한국심리학회지: 사회 및 성격
Korean Journal of Social and Personality Psychology
2026, Vol. 40, No. 1, 69-78
https://doi.org/10.21193/kjspp.2026.40.1.004

연구보고

정체성과 심리적 웰빙 간의 종단적 관계: 역할 전환 맥락을 중심으로

최 효 은[1)†] **최 지 수**[1)] **이 준 배**[2)]

[1)]고려대학교 [2)]가톨릭관동대학교

본 연구는 역할 전환 맥락에 있는 초기 성인을 대상으로 정체성과 웰빙 간의 관계를 종단적으로 확인하였다. 초기 성인기는 학업, 직업, 대인관계 등 여러 삶의 영역에서 새로운 변화가 발생하는 시기인 동시에 삶의 방향성을 결정하는 중요한 시기이다. 본 연구에서는 직업인으로의 역할 전환 맥락을 중심으로 정체성과 심리적 웰빙 간의 관계를 살펴보았다. 참여자는 경찰이 되기 위해 한국중앙경찰학교에 입교한 194명으로 입교 1개월 후(1차시)와 그로부터 1년 후(부서 배치 6개월 후, 2차시)에 온라인 설문에 응답하였다. 1차시에는 인구통계학적 정보, 심리적 웰빙, 정체성 형성 상태에 대해 응답하였다. 정체성 형성 상태는 확고한 정체성(자신이 누구인지에 대해 명확한 인식을 형성한 상태), 교란된 정체성(자신에 대한 인식이 어느 정도 있으나 상황에 따라 달라지는 상태), 정체성 결여(자신이 누구인지에 대한 인식이 전혀 없는 상태)의 세 차원으로 측정하였다. 2차시에는 1차시와 동일한 문항의 심리적 웰빙 척도에 응답하였다. 분석 결과, 1차시 확고한 정체성은 2차시 심리적 웰빙과 정적 관계에, 1차시 교란된 정체성과 정체성 결여는 2차시 심리적 웰빙과 부적 관계에 있었다. 더 나아가, 1차시 확고한 정체성과 2차시 심리적 웰빙의 정적 관계는 1차시 심리적 웰빙, 교란된 정체성과 정체성 결여, 인구통계학적 변인을 통제한 후에도 유의하였다. 이러한 결과는 자신에 대해 확고한 정체성을 형성한 사람들은 새로운 사회적 역할을 수행하는 과정에서 더 높은 심리적 웰빙을 경험한다는 것을 시사한다.

주요어 : 정체성, 심리적 웰빙, 초기 성인, 역할 전환, 종단 연구

†교신저자: 최효은, 고려대학교 심리학부, (02841) 서울특별시 성북구 안암로 145, E-mail: gydms6711@naver.com

ⓒ 2026, 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.

자기정체성(self-identity, 이하 정체성)이란 내면화된 가치, 신념, 목표 등을 바탕으로 내린 자기 규정으로, 잘 형성된 정체성은 자신과 세상을 이해하는 준거가 된다(문현 등, 2023; Moon et al., 2025). 학업, 직업, 대인관계 등 삶의 다양한 영역에서 중요한 결정을 내려야 하는 초기 성인기에는 가치 판단과 선택의 준거로서 정체성의 역할이 중요하다. 특히 직업인으로의 역할 전환은 자신이 원하는 삶을 향해 나아간다는 긍정적 측면과 새로운 역할 수행과 그에 따른 책임으로 인한 심리적, 사회적 압력이라는 부정적 측면이 공존하는 복합적인 맥락이다. 따라서 잘 형성된 정체성을 바탕으로 직업인으로의 역할 전환을 겪는 초기 성인들은 높은 심리적 웰빙을 경험할 가능성이 높다. 이에 본 연구에서는 경찰이라는 직업인으로의 역할 전환 맥락에 있는 초기 성인을 대상으로 정체성 형성 상태와 심리적 웰빙 간의 관계를 1년 종단 연구를 통해 확인하고자 하였다.

