

행복에 관한 담론은 고대 그리스시대부터 있었지만 행복에 관한 심리학적 이해는 긍정 심리학이 태동한 이후 본격적으로 이루어졌다(David, Boniwell, & Ayers, 2013). 행복에 대한 과학적 접근의 시작은 행복을 어떻게 개념화 하고 측정하느냐 하는 것이다. 행복에 대한 접근은 크게 두 가지로 구분된다(권석만, 2008; Huta, 2013; Miao, Koo, & Oishi, 2013; Vitterso, 2013). 쾌락주의적(hedonic) 관점에서는 행복을 개인이 경험하는 주관적으로 유쾌한 상태로 간주한다. 여기에는 자신의 삶에 대한 긍정적 평가인 삶의 만족과 긍정정서의 경험과 부정정서의 부재 경험이 포함된다(Diener, 2000; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). 반면에 자기실현적(eudaimonic) 관점에서는 개인이 잠재적 가능성을 충분히 발현하여 심리적, 사회적으로 잘 기능하는 것을 행복으로 간주한다. 여기에는 심리적 안녕감(psychological wellbeing)과 사회적 안녕감(social wellbeing)이 포함된다(Deci & Ryan, 2008; Keyes, 1998; Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995).

이처럼 행복이 삶의 만족, 정서경험, 심리적 안녕감, 그리고 사회적 안녕감에 이르기까지 매우 확장된 개념임에도 불구하고 대부분의 행복 관련 연구들은 두 가지 관점의 행복을 구분하여 살피지 않았거나 어느 한 측면만 측정하였다는 지적을 받아 왔으며(Johanloo & Ghaedi, 2009; Ryan & Deci, 2001), 여러 학자들도 행복에 대한 다차원 측정의 필요성을 제기하였다(Diener, 2000, 2006; Galinha & Pais-Ribeiro, 2011; Schwartz & Strack, 1999; Sirgy, 2012).

행복의 측정과 함께 과학적 접근의 또 다른 핵심은 행복에 영향을 주는 요인이 무엇인가 하는 것이다. 행복 연구가 시작된 이후 행복

과 관련된 변인들을 밝히려는 많은 연구들이 수행되었다(David et al., 2013; Sagiv & Schwartz, 2000; Sortheix & Lönnquist, 2015). 이런 연구들은 삶의 객관적인 조건과 행복과의 관계(예, Kahneman & Deaton, 2010), 활동과 행복과의 관계(예, Adams, Leibbrandt, & Moon, 2011), 또는 성격 특징과 같은 개인 내적 변인들과 행복과의 관계(예, Schmutte & Ryff, 1997) 등을 주로 다루고 있다. 최근에는 개인 내적 변인들 중에서 개인이 추구하는 가치와 행복과의 관계에 관한 연구들이 나타나고 있다(Bobowik, Basabe, Páez, Jiménez, & Bilbao, 2011; Burr, Santo, & Pushker, 2011; Cohen & Shamai, 2010; Sortheix & Lönnquist, 2014, 2015). 이는 행복의 조건이라고 생각했던 많은 외적 요인들이 행복에 미치는 효과가 제한적이었기 때문일 것이다. 여러 연구에서 돈이나 건강은 기대만큼 행복에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다(Diener & Biswas-Diener, 2002; Diener, Ng, Harter, & Arora, 2010; Easterlin, 2001; Kahneman & Deaton, 2010). 이런 결과는 돈이나 건강 또는 신체적 불편에 대해 인간은 적응하며(Brickman, Coates, & Jonoff-Bulman, 1978), 물질적 편함이 인간의 내재적 가치 추구를 방해할 수 있기 때문에 발생한 것으로 볼 수 있다(Sheldon, Ryan, Deci, & Kassert, 2004; Vohs, Mead, & Goode, 2006).

행복에 관한 최근의 연구들은 가치에서 더 나아가 행복에서 자연의 중요성을 탐색하고 있다(Cervinka, Röderer, & Hefler, 2011; Nisbet, Zelenski, & Murphy, 2011; Zelenski & Nisbet, 2014). 일상생활에서 자연환경이 인간의 휴식과 치유에 도움이 된다는 사실이 입증되고 있지만(Kaplan, 2001; Laumann, Gärling, & Stormark, 2001), 현대인들은 행복의 근원으로

서 자연의 중요성을 망각한 채로 살아가고 있는 듯하다. 행복 심리학자 Lyubomirsky(2013)는 떡갈나무 아래에 앉아 있거나, 일몰을 보거나, 자연경관 사진을 보는 것은 자신이 자연과 연결되어 있다는 느낌을 일상에서 가질 수 있게 함으로써 인간의 행복 증진에도 도움이 된다고 제안하고 있다. 유엔이나 세계 여러 단체에서 보고하는 다양한 행복지수에 경제적 지표 이외에 자연환경의 오염정도와 같은 지표들이 포함되고 있다(이철환, 2015)는 것도 자연이 행복과 밀접하게 관련되어 있음을 보여준다.

본 연구의 주 목적은 대학생들이 추구하는 가치와 자연과의 연결감이 다양한 유형의 행복 측정치에 따라 어떤 관계 양상을 보이는지 알아보는 것이다. 본 연구에서는 행복의 개념을 쾌락주의적 관점과 자기실현적 관점으로 확장한 포괄적 개념으로 측정하고, 한국에서 제작된 행복척도를 추가로 사용하여 가치, 자연과의 연결감 및 행복과의 관계를 종합적으로 살펴보는데 그 의의가 있다고 할 것이다.

가치와 행복과의 관계

가치는 삶의 광범위한 영역에 걸쳐 사람들이 바람직하게 여기는 목표 상태로서 한 개인이나 가족, 조직의 삶을 안내하는 원리로서(Schwartz, 1992, 1994), 개인의 행복 수준에도 영향을 미칠 수 있다(유연재, 이성준, 2015; Bobowik et al., 2011). 이처럼 가치가 행복에 중요한 영향을 미칠 수 있는 변인임에도 불구하고 가치와 행복 간의 관계를 다루는 연구들은 아직 부족한 실정이다(Cohen & Shamai, 2010; Haslam, Whelan, & Bastian, 2009; Schwartz, 2011; Sortheix & Lönngqvist, 2015). 특히

개인이 추구하는 가치가 현재 뿐만 아니라 미래의 행복과도 관련이 있음을 고려할 때, 현재 우리가 무엇을 중요하게 여기고 무엇을 추구하고 있는 가를 점검해 보는 것은 개인과 사회가 행복으로 나아가기 위해 의미 있는 일이 될 수 있다(구재선, 서은국, 2015).

개인과 사회의 특성을 밝히고 태도와 행동을 예언하고 설명하는데 있어 가치의 유용성이 부각되면서(Durkheim, 1964; Schwartz, 2006), 연구자들은 타당하고 신뢰롭게 가치를 측정할 수 있는 도구를 개발하여 문화보편적인 가치들을 밝히기 위해 노력해 왔다(Rokeach, 1973; Schwartz, 1992). 먼저 삶의 가치에 관한 문화보편적이면서도 포괄적인 이론으로 오늘날 가장 영향력 있으며 널리 사용되고 있는 Schwartz(1992, 1994)의 가치이론(Burr et al., 2011; De Groot & Steg, 2008; Döring, Blauensteiner, Aryus, Drögekamp, & Bilsky, 2010)을 소개함으로써 가치에 대한 기본적 이해를 높이고, 그 다음 가치와 행복과의 관계를 살펴보기로 하겠다.

Schwartz의 가치이론에 따르면, 가치의 구조는 상이한 동기로 구분될 수 있는 10가지 가치형(value type)으로 나뉘어져 있으며, 이 10가지 가치형은 보다 상위 차원(변화에 대한 개방성-보수주의 차원, 자기초월-자기고양 차원)에 의해 대립되는 2개의 차원으로 구분되어 있다(그림 1 참조).

먼저 자기초월 가치 차원에는 인류와 자연의 복지에 대한 올바른 이해 및 보호와 관련된 보편주의형 가치와 가까운 사람들의 복지의 보존 및 향상과 관련된 박애형 가치가 포함되어 있다. 자기고양 가치 차원에는 개인의 성공과 관련된 성취추구형 가치와 사회적 지위와 명성, 사람들과 자원에 미치는 통제력이



그림 1. Schwartz의 가치이론에서 제시된 가치형과 가치차원

나 지배와 관련된 권력추구형 가치가 포함되어 있다. 변화에 대한 개방성 가치 차원에는 자기주도형 가치, 자극추구형 가치, 쾌 추구형 가치가 포함되어 있다. 보수주의 가치 차원에는 사회, 본인, 사회적 관계의 안전, 조화, 및 안정성과 관련된 안정 추구형 가치, 사회규범이나 사회적 기대를 위반하거나 타인들에게 해를 끼칠 수 있는 것을 자제하는 것과 관련된 동조형 가치, 그리고 전통문화나 종교가 제시하는 관습 및 아이디어 수용 및 이행과 관련된 전통추구형 가치가 포함되어 있다. 그림 1의 원 모양의 구조에서 서로 가까이 위치하는 가치형들은 서로 양립 가능하지만 멀리 떨어져 있는 가치형들은 양립 불가능하고 갈등을 야기하는 것으로 본다.

가치와 행복에 관한 연구들의 중요한 한 방향은 건전한(healthy) 가치 추구는 행복에 기여하며, 건전하지 않은 가치 추구는 행복을 손상시킬 수 있다는 것이다(구재선, 서은국, 2015; Bobowik et al., 2011; Cohen & Shamai, 2010; Joshanloo & Ghaedi, 2009; Kasser & Ahuvia, 2002; Vansteenkiste, Duriez, Simons, &

Soenens, 2006). 행복에 도움이 되는 가치와 그렇지 않은 가치의 구분은 정신치료 문헌들에서 나온 주장들, Maslow(1970)의 욕구위계설, 그리고 자기결정이론(Deci & Ryan, 1985, 1991)에 근거를 두고 있다(Cohen & Shami, 2010; Sagiv & Schwartz, 2000).

서구의 정신치료 문헌들에서는 자기주도(예, 자율성, 자유), 박애(예, 책임감, 대인관계 및 가족관계) 및 보편주의(예, 개인적인 성장, 타인에 대한 공정성)를 '건전한' 가치로 언급하였다(Jenson & Bergin, 1988; Strupp, 1980). 또한 성취와 자극추구는 '건전한' 가치로, 동조, 전통, 안전 및 권력 가치들은 종종 '건전하지 않은' 것으로 고려되기도 하였다(Gat, 1997; Ryff, 1995). 정신치료 연구자들은 건전한 가치의 추구는 개인의 행복을 증가시키는 지각, 태도, 행동을 초래하며 반면에 건전하지 않은 가치의 추구는 반대 효과를 가져 올 수 있다고 보았다(Sagiv & Schwartz, 2000).

