의 불화 (원가족)	4	공교육 졸업	4
*경제적 성공	5	건강한 삶	4	여행	4	*경제적 문제	4	언어 발달	4
*어린 시절 일화	4			성취 경험	4	첫 결음마	4	진로 고민	4
공교육 졸업	4			건강 문제	4	백일잔치/돌잔치	4	건강한 삶	4
				가족	4	성인이 되다	4		
				성인이 되다	4	대학교 졸업	4		
				언어 발달	4	*실패 경험(기타)	4		
				*가정의 불화 (형성가족)	4				

주 1. \*는 다른 연령집단 CLS 목록에 포함되지 않은 해당 연령집단의 고유한 사건을 의미함.

주 2. 집단(n): 20대(79명), 30대(77명), 40대(81명), 50대(78명), 60대(73명)

표 10. 연령집단 별 ILS 목록

20대	빈도	30대	빈도	40대	빈도	50대	빈도	60대	빈도
대학교 입학	32	결혼	34	결혼	40	결혼	47	결혼	49
첫 취업	25	첫 취업	31	첫 취업	35	부모 되기	45	첫 취업	35
군대	25	대학교 입학	29	부모 되기	30	첫 취업	27	부모 되기	34
여행	18	부모 되기	22	대학교 입학	23	부모의 죽음	25	부모의 죽음	23
가정의 불화 (원가족)	15	여행	17	연애	18	대학교 입학	18	은퇴	19
연애	14	군대	17	군대	17	건강 문제	15	군대	14
이사	14	출생	17	여행	14	군대	13	대학교 입학	13
성취 경험	12	성취 경험	17	사고를 경험하다	13	직장 생활	12	직장 생활	12
초등학교 입학	12	연애	13	대인관계 형성	11	사고를 경험하다	12	건강 문제	12
어린 시절 일화	12	이사	12	부모의 죽음	10	연애	11	*자녀의 독립	12
대인관계 형성	11	초등학교 입학	11	성취 경험	10	초등학교 입학	10	여행	12
사춘기	11	입시	10	직장 생활	9	경제적 문제	10	노년기	10
사고를 경험하다	11	직장 생활	10	초등학교 입학	9	이사	10	초등학교 입학	8
대인관계 갈등	11	대인관계 형성	9	가족	9	자녀 교육	10	출생	8
해외 거주/유학	11	고등학교 입학	9	가정의 불화 (원가족)	9	여행	9	타인의 죽음	8
입시	9	사고를 경험하다	9	경제적 문제	9	가정의 불화 (형성가족)	9	성취 경험	8
진로 결정	9	*대학교 졸업	9	고등학교 입학	8	성취 경험	8	종교 생활	8
*인턴/ 아르바이트	9	건강 문제	8	이사	8	내 집 마련	8	실패 경험(직업)	8
출생	8	가정의 불화 (원가족)	8	건강 문제	7	가족	8	*손자녀	7
고등학교 입학	8	해외 거주/유학	8	출생	7	이직	7	고등학교 입학	7
*학업	8	취미	8	학창 시절	7	출생	6	이직	7
*취업 준비	7	타인의 죽음	6	이직	7	타인의 죽음	6	이사	6
취미	7	이별	6	대인관계 갈등	6	이별	6	가족의 질병 및 사고	6
심리적 문제	7	이직	6	해외 거주/유학	6	은퇴	6	사춘기	5
대회/무대 경험	7	대회/무대 경험	6	실패 경험(직업)	6	해외 거주/유학	6	내 집 마련	5
학창 시절	6	첫 사랑	5	친밀한 대인관계	6	가족의 질병 및 사고	6	사고를 경험하다	5
이별	6	중학교 입학	5	배우자와의 만남	6	중학교 입학	5	가족	5
*실패 경험 (학업)	6	가족	5	사춘기	5	가정의 불화 (원가족)	5	경제적 문제	5

표 10. 연령집단 별 ILS 목록

(계속)

20대	빈도	30대	빈도	40대	빈도	50대	빈도	60대	빈도
*동아리/클럽	6	어린 시절 일화	5	이별	5	대인관계 갈등	5	가정의 불화 (형성가족)	5
첫 사랑	5	가족의 질병 및 사고	5	내 집 마련	5	학창 시절	4	배우자와의 만남	5
중학교 입학	5	심리적 문제	5	가족의 질병 및 사고	5	노년기	4	*배신	5
*진로 고민	5	진로 결정	5	심리적 문제	5	실패 경험(직업)	4	*사업	5
이직	5	제테크	5	어린 시절 일화	4	제테크	4	*자녀의 성취 경험	5
친밀한 대인관계	5	*독립	5	취미	4			학창 시절	4
직장 생활	4	*애완동물	5	진로 결정	4			첫 사랑	4
타인의 죽음	4	*퇴사	5	종교적 생활	4			가정의 불화 (원가족)	4
왕따/폭력	4	학창 시절	4	자녀교육	4			취미	4
새로운 도전	4	사춘기	4	첫 사랑	4			새로운 도전	4
*유홍	4	어린이집/유치원	4					자녀 교육	4
*일탈행동	4	대인관계 갈등	4						
*목표가 생기다	4	왕따/폭력	4						
*수능 재도전	4	부모의 죽음	4						

주 1. \*는 다른 연령집단 ILS 목록에 포함되지 않은 해당 연령집단의 고유한 사건을 의미함.

주 2. 집단(n): 20대(80명), 30대(78명), 40대(77명), 50대(79명), 60대(77명)

립', '애완동물', '퇴사'가, 60대 ILS 목록에는 '자녀의 독립', '손자녀', '배신', '사업', '자녀의 성취 경험'이 포함되었다. 40대와 50대 ILS 목록에만 포함된 사건은 없었다.