초기 성인의 정체성 형성과 심리적 웰빙

Erikson(1968)이 정체성을 핵심적인 발달 과업 중 하나로 제시한 이래로, 확고하게 형성된 정체성과 웰빙간의 밀접한 관련성은 지속적으로 탐구되고 있다. 일례로, Luyckx 등(2013)의 연구에서 전념할 대상을 탐색하고 이에 확고히 전념한 참여자들은 낮은 우울 수준을 보였다. 특히, 확고한 정체성(즉, 높은 정체성 전념)과 우울 간의 부적 관계는 청소년기에 비해 초기 성인기에서 더 강하게 나타났다. 이는 초기 성인들의 심리적 웰빙을 도모하기 위해서는 정체성 확립이 중요한 과업임을 시사한다. 실제로, 많은 정체성 문헌에서 초기 성인을 중점적으로 다루고 있으며, 확고한 정체성을 형성한 사람들은 스트레스 상황에서도 적절한 행동을 취할 수 있는 능력인 자기 조절 능력, 자존감, 그리고 심리적, 주관적, 사회적 웰빙 수준이 높다는 결과가 지속적으로 보고되고 있다(Cakir, 2014; Hofer et al., 2011; Karaś et al., 2015; Vanden Poel & Hermans, 2019).

심리적 웰빙은 긍정적 정서와 삶의 만족도를 넘어서 인간의 총체적인 긍정적 기능화 상태를 의미하며(문현 등, 2022; Ryff, 1989), 이는 개인이 현재 경험하고 인식하는 정체성의 질적 상태와 밀접한 관련이 있을 수 있다. 이에 자기개념과 정체성 척도(Self-Concept and Identity Measure; Kaufman et al., 2015)를 주목할 필요가 있다. 자기개념과 정체성 척도는 인지된 정체성의 질적 상태와 심리적 건강 간의 관련성에 주목하여 개발되었으며, 확고한 정체성, 교란된 정체성, 정체성 결여의 3개 차원으로 구성된다. 확고한 정체성은 자신과 자신이 중요하게 여기는 가치에 대한 이해와 확신이 있고, 자기 연속성을 경험하는 상태를 의미하며, 이는 적응적인 정체성의 측면을 나타낸다. 교란된 정체성은 자신에 대한 이해는 있으나 주변의 상황에 따라 정체성이 달라지는 상태를 의미한다. 정체성 결여는 자기상 자체가 부재하고, 자신의 내면이 비어있다고 인지하는 상태를 의미한다. 교란된 정체성과 정체성 결여는 부적응적 정체성의 측면을 나타낸다. 선행 연구에 따르면, 확고한 정체성은 심리적 건강(예, 삶의 만족도, 심리적 웰빙)과 정적 관련이 있었으며, 심리적 문제(예, 우울)와는 부적 관련이 있었다. 반면, 교란된 정체성과 정체성 결여는 심리적 건강과 부적 관련, 심리적 문제와는 정적 관련을 보였다(박선웅 등, 2023; Kaufman et al., 2015). 이러한 결과는 종단 연구를 통해서도 지속적으로 보고되고 있다(Bogaerts et al., 2023; Chen et al., 2019). 따라서 본 연구에서는 확고한 정체성이 이후 심리적 웰빙과 정적으로, 교란된 정체성 및 정체성 결여가 이후 심리적 웰빙과 부적으로 관련될 것이라 예상하였다.

역할 전환 맥락에서 초기 성인의 심리적 웰빙

성인으로서 삶을 막 시작한 초기 성인들은 취업, 독립, 새로운 관계 형성 등 삶의 여러 영

역에서 역할의 전환이 동시다발적으로 이루어진다. 특히, 직업인으로의 역할 전환 맥락에서 이들은 사회인으로서 독립적 판단을 내리고 책임을 다해야 하며, 새로운 직무 수행, 성과 압력, 새로운 문화와 사회적 관계에 대한 적응 등 여러 방면에서 복합적인 심리적 에너지를 소모한다. 또한 기존의 정체성과 조직에서 새롭게 형성되는 정체성 간의 긴장을 경험하며, 여러 방면의 경험 부족은 이러한 상황에 대한 불확실성을 증폭시킨다. 종합적으로 직업인으로의 역할 전환 맥락에서 초기 성인들은 스트레스나 좌절감과 같은 심리적 어려움을 겪을 수 있다(Polach, 2004). 이때 확고한 정체성을 형성하지 못한 채 사회로 진출하게 될 경우, 안정적인 내적 준거가 없어 외적 기준에 의존하거나, 여러 변화 속에서 혼란을 느끼기 쉽기 때문에 심리적으로 소모되고 이는 웰빙 저하로 이어질 수 있다. 실제로, 확립되지 않은 정체성을 가진 개인은 외부 기준을 준거로 삼는 경향이 있고, 결과적으로 낮은 심리적 안녕감을 보였다(박선웅, 박예린, 2019). 이를 고려하면, 직업인으로의 역할 전환 맥락에서 교란된 정체성이나 정체성 결여와 같이 미확립된 정체성은 심리적 웰빙과 부적으로 관련될 수 있다.

