

삶의 만족도와 정서적 안녕감에 대한 영역 만족도의 상대적 예측력: 한국과 캐나다 대학생 비교 연구*

김 현 지[†] 이 화 령 서 은 국
토론토대학교 연세대학교

영역 만족도와 삶의 만족도의 상관관계에 대한 연구는 많이 진행되어 왔다. 하지만 다양한 영역 만족도를 종합적으로 고려하여 개별 영역 만족도가 삶의 만족도 및 정서적 안녕감 각각에 미치는 영향력을 살펴본 연구는 부족한 실정이다. 게다가 관련 연구들은 대부분 서구 문화권에서 진행되어 왔으며 문화비교 연구는 많이 이뤄지지 않았다. 이에 본 연구에서는 각 영역 만족도(건강한 라이프스타일, 가족관계, 외모, 재정상황, 학업 성적에 대한 만족도)가 개인의 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과 어떤 관계를 가지는지 살펴봄과 동시에, 문화별로 어떤 특정 영역이 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 더 잘 예측하는지 한국과 캐나다 두 문화권의 대학생 참가자들을 대상으로 알아보았다. 그 결과, 두 문화에서 다섯 영역의 만족도는 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과 정적 상관관계를 보였다. 흥미롭게도, 다섯 영역을 종합적으로 고려했을 때, 문화별로 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 예측하는 가장 중요한 요인들에 차이가 있었다. 한국인의 경우 건강한 라이프스타일이 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 가장 잘 설명하는 요인으로 나타났다. 반면, 유럽계 캐나다인의 경우 외모 만족도가 삶의 만족도와 정서적 안녕감 모두를 예측하는 가장 중요한 요인으로 나타났으며, 다음으로는 건강한 라이프스타일 만족도가 행복 요소들을 가장 잘 설명하였다. 본 연구 결과는 개인의 주관적 안녕감의 예측에 있어, 문화 공통적으로 영향을 끼치는 삶의 영역이 있으며, 더불어 문화의 특성에 따라 더 좋은 예측력을 가지는 삶의 영역도 있음을 보여준다.

주요어: 주관적 안녕감, 영역 만족도, 문화 비교, 개인주의, 집단주의

* 본 연구는 Ulrich Schimmack 교수에게 지원된 캐나다 사회과학인문학 연구회(Social Sciences and Humanities Research Council of Canada)의 연구비 일부를 지원받아 수행되었다. 본 연구 수행에 도움을 주신 Ulrich Schimmack 교수에게 감사를 드린다.

† 교신저자 : 김현지, 토론토대학교, 1265 Military Trail, Toronto, ON, M1C 1A4, Canada
E-mail : hyunjtkim@gmail.com

다양한 삶의 영역들이 존재하지만, 특히 주관적 안녕감(subjective well-being), 즉 행복 수준에 실질적으로 영향을 미치는 삶의 영역들이 있다. 행복과 밀접한 관련이 있는 가장 대표적인 영역은 가족이나 친구 같은 사회적 관계이다. 가족이나 배우자와 좋은 관계를 유지하고 친한 친구들과 함께 시간을 보내는 것은 사람들의 행복에 중요한 영향을 끼친다(Andrews & Withey, 1976; Campbell, Converse, & Rodgers, 1976). 구체적으로, 사랑하는 사람과 만족스러운 관계를 가지고 있는지를 나타내는 관계의 질(relationship quality)이 관계 만족도(relationship satisfaction)와 행복에 긍정적인 효과를 미친다는 점은 횡단 연구와 종단 연구 모두를 통해 잘 알려져 있다(Lucas & Dyrenforth, 2006). 이처럼 특정 영역에서의 만족도는 행복과 정적 상관관계를 보인다. 아쉬운 점은 그간 영역 만족도를 다룬 대부분의 연구에서는 특정 영역 만족도에 집중하여 행복과의 단순 상관관계를 연구했다는 것이다. 하지만 실제 개인의 삶은 한 영역으로만 이루어지지 않으며 다양한 삶의 영역들과 복합적인 영향을 주고받기 때문에, 행복과 관련된 여러 영역 만족도를 종합적으로 살펴볼 필요가 있다. 이에 본 연구에서는 다양한 영역 만족도가 개인의 행복에 미치는 상대적 영향력을 비교 분석하고, 각 영역 만족도의 상대적 영향력이 여러 문화적 맥락에서 보편적으로 나타나는지 탐색해보고자 했다. 이를 위해 한국과 유럽계 캐나다 대학생들을 대상으로, 주요 영역 만족도들의 행복의 하위 요소인 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 대한 상대적 예측력을 살펴보고자 했다.

행복에 영향을 미치는 영역과 영역 만족도

영역 만족도(domain satisfaction)란 개인에게 직접적으로 영향을 끼치는 특정 영역에 대한 만족도를 일컬으며(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999), 관계 만족도, 건강 만족도, 재정 만족도 등을 예로 들 수 있다. 구체적으로, 생활 습관을 건강하게 관리하고 있다고 생각하는 사람일수록 건강한 라이프스타일에, 가족과의 관계가 원만하다고 느끼는 사람일수록 가족과의 관계에 만족한다고 응답할 가능성이 높다. 하지만 모든 삶의 영역이 행복 수준에 유의미한 영향을 미치지 않는다는 사실이다. 다양한 삶의 영역 만족도와 행복 간의 관계를 분석한 기존 연구들은 행복 수준과 보편적으로 관련을 보이는 특정 삶의 영역들을 제시한 바 있다. 구체적으로 가족, 배우자, 친구, 일, 건강, 재정상황, 여가생활, 외모 등의 영역 만족도가 행복과 정적 상관관계를 보였다(Andrews & Withey, 1976; Campbell et al., 1976; Diener & Diener, 1995; Easterlin & Sawangfa, 2007; Heller, Watson, & Ilies, 2004; Pavot & Diener, 2008; Veenhoven, 1996).

우선 대표적으로 건강과 행복 간의 연구가 많이 진행되었다. 건강은 행복을 예측하는 중요한 변인 중 하나이다(Okun, Stock, Haring, & Witter, 1984). 건강은 신체적 및 정신적 건강을 포함한 넓은 개념으로 삶의 기본적인 욕구이며 행복한 삶을 영위하기 위하여 충족되어야 하는 중요한 요소다. 여러 메타 분석과 실증 연구에서 건강과 행복의 밀접한 관련성이 발견되었다. 즉 건강한 사람일수록 혹은 주관적으로 건강하다고 생각하는 사람일수록 자신의 삶에 전체적으로 만족하며 행복하다고 보고한다(Argyle, 1999; Brief, Butcher, George, &

Link, 1993; Okun et al., 1984; Subramanian, Kim, & Kawachi, 2005).

재정 만족도(financial satisfaction)도 행복과 유의미한 정적 상관을 보인다. Diener와 Diener (1995)는 31개국의 대학생들을 대상으로 삶의 만족도를 예측하는 변인들을 비교하여 분석했다. 그 결과 재정 만족도는 삶의 만족도와 평균적으로 높은 상관관계를 보였다($r = .38$). 즉 여러 나라에서 공통적으로 본인의 재정 상황에 대해 만족할수록 삶의 만족도는 높았다. 이는 건강과 마찬가지로 돈이 기본적 안전 욕구(safety needs)를 충족시키는 중요한 자원이며 모든 사람의 행복과 긴밀하게 관련된 요인임을 시사한다(Oishi, Diener, Lucas, & Suh, 1999).

친밀한 관계는 또한 행복과 관련이 높은 주요 영역 중 하나이다(Ateca-Amestoy, Aguilar, & Moro-Egido, 2014; Furnham & Cheng, 2000). 특히 가족은 대개 가장 친밀한 관계이자 일차적 관계망으로, 많은 시간을 함께 보내는 대표적인 관계다. 가족에게서 사회적 지지(social support)를 많이 받는다고 생각할수록 우울감이 적고(Mitchell, Billings, & Moos, 1982), 가족과 자주, 많은 여가시간을 보낼수록 가족과의 관계에 더 만족한다는 연구 결과들(Zabriskie & McCormick, 2003)은 가족과 좋은 관계를 유지하는 것이 개인의 행복에 매우 긍정적이라는 점을 보여준다. 가족을 비롯한 다양한 친밀한 관계는 개인에게 인정받고 사랑받는 느낌과 소속감을 가장 안정적으로 제공하는 관계로, 개인의 행복과 직접적인 연관을 가진다고 알려져 있다(Baumeister & Leary, 1995).

흥미롭게도, 외모에 대한 만족도 또한 행복과 관련 있는 중요한 요인이다(김진주, 구자영, 서은국, 2006; 이명희, 2009; Frederick, Sandhu, Morse, & Swami, 2016). 외모는 개인의 정체성

의 일부를 구성하는 요소로서 자기가치(self-worth)와 직접적인 연관을 갖고 있다(Frost & McKelvie, 2004; Harter, 2007). 무엇보다 외모는 행복의 높은 예측 변인 중 하나인 자아 존중감과 직접 연관을 가지는 자아 요소라는 점에서(Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2003), 자신의 외모에 스스로 만족할수록 행복 수준이 높을 가능성이 있다(김진주, 구자영, 서은국, 2006). 외모 만족도와 행복 간의 상관관계는 비교적 최근에 연구되기 시작한 분야이므로 본 연구에서 외모 만족도와 행복 수준의 관련성을 두 국가에서 살펴보는 것은 특히 의미가 있을 것이다.

또한 대학생에게 특히 중요한 영역 만족도는 학교생활 및 성적에 대한 만족도이다. 학교생활은 학생의 일상 대부분을 차지하는 삶의 영역이며, 학업성적은 학교생활 뿐 아니라 미래의 삶의 질에 지대한 영향을 끼치기 때문이다. 실제로 청소년과 대학생 대상으로 진행된 이전 연구들에서는 성적 및 성적에 대한 만족도와 삶의 만족도 간의 정적 상관관계가 발견되었다(Schneider & Schimmack, 2010; Vecchio, Gerbino, Pastorelli, Del Bove, & Caprara, 2007).

이처럼 이전 연구들에서는 개별 영역 만족도가 전반적 행복에 영향을 주는지 살펴보는, 두 개념 간의 단순상관관계 연구가 주로 이뤄져 왔다. 본 연구에서는 더 나아가 삶의 다양한 영역에서의 만족도들을 종합적으로 고려하여 행복 예측과 더 밀접하게 관련 있는 개별 영역 만족도를 알아봄으로써, 각 영역 만족도의 행복에 대한 상대적인 예측력을 파악하려 한다.