성장욕구와 결핍욕구의 구분도 가치와 행복과의 관계를 예측하는데 도움이 된다. Bilsky와 Schwartz(1994)는 Maslow(1970)의 이론에 근거하

여 10개의 가치형들 중 자기주도, 보편주의, 박애, 성취, 자극추구 가치형들은 주로 성장 욕구(growth needs)를 나타내는 것으로, 동조, 안전 및 권력 가치형들은 결핍욕구(deficiency needs)를 나타내는 것으로 분류하였다. 이들에 따르면, 성장욕구를 나타내는 가치형과 관련된 목표에 초점을 두는 사람들은 그 목표가 달성되면 안녕감을 느끼게 되지만 결핍욕구를 나타내는 가치형에 초점을 두는 사람들은 위협이나 박탈감에서 벗어나려고 하기 때문에 불행하다고 느낄 수 있다는 것이다.

가치와 행복감과의 관계를 설명할 수 있는 또 다른 이론은 자기결정이론이다(Deci & Ryan, 2000). 이 이론에서는 사람들은 자율성(autonomy), 관계성(relatedness), 유능감(competence)이라는 선천적이면서도 기본적인 심리적 욕구를 가진다고 본다. 이런 욕구들의 추구는 내적 만족과 직접 연결되며, 진정한 개인적 안녕감의 근원이 된다. 반대로, 돈, 명성, 타인들에 대한 통제와 같은 외적 목표를 추구하는 것은 이러한 선천적인 욕구들을 간접적으로만 만족시키며 때로는 이러한 욕구들의 충족을 방해할 수도 있다(Deci & Ryan, 1995). 자기결정이론의 관점에서 볼 때 선천적이고, 내적인 욕구나 목표들은 주로 자기주도형, 박애형 및 보편주의형 가치들의 목표와 부합되고, 외적인 목표들은 권력형 가치의 목표들과 부합된다(Sagiv & Schwartz, 2000).

이상의 주장들을 종합해 보면, 성장욕구, 관계성, 유능감 및 자율성과 관련된 선천적인 기본 욕구와 결부된 가치는 행복과 정적 관련이 있는 반면, 돈이나 권력과 같은 물질적 가치의 추구나 안전이나 인습에 동조하는 것은 행복에 도움이 되지 않음을 예측할 수 있다.

가치와 여러 가지 행복 측정치 간의 관계에

관한 선행연구 결과들은 다음과 같다. 먼저 가치 추구하고 긍정정서와의 관계를 보면, 대체로 보편주의형, 박애형, 쾌 추구형, 자극추구형, 자기주도형 가치들은 긍정정서와 정적 상관관계가 있었으며, 전통형, 동조형, 안전형, 권력형 가치들은 긍정정서와 부적 상관관계가 있었다(Bobowik et al., 2011; Burr et al., 2011; Cohen & Shmai, 2010; Sagiv & Schwartz, 2000). 가치와 삶의 만족과의 관계에서도 유사한 양상이 나타났다. 즉, 보편주의형, 박애형, 쾌 추구형, 자극추구형, 자기주도형 가치들은 삶의 만족과 정적 상관관계가 있었던 반면 동조형, 안전형 가치들은 삶의 만족과 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다(Bobowik et al., 2011; Le, 2011).

내적 또는 외적 가치지향과 행복 및 정신건강과의 관계에서도 유사한 양상이 보고되었다. 재정적 성공, 명성 및 신체적인 외모와 같은 외적 가치 지향이 높은 사람들은 심리적 안녕감이 더 낮았고, 내적으로 스트레스가 더 많았다(Vansteenkiste et al., 2006). 반면에 자기실현, 친화, 지역 사회와의 밀착감과 같은 내적 포부들을 중요하게 여기는 사람들은 안녕감 수준이 더 높았고, 괴로움을 덜 느끼는 것으로 나타났다(Kasser & Ryan, 1996). 국내에서 수행된 연구(구재선, 서은국, 2015)에서도 상대적인 외적 가치가 높은 사람들이 주관적 안녕감이 낮았다. 또한, 물질주의 가치는 행복 지표들과는 부적 상관관계를 보이며(이민아, 송리라, 2014), 불안과는 정적 상관관계가 있었다(Kasser & Ahuvia, 2002). 그러나 건전한 것으로 가정되는 가치와 행복과의 관계가 언제나 일관되게 나타난 것은 아니었다.

개인의 성공과 관련된 성취형 가치와 행복간의 관계에서는 불일치한 결과들이 보고되었다. 일부 연구에서는 성취 가치 추구는 긍정

정서(Özdemir, 2014; Sagiv & Schwartz, 2000), 전반적인 행복감(Cohen & Shamai, 2010), 삶의 만족 및 심리적 안녕감과도 정적 상관이 있는 것으로 나타났다(Johanloo & Ghaedi, 2009). 그러나, Bobowik 등(2011)의 연구에서는 성취형 가치는 삶의 만족과 부적 상관이 있었다. 성취형 가치는 국가의 경제수준에 따라 다른 관계를 보여주기도 했는데, 성취형 가치는 HDI (Human Development Index)가 낮은 나라들에서는 삶의 만족과 정적 관계가 있었지만, HDI가 높은 선진국에서는 삶의 만족과 부적 관련이 있는 것으로 나타났다(Sortheix & Lönnqvist, 2014).

보편주의형 가치에서도 불일치하는 결과가 보고되고 있다. 마케도니아의 젊은이들을 대상으로 한 연구(Romanyuk, Dimitrova, & Spasovsk, 2014)와 터키인 대상의 연구(Özdemir, 2014)에서는 행복과 정적 관련성이 기대되었던 보편주의형 가치가 오히려 삶의 만족과 부적 상관이 있었다. 이는 선진국에서는 보편주의형 가치와 삶의 만족이 정적 관계를 보인 반면에 후진국에서는 부적 관계를 보이는 결과(Sortheix & Lönnqvist, 2014)와도 연결된다.

동조 가치의 경우 대부분 행복지표와 부적 상관이 있었지만 일부 연구에서는 오히려 사회적 안녕감과 정적 상관이 있었다는 결과는 (Johanloo & Ghaedi, 2009) 가치와 행복과의 관계가 국가와 문화에 따라 차이가 있을 가능성을 시사한다.

이처럼 가치와 행복 간의 관계에 대한 선행 연구들에서 불일치하는 결과가 나타난 것은 다음과 같은 가능성을 생각해 볼 수 있다. 첫째, 여러 연구들에서 사용한 행복 또는 안녕감의 측정치들이 서로 다르거나 행복의 여러 가지 측면을 고려하지 않았다는 것이다. 대부

분의 연구들이 자기실현적 관점에서의 행복보다는 주로 쾌락주의적 관점에서의 행복 측정치인 삶의 만족도와 정서만을 고려한 경우가 많았다. 자기실현적 관점에서의 행복인 심리적 안녕감과 사회적 안녕감을 모두 사용한 연구(Johanloo & Ghaedi, 2009)는 매우 드물었다. 국내에서 수행된 연구(한민, 최인철, 김범준, 이훈진, 김진형, 2012)에서도 특정 지역의 거주자들이 주관적 안녕감은 낮았지만 심리적인 안녕감은 높은 것으로 나타나 행복 측정치의 유형에 따라 사람들의 행복 수준이 달라질 수 있음을 보여주었다. 그리고 일부 연구자들은 안녕감의 측정치 간에도 상이한 예언변인들을 가질 수 있음을 지적하면서 현상을 충분히 이해하기 위해서는 안녕감의 여러 측정치들이 모두 사용되어야 함을 제안하였다(Diener, 2000, 2006; Galinha & Pais-Ribeiro, 2011; Sirgy, 2012). 또한, 개인이 속한 문화권에 따라 행복에 대한 태도가 다를 수 있기에(Suh, 2000; Suh, Diener, Oishi, & Triandis, 1998), 행복 측정시 서구 문화권에서 제작된 척도 이외에 한국형 행복 척도의 사용도 필요하다(신지은, 최혜원, 서은국, 구재선, 2013). 이렇게 서양의 행복 척도들의 문화적 보편성에 대한 의문이 제기되면서 최근에는 국내에서도 토착형 행복척도들이 개발되었다. 한국형 토착행복 척도는 한국사회와 개인의 삶의 질을 높이는 요소와 낮추는 요소들을 세대별 지각을 중심으로 토착심리를 분석한 결과를 토대로 제작된 것이다. 이에 따르면, 한국인들은 삶의 질을 높이기 위해 기본적으로 경제적 안정을 중요하다고 지각하였고, 가정, 직장, 학교와 같은 구체적인 집단 내의 삶의 질은 인간관계에서 받는 정서적 지원에 의해 크게 영향을 받는 것으로 나타났다. 이외에도 여가생활, 학업성취,

건강 등이 삶의 질 증진에 기여하는 요소로 확인되었다(김의철, 박영신, 2004; 박영신, 김의철, 2006, 2009). 이 척도는 경제력, 건강, 학업 성취, 여가 활동과 관련된 항목이 포함되어 있어서 가치와 행복간의 관계에서 서구의 척도들과는 다른 양상으로 나타날 가능성도 있다.

둘째, 가치와 행복 연구에서 고려해야 할 또 다른 사항은 건전한 가치와 건전하지 않은 가치의 구분에 관한 것이다. 예를 들면, 일부 연구자들(Jenson & Bergin, 1988; Strupp, 1980)은 자기주도, 박애, 보편주의를 건전한 가치로, 또 다른 연구자들(Gar, 1997; Ryff, 1995)은 성취와 자극추구를 건전한 가치로 언급하였다. 이런 구분은 전형적으로 서구문화권에서 교육을 받은 사람들의 생각을 반영한 것이다. 서구 문화권에서는 자율성과 독립성을 강조하는 가치들이 중시되지만, 동아시아 국가의 구성원들은 다르게 볼 수도 있다(Sagiv & Schwartz, 2000). 따라서 가치와 행복 관계 연구에서는 문화적 차이가 있을 가능성을 늘 염두에 두어야 할 것이다.

셋째, 동일한 가치라도 개인이 속한 나라의 경제수준에 따라서 가치가 안녕감에 상이한 방식으로 영향을 줄 수 있다는 결과들이 있었다. 후진국에서는 성취형 가치가 삶의 만족과 정적 상관을 보이고 보편주의형 가치는 부적 상관을 보인 반면에, 선진국에서는 성취형 가치는 삶의 만족과 부적 상관을, 보편주의형 가치는 삶의 만족과 정적 상관이 있었다(Sortheix & Lönnqvist, 2014). 이 결과는 가치와 행복 간의 관계를 연구할 때는 개인이 속한 사회적 맥락에 대한 이해가 필요함을 시사한다.

넷째, 국내에서도 가치와 행복간의 관계를

다룬 소수의 연구들(구재선, 서은국, 2015; 신지은 등, 2013; 한민 등, 2012)이 있었지만 한국문화에 특수한 가치들(예, 권위주의, 보수성)이나 물질적 가치, 또는 Schwartz의 가치형들 중 일부만 선택해서 사용하여 전반적인 가치 이론의 틀 내에서 행복과의 관계를 보지 못했다. 또한, 행복의 측정치도 사회적 안녕감에 대해서는 고려한 바가 없었다. 따라서, 전반적인 삶의 가치와 여러 가지 유형의 행복 측정치들을 사용하여 가치가 행복의 어떤 측면에 영향을 주는지 살피는 것도 필요하다. 본 연구에서는 행복의 측정치로서 삶의 만족, 긍정정서, 심리적 안녕감, 그리고 사회적 안녕감에 더하여 한국에서 개발된 행복 척도도 함께 사용하여 가치와 행복간의 관계를 알아보고자 하였다.