한편 이러한 역할 전환 맥락에서도 초기 성인들은 사회적 역할에 적극적으로 참여하고 전념하여, 건강한 삶을 영위할 수 있다(Schulenberg & Schoon, 2012). 이때 확고한 정체성은 자기 이해를 바탕으로 한 안정적인 내적 준거를 제공하므로, 다양한 변화나 압력 상황에서도 심리적 자원의 소모를 막아 적응을 돕고, 웰빙을 도모하는 기능적 자원으로 활용될 수 있다. 실제로, 확고한 정체성을 가진 사람들은 상향적 사회 비교와 같은 부정적 상황에서도 위협감을 덜 느끼고 긍정적인 자기 평가를 유지할 수 있음이 보고되었다(Moon et al., 2025). 더불어 직업 영역에서 확고한 선택을 하고 전념하는 정체성 형성 상태는 삶의 다른 영역에서의 정체성 전념의 수준을 통제하더라도 전반적 웰빙에 유의한 정적 영향을 미쳤다(Karaś & Cieciuch, 2018). 이를 고려하면, 직업인으로의 역할 전환과 같이 다양한 압력이 존재하는 환경에서 확고한 정체성은 심리적 웰빙과 정적으로 관련될 것으로 예상된다. 이러한 역할 전환 맥락이 초기 성인들에게 상당한 심리적 부담이 될 수 있다는 점을 고려할 때, 확고한 정체성이 심리적 웰빙의 보호 요인으로 기능하는지 확인할 필요가 있다. 그러나 초기 성인기의 정체성을 다룬 다수 문헌은 주로 청소년기에서 초기 성인기로의 전환을 다루거나, 초기 성인 표본 자체에 초점을 맞추고 있어(Luyckx et al., 2013; Luyckx et al., 2025), 역할 전환 맥락에서 정체성 형성 상태가 심리적 웰빙에 어떻게 기능하는지 확인하기 어렵다. 따라서, 본 연구에서는 직업인으로의 역할 전환이라는 구체적 맥락에서 초기 성인의 정체성과 심리적 웰빙 간의 관계를 조명하고자 한다.

연구 개요

본 연구는 직업인으로의 역할 전환 맥락에 놓인 초기 성인을 대상으로 정체성과 심리적 웰빙 간의 종단적 관계를 확인하였다. 참여자는 한국중앙경찰학교에 입교한 신입 경찰로, 입교 1개월 후(1차시; T1)와 그로부터 1년 후(부서 배치 6개월 후, 2차시; T2) 총 두 시점의 온라인 설문에 응답하였다. 장기적인 웰빙에 가장 큰 영향력을 가지는 요인이 이전 웰빙 수준임을 확인한 선행연구의 결과(Johnston et al., 2016)를 고려하여, T1 심리적 웰빙 및 인구통계학적 변인을 통제변인으로 투입한 위계적 회귀분석을 실시하였다. 본 연구에서는 T1 확고한 정체성은 T2 심리적 웰빙과 정적으로, T1 교란된 정체성 및 T1 정체성 결여는 T2 심리적 웰빙과 부적으로 관련될 것이라 예상하였다. 나아가 이러한 관계가 통제변인 투입 후에도 유지되는지 탐색적으로 확인하였다.

