

성격과 주관적 웰빙 간의 관계: Big 5 성격요인과 BAS/BIS를 중심으로*

서 경 현[†] 김 정 호 유 제 민
삼육대학교 상담학과 덕성여자대학교 심리학과 강남대학교 교양학부

본 연구는 성격, 특히 기질적 차원의 성격이 주관적 웰빙과 어떤 관계가 있는지 탐색하는 것을 목적으로 하였다. 연구의 참여자는 681명의 남녀 대학생(남: 211, 여: 470)이었고, 그들의 연령 분포는 17세에서 37세($M=20.91$, $SD=2.36$) 사이였다. 본 연구에 사용된 심리검사는 한국판 BAS/BIS 척도, Howard 등의 대오탐지척도, Diener 등의 삶의 만족 척도와 그것을 변형한 삶의 동기 척도와 삶의 기대 척도, 정서빈도검사, Lyubomirsky와 Lepper의 주관적 행복 척도이다. 분석 결과, 다른 주관적 웰빙 변인들에는 성차가 없었지만, 여학생이 남학생보다 미래에 대한 기대가 컸다. 정서적 안정성과 외향성은 삶의 만족, 주관적 행복, 긍정 및 부정 정서와 밀접한 상관이 있었으며, BAS와 BIS는 삶의 동기 및 기대와 더 상관이 있었다. 대학생이기에 성실성도 주관적 웰빙과 밀접한 관계가 있었다. 개인의 내적인 요인이라고 할 수 있는 성격은 여성의 주관적 웰빙을 더 많이 설명하고 있었는데, BAS와 BIS를 포함한 성격 요인으로 여학생의 주관적 행복의 변량을 약 35%정도까지 설명할 수 있었다. 본 연구를 통하여 성격이 개인의 삶의 질에 많은 영향을 미친다는 것을 알 수 있었고, 본 연구의 결과를 대상자의 특성과 처한 환경 및 선행 연구 등을 토대로 논의하였다.

주요어 : 성격, 웰빙, 삶의 동기, 삶의 만족, 삶의 기대, 정서, 행복

† 교신저자 : 서경현, 삼육대학교 상담학과, (139-742) 서울시 노원구 공릉2동 26-21
Tel : 02-3399-1676, E-mail : khsuh@syu.ac.kr

웰빙, 다시 말해 잘 산다는 것은 모든 인간의 기본적인 바람이다. 어떻게 하면 잘 살 것인가에 대한 관심은 수천 년 전부터 있어 왔으며 현시대를 사는 사람들의 가장 큰 관심사이다. 수년 전부터 한국에도 웰빙 바람이 불었다. 이런 유행은 21세기에 들면서 심리학계에 나타난 긍정심리학(positive psychology)의 대한 관심과도 무관하지 않다(Seligman, 2002). 인생의 즐거움과 행복에 관해서는 아리스토텔레스도 ‘니코마코스 윤리학(Nicomachean ethics)’에서 심도 있게 논의했지만, 병리적인 문제를 가진 개인을 정상인으로 만드는 것만큼 그런 문제가 발견되지 않는 사람일지라도 삶의 질을 더 개선하여 웰빙(well-being)하게 하는 것은 심리학자들의 관심사가 아닐 수 없다.

현시대의 심리학자들은 웰빙을 어떻게 보고 있는가? 우선 웰빙을 두 가지 차원으로 나누어 볼 수 있다. 하나는 가치나 의미, 그리고 기능적인 면을 중시하는 심리적 웰빙(psychological well-being)이고, 또 하나는 전반적인 삶의 만족이나 행복으로 대변되는 주관적 웰빙(subjective well-being)이다(김정호, 2006; Ryan & Deci, 2001). 그런데 개인에게 전자보다는 후자가 더 중요할 수 있다. 개인이 자신의 삶에 얼마나 만족하는지를 대변하는 주관적인 평가라고 할 수 있는 주관적 웰빙은 삶의 만족과 긍정 정서 및 부정 정서 등 3요인으로 구성되는 것으로 알려져 있다(Diener, 1984; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). 삶의 만족의 경우 인지적 평가를, 정서는 경험의 빈도 혹은 양을 반영하는데 부정 정서는 덜 경험하면서 긍정 정서를 많이 경험하고 자신의 삶에 더 만족하면 웰빙 수준이 높다고 할 수 있다(김정호, 2007).

개인의 삶의 질을 결정하는 요인은 매우 다

양하다(김의철, 박영신, 2006). 그렇다면 주관적 웰빙과 관계가 있는 요인들로는 어떤 것들이 있을까? Diener 등(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999)은 약 30년간의 연구결과들을 종합하여 연령, 성별, 결혼여부, 학력, 소득수준, 사회적 지원 등과 같은 외적 혹은 상향적(bottom-up) 요인과 성격, 자아존중감, 대처방식 등과 같이 생활을 긍정적 혹은 부정적으로 경험하게 하는 전반적인 경향성이라고 할 수 있는 내적 혹은 하향적 요인으로 나누어 웰빙에 영향을 미치는 변인들을 설명하였다. Diener와 Lucas(1999)는 특히 주관적 웰빙에서 안정성을 보이는 측면은 성격에 기인한 것으로 보았다. 본 연구에서는 개인 내적인 요인에 속하는 성격과 주관적 웰빙 간의 관계를 탐색하려고 하였다. 최근 들어 주관적 웰빙과 성격 간의 관계에 관한 관심이 고조되었다. 충분히 연구들이 축적되지 않은 상태에서 1998년 DeNeve와 Cooper는 웰빙과 관련된 137개의 특성을 메타분석으로 탐색하였고, 성격 변인으로 주관적 웰빙을 약 4%밖에 설명하지 못한다고 결론 내렸다. 이런 결과를 지금까지 많은 연구자들이 인용해 왔지만, 주관적 웰빙에 대한 성격의 설명력이 그간 너무 저평가되었다는 지적이 있기 때문에(Steel, Schmidt, & Shultz, 2008), 이 관계를 다각적으로 검토해 볼 필요가 있다.

성격의 Big 5요인으로 다양한 인간의 심리와 행동을 가장 잘 예언할 수 있다고 알려져 있다. 성격의 5요인 모형은 외향성(extraversion), 신경증적 경향성(neuroticism), 개방성(openness), 순응성(agreeableness), 및 성실성(conscientiousness)으로 구성된다(Costa & McCrae, 1980). 이 다섯 가지 성격요인의 특성을 살펴보면 다음과 같다.

성격 5요인에서 외향성은 대인관계의 양과 질, 활동 수준, 자극에 대한 민감성 등으로 대변된다. 외향적인 사람은 적극적이며 사교적이라 말이 많고 낙천적이며 인간 지향적이다. 외향성의 반대 개념은 내향성인데, 내향적인 사람은 감정 표현이 적으며 침착하고 조용하다. 신경증적 경향성은 역으로 정서적 안정성을 대변한다. 신경증적 경향성이 강한 사람은 심리적 고통을 자주 호소하고 현실적 사고를 하지 못하며 부적응적 대처를 하여 욕구충족의 좌절을 경험하고 과도한 갈망을 보이는 등 정서적 안정성의 결여를 보인다. 개방성은 호기심, 상상력, 새로운 아이디어나 관습에 얽매이지 않는 가치추구가 특징이다. 개방적인 사람은 폐쇄적인 사람보다 더 생생하게 전반적인 정서를 경험한다. 이에 반해 폐쇄적인 사람은 관습적이며 독단적이고 보수적이라고 할 수 있다. 순응성은 원만한 대인관계로 대변되며 그 반대의 개념은 반항성이다. 순응적인 사람은 온화하고 부드러운 마음의 소유자로 여겨지며 관대하고 이타적이어서 주위 사람들로 부터 신뢰를 얻는다. 반대로 순응성이 낮은 사람은 반항적으로 보이는데 타인에게 냉소적이고 비협조적이며 자비를 베풀지 않는다. 성실성은 목표지향적인 성격으로 대변된다. 성실한 사람은 열심히 일하고 주도면밀하며 야망이 크고 일을 조직적으로 끈기를 가지고 처리한다. 성실하지 않는 사람은 목표가 없고 게으르며 부주의하며 쾌락만을 추구하려는 경향이 있다(McCrae & Costa, 1991).