자연과의 연결감과 행복과의 관계

자연이 휴식과 치유에 긍정적인 영향을 미친다는 사실이 입증되어져 왔지만(Berman, Jonides, & Kaplan, 2008; Laumann et al., 2001; Mayer, Frantz, Senecal, & Dolliver 2009; Ulrich, Simons, Losito, Fiorito, Miles, & Zelson, 1991), 대부분의 연구는 자연을 심리적 안녕감의 근원으로서 보기보다는 일종의 건강을 회복시키는 대책으로서의 자연에 초점을 두었으며, 자연과의 연결감과 행복과의 관계에 관한 경험적인 연구는 극소수였다(Nisbet et al., 2011). 최근에 행복에 영향을 미치는 요인들 중의 하나로 자연에 대한 관심이 부각되면서 자연과의 연결감이나 유대감이 인간의 행복에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다는 연구들이 증가하고 있다.

자연과의 연결감(Nature Relatedness, NR)은

사람들이 자연세계에 대해서 가지는 감정적, 인지적 및 경험적 관계를 일컫는 것으로 우리 인간이 자연 속의 모든 다른 생명체와 상호 연결되어 있다고 느끼는 연결감에 대한 이해와 평가를 포함하는 개념이다(Nisbet, Zelenski, & Murphy, 2009). 이 개념은 자연과 관련된 세계관, 사람들이 자연에 대해 느끼는 친숙성과 편안함, 자연 속에 머물고 싶은 욕망, 자연과의 동일시 정도 등을 포함하는 비교적 안정적인 내적 특질을 반영한다(Nisbet et al., 2009; Nisbet et al., 2011). 이러한 자연과의 연결감의 뿌리는 생명에 가설(Kellert & Wilson, 1993; Wilson, 1984)에서 찾을 수 있다. 이 가설에서는 인간은 자연에 있는 모든 생물들과 교류하려는 선천적 욕구를 가지고 있으며, 자연은 인간의 정서적, 심리적 건강과 발달에 필수적이라는 것이다. 야외 활동에 대한 욕구, 동물원 방문, 자연 풍경에 대한 선호 등은 이 가설을 지지하는 증거들이며, 자연과 인간과의 분리는 인간의 심리적 건강에 부정적 영향을 미친다는 결과도 이를 지지해준다(Brag, 1996; Kals & Maes 2004; Kellert, 1997; Nisbet et al., 2011).

몇몇 연구자들은 자연과의 연결감이나 유대감이 인간의 안녕감에 기여할 수 있는지의 여부를 탐색하였다. 자연과의 유대감(Nature Connectedness)은 행복의 지표인 삶의 만족(Mayer & Frantz, 2004), 활력(Cervinka et al., 2011; Nisbet et al., 2011), 긍정정서(Nisbet et al., 2011), 정서적인 안녕감, 심리적인 안녕감, 그리고 사회적 안녕감과 정적 상관성이 있었으며(Howell, Dopko, Passmore, & Buro, 2011), 부정정서 및 우울과는 부적 상관성이 있는 것으로 나타났다(Nisbet et al., 2011). 또한, 자연 풍경을 담은 필름을 보여주거나 자연처럼 모사된

상황 속으로 들어가는 식으로 자연과의 연결감을 증가시키는 것은 긍정정서를 증가시키거나 유지시키는 것으로 나타났다(Mayer et al., 2009; Ryan, Weinstein, Bernstein, Brown, Mistretta, & Gagne, 2010). 그러나, 자연과의 연결감이 언제나 행복의 지표들과 정적인 관련이 있었던 것은 아니었다. Mayer 등(2009)의 연구에서는 자연과의 유대감과 긍정정서 간에는 관련이 없는 것으로, Leary, Tipsord, 그리고 Tate의 연구(2008)와 Nisbet 등(2011)의 연구에서는 자연과의 일체감과 삶의 만족 간에는 관련이 없는 것으로 나타났다. 많은 연구가 이루어지진 않았지만 자연과의 연결감은 삶의 만족이나 긍정정서와는 연구에 따라서 엇갈리는 결과가 나오며, 심리적 및 사회적 안녕감과는 일관된 결과가 나오는 것으로 미루어 볼 때, 자연과의 연결감은 삶의 만족이나 정서경험 보다는 심리적 및 사회적 안녕감과 관련성이 더 높을 가능성이 있다. 따라서, 본 연구에서는 자연과의 연결감이 여러 행복 측정치들과 어떤 관련이 있는지와 행복의 예언과 설명에 어떻게 기여하는지의 정도를 알아보고자 한다. 본 연구에서 확인하려고 하였던 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 박애, 보편주의, 자기주도, 자극추구와 같은 건전한 가치를 추구할수록 삶의 만족, 긍정정서, 심리적 안녕감, 사회적 안

1) 자연과의 연결감을 측정하는 몇몇 척도들이 있지만 본 연구에서는 Nisbet 등(2009)이 개발한 자연과의 연결감 척도를 사용하는데 그 이유는 Howell 등(2011)의 연구에서 자연과의 유대감(Nature Connectedness) 척도보다는 자연과의 연결감(Nature Relatedness)척도가 행복의 여러 지표들과 더 상관이 높은 것으로 나타났기 때문이다.

녕감, 그리고 한국형 토착행복과 같은 행복감이 더 높아질 것인가?

연구문제 2. 자연과의 연결감이 행복 측정에 따라 차별적인 영향을 미치는가? 즉, 자연과의 연결감이 높을수록 쾌락주의적 행복인 삶의 만족과 긍정정서, 토착 행복보다는 자기 실현적 행복인 심리적 안녕감과 사회적 안녕감이 더 높아질 것인가?

연구문제 3. 인구학적 변인에 가치형, 자연과의 연결감이 차례로 추가되면 삶의 만족, 긍정정서, 심리적 안녕감, 사회적 안녕감 및 한국형 토착행복의 예언력이 어느 정도로 증가하는가?

방 법

연구 대상

본 조사에는 부산 소재 대학교에서 교양과목이나 심리학 과목을 수강하는 대학생 224명이 수업 시간에 학점을 받는 조건으로 참여하였다. 참여 대학생들의 인구학적 특징은 다음과 같다. 평균 연령은 22.5세($SD=1.80$), 성별 분포는 남자 92명(41.1%), 여자 132명(58.9%), 종교가 있는 사람 77명(34.4%), 종교가 없는 사람 147명(65.6%), 가정 경제 수준은 상 46명(20.5%), 중 107명(47.8%), 하 71명(31.7%)이었다.

측정도구

가치묘사질문지(Portrait Value Questionnaire: PVQ-40)

대학생들의 가치를 측정하기 위해 Schwartz, Melech, Lehmann, Burgess, Harris 그리고 Owens (2001)가 제작한 가치묘사 질문지를 사용하였다. 가치묘사 질문지의 원 문항은 총 40문항으로 구성되어 있는데, 본 연구에서는 서지영과 정영숙(2012)이 타당화한 단축형 24개 문항들과 본 연구자 2인이 번안한 16개 문항들을 추가하여 사용하였다. 각 문항은 하나의 특정한 가치를 나타내며 1명의 가상 인물을 묘사하는 글이 제시되고, 그 글 속의 인물과 얼마나 비슷한지의 정도를 6점 척도(1: 비슷하지 않고 반대이다, 2: 하나도 비슷하지 않다, 3: 아주 조금 비슷하다, 4: 조금 비슷하다, 5: 많이 비슷하다, 6: 아주 많이 비슷하다)상에서 응답하게 하였다. 예를 들면, 박애형 가치를 나타내는 문항은 “경민이는 이웃의 다른 사람들을 도우면서 살아가는 것이 매우 중요한 일이라고 생각한다. 그래서 경민이는 이웃의 다른 사람들이 행복해지도록 돕고 싶어한다.”와 같은 것이며, 여학생들에게는 여자 이름이, 남학생들에게는 남자 이름이 제시되었다. 본 연구에서 사용한 PVQ-40의 신뢰도(Cronbach's α)는 .84였다.

삶의 만족도(Life Satisfaction)

삶에 대한 만족감(Satisfaction with Life Scale: SWLS)은 Diener, Emmons, Larsen, 및 Griffin (1985)이 제작한 척도를 권석만(2008)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 5문항으로 구성되어 있으며, 7점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 7: 매우 그렇다) 상에서 자신의 삶에 대한 인지적인 해석을 어떻게 하고 있는지의 정도를 알아보는 것이다. 문항의 예를 들면, “내 인생

의 여건은 아주 좋은 편이다” 또는 “나는 나의 삶에 만족한다” 등이다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .84였다.

긍정정서와 부정정서(Positive affect and Negative affect)

긍정정서와 부정정서는 Watson, Clark 및 Tellegen(1988)이 개발한 긍정/부정 정서척도(PANAS)를 안신호, 이진환, 신현정, 홍창희, 정영숙, 이재식, 서수균, 김비아(2009)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 각 10개의 긍정적인 정서와 부정적인 정서를 묻는 총 20개의 문항으로 구성되어 있으며, 5점 척도(1: 전혀 느낀 적이 없다, 5: 매우 자주 느꼈다) 상에서 지난 한 달 동안 느낀 정서의 정도를 알아보는 것이다. 문항의 예를 들면, 긍정적인 정서는 자랑스러운, 활기찬 등이며, 부정적인 정서는 마음이 상한, 두려운 등이었다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 긍정정서 문항들에서는 .83, 부정정서 문항들에서는 .80이었다.

심리적 안녕감(Psychological Well-being)

심리적 안녕감은 Ryff(1989)가 개발한 심리적 안녕감 척도(Psychological Well-Being Scale: PWBS) 단축형을 안정신(2010)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 18개의 문항으로 구성되어 있으며, 자율성, 환경에 대한 통제, 타인과의 긍정적 인간관계, 자기수용, 삶의 목표, 개인적 성장이라는 6개의 하위 요인들을 포함한다. 각 요인마다 3개의 문항들을 포함하며 7점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 7: 매우 그렇다) 상에서 응답하게 하였다. 문항의 예를 들면, “나에게 있어서 삶은 끊임없이 배우고, 변화하고, 성장하는 과정이다”, “나는 인생의 목표를 가지고 살아간다.” 등이다. 본 연구에

서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .79였다.

사회적 안녕감(Social Well-being)

사회적 안녕감은 Keyes(1998)가 개발한 단축형 척도를 본 연구자들이 번안하여 사용하였다. 이 척도는 15문항으로 구성되어 있으며, 사회적 통합, 사회적 수용, 사회적 기여, 사회적 실현, 사회적 응집과 같은 5개의 하위 요인들을 포함한다. 각 요인마다 3개의 문항들을 포함하며 7점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 7: 매우 그렇다) 상에서 응답하게 하였다. 문항의 예를 들면, “내가 하는 일상적 활동들은 내가 속한 지역 사회에 어떤 도움도 되지 않는다.”, “나는 세상에서 일어나는 일들을 이해할 수 없다.” 등이다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .80이었다.