방 법

연구 참여자 및 절차

참여자는 한국중앙경찰학교에 입교한 신입 경찰이었다. 신입 경찰은 입교 후 6개월 동안 기초 및 응용 기술 습득을 위한 교육을 받고, 교육이 완료된 이후에는 각 부서로 배치된다. 본 연구에서는 입교 1개월 후인 1차시(T1)와 T1으로부터 1년 후이자 부서 배치 6개월 후인 2차시(T2), 두 시점에 걸쳐 데이터가 수집되었다. T1에서의 참여자는 총 625명, T2에서의 참여자는 총 222명이었다. 그러나 T2에 참여했지만 T1에 참여하지 않은 9명과 주의점검 문항에 통과하지 못한 참여자 47명(T1 28명, T2 19명)은 분석에서 제외되었다. 주의점검 문항은 특정 응답을 선택하도록 요구하는 문항으로 총 2개가 포함되었으며, 1개 이상의 문항에서 지시된 응답을 선택하지 않은 경우 분석에서 제외되었다. 설문 링크가 문자메시지를 통해 교육 시간(T1) 혹은 직무 시간 대에(T2) 배포되어 충분한 검토가 어려웠을 가능성이 있으나, 자료의 신뢰도를 확보하기 위해 기준에 충족되지 않은 경우 불성실 응답으로 판단하여 분석에서 제외하였다. 최종적으로 T1과 T2 모두에 참여한 인원 총 194명이 최종 분석에 포함되었다. 참여자의 평균 연령은 26.77세(표준편차 3.87)였으며, 성별은 남성 138명, 여성 56명으로 구성되었다. 참여자들은 보상으로 모바일 상품권 1만 원을 제공받았다.

측정 도구

정체성

참여자들의 정체성 형성 상태를 측정하기 위해, Kaufman 등(2015)의 자기개념과 정체성 척도(Self-Concept and Identity Measure)를 박선웅 등(2023)이 번역하고 단축한 12문항을 사용하였다. 이 척도는 확고한 정체성, 교란된 정체성, 정체성 결여의 세 가지 하위 차원으로 구성되어 있으며, 본 연구에서의 내적합치도(McDonald's ω)는 각각 .80, .67, .76이었다. 예시 문항으로는 "나는 내가 무엇을 믿고 무엇에 가치를 두는지 알고 있다"(확고한 정체성), "나는 내 자신이 되기보다 다른 사람들을 흉내 낸다"(교란된 정체성), "나는 내가 조각들이 잘 맞지 않는 퍼즐처럼 느껴진다"(정체성 결여)가 있다. 참여자들은 각 문항이 자신을 얼마나 잘 묘사하는지에 대해 5점 척도(1점 = 전혀 그렇지 않다, 5점 = 매우 그렇다)로 응답하였다.

심리적 웰빙

참여자들의 심리적 웰빙을 측정하기 위해, Ryff(1989)가 개발한 심리적 웰빙 척도(Psychological Well-Being Scales)를 신희성 등(2017)이 한국어로 번역한 척도를 사용하였다. 이 척도는 여섯 가지 하위 요인이 있지만, 본 연구에서는 전체 문항(18문항)에 대한 총점만을 사용하였다(ω = .89). 예시 문항으로는 "일반적인 사람들의 생각과 반대될지라도 나는 내 의견에 확신이 있다", "내게 삶은 끊임없이 배우고 변화하고 성장하는 과정이었다" 등이 있다. 참여자들은 각 문항이 자신을 얼마나 잘 묘사하는지에 대해 5점 척도(1점 = 전혀 그렇지 않다, 5점 = 매우 그렇다)로 응답하였다.

사회경제적 지위

사회경제적 지위는 10단계의 수직 사다리 그림을 사용하여 평가하였다. 화면에는 위에서 아래로 10개의 상자가 제시되었으며, 각 상자는 사회경제적 지위의 10% 구간을 나타냈다. 맨 아래 상자는 "하위 10%", 맨 위 상자는 "상위 10%"로 표시되었다. 참여자는 자신의 가정이 사회 전체에서 차지하는 사회경제적 위치를 가장 잘 나타낸다고 생각되는 상자를 선택하였다.

자료 분석

모든 자료 분석은 SPSS 29를 사용하여 수행하

였다. 먼저 설문 참여 집단(0= T1만 응답, 1= T1과 T2 모두 응답)을 독립변인으로, T1 연구 변인(심리적 웰빙, 확고한 정체성, 교란된 정체성, 정체성 결여) 네 변인을 종속변인으로 투입하여 다변량 분산분석을 실시하였다. 그 다음, 주요 변인에 대한 기술통계분석 및 상관분석을 진행하였다. 이후 T2 심리적 웰빙을 결과변인으로 설정한 위계적 다중회귀분석을 수차례 진행하였다. 구체적으로, 우선 정체성의 하위 요인(확고한 정체성, 교란된 정체성, 정체성 결여)을 각각 T1 심리적 웰빙과 함께 예측변인으로 투입하여 회귀분석을 진행하였다. 이후 세 하위 요인 모두를 T1 심리적 웰빙과 함께 투입하였고, 마지막으로 이에 더해 인구통계학적 변인(성별, 연령, 사회경제적 지위)을 공변인으로 투입하여 정체성 하위 요인과 T2 심리적 웰빙과의 관계를 확인하였다.

