

# 성인초기의 행복에 관련된 요인

## : 심리특성, 사회활동, 관계 요인을 중심으로

정 혜 숙(청주시 청소년 상담복지센터) · 김 영 희(충북대 교수)

본 연구는 행복을 주관적 행복감, 전반적 삶의 만족도, 긍정적 정서, 부정적 정서, 삶의 의미 등으로 다차원화하여 사회인구학적 요인, 심리특성 요인, 사회활동 요인, 관계 요인이 행복과 어떠한 관련성이 있는지를 성인초기의 집단별로 살펴보고 행복을 결정하는 요인과 행복을 증진시킬 수 있는 방안을 탐색하고, 교육과 상담현장은 물론 행복한 나라를 위한 정책에 실질적 자료를 제시하는데 그 목적이 있다.

본 연구의 대상은 성인초기(20-39세)의 자녀가 있는 기혼자로 한정하였으며, 468부(남 231명, 여자 237명)를 최종적으로 분석에 사용하였다. 성인초기의 행복(주관적 행복감, 전반적 삶의 만족도, 긍정적 정서, 부정적 정서, 삶의 의미)에 영향을 미치는 심리특성(자아존중감, 신경증, 신체적 건강, 심리적 건강, 경제수준인식), 사회활동요인(직업수행능력, 여가활용), 관계 요인(배우자관계, 자녀관계, 친구관계)들의 영향력을 살펴보기 위해 위계적 회귀분석(hierarchical regression)을 SPSS 프로그램을 사용하여 분석하였다.

본 연구결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 성인초기의 주관적 행복감을 예측해 주는 변인들의 상대적 영향력은 심리적 건강, 배우자관계, 자아존중감, 여가활용, 직업수행능력, 경제수준인식, 친구관계 순으로 나타났으며, 심리적 건강이 다른 변인들보다 영향력이 큰 것으로 나타났다. 둘째, 성인초기의 전반적 삶의 만족도를 예측해 주는 변인들의 상대적 영향력은 직업수행능력, 여가활용, 경제수준인식, 심리적 건강, 배우자관계 순으로 나타났으며, 직업수행능력이 다른 변인들보다 영향력이 큰 것으로 나타났다. 셋째, 성인초기의 긍정적 정서를 예측해 주는 변인들의 상대적 영향력은 자아존중감이 가장 중요한 예언변인으로 나타났으며 여가활용, 직업수행능력, 심리적건강, 친구관계 순으로 나타났다. 넷째, 성인초기의 부정적 정서를 예측해 주는 변인들의 상대적 영향력은 신경증, 자아존중감, 여가활용 순으로 나타났으며, 신경증이 다른 변인들보다 영향력이 큰 것으로 나타났다. 성인초기의 삶의 의미를 예측하는 변인들의 상대적 영향력은 자아존중감, 배우자관계, 직업수행능력, 심리적 건강 순으로 나타났으며, 자아존중감이 다른 변인들보다 영향력이 큰 것으로 나타났다. 결론적으로 본 연구결과는 주관적 행복감, 전반적 삶의 만족도, 긍정적 정서, 삶의 의미는 환경적 요인과 관련성이 높은 행복차원이고, 부정적 정서는 유전적 성향의 기질이나 성격특성과 관련이 있는 행복차원임을 시사해 주어 행복에 대한 접근과 연구방향에 초점을 제시해 준 점에 의의가 있다.