### 연령집단별 삶의 규범성 정도

연령집단별 삶의 규범성 개수와 삶의 규범성 정도는 다음과 같다(표 11). 삶의 규범성 정도를 구할 때, 각 연령집단의 나이를 초과한 CLS 사건은 제외하였다. 그 결과 연령집단별 CLS 개수는 20대 26개, 30대 24개, 40대 32개, 50대 34개, 60대 32개였다. 삶의 규범성 개수에 대한 일원 배치 분산분석을 실시하여 집단별 유의한 차이를 확인하였다( $F(4, 386) = 5.00, p < .001$ ). Tukey HSD 사후 분석을 실시한 결과, 20대 삶의

규범성 개수는 40대, 50대, 60대에 비해 더 적었다(40대:  $t(386) = -2.94, p = .029$ ; 50대:  $t(386) = -3.81, p = .001$ ; 60대:  $t(386) = -3.35, p = .008$ ). 삶의 규범성 정도에서도 유의미한 연령집단별 차이를 확인하였다( $F(4, 386) = 11.57, p < .001$ ). 20대 삶의 규범성 정도는 다른 모든 연령집단보다 더 낮았다(30대:  $t(386) = -5.97, p = .001$ ; 40대:  $t(386) = -5.79, p = .002$ ; 50대:  $t(386) = -9.10, p < .001$ ; 60대:  $t(386) = -9.06, p < .001$ ).

### 연령집단별 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙

먼저, 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙의 관계가 연령집단에 따라 다르게 나타나는지 연령의 조절 효과를 분석한 결과, 모든 심리적 웰빙 변인과의 관계에서 유의한 결과가 나타나지 않

표 11. 연령집단별 삶의 규범성 개수와 정도

	20대(a)	30대(b)	40대(c)	50대(d)	60대(e)	전체	F	Tukey HSD
삶의 규범성 개수	2.74	3.08	3.48	3.70	3.58	3.31	5.00***	a < c, d, e
M(SD)	(1.53)	(1.80)	(1.46)	(1.39)	(1.71)	(1.62)		
삶의 규범성 정도	9.79	15.76	15.57	18.89	18.85	15.74	11.57***	a < b, c, d, e
M(SD)	(6.59)	(10.88)	(9.51)	(10.47)	(10.54)	(10.23)		

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

표 12. 연령집단별 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙의 상관관계

나이	삶의 만족도	의미 발견	의미 추구	심리적 풍요
20대	.19†	.13	.08	.12
30대	.25*	.24*	.24*	.18
40대	.17	-.03	-.25*	.10
50대	.00	-.04	.15	-.08
60대	.21†	.09	-.07	-.05

†  $p < .10$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

았다(삶의 만족도:  $B = 0.00$ ,  $SE = 0.01$ ,  $t = -0.21$ ,  $p = .838$ , 의미 발견:  $B = 0.00$ ,  $SE = 0.01$ ,  $t = -0.79$ ,  $p = .430$ , 의미 추구:  $B = 0.00$ ,  $SE = 0.01$ ,  $t = -0.50$ ,  $p = .618$ , 심리적 풍요:  $B = 0.00$ ,  $SE = 0.00$ ,  $t = -0.91$ ,  $p = .365$ ). 즉, 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계는 연령에 따라 선형적 패턴으로 변하지 않았다. 그러나 이는 연령 집단별 차이가 전혀 없다는 의미라기보다는, 삶의 규범성과 심리적 웰빙 간의 관련성이 특정 연령 집단에서는 두드러지지만 다른 집단에서는 미미하거나 나타나지 않을 가능성이 있음을 시사한다. 따라서 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계가 연령집단별로 서로 다른 양상을 보이는지 확인하기 위해 연령집단에 따라 그 관계를 각각 분석하고, 집단 간 이질적 양상을 포착하였다(표 12).

먼저, 20대의 삶의 규범성 정도는 삶의 만족도와 제한된 수준에서 정적 상관을 보였고( $r = .19$ ,  $p = .088$ ), 다른 변인들과는 유의한 상관이 없었다. 30대의 규범성 정도는 다양한 심리적

웰빙 변인과 유의미한 상관을 보여주었다. 삶의 규범성 정도는 삶의 만족도( $r = .25$ ,  $p = .025$ ), 의미 발견( $r = .24$ ,  $p = .037$ ), 의미 추구( $r = .24$ ,  $p = .036$ )와 유의한 정적 상관을 보였고, 심리적 풍요와는 관련이 없었다. 이는 모든 연령 대 중 가장 다채로운 결과였다. 40대는 의미 추구와 부적으로 유의한 상관관계를 보였고( $r = -.25$ ,  $p = .031$ ), 다른 변인들과는 유의한 상관이 없었다. 50대의 삶의 규범성 정도는 심리적 웰빙과 유의한 결과가 없었다. 마지막으로, 60대 삶의 규범성 정도는 삶의 만족도와 제한된 수준에서 유의한 정적 상관을 보였고( $r = .21$ ,  $p = .061$ ), 다른 변인들과는 유의한 상관이 없었다.

## 논 의

본 연구는 한국인 20~60대 성인 남녀를 대상으로 국내 최초의 문화적 인생 각본과 개인의 주요 인생 사건을 조사하였다. 나아가 문화적

인생 각본과 개인의 인생사가 일치하는 정도를 삶의 규범성으로 정의하고 심리적 웰빙과의 관련성을 살펴보았다. 다음으로, 나이 규범을 따르는 것과 심리적 웰빙의 관련성을 탐색적으로 알아보았다. 마지막으로, 연령집단별 문화적 인생 각본을 각각 구성하고, 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙의 관계를 탐색적으로 살펴보았다.

### CLS 및 ILS 목록

한국의 CLS에는 총 38개 사건이 포함되었다. 해외 CLS와 유사하게 결혼, 첫 취업, 부모 되기, 초등학교 입학 등 교육, 직업, 가족과 관련된 사건들이 상위 사건으로 나타났다. 한편 한국의 CLS에는 교육 관련 사건들이 비교적 많이 등장하였다. 이는 높은 교육열을 보유한 동아시아 국가에서 공통적으로 발견되는 특징이다. 중국의 CLS 목록에는 대학 입시(Scherman et al., 2017) 가, 일본의 CLS 목록에는 대학 입시, 고등학교 입시가 포함되었다(Janssen et al., 2014). 한편 한국 CLS에는 입시 외에도 학업, 학창 시절, 공교육 입학, 공교육 졸업이 포함되어 중국과 일본 보다 더 다양한 교육 관련 사건을 보여주었다. 그뿐 아니라 기존 연구에서는 취업 관련 사건으로 첫 취업 사건만 포함된 반면, 한국에서는 취업을 준비하는 시기인 취업 준비 사건이 별도로 등장하였다. 이는 한국에서 대학 서열에 따라 사회 진출 양상이 달라지기 때문에(박환보, 김성식, 2011), 명망 있는 대학 입학을 위해 교육과 관련된 발달 과업이 삶의 중요한 부분을 차지하며, 심화된 취업난으로 강도 높은 취업 준비 시기를 겪게 되는 현상이 반영된 것으로 보인다.