결 과

본 분석에 앞서, 다변량 분산분석을 실시하였다. 그 결과, T1에서만 설문을 완료한 참여자와 T1과 T2 모두에 설문을 완료한 참여자간 유의한 차이가 나타나지 않았다, $F(4, 592) = 1.04$, $p = .386$, Wilks' $\Lambda = .99$; $\eta_p^2 = .01$. 이는 표본의 기초 프로파일에서 이탈 편향이 없었음을 시사한다.

연구 변인들의 기술통계분석 및 상관분석 결과를 표 1에 제시하였다. 정체성과 심리적 웰빙 간의 관계에서 T1, T2 심리적 웰빙은 확고한 정체성과 유의한 정적 상관을, 교란된 정체성 및 정체성 결여와는 부적 상관을 보였다. 정체성 하위 요인 간의 관계에서 확고한 정체성은 교란된 정체성 및 정체성 결여와 유의한 부적 상관을 보였으며, 교란된 정체성은 정체성 결여와 정적 상관을 보였다. 마지막으로, 인구통계학적 변인에서 연령은 T1 심리적 웰빙과 유의한 부적 상관을, 사회경제적 지위는 T1, T2 심리적 웰빙과 정적 상관을 보였다.

T2 심리적 웰빙을 결과변인으로 투입한 위계적 회귀분석 결과를 표 2에 제시하였다. 예측변인으로 정체성 하위 요인을 각각 투입했을 때, 확고한 정체성은 T2 심리적 웰빙과 유의한 정적 관련을(모델 1), 교란된 정체성(모델 3)과 정체성 결여(모델 5)는 유의한 부적 관련을 보였다. T1

표 1. 연구 변인들의 기술통계분석 및 상관분석 결과

변인	1	2	3	4	5	6	7	8
1. T1 확고한 정체성	-							
2. T1 교란된 정체성	-.48***	-						
3. T1 정체성 결여	-.51***	.63***	-					
4. T1 심리적 웰빙	.73***	-.53***	-.66***	-				
5. T2 심리적 웰빙	.57***	-.42***	-.46***	.63***	-			
6. 성별	-.05	-.01	.14	-.06	-.04	-		
7. 연령	-.10	-.03	.01	-.16*	-.08	-.05	-	
8. 사회경제적 지위	.28***	-.11	-.16*	.25***	.22**	-.08	-.06	-
M	3.94	2.13	1.86	4.02	3.79	1.29	26.77	5.69
(*SD*)	(0.54)	(0.64)	(0.64)	(0.45)	(0.47)	(0.45)	(3.87)	(1.89)

주. 성별(1 = 남성, 2 = 여성). 사회경제적 지위(1 = 하위 10%, 10 = 상위 10%).
*$p < .05$, **$p < .01$, ***$p < .001$.

표 2. T2 심리적 웰빙을 결과변인으로 투입한 위계적 회귀분석

예측변인	T2 심리적 웰빙(β)								
	모델 1	모델 2	모델 3	모델 4	모델 5	모델 6	모델 7	모델 8	모델 9
T1 확고한정체성	.58***	.24**					.44***	.22**	.21*
T1 교란된정체성			-.42***	-.13			-.10	-.08	-.09
T1 정체성 결여					-.46***	-.09	-.18*	-.03	-.03
T1 심리적 웰빙		.45***		.57***		.57***		.40***	.40***
성별									.01
연령									-.00
사회경제적 지위									.04

주. 성별(1 = 남성, 2 = 여성). 사회경제적 지위(1 = 하위 10%, 10 = 상위 10%). β = 표준화 계수.
*p < .05, **p < .01, ***p < .001.

심리적 웰빙을 예측변인으로 추가 투입했을 때, 확고한 정체성(모델 2)은 여전히 T2 심리적 웰빙과 유의한 정적 관련을 보였으나, 교란된 정체성(모델 4)과 정체성 결여(모델 6)는 유의한 관련을 보이지 않았다.