영역 만족도와 행복 판단: 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과 관계

영역 만족도와 행복 판단은 이론적으로 밀접한 관련이 있다. 행복 또는 주관적 안녕감은 개인이 자신의 삶에 대해 주관적으로 경험하고 판단하는 인지적 만족감과 정서적 안녕감 모두를 포함한다. 이는 나의 현재 삶이 나의 이상적인 삶과 얼마나 가까운지를 반영한다(Andrews & Withey, 1976; Cantril, 1965; Diener, 1984). 주관적 안녕감은 본인의 삶에 대한 전반적인 평가로, 삶의 만족도, 영역 만족도, 정서적 안녕감 등으로 측정할 수 있다(Diener et al., 1999). 이 요소들은 주관적 안녕감의 하위 구성 요소로 서로 관련을 가지는 요소들이다. 우선 삶의 만족도는 본인의 삶 전반에 대한 만족도를 나타낸다면, 영역 만족도는 삶의 구체적인 각 영역에 대한 만족도를 나타낸다. 정서적 안녕감은 자신의 삶에서 주관적으로 느끼는 긍정 정서의 경험과 부정 정서의 부재 경험을 일컬으며, 정서적 안녕감이 높을수록 일상에서 긍정 정서를 더 빈번하게 느끼고 부정 정서를 덜 빈번하게 경험한다. 이 중에서도 영역 만족도와 삶의 만족도는 모두 인지적 판단을 기반으로 하면서도 만족도 판단의 범위가 다르기 때문에 두 가지 만족도 판단의 차이와 관계에 대한 연구들이 진행되었다(Diener & Diener, 1995; Diener et al., 1999; Headey, Veenhoven, & Wearing, 1991).

영역 만족도와 행복 간의 연구에서 특히 주목 받은 관심사는 두 만족도 간 영향력의 방향이다. 즉 여러 영역 만족도가 높아서 종합적으로 전반적 삶의 만족도 수준이 높은 것인지, 전반적 삶의 만족도 수준이 높기 때문에 여러 영역 만족도 수준이 높게 판단하는지 여

부이다. 이는 주관적 안녕감의 상향 하향 이론(bottom-up and top-down theories of subjective well-being)이라고도 불린다(Diener, 1984). 우선 하향 방식(top-down)을 주장한 연구자들은 전반적 삶의 만족도가 몇 개의 영역 만족도 결과의 직접적인 원인이 된다고 간주한다. 즉 행복 수준이 높으면, 그 영향으로 대부분의 영역 만족도를 전반적으로 높게 판단한다고 본다. 반면에 상향 방식(bottom-up)을 주장한 연구자들은 각 영역의 만족도, 열망(aspiration) 등의 세부 변인들에 따라 전반적인 삶의 만족도가 결정된다고 간주한다. 예를 들면, 가족관계나 재정 상황 같은 다양한 영역에 대한 만족감이 높기 때문에 전반적 행복 수준이 높아진다고 본다. 이 방향성에 대한 많은 논쟁이 있었지만, 횡단 및 종단 연구를 통해 두 가지 방식 모두 영향을 미친다는 결론을 도출하게 된다(Feist, Bodner, Jacobs, Miles, & Tan, 1995; Headey et al., 1991). 다시 말해 개인이 자신의 삶 전반에 대해 만족할수록 각각의 영역의 만족도도 높아지는 경향도 있지만, 각 영역의 만족도도 전체 삶의 만족도에 개별적으로 기여한다는 것이다.

행복 판단에 대한 하향 방식과 상향 방식 연구는 연구자의 관심사와 연구적 의의에 차이가 있다. 하향 방식의 모델은 개인차, 즉 인지적, 정서적 성향이나 유전적 요인이 행복 판단에 미치는 영향력에 주목한다(Diener, 1984). 예를 들면, 낙관적인 사람들은 긍정적 편향이 높기 때문에 삶의 다양한 영역에 대해 낙관적으로 판단할 가능성이 높다(Taylor & Brown, 1988). 행복에 있어 유전적인 요인이 중요하게 작용한다는 연구(Lyubomirsky, Sheldon, & Schkade, 2005)와 개인의 긍정 정서 수준이 대 학생할 만족도에 긍정적인 결과를 가져온다는

연구 모두 하향 방식을 가정하고 있는 연구들이다(김경미 & 류승아, 2019).

이에 반해 상향 방식 모델은 삶의 각 영역들이 전반적인 행복 판단에 어떤 영향을 미치는지에 대해 주목함으로써, 개인의 일상에서 행복에 영향을 미치는 요인들을 파악하는데 관심을 가진다. 이는 행복에 영향을 미치는 실질적인 삶의 영역들을 알 수 있다는 점에서 그 의의가 있다. 하지만 이 모델을 바탕으로 하는 기존 연구들은 대부분 하나의 영역 만족도에 한정하여 단순상관관계 연구를 진행하거나 특정 영역 만족도와 삶의 만족도 간 상관관계가 여러 집단에서 공통적으로 유의미한지에 집중했기 때문에 각 영역들의 상대적 영향력을 확인하기는 어려웠다(Lucas & Dyrenforth, 2006).

실제 상향 방식 모델은 그 특성 상 삶의 영역을 다양하게 많이 포함시킬수록(예. 재정상황, 학업성적, 외모에 대한 만족도 등) 투입 변수 개수의 증가 그 자체로 행복에 대한 예측력을 높일 가능성이 있다. 따라서 행복 예측에 대한 각 영역들의 상대적 영향력을 확인하기 위해서는 기존의 연구를 바탕으로 전반적 행복 판단에 영향을 미치는 것으로 알려진 삶의 영역들로 연구 범위를 한정할 필요가 있다. 상향 방식 모델을 적용하여 각 영역들의 만족도들을 종합적으로 살펴본다면 개인의 행복 판단에 어떤 삶의 영역들이 얼마나 큰 영향을 미치는지 그 상대적 영향력을 보다 면밀하게 살펴볼 수 있을 것이다. 따라서 본 연구에서는 상향 방식 모델을 바탕으로 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 미치는 개별 영역 만족도의 상대적 기여도를 살펴보려 한다.

그리고 영역 만족도를 다룬 이전 행복 판단 연구들은 주로 삶의 만족도와 관계에 초점

을 맞추고, 행복 판단의 또 다른 축인 정서적 안녕감과 관계는 등한시해왔다. 관계 만족도를 다룬 일부 커플 연구에서 정서적 안녕감과 관계를 다룬 적이 있지만(예. 성인애착유형과 관계 만족도, 정서적 안녕감 간의 관계; Butzer & Campbell, 2008), 대부분의 연구에서는 영역 만족도와 삶의 만족도의 관계에만 초점을 두고 연구를 진행해왔다. 이전 연구에서 정서적 안녕감이 많이 다루어지지 않은 이유는 인지적인 판단이라는 공통점을 가지는 삶의 만족도와 달리, 정서적 안녕감은 정서적 측면을 반영하기 때문에 영역 만족도와 관련성을 과소평가 했을 수 있다. 하지만 정서적 안녕감 또한 삶의 만족도와 연관이 있는 전반적인 행복에 대한 보고이며 삶의 만족도와 구분되는 정서적 측면에서의 행복을 반영한다(Diener et al., 1999). 그러므로 정서적 안녕감이 어떤 영역 만족도와 연관이 있는지 살펴보는 것은 정서적 안녕감에 영향을 미치는 주된 삶의 영역을 살피는 것과 동시에 정서적 안녕감에만 독립적으로 혹은 상대적으로 더 큰 영향을 미치는 영역 또한 살펴볼 수 있다는 장점이 있다.

실제로 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 예측하는 변인들에는 차이가 있는 만큼 각 영역 만족도가 삶의 만족도 및 정서적 안녕감 각각과 어떤 관련성을 가지는지 살펴보는 것은 학문적인 의미가 있다. 우선 행복과 밀접한 성격 요인인 외향성과 신경증은 행복의 구성 요소인 삶의 만족도와 정서적 안녕감 모두와 상관관계를 보이거나 정서적 안녕감과 더 높은 상관을 보였다(Steel, Schmidt, & Shultz, 2008). 이는 외향성과 신경증의 측면(facet)과 긍정 정서 및 부정 정서와의 유사성 때문이다(Costa & McCrae, 1980). Steel 등(2008)이 진행한 메타분

석에 의하면 외향성과 가장 높은 상관관계를 보인 주관적 안녕감 요소는 긍정 정서였고 (Table 1 in Steel et al., 2008; $\rho = .53$) 유의한 상관관계를 보인 다른 요소들의 효과의 크기는 긍정 정서보다 낮았다(부정 정서 $\rho = -.22$; 일 만족도 $\rho = .19$; 삶의 만족도 $\rho = .35$).

또한 Ng, Russell Kua 및 Kang(2019)은 삶의 만족도와 정서적 안녕감 각각에 대한 성격과 재정 만족도의 영향을 살펴보았다. 삶의 만족도의 변량은 성격 요인보다 재정 만족도에 의해, 정서적 안녕감의 변량은 재정 만족도보다 성격 요인인 신경증에 의해 더 많이 설명이 되었다. 이렇듯 만족도의 영역에 따라 삶의 만족도와 정서적 안녕감과의 관련성은 다를 수 있다. Steel 등(2008)의 메타분석을 제외한 대부분의 실증적 연구들은 주관적 안녕감의 구성 요소 중 하나에 초점을 두고 영역 만족도와 행복 또는 행복의 하위 요소와의 단순상관관계에 초점을 맞춰왔다. 하지만 개인의 행복 판단에 대한 보다 실질적인 그림을 그리기 위해서는 행복과 관련을 가지는 특정 영역들을 종합적으로 고려하여 각 영역 만족도가 삶의 만족도와 정서적 안녕감의 변량을 얼마나 설명하는지 탐색하는 작업이 필요하다.