해외에서 조사된 CLS에 따르면, 사람들은 주로 성인 초기의 사건(i.e., 회고절정)과 그 시기와 관련된 긍정적 사건(i.e., 긍정편향)을 많이 떠올리는 경향이 있다(Berntsen & Rubin, 2002). 그러나 한국의 CLS 목록에는 영유아기 사건이 주로 언급되었으며, 가장 보편적이고 중요하며 긍정적으로 평가된 사건들 또한 영유아기와 관련 있

었다. 이는 선행 연구와 다소 상이한 결과이다. 한국의 CLS에서 성인 초기 과업(e.g., 취업, 결혼, 출산 등)이 다른 인생 과업들에 비해 덜 긍정적이고 덜 의미 있다고 평가된 이유는 니트족, 비혼, 딩크족이 증가하는 현 한국의 사회 분위기를 반영한 듯 보인다.

다음으로, 부모의 죽음은 부정적인 사건임과 동시에 가장 의미 있는 사건 중 하나로 인식되었고, 진로 고민 또한 그 자체로는 긍정적이라 할 수 없지만 의미 있는 사건으로 인식되었다. 기존 연구는 의미 점수를 측정하지 않았기 때문에 오직 사건의 정서가만으로 사건에 대한 태도와 기능을 평가하였다. 즉, 부정적 정서가의 사건은 역기능적일 것으로 평가되었을 여지가 있다. 그러나 부모의 죽음, 진로 고민과 같이 사건 자체는 부정적일지라도 삶의 의미를 주는 사건들 또한 존재한다. 이러한 사건들은 심리적으로 기능적인 역할을 할 수도 있기에 추후 문화적 인생 각본 연구는 의미 점수를 함께 조사할 필요가 있다.

ILS 목록은 총 47개 사건으로 구성되었다. CLS와 유사하게 ILS에는 교육과 관련된 사건들이 다수 포함되었으며, 상위 사건은 교육, 직업, 가족 관련 사건이 차지하였다. 본 연구에서 새롭게 도출된 사건으로는 대회/무대 경험, 가정의 불화(원가족), 경제적 문제, 심리적 문제가 있었다. 선행 연구에서 제시된 바와 같이, 사람들은 ILS를 떠올릴 때 CLS보다 긍정 사건을 덜 회고하는 경향을 보였다. ILS 목록에서 중립이나 부정 사건의 비율이 CLS 목록보다 20%가량(CLS: 34.2%, ILS: 53.2%) 높았으며, 관계 문제를 비롯해 개인 내·외부의 다양한 부정적 문제들이 개인의 중요한 인생사 목록에 포함되었다. 그중에서도 심리적 문제의 포함은 주목할 만하다. 신체적 질병은 기존 연구에서도 확인되지만(Anne & Janssen, 2021; Bohn, 2010), 심리적 문제가 포함된 사례는 발견하기 어렵다. 심지어 심리적 문제는 ILS 사건들 중에서 부정적 점수가 가장 높았다. 대외적으로 한국 사회의 행복 지수가

낫다고 알려진 만큼, 이 결과를 통해 한국인들에게 내면의 어려움은 더 이상 등한시되지 않는 삶의 주요한 사건이며, 신체적 질병 이상으로 큰 영향을 미칠 수 있다는 점을 숙고할 필요가 있다.

ILS 목록의 사건 인식을 조사한 결과, 배우자와의 만남, 종교 생활은 인생에서 가장 중요하고 긍정적이며 의미 있는 사건이었다. 흔히 결혼이라는 발달 과업을 성취하는 것 자체가 중요한 과업처럼 보이지만 실제로 장기적인 관점에서 결혼생활의 만족과 개인의 행복을 결정하는 요인은 배우자와의 긍정적이고 의미 있는 관계이다(조설애, 2021). 이와 일관되게 배우자와의 만남은 결혼의 성취 여부보다 더 중요하게 개인의 인식 속에 자리 잡고 있는 것으로 보인다. 더해서 긍정가 점수는 그리 높지 않았지만 중요하면서 의미 있다고 인식된 사건은 부모 되기, 자녀의 독립이었다. 결혼, 출산, 양육과 관련된 일련의 사건들이 반드시 정서적 즐거움을 제공하는 것은 아니지만 인생에서 중요하고 의미 있는 영향을 미친다는 사실을 확인하였다. 마지막으로, 부정적인 사건은 가족의 질병 및 사고, 가정의 불화(원가족), 부모의 죽음과 같이 가족과 관련된 내용이 주로 차지하였다. 동서양을 막론하고 가족이라는 관계는 가장 본질적인 삶의 의미를 부여하는 원천이지만(조설애, 2021) 특히나 가족주의가 강한 한국 사회에서 가족과 관련된 부정적 사건은 개인의 사적인 문제보다도 더 큰 영향을 줄 수 있는 인생의 주요한 사건으로 해석된다.