성격의 내적이고 기질적인 측면이 인간의 삶에 직접적인 효과를 내는데 반해 외적이고 도구적인 측면은 간접적인 효과를 보인다(McCrae & Costa, 1991). 기질적인 성격이 웰빙에 직접적으로 영향을 미치는 것은 신경계를

통한 생물학적 기제에 의해서 일 것이고, 행동으로 표출되는 외적인 측면의 성격 특질은 주관적 웰빙을 느낄 수 있는 환경을 만들어 간접적으로 효과를 낼 것이다(Steel et al., 2008). 그렇다면 간접적인 효과보다 기질적 성격 특질의 직접적 효과가 더 크다는 추론이 가능하다.

성격의 5요인 중에 외향성이나 신경증적 경향성 혹은 정서적 안정성(emotional stability)이 기질적인 면이 강하다. 신경증적 경향성, 즉 정서적 안정성은 신경전달물질인 세로토닌과 관련되어 우울 등 정동장애와 관계가 있는 것으로 알려져 있다(Lasky-Su Faraone, Glatt, & Tsuang, 2005). 신경증적 경향성은 대인관계에 좋지 못한 영향을 미치기 때문에(Donnellan, Larsen-Rife, & Conger, 2005), 이런 경향성이 강한 사람은 불행해 질 가능성이 크다. 한편, 외향성은 신경전달물질인 도파민과 관계가 있다고 증명되기도 하였다(Depue & Collins, 1999). 대뇌피질의 전전두엽과 편도체나 해마 등 변연계가 웰빙과 관련된 정동과 관계가 있는데(Davidson, 2005), 이 부위는 외향성과 같은 성격 요인과의 관계가 있다는 주장도 있다(Cloninger, 2000). 이런 외향성은 사회성으로도 대변되는데, 외향성이 강한 사람은 사회적 상황에서 행복감을 더 느낄 가능성이 크다(Hills, Argyle, & Reeves, 2000). 이는 외향적인 사람이 좋은 대인관계를 형성하기 때문일 수 있다. 외향성과 신경증적 경향성은 다양한 부류를 대상으로 한 여러 선행연구에서 주관적 웰빙과 유의한 관계를 보였다(구본용, 유제민, 2005; 국승희, 2004; 장휘숙, 2008; 이화령, 임남연, 류초룡, 서은국, 박수진, 2008; Anderson, John, Keltner, & Kring, 2001; Belsky, Jaffee, Caspi, Moffit, & Silva, 2003; Eid, Riemann,

Angleitner, & Borkenau, 2003; Pavot, Diener, & Fujita, 1990).

성격의 Big 5요인보다 생물학적 요소, 즉 기질적 차이를 강조하여 성격을 설명하려는 시도는 오래 전부터 있었다. 일찍이 Eysenck (1967)은 인간에게 각성 수준을 관장하는 상행 망상활성체계(ascending reticular activating system)가 있어 그 기능의 차이로 외향성과 정서적 안정성이 결정된다고 주장하기도 했다. 그렇기 때문에 이런 체계가 웰빙에 대한 성격의 직접적 영향을 더 잘 설명할 수 있을 것이다. 뇌 기능에 대한 연구들이 축적되면서 중추신경계의 기능과 성격간의 관계에 관한 설명들은 행동을 유발하는 체계와 그만두게 하는 체계가 뇌에 존재한다는 쪽으로 이론이 수렴되었다. 이런 두 체계를 행동활성화체계(BAS: behavioral activation system)와 행동억제체계(BIS: behavioral inhibition system)라고 일컫는다(Fowles, 1980). 따라서 연구자들은 이 성격 체계가 주관적 웰빙을 더 직접적으로 설명하고, 그 설명력이 강하리라고 가정하였다.

BAS는 원하는 것들과 관련된 단서에 민감하고 그것을 적극적으로 추구하도록 하며, 바라는 것을 성취할 수 있으라는 기대에서 생기는 희망, 흥분, 행복감, 희열 등을 유발하는 동기체계이다(김교현, 김원식, 2001). 이 체계는 도파민 경로와 관계가 있으며, 뇌의 좌반구 전전두엽의 활동과 밀접하게 관련이 있다(Wheeler, Davidson, & Tomarken, 1993). 행동활성화 수준이 높은 사람들은 목표지향성이 강하고 보상의 단서에 어느 정도만 노출되어도 긍정적인 정서를 경험한다. 다시 말해, 행동활성화체계가 민감한 사람들은 정적 유인가에 더 잘 반응한다는 것이다. 이런 이유로 BAS는 행복이나 긍정 정서 등과 같은 주관적 웰빙에

직접적으로 영향을 줄 수 있는 가능성이 있다. BAS와 BIS로 웰빙을 탐색한 연구가 그리 많지 않지만, 한 연구(Elliot & Thrash, 2002)에서도 행동활성화 수준이 높은 사람들이 외향적이고 긍정 정서를 더 쉽게 경험하는 것으로 나타났다.

BIS는 처벌과 위협 단서에 민감하여 행동을 하지 않게 하는 심리적인 멈춤 작용을 한다(김교현, 김원식, 2001). 이 체계는 불안 관련 단서에 부정적인 정서를 경험하여 현재 진행 중인 행동이나 계획했던 행동을 그만 두게 하거나 행동을 계획하지 않게 환경에서 다른 위협 단서들을 찾도록 유도하는 동기 체계인데, 뇌의 중격(septum)과 해마(hippocampus), 그리고 세로토닌 경로와 관련이 있는 것으로 알려져 있다(Gray, 1990). 또한, 슬픔, 불안, 공포 등의 부정적인 정서는 뇌의 우반구 전전두엽의 활동과 관련이 있다고 여겨지고 있다(Wheeler et al., 1993). 따라서 행동억제 성향이 강한 사람들은 부정 정서를 경험하여 주관적 웰빙 수준이 낮을 가능성이 있는데, Elliot와 Thrash(2002)의 연구에서도 BIS는 신경증적 경향성은 물론 부정 정서의 증가와 관련이 있었다.

그런데 주관적 웰빙에 또 다른 요인은 없는 것일까? 김정호(2007)의 연구에서는 삶의 기대, 즉 미래의 삶의 만족에 대한 예상이 삶의 만족, 긍정 정서 및 주관적 행복과는 정적 상관이 있고 부정 정서는 물론 웰빙의 반대 개념인 우울과 불안과는 부적 상관을 보여 주관적 웰빙의 요인이 될 수 있음이 확인되었다. 특히 이런 삶의 기대 효과는 삶의 만족이 높은 집단보다 낮은 집단에서 더 크게 나타났다. 다시 말해, 삶의 기대는 현 시점에서 동기가 충족되지 않은 사람들에게서 더 중요하다는 것을 시사한다. 미래의 삶의 만족을 예상한다

면 부정 정서나 우울을 경험하지 않고 불안하지 않을 것이다. 이 연구의 결과는 웰빙 변인으로서 삶의 기대가 가진 특수성이 있음을 암시하는 것이다.