예측변인으로 정체성 하위 요인을 동시에 투입했을 때(모델 7), 확고한 정체성은 T2 심리적 웰빙과 유의한 정적 관련을, 정체성 결여는 유의한 부적 관련을 보인 반면, 교란된 정체성은 유의한 관련을 보이지 않았다. 그다음, T1 심리적 웰빙을 예측변인으로 추가 투입했을 때(모델 8), 확고한 정체성은 여전히 T2 심리적 웰빙과 유의한 정적 관련을 보인 반면, 정체성 결여는 유의한 관련을 보이지 않았다. 마지막으로 인구통계학적 변인(성별, 연령, 사회경제적 지위)을 예측변인으로 추가 투입하였다(모델 9). 그 결과, 확고한 정체성은 여전히 T2 심리적 웰빙과 유의한 정적 관련을 보였다.

논 의

본 연구는 역할 전환 맥락에서 초기 성인의 정체성 형성 상태와 심리적 웰빙 간의 관계를 종단적으로 확인하였다. 한국중앙경찰학교 신입 경찰을 대상으로, 입교 1개월 후의 정체성과 그로부터 1년 후(부서 배치 6개월 후)의 심리적 웰빙 간의 관계를 확인하였다. 연구 결과, 확고한 정체성은 심리적 웰빙의 기저 수준과 인구통계학적 변인을 통제하여도 1년 후의 심리적 웰빙과 정적 관계를 보였다. 교란된 정체성과 정체성 결여는 1년 후의 심리적 웰빙과 부적 관계를 보였으며, 심리적 웰빙 기저 수준을 통제하면 유의하지 않았다. 마지막으로 정체성의 3차원을 예측 변인으로 모두 투입하였을 때, 확고한 정체성은 1년 후의 심리적 웰빙과 유의한 정적 관계를, 정체성 결여는 부적 관계를 보였으나, 심리적 웰빙의 기저 수준을 통제하면 확고한 정체성만이 1년 후 심리적 웰빙과 유의한 관계를 보였다. 연구 결과는 직업인으로의 역할 전환 맥락에서 초기 성인들의 확고한 정체성이 장기적인 심리적 웰빙의 중요한 예측변인이 될 수 있음을 시사한다.

본 연구 결과는 확고한 정체성이 심리적 건강과 긍정적으로 관련된다는 기존 문헌과 일맥상통한다(박선웅 등, 2023; Kaufman et al., 2019). 또한, 과거 웰빙이 미래 웰빙의 가장 강력한 예측 요인임을 강조하며, 다른 개인 특성(예, 성격,

진로 적응성)이 갖는 웰빙에 대한 예측력이 과거의 웰빙 수준을 통제하면 크게 감소하거나 유의하지 않았다는 것을 보고한 연구 결과와 비교했을 때(Johnston et al., 2016), 본 연구에서는 확고한 정체성이 기저 수준의 심리적 웰빙의 영향을 통제하고도 1년 후의 심리적 웰빙과 유의한 정적 관련을 보였다는 점에서 확고한 정체성의 독립적인 기여를 확인하였다. 대조적으로, 교란된 정체성과 정체성 결여는 1년 후의 심리적 웰빙과 부적으로 관련되었지만, 심리적 웰빙의 기저 수준을 고려하면 이 관계는 유의하지 않았다. 이는 부적응적 정체성의 미래 웰빙에 대한 독립적인 예측력은 제한적일 수 있음을 시사하며, 역할 전환의 맥락에서 확고한 정체성의 긍정적 역할을 더욱 강조하는 결과이다.

본 연구는 삶의 중대한 전환 맥락에 놓인 초기 성인들을 대상으로 했다는 점에서 생태학적 타당도가 높다는 의의가 있다. 본 연구는 초기 성인의 정체성과 관련된 기존 연구가 주로 발달 시기에 중점을 두었기 때문에 확인하지 못하였던 역할 전환 맥락에서 정체성의 기능적 역할을 조명하였다. 이러한 발견은 특히 급변하는 현대 사회의 직업 환경에서 중요한 함의를 지닌다. 확고한 정체성은 일관된 준거와 방향을 제공함으로써 불확실성으로 인한 심리적, 신체적 자원의 소모를 줄이고, 자기 이해에 근거한 내적 준거는 수행의 동기를 제공하며(Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000), 이는 심리적 웰빙으로 이어질 수 있다. 따라서 본 연구는 역할 전환과 같이 심리적 부담이 큰 맥락에서 확고한 정체성이 장기적 웰빙을 예측하는 중요한 심리적 자원임을 확인하였다는 점에서 의의가 있다.