한국형 토착행복

한국형 토착행복은 김의철과 박영신(2004), 박영신과 김의철(2006, 2009)이 한국인의 행복에 대한 토착 심리를 분석한 결과에 기초하여 제작한 행복 척도를 사용하였다. 이 척도는 하위요인 없이 15문항으로 구성되어 있으며, 5점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 5: 매우 그렇다) 상에서 응답하게 하였다. 문항의 예를 들면, “우리 가족은 화목하다.”, “나의 미래는 희망적이다.” 등이다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .88이었다.

자연과의 연결감(Nature Relatedness: NR)

자연과의 연결감은 Nisbet 등(2009)이 개발한 척도를 본 연구자들이 번안하여 사용하였다. 이 척도는 인간이 모든 다른 생명체와 상호 연결되어 있다고 느끼는 연결감에 대한 이해와 평가를 포함한다. 20문항으로 구성되어 있

으며 5점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 5: 매우 그렇다) 상에서 응답하게 하였다. 문항의 예를 들면, “도시에서 벗어나서 깊은 숲 속에 있다고 생각하면 겁이 난다.”, “도시에 살면서도 나는 주변에서 자연을 느낀다.” 등이다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .88이었다.

인구학적 변인

성별(남, 여), 종교(기독교, 천주교, 불교, 기타, 종교 없음), 경제수준(상상, 상중, 상하, 중상, 중중, 중하, 하상, 하중, 하하)에 대해 해당 사항에 표시하도록 하였다.

결 과

자료 분석은 pc를 이용하여 Window용 SPSS 23.0을 사용하였다. 결과 제시는 가치와 행복과의 관계, 자연과의 연결감과 행복과의 관계, 행복예언에 대한 위계적 회귀 분석 결과 순으로 제시하였다.

가치와 행복과의 관계

본 연구에서 측정된 주요변인들의 평균, 표준편차, 상호상관을 표 1에 제시하였다. 표 1에서 가치형들과 행복 측정치들 간의 상호상관 관계를 살펴보면, 박애형 가치는 삶의 만족($r=.23, p<.01$), 긍정정서($r=.25, p<.01$), 심리적 안녕감($r=.35, p<.01$), 사회적 안녕감($r=.31, p<.01$), 토착행복($r=.32, p<.01$)과 유의한 정적 상관관계가 있었으며, 부정정서와는 부적 상관관계($r=-.22, p<.01$)가 있는 것으로 나타났다. 보편주의형 가치는 심리적 안녕감($r=.19, p<.05$), 토착행복($r=.15, p<.05$)과

유의한 정적 상관관계가 있었으며, 부정정서와는 부적 상관관계($r=-.14, p<.01$)가 있었다. 자기주도형 가치는 삶의 만족($r=.19, p<.01$), 긍정정서($r=.28, p<.01$), 심리적 안녕감($r=.14, p<.05$), 토착행복($r=.20, p<.01$)과 유의한 정적 상관이 있었다. 자극추구형 가치는 긍정정서($r=-.23, p<.01$), 심리적 안녕감($r=.14, p<.01$)과 정적상관이, 쾌추구형 가치는 심리적 안녕감과 정적상관($r=-.21, p<.01$)이 있었다. 성취형 가치는 삶의 만족($r=-.15, p<.05$)과 유의한 부적상관이, 긍정정서($r=.15, p<.05$) 및 부정정서($r=.17, p<.05$)와는 유의한 정적 상관이 있었다. 권력형 가치는 긍정정서와만 유의한 정적 상관이 있었으며($r=.17, p<.01$), 나머지 행복 측정치들과는 상관이 없었다. 안전형 가치는 부정정서와만 유의한 부적 상관관계가 있었다($r=-.14, p<.05$). 동조형 가치는 사회적 안녕감($r=.16, p<.05$), 토착행복($r=.22, p<.01$)과는 유의한 정적 상관관계가 있었으며, 부정정서($r=-.16, p<.01$)와는 유의한 부적 상관관계가 있었다. 전통형 가치는 삶의 만족($r=.18, p<.01$), 토착행복($r=.20, p<.01$)과는 유의한 정적 상관관계가 있었으며, 부정정서와는 유의한 부적 상관관계($r=-.17, p<.05$)가 있었다.

자연과의 연결감과 행복과의 관계

자연과의 연결감은 삶의 만족($r=.22, p<.01$), 긍정정서($r=.26, p<.01$), 심리적 안녕감($r=.36, p<.01$), 사회적 안녕감($r=.30, p<.01$), 토착행복($r=.34, p<.01$)과 모두 유의한 정적 상관이 있었다. 그러나 부정정서와는 상관관계가 없었다. 자신을 자연과 연결되어 있다고 생각할수록 행복감이 높은 것으로 나타났다.

표 1. 가치형, 지연과의 연결감, 행복 측정치의 평균, 표준편차 및 상호상관

	M	SD	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. 박애	3.71	.75																
2. 보편주의	4.01	.73	.47**															
3. 자기주도	4.07	.81	.26**	.31**														
4. 자극추구	3.58	1.04	.25**	.17*	.30**													
5. 쾌 추구	4.24	.94	.19**	.14*	.26**	.49**												
6. 성취	3.84	.90	-.01	.00	.18**	.31**	.09											
7. 권력	3.21	.94	.01	.05	.27**	.23**	.11	.66**										
8. 안전	4.06	.76	.05	.37**	.14*	.08	.02	.22**	.20**									
9. 동료	4.39	.81	.39**	.52**	.15*	.02	.07	.12	.01	.48**								
10. 전통	2.98	.69	.31**	.23**	-.02	.00	-.06	.05	-.09	.24**	.33**							
11. 삶의 만족	3.85	1.28	.23**	.05	.19**	-.02	-.01	-.15*	-.09	-.04	.06	.18**						
12. 긍정정서	2.93	.56	.25**	.07	.28**	.23**	.10	.15*	.17**	.06	.01	.03	.36**					
13. 부정정서	2.77	.68	-.22**	-.14*	-.10	.02	-.11	.17*	.11	-.14*	-.16**	-.17*	-.34**	-.08				
14. 심리적 안녕감	4.81	.69	.35**	.19**	.14*	.14**	.21**	-.03	.02	.06	.13	.04	.62**	.50**	-.45**			
15. 사회적 안녕감	4.38	.74	.31**	.07	.07	.07	.07	-.01	.06	.07	.16*	.13	.46**	.44**	-.35**	.67**		
16. 도덕행복	3.46	.55	.32**	.15*	.20**	.08	.11	.01	.03	.13	.22**	.20**	.70**	.50**	-.46**	.75**	.68**	
17. 지연과의 연결감	3.38	.51	.35**	.57**	.31**	.16*	.08	-.14*	-.08	.13	.20**	.04	.22**	.26**	-.08	.36**	.30**	.34**

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

인구학적 변인, 가치형, 자연과의 연결감이 행복에 미치는 영향

인구학적 변인에 가치형, 자연과의 연결감이 추가됨에 따라 행복에 관한 설명력이 증가하는지를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.

삶의 만족 예언

쾌락주의적 관점의 행복 중 인지적 요소인 삶의 만족에 성, 종교, 경제수준³⁾과 같은 인구학적 변인, 가치형, 자연과의 연결감이 미치는 영향을 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였으며, 그 결과를 표 2에 제시하였다. 1 단계에서 성, 종교, 경제수준과 같은 인구학적 변인은 삶의 만족감을 11%정도 설명하였으며 ($F= 6.46, p<.001$), 예언변인들 중 경제수준만

이 삶의 만족에 유의한 영향을 미쳤다($\beta=-.20, p<.05; \beta=-.41, p<.001$). 2단계에서 가치형이 추가로 투입되니 삶의 만족에 대한 설명력이 27%로 유의하게 증가하였으며($F= 5.58, p<.001$), 경제수준($\beta=-.16, p<.05; \beta=-.43, p<.001$)은 여전히 유의하였고, 박애형 가치($\beta=.22, p<.01$), 자기주도형 가치($\beta=.25, p<.001$), 성취 추구형 가치($\beta=-.17, p<.05$), 전통 추구형 가치($\beta=.19, p<.01$)가 삶의 만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 3단계에서 자연과의 연결감이 추가되니 삶의 만족에 대한 설명력이 29%로 유의하게 증가하였으며($F=5.70, p<.001$), 경제수준($\beta=-.16, p<.05; \beta=-.42, p<.001$), 박애형 가치($\beta=.19, p<.05$), 자기주도형 가치($\beta=.22, p<.01$), 전통 추구형 가치($\beta=.21, p<.01$), 자연과의 연결감($\beta=.18, p<.05$)이 삶의 만족에 유의한 영향력이 있었다. 그리고 이 모형에서 Durbin-Watson 지수는 1.93, 예언변인들의 분산팽창지수(VIF)는 1.30에서 2.30의 범위 내에서 나타나 회귀모형이 적합하다고 볼 수 있었다.

긍정정서 예언

쾌락주의적 관점의 행복 중 정서적 요소인 긍정정서를 종속변인으로 위계적 회귀분석을 실시하였으며 그 결과를 표 3에 제시하였다. 1 단계에서 성, 종교, 경제수준과 같은 인구통계학적 변인은 긍정정서를 7%정도 설명하였으며 ($F=5.18, p<.01$), 예언변인들 중 성($\beta=-.18, p<.01$)과 경제수준 2($\beta=-.23, p<.01$)이 긍정정서에 유의한 영향력이 있었다. 2단계에서 가치형이 추가로 투입되니 긍정정서에 대한 설명력이 21%로 증가하였으며($F=3.93, p<.001$), 경제수준2는 여전히 유의하였고($\beta=-.26,$

- 2) 자연과의 연결감(Nature-Relatedness) 척도는 국내에서 처음 실시되는 것이라 타당도의 문제가 있을 수 있는데, 본 연구의 서술에는 포함되지 않았지만 조사를 실시할 때 친환경 태도(New Environmental Paradigm)와 친환경 행동의도를 함께 측정하였다. 그 결과, 서양의 자료(Nisbet et al., 2011)에서처럼, 자연과의 연결감은 친환경태도 측정치와 친환경 행동의도 측정치와 정적 상관관이 있었고(각각 $r=.473, r=.585$), 자연과의 연결감이 높은 사람들이 낮은 사람들에 비해 친환경 태도와 친환경 행동의도가 높은 것으로 나타나 이 척도가 타당성이 있는 것으로 나타났다.
- 3) 경제수준은 상상, 상중, 상하, 중상, 중중, 중하, 하상, 하중, 하하의 9개로 제시했으나 상상, 상중, 상하에 속한 응답자가 너무 적어서 상하와 중상을 경제수준 상, 중중을 경제수준 중, 나머지는 하로 분류하여 세 집단으로 나누었다. 따라서 회귀분석에서 dummy변수로 처리하여 경제수준 항이 2개로 나왔다.