김정호(2006)는 동기상태이론에 따라 웰빙을 스트레스의 반대 개념으로 보고 동기충족과 동기충족예상으로 정의하면서 동기충족, 즉 삶의 만족에만 집중할 것이 아니라 동기충족예상, 즉 삶의 기대를 웰빙의 주요 요인으로 보아야 한다고 설명한다. 어떤 동기를 추구하는 것인지가 웰빙에 중요할 수 있다. 동기의 종류뿐 아니라 동기의 수준도 웰빙에 있어서 중요한 쟁점이 될 수 있다. 예를 들어 학습된 무기력 등에 의해 낮아진 동기 수준은 웰빙의 반대개념의 하나인 우울의 중요한 요인이기 때문이다(Seligman, 1975). 뿐만 아니라 동기상태이론으로 볼 때 스트레스나 웰빙은 동기가 없으면 불가능하므로 동기의 강도 혹은 수준에 따라 경험되는 스트레스와 웰빙이 다를 것이다. 동기를 행동에 에너지와 방향을 결정하는 것으로 생각할 수 있지만(Reeve, 2005), 웰빙 차원에서 볼 때 동기는 “목표를 획득 혹은 유지 하고자 하는 소망이나 추동력”이다(김정호, 2000). 따라서 본 연구에서는 주관적 웰빙 변인으로 삶의 만족 뿐 아니라 삶의 기대와 삶의 동기까지 추가하여 다루고자 하였다.

본 연구는 성격, 특히 기질적 차원의 성격이 주관적 웰빙과 어떤 관계가 있는지를 탐색하는 것을 목적으로 하였다. 그런 목적을 성취하기 위해 Big 5 성격 요인과 행동활성화 및 행동억제 성향이 남녀 대학생의 삶의 동기, 삶의 기대, 삶의 만족, 긍정 혹은 부정 정서, 행복 등 주관적 웰빙 변인과 상관이 있는지를 검증하였다.

방 법

참여자 및 절차

본 연구는 수도권에 위치하고 있는 두 대학에 재학하고 있는 남녀 대학생을 대상으로 하였다. 총 690명으로부터 설문지를 회수할 수 있었으나 9명으로부터 얻은 자료는 불완전하여 제외되어 최종으로 분석에 포함된 학생은 681명(남성 211명; 여성 470명)이었다. 이들의 연령은 만 17세에서 37세($M=20.91$, $SD=2.36$)까지 분포되어 있었다.

설문에 응답하기 전 참여자들에게 연구의 내용을 충분히 설명하였고 참여에 동의를 구하였다. 이 때, 개인정보의 누출이 없을 것이며 연구 참여를 언제든지 포기할 수 있다고 알렸다. 참여자가 연구의 분석을 위한 모든 척도가 포함된 설문을 위해서 약 15분을 소비하였다. 본 연구를 위한 통계분석은 SPSS 15.0 for Windows에 의해 실행되었고, 주요 통계분석은 t검증, Pearson 적률상관분석 및 단계적 회귀분석이었다.

조사 도구

BAS/BIS 척도

참여자의 행동활성화 및 행동억제 수준을 측정하기 위해서 Carver와 White(1994)의 척도를 김교현과 김원식(2001)이 한국인을 대상으로 표준화한 한국판 BAS/BIS 척도를 사용하였다. 본 척도는 4점 평정척도 총 20문항으로 구성되어 있는데, 하위척도로는 행동억제(behavioral inhibition: 7문항), 보상민감성(reward responsiveness: 5문항), 추동(drive: 4문항), 재미추구(fun seeking: 4문항)가 있다. 행동억제체계

(BIS)를 측정하는 하위척도는 하나이지만 행동 활성화체계(BAS)는 세 가지의 하위척도로 측정하는데, '보상민감성' 하위척도는 보상에 대한 기대에 긍정적으로 반응하는 성향을 측정하고, '추동' 하위척도는 바라는 목표를 추구하려는 강한 욕망과 지속성을 측정하고, '재미추구' 하위척도는 새로운 보상에 대한 열망과 잠재적으로 보상이 될 수 있는 사건에 접근하는 정도를 측정한다. 김교현과 김원식(2001)의 표준화 연구에서는 안정된 요인구조를 보였으며 비교적 높은 수렴 및 변별타당도와 예언타당도를 나타냈다. 하위척도들의 검사-재검사 신뢰도는 평균 .79 이상이었으며 내적일치도의 평균도 .78이었는데, 본 연구에서의 내적일치도 (Cronbach's α)도 보상 민감성 .75, 추동 .72, 재미추구 .69, 행동억제 .77로 나타났다.

Big 5 성격요인

연구자들은 Big 5 성격요인을 측정하기 위해 Howard 등(Howard, Medina, & Howard, 1996)이 개발한 대오탐지척도(The Big Five Locator)를 이주일(2003)이 번안한 것을 사용하였다. 본 척도는 일반적인 성인의 성격을 간단히 측정할 수 있도록 고안된 것으로 약 2분 안에 측정을 마칠 수 있다. 본 척도는 25문항으로 구성되어 있으며, 각 항목은 형용사 쌍을 5점으로 평정하도록 되어 있다. 구체적으로 McCrae과 Costa(1987)의 Big 5 성격요인, 즉 정서적 안정성, 외향성, 개방성, 순응성(동의성), 성실성을 측정하는데, 척도 개발에서는 양호한 신뢰도와 타당도가 검증되었다. Howard 등에 의해 영어로 개발된 척도는 각 요인을 5문항씩으로 측정하지만, 본 연구에서 수행한 요인분석에서는 외향성과 성실성에 각각 7항목, 개방성에 4항목, 그리고 정서적 안정성과 순

응성에는 각각 3문항이 수렴되었으며, 한 항목은 요인부하량이 .30이하여서 제외되었다. 본 연구에서 각 요인의 내적일치도(Cronbach's α) 수준은 .72~.63이었다.

삶의 만족

참여자들의 삶에 대한 만족 수준은 Diener 등(Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985)의 삶의 만족 척도(SWLS: Satisfaction with Life Scale)를 선행연구자들(조명환, 차경호, 1998)이 한국어로 번역한 것을 김정호(2007)가 일부 수정하고 보완한 한국판 척도를 사용하였다. 본 척도는 5문항으로 구성되어 있고, 7점(1 = 매우 반대한다 ~ 7 = 매우 찬성한다)으로 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 내적일치도 (Cronbach's α) 수준은 .84였다.

삶의 동기

웰빙에 삶의 동기가 중요한 변인으로 작용하기 때문에 연구자들은 삶의 동기를 측정하기 위해 Diener 등(1985)이 개발한 삶의 만족 척도(SWLS)를 김정호 등(2008)이 변형하여 구성한 척도를 사용하였다. 예를 들어, "대체로 나의 삶은 나의 이상(ideal)에 가깝다"라는 삶의 만족 척도 문항을 "나는 삶을 나의 이상에 가깝게 만들고 싶다"로 변형한 것이다. 본 척도도 5문항으로 구성되어 있고, 7점으로 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 내적일치도 (Cronbach's α) 수준은 .87이었다.