또한 삶의 만족도 및 정서적 안녕감에 대한 여러 영역 만족도의 상대적 영향력은 문화에 따라서도 다를 수 있다. 최근 연구에서는 삶의 만족도에 대한 외향성의 영향력이 국가별로 차이를 보였다. 북미에서는 외향성이 삶의 만족도와 유의미한 정적 관계를 보였으나, 영국, 독일 및 일본에서는 그 효과의 크기가 작거나 발견되지 않았다(Kim, Schimmack, Oishi, & Tsutsui, 2018). 이는 특정 영역의 만족도가 삶의 만족도나 정서적 안녕감 같은 행복 판단

에 미치는 영향력도 문화권에 따라 충분히 달라질 수 있다는 점을 시사한다. 따라서 본 연구는 대표적으로 집단주의 및 관계 중심주의 성향이 높은 한국과 개인주의 성향이 높은 캐나다의 참가자들을 대상으로 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 예측하는 영역 만족도의 상대적 영향력을 비교 탐색하고자 한다.

행복에 기여하는 영역 만족도: 집단주의와 개인주의

문화비교 연구에서 그간 가장 주목 받아온 문화 분류 방식은 동양으로 대표되는 집단주의 문화와 서양으로 대표되는 개인주의 문화이다(Triandis, 1995). 개인의 자유와 선택을 중요시하는 개인주의 문화의 대표적인 국가로는 미국, 캐나다 및 서유럽 국가를 들 수 있다. 개인주의 문화의 특징은 구성원들이 사회적 행동을 결정할 때 집단 또는 사회의 목표보다 개인의 목표와 이해관계에 더 무게를 두는 경향이 있다는 점이다. 이에 반해, 집단주의 문화에서는 같은 결정 상황에서도 타인에 대한 영향력 또는 집단의 목표와 화목에 무게를 두거나 개인의 가치를 덜 중요시 여기는 경향이 나타난다.

연구에 의하면 경제성장으로 인해 많은 국가들의 개인주의화가 진행되고 있다(Hamamura, 2012; Inglehart & Baker, 2000; Santos, Varnum, & Grossmann, 2017). 지난 50년간 개별 국가의 집단주의 성향은 전반적으로 감소하고, 개인주의적 국가들의 개인주의적 성향은 더 높아졌다고 한다. 하지만 중요한 점은 각 국가별 절대적인 개인주의 수준은 증가했으나 상대적인 문화 차이는 여전히 존재한다는 것이다(Santos et al., 2017). 다시 말하면 집단주의적

국가로 잘 알려진 한국의 절대적인 개인주의 수준은 이전에 비해 높아졌으나 여전히 북미 및 서유럽에 비해서는 집단주의적인 면이 강하다. 이러한 문화 차이는 개인의 사회 행동과 삶에 여전히 영향을 끼치며 일정한 형태로 표출된다. 예를 들면, 집단주의 문화일수록 개인의 목표와 특성보다 가까운 가족, 친구와 집단의 목표와 욕구, 즉 니즈(needs)를 우선시하는 경향이 강하다(Triandis, 1995). 이는 개인의 행복에도 영향을 미칠 가능성이 있다. 구체적으로 집단주의 문화일수록 개인의 행복을 예측하는 변인들에는 개인의 욕구와 더불어 타인과 관련된 욕구도 상당히 중요할 가능성이 높다. 이에 반해 개인주의적인 문화에서는 일상적으로 집단의 이익보다 개인의 이익을 우선으로 하는 경향으로 인해 개인의 욕구와 관련된 요인이 행복의 더 좋은 예측치가 될 가능성이 높다. 일례로, 문화권별로 행복을 연상할 때 떠오르는 사회적 단어(예. 가족, 우정)의 비중이 다른 것으로 나타났다(Shin, Suh, Eom, & Kim, 2018). Shin 등(2018)의 연구에 따르면, 한국인들은 개인주의 문화 성향이 높은 미국인들보다 행복을 연상할 때 사회적 단어를 더 많이 언급하였다. 즉 한국인은 ‘가족’을 가장 많이 언급했으나, 미국인은 상대적으로 개인의 감정 상태 및 표현을 나타내는 단어들(예. smile, laugh)을 가장 많이 언급했다. 그리고 한국인은 행복이라는 개념에 대해서 미국인보다 사회적 경험, 관계(relationships)와 관계적 가치(relational value)와 관련된 단어를 더 많이 언급하는 경향을 보였다. 한국인과 미국인 모두에게 사회적 관계는 행복에 영향을 미치는 요소이지만, 사회적 관계를 행복과 얼마나 긴밀하게 연결시키지는 문화에 따라 차이가 나타날 수 있다. 다시 말해 집단주의 문화와

개인주의 문화에서 개인의 행복에 기여하는 영역들은 문화 보편적인 부분과 더불어 문화적인 영향에 따른 차이가 존재할 수 있으며, 한국인의 행복 예측에는 대인 관계와 관련된 측면이 상대적으로 더 중요할 수 있다는 점을 시사한다.

특정 영역 만족도가 삶의 만족도와 정서적 안녕감과 어떤 관계를 갖고 있는지에 대해, 문화비교 연구는 많지 않은 편이다. 대개 한 영역 만족도와 행복의 단순상관관계 연구는 진행되었으나(Diener & Diener, 1995, Heller et al., 2004; Lucas & Dyrenforth, 2006), 구체적으로 어떤 영역 만족도들이 삶의 만족도 혹은 정서적 안녕감을 더 잘 예측하는지에 관심을 가진 연구들은 적은 편이다(예외. Busseri & Mise, 2020; Loewe, Bagherzadeh, Araya-Castillo, Thieme, & Bastista-Foguet, 2014; Ng & Diener, 2014). 무엇보다 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 기여하는 영역 만족도의 직접적 문화비교 연구는 이뤄지지 않았다. 이에 본 연구에서는 두 개의 다른 문화권 집단들을 통해 행복을 예측하는 특정 영역 만족도의 상대적 중요도를 탐색하고자 한다. 구체적으로 집단주의와 개인주의 문화를 대표하는 한국인과 유럽계 캐나다인을 비교하여, 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 예측하는 문화 보편적인 영역 만족도를 확인하고 각 문화에서 행복을 상대적으로 잘 예측하는 영역 만족도가 있는지 알아보하고자 한다.

이를 위해 본 연구는 참가자들의 행복 수준과 유의미한 관련성이 보고된 다섯 영역, 건강한 라이프스타일, 재정상황, 학업성적, 외모와 가족관계에 대한 만족도를 선정하고(Easterlin & Sawangfa, 2007; Schimmack, Diener, & Oishi, 2002), 이 다섯 영역이 문화권별로 삶의 만족

도 및 정서적 안녕감 수준과 어떻게 연관되는지 탐색할 예정이다. 이 구체적인 영역들은 각 영역의 특성에 따라 ‘개인’ 영역, ‘관계’ 영역, ‘기본’ 영역으로 분류해 생각해 볼 수 있다. 개인의 삶에서 가장 기본적인 요소인 건강과 물질적 자원을 반영하는 건강한 라이프스타일과 재정상황이 ‘기본’ 영역이라면, 외모와 학업성적은 ‘개인’ 영역으로, 가족관계 만족도는 ‘관계’ 영역으로 구분할 수 있다. 저자들은 이러한 분류를 통해, 참가자가 속한 문화 특성과 긴밀한 연관을 가지는 영역의 만족도가 구성원의 행복을 더 잘 설명할 수 있을 것이라 예상했다.

이상과 같은 연구목적 하에 설정된 연구문제는 다음과 같다.

1. 다섯 영역의 만족도는 행복 요소들인 삶의 만족도와 정서적 안녕감과 정적 상관관계를 보이는가.
2. 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 설명하는데 있어, 개별 영역 만족도의 상대적 예측력은 문화에 따라 다른 양상을 보이는가.

방 법

연구참가자 및 조사절차

한국인

한국에 위치한 대학교 재학생 109명이 연구에 참여했다. 참여자 모집 포스터와 교내 홈페이지 공고를 통해 한국어가 모국어인 학부생을 모집하였다. 참가자들은 모두 한국인이었고 연구는 대학교 실험실에서 진행되었다. 수집된 데이터 중 모든 문항에 답하지 않은 한국인 2명의 데이터를 모든 분석에서 제외하

여, 최종 107명(남 50명, 여 57명)의 자료를 분석하였다. 참가자들의 연령은 만 18~29세로 평균 연령은 22.89세($SD = 2.39$)였다. 한국인 참가자들은 연구 참여에 대한 보상으로 참가비를 지급 받았다.

캐나다인

캐나다 소재 대학 학부생을 대상으로 연구가 진행되었으며, 이 중 유럽계 캐나다인(European Canadian) 참가자의 데이터를 분석했다. 모든 문항에 응답한 총 214명(남 72명, 여 142명)의 자료를 분석했다. 참가자들은 1, 2세대 유럽계 캐나다인으로 개인주의 문화권에 속하는 서유럽 또는 동유럽계 출신이다(독일, 폴란드, 네덜란드 등). 연구는 대학교 실험실에서 진행됐으며 참가자들의 연령은 만 17~26세로 평균 연령은 18.69세($SD = 1.37$)였다. 참가자 대부분의 모국어는 영어로 캐나다에 거주한 기간은 평균 17.89년($SD = 2.82$)이었다. 캐나다 참가자들은 연구 참여 보상으로 수업크레딧 또는 참가비를 받았다.

연구도구

삶의 만족도는 Diener, Emmons, Larsen 및 Griffin(1985)의 5문항 척도 중 첫 세 문항을 사용했으며, 한국에서는 임남연, 이화령과 서은국(2010)에 의해 번역된 척도를 사용했다. 이 세 문항(‘전반적으로 나의 삶은 내가 생각하는 이상적인 삶에 가깝다’, ‘나는 나의 삶에 만족한다’, ‘나의 삶의 조건들은 매우 훌륭하다’)은 한국인과 중국인 대상 측정 동일성 검증에서 현재 시점을 반영하는 앞의 세 문항과 달리 과거 시점을 반영하는 문항으로 세 문항과 구별되는 속성을 공유하는 것으로 나타났다(구

재선, 2019; Oishi, 2006). 그리하여 본 연구에서는 첫 세 문항만을 사용하였다. 참가자들은 각 문항이 평소에 자신의 삶에 대해 가지고 있는 생각과 얼마나 일치하는지 7점 척도로 응답하였다 (1 = 전혀 동의하지 않음, 4 = 동의하지도 부정하지도 않음, 7 = 매우 동의함). 삶의 만족도 척도의 내적 신뢰도를 확인한 결과 만족할 만한 수준을 보였다(Cronbach's α : 한국 = .859, 캐나다 = .830).