표 2. 삶의 만족에 대한 인구학적 변인, 가치형, 자연 연결감의 위계적 회귀

종속변인	단계	예언변인	SE	β	t	R^2	ΔR^2	F	
삶의 만족	1	성	.17	.07	1.1				
		종교	.17	-.06	-.89				
		경제수준1	.22	-.20	-2.40*				
		경제수준2	.23	-.41	-4.80***	.11	.11***	6.46***	
	2	성	.16	-.11	-1.73				
		종교	.18	-.04	-.59				
		경제수준1	.20	-.16	-2.04*				
		경제수준2	.22	-.43	-5.45***				
		박애	.13	.22	2.81**				
		보편주의	.14	-.07	-.88				
		자기주도	.11	.25	3.71***				
		자극추구	.09	-.06	-.80				
		쾌 추구	.10	-.01	-.12				
		성취	.12	-.17	-2.03*				
		권력	.11	.02	.28				
		안전	.13	-.06	-.85				
		동조	.13	-.00	-.03				
		전통	.13	.19	2.70**	.27	.17***	5.58***	
		3	성	.16	-.10	-1.61			
			종교	.18	.02	.34			
	경제수준1		.20	-.16	-1.97*				
	경제수준2		.22	-.42	-5.26***				
	박애		.13	.19	2.51*				
	보편주의		.16	-.17	-1.90				
	자기주도		.11	.22	3.25**				
	자극추구		.09	-.07	-.97				
	쾌 추구		.10	.00	.01				
	성취		.12	-1.5	-1.8				
	권력		.11	.04	.50				
	안전		.13	-.07	-.89				
동조	.13		.02	.18					
전통	.13		.21	3.02**					
	자연 연결감	.19	.18	2.37*	.29	.02*	5.70***		

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

주. 남=1, 여=0, 종교=1, 무종교=0, 경제수준은 상=0 0, 중=1 0, 하=0 1 dummy변수로 처리

표 3. 긍정정서에 대한 인구학적 변인, 가치형, 자연 연결감의 위계적 회귀

종속변인	단계	예언변인	SE	β	t	R^2	ΔR^2	F				
긍정 정서	1	성	.07	.18	2.73**	.07	.07***	5.18**				
		종교	.08	.07	1.14*							
		경제수준1	.10	-.12	-1.40							
		경제수준2	.10	-.23	-2.67**							
	2	성	.07	.12	1.80	.21	.14***	3.93***				
		종교	.08	.02	.26							
		경제수준1	.09	-.10	-1.25							
		경제수준2	.10	-.26	-3.14**							
		박애	.06	.25	3.10**							
		보편주의	.06	-.04	-.54							
		자기주도	.05	.20	2.82**							
		자극추구	.05	.20	1.45							
		쾌 추구	.04	-.03	-.37							
		성취	.06	.05	.59							
		권력	.05	.05	.52							
		안전	.06	.03	.38							
		동조	.06	-.11	-1.36							
		전통	.06	.00	.03							
		3	성	.07	.13				2.03*	.25	.05**	4.70***
			종교	.08	-.01				-.11			
	경제수준1		.09	-.09	-1.16							
	경제수준2		.10	-.23	-2.89**							
	박애		.06	.21	2.70**							
	보편주의		.07	-.20	-2.15*							
	자기주도		.05	.15	2.20*							
	자극추구		.04	.09	1.13							
	쾌 추구		.04	-.01	-.17							
	성취		.05	.09	1.00							
	권력		.05	.07	.86							
	안전		.06	-.09	-.33							
동조	.06		-.09	-1.07								
전통	.06		.03	.48								
자연 연결감		.09	.28	3.53***								

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

주. 남=1, 여=0, 종교=1, 무종교=0, 경제수준은 상=0 0, 중=1 0, 하=0 1 dummy변수로 처리

$p < .01$), 박애형 가치($\beta = .25, p < .01$), 자기주도형 가치($\beta = .20, p < .01$)가 긍정정서를 설명하는데 유의한 영향력이 있었다. 3단계에서 자연과의 연결감이 추가되니 긍정정서에 대한 설명력이 25%로 증가하였으며($F = 4.70, p < .001$), 성($\beta = .13, p < .05$), 경제수준 2($\beta = -.23, p < .01$), 박애형 가치($\beta = .21, p < .01$), 보편주의형 가치($\beta = -.20, p < .05$), 자기주도형 가치($\beta = .15, p < .05$), 자연과의 연결감($\beta = .28, p < .001$)이 긍정정서를 설명하는데 유의한 영향력이 있었다. 그리고 이 모형에서 Dubin-Watson 지수는 2.22, 예언변인들의 분산팽창지수(VIF)는 1.00에서 2.32의 범위 내에서 나타나 회귀모형이 적합하다고 볼 수 있었다.

심리적 안녕감 예언

자기실현적 관점의 행복 중의 한 요소로서 여겨지는 심리적 안녕감(psychological wellbeing)에 대한 위계적 회귀분석을 실시하였으며, 그 결과를 표 4에 제시하였다. 1단계에서 성, 종교, 경제수준과 같은 인구학적 변인은 심리적 안녕감을 유의하게 설명하지 못했다($F = 1.27, p < .20$). 2단계에서 가치형이 추가되니 설명력이 33%로 유의하게 증가하였으며($F = 7.24, p < .001$), 1단계에서 영향력이 없었던 경제수준 2($\beta = -.21, p < .01$)가 유의하였고, 박애형 가치($\beta = .28, p < .001$), 자기주도형 가치($\beta = .44, p < .001$)가 심리적 안녕감을 설명하는데 유의한 것으로 나타났다. 3단계에서 자연연결감이 추가되니 설명력이 36%로 유의하게 증가하였으며($F = 7.95, p < .001$), 경제수준 2($\beta = -.19, p < .05$), 박애형 가치($\beta = .25, p < .001$), 보편주의형 가치($\beta = -.19, p < .05$), 자기주도형 가치($\beta = .39, p < .001$), 쾌 추구형 가치($\beta = .14, p < .05$), 자연과

의 연결감($\beta = .26, p < .001$)이 유의한 영향력이 있었다. 그리고 이 모형에서 Dubin-Watson 지수는 1.90, 예언변인들의 분산팽창지수(VIF)는 1.00에서 2.32의 범위 내에서 나타나 회귀모형이 적합하다고 볼 수 있었다.

사회적 안녕감 예언

다음으로 사회적 안녕감(social wellbeing)에 대한 위계적 회귀분석을 실시하였으며, 그 결과를 표 5에 제시하였다. 1단계에서 성, 종교, 경제수준과 같은 인구학적 변인은 사회적 안녕감을 유의하게 설명하지 못했으며($F = 1.49, p < .21$), 성, 종교, 경제수준 어느 것도 사회적 안녕감을 설명하는데 유의한 영향력이 없었다. 2단계에서 가치형이 추가되니 설명력이 16%로 유의하게 증가하였으며($F = 2.92, p < .001$), 박애형 가치($\beta = .31, p < .001$), 보편주의형 가치($\beta = -.19, p < .05$), 자기주도형 가치($\beta = .16, p < .05$)가 사회적 안녕감을 설명하는데 유의한 것으로 나타났다. 3단계에서 자연연결감이 추가되니 설명력이 25%로 유의하게 증가하였으며($F = 4.50, p < .001$), 박애형 가치($\beta = .26, p < .01$), 보편주의형 가치($\beta = -.39, p < .001$), 자연과의 연결감($\beta = .38, p < .001$)이 유의한 영향력이 있었다. 그리고 이 모형에서 Dubin-Watson 지수는 1.89, 예언변인들의 분산팽창지수(VIF)는 1.00에서 2.32의 범위 내에서 나타나 회귀모형이 적합하다고 볼 수 있었다.

토착행복의 예언

한국형 토착행복에 대한 위계적 회귀분석을 실시하였으며 그 결과를 표 6에 제시하였다. 1단계에서 인구학적 변인은 삶의 만족감을 9%

표 4. 심리적 안녕감에 대한 인구학적 변인, 가치형, 자연 연결감의 위계적 회귀

종속변인	단계	예언변인	SE	β	t	R^2	ΔR^2	F	
심리적 안녕감	1	성	.09	.07	1.10				
		종교	.10	.02	.24				
		경제수준1	.12	-.14	-1.55				
		경제수준2	.07	-.17	-1.94	.02	.02	1.27	
	2	성	.08	-.00	-.06				
		종교	.09	.06	.95				
		경제수준1	.11	-.09	-1.15				
		경제수준2	.11	-.21	-2.77**				
		박애	.07	.28	3.85***				
		보편주의	.07	-.05	-.71				
		자기주도	.06	.44	6.70***				
		자극추구	.05	-.07	-1.00				
		쾌 추구	.05	.12	1.80				
		성취	.06	-.06	-.73				
		권력	.06	-.07	-.83				
		안전	.07	.03	.43				
		동조	.07	-.01	-.11				
		전통	.07	-.03	-.42	.33	.30***	7.24***	
		3	성	.08	.01	.12			
			종교	.09	.04	.60			
	경제수준1		.10	-.08	-1.04				
	경제수준2		.11	-.19	-2.51*				
	박애		.07	.25	3.47**				
	보편주의		.08	-.19	-2.31*				
	자기주도		.06	.39	6.12***				
	자극추구		.05	-.09	-1.28				
	쾌 추구		.05	.14	2.06*				
	성취		.06	-.03	-.34				
	권력		.06	-.04	-.52				
	안전		.06	.03	.39				
동조	.07		.02	.20					
전통	.07		.00	.02					
	자연 연결감	.10	.26	3.52**	.36	.04**	7.95***		

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

주. 남=1, 여=0, 종교=1, 무종교=0, 경제수준은 상=0 0, 중=1 0, 하=0 1 dummy변수로 처리

표 5. 사회적 안녕감에 대한 인구학적 변인, 가치형, 자연 연결감의 위계적 회귀

종속변인	단계	예언변인	SE	β	t	R^2	ΔR^2	F
사회적 안녕감	1	성	.10	.10	1.53			
		종교	.10	.06	.95			
		경제수준1	.13	-.13	-1.43			
		경제수준2	.14	-.15	-1.65	.03	.03	1.49
	2	성	.10	.03	.45			
		종교	.11	.05	.71			
		경제수준1	.13	-.10	-1.14			
		경제수준2	.14	-.16	-1.92			
		박애	.08	.31	3.77***			
		보편주의	.09	-.19	-2.21*			
		자기주도	.07	.16	2.20*			
		자극추구	.06	-.01	-.13			
		쾌 추구	.06	.01	.15			
		성취	.07	-.13	-1.39			
		권력	.07	.09	1.05			
		안전	.08	.03	.41			
	동조	.08	.10	1.10				
	전통	.08	.05	.61	.16	.14**	2.92***	
	3	성	.09	.05	-.73			
		종교	.11	.02	.25			
		경제수준1	.12	-.08	-1.02			
		경제수준2	.13	-.13	-1.57			
		박애	.08	.26	3.32**			
		보편주의	.09	-.39	-4.28***			
		자기주도	.06	.10	1.40			
		자극추구	.06	-.04	-.48			
		쾌 추구	.06	.03	.43			
		성취	.07	-.08	-.91			
		권력	.07	.13	1.53			
		안전	.07	.03	.37			
동조		.08	.13	1.57				
전통		.08	.09	1.24				
	자연 연결감	.12	.38	4.74***	.25	.08***	4.84***	