삶의 기대

삶의 기대도 웰빙에 중요한 변인으로 작용하기 때문에 연구자들은 삶의 기대를 측정하기 위해 삶의 만족 척도(SWLS)를 김정호(2007)가 미래의 만족에 대한 예상, 즉 전반적인 삶

에서의 동기충족예상 상태를 측정하도록 문항을 변형하여 구성된 척도를 사용하였다. 예를 들어, “대체로 나의 삶은 나의 이상에 가깝다”라는 삶의 만족 척도 문항을 “앞으로 나의 삶은 나의 이상에 더 가까워 질 것이다”로 변형한 것이다. 본 척도도 5문항으로 구성되어 있고, 7점으로 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 내적일치도(Cronbach's α) 수준은 .93이었다.

부정 및 긍정 정서

부정 정서와 긍정 정서는 조명한과 차경호(1998)의 정서빈도검사를 사용하였다. 정서빈도검사는 지난 1개월 동안 부정 정서와 긍정 정서를 얼마나 자주 경험했는지를 7점(1 = 전혀 없었다 ~ 7 = 항상 그랬다)으로 평정하도록 구성되어 있다. 피검자는 각각 4가지의 부정 정서와 긍정 정서를 평정하는데 부정 정서는 공포, 화남, 슬픔 및 죄의식이고 긍정 정서는 애정, 기쁨, 만족감 및 자부심이다. 본 연구에서 내적일치도(Cronbach's α)는 부정 정서 .69, 긍정 정서 .76이었다.

주관적 행복

참여자들의 주관적 행복은 Lyubomirsky와 Lepper(1999)의 주관적 행복 척도(SHS: Subjective Happiness Scale)를 김정호(2007)가 변안한 척도로 측정하였다. 본 척도는 피검자 자신의 상태와 관련하여 진술되어 있는 4문항을 7점으로 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 내적일치도(Cronbach's α) 수준은 .77이었다.

대상자들의 웰빙 수준과 성차

본 연구의 대상자인 대학생의 삶의 만족 수준은 그리 높지 않았다. 7점 척도로 구성된 문항 당 평균 3.92점으로 중간인 4점을 밑돌았다. 그러나 이들의 삶의 동기 수준은 7점 척도에 평균 6.23점으로 7점에 가까웠고, 미래의 삶에 대한 기대 수준도 5.78점으로 높은 편이었다. 연구 대상자들이 젊어 미래에 대한 희망이 있기 때문인 듯하다. 이들은 부정 정서보다는 긍정 정서를 더 많이 경험하고 있었고 주관적 행복 수준도 4.82점으로 중간인 4점 보다 높았다. 이 점은 삶의 기대 없이 삶의 만족만 측정해서는 주관적 웰빙을 충분히 반영할 수 없는 것을 나타내는 것으로 보인다(김정호 등, 준비중).

한편 웰빙 변인에 성차가 있는지를 분석하였다(표 1). 분석 결과, 다른 웰빙 변인에는 유의한 성차가 발견되지 않았고 삶의 기대에서 유의한 성차가 나타났다($t(679)=-2.01, p<.05$). 여성이 남성보다 삶에 더 만족하는 것은 아니지만 미래의 삶에 대해서는 더 많이 만족예상

표 1. 웰빙 변인의 성차

변인	남성	여성	t
	(n=211)	(n=470)	
	M(SD)	M(SD)	
삶의 동기	30.77(5.17)	31.48(4.39)	-1.84
삶의 만족	19.79(5.86)	19.42(5.42)	-1.03
삶의 기대	28.52(6.16)	29.45(5.34)	-2.01*
부정 정서	13.66(4.66)	14.40(4.51)	-1.95
긍정 정서	19.02(4.43)	18.80(4.11)	.65
주관적 행복	19.15(4.08)	19.42(3.91)	-.82

* $p<.05$.

결 과

을 하고 있었다. 그러나 김정호 등(준비중)에서는 남녀 차이가 없게 나타났으므로 이 점은 앞으로 추후 연구가 필요한 것으로 보인다.

성격과 웰빙 변인 간의 상관관계

성격과 웰빙 간에 어떤 관계가 있는지를 상관분석을 하였다. 먼저 Big 5 성격요인과 웰빙 간의 관계를 분석하였다. 5가지 성격요인도 대부분의 웰빙 변인과 관계가 있었다(표 2 참고). 남녀가 유사한 양상을 보이기도 하였지만 여성에서만 나타난 변인 간의 관계도 있었다. 남녀 모두 외향성은 삶의 동기, 삶의 기대, 긍정 정서 및 주관적 행복과 정적 상관이 있었으며, 부정 정서와는 부적 상관이 있었다. 외향성은 여성의 경우만 삶의 만족과 유의한 정적 상관을 보였다($r=.23, p<.001$). 이는 외향적인 대학생일수록 더 웰빙을 경험하고 있을 가

능성이 있으며, 특히 여성의 경우는 삶에 만족하고 있었다. 또한 웰빙이 대학생의 외향성을 자극했을 수도 있다.

성실성도 많은 웰빙 변인과 상관이 있었는데, 남녀 공히 삶의 기대, 삶의 만족 및 긍정 정서와 정적 상관이 있었으며, 부정 정서와는 부적 상관이 있었다. 여성의 경우에만 성실성은 삶의 동기($r=.13, p<.01$), 그리고 주관적 행복($r=.23, p<.001$)과 정적 상관이 있었다. 이런 결과는 여성만이 성실성이 삶의 동기를 높일 수 있거나 삶의 동기가 높을 때 성실성을 보이는 것을 의미한다.

정서적 안정성은 삶의 동기를 제외한 다른 웰빙 변인과 상관이 있었다. 남녀 공히 정서적 안정성은 삶의 만족, 삶의 기대, 긍정 정서 및 주관적 행복과 정적 상관이, 부정 정서와는 부적 상관이 있었다. 정서적 안정성은 성격 변인 중에 정서적 차원이라고 할 수 있었

표 2. Big 5 성격요인과 웰빙 변인 간의 상관행렬

변인	외향성	성실성	정서적안정성	개방성	순응성
삶의 동기	.14*	.13	.02	.28***	-.12
	.12*	.13**	-.05	.18***	-.12*
삶의 만족	.10	.27***	.22**	.02	.06
	.23***	.25***	.41***	.08	.13**
삶의 기대	.18**	.26***	.15*	.30***	-.05
	.29***	.16***	.15**	.22***	.05
부정 정서	-.15*	-.17*	-.39***	.06	-.08
	-.22***	-.14**	-.32***	.04	-.10*
긍정 정서	.30***	.14*	.21**	.06	.01
	.33***	.20***	.26***	.13**	.14**
주관적 행복	.23***	.12	.32***	.02	.01
	.41***	.24***	.40***	.14**	.06

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

주. 위는 남성($n=211$)의 상관계수이고 아래는 여성($n=470$)의 상관계수임.

기 때문에 웰빙의 정서적 측면인 부정 정서, 긍정 정서와 상관관계가 높았고 주관적 행복과도 밀접한 관계가 있었다.