### 삶의 규범성과 심리적 웰빙

본 연구는 선행연구에서 사용해온 전형성 점수 산출 방식을 통해 CLS와 ILS가 얼마나 일치하는지를 나타내는 삶의 규범성 정도를 구하고, Oishi 등(2019)이 제안한 3가지 차원의 심리적 웰빙과의 관계를 살펴보았다. 그 결과, 삶의 규범성 정도와 삶의 만족도, 의미 발견은 약한 정적

상관을 보였다. 삶의 규범성 정도와 의미 추구, 심리적 풍요는 유의한 관계를 보이지 않았다. 예상한 대로 규범적으로 사는 것이 개인에게 안정과 즐거움을 주고, 삶의 의미를 제공할 수 있지만 새로운 의미를 추구하거나 심리적으로 더 풍요로운 삶을 살려는 경향과는 관련이 없었다. 한편 삶의 규범성과 정적 상관을 보인 삶의 만족도, 의미 발견의 상관 계수는 .2를 넘지 않는 약한 수준을 보였다. 한국 사회는 규범을 따르는 것에 대한 압박이 강하기 때문에(정태연 등, 2005), 삶의 규범성과 심리적 웰빙 간 상관이 클 것으로 예상하였지만 실제로 그리 크지 않았다. 이러한 결과를 해석하기 위해 추후 연구에서는 규범적으로 살아가는 것에 대한 개인의 동기를 조사할 필요가 있다. 가령, 규범적으로 살아가고자 하는 동기가 내적 요인보다는 주변인의 평가, 사회적 압박 등 외적 요인에 의한 것이라면 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관련성이 그리 강하지 않을 수 있다. 추후 연구에서는 삶의 규범성의 동기적 측면을 보다 심층적으로 다룰 필요가 있다.

### 규범적 사건 경험 시기에 따른 사건 인식 및 심리적 웰빙

본 연구에서는 CLS 사건의 기대 나이와 실제 사건 이행 나이의 차이가 사건에 대한 인식 및 심리적 웰빙과 가지는 관계를 살펴보았다. 연구 결과, CLS 기대 나이보다 늦게 사건을 경험한 집단은 CLS 기대 나이보다 일찍 사건을 경험한 집단에 비해 사건에 대한 중요성, 의미점수를 더 높이 평가했다. 또한 CLS 기대 나이보다 더 일찍 사건을 이행한 집단에서만 규범적 사건을 경험한 실제 나이와 CLS 기대 나이와의 차이가 삶의 만족도와 유의한 부적 관계를 보였다. 이는 결혼 및 출산과 같이 대표적인 발달 과업을 기대 나이에 비해 일찍 성취했을 때 심리적으로 부정적인 상태를 경험한다는 기존 연구 결과와 일관된다(Pekel-Uludağlı & Akbaş, 2019; Yang et

al., 2025). 규범적 인생 사건을 사회적 시기보다 대체로 늦게 경험한 집단은 과업을 성취하기까지의 심리적 스트레스를 마주할 수 있으나 오히려 내적으로 보다 성장한 상태에서 사건을 경험하게 되어 보다 적응적인 결과를 보일 수 있다(Camberis et al., 2016). 예를 들어, 여성의 초산 나이가 늦을수록 심리적 성숙의 지표인 심리적 강인함이 증가하고, 이는 아기의 내면을 세심하게 살피며 상호작용하는 긍정적인 육아 방식과 더 높은 관련이 있다(Camberis et al., 2016). 또한 대학 졸업과 취업 간 휴식기를 의미하는 ‘갭이 어’는 진지한 자기 탐색과 명확한 정체성 형성의 시간을 갖게 해주는 이점이 있다(Kóró, 2020). 따라서 인생 사건의 자연이 오히려 사건에 대한 목적과 의미를 보다 공고히 다지는 계기가 될 수 있으며, 심리적 웰빙을 낮추는 결과로 이어지지 않을 가능성이 있다. 이에 반해 규범적 인생 사건을 사회적 시기보다 대체로 이른 나이에 경험한 집단은 내재적 동기가 충분하지 않거나 사건을 이행할 준비가 갖추어져 있지 않은 ‘정서적 미성숙’ 상태로 사건을 마주했을 가능성이 있다(Marini, 1984; Yang et al., 2025). 또한 이들은 사회적으로 이상적인 시기를 따르지 않음으로써 친구와 가족 등으로부터 정서적 지원의 부족을 경험하며 심리적 어려움을 겪기 쉽다(Zoutewelle-Terovan & Liefbroer, 2018). 후속 연구에서는 규범적 인생 사건을 이행한 시기에 따른 심리적 메커니즘을 심층적으로 조사하고 그 특성을 면밀히 살필 필요가 있다.

#### 연령집단별 탐색적 비교

##### CLS 목록과 ILS 목록 구성에서의 세대차

본 연구에서는 20대부터 60대까지의 연령대를 10세 간격으로 구분하여 연령집단별 차이를 분석하였다. 먼저, 전체 참여자의 CLS 목록에서 가장 규범적으로 인식된 상위 세 개 사건인 결혼, 첫 취업, 부모 되기에서 20대는 60대에 비해 결혼을 덜 중요하다고 인식했으며, 30대는 40대,

50대, 60대에 비해 부모 되기를 덜 보편적으로 평가했다. 이는 최근 젊은 층의 가족 가치관이 변화하는 현상과 일치하며(김정진 등, 2024), 나이 든 집단에 비해 젊은 층이 결혼, 출산 등 가족 형성 과업에 대한 중요성과 보편성을 낮게 평가함을 보여준다.

다음으로, 연령집단별로 구성한 CLS 목록과 ILS 목록에서는 연령집단별 고유한 사건이 존재하였고, 이는 각 연령대의 특성을 잘 반영하고 있었다. 그중 20대 CLS 목록에 등장한 ‘경제적 성공’ 사건은 청년 세대에서 경제적 부를 중요한 성취 과업으로 지각하고 있음을 보여주었다. 이는 오늘날 젊은 층의 물질주의 가치관이 강하게 자리 잡고 있다는 결과(민보경 등, 2020)와도 일맥상통한다. 한편 50대 CLS 목록에는 ‘경제적 문제’ 사건이 포함되었다. 중년층은 노부모 돌봄과 자녀 독립이라는 이중 책임으로 경제적 부담을 크게 느낄 수 있다는 선행 연구와 같이(이화진, 정영숙, 2018; 정영미, 2013), 경제적 문제가 중년들 간에 공유되는 주요 사건으로 보인다. 40대 CLS 목록에는 ‘행복’이라는 사건이 등장하였다. 이는 추상적 응답으로 보이지만 중년기에 접어들면서 긍정적인 마음 상태를 이상적인 삶의 형태로 인식한다는 점을 확인할 수 있다. 연령집단별 ILS 목록에서도 각 연령대에만 등장하는 사건들이 존재하였다. 20대 ILS 목록에는 ‘진로 고민’, ‘인턴/아르바이트’, ‘동아리/클럽’과 같이 취업 전 진로 관련 경험들이 주로 등장하였다. 30대 ILS 목록에는 ‘퇴사’가 포함되었다. 이는 젊은 층에서 평생직장의 개념이 사라지고, 잊은 퇴사가 발생하는 사회적 현상(고민영, 김선주, 2022)을 반영한 결과이다. 60대는 자녀, 손자녀와 관련된 사건이 포함되면서 (조)부모로서의 과업들을 수행하는 시기임을 확인하였다.