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

주. 남=1, 여=0, 종교=1, 무종교=0, 경제수준은 상=0 0, 중=1 0, 하=0 1 dummy변수로 처리

표 6. 토착행복에 대한 인구학적 변인, 가치형, 자연 연결감의 위계적 회귀

종속변인	단계	예언변인	SE	β	t	R^2	ΔR^2	F
토착 행복	1	성	.07	.03	.51			
		종교	.08	.07	1.05			
		경제수준1	.09	-.21	-2.48*			
		경제수준2	.10	-.39	-4.57***	.09	.09***	5.57***
	2	성	.07	-.05	-.74			
		종교	.08	.06	.84			
		경제수준1	.09	-.17	-2.06*			
		경제수준2	.09	-.43	-5.39***			
		박애	.06	.26	3.42**			
		보편주의	.06	-.06	-.69			
		자기주도	.05	.14	2.11*			
		자극추구	.04	-.05	-.65			
		쾌 추구	.04	.11	1.48			
		성취	.05	-.06	-.75			
		권력	.05	.05	.57			
		안전	.06	.04	.49			
	동조	.06	.10	1.27				
	전통	.06	.12	1.73		.27	.17***	5.38***
	3	성	.07	-.03	-.53			
		종교	.07	.02	.38			
		경제수준1	.08	-.15	-1.98*			
		경제수준2	.09	-.40	-5.20***			
		박애	.06	.22	3.00**			
		보편주의	.07	-.24	-2.84**			
		자기주도	.05	.09	1.31			
		자극추구	.04	-.08	-1.02			
		쾌 추구	.04	.12	1.82			
		성취	.05	-.02	-.25			
		권력	.05	.08	1.02			
		안전	.05	.03	.45			
		동조	.05	.14	1.73			
		전통	.05	.16	2.40*			
		자연 연결감	.08	.35	4.66***		.33	.07***

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

주. 남=1, 여=0, 종교=1, 무종교=0, 경제수준은 상=0 0, 중=1 0, 하=0 1 dummy변수로 처리

정도 설명하였으며($F=5.57, p<.001$), 경제수준은 토착 행복을 설명하는데 유의하였다 ($\beta=-.21, p<.05$; $\beta=-.39, p<.001$). 2단계에서 가치형이 추가되니 설명력이 27%로 유의하게 증가하였으며($F=5.38, p<.001$), 경제수준은 2단계에서도 여전히 유의한 영향력이 있었고 ($\beta=-.17, p<.05$; $\beta=-.43, p<.001$), 박애형 가치 ($\beta=.26, p<.001$), 자기주도형 가치($\beta=.14, p<.05$)가 토착행복을 설명하는데 유의한 것으로 나타났다. 3단계에서 자연연결감이 추가되니 설명력이 33%로 유의하게 증가하였으며($F=6.96, p<.001$), 경제수준($\beta=-.15, p<.05$; $\beta=-.40, p<.001$), 박애형 가치($\beta=.22, p<.01$), 보편주의형 가치($\beta=-.24, p<.01$), 전통형 가치 ($\beta=.16, p<.05$), 자연과의 연결감($\beta=.35, p<.001$)이 토착행복 설명에 유의한 영향력이 있었다. 그리고 이 모형에서 Dubin-Watson 지수는 1.81, 예언변인들의 분산팽창지수(VIF)는 1.00에서 2.32의 범위 내에서 나타나 회귀모형이 적합하다고 볼 수 있다.

논 의

본 연구에서는 대학생들을 대상으로 개인이 추구하는 가치에 따라 쾌락주의적 관점의 행복인 삶의 만족, 긍정정서와 자기실현적 관점의 행복인 심리적 안녕감, 사회적 안녕감, 그리고 한국형 토착행복과의 관계가 차별적 양상으로 나타날 것인지, 더 나아가 자연과의 연결감(Nature Relatedness) 역시 행복 측정치에 따라 차별적 양상을 보일 것인지를 확인해 보고자 하였다. 본 연구의 주요 결과를 요약하고, 시사점을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 가치와 다차원적 행복 측정치들과의

관계를 살펴보면, 박애형 가치는 행복 측정치 모두와 정적 상관이 있었으며, 부정정서와는 부적 상관이 있는 것으로 나타나 자신보다는 주변 사람들과 자연 및 인류 복지의 보존과 향상을 중요하게 여길수록 삶의 만족감, 심리적 및 사회적 안녕감, 긍정정서 등 전반적인 행복감을 더 느끼며 부정정서는 덜 느끼는 것으로 나타났다. 자기주도형 가치는 사회적 안녕감을 제외한 행복 측정치들과 정적 상관이 있는 것으로 나타나 생각과 행동에 있어서 자율성을 중시할수록 행복감이 더 높은 것으로 나타났다. 성취형, 권력형 가치들은 심리적 및 사회적 안녕감과는 관련이 없는 것으로 나타났다. 오히려 성취를 중시할수록 삶의 만족감은 낮아지는 것으로 나타났다.

가치와 행복 측정치들 간의 관계는 기존의 연구와 일치된 결과도 있었고, 상이한 결과도 있었다. 전반적으로, 박애형, 자기주도형, 보편주의형, 자극추구형, 쾌 추구형 가치들이 여러 가지 행복 측정치들 중 하나의 행복 측정치와는 정적 상관이 있었던 결과, 권력형 가치가 삶의 만족과 관련이 없거나 부적 상관이 나타난 결과는 선행연구들(Bobowik et al., 2011; Burr et al., 2011; Sagiv & Schwartz, 2000)과 일치하는 결과이다. 또한, 성취형 가치가 삶의 만족과 부적 상관이 있었다는 결과는 선진국의 사람들을 대상으로 수행된 연구(Sortheix & Lönnquist, 2014)와는 일치하는 결과이지만 성취형 가치가 부정정서와 정적 상관이 있다는 결과는 선진국의 결과와 일치하지 않는다. 이 결과에는 대학생들이 경쟁이 심한 입시제도, 취업난 속에서 성취를 위해 노력하지만 남과 비교되는 현실에서 실제로 사람들은 행복하지 않으며, 비슷한 소득수준의 다른 나라 사람들에 비해 한국인의 행복수준이 낮은 현실(구제

선, 서은국, 2015; Diener, Suh, Kim-Prieto, Biswas-Diener & Tay, 2010)이 반영되었을 가능성도 생각해 볼 수 있을 것이다.

그리고 본 연구에서 나타난 독특한 결과는 안전, 동조, 전통과 같은 보수주의 차원에 속하는 가치형들과 행복 측정치들 간의 관계에 관한 것이다. 선행연구들(Bobowik et al., 2011; Burr et al., 2011; Cohen & Shamai, 2010)에서는 이런 가치형들은 삶의 만족, 긍정정서 및 심리적 안녕감과 주로 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 그러나 본 연구에서는 상관의 크기는 작지만 동조와 전통 가치형들이 한국형 토착행복과는 정적 상관이 있었으며, 동조 가치형은 사회적 안녕감과도 정적 상관이, 전통 가치형은 삶의 만족과도 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. Sagiv와 Schwartz(2000)는 서구에서 건전가치나 비건전 가치로 여겨지는 것들이 문화권에 따라서 다를 가능성을 언급하였는데 이 결과와 부분적으로 연결되는 측면이 있다. 한국에서는 행복지표와 관련이 있는 것으로 나타난 동조나 전통과 같은 가치형들이 서양처럼 비건전 가치가 아닐 수도 있다는 것이다. 그리고 동조형 가치가 사회적 안녕감과 정적 상관이 있다는 결과는 집단주의 문화권으로 분류되는 우리나라(Kitayama, Markus, & Kurokawa, 2000; Triandis, 1989) 사회에서의 구성원들은 서구의 개인주의 문화권의 사람들에 비해 상대적으로 사회적 관계의 조화나 동조 등에 의해 행복이 영향 받을 수 있음을 (Kitayama et al., 2000; Oishi & Diener, 2001; Suh, 2000) 시사하는 결과일 수도 있다. 또한, 서구의 행복 척도 문항에 포함된 내용들과 한국형 토착행복 척도 문항들의 내용 차이도 이런 결과를 초래했을 가능성이 있다. 서구 척도와 한국 척도 모두 긍정적 대인관계를 행복

의 하위요소로 포함하고 있지만 서구의 심리적 안녕감 척도는 자기수용, 성장, 삶의 목적의식, 자율성 등을 강조하여 독립적이고 진취적인 삶의 추구를 행복이라고 여기는 반면에, 한국형 토착행복에는 경제적 측면, 교육적인 성취와 여가 생활과 관련된 부분이 포함되어 있어서 척도에 따라서 가치형과 행복의 관계가 다르게 나타났을 가능성이 있다.

둘째, 자연과의 연결감과 행복 측정치들 간의 관계를 보면, 자연과의 연결감은 삶의 만족, 긍정정서, 심리적 안녕감, 사회적 안녕감, 한국형 토착행복 등 행복 측정치 모두와 정적 상관 관계($r=.22 \sim .36$)가 있는 것으로 나타나서 자신을 자연과 친밀하다고 느낄수록 행복감이 더 높은 것으로 나타났다.

셋째, 성, 종교, 경제수준과 같은 인구학적 변인들, 가치형들, 자연과의 연결감은 여러 유형의 행복을 약 25%~36% 정도 예언하였다. 예언하고자 하는 행복의 유형에 따라 인구학적 변인들, 가치형 및 자연과의 연결감이 영향을 미치는 정도에서는 차이가 있었다. 이 결과에서 주목할 만한 것은 인구학적 변인들 중 경제수준은 삶의 만족과 한국형 토착행복 예언에 영향력이 큰 것으로, 상대적으로 심리적 안녕감과 사회적 안녕감에는 영향력이 적은 것으로 나타났다. 가치는 삶의 만족, 긍정정서와 같은 쾌락주의적 측면의 행복이나 사회적 안녕감, 토착행복보다는 심리적 안녕감을 더 잘 설명해 줄 수 있었다. 그리고 박애형, 자기주도형 가치는 여러 유형의 행복에 일관되게 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이것은 남을 돌보고 배려하고 자율적인 활동을 하는 것이 심리적 행복을 증진시키는 데 기여할 가능성이 있음을 의미한다. 이 결과는 실제로 현대문명을 거부하고 물질적으

로는 풍요롭지 못하지만 공동체 사회를 이루어 자율적인 삶을 살고 있는 아미쉬(Amish) 사람들이 생활에 상당히 만족감이 높고, 우울증과 같은 정신질환의 발생률이 더 낮은 것으로 나타난 결과(Egeland & Hostetter, 1983)와도 연결된다.