개방성은 남녀 모두 삶의 동기는 물론 삶의 기대와도 정적 상관이 있었다. 이는 삶을 더 윤택하고 만족스럽게 하고자 하고 미래의 삶의 만족을 예상하는 대학생이 개방성을 더 보이는 것일 수 있다. 또한, 개방성은 여성의 긍정 정서($r=.13, p<.01$)는 물론 주관적 행복($r=.14, p<.01$)과도 정적 상관이 있었다. 이는 개방적인 여성이 긍정적인 정서를 더 경험하고 자신이 행복하다고 생각하는 듯하다. 그러나 개방성은 남성에게서는 그런 관계가 발견되지 않았다.

순응성은 단지 여성의 웰빙과 상관이 있었다. 순응성은 여성의 삶의 만족($r=.13, p<.01$)과 긍정 정서($r=.14, p<.01$)와는 정적 상관이 있었지만, 삶의 동기($r=-.12, p<.01$)와 부정 정

서($r=-.10, p<.01$)와는 부적 상관이 있었다. 순응성은 한국 여성이 삶에 만족하게 할지는 몰라도 삶을 더 긍정적으로 변화시키고자 하는 동기는 덜 가지게 하는 듯하다. 여성의 순응성은 긍정적인 기분을 더 느끼게 하면서 부정적인 기분을 덜 느끼게 하는 것으로 나타났다.

행동활성화체계(BAS) 및 행동억제체계(BIS)와 웰빙 간에 어떤 관계가 있는지도 분석하였다. 표 3에서 보듯이, BAS의 하위변인 및 BIS는 웰빙 변인들과 밀접한 관계가 있었다.

남녀 모두 보상 민감성은 삶의 만족이나 주관적 행복과는 상관이 없었지만, 삶의 동기나 삶의 기대와 정적 상관이 있었다. 흥미로운 것은 보상민감성은 긍정 정서는 물론 부정 정서와도 정적 상관을 보였다는 것이다. 그리고 남녀 모두 추동의 경우 부정 정서를 제외한 웰빙의 모든 변인과 정적 상관을 보였다. 이는 대학생이 바라는 목표를 추구하려는 강한

표 3. BAS/BIS 성격 변인과 웰빙 변인 간의 상관행렬

변인	보상민감성	추동	재미추구	행동활성화	행동억제
삶의 동기	.35***	.30***	.24***	.36***	.18**
	.36***	.22***	.20***	.32***	.17***
삶의 만족	.02	.18**	.07	.10	-.21**
	-.05	.20***	.05	.07	-.32***
삶의 기대	.22**	.38***	.23***	.33***	.06
	.16***	.26***	.21***	.25***	-.07
부정 정서	.16*	-.05	.07	.09	.34***
	.11*	-.06	-.01	.03	.38***
긍정 정서	.18**	.18**	.11	.18**	-.14*
	.15**	.22***	.22***	.23**	-.16***
주관적 행복	.10	.15*	.12	.14*	-.13
	.08	.22***	.14**	.18***	-.32***

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

주. 위는 남성($n=211$)의 상관계수이고 아래는 여성($n=470$)의 상관계수임.

욕망은 웰빙을 증진시키는 것으로 보인다. 한편, 재미를 추구하는 성향은 남녀 모두 삶의 동기는 물론 삶의 기대와도 정적 상관이 있었다. 하지만 그런 성향은 남성의 경우는 아니지만 여성의 경우 긍정 정서($r=.22, p<.001$)와 주관적 행복($r=.14, p<.01$)과도 정적 상관이 있었다. 이는 재미를 추구하는 성향은 여성의 웰빙에 더 중요한 요인일 수 있다는 것을 시사한다.

행동억제체계도 삶의 기대를 제외한 대부분의 웰빙 변인과 상관을 보였다. 남녀 모두 행동을 억제하는 경향성은 부정 정서와는 정적 상관을, 긍정 정서와는 부적 상관이 있었다. 그런 경향성은 남성의 주관적 행복과는 상관이 없었으나 여성의 주관적 행복과는 부적 상관이 있었다($r=-.32, p<.001$). 이는 행동을 억제하는 성향이 남성은 아니지만 여성의 경우 행복감을 느끼는데 방해가 될 수도 있다는 것을 의미한다. 한편, 흥미로운 것은 남녀 공히 행동억제 성향은 삶의 만족과는 부적 상관이 있었지만 삶의 동기와는 정적 상관이 있었다는 것이다. 행동을 억제하는 성향이 강할수록 현실의 삶이 만족되지 않는 경향이 있는 것으로 보인다. 또한 삶의 동기 수준이 높게 되면 충족뿐만 아니라 좌절의 크기와 가능성도 높아 지므로 행동억제가 높아질 가능성도 있다.

웰빙에 대한 성격의 설명력

각각의 웰빙 변인에 대해 어떤 성격 요인이 유의한 예언변인이고, 그 설명력은 어느 정도 인지를 파악하기 위하여 행동활성화체계의 3개 하위요인, 행동억제체계, Big 5 성격요인 등 9개의 성격 요인을 투입하여 단계적 회귀 분석을 하였다. 상관분석에서 남녀가 다소 다

른 양상을 보였기 때문에 분석은 남성과 여성을 나누어 실시하였다(표 4, 5 참고). 전체적으로는 여성에게서 웰빙을 설명하는 성격 요인이 더 다양했다.

보상민감성과 개방성은 남성과 여성의 삶의 동기에 대한 유의한 예언변인이었으며, 성실성과 순응성은 여성의 삶의 동기를 예언할 수 있는 것으로 나타났다. 남성($\beta=.29, p<.001$)과 여성($\beta=.33, p<.001$) 모두에게서 보상민감성이 삶의 동기의 변량을 가장 많이 설명하고 있었다. 보상민감성과 개방성, 두 요인으로 남성의 삶의 동기 변량을 약 16%, 그리고 성실성과 순응성을 더한 네 요인은 여성의 삶의 동기 변량을 약 18% 설명할 수 있었다.

성실성과 정서적 안정성만이 남성의 삶의 만족에 대한 유의한 예언변인이었는데 반해, 성실성과 정서적 안정성에 행동억제 성향과 외향성을 더해 여성의 삶의 만족 변량을 24% 정도까지 설명하고 있었다. 삶의 만족 변량을 가장 많이 설명하는 성격 요인으로는 남성의 경우 성실성($\beta=.27, p<.001$)이었는데 반해, 여성의 경우는 정서적 안정성($\beta=.27, p<.001$)이었다.

삶의 기대에 대해서는 남성의 경우 추동, 성실성, 개방성이 유의한 예언변인이었고, 여성의 경우는 그 세 가지 요인을 포함해 외향성까지 유의한 예언변인이었다. 남성의 삶의 기대는 추동이($\beta=.27, p<.001$), 여성의 삶의 기대는 외향성이 가장 설명력이 강했다($\beta=.23, p<.001$). 남성의 경우 추동, 성실성, 개방성, 세 가지 요인으로도 삶의 기대 변량을 20% 이상 설명하고 있었다.