##### 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계에서의 세대차

삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계를 연령집단에 따라 탐색한 결과, 각 연령대마다 삶의 규

범성 정도는 서로 다른 심리적 웰빙 변인들과 관련 있었고, 상관관계가 나타나지 않은 집단도 있었다. 삶의 규범성 정도와 심리적 웰빙의 관계는 집단주의 성향이 더 강한 기성세대일수록 더 높아지는, 즉 단순히 나이가 증가함에 따라 관련성이 커지는 패턴이 아니었다. 이는 인간의 인생주기에서 주요 발달 과업들을 성취하는 시기, 성취를 지속하는 시기, 새로운 과업을 맞이하는 시기마다 상이한 심리적 과정을 동반하기 때문일 수 있다. 이에 대한 결과를 본 연구 아래와 같이 요약하였다.

먼저, 20대와 30대 연령집단에서는 삶의 규범성과 심리적 웰빙에서의 정적 관계를 보여주었다. 이는 기준 연구와 같이, 성인 초기의 인생 과업들이 가장 긍정적인 과업들로 인식되며, 이 과업들의 성취가 심리적 웰빙과 큰 관련성을 가지고 있음을 보여준다. 20대는 상대적으로 덜 다양한 인생 사건을 경험했을 가능성이 높기에, 20대 CLS에 포함된 교육, 취업 등 진로와 관련된 다수의 사건은 다른 연령집단보다 더 중요한 과업으로 인식될 수 있다. 더욱이 교육과 취업이 강조되는 한국 사회에서 공교육 이행, 고학력 획득, 취업 경험과 같은 사건은 20대의 심리적 웰빙을 높이는 주요 요인이 될 수 있다(김정은 등, 2019). 30대의 경우, 다른 연령집단에 비해 삶의 규범성이 다양한 측면의 심리적 웰빙들과 밀접한 관계를 보였다. 삶의 가장 큰 변화라 할 수 있는 가족 형성 과업을 본격적으로 수행하기 시작하는 이 시기에는 새로운 정체성 형성과 역할 변화를 경험하고, 이것이 긍정적인 심리적 웰빙 상태와 연결될 수 있다. 국내 28~34 세를 대상으로 한 연구에서도, 결혼 여부는 취업 여부보다 사회적 고립감을 해소하는 데 더 큰 영향을 미쳤다(김재희, 박은규, 2016). 반면 40대와 50대, 중년기의 삶의 규범성은 심리적 웰빙과 유의한 관계가 거의 나타나지 않았다. 40대의 경우, 삶의 규범성은 심리적 웰빙 변인 중 유일하게 의미 추구와 부적인 관계를 보였다. 이 시기는 성인기 주요 과업들을 성취한 직

후로, 사건 성취 여부보다는 사건과 관련된 심리적 상태(예: 직장 및 직무 만족도, 결혼 만족도, 자녀와의 친밀감 등)가 심리적 웰빙에 더 큰 영향을 미칠 수 있다. 따라서 중년층의 심리적 웰빙을 이해하기 위해서는 규범적 인생 사건 성취 여부와 더불어, 사건과 관련된 심리적 상태에 보다 주목할 필요가 있다. 마지막으로, 60대의 삶의 규범성은 삶의 만족도와 정적 관계를 보여주었다. 이 시기에는 자기 자신과 관련된 주요한 발달 과업들은 대개 성취한 이후이며 가족, (손)자녀 관련 사건들이 새롭게 등장한다. 가족과 건강한 관계를 유지하고 자녀를 잘 양육하여 독립시키는 것은 성공적 노화로 이어진다는 선행 연구(성혜영, 유정현, 2002; 이예슬 등, 2020)와 같이, 가족 관련 과업의 성취 여부는 노년기 심리적 웰빙에 중요한 영향을 미칠 것으로 예상된다. 이처럼 연령에 따른 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계를 보다 잘 이해하기 위해서는 연령집단별 주요한 과업 성취 여부와 함께 과업 성취에 대한 심리적 만족도 등을 고려하여 심리적 과정과 결과를 아우르는 복합적인 탐구가 필요하다.

### 본 연구의 한계 및 향후 연구 제언

본 연구의 한계점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 조사 시점의 심리적 웰빙 상태를 측정했기 때문에, 삶의 규범성과 심리적 웰빙 간의 관계가 전생애에 걸쳐 어떻게 변화하는지 파악하기 어렵다. 삶의 규범성이 과거부터 현재까지 개인이 성취한 규범적 과업들을 축적해온 결과임을 고려할 때, 삶의 규범성이 지속적으로 개인의 심리에 개입할 것으로 예상된다. 하지만 이를 실질적으로 살펴보기 위해서는 추후 종단 연구를 통해 삶의 규범성과 심리적 웰빙과의 장기적인 관련성을 살펴봐야 한다.

둘째, 삶의 규범성은 연구자가 CLS와 ILS의 사건을 대조하여 산출해낸 점수이기 때문에 참여자가 자신의 삶을 얼마나 규범적이라고 지각하는지에 대한 주관적 인식을 반영하지 못한다.

지각된 삶의 규범성은 심리적 웰빙과 다른 관계를 보여줄 수 있다. 예를 들어, 삶의 규범성 점수는 상대적으로 높지만 자기의 삶이 규범적인 삶과 거리가 있다고 지각하는 사람이라면, 심리적 웰빙의 수준이 낮은 경향을 보일 가능성도 있다. 추후 연구에서는 개인이 지각하는 규범적인 삶의 정도와 심리적 웰빙의 관계를 탐색하여 삶의 규범성과 심리적 웰빙의 관계를 다양한 측면에서 확인하려는 시도가 필요하다.