영역 만족도는 중요한 삶의 영역에 대한 만족도를 묻는 영역별 단일 문항을 통해 측정하였다. 구체적으로, 건강한 라이프스타일, 재정 상황, 학업성적, 외모, 가족관계의 다섯 영역이 만족도 측정 영역으로 제시되었다. 이 다섯 영역은 이미 여러 연구를 통해 삶의 만족도에 중요하다고 알려진 영역들이다(Easterlin & Sawangfa, 2007; Schimmack et al., 2002). 본 연구에서는 삶의 만족도 및 정서적 안녕감에 기여하는 영역 만족도의 상대적인 중요도를 파악하는 것이 목적이기 때문에 행복에 영향을 미치는 영역 중에서도 비교적 서로 구분되는 영역들을 선택하였다. 이를 통해 회귀분석 시 독립 변수들 간의 상관관계가 높을 때(예. 다중공선성) 발생하는 회귀계수의 해석상의 문제 발생을 최소화하고자 했다. 예를 들면, 가족관계 만족도와 배우자 관계 만족도는 모두 친밀한 관계를 바탕으로 하며, 충분히 높은 상관관계를 보일 수 있는 영역들이다. 본 연구에서는 가족관계 만족도만을 선정하여 친밀한 관계의 상대적 영향력을 탐색했다. 각 문항들은 다섯 영역에 대해 '나는 나의 ~에 만족한다'(예. '나는 나의 가족과의 관계에 만족한다')의 형태로 주어졌으며, 참가자들은 각 문장에 대해 자신과 얼마나 일치하는지 7점 척도로 응답하였다(1 = 전혀 동의하지 않음,

4 = 동의하지도 부정하지도 않음, 7 = 매우 동의함). 또한 보편적 행복 기여 영역이 아닌 특정 영역 만족도 문항 1개('나는 나의 지역아구단의 성적에 만족한다')를 추가 사용하였다. 이는 내용 타당도를 확립하기 위해 포함한 문항으로, 모든 영역의 만족도가 행복에 기여하지 않음을 확인하기 위한 목적이었다. 한국판 척도의 번역은 논문의 저자들이 함께 번역하여 사용하였다. 본 논문의 저자들은 2명의 다중언어구사자를 포함하여 모두 한국어와 영어를 모두 자유자재로 구사할 수 있으며, 수년간 관련 분야 척도를 번역하고 타당화해 온 전문가들이다. 한국과 캐나다 참가자의 영역 만족도(다섯 문항 평균) 응답은 각각 .760와 .639의 내적 신뢰도를 보였다.

긍정 정서와 부정 정서는 Diener 등(2010)과 Schimmack 등(2002)의 8문항을 사용했다. 이 문항들은 이미 알려진 각성 정서에 대한 동서양의 선호 차(Tsai, 2007)로 인한 영향력을 최소화하고, 쾌-불쾌 차원의 정서 측정이 가능하도록 선정된 정서 문항들이다(긍정적, 좋은, 유쾌한, 행복한, 부정적, 나쁜, 유쾌하지 않은, 슬픈; Schimmack et al., 2002). 영역 만족도 척도와 마찬가지로 본 연구 저자들이 기존 정서 척도 번안을 참고하여 번역하였다. 참가자들은 각 정서를 지난 6개월 동안 얼마나 자주 느꼈는지 7점 척도로 응답하였다(1 = 거의 느끼지 않았다, 4 = 가끔 느꼈다, 7 = 항상 느꼈다). 긍정 정서(Cronbach's α : 한국 = .910, 캐나다 = .851)와 부정 정서(Cronbach's α : 한국 = .780, 캐나다 = .825)에 있어서 충분한 내적 신뢰도가 검증되었다.

본 연구에는 정서적 측면의 행복 판단인 정서적 안녕감(hedonic balance)을 종속변인으로 설정하여 연구하였다. 정서적 안녕감은 긍정

정서의 평균에서 부정 정서의 평균을 뺀 값으로, 이 값이 클수록 긍정 정서 경험 빈도가 상대적으로 높아 정서적 안녕감이 높다는 것을 의미한다. 기존 연구에 의하면 정서를 평가할 때 사람들은 극단적 응답 경향(extremity bias)과 같은 반응양식을 보일 수 있기 때문에 (Schimmack & Diener, 1997), 반응양식의 영향을 덜 받는 긍정 정서와 부정 정서의 평균 차이 값을 정서적 안녕감 측정치로 사용하였다.

분석방법

수집된 자료는 SPSS 26.0으로 분석되었다. 영역 만족도와 삶의 만족도 및 정서적 안녕감의 상관관계를 알아보기 위해 우선 단순상관관계분석을 실시했다. 또한 어떤 특정 영역 요인들이 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 잘 예측하는지 알아보기 위해 동시입력 다중회귀 분석(multiple regression with enter method)을 실시했다. 분석 모델에 모든 독립변인을 동시에 입력하는 이 방식은 종속변인을 설명하는 여러 변인의 독립적인 기여도를 측정할 때 쓰는 방식이며, 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 어떤 영역 만족도가 상대적으로 잘 설명하는지 알려줄 수 있다.

결 과

영역 만족도와 삶의 만족도, 정서적 안녕감: 기술통계와 상관관계

우선 국가별로 영역 만족도, 삶의 만족도 및 정서적 안녕감의 수준을 분석하였다. 이때 영역 만족도는 다섯 문항의 평균값을 사용했

다(행복 관련 보편적 영역 만족도가 아닌 '지역야구단 성적 만족도'는 제외). 영역 만족도, 삶의 만족도 및 정서적 안녕감 모두에서 유럽계 캐나다 대학생이 한국 대학생보다 통계적으로 유의하게 높았다(영역 만족도, 한국인, $M = 4.383$, $SD = 1.124$, 캐나다인, $M = 4.613$, $SD = 1.013$, $t(319) = 1.847$, $p = .066$; 삶의 만족도, 한국인, $M = 4.576$, $SD = 1.325$, 캐나다인, $M = 5.034$, $SD = 1.192$, $t(319) = 3.125$, $p < .01$; 정서적 안녕감, 한국인, $M = 1.125$, $SD = 1.587$, 캐나다인, $M = 1.806$, $SD = 1.775$, $t(319) = 2.739$, $p < .01$). 이는 기존에 알려진 동서양 행복 차이와 일관성을 보이는 결과이다(Deaton, 2008).

주요 변인들 간 기본 상관분석을 실시하였다. 한국 데이터를 분석한 결과, 영역 만족도는 삶의 만족도($r = .742$, $p < .001$) 및 정서적 안녕감($r = .539$, $p < .001$)과 유의미한 정적 상관을 보였으며, 정서적 안녕감과 삶의 만족도도 정적 상관을 보였다($r = .687$, $p < .001$). 캐나다인도 마찬가지로, 영역 만족도가 높을수록 삶의 만족도($r = .677$, $p < .001$)와 정서적 안녕감($r = .539$, $p < .001$)이 높았으며, 정서적 안녕감이 높을수록 삶의 만족도가 높았다($r = .580$, $p < .001$). 즉 기존 연구들에서와 같이 보편적으로 개인의 영역 만족도가 높을수록 삶의 만족도와 정서적 안녕감이 높은 경향을 관찰할 수 있었다(Busseri, 2018; Heller et al., 2004; Veenhoven, 1996).

개별 영역 만족도와 삶의 만족도 및 정서적 안녕감: 상관관계

개별 영역 만족도의 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과의 관련성 분석을 위해 국가 집단별

로 단순상관분석을 실시했다(표 1). 본 연구에서는 문화 공통적으로 개인의 행복과 밀접한 것으로 알려진 다섯 영역 만족도를 측정하고, 여기에 하나의 영역 만족도를 추가로 측정했다. 이렇게 추가된 ‘지역야구단 성적 만족도’는 기존 선정된 다섯 영역과 달리 보편적인 행복 관련 영역 만족도가 아니다. 개인차에 따라 행복과의 관련성이 달라지는 영역 만족도를 포함하여 모든 영역 만족도가 행복 요소인 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 영향을 미치는 것은 아님을 확인하고자 했다. 따라서 지역야구단 성적 만족도는 행복과 관련성을 보이지 않을 것이라 예측했고, 실제로 한국인과 캐나다인 집단 모두에서 예측과 동일하게 상관관계를 보이지 않았다($p > .05$; 표 1 참고).

우선 한국인 집단은 삶의 만족도와 영역 만족도가 건강한 라이프스타일($r = .614$), 가족과의 관계($r = .562$), 외모($r = .560$), 재정상황($r = .556$), 학업성적($r = .352$) 순으로 대체적으로 높은 수준의 정적 상관관계를 보였다. 정서적 안녕감과 영역 만족도는 건강한 라이프스타일($r = .494$), 외모($r = .420$), 재정상황($r = .381$), 가족과의 관계($r = .355$), 학업성적($r = .262$) 순으로 유의미한 상관을 보였다.

캐나다인도 한국인과 마찬가지로 삶의 만족도는 다섯 영역 만족도와 높은 상관관계를 보였다. 외모($r = .534$), 건강한 라이프스타일($r = .531$), 학업성적($r = .389$), 재정상황($r = .377$), 가족과의 관계($r = .353$), 순으로 높은 상관관계를 보였다. 정서적 안녕감은 다섯 영역 만족도와 다음 순서로 유의미한 상관관계를 보였다: 외모($r = .481$), 건강한 라이프스타일($r = .424$), 재정상황($r = .312$), 가족과의 관계($r = .286$), 학업성적($r = .233$). 이는 이전 연구와 일치하는 경향으로 다섯 영역 만족도는 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과 정적 관계를 가짐을 확인했다.