남성의 부정 정서의 경우는 정서적 안정성, 성실성, 행동억제가 유의한 예언변인이었고, 여성의 부정 정서의 경우는 그 세 가지 요인

표 4. 남성의 웰빙 변인들에 대한 성격변인의 단계적 회귀분석 결과(N=211)

예언변인	준거변인					
	삶의 동기	삶의 만족	삶의 기대	부정 정서	긍정 정서	주관적 행복
	β	β	β	β	β	β
보상민감성	.29***				.25**	
추동			.27***			
재미추구						
행동억제				.18*	-.19*	
외향성					.26***	.22***
성실성		.27***	.20**	-.16*		
정서적 안정성		.21***		-.30***	.15*	.31***
개방성	.20**		.18**			
순응성						
R^2	.156	.121	.208	.202	.181	.151

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

표 5. 여성의 웰빙 변인들에 대한 성격변인의 단계적 회귀분석 결과(N=470)

예언변인	준거변인					
	삶의 동기	삶의 만족	삶의 기대	부정 정서	긍정 정서	주관적 행복
	β	β	β	β	β	β
보상민감성	.33***					.12**
추동			.16***			
재미추구					.16***	
행동억제		-.13**		.29***		-.19***
외향성		.16***	.23***	-.18***	.27***	.35***
성실성	.16***	.21***	.14**	-.11*	.20***	.22***
정서적 안정성		.27***		-.13*	.16***	.22***
개방성	.13**		.13**	.12**		
순응성	-.11**					-.10*
R^2	.173	.242	.157	.210	.199	.351

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

에 더해 외향성과 개방성까지 유의한 예언변인이었다. 남성의 부정 정서는 정서적 안정성 ($\beta = -.30, p < .001$), 여성의 부정 정서는 행동억제가 가장 잘 설명하고 있었다($\beta = .29, p <$

.001). 성격 요인으로 남성과 여성의 부정 정서 변량을 20%이상 설명할 수 있음이 밝혀졌다.

남성의 긍정 정서는 외향성, 보상민감성, 행동억제 성향 및 정서적 안정성이 유의하게 예언하고 있었으며, 여성의 긍정 정서는 외향성, 성실성, 재미추구 및 정서적 안정성이 유의하게 예언하고 있었다. 남성과 여성 모두 외향성의 설명력이 가장 강했다.

웰빙 변인 중에 외향성과 정서적 안정성만이 남성의 주관적 행복을 예언할 수 있었는데 그 설명량도 15%정도 밖에 되지 않았다. 하지만 외향성, 성실성, 정서적 안정성, 행동억제 성향, 보상민감성에 더해 순응성까지 여성의 주관적 행복을 유의하게 예언하고 있었다. 이 여섯 가지 웰빙 변인으로 여성의 주관적 행복의 변량을 35%까지 설명할 수 있는 것으로 나타났다.

논 의

성격과 주관적 웰빙 간의 관계를 검증하기 위해 앞서 대상자의 웰빙수준을 탐색해 보았는데, 대학생의 특성상 현재의 삶보다는 미래의 삶에 기대를 가지고 있었다. 대학생의 경우 성인이 되었지만 경제적으로 부모에게 의지해야 되는 부분이 크기 때문에 현재의 삶에 만족하기 쉽지 않은 조건을 가지고 있다. 그러나 부정 정서보다 긍정 정서를 더 많이 경험하고 있는 것은 의미하는 바가 크다. 이는 현실의 삶이 만족스럽지 않더라도 삶의 기대가 부정 정서보다는 긍정 정서를 더 느끼게 하는 것일 수 있다. 이런 점은 삶의 기대가 주관적 웰빙의 중요한 요인이라는 것을 암시하는 것이다.

대부분의 주관적 웰빙 변인에서 유의한 차이가 발견되지 않았다. 적어도 주관적 웰빙의 전통적 요인에서는 남녀 간의 차이를 보이지 않았다. 대부분의 선행 연구에서 웰빙 수준에 차이가 없었지만 남성이 여성보다 더 웰빙 수준이 높게 나타난 경우가 있었는데(Diener et al., 1999), 남성 위주의 사회문화적 특성 때문일 수 있다. 하지만 본 연구에서는 여학생이 남학생보다 삶에 더 만족하는 것은 아니지만 미래의 삶에 기대는 더 컸다. 이런 결과를 바탕으로 여성이 남성보다 주관적 웰빙 수준이 높을 것이라고 생각할 수는 없다. 단지 미래에 대한 기대와 관련하여 한국 대학생들이 처한 상황적 특성 때문일 수 있다. 역으로 말하면 남학생의 경우 미래에 대한 전망이 더 부정적이라는 의미인데, 졸업을 앞 둔 남학생의 취업에 대한 걱정이 여학생보다 더 할 수 있고, 아직 군대에 가지 않은 남학생의 경우 미래에 대한 걱정이 있기 때문일 수 있다. 회귀 분석 결과도 이런 추론을 지지하고 있다. 여학생의 경우 정서적 안정성이 삶의 만족에 대한 설명력이 가장 컸지만, 남학생의 경우는 성실성의 설명력이 가장 크게 나타났다. 이는 성실성이 현재 상황에서 성취와 관계가 있다고 감안할 때 위의 추론은 더 신빙성을 갖는다.

서론에서 소개한 여러 선행연구에서처럼 본 연구에서도 외향성과 신경증적 경향성은 주관적 웰빙과 관련하여 중요한 변인으로 나타났다. 이런 결과는 한국인을 대상으로 이루어진 최근 한 연구(이화령 등, 2008)에서 외향적 기질과 행동이 긍정 정서를 느끼게 한다는 것이 검증된 것과 노인의 외향성이 행복에 직접적으로 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타난 최근 연구(장희숙, 2008)와 같은 맥락에서 이해

할 수 있다. 이 두 성격 변인이 Big 5 성격요인 중에 기질적인 면이 강하기 때문이라는 설명이 있지만(Steel et al., 2008), 기질적 차원의 성격 변인인 BAS와 BIS의 경우는 조금 다른 양상을 보였다.

선행연구에서처럼 신경증적 경향성과 외향성은 삶의 만족, 행복, 웰빙의 정서적 차원, 즉 주관적 웰빙의 전통적 요인들과 밀접하게 관계하고 있었지만, BAS는 삶의 동기 및 삶의 기대와 밀접하게 관계하고 있었다. BIS는 전통적 웰빙 변인과의 상관도 있었으며 삶의 동기와의 상관도 있었다. 미래의 보상에 민감하고 바라는 목표의 추구가 강한 대학생은 삶의 만족에 대한 높은 동기 수준과 그 동기 수준의 성취에 대한 예상도 높다는 것은 예측 가능한 결과이다. 재미를 추구하는 성향도 삶의 기대와 동기를 가지게 하는 것으로 나타난 것도 의외는 아니다. 그런데, BAS는 여학생에게서만 전통적인 주관적 웰빙 수준과 관계가 있었다. 이는 성이 이 두 변인들 간의 관계에서 조절 변인이 될 수 있다는 것을 암시하는 결과이다. 흥미롭게도 BIS는 삶의 만족과는 부적 상관이 있었지만 삶의 동기와는 정적 상관이 있었다. 삶을 더 윤택하고 만족스럽게 만들려고 하는 동기가 강할수록 행동을 억제하는 성향이 강한 측면이 있으며 행동의 억제 성향이 클수록 현실의 삶이 만족되지 않는 경향을 보이는 것 같다. 이는 미래에 더 나은 삶을 살기 위해 만족하지 않는 현실에서는 행동을 억제하는 것이 대학생의 특성일 수 있기 때문에 추후 연구에서 관심으로 가지고 재검증해 볼 필요가 있다. 예를 들어 이런 관계를 구조방정식을 통해 분석해 볼 필요가 있다. 왜냐하면 삶의 동기만으로는 삶의 만족을 보장하지 않는다. 오히려 삶의 동기가 높으면 동기좌절의

가능성도 높아 삶의 만족이 낮아질 수도 있다. 또한 삶의 동기 수준이 높으면서 BAS에서 추동 수준이 높으면 삶의 만족이 높을 수도 있으며, 삶의 동기가 높으면서 행동억제가 강하면 삶의 만족이 낮을 수 있는지도 검증해 볼 필요가 있다.