본 연구는 몇 가지 한계점을 가진다. 먼저, 경찰이라는 특정 직업군을 대상으로 했기 때문에 일반화 가능성에 제한이 있다. 경찰직은 직무 특성(범죄 대응, 대민 업무 등)과 사회적 기대 면에서 일반 직업군과 차이가 있을 수 있다. 따라서 향후 연구에서는 다양한 직업군에서도 결과가 재현될 수 있는지 확인해 보아야 한다. 또한, 본 연구는 여러 삶의 영역 중 직업인으로의 역할 전환을 중점으로 다루었기에 다른 영역의 역할 전환에서 발생하는 양상은 확인할 수 없다. 따라서 향후 연구에서는 다양한 역할 전환 영역(예, 결혼, 출산으로 인한 역할 전환)에서 정체성과 심리적 웰빙의 관계를 검증할 필요가 있다. 마지막으로, 본 연구는 2시점 설계를 통해 종단적으로 결과를 도출했지만, 모든 변인이 2시점에서 측정되지 않아, 무선절편 교차지연 패널 모형(RI-CLPM)과 같은 정교한 분석을 하지 못한 한계가 있다. 또한, 1년이라는 시점 간격은 장기간의 경력 기간에 비해 상대적으로 짧은 기간일 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 3시점 이상의 종단 설계와 보다 긴 시점 간격을 적용하여 정체성과 심리적 웰빙 간의 중장기적 관계에 대해 더욱 심도 있게 검증할 필요가 있다.

저자소개

최효은은 고려대학교 심리학부 문화사회성격심리 전공 석사과정생으로, 내적 동기, 자기정체성, 직무열의와 관련된 주제를 연구하고 있다. 그 외에도 코칭심리, HRD 관련 연구 분야에 관심이 있다.

최지수는 고려대학교 심리학부 문화사회성격심리 전공 석박사과정생으로, 자기정체성, 진정성과 관련된 주제를 연구하고 있다. 그 외에도 심리적 웰빙, 청소년 관련 연구 주제에 관심이 있다.

이준배는 고려대학교 심리학부 문화사회성격심리 전공 박사과정생으로, 정체성과 주관적 노화를 연구하고 있다. 현재 가톨릭관동대학교 교양대학에서 부교수로 재직 중이다.

참고문헌

문 현, 이다예, 김소을, 박선웅 (2022). 심리적 웰빙에 대한 서사정체성의 증분타당도: McAdams의 성격 3 수준 이론을 중심으로. 한국심리학회지: 사회및성격, 36(1), 1-24.

문 현, 이다예, 김소을, 박수연, 박선웅 (2023). 상향사회비교와 부정적 자기평가의 관계에서 정체성 발달과 학년의 조절효과: 대학생 표본을 중심으로. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 37(4), 553-572.

박선웅, 김혜민, 이준배, 문현 (2023). 한국어판 자기개념과 정체성 척도 단축형 개발. 한국심리학회지: 사회및성격, 37(2), 237-258.

박선웅, 박예린 (2019). 불확실한 정체성과 낮은 심리적 안녕감 간의 관계에서 물질주의의 매개효과. 한국심리학회지: 사회및성격, 33(2), 1-21.

신희성, 김태익, 박유빈, 박선웅 (2017). 물질주의와 정신건강: 경제적 수준으로 조절되지 않는 부적관계. 한국보건사회연구, 37(3), 368-397.

Bogaerts, A., Claes, L., Raymaekers, K., Buelens, T., Bastiaens, T., & Luyckx, K. (2023). Trajectories of adaptive and disturbed identity dimensions in adolescence: Developmental associations with self-esteem, resilience, symptoms of depression, and borderline personality disorder features. *Frontiers in Psychiatry*, *14*, 1125812.

Cakir, S. G. (2014). Ego identity status and psychological well-being among Turkish emerging adults. *Identity, 14*(3), 230-239.

Chen, T. H., Hsiao, R. C., Liu, T. L., & Yen, C. F. (2019). Predicting effects of borderline personality symptoms and self‐concept and identity disturbances on internet addiction, depression, and suicidality in college students: A prospective study. *The Kaohsiung Journal of Medical Sciences, 35*(8), 508-514.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227-268.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton & Co.

Hofer, J., Busch, H., & Kärtner, J. (2011). Self-regulation and well-being: The influence of identity and motives. *European Journal of Personality, 25*(3), 211-224.