개별 영역 만족도가 삶의 만족도 및 정서적 안녕감에 미치는 영향: 다중회귀분석

다음으로 어떤 특정 영역 만족도가 행복 요소들인 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 예측하는지 알아보기 위해 다중회귀분석(multiple regression analysis)을 실시하였다. 단순상관분석에서 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과 관련이 없었던 지역야구단의 성적 만족도는 추후 분석에서 제외되었다. 이후 모든 회귀분석에 기

표 1. 개별 영역 만족도와 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과의 상관관계

	건강	재정상황	학업성적	외모	가족관계	지역 야구단 성적
<i>한국인</i>						
삶의 만족도	.614**	.556**	.352**	.560**	.562**	.137
정서적 안녕감	.494**	.381**	.262**	.420**	.355**	.063
<i>캐나다인</i>						
삶의 만족도	.531**	.377**	.389**	.534**	.353**	-.052
정서적 안녕감	.424**	.312**	.233**	.481**	.286**	-.034

** $p < .001$.

표 2. 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 대한 다중회귀분석 결과(한국인)

예측변인	삶의 만족도		정서적 안녕감	
	Beta	t	Beta	t
건강한 라이프스타일	.301	3.564 **	.304	2.842 **
재정상황	.151	1.714 †	.100	0.897
학업성적	.090	1.277	.074	0.827
외모	.211	2.538 **	.141	1.333
가족관계	.276	3.235 **	.121	1.136

** $p < .01$. * $p < .05$. † $p < .10$.

주. 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 종속변인으로 설정하여 실시된 다중회귀분석 결과²⁾. $N = 107$.

존 다섯 영역 만족도가 독립변인으로 투입되었다. 이외 나이와 성별 등의 영향력은 크지 않아 본 분석에서는 제외하였다¹⁾. 그리고 모든 회귀분석 모델에서 이 다섯 영역 만족도 독립 변수들의 VIF(variance inflation factor)는 2.0 이하로 독립변인 간 다중공선성(multicollinearity)은 나타나지 않는 것으로 확인됐다. VIF 값이 10 이상이면 다중공선성을 의심해야 하며, 이때 산출된 통계 수치는 신뢰하기 어려운 것으로 알려져 있다(Hair, Black, Babin, & Anderson, 2010).

1) 행복에 영향을 미치는 영역 만족도와 그 효과 크기는 생애 주기와 성별에 따라 다를 수 있다. 따라서 나이와 성별을 각각 포함한 다중회귀분석을 실시하였다. 한국인 집단에서는 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 각각 설명하는 모델에서 나이와 성별이 통계적으로 유의미하지 않았으나, 캐나다 집단에서는 정서적 안녕감을 예측하는 모델에서 성별($\beta = .140, p < .05$)이 정서적 안녕감을 통계적으로 유의미하게 예측하였다. 즉 캐나다 학부생들의 경우 남자보다 여자의 정서적 안녕감이 더 낮게 나타났다. 개별 영역 만족도의 독립적인 효과 크기는 두 집단에서 본문에 제시된 나이와 성별이 포함되지 않은 다중회귀분석에서의 결과(표 2, 3)와 큰 차이가 없었다.

우선 한국인 집단에서 삶의 만족도를 종속변인으로 두고 다중회귀분석을 실시하였다(표 2). 분석결과 다중회귀분석 모델은 통계적으로 유의미했으며, $F(5,101) = 26.868, p < .01$, 다섯 영역 만족도는 총 변량에 대해 57.1%의 설명력을 보였다. 개별적으로는 건강한 라이프스타일($\beta = .301, p < .01$), 가족관계($\beta = .276, p < .01$), 외모($\beta = .211, p < .05$)와 재정상황($\beta = .151, p < .05$)의 순으로 독립적으로 삶의 만족도를 유의하게 예측하는 것으로 나타났다. 이외 학업성적은 독립적으로 삶의 만족도를 예측하지는 못했다($p > .05$). 이 결과는 건강한 라이프스타일과 가족관계, 외모, 재정상황의 만족도가 개별적으로 한국 대학생의 삶의 만족도에 대한 예측력을 가진다는 점을 보여준다.

2) Schimmack 등(2002)의 6문항 정서적 안녕감 척도(긍정 정서: 긍정적, 좋은, 유쾌한, 부정 정서: 부정적, 나쁜, 유쾌하지 않은)를 이용한 분석에서도 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 대한 개별 영역 만족도의 상대적 기여 순위와 그 유의성 여부가 한국인과 유럽계 캐나다인 집단 모두에서 본 연구와 동일하게 나타났다.

표 3. 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 대한 다중회귀분석 결과(유럽계 캐나다인)

예측변인	삶의 만족도		정서적 안녕감	
	Beta	t	Beta	t
건강한 라이프스타일	.265	4.509 **	.193	2.900 **
재정상황	.145	2.662 **	.140	2.270 *
학업성적	.143	2.577 **	-.007	-.106
외모	.315	5.456 **	.356	5.391 **
가족관계	.172	3.226 **	.139	2.315 *

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

주. 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 종속변인으로 설정하여 실시된 다중회귀분석 결과. $N = 214$.

다음으로 한국인의 정서적 안녕감을 종속변인으로 설정하여 분석을 실시하였다(표 2). 다중회귀분석 모델은 정서적 안녕감 변량을 31.0% 설명했으며, $F(5,101) = 9.071$, $p < .01$. 이 모델에서는 건강한 라이프스타일($\beta = .304$, $p < .01$) 만족도만이 한국인의 정서적 안녕감을 통계적으로 유의하게 설명하는 것으로 나타났다. 건강한 라이프스타일을 제외한 다른 영역들은 정서적 안녕감을 유의미하게 예측하지 못하였다. 그러나 단순상관계수 크기와 다른 영역 만족도(예. 외모 만족도)의 회귀계수들의 크기들을 고려했을 때, 작은 표본 크기로 인해 다중회귀분석에서 외모 만족도의 상대적 예측력이 통계적으로 유의하지 않았을 가능성이 있다. 따라서 추가적으로 한국인의 정서적 안녕감을 설명하는 가장 큰 요인인 건강한 라이프스타일 제외하고 다중회귀분석을 실시하였다. 네 개의 영역 만족도를 포함한 이 모델은 통계적으로 유의미했으며 정서적 안녕감의 변량을 26.0% 설명했다. 이 모델에서는 외모 만족도($\beta = .287$, $p < .01$)만이 정서적 안녕감을 통계적으로 유의미하게 예측하였다.

한국인의 경우, 다섯 영역 만족도는 삶의 만족도 변량의 절반 이상, 정서적 안녕감 변량의 1/3 가량을 설명하는 것으로 나타나 행복 요소들의 상당 부분을 설명하는 것으로 보이며, 그 중에서도 특히 삶의 만족도와 긴밀한 것으로 보인다. 삶의 만족도와 정서적 안녕감 모두와 독립적으로 유의한 관련을 보인 영역 만족도는 건강한 라이프스타일이었다. 삶의 만족도에 대해서만 건강한 라이프스타일, 가족관계, 외모와 재정상황 순으로 개별적으로 유의미한 예측력을 가지는 것으로 나타났다.

다음으로 캐나다 집단에서 삶의 만족도를 종속변인으로 하여 다중회귀분석을 실시하였다(표 3). 분석결과 회귀분석 모델은 통계적으로 유의했으며, $F(5,208) = 38.377$, $p < .01$, 다섯 영역 만족도는 삶의 만족도 변량의 48.0%의 설명력을 보였다. 외모($\beta = .315$, $p < .01$), 건강한 라이프스타일($\beta = .265$, $p < .01$), 가족관계($\beta = .172$, $p < .01$), 재정상황($\beta = .145$, $p < .01$)과 학업성적($\beta = .143$, $p < .01$) 순으로 독립적으로 삶의 만족도를 유의하게 예측하는 것으로 나타났다.

정서적 안녕감을 종속변인으로 설정한 회

귀분석 모델 또한 통계적으로 유의했으며, $F(5,208) = 20.954, p < .01$, 다섯 영역 만족도는 정서적 안녕감의 변량을 34.0% 설명했다. 분석 결과, 외모($\beta = .356, p < .01$), 건강한 라이프스타일($\beta = .193, p < .01$), 재정상황($\beta = .140, p < .05$), 가족관계($\beta = .139, p < .05$) 순으로 영역 만족도가 독립적으로 정서적 안녕감을 유의하게 예측하였다. 이외 학업성적은 독립적으로 정서적 안녕감을 예측하지는 못했다($p > .05$).

캐나다인도 한국인과 마찬가지로 다섯 영역 만족도가 삶의 만족도 변량의 절반 정도, 정서적 안녕감의 1/3 정도 설명하는 것으로 나타났다. 이는 다섯 영역 만족도가 행복 요소들의 변량에 보편적으로 기여함을 시사한다. 단, 개별 영역 만족도의 상대적 기여도에는 차이가 나타났다. 캐나다인의 경우 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 독립적으로 가장 크게 기여하는 영역 만족도는 외모 만족도로 나타났다. 건강한 라이프스타일 만족도, 가족관계 만족도와 재정상황 만족도가 그 뒤를 이었으며, 학업성적에 대한 만족도는 캐나다인의 삶의 만족도에만 기여하는 것으로 나타났다.

논 의

본 연구는 영역 만족도와 행복의 요소인 삶의 만족도와 정서적 안녕감 간의 상관관계를 탐색하고자 했다. 구체적으로 다양한 영역 만족도를 종합적으로 고려하여 개별 영역 만족도와 삶의 만족도 및 정서적 안녕감 간의 상관관계를 알아보고, 문화권별로 개별 영역 만족도의 삶의 만족도 및 정서적 안녕감에 대한 상대적 기여도가 비슷하게 나타나는지 알아보

고자 했다. 이를 위해 상대적으로 집단주의 성향과 개인주의 성향이 높은 대표적 국가인 한국과 캐나다의 대학생들을 직접 비교했다. 우선 단순상관관계분석을 통해 영역 만족도가 전반적으로 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과 기존 연구에서와 같은 관계를 보이는지 살펴보았다. 이어 국가별 다중회귀분석을 통해 삶의 만족도와 정서적 안녕감의 변량을 유의하게 설명하는 영역 만족도를 탐색했다. 본 연구는 기존의 영역 만족도 연구에서 다루지 않았던 행복의 요소인 삶의 만족도와 정서적 안녕감 모두와의 상관관계를 살펴보았다는 점, 그리고 이 요소들에 대한 개별 영역 만족도의 상대적 기여도를 두 문화권에서 다각적인 분석을 시도했다는 점에서 차별성과 의의를 가진다.

영역 만족도와 삶의 만족도 및 정서적 안녕감: 영역 만족도의 보편적 영향력

평균적으로 문화권과 관계없이 영역 만족도는 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과 높은 정적 상관관계를 보였다. 선행 연구와 비슷한 수준의 상관관계가 캐나다와 한국 모두에서 발견되었으며, 이는 세 개의 행복 요소들이 행복을 이루는 보편적 요소들임을 보여준다 (Busseri, 2018; Heller et al., 2004; Veenhoven, 1996).