한편, 주관적 웰빙과 관련하여 5요인 성격 중에 외향성과 신경증적 경향성이 주목을 받아 왔는데 다른 세 성격 요인도 관계가 없는 것은 아니었다. 한 연구(국승희, 2004)에서는 정신분열증 환자의 경우도 외향성은 주관적 삶의 질과 정적 상관이 신경증적 경향성은 부적 상관을 보였는데, 그 외 세 성격 요인(개방성, 순응성, 성실성)도 주관적 삶의 질과 상관이 있는 것으로 나타났다. 이런 점에 관해 이 연구자는 개방성, 순응성 및 성실성은 주관적 삶의 질과 관련하여 주목받지 못한 성격 변인이었지만 정신분열증 환자에게는 중요한 변인일 수 있다고 설명하였다. 누구를 대상으로 연구했느냐가 중요할 수 있는데, 본 연구에서는 그 세 성격요인 중에 성실성이 주관적 웰빙과 밀접하게 관계하고 있었다. 이는 근면성이나 성실성이 자아존중에 영향을 많이 미칠 수밖에 없는 대학생들을 대상으로 했기 때문일 수 있다. 그 외에 두 성격 요인도 무시할 수는 없지만 순응성은 주관적 웰빙으로부터 가장 독립적이었다.

한국 기혼여성들을 대상으로 한 연구(김명소, 성은현, 김혜원, 1999)에서는 정서적 안정성, 개방성, 성실성 및 외향성이 삶의 만족의 유의한 예언변인이었으며, 이 네 성격 요인으로 삶의 만족의 변량을 약 21%가량 설명할 수 있었다. 긍정 정서는 개방성, 외향성 및 성실성이 예언변인이었으나 그 설명력이 크지는 않았지만, 부정 정서의 경우 정서적 안정성만

이 유의한 예언변인이었는데, 그 설명량이 21%정도 되었다. 본 연구에서도 성별에 따라 그 설명력에 차이가 있었지만, 성격 변인들로 적게는 12%에서 많게는 35%까지 주관적 웰빙 변인들을 설명하고 있었다. 메타분석 연구에서 DeNeve와 Cooper(1998)는 성격 변인이 주관적 웰빙으로 약 4%밖에 설명하지 못한다고 결론 내리기도 하였지만 그 연구에는 충분한 연구들이 포함되지 않았고, 교정해야 하는 여러 수치에 대한 처리를 하지 않았다는 지적이 있다(Steel et al., 2008). Steel 등(2008)은 주관적 웰빙에 대한 성격의 설명력이 그간 너무 저평가 되었다는 가정 하에 메타분석 연구를 다시 시도하였다. 메타분석을 할 수 있을 정도로 성격과 여러 웰빙 변인 간의 관계를 실증적으로 검증한 연구들이 축적되었기에 이들은 249개의 자료를 분석하여 성격과 주관적 웰빙 간의 관계를 세밀하게 탐색하였고 성격이 주관적 웰빙을 39%이상 설명할 수 있다고 결론 내렸다.

입양아와 쌍생아를 대상으로 한 연구들(Lykken & Tellegen, 1996; Nes, Røysamb, Tambs, Harris, & Reichborn-Kjennerud, 2006)에서는 장기적 측면에서의 주관적 웰빙의 80%정도가 유전에 의해 결정된다는 결과를 얻었기도 했다. 주관적 웰빙에 대한 환경의 영향도 무시할 수 없지만, 환경은 긍정 정서나 부정 정서와 같은 기본 정서와 더 관계가 있었다. 정서는 단기적이라 환경에 의해 발생하는 기분은 그리 오래가지 않는다. 이런 이유로 Diener와 Lucas(1999)가 안정적인 웰빙 변인이 성격과 관련이 있다고 한 것이다. 주관적 웰빙에 대한 성격의 설명력은 여학생들에게서 더 크게 나타났다. 이를 역으로 표현하면 남학생의 경우 성격과 같은 내적인 면보다는 환경적 혹은 도구

적 측면이 삶의 질을 좌우할 가능성이 더 크다는 것을 의미한다. 남성의 삶의 질은 불안정할 수 있다는 것으로 이해할 수 있지만 외적인 통제로 변화를 도모하기 쉽다는 장점이 있을 수 있다. 성격과 웰빙 간의 관계가 남녀에게서 달리 나타날 수 있다는 점은 추후연구에서 관심을 가지고 탐구할 필요가 있다.

추후 연구에서는 성격이 어떤 경로를 통해 개인의 삶의 질에 영향을 미치는지를 탐색할 필요가 있다. 한 연구(구본용, 유제민, 2005)에서는 주관적 행복에 대한 외향성과 신경증 경향성의 직접적인 효과가 있지만, 외향성은 사회적 지지를 매개로, 신경증적 경향성은 생활 스트레스를 매개로 하는 간접적 경로를 통해 영향을 주는 것으로 나타났다. 따라서 주관적 웰빙에 영향을 주는 내적 혹은 하향적 요인 외에도 외적 혹은 상향적 요인들 간의 관계에 대한 다각적인 연구가 필요하다. 주관적 웰빙과 관련하여 해외에서 연구된 모형을 그대로 한국인에게 일반화하는데 무리가 있기에 본 연구는 의미가 있으리라고 본다. 한국인의 행복과 관련된 토착심리학적 접근이 없지는 않았지만(구재선, 김의철, 2005; 한덕웅, 2006), 앞으로 이와 관련하여 더 많은 시도가 있었으면 한다.

본 연구의 결과를 해석하는데 한 가지 제한점으로는 Howard 등(996)이 개발한 대오탐지척도(The Big Five Locator)의 신뢰도와 타당도가 만족할 만한 수준이 아니었다는 것이다. 이 척도가 미국인을 대상으로 한 표준화 과정에서 신뢰도와 타당도가 검증되고 조직심리학 영역에서 널리 활용되고 있지만 각 문항의 형용사가 의미하는 뜻이 번안으로 완벽하게 할 수 없기 때문일 수 있다. 그렇다하더라도 본 연구에서 얻은 정보는 추후연구와 한국인의

삶의 질에 개입하고자 하는 심리학자들에게 시사하는 바가 크다. 사회와 학계에서 웰빙이 큰 화두가 되고 있는 가운데 개인의 삶의 질에 대한 심리학자들의 연구와 개입이 더 활발해지기를 기대한다.