Johnston, C. S., Maggiori, C., & Rossier, J. (2016). Professional trajectories, individual characteristics, and staying satisfied and healthy. *Journal of Career Development, 43*(1), 81-98.

Karaś, D., & Cieciuch, J. (2018). The relationship between identity processes and well-being in various life domains. *Personality and Individual Differences, 121*, 111-119.

Karaś, D., Cieciuch, J., Negru, O., & Crocetti, E. (2015). Relationships between identity and well-being in Italian, Polish, and Romanian emerging adults. *Social Indicators Research, 121*(3), 727-743.

Kaufman, E. A., Cundiff, J. M., & Crowell, S. E. (2015). The development, factor structure, and validation of the self-concept and identity measure (SCIM): A self-report assessment of clinical identity disturbance. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 37*(1), 122-133.

Luyckx, K., Klimstra, T. A., Duriez, B., Van Petegem, S., & Beyers, W. (2013). Personal identity processes from adolescence through the late 20s: Age trends, functionality, and depressive symptoms. *Social Development, 22*(4), 701-721.

Luyckx, K., Vanderhaegen, J., Raemen, L., & Claes, L. (2025). Identity formation in adolescence and emerging adulthood: A process-oriented and

applied perspective. *European Journal of Developmental Psychology, 22*(2), 168-187.

Moon, H., Kim, H., & Park, S. W. (2025). Self-Identity mitigates the negative impact of upward social comparison on self-evaluation by reducing self-threat. *Identity*. Online Advance Publication.

Navarro-Carrillo, G., Alonso-Ferres, M., Moya, M., & Valor-Segura, I. (2020). Socioeconomic status and psychological well-being: Revisiting the role of subjective socioeconomic status. *Frontiers in Psychology, 11*, 1303.

Polach, J. L. (2004). Understanding the experience of college graduates during their first year of employment. *Human Resource Development Quarterly, 15*(1), 5-23.

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.

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.

Schulenberg, J., & Schoon, I. (2012). The transition to adulthood across time and space: Overview of special section. *Longitudinal and Life Course Studies, 3*(2), 164-172.

Vanden Poel, L., & Hermans, D. (2019). Narrative coherence and identity: Associations with psychological well-being and internalizing symptoms. *Frontiers in Psychology, 10*, 1171.

1 차원고접수 : 2025. 10. 15.
수정원고접수 : 2025. 11. 21.
최종게재결정 : 2025. 11. 24.

한국심리학회지: 사회 및 성격
Korean Journal of Social and Personality Psychology
2026, Vol. 40, No. 1, 69-78
https://doi.org/10.21193/kjspp.2026.40.1.004

Brief Report

The Longitudinal Relationship Between Identity and Psychological Well-Being: Focusing on Role Transitions

Hyo Eun Choi[1)] Ji Su Choi[1)] Joonbae Lee[2)]

[1)]Korea University [2)]Catholic Kwandong University

This study longitudinally examined the relationship between identity and well-being among young Korean adults undergoing role transitions. Early adulthood is a period marked by new changes across multiple life domains-academic, occupational, and interpersonal-while simultaneously being a crucial time for determining life direction. This study focused on the relationship between identity and psychological well-being within the context of role transitions occurring in the occupational domain. Participants consisted of 194 individuals (138 males) enrolled at the Korea National Police Academy to become police officers. They responded to online surveys one month after enrollment (Time 1) and one year later (Time 2, six months after department assignment). At time 1, they reported demographic information, psychological well-being, and identity development status. Identity development status was measured across three dimensions: consolidated identity (a state of clear awareness of who one is), disturbed identity (a state of some awareness of self that varies with circumstances) and lack of identity (a state of no awareness of who one is). At time 2, participants responded to psychological well-being items identical to those at time 1. The analysis revealed that consolidated identity at time 1 was positively related to psychological well-being at time 2, while disturbed identity and lack of identity at time 1 were negatively related to psychological well-being at time 2. Furthermore, the positive relationship between consolidated identity at time 1 and psychological well-being at time 2 remained significant even after controlling for psychological well-being at time 1, the other two identity states, and demographic information. These results suggest that individuals who have formed a consolidated identity experience higher psychological well-being during the process of acquiring new roles.

Key words : Identity, psychological wellbeing, early adulthood,, role transition period, longitudinal study