다섯 영역 만족도는 개별적으로 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과 상관관계를 살펴보았을 때도 문화권과 관계없이 높은 정적 상관관계가 나타났다. 즉 건강한 라이프스타일, 가족관계, 외모, 재정상황 및 학업성적의 다섯 영역 모두 삶의 만족도와 정서적 안녕감과 각각 유의한 정적 상관을 보였다. 특히 각 영역 만족도는 평균적으로 정서적 안녕감보다는 삶의

만족도와 상관관계가 높았다. 이는 영역 만족도가 삶의 만족도와 직접적인 연관이 있으며, 두 요소 모두 인지적인 판단 과정을 통해 산출되기 때문으로 볼 수 있다(Diener et al., 1999). 이런 결과는 이전 연구와 일관성을 보이는 발견으로, 선정된 다섯 영역이 보편적으로 인간의 삶과 행복과 밀접한 영역임을 재확인할 수 있었다(Diener & Diener, 1995; Heller et al., 2004).

영역별로 구체적으로 살펴보면, 첫째, 본인의 건강한 라이프스타일에 대한 만족도가 높을수록 본인의 삶에 만족하고 정서적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 건강에 대한 만족도는 삶의 질에 가장 관련이 높은 영역 만족도라는 점에서 자신의 라이프스타일이 건강하다는 판단은 개인의 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 긍정적인 영향을 미칠 가능성이 높다. 정신적, 신체적 및 사회적으로 건강한 삶을 유지하는 것은 개인 행복의 바탕이 되므로(Heller et al., 2004; Michalos & Zumbo, 2002; Steptoe, Deaton, & Stone, 2015) 사람들이 자신이 원하는 삶을 살기 위해서는 일정 수준 이상으로 건강해야 한다는 의미로 볼 수 있다. 예를 들면, 질병에 걸린 사람은 신체적인 아픔과 그와 수반되는 정신적 그리고 경제적 타격으로 삶을 온전히 즐기지 못할 가능성이 높다. 관동맥성 심장병, 관절염 및 만성폐질환과 같은 질병이 있는 노인들은 높은 수준의 우울감과 낮은 긍정 정서를 보인 바 있다(Steptoe et al., 2015). 삶의 만족도와 건강 관련 연구들은 만족할 만한 건강 수준이 모든 사람들의 삶의 기본적인고 보편적인 요소라는 근거를 제시한다. 따라서 자신이 건강한 라이프스타일을 유지하고 있다는 평가는 자신이 건강한 삶을 살고 있다는 판단을 반영하며, 행복에

긍정적으로 작용하고 있음을 시사한다.

둘째, 가까운 지인과 만족스러운 관계를 유지하는 것 또한 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과 정적 상관관계를 보였다. 가족과의 관계에 만족할수록 삶에 만족했으며 정서적 안녕감 또한 높았다. 이는 선행 연구들과 일치하는 결과로, 친밀한 관계는 개인의 삶의 질에 큰 영향을 끼치는 요인이다(김경미, 류승아, 최인철, 2014; Ateca-Amestoy et al., 2014; Furnham & Cheng, 2000; Gómez-López, Viejo, & Ortega-Ruiz, 2019). 특히 가족과의 관계는 가장 직접적이며 일차적인 관계망으로 인간의 자아에 가장 큰 영향을 미치는 요인 중 하나다. 가족을 비롯한 사랑하는 사람들과의 만족스런 관계 유지는 가장 근본적 욕구 중 하나인 소속 욕구를 충족시키며 개인의 자아존중감과 자아효능감, 더 나아가 행복에도 긍정적인 영향을 미친다고 알려져 있다(Baumeister & Leary, 1995; Haslam, Jetten, Postmes, & Haslam, 2009).

그리고 재정상황에 만족할수록 삶의 만족도와 정서적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 이는 선행연구와 일치하는 결과로 경제적인 풍요로움은 개인의 행복과 정적 관계가 알려진 바 있다(Clark & Oswald, 1994; Ng & Diener, 2014). 여러 나라를 대상으로 진행되는 갤럽 여론 조사(Gallup World Poll)의 수집 자료를 분석한 결과, 사람들은 본인의 재정상황에 만족할수록 행복 또한 높게 보고하는 것으로 나타났다(Ng & Diener, 2014). 대학생들을 대상으로 진행된 본 연구에서도 본인의 재정상황에 만족할수록 한국인과 캐나다인의 삶의 만족도와 정서적 안녕감이 높게 나타났다.

학업성적 만족도 또한 삶의 만족도와 정서적 안녕감과 정적 상관관계를 보였다. 참가자였던 대학생들에게 학업성적은 일상의 대부분

을 차지하는 학교생활과 연관된 중요한 삶의 영역이기 때문이다. 선행 연구(Pavot & Diener, 2008; Schimmack et al., 2002)와 마찬가지로 대학생들은 본인의 현재와 미래의 삶과 밀접한 연관을 가지는 학업성적에 만족할수록 행복 또한 높았다.

마지막으로 두 국가에서 모두 자신의 외모에 만족할수록 삶의 만족도와 정서적 안녕감이 높았다. 미국과 한국 청소년 및 대학생 대상으로 진행된 기존 연구들에서도 외모 만족도와 행복 사이의 정적 관계가 관찰된 바 있다(김진주, 구자영, 서은국, 2006; 이명희, 2009; Frederick et al., 2016). 자신의 외모는 개인의 정체성과 관련된 삶의 중요한 부분이므로, 그에 대한 만족감이 높을 때 행복에 긍정적으로 작용할 가능성이 있다. 단, 외모는 특정 연령대에서 행복에 미치는 영향력이 더 클 수 있다. 본 연구에서는 나이 통제 후에도 외모 만족도가 행복 요소들에 기여하는 수준이 달라지지 않았지만, 대학생만을 대상으로 한 본 연구의 특성을 고려한다면 이 결과를 모든 연령대로 일반화하기는 어렵다. 따라서 가능하다면 추후 다양한 연령과 인구통계학적 배경을 가진 참가자들 대상으로 외모 만족도와 행복 간의 관계를 검증해 볼 필요가 있다.

한국인과 캐나다인의 결과 비교: 영역 만족도 영향력의 보편성과 특수성

사회 구성원들의 자아개념과 가치에 영향을 미치는 문화 특성 중 가장 널리 연구된 것이 개인주의와 집단주의이다(Hofstede, 2001; Triandis, 1995). 집단주의 문화는 대개 개인을 집단의 일부분으로 여기거나, 개인의 목표보다 소속 집단(가족, 친척, 지인, 국가)의 목표

에 더 비중을 두는 경향이 많이 관찰된다. 또한 개인을 관계나 소속 집단 안에서 이해하려는 관계 중심적 인간관을 바탕으로 두고 있다. 이에 반해 개인주의 문화는 집단보다 개인의 목표에 더 비중을 두는 경향이 많이 나타난다. 개인을 이해하는 데 있어서도 개인의 특성이나 성향을 관계나 소속 집단보다 비중 있게 다루는 경우가 빈번하다. 이러한 문화차는 특정 문화 구성원의 가치관에 지속적이고 체계적인 영향을 주며, 행복에 영향을 미치는 주요 요인에도 차이를 가져올 수 있다. 구체적으로, 집단주의 문화에 속한 개인은 해당 문화에서 중요시 여기는 대인 관계, 집단 화목 등과 연관된 요인들이, 개인주의 문화에 속한 개인의 경우 자신의 정체성과 흥미와 연관된 요인들이 개인의 행복 판단에 더 밀접한 영향을 미치리라 예상해볼 수 있다. 이렇게 예상되는 행복 관련 영역의 문화차는, 문화별로 완전히 다른 새로운 영역이 나타나기 보다는, 문화에 따라 기존에 알려진 보편적인 영역들 간의 행복에 대한 상대적 영향력의 차이로 관찰될 가능성이 높다.

이를 알아보기 위해 상관관계분석과 다중회귀분석을 실시해 문화권별로 어떤 영역들이 삶의 만족도와 정서적 안녕감의 변량을 가장 많이 설명하는지 알아보았다. 우선 보편적으로 알려진 다섯 가지 개별 영역 만족도와 삶의 만족도 및 정서적 안녕감과의 상관관계를 한국인과 캐나다인 간 비교했다. 다섯 영역을 ‘기본’ 영역, ‘개인’ 영역, ‘관계’ 영역으로 분류해 살펴 본 결과, 다섯 영역 만족도는 모두 기존 연구와 일관적으로 정적 상관관계를 보였으나 개별 상관계수의 크기와 그 크기순은 국가별로 달랐다(Diener & Diener, 1995).

다중회귀분석 모델을 이용해 다섯 영역 만

족도를 고려했을 때 한국인의 삶의 만족도를 가장 잘 설명하는 영역은 ‘기본’ 영역인 건강한 라이프스타일 만족도였고, 그 다음은 ‘관계’ 영역인 가족관계 만족도였다. 한국인의 정서적 안녕감을 유일하게 설명하는 영역 만족도는 건강한 라이프스타일뿐이었다. 이 결과는 한국인의 삶의 만족도 및 정서적 안녕감에 가장 크게 기여하는 영역은 기본적 욕구를 반영하는 영역임을 시사한다.

건강 다음으로 가족관계 만족도가 한국인의 삶의 만족도를 예측하였다. 가족과의 관계는 행복과 밀접한 대표적인 사회적 관계 중 하나이다(Ateca-Amestoy et al., 2014; Furnham & Cheng, 2000). 특히 집단주의 문화에 속하는 한국에서는 집단의 유지와 가치를 중요하게 여기는 특성으로 인해, 가족과 좋은 관계를 유지하는 것이 특히 행복에 긍정적으로 작용한다고 해석할 수 있다. 또한 한국은 가족중심적이기도 하기 때문에(백광렬, 이상직, 사사노 미사에, 2018) 가족관계 만족도가 개인의 행복과 밀접한 관련을 보일 수 있다.