마지막으로, 본 연구에서는 규범적 인생 사건을 실제로 이행한 나이와 CLS 기대 나이의 차이 값을 바탕으로 심리적 웰빙과의 관계를 밝혔다. 그러나 이는 개별 사건(예: 결혼, 출산, 대학교 입학 등)에 대한 결과를 제시한 것이 아닌, 질적으로 다른 사건들을 종합한 결과로 해석해야 하는 한계가 있다. 따라서 추후 연구에서는 보다 다양한 개별적인 사건들에 대하여 사회적 기대 시기와 실제 이행 시기를 비교하는 시도가 필요하다. 기존 연구에서는 결혼, 출산, 은퇴가 대표적 규범적 사건으로 연구되었으나 추후 연구에서는 대학 입학, 연애, 자녀의 결혼 및 출산 등 기준에 크게 주목받지 않은 사건들에 대해서도 탐구하려는 시도가 필요하다. 각 사건의 성격과 특징에 따라서 사회적 시기보다 일찍 혹은 늦게 사건을 이행하는 것이 개인의 심리에 미치는 영향이 다를 수 있기에 후속 연구가 이를 밝혀주기를 기대한다.

더해서 후속 연구를 위해 다음과 같은 제언을 덧붙이고자 한다. Bohn(2010)은 나이가 많을수록 규범적으로 사는 경향이 높아진다고 주장하였다. 그러나 이 결과는 연령에 따라 달라질 수 있는 규범적 인생 과업의 특성을 고려하지 않은 채 삶의 규범성을 평가했기 때문일 수 있다. 다시 말해, 결혼이나 출산과 같이 일정 연령 이상의 사람들에게 규범적으로 기대되는 사건의 성취 여부를 전 연령대에서 동일하게 측정한다면, 당연히 해당 사건을 경험할 가능성이 높은 중장년층의 삶의 규범성이 더 높게 나타날 것이다. 예를 들어 결혼이나 출산의 기대 연령보다

어린 20대의 경우, 오히려 이 사건을 이른 나이에 경험하는 것이 더 비규범적일 수 있다. 이처럼 나이를 고려하지 않고 규범적인 사건을 모든 연령층에 동일하게 적용하는 것은 삶의 규범성이 나이에 따라 증가하는 현상을 과장하거나 왜곡할 가능성이 있다. 본 연구는 이러한 한계점을 고려하여 연령집단별 CLS 목록을 구성하여 삶의 규범성을 측정하였다. 그 결과, 20대보다 나머지 연령집단의 삶의 규범성 정도가 유의하게 높은 결과를 확인하였지만, 나이가 들수록 선형적으로 삶의 규범성이 증가하는 패턴은 보이지 않았다. 따라서, 본 연구의 연령집단별 결과는 위 한계를 최소화한 결과로 해석할 수 있다. 따라서 삶의 규범성 정도의 세대차를 확인하고자 하는 추후 연구에서는 연령집단별 문화적 인생 각본을 구성하고, 참여자의 나이를 고려할 필요가 있다.

한국은 문화적 동질성과 사회적 규범이 강조되는 사회임에도 불구하고 ‘규범적인 삶’을 실증적으로 조사하고, 이를 다양한 심리적 웰빙과 함께 살펴본 연구가 이루어지지 않았다. 본 연구는 규범적인 삶에 대한 가치관이 변화하는 현 사회적 흐름 속에서 한국의 문화적 인생 각본을 최초로 조사하였다는 점에서 의의가 있다. 본 연구에서 정리한 한국인의 문화적 인생 각본은 이후 규범적 삶과 관련된 연구에서 활용될 수 있을 것으로 기대한다. 또한 본 연구는 주요 결과를 연령집단별 분석하여, 인생사 맥락에서 세대 차이를 살펴보았다는 점에서 의의가 있다. 동일한 규범 사건이라도 각 연령집단이 이를 성취해야 한다고 여기는 기대 나이, 사건을 보편적이거나 중요하게 여기는 정도가 상이함을 확인하여, 세대별 인식의 차이를 보여주었다. 또한 본 연구는 연령 집단별로 삶의 규범성과 심리적 웰빙 간의 관계를 확인하여, 인생 주기와 삶의 규범성이 상호작용함으로써 각 연령대에 따라 경험하는 심리적 상태가 달라질 수 있음을 밝혔다. 이는 개인의 삶을 단순히 개인적이고 사적인 경험의 총합으로 보기보다는, 개인이 사회문

화적 규범에 대해 가지는 인식, 정서, 규범을 따르는 행동들이 상호작용한 결과로 바라보는 통합적 관점의 필요성을 시사한다.

### 저자소개

김은지는 고려대학교 문화사회성격심리 전공 석 · 박사통합과정생이다. 개인의 인생 이야기가 사회문화적 맥락과 상호작용하는 과정과 심리적 웰빙의 관련성을 연구하고 있다. 윤가영은 고려대학교 문화사회성격심리 전공 석사생이다. 문화가 개인의 인지처리 과정과 웰빙에 미치는 영향에 대해 연구하고 있다. 최은수 교수는 고려대학교 심리학부 교수로 재직 중이다. 문화와 사회의 해석 과정으로서의 정서 경험의 형성과 사회관계적 효과에 대해 초점을 맞춘 연구를 하고 있다.