그런데, 보편주의형 가치가 행복 예언에 부적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타난 결과는 예상과는 다른 결과이다. 선행연구에서는 보편주의형 가치와 행복과의 관계는 불일치하는 결과가 나오고 있다. 경제수준이 높은 나라에서는 보편주의형 가치는 행복과 정적 관련이, 경제수준이 낮은 나라에서는 보편주의형 가치는 행복과 부적 관련이 있었다(Sortheix & Lönnqvist, 2014). 우리나라의 경제적 수준이 낮지 않음에도 불구하고, 보편주의가 행복에 부적으로 유의한 영향을 미친다는 본 연구의 결과에 대해서는 다음과 같은 가능성을 생각해 볼 수 있다. 우리나라는 현재 경제적 양극화와 부의 불평등이 심각한 수준이어서(최규민, 나지홍 2015), 본 연구의 참여자들도 상대적으로 자신들이 경제적으로 풍요롭지 못하다고 주관적으로 느꼈을 가능성이 있다. 그리고, 보편주의형 가치가 심리적 안녕감과 토착행복과의 상관관계에서는 정적이었지만 회귀에서는 부적 영향을 미치는 결과들은 가치와 행복과의 관계에서 조절인들이 있을 가능성도 시사한다. 가치와 행복간의 관계에 관한 가능한 조절인으로서 언급된 것은 사회경제적 수준(Sortheix & Lönnqvist, 2014)과 대인관계(Sortheix & Lönnqvist, 2015)가 있었는데 후속 연구에서 더 다루어질 필요가 있다.

넷째, 자연과의 연결감이 행복을 예언하는 변인에 추가되면 행복에 대한 설명력이 2%~9%까지 증가하면서 모든 행복 예언에서

유의한 정적 영향력이 있는 것으로 나타났다. 특히, 자연과의 연결감은 관계적 행복의 지표인 사회적 안녕감의 예언에서 설명력이 가장 크게 증가하는 것으로 나타났다. 이 결과는 자기결정이론에서 관계성, 유능감, 자율성이라는 욕구의 충족이 인간의 행복과 관련이 있다고 하였는데, 관계성의 욕구가 인간관계 이외에 자연과의 관계에도 적용될 수 있음을 시사한다. 또한, 자연과의 연결감이 일관되게 여러 가지 유형의 행복 예언에 유의한 변인이었다는 결과는 사람들의 행복 증진을 위해 어린 시절부터 생태교육의 장을 마련하여 자연 속에서 보내는 시간과 기회를 제공하고, 도심에서도 자연을 느낄 수 있는 녹지대나 공간을 마련하는 것은 인간의 행복 증진에 기여할 가능성이 있음을 시사한다.

마지막으로 본 연구의 제한점을 살펴보면서 후속 연구를 위한 제안을 하고자 한다. 첫째, 본 연구는 연구 대상자가 부산지역의 대학생들로 한정되어 있어서 한국 대학생 전체나 성인들에 일반화하기에는 제한이 있다. 특히, 본 연구처럼 가치와 행복같은 문화라는 기준이 포함되는 연구 주제들은 다양한 연령층, 지역별, 사회계층을 포함하여 계속 수행될 필요가 있다. 후속 연구에서는 중·장년층과 노년층이 포함된다면 한국인의 가치와 행복에 관한 보다 전반적인 자료를 구축할 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구에서는 가치형과 행복과의 관계에서 어떤 가치들을 추구하는 것이 행복에 기여하고, 행복에 손상을 주는지를 살펴보았다. 그러나, 가치는 우리의 행복에 직접적으로 영향을 주기도 하지만 간접적으로도 영향을 줄 수 있으며, 실제 몇몇 연구들에서는 가치가 행복에 미치는 간접효과에 대해 보고하고 있다. 가치는 소득 수준과 삶의 만족 간의 관계

를 조절하며(Georgellis, Tsitsianis, & Yin, 2009), 가치는 여러 가지 생활영역에서의 삶의 만족감이 전반적인 행복으로 연결되는 데에서도 조절인으로 작용하였다(Oishi, Diener, Suh, & Lucas, 1999). 또한, 개인의 가치와 개인이 속한 환경 속에 널리 만연된 가치 간의 일치가 행복에 정적으로 영향을 줄 수 있다는 결과(Sortheix, & Lönnqvist, 2015)도 있었다. 미래의 연구에서는 행복의 조절인으로서의 가치에 대한 연구도 필요할 것으로 보인다. 셋째, 행복의 근원으로서의 자연에 대한 연구는 아직 국내에서는 체계적으로 수행된 바가 없다. 자연과의 연결감이 여러 가지 유형의 행복 예언에 일관되게 유의하면서도 정적인 영향을 미치는 것을 고려할 때 자연과의 연결감과 행복과의 인과 관계를 밝힐 수 있는 실험 연구들도 이루어질 필요가 있다.

이러한 한계점에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 의의가 있다. 본 연구에서는 행복의 개념을 확장하여 쾌락주의적 관점에서의 행복(삶의 만족, 긍정정서)과 자기실현적 관점에서의 행복(심리적 안녕감, 사회적 안녕감), 한국형 토착행복을 모두 사용하여 가치가 행복의 어떤 측면에 기여할 수 있는지를 밝혔다는 점에서 의의가 있다. 특히, 가치는 주로 경제적인 수준과 관련이 있는 것으로 나타난 삶의 만족이라는 측면의 행복보다는 인간이 심리적 사회적으로 잘 기능하는 것과 관련된 심리적 안녕감을 설명하는데 더 기여하는 것으로 나타났다. 또한, 박애와 자기주도 가치는 일관되게 여러 가지 유형의 행복에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나 우리사회가 행복해지기 위해서 필요한 가치관이 무엇인지를 시사한다. 이 결과는 행복한 사회가 되기 위해서는 많은 사람들이 함께 잘 살기 위한 공

동체 의식과 남과의 비교나 남의 의견에 구애받지 않는 자율성이 필요함을 보여준다. 그리고 자연과의 연결감이 여러 가지 유형의 행복에 기여할 가능성이 있다는 결과는 행복 증진 방안에서 자연의 중요성을 보여주었다.

가치는 구체적인 태도와 행동의 근원이며(Olson & Zanna, 1993; Stern, 2000), 삶을 안내하는 원리(Schwartz, 1992)이기 때문에 여러 가지 사회문제의 해결에는 가치 개입이 필요하다(Brown & Cameron, 2000; Mayer & Frantz, 2004). 개인의 가치관은 성인기에 이르면 고착되어 변화하기가 어렵기 때문에 가치가 형성 중인 아동과 청소년을 대상으로 바람직한 가치(예, 박애형 가치)를 교육하고 강조하는 것은 건전한 가치의 확산과 미래 한국 사회의 행복 증진을 위해 꼭 필요한 부분이라고 할 수 있을 것이다.

참고문헌

- 구재선, 서은국 (2015). 왜 한국 대학생이 미국 대학생보다 불행한가? 상대적 외적 가치, 사회적 지원, 사회비교의 영향. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 29(4), 63-83.
- 권석만 (2008). *긍정심리학: 행복의 과학적 탐구*. 서울: 학지사.
- 김의철, 박영신 (2004). 청소년과 성인의 삶의 질 인식에 대한 토착심리 분석: 가정, 학교, 직장, 여가 생활을 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 9(4), 973-1002.
- 박영신, 김의철 (2006). 한국 사회와 개인 삶의 질 인식에 대한 토착심리 탐구: 삶의 질을 높이는 요소와 낮추는 요소에 대한 세대별 지각을 중심으로. *한국심리학회지:*

- 문화 및 사회문제, 12(1), 161-195.
- 박영신, 김의철 (2009). 심리적, 관계적, 경제적 자원: 한국인의 행복에 어떠한 영향을 미치는가?. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 15(1), 95-132.
- 서지영, 정영숙 (2012). 연령에 따른 가치구조의 발달. 한국심리학회지: 발달, 25(2), 21-44.
- 신지은, 최혜원, 서은국, 구재선 (2013). 행복한 청소년은 좋은 시민이 되는가? 긍정 정서와 친사회적 가치관 및 행동. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 27(3), 1-21.
- 안정신 (2010). 심리적 안녕감 척도. 한국노년학 포럼 노년학 척도집. 나눔의 집.
- 유연재, 이성준 (2015). 마음 챙김이 행복에 미치는 영향 연구. 한국심리학회지: 건강, 20(1), 91-110.
- 이민아, 송리라 (2014). 소득, 물질주의와 행복의 관계. 한국인구학, 37(4), 89-114.
- 안신호, 이진환, 신현정, 홍창희, 정영숙, 이재식, 서수균, 김비아(2009). 긍정심리학. 시그마프레스.
- 이철환. (2015. 4. 27). 행복을 측정하는 지표들에는 어떤 것들이 있는가?. **중앙일보**, <http://news.joins.com/article/17677582>
- 최규민, 나지홍 (2015. 10. 30.). 상위 1% 부자 기준은, 순자산 9억 900만원. **조선일보**, http://biz.chosun.com/site/data/html_dir/2015/10/29/2015102905088.html
- 한민, 최인철, 김범준, 이훈진, 김진형 (2012). 한국인의 마음의 지도 I: 한국 대학생의 정서, 사고방식, 가치관. 한국심리학회지: 일반, 31(2), 453-464.
- Adams, K. B., Leibbrandt, S., & Moon, H. (2011). A critical review of the literature on social and leisure activity and wellbeing in later life. *Ageing and Society*, 31(4), 683-712.
- Berman, M. G., Jonides, J., & Kaplan, S. (2008). The cognitive benefits of interacting with nature. *Psychological Science*, 19(12), 1207-1212.
- Bilsky, W., & Schwartz, S. H. (1994). Values and personality. *European Journal of Personality*, 8(3), 163-181.
- Bobowik, M., Basabe, N., Páez, D., Jiménez, A., & Bilbao, M. (2011). Personal values and well-being among Europeans, Spanish natives and immigrant to Spain: Does the culture matter?. *Journal of Happiness Studies*, 12(3), 401-419.
- Brag, E. A. (1996). Towards ecological self: Deep ecology meets constructionist self-theory. *Journal of Environmental Psychology*, 16(2), 93-108.
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(8), 917.
- Brown, P. E., & Cameron, L. D. (2000). What can be done to reduce overconsumption?. *Ecological Economics*, 32(1), 27-41.
- Burr, A., Santo, J., & Pushker, D. (2011). Affective well-being in retirement: The influence of values, money, and health across three years. *Journal of Happiness Studies*, 12(1), 17-40.
- Cervinka, R., Röderer, K., & Hefler, E. (2011). Are nature lovers happy? On various indicators of well-being and connectedness with nature. *Journal of Health Psychology*, 17(3), 379-388.