외모 만족도는 한국인의 삶의 만족도와 정서적 안녕감과 높은 단순 정적 상관관계를 보였다. 이는 서양문화권 뿐 아니라 한국에서 외모 만족도는 삶의 만족도와 긍정적인 상관을 보인다는 이전 연구 결과와 일치하는 부분이다(김진주, 구자영, 서은국, 2006; 이명희, 2009; Frederick et al., 2016). 그러나 다섯 영역을 모두 고려했을 때 행복 요소에 대한 외모 만족도의 독립적 효과는 나타나지 않거나 그 크기가 작았다. 이는 다중회귀분석의 특성 상, 한 독립변인이 종속변인 변량을 많이 설명하면 다른 변인의 독립적 기여도가 낮아질 수 있는데, 상대적으로 표본의 크기가 작았던 한국인 집단에서 이런 현상이 연구결과에 영향

을 미쳤을 가능성이 있다. 따라서 추후 연구에서는 더 큰 표본수를 갖고 외모 만족도의 상대적 기여도에 대한 반복 연구가 진행할 필요가 있다. 종합하면 ‘기본’ 영역의 만족도가 한국인의 행복을 가장 잘 설명하였다.

이에 반해 유럽계 캐나다인의 삶의 만족도 및 정서적 안녕감에 가장 크게 기여하는 영역은 ‘개인’ 영역인 외모 만족도였으며 ‘기본’ 영역인 건강한 라이프스타일 만족도가 뒤를 이었다. 이는 주목할 만한 결과로, 개인주의 성향이 강한 캐나다인의 행복에 크게 기여하는 부분은 예상대로 자신을 표현하는 ‘개인’ 영역과 관련이 있었다. 이는 다양한 연령대의 미국인을 대상으로 했던 Frederick 등(2016)의 본인의 외모에 만족할수록 삶의 만족도, 자존감, 가족관계 만족도 및 재정상황 만족도가 높다는 결과와 일치한다. 외모는 개인의 정체성을 반영하는 측면으로 특히 서양 문화권에서 외모에 대한 만족도가 삶의 만족도 및 정서적 안녕감에 더 중요하게 기여할 수 있다고 볼 수 있다.

또한 한국과 마찬가지로 ‘기본’ 영역인 건강한 라이프스타일 만족도는 유럽계 캐나다 대학생의 행복에 중요한 영역이었다. 건강은 행복에 있어서 가장 중요한 요인 중 하나로 건강하게 살고 있다는 생각은 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 긍정적인 영향을 준다고 생각할 수 있다.

이상 살펴본 바와 같이 다섯 영역 만족도 모두 평균적으로 삶의 만족도와 정서적 안녕감과 유의한 상관을 보였다. 또한 문화에 따라 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 영향을 미치는 개별 영역 만족도의 상대적 기여도는 상이했다. 한국 대학생과 캐나다 대학생의 삶의 만족도와 정서적 안녕감에 미치는 제일 중요

한 영역은 ‘기본’ 영역으로 동일했으나 ‘개인’ 영역과 ‘관계’ 영역의 상대적 기여도는 일관적이지 않았다. 이 결과는 정서 선호와 규범에 대한 동서양의 문화 차이에도 기인할 수 있다. 개인주의 문화권에서는 집단주의 문화권에 비해 긍정 정서 자체 혹은 긍정 정서를 자주 경험하고 표현 하는 것에 가치를 두는 경향이 있다(Heine, Lehman, Markus, & Kitayama, 1999; Mesquita & Karasawa, 2002; Suh, Diener, Oishi, & Triandis, 1998). 특히 긍정 정서를 경험하고 표현하는 것은 자아 존중감과도 연관이 있으므로, 개인의 자율성을 중요하게 생각하는 서양문화권에서 특히 더 중요하게 여겨질 수 있다. 이런 경향은 개인주의적 가치가 상대적으로 덜 중요한 문화권의 한국인에게는 오히려 반대로 작용하여, 삶의 만족도와 정서적 안녕감을 예측하는 영역들의 문화 차이에 기여했을 가능성도 예측해볼 수 있다.

본 연구의 제한점과 의의

앞서 언급된 의의에도 불구하고 본 연구는 몇 가지 아쉬운 점들을 가지고 있다. 첫째, 본 연구에서는 영역 만족도 측정도구로 단일 문항형 설문이 사용되었다. 선행연구를 통해 어느 정도 이 측정도구가 타당하고 신뢰할 만하다고 볼 수 있지만, 향후 개별 영역 만족도에 대해 더 깊이 알고자 한다면 구체적인 문항들을 포함시켜 각 영역별로 어떤 세부 요소들이 삶의 만족도와 정서적 안녕감 향상에 기여하는지에 대해 알아볼 수 있을 것이다. 둘째, 한국과 캐나다 집단 간 표본 수 차이가 있었다. 추후 연구에서는 더 큰 표본에서 연구 대상자 범위를 확대하고 개별 영역 만족도를 추가하여 반복 연구를 진행할 수 있을 것이다. 예를

들면, 성인 집단을 대상으로 한다면, 직장, 자녀와의 관계 및 배우자와 자녀의 성공에 대한 만족도가 개인에게 미치는 영향을 살펴 볼 수 있을 것이다. 셋째, 본 연구는 대학생을 대상으로 진행된 연구로 성인 초반기인 20대 참가자들의 주관적 안녕감을 살펴보았다. 따라서 추후 연구에서는 여러 나라의 다양한 인구통계학적 배경을 가진 일반인 대상으로 비교문화가 진행되기를 기대해 본다. 예를 들면, 개인주의적인 국가로 분류되나 북미와는 다른 개인주의 문화를 지닌 독일과 같은 국가를 포함시켜 위의 결과들이 단순히 개인주의-집단주의의 가치관으로 설명되는지 혹은 다른 북미의 문화특수적인 요인에 의해 설명되는지 알아볼 수 있을 것이다. 마지막으로 본 연구는 횡단 연구이기 때문에 변인들 간의 인과관계에 대한 명확한 결론을 내리기 어렵다는 한계점을 가졌다. 종단 연구를 통해 주관적 안녕감의 상향과 하향 모델을 비교하여 장기적으로 각 모델의 행복에 대한 설명력을 확인하고 더 우세한 인과적 방향을 살펴볼 수 있을 것이다. 보다 건설적인 연구를 위해서는, 행복과 영역 만족도 간 방향성에 대한 논쟁만을 다루기보다는, 20년 이상의 장기 종단 연구를 통해 어떤 시기에 어떤 삶의 특정 영역들이 개인의 행복에 실제로 기여하는지 살펴보기를 제안한다. 예를 들면, 청소년이나 대학생들에게는 학업성적에 대한 만족도나 부모와의 관계 만족도가 행복에 영향을 미치는 중요한 삶의 영역이겠지만, 중장년층의 행복에는 직업에 대한 만족도나 배우자 혹은 연인과의 관계 만족도가 더 중요한 삶의 영역으로 작용할 가능성이 높다. 직업 만족도(job satisfaction)는 일을 하는 모든 사람의 행복에 영향을 끼칠 수 있으나, 생애 주기 혹은 성별에 따라 그 상대

적 기여도는 다를 수 있을 것이다. 또한 이런 종단 연구는 전생애적으로 일관적인 영향을 미치는 영역도 파악할 수 있을 뿐 아니라, 연령과 삶의 궤적 등에 따라 행복에 기여하는 영역이 문화적 특성에 따라 어떻게 달라지는지 살펴볼 수도 있을 것이다.

이러한 한계에도 불구하고, 본 연구는 한국인과 캐나다인을 비교하며 특정 영역 삶의 만족도와 행복의 관계를 체계적으로 분석하고 영역 만족도, 삶의 만족도 및 정서적 안녕감을 종합적으로 한 연구에서 다뤘다는 점에서 의의가 있다. 그동안 대부분의 연구에서 행복의 구성 요소 중 한 가지에만 초점을 둔 것과 달리, 본 연구는 다양한 영역 만족도가 상대적으로 삶의 만족도와 정서적 안녕감과 어떤 관계를 갖고 있는지 두 문화를 비교하여 알아 보았다. 향후 연구에서는 더 다양한 문화권과 연령 집단을 포함해, 구체적으로 어떤 삶의 부분들이 행복에 기여를 하는지 보다 구체적인 그림을 제시하는 관련 연구가 확장되기를 기대하는 바이다.

참고문헌

- 구재선 (2019). 삶의 만족 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLS)의 연령 및 성별 측정 동 일성 검증. *한국심리학회지: 문화 및 사회 문제*, 25(4), 305-323.
<https://doi.org/10.20406/kjcs.2019.11.25.4.305>
- 김경미, 류승아 (2019). 대학생의 긍정정서와 대학생활 만족도 및 진로준비의 관계에서 소명의식의 매개효과. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 25(3), 231-248.
<https://doi.org/10.20406/kjcs.2019.8.25.3.231>
- 김경미, 류승아, 최인철 (2014). 자신과 연인에 대한 내적-외적 가치 인식이 행복 및 연애만족도에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(3), 637-657.
- 김진주, 구자영, 서은국 (2006). 객관적인 신체적 매력과 행복. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 20(4), 61-70.
- 백광렬, 이상직, 사사노 미사에 (2018). 한국의 가족주의와 가족관념. *한국사회학*, 52(4), 115-159.
<https://doi.org/10.21562/kjs.2018.11.52.4.115>
- 이명희 (2009). 청소년의 외모관심, 외모만족도와 생활만족도의 관계 연구. *복식*, 59(8), 97-109.
- 임남연, 이화령, 서은국 (2010). 한국에서의 Diener의 삶의 만족 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLS) 사용 연구 개관. *한국심리학회지: 일반*, 29(1), 21-47.
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being: America's perception of life quality*. New York, NY: Plenum.
<https://doi.org/10.1007/978-1-4684-2253-5>
- Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 353-373), New York, NY: Russell Sage Foundation.
- Ateca-Amestoy, V., Aguilar, A. C., & Moro-Egido, A. I. (2014). Social interactions and life satisfaction: Evidence from Latin America. *Journal of Happiness Studies*, 15(3), 527-554.
<https://doi.org/10.1007/s10902-013-9434-y>
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success,

- happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1-44.
<https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Brief, A. P., Butcher, A. H., George, J. M., & Link, K. E. (1993). Integrating bottom-up and top-down theories of subjective well-being: The case of health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 646-653.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.646>
- Busseri, M. A. (2018). Examining the structure of subjective well-being through meta-analysis of the associations among positive affect, negative affect, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 122(1), 68-71.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.10.003>
- Busseri, M. A., & Mize, T. R. (2020). Bottom-up or top-down? Examining global and domain-specific evaluations of how one's life is unfolding over time. *Journal of Personality*, 88(2), 391-410.
<https://doi.org/10.1111/jopy.12499>
- Butzer, B., & Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal Relationships*, 15(1), 141-154.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00189.x>
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life*. New York, NY: Russell Sage Foundation.
- Cantril, H. (1965). *The pattern of human concerns*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Clark, A. E., & Oswald, A. J. (1994). Unhappiness and unemployment, *Economic Journal*, 104(424), 648-659.
<https://doi.org/10.2307/2234639>
- 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(4), 668-678.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.38.4.668>
- Deaton, A. (2008). Income, health, and well-being around the world: Evidence from the Gallup World Poll. *Journal of Economic Perspectives*, 22(2), 53-72.
<https://doi.org/10.1257/jep.22.2.53>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.653>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.