### 참고문헌

- 고민영, 김선주 (2022). 대졸 신입사원의 이직 경험을 통한 경력아비투스의 이해. 평생교육 · HRD 연구, 18(1), 63-86.
- 김나연, 이수민 (2021. 12. 10). 비혼 출산, 어떻게 생각하십니까? 한국리서치.  
<https://hrcopinion.co.kr/archives/17336>
- 김재희, 박은규 (2016). 청년의 성인초기 발달과 업 성취유형이 사회적 고립감에 미치는 영향. 한국청소년연구, 27(3), 257-284.
- 김정은, 박정윤, 문의정 (2019). 청년기 발달과 업 달성이 청년 웰빙에 미치는 영향. 한국가족 복지학, 24(2), 171-193.
- 김정진, 최유정, 최샛별 (2024). 한국 사회 가족 가치관의 지형: 기성세대와 청년세대별 유형과 특성을 중심으로. 문화와 사회, 32(1), 241-306.
- 민보경, 허종호, 이채정, 박성원 (2020). 한국인의 미래 가치관 조사, 2020. 서울: 국회미래연구원.
- 박혜경, 김상아 (2018). 한국인의 문화성향에 관한 메타분석: 집단주의와 개인주의를 중심으로. 지역과 세계 (구 사회과학연구), 42(3), 5-37.
- 박환보, 김성식 (2011). 개인배경, 취업준비노력, 대학서열유형이 대졸자의 노동시장 성과에 미치는 영향 분석. 교육사회학연구, 21(3), 77-98.
- 성혜영, 유정현 (2002). 성공적 노화 개념의 인식에 관한 연구. 한국노년학, 22(2), 75-93.
- 여성가족부 (2021). 2020년 가족실태조사. 여성 가족부. [https://www.mogef.go.kr/mp/pcd/mp\\_pcld\\_s001d.do?mid=plc503&bbtSn=704891](https://www.mogef.go.kr/mp/pcd/mp_pcld_s001d.do?mid=plc503&bbtSn=704891)
- 원두리, 김교현, 권선중 (2005). 한국판 삶의 의미척도의 타당화 연구: 대학생을 대상으로. 한국심리학회지: 건강, 10(2), 211-225.
- 이예슬, 전혜정, 박하영, 주수산나 (2020). 노년기 배우자 관계 만족도와 자녀 관계 만족도가 성공적 노화에 미치는 영향에 대한 성별의 조절효과. 한국노년학, 40(6), 1287-1305.
- 이윤경 (2021). 생애주기의 연령기준과 연령규범에 대한 인식. 보건복지포럼, 293, 39-54.
- 이화진, 정영숙 (2018). 중년의 죽음태도와 행복: 물질주의와 의미추구성향의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 발달, 31(1), 129-149.
- 장휘숙 (2008). 성인초기의 발달과업과 시작시기에 관한 탐색적 연구. 한국심리학회지: 발달, 21(4), 109-126.
- 장휘숙 (2009). 성인초기의 발달과업과 행복의 관계. 한국심리학회지: 발달, 22(1), 19-36.
- 정영미 (2013). 중년여성의 죽음에 대한 인식 영향요인. 성인간호학회 학술대회, 121-121.
- 정태연, 김기범, Gelfand. M. J. (2005). 문화의 새로운 차원 “경직성과 유연성 (Tightness-Looseness)”. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 19(3), 101-116.
- 조명한, 차경호 (1998). 삶의 질에 대한 국가간 비교

- 교. 서울: 집문당.
- 조설애 (2021). 배우자의 의미가 부부관계의 질 및 행복에 미치는 영향. *가족과 문화*, 33(3), 143-187.
- 한덕웅 (2006). 한국문화에서 사회규범에 따른 행동들이 주관안녕에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 11(2), 363-387.
- Anne, M., & Janssen, S. M. (2021). Relations between cultural life scripts, individual life stories, and psychological distress. *Psychological Reports*, 124(2), 521-542.
- Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2002). Emotionally charged autobiographical memories across the life span: The recall of happy, sad, traumatic and involuntary memories. *Psychology and Aging*, 17(4), 636-652.
- Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2004). Cultural life scripts structure recall from autobiographical memory. *Memory & Cognition*, 32(3), 427-442.
- Bohn, A. (2010). Generational differences in cultural life scripts and life story memories of younger and older adults. *Applied Cognitive Psychology*, 24(9), 1324-1345.
- Bohn, A., & Berntsen, D. (2008). Life story development in childhood: the development of life story abilities and the acquisition of cultural life scripts from late middle childhood to adolescence. *Developmental Psychology*, 44(4), 1135-1147.
- Camberis, A. L., McMahon, C. A., Gibson, F. L., & Boivin, J. (2016). Maternal age, psychological maturity, parenting cognitions, and mother - infant interaction. *Infancy*, 21(4), 396-422.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology*, 4(1), 15.
- Elder Jr, G. H. (1998). The life course as developmental theory. *Child Development*, 69(1), 1-12.
- Gelfand, M. J., Raver, J. L., Nishii, L., Leslie, L. M., Lun, J., Lim, B. C., Duan, L., Almaliach, A., Ang, S., Arnadottir, J., Aycan, Z., Boehnke, K., Boski, P., Cabecinhas, R., Chan, D., Chhokar, J., D'Amato, A., Subirats Ferrer, M., Fischlmayr, I. C., ... & Yamaguchi, S. (2011). Differences between tight and loose cultures: A 33-nation study. *Science*, 332(6033), 1100-1104.
- Grouden, M. E., & Jose, P. E. (2015). Do sources of meaning differentially predict search for meaning, presence of meaning, and wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 5(1), 33-52.
- Grysman, A., & Dimakis, S. (2018). Later adults' cultural life scripts of middle and later adulthood. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, 25(3), 406-426.
- Hatiboğlu, N., & Habermas, T. (2016). The normativity of life scripts and its relation with life story events across cultures and subcultures. *Memory*, 24(10), 1369-1381.
- Havighurst, R. J. (1952). Social and psychological needs of the aging. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 279(1), 11-17.
- Havighurst, R. J. (1974). *Developmental tasks and education* (3rd Ed.). David McKay Company.
- Helson, R., Mitchell, V., & Moane, G. (1984). Personality and patterns of adherence and nonadherence to the social clock. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(5), 1079-1096.
- James, W. B., Witte, J. E., & Galbraith, M. W. (2006). Havighurst's social roles revisited. *Journal of Adult Development*, 13, 52-60.