- Cohen, A., & Shamai O. (2010). The relationship between individual values, psychological well-being, and organizational commitment among Israeli police officers. *An International Journal of Police Strategies & Management*, 33(1), 30-51.
- David, S. A., Boniwell, I., & Ayers, A. C. (2013). *The Oxford Handbook of Happiness*. Oxford University Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation*. Vol 38, *Perspectives on motivation* (pp. 237-288). Lincoln, NB: University of Nebraska Press.
- 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.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 1-11.
- De Groot, J. I., & Steg, L. (2008). Value orientations to explain beliefs related to environmental significant behavior how to measure egoistic, altruistic, and biospheric value orientations. *Environment and Behavior*, 40(3), 330-354.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34.
- Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Applied Research in Quality of Life*, 1(2), 151-157.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being?. *Social Indicators Research*, 57(2), 119-169.
- 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., Ng, W., Harter, J., & Arora, R. (2010). Wealth and happiness across the world: material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts positive feeling. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(1), 52.
- Diener, E., Suh, E., Kim-Prieto, C., Biswas-Diener, R., & Tay, L. S. (2010). Unhappiness in South Korea: Why it is high and what might be done about it. Seoul, Korean Psychological Association.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Döring, A. K., Blauensteiner, A., Aryus, K., Drögekamp, L., & Bilsky, W. (2010). Assessing values at an early age: The picture-based value survey for children (PBVS-C). *Journal of Personality Assessment*, 92(5), 439-448.
- Durkheim, E. (1964). *The division of labor in society*. Glenocoe, IL: Free Press.
- Egeland, J., & Hostetter, A. (1983). Amish study, I: Affective disorders among the Amish, 1976-1980. *American Journal of Psychiatry*, 140, 56-61.

- Easterlin, R. A. (2001). Income and happiness: Towards a unified theory. *The Economic Journal*, 111(473), 465-484.
- Galinha, I., & Paris-Ribeiro, J. L. (2011). Cognitive, affective, and contextual predictors of subjective wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(1), 34-53.
- Gat (1997). Unpublished manuscript.
- Georgellis, Y., Tsitsianis, N., & Yin, Y. P. (2009). Personal values as mitigating factors in the link between income and life satisfaction: Evidence from the European social survey. *Social Indicators Research*, 91(3), 329-344.
- Haslam, N., Whelan, J., & Bastian, B. (2009). Big five traits mediate associations between values and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 46(1), 40-42.
- Howell, A. J., Dopko, R. L., Passmore, H. A., & Buro, K. (2011). Nature connectedness: Associations with well-being and mindfulness. *Personality and Individual Differences*, 51(2), 166-171.
- Huta, V. (2013). Eudaimonia. In S. David, I. Boniwell, & A. Conley Ayers(Eds.), *The Oxford Handbook of Happiness*(pp. 201-213). Oxford University Press.
- Jensen, J. P., & Bergin, A. E. (1988). Mental health values of professional therapists: A national interdisciplinary survey. *Professional Psychology: Research and Practice*, 19(3), 290.
- Joshanloo, M. & Ghaedi, G. (2009). Value priorities as predictors of hedonic and eudaimonic aspects of well-being. *Personality and Individual Differences*, 47, (4), 294-298.
- Kahneman, D., & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 16489-16493.
- Kals, E., & Maes, J. (2004). Sustainable development and emotions. In p. Schmuck & W. P. Schultz(Eds.), *Psychology of sustainable development*(pp. 97-122). Norwell, MA: Kluwer.
- Kaplan, R. (2001). The nature of the view from home: Psychological benefits. *Environment and Behavior*, 33(4), 507-542.
- Kasser, T., & Ahuvia, A. (2002). Materialistic values and well-being in business students. *European Journal of Social Psychology*, 32(1), 137-146.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(3), 82-87.
- Kellert, S. R. (1997). *Kinship to mastery: Biophilia in human evolution and development*. Washington, DC: Island Press.
- Kellert, S. R., & Wilson, E. O. (1993). *The biophilia hypothesis*. Washington, DC: Island Press.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2) 121-140.
- Kitayama, S., Markus, H. R., & Kurokawa, M. (2000). Culture, emotion, and well-being: Good feelings in Japan and the United States. *Cognition & Emotion*, 14(1), 93-124.
- Laumann, K., Gärling, T., & Stormark, K. M. (2001). Rating scale measures of restorative components of environments. *Journal of Environmental Psychology*, 21(1), 31-44.

- Leary, M. R., Tipsord, J. M., & Tate, E. B. (2008). Allo-inclusive identity: Incorporating the social and natural worlds into one's sense of self. In Wayment, H. A. & Bauer, J. J. (Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego*. (pp. 137-147). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Le, T. (2011). Life satisfaction, openness value, self-transcendence, and wisdom. *Journal of Happiness Studies, 12*(2), 171-182.
- Lyubomirsky, S. (2013). *The myths of happiness. What Should Make You Happy, but Doesn't, What Shouldn't Make You Happy, but Does*. Penguin Press.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality*. New York: Happer & Row.
- Mayer, S., & Frantz, C. M. (2004). The connectedness to nature scale: A measure of individuals' feeling in community with nature. *Journal of Environmental Psychology, 24*(4), 503-515.
- Mayer, S., Frantz, C. M., Senecal, E. B., & Dolliver, K. (2009). Why is nature beneficial?. The Role of Connectedness to Nature. *Environment and Behavior, 41*(5), 607-643.
- Miao, F. F., Koo, M., & Oishi, S. (2013). Subjective Well-being. In S. David, I. Boniwell, & A. Conley Ayers(Eds.), *The Oxford Handbook of Happiness* (pp. 174-184). Oxford University Press.
- Nisbet, E., Zelenski, J., & Murphy, S. (2009). The Nature Relatedness Scale: Linking individual's connection with nature to environmental concern and behavior. *Environment and Behavior, 41*(5), 715-740.
- Nisbet, E., Zelenski, J., & Murphy, S. (2011). Happiness is in our nature: Exploring nature relatedness as a contributor to subjective well-being. *Journal of Happiness Studies, 12*, 303-323.
- Olson, J. M., & Zanna, P. M. (1993). Attitudes and Attitude Change. *Annual Review of Psychology, 44*(1), 117-154.
- Oishi, S., & Diener, E. (2001). Goals, culture, and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin, 27*(12), 1674-1682.
- Oishi, S., Diener, E., Suh, E., & Lucas, R. E. (1999). Value as a moderator in subjective well being. *Journal of personality, 67*(1), 157-184.
- Özdemir, A. (2014). The relationship between value domains and subjective well-being of employees: Evidence from Turkey. *International Journal of Human Resources Studies, 4*(4), 148-166.
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values* (Vol. 438). New York: Free press.
- Romanyuk, L., Dimitrova, R., & Spasovski, O. (2014). Interplay between subjective wellbeing and personality values' becoming. *Caucasus Journal of Social Sciences-Public Health and Personality, 7*, 169-188.
- 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.
- Ryan, R. M., Weinstein, N., Bernstein, J., Brown, K. W., Mistretta, L., & Gagne, M. (2010). Vitalizing effects of being outdoors and in

- nature. *Journal of Environmental Psychology*, 30(2), 159-168.
- 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.
- Ryff, C. D. (1995). "Psychological well-being in adult life". *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719.
- Sagiv, L., & Schwartz, S. (2000). Value priorities and subjective well-being: direct relation and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*, 30(2), 177-200.
- Schmutte, P. S., & Ryff, C. D. (1997). Personality and well-being: reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 549.
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25(1), 1-65.
- Schwartz, S. H. (1994). Are there universal aspects in the structure and contents of human values?. *Journal of Social Issues*, 50(4), 19-45.
- Schwartz, S. H. (2006). A theory of cultural value orientations: Explication and applications. *Comparative Sociology*, 5(2), 137-182.
- Schwartz (2011). Studying values: Personal adventure, future directions. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42(2), 307-319.
- Schwartz, S. H., Melech, G., Lehmann, A., Burgess, S., Harris, M., & Owens, V. (2001). Extending the cross-cultural validity of the theory of basic human values with a different method of measurement. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32(5), 519-542.
- Schwartz, N., & Strack, F. (1999). Reports of subjective well-being: Judgmental processes and their methodological implications. *Well-being: The foundations of hedonic psychology*, 7, 61-84.
- Sheldon, K. M., Ryan, R. M., Deci, E. L., & Kasser, T. (2004). The independent effects of goal contents and motives on well-being: It's both what you pursue and why you pursue it. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(4), 475-486.
- Sirgy, J. (2012). *The psychology of quality of life: Hedonic well-being, life satisfaction, and eudaimonia* (Vol. 50). Springer Science & Business Media.
- Sortheix, F. & Lönnqvist, J. (2014). Personal value priorities and life satisfaction in European: The moderating role of socioeconomic development. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 45(2), 289-299.
- Sortheix, F. & Lönnqvist, J. (2015). Person-group value congruence and subjective well-being in students from Argentina, Bulgaria and Finland: The role of interpersonal relationships. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 25(1), 34-48.
- Stern, P. C. (2000). New environmental theories: toward a coherent theory of environmentally significant behavior. *Journal of Social Issues*, 56(3), 407-424.

- Strupp, H. (1980). Humanism and psychotherapy: A personal statement of therapist's essential values. *Psychotherapy, 17*(4), 396-400.
- Suh, E. (2000). Self, the hyphen between culture and subjective well-being. In E. Diener & E. M. Suh(Eds.), *Culture and Subjective Well-being* (pp. 63-86). Cambridge, MA: MIT Press.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(2), 482.
- Triandis, H. C. (1989). The self and social behavior in differing cultural contexts. *Psychological Review, 96*(3), 506.
- Ulrich, R., Simons, R., Losito, B., Fiorito, E., Miles, M., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology, 11*(3), 201-203.
- Vanateenkiste, M., Duriez, B., Simons, J., & Soenens, B. (2006). Materialistic values and well-being among business students: Further evidence of their detrimental effect. *Journal of Applied Social Psychology, 36*(12), 2892-2908.
- Vohs, K. D., Mead, N. L., & Goode, M. R. (2006). The psychological consequences of money. *Science, 314*(5802), 1154-1156.
- Vitterso, J. (2013). Introduction to Psychological Definitions of happiness. In S. David, I. Boniwell, & A. Conley Ayers(Eds.), *The Oxford Handbook of Happiness*(pp.155-160). Oxford University Press.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: the PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*(6), 1063-1070.
- Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Harvard University Press.
- Zelenski, J. A. & Nisbet, E. (2014). Happiness and feeling connected: The distinct role of nature relatedness. *Environment and Behavior, 46*(1), 3-23.
- 논문 투고일 : 2016. 04. 02
1 차 심사일 : 2016. 04. 12
게재 확정일 : 2016. 06. 17

The relationships between individual values, nature-relatedness, and happiness

Ji young Suh

Young sook Chong

Department of Psychology, Pusan National University

The purpose of the present study was to examine the relationship between individual values, nature-relatedness, and happiness in a sample of Korean university students(N=224). Specially, we used Schwartz's PVQ, life satisfaction, positive affect, psychological well-being, social well-being, and Korean Happiness scale to measure values and happiness. According to the bivariate correlational analysis, generally, there were positive correlation between benevolence, self-direction, universalism, stimulation and one of 5 happiness measurements and there was negative correlation between achievement and life satisfaction. Nature-relatedness were positively related with five types of happiness measurements. According to the hierarchical regression, demographic variables(sex, religion, economic levels), value types, and nature-relatedness explained 25%~36% of variance in happiness. Value was more related with psychological well-being than life satisfaction, positive affect, social well being, Korean happiness scale. This results emphasize the importance of healthy value(benevolence, self-direction) and provision of opportunities contact with nature to promote human happiness.

Key words : value, life satisfaction, positive affect, psychological well-being, social well-being, nature-relatedness