- <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156.
<https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
Easterlin, R. A., & Sawangfa, O. (2007). *Happiness and domain satisfaction: Theory and evidence*. IZA Discussion Paper No. 2584.
Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M., & Tan, V. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural models of subjective well-being: A longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(1), 138-150.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.1.138>
Frederick, D. A., Sandhu, G., Morse, P. J., & Swami, V. (2016). Correlates of appearance and weight satisfaction in a US national sample: Personality, attachment style, television viewing, self-esteem, and life satisfaction. *Body Image*, 17(1), 191-203.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.04.001>
Frost, J., & McKelvie, S. (2004). Self-esteem and body satisfaction in male and female elementary school, high school, and university students. *Sex Roles*, 51(1-2), 45-54.
<https://doi.org/10.1023/b:sers.0000032308.90104.c6>
Furnham, A., & Cheng, H. (2000). Lay theories of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 1(2), 227-246.
<https://doi.org/10.1023/a:1010027611587>
Gómez-López, M., Viejo, C., & Ortega-Ruiz, R. (2019). Well-being and romantic relationships: A systematic review in adolescence and emerging adulthood. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(13), 2415.
<https://doi.org/10.3390/ijerph16132415>
Hair, J., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson Education International.
Hamamura, T. (2012). Are cultures becoming individualistic? A cross-temporal comparison of individualism-collectivism in the United States and Japan. *Personality and Social Psychology Review*, 16(1), 3-24.
<https://doi.org/10.1177/1088868311411587>
Harter, S. (2007). The self. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development* (6th ed., pp. 505 - 570). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
<https://doi.org/10.1002/9780470147658.chpsy0309>
Haslam, S. A., Jetten, J., Postmes, T., & Haslam, C. (2009). Social identity, health and well-being: An emerging agenda for applied psychology. *Applied Psychology: An International Review*, 58(1), 1-23.
<https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00379.x>
Headey, B., Veenhoven, R., & Wearing, A. (1991). Top-down versus bottom-up theories of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 24(1), 81-100.

- <https://doi.org/10.1007/bf00292652>
- Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R., & Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Psychological Review*, 106(4), 766 - 794.
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.106.4.766>
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination. *Psychological Bulletin*, 130(4), 574-600.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.4.574>
- Hofstede, G. (2001). *Culture's consequences: Comparing values, behaviors, institutions, and organizations across nations*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Inglehart, R., & Baker, W. E. (2000). Modernization, cultural change, and the persistence of traditional values. *American Sociological Review*, 65(1), 19-51.
<https://doi.org/10.2307/2657288>
- Kim, H., Schimmack, U., Oishi, S., & Tsutsui, Y. (2018). Extraversion and life satisfaction: A cross-cultural examination of student and nationally representative samples. *Journal of Personality*, 86(4), 604-618.
<https://doi.org/10.1111/jopy.12339>
- Loewe, N., Bagherzadeh, M., Araya-Castillo, L., Thieme, C., & Batista-Foguet, J. M. (2014). Life domain satisfactions as predictors of overall life satisfaction among workers: Evidence from Chile. *Social Indicators Research*, 118(1), 71-86.
<https://doi.org/10.1007/s11205-013-0408-6>
- Lucas, R. E., & Dyrenforth, P. (2006). Does the existence of social relationships matter for subjective well-being? In K. D. Vohs & E. J. Finkel (Eds.), *Self and relationships: Connecting intrapersonal and interpersonal processes* (pp. 254-273). New York, NY: Guilford Press.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, H. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131.
<https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>
- Mesquita, B., & Karasawa, M. (2002). Different emotional lives. *Cognition and Emotion*, 16(1), 127 - 141.
<https://doi.org/10.1080/0269993014000176>
- Michalos, A. C., & Zumbo, B. D. (2002). Healthy days, health satisfaction and satisfaction with the overall quality of life. *Social Indicators Research*, 59(3), 321-338.
<https://doi.org/10.1023/A:1019601213926>
- Mitchell, R. E., Billings, A. G., & Moos, R. H. (1982). Social support and well-being: Implications for prevention programs. *Journal of Primary Prevention*, 3(2), 77-98.
<https://doi.org/10.1007/BF01324668>
- Ng, W., & Diener, E. (2014). What matters to the rich and the poor? Subjective well-being, financial satisfaction, and postmaterialist needs across the world. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(2), 326-338.
<https://doi.org/10.1037/a0036856>
- Ng, W., Russell Kua, W. S., & Kang, S. H. (2019). The relative importance of personality, financial satisfaction, and autonomy for different subjective well-being facets. *The Journal of Psychology*, 153(7), 680-700.
<https://doi.org/10.1080/00223980.2019.1598928>
- Oishi, S. (2006). The concept of life satisfaction

- across cultures: An IRT analysis. *Journal of Research in Personality*, 40(4), 411-423.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2005.02.002>
- Oishi, S., Diener, E. F., Lucas, R. E., & Suh, E. M. (1999). Cross-cultural variations in predictors of life satisfaction: Perspectives from needs and values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(8), 980-990.
<https://doi.org/10.1177/01461672992511006>
- Okun, M. A., Stock, W. A., Haring, M. J., & Witter, R. A. (1984). Health and subjective well-being: A meta-analysis. *International Journal of Aging and Human Development*, 19(2), 111-132.
<https://doi.org/10.2190/qgjn-0n81-5957-haqd>
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152.
<https://doi.org/10.1080/17439760701756946>
- Santos, H. C., Varnum, M. E. W., & Grossmann, I. (2017). Global increases in individualism. *Psychological Science*, 28(9), 1228-1239.
<https://doi.org/10.1177/0956797617700622>
- Schimmack, U., & Diener, E. (1997). Affect intensity: Separating intensity and frequency in repeatedly measured affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1313-1329.
<https://doi.org/10.1037//0022-3514.73.6.1313>
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002). Life-satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70(3), 345-385.
<https://doi.org/10.1111/1467-6494.05008>
- Schneider, L., & Schimmack, U. (2010). Examining sources of self-informant agreement in life-satisfaction judgments. *Journal of Research in Personality*, 44(2), 207-212.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2010.01.004>
- Shin, J. E., Suh, E. M., Eom, K., & Kim, H. S. (2018). What does “happiness” prompt in your mind? Culture, word choice, and experienced happiness. *Journal of Happiness Studies*, 19(3), 649-662.
<https://doi.org/10.1007/s10902-016-9836-8>
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134(1), 138-161.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.1.138>
- Stephens, A., Deaton, A., & Stone, A. A. (2015). Subjective wellbeing, health, and ageing. *The Lancet*, 385(9968), 640-648.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)61489-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)61489-0)
- Subramanian, S. V., Kim, D., & Kawachi, I. (2005). Covariation in the socioeconomic determinants of self rated health and happiness. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 59(8), 664-669.
<https://doi.org/10.1136/jech.2004.025742>
- 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), 482-493.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.2.482>
- Tsai, J. L. (2007). Ideal affect: Cultural causes and behavioral consequences. *Perspectives on Psychological Science*, 2(3), 242 - 259.

- <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2007.00043.x>
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103(2), 193-210.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.103.2.193>
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism*. Boulder, CO: Westview.
<https://doi.org/10.4324/9780429499845>
- Vecchio, G. M., Gerbino, M., Pastorelli, C., Del Bove, G., & Caprara, G. V. (2007). Multi-faceted self-efficacy beliefs as predictors of life satisfaction in late adolescence. *Personality and Individual Differences*, 43(7), 1807-1818.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.05.018>
- Veenhoven R. (1996). Developments in satisfaction research. *Social Indicators Research*, 37(1), 1-45.
<https://doi.org/10.1007/bf00300268>
- Zabriskie, R. B., & McCormick, B. P. (2003). Parent and child perspectives of family leisure involvement and satisfaction with family life. *Journal of Leisure Research*, 35(2), 163-189.
<https://doi.org/10.1080/00222216.2003.11949989>
- 논문 투고일 : 2020. 04. 29.
1 차 심사일 : 2020. 05. 07.
게재 확정일 : 2020. 08. 19.

The relative contribution of domain satisfaction on life satisfaction and hedonic balance: A comparative study of Korean and Canadian university students

Hyunji Kim

Hwaryung Lee

Eunkook M. Suh

University of Toronto

Yonsei University

Previous studies have examined the relationship between domain satisfaction and life satisfaction. However, a comprehensive investigation of satisfaction with multiple domains and their relative contributions to life satisfaction and hedonic balance are missing in the literature. And most studies were conducted in English speaking countries and only a few cross-cultural studies have been conducted. In the current research, we compared Korean and European Canadian university students to examine how domain satisfactions (satisfaction with healthy lifestyles, family relationships, appearance, financial situation, academic performance) are associated with life satisfaction and hedonic balance. We then examined the relative contributions of people's satisfaction ratings on the life domains to their life satisfaction and hedonic balance. Positive correlations were observed between satisfaction with each of the five life domains, and life satisfaction and hedonic balance across the two cultural groups. Interestingly, satisfactions with healthy lifestyles was the dominant predictor of Koreans' life satisfaction and hedonic balance. Satisfaction with appearance was the dominant predictor of European Canadians' life satisfaction and hedonic balance followed by satisfaction with healthy lifestyles. Overall, these results suggest that there are common life domains that contribute to subjective well-being and that there are specific life domains that may contribute more to subjective well-being depending on the culture.

Key words : subjective well-being, domain satisfaction, cross-cultural comparison, individualism, collectivism