- Janssen, S. M., Uemiy, A., & Naka, M. (2014). Age and gender effects in the cultural life script of Japanese adults. *Journal of Cognitive Psychology*, 26(3), 307-321.
- Kaplan, H., & Gangestad, S. (2005). Life history theory and evolutionary psychology. In D.M. Buss (Ed.), *The handbook of evolutionary psychology* (pp. 68-95). John Wiley and Sons.
- Kierkegaard, S. (2004). *Either/Or: A fragment of life*. Penguin Books.
- Kóré, K. (2020). *The Effect of Gap Years on Sense of Purpose and Career Development* (Master's thesis, Universidade NOVA de Lisboa, Portugal).
- Lambert, N. M., Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Fincham, F. D., Hicks, J. A., & Graham, S. M. (2010). Family as a salient source of meaning in young adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 5(5), 367-376.
- Luborsky, M. R. (1993). The romance with personal meaning in gerontology: Cultural aspects of life themes. *The Gerontologist*, 33(4), 445-452.
- Marini, M. M. (1984). Age and sequencing norms in the transition to adulthood. *Social Forces*, 63(1), 229-244.
- McLean, K. C., Pasupathi, M., & Syed, M. (2023). Cognitive scripts and narrative identity are shaped by structures of power. *Trends in Cognitive Sciences*, 27(9), 805-813.
- Neugarten, B. L. (1979). Time, age, and the life cycle. *The American Journal of Psychiatry*, 136(7), 887-894.
- Neugarten, B. L., & Neugarten, D. A. (1986). Age in the aging society. *Daedalus*, 115(1), 31-49.
- Neugarten, B. L., & Hagestad, G. O. (1976). Age and life course. In R. Binstock & E. Shanas (Eds.), *Handbook of aging and social sciences* (pp. 35-55). Van Nostrand Reinhold.
- Oishi, S., Choi, H., Buttrick, N., Heintzelman, S. J., Kushlev, K., Westgate, E. C., Tucker, J., Ebersole, C. R., Axt, J., Gilbert, E., Ng, B. W., & Besser, L. L. (2019). The psychologically rich life questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 81, 257-270.
- Oishi, S., Choi, H., Koo, M., Galinha, I., Ishii, K., Komiya, A., Luhmann, M., Scollon, C., Shin, J., Lee, H., Suh, E. M., Vittersø, J., Heintzelman, S. J., Kushlev, K., Westgate, E. C., Buttrick, N., Tucker, J., Ebersole, C. R., Axt, J., ... & Besser, L. L. (2020). Happiness, meaning, and psychological richness. *Affective Science*, 1, 107-115.
- Oishi, S., & Westgate, E. C. (2022). A psychologicaly rich life: Beyond happiness and meaning. *Psychological Review*, 129(4), 790-811.
- Pekel-Uludağlı, N., & Akbaş, G. (2019). Young adults' perceptions of social clock and adulthood roles in the Turkish population. *Journal of Adult Development*, 26, 105-115.
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 419-435.
- Reitzle, M. (2006). The connections between adulthood transitions and the self-perception of being adult in the changing contexts of East and West Germany. *European Psychologist*, 11(1), 25-38.
- Reker, G.T., Peacock, E.J., & Wong, P.T.P. (1987). Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. *Journal of Gerontology*, 42(1), 44-49.
- Rubin, D. C., Berntsen, D., & Hutson, M. (2009). The normative and the personal life: Individual differences in life scripts and life story events among USA and Danish undergraduates. *Memory*, 17(1), 54-68.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of

- intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166.
- 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(6), 1069-1081.
- Scherman, A. Z., Salgado, S., Shao, Z., & Berntsen, D. (2017). Life script events and autobiographical memories of important life story events in Mexico, Greenland, China, and Denmark. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 6(1), 60-73.
- Schulenberg, J. E., Bryant, A. L., & O'malley, P. M. (2004). Taking hold of some kind of life: How developmental tasks relate to trajectories of well-being during the transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 16(4), 1119-1140.
- Settersten Jr, R. A. (2003). Age structuring and the rhythm of the life course. In J. T. Mortimer & M. J. Shanahan (Eds.), *Handbook of the life course* (pp. 81-98). Kluwer Academic.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199-228.
- Syed, M., & McLean, K. C. (2023). Master narrative methodology: A primer for conducting structural-psychological research. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 29(1), 53-63.
- Talhelm, T., & English, A. S. (2020). Historically rice-farming societies have tighter social norms in China and worldwide. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 117(33), 19816-19824.
- Triandis, H. C. (1989). The self and social behavior in differing cultural contexts. *Psychological review*, 96(3), 506-520.
- Updegraff, J. A., & Taylor, S. E. (2001). From vulnerability to growth: Positive and negative effects of stressful life events. In J. Harvey & E. Miller (Eds.), *Loss and trauma*. (pp. 3-28). Routledge.
- Yang, T., Yi, J., Zhu, T., & Liu, T. (2025). Marriage timing and depressive symptoms: insights from social clock theory. *Cogent Psychology*, 12(1), 2435095.
- Zoutewelle-Terovan, M., & Liefbroer, A. C. (2018). Swimming against the stream: non-normative family transitions and loneliness in later life across 12 nations. *The Gerontologist*, 58(6), 1096-1108.

1 차원고접수 : 2024. 12. 27.

수정원고접수 : 2025. 03. 25.

최종제재결정 : 2025. 04. 30.

## The Relationship Between Life Normativity and Psychological Well-Being: An Exploratory Comparison Across Age Group

Eunji Kim      Gayeong Yun      Eunsoo Choi

Department of Psychology, Korea University

Each culture holds shared knowledge regarding the timing and sequence of major life transitions. This study constructed a list of normative life events in Korean society—referred to as “cultural life scripts”—based on responses from Korean adults aged 20 to 60, and addressed the following research questions. First, the degree of alignment between the cultural life script and individuals’ personal life stories was defined as life normativity, and its relationship with psychological well-being was examined. Second, the study investigated whether the alignment between the age at which individuals experienced normative life events and the socially expected age predicted psychological well-being. Third, cultural life scripts were constructed by age groups, and the association between life normativity and well-being was explored across these groups. The findings revealed that cultural life scripts include events that reflect culturally specific experiences in Korea, such as college entrance exams and job preparation. Life normativity was positively associated with life satisfaction and the presence of meaning, but not with the search for meaning or psychological richness. Subsequently, only those who experienced normative life events earlier than the socially expected age showed a significant association with life satisfaction, such that the earlier the events occurred, the lower their life satisfaction. Additionally, cultural life scripts revealed age-specific normative life events unique to each age group. Notably, life normativity among individuals in their 30s was significantly associated with multiple dimensions of psychological well-being, whereas other age groups showed associations with fewer dimensions. Based on these findings, the study discusses its implications, differences in results across age groups, and suggestions for future research.

*Key words : life normativity, age norm, cultural life script, psychological well-being, age groups*