참고문헌

- 구본용, 유제민 (2005). 성격 및 환경요인과 행복과의 관계. *상담학 연구*, 6(1), 1-7.
- 구재선, 김의철 (2006). 한국인의 행복 경험에 대한 토착문화심리학적 접근. *한국심리학회지: 사회문제*, 12(2), 177-100.
- 국승희 (2004). 정신분열병 환자에서 성격의 5요인 모델과 주관적 삶의 질의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 23(4), 983-998.
- 김교현, 김원식 (2001). 한국판 행동활성화 및 행동억제 체계(BAS/BIS) 척도. *한국심리학회지: 건강*, 6(2), 19-37.
- 김명소, 성은현, 김혜원 (1999). 한국 기혼여성(아줌마)들의 성격 특성과 주관적 삶의 질. *한국심리학회지: 여성*, 4(1), 41-55.
- 김의철, 박영신 (2006). 한국 사회에서 삶의 질을 구성하는 요인들에 대한 탐구. *한국심리학회지: 사회문제*, 12(5), 1-28.
- 김정호 (2000). 스트레스의 원인으로 작용하는 동기 및 인지. *학생생활연구*, 16, 1-26. 덕성여자대학교 학생생활연구소.
- 김정호 (2006). 동기상태이론: 스트레스와 웰빙의 통합적 이해. *한국심리학회지: 건강*, 11, 453-484.
- 김정호 (2007). 삶의 만족 및 삶의 기대와 스트레스 및 웰빙의 관계: 동기상태이론의 적용. *한국심리학회지: 건강*, 12, 325-345.
- 김정호, 유제민, 서경현, 임성건, 김선주, 김미리혜, 공수자, 강태영, 이지선 (준비중). '삶의 만족'은 만족스러운가: 주관적 웰빙 측정의 보완.
- 김정호, 임성건, 김선주, 유제민, 서경현, 김미리혜, 공수자 (2008). 긍정정서와 부정정서의 정서경험유형. *스트레스연구*, 16, 349-356.
- 이주일 (2003). 성격과 개인차. 김현택 외 (공저), *현대 심리학의 이해* (pp.389-422). 서울: 학지사
- 이화령, 임낭연, 류초롱, 서은국, 박수진 (2008). 외향적 기질과 행동이 유발하는 정적 정서. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(1), 159-175.
- 장휘숙 (2008). 한국노인의 주관적 건강과 성격특성 및 행복의 관계. 2008 한국심리학회 연차학술발표대회 논문집, 70-71.
- 조명환, 차경호(1998). 삶의 질에 대한 국가간 비교. 서울: 집문당.
- 한덕웅 (2006). 한국문화에서 주관안녕에 영향을 미치는 사회심리 요인들. *한국심리학회지: 사회문제*, 12(5), 45-79.
- Anderson, C., John, O. P., Keltner, D., & Krings, A. M. (2001). Who attains social status? Effects of personality and physical attractiveness in social groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 116-132.
- Belsky, J., Jaffee, S. R., Caspi, A., Moffitt, T., & Silva, P. A. (2003). Intergenerational relationships in young adulthood and their life course, mental health, and personality correlates. *Journal of Family Psychology*, 17, 460-471.
- Carver, C. S., & White, T. L. (1994). Behavioral

- inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 319-333.
- Cloninger, C. R. (2000). Biology of personality dimensions. *Current Opinion in Psychiatry*, 13, 611-616.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Davidson, R. J. (2005). Well-being and affective style: Neural substrates and bio-behavioral correlates. In F. Huppert, N. Baylis, & B. Keverne (Eds.), *The science of well-being* (pp. 107-139). Oxford, England: Oxford University Press.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Depue, R. A., & Collins, P. F. (1999). Neurobiology of the structure of personality: Dopamine, facilitation of incentive motivation, and extraversion. *Behavioral and Brain Sciences*, 22, 491-569.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., & Lucas, R. R. (1999). Personality and subjective well-being. In E. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp.213-229). New York: Russell Sage Foundation.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Donnellan, M. B., Larsen-Rife, D., & Conger, R. D. (2005). Personality, family history, and competence in early adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 562-576.
- Eid, M., Riemann, R., Angleitner, A., & Borkenau, P. (2003). Sociability and positive emotionality: Genetic and environmental contributions to the covariation between different facets of extraversion. *Journal of Personality*, 71, 319-346.
- Elliot, A. J., & Thrash, T. M. (2002). Approach-avoidance motivation in personality: Approach and avoidance temperaments and goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 804-818.
- Eysenck, H. J. (1967). *The biological basis of personality*. Springfield, IL: Charles Thomas.
- Fowles, D. C. (1980). The three arousal model: Implications of Gray's two-factor learning theory for heart rate, electrodermal activity, and psychopathy. *Psychology*, 17, 87-104.
- Gray, J. A. (1990). Brain systems that mediate both emotion and cognition. *Cognition and Emotion*, 4, 269-288.
- Hills, P., Argyle, M., & Reeves, R. (2000). Individual differences in leisure satisfactions: An investigation of four theories of leisure

- motivation. *Personality and Individual Differences*, 28, 763-779.
- Howard, P. J., Medina, P. L., & Howard, J. M. (1996). The big five locator: A quick assessment tool for consultants and trainers. In J.W. Pfeiffer (Ed.), *The 1996 Annual: Vol. 1. Training*. San Diego, CA: Pfeiffer and Company.
- Lasky-Su, J. A., Faraone, S. V., Glatt, S. J., & Tsuang, M. T. (2005). Meta-Analysis of the association between two polymorphisms in the serotonin transporter gene and affective disorders. *American Journal of Medical Genetics*, 133, 110-115.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7, 186-189.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1991). Adding Liebe und Arbeit: The full five factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17, 227-232.
- Nes, R. B., Røysamb, E., Tambs, K., Harris, J. R., & Reichborn-Kjennerud, T. (2006). Subjective well-being: Genetic and environmental contribution to stability and change. *Psychological Medicine*, 36, 1033-1042.
- Pavot, W., Diener, E., & Fujita, F. (1990). Extroversion and happiness. *Personality and Individual Differences*, 11, 1299-1306.
- Reeve, J. (2005). *Understanding motivation and emotion (4th ed)*. New York: Wiley.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review Psychology*, 52, 141-166.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On Depression, Development, and Death*. San Francisco: W. H. Freeman.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin* 134, 138-161.
- Wheeler, R. E., Davidson, R. J., & Tomarken, A. J. (1993). Frontal brain asymmetry and emotional reactivity: A biological substrate of affective style. *Psychophysiology*, 30, 82-89.

1 차 원고 접수일 : 2008. 12. 22

최종 원고 접수일 : 2009. 01. 19

The Relationship between Personality and Subjective Well-being: Focused on Big 5 Personality Factors and BAS/BIS

Kyung-Hyun Suh

Sahmyook University

Jung-Ho Kim

Duksung Women's University

Jhe-Min You

Kangnam University

This study aims to investigate the relationship between personality, especially temperament and subjective well-being. The participants were 681 college students (211 males and 470 females), whose ages ranged from 17 to 37 ($M=20.91$, $SD=2.36$). The instruments utilized in the present study were Korean Version of BAS/BIS Scale, The Big Five Locator, Satisfaction with Life Scale, Life Satisfaction Motivation Scale, Life Satisfaction Expectancy Scale, Emotion Frequency Test, and Subjective Happiness Scale. Result indicated that women expected more positive future than men did, while no gender differences were found in any other well-being variables. Correlational analyses revealed that emotional stability and extroversion were closely associated with life satisfaction, happiness, positive and negative emotion, whereas behavioral activation system (BAS) and behavioral inhibition system (BIS) were more closely associated with motivation to live and expectancy of satisfactory life. There was close relationship between conscientiousness and subjective well-being, because they were college students. As a internal factor, personality was better predictor for subjective well-being of female students. For instance, it accounted for around 35% variance of female's subjective happiness. The present findings reiterate the role of personality in quality of life, and it was discussed with characteristics of subjects, situational factors, and previous studies.

Key words : *personality, well-being, motivation to live, satisfaction with life, expectancy of satisfactory life, emotion, happiness*