

대학생들의 삶의 만족여부에 영향을 주는 성격적 강점 요인

백옥경^{1*}, 김청자²

¹상명대학교 교육심리학과, ²상명대학교 교육학과

Analysis on the primary of character strength that affects the life satisfaction of university students

Baek, Ok-Kyung^{1*} and Kim, Chung-ja²

¹Sangmyung University Division of Education Psychology

²Division of Pedagogy, Sang Myung University

요약 본 연구는 대학생의 삶의 만족여부에 따른 성격적 강점의 차이와 삶의 만족여부에 영향을 주는 성격적 강점 요인을 알아보고자 하는데 있다. 삶의 만족여부에 따른 성격적 강점의 차이를 살펴본 결과 24개의 성격적 강점 중 친절과 자기통제력, 희망·낙관성, 유머 강점 요인만이 불만족 집단에서 높게 나타났고, 나머지 성격적 강점은 만족 집단이 모두 높게 나타났다. 삶의 만족여부에 영향을 주는 성격적 강점요인을 살펴본 결과 성격적 강점의 하위 요인중 사랑, 공정성, 감상력, 영성이 삶의 만족여부에 유의하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 성격적 강점요인 중 사랑과 유머 점수가 높을수록 삶에 만족할 확률이 더 높아지며, 영성, 감상력, 공정성은 점수가 낮을수록 삶에 만족할 확률이 높아진다. 또한 삶의 만족여부에 영향을 주는 강점요인은 사랑, 유머, 영성, 감상력, 공정성 순으로 분석되었다.

Abstract The purpose of this study among university students is to analyze difference of their character strengths by life satisfaction and to indicate the primary factors of character strength that affect life satisfaction. The study has shown that among 24 character strength factors, only kindness, self-control, hope, optimism and humor lead to life dissatisfaction, and the other factors lead to higher satisfaction. According to the primary factors of character strengths that affect life satisfaction, love, fairness, appreciation and spirituality affect life satisfaction similarly. In addition, love and humor is directly related to it while spirituality, appreciation and fairness are indirectly related. Moreover, the primary factors of life satisfaction in order are love, humor, spirituality, appreciation and fairness.

Key Words : Character strength, Dissatisfied group, Life satisfaction, Satisfied group

1. 서론

1.1 연구의 필요성

우리나라 대학생들은 경제, 취업, 학업, 대인관계, 가치관 문제 등의 스트레스로 인해 우울감을 경험하고 있다[1]. 청소년에서 성인으로 넘어가는 단계에 속해있는 대학생들은 정서적인 독립과 함께 사회적으로 새로운 환경에 적응해야하는 과도기적 시기에 있다. 대학생들은 사회인이 될 준비와 함께 사회 구성원의 역할을 하기 위한 지식과 기술을 익히고 행동 규범을 형성하여 올바른 가치관과 태도를 형성한다[2]. 또한 대학생들은 성장 발달

과정에서 환경과의 상호작용을 통해 스트레스를 겪게 되며, 여러 면에서 부적응을 경험한다. 학습향상과 취업을 위한 교육이 주를 이루는 우리나라의 교육현장에서 진정 자신이 행복하기 위해 성격을 탐색하고, 장점을 계발하는 것이 무엇보다 중요하다. 하지만 늘어나는 고학력자에 비해 턱없이 일자리가 부족한 현실 속에 자신의 적성에 맞는 직업을 통해 성취감이나 만족감을 느끼는 것은 그리 쉬운 일이 아니다. 이러한 현실에 처한 대학생들은 때로는 의욕상실로 인해 욕구좌절감이나 우울증에 빠져 생활과의 단절, 또는 대인관계의 회피로 이어질 수 있어 미래의 자신이 하고자 하는 일을 성취하는데 큰 장애요

*Corresponding Author : Baek, Ok-Kyung (Sangmyung Univ.)

Tel: +82-10-5384-9596 email: sealine1622@naver.com

Received December 11, 2013

Revised (1st December 23, 2013, 2nd December 27, 2013)

Accepted January 9, 2014

인이 될 수 있다.

대학생들의 삶의 만족도를 높이는 요인은 다양하지만 무엇보다 자신의 성격과 강점을 잘 파악하는 것이 우선 시되어야 한다. 삶의 만족도는 개인 스스로 삶에 대한 기대가 충족된다고 인식하는 주관적 수준의 개념이 중요하기 때문에[3] 대학시절 또는 그 이전부터 자신의 성격 특성을 알고 앞으로의 삶을 준비했을 때 향후 향상된 삶을 누릴 수 있을 것이다. 그리고 이는 개인의 문제에 국한된 것이 아니라 사회로 확산된다는 점에서 개인의 행복과 삶의 만족도를 높일 수 있는 연구가 절실하다.

최근 이루어지고 있는 성격에 관한 연구는 사람의 부정적인 측면보다 긍정적인 측면에 중점을 두는 경향이 있다. Seligman은 인간이 가진 부정적인 측면에 중점을 둔 과거 심리학 연구의 문제점을 지적하고, 인간이 가진 긍정적인 면을 바라봐야 한다고 주장했다. 이와 같은 맥락에서 등장한 긍정심리학은 인간의 약점만큼 강점에, 인생에 있어 최악의 것을 회복하는 것만큼 최고의 것을 설계하는 것에, 불행한 이들의 삶을 치유하는 것만큼 건강한 사람들의 삶을 충만하게 하는 것에 관심을 가졌다[4, 5]. 그리고 긍정적인 특성을 가진 사람이 삶의 만족도가 높게 나타났다[6].

삶의 만족도와 성격적 강점의 관계를 다룬 많은 연구들을 보면 성격적 강점과 병사들의 군 생활 만족도의 영향에 관한 연구[7], 성격적 강점이 성인의 삶의 만족도와 주관적 안녕감에 미치는 영향에 대한 연구[8], 대학생을 대상으로 성격적 강점과 행복 또는 행복지수와의 관계를 분석한 연구 등이 있다[9,10]. 또한 대학생의 성격적 강점이 학업성취도와 심리적 안녕감에 미치는 영향 연구[2]와 성격강점이 긍정적 정신건강에 미치는 영향 연구[11] 이외에도 성격적 강점이 스트레스나 학교적응도, 직무만족도에 미치는 영향 등의 선행연구가 있다. 특히 성격적 강점을 잘 활용한 프로그램으로 삶의 만족도와 행복을 증진시키고 우울을 감소시켰다는 연구[9]를 볼 때, 사회에 첫 발을 내딛을 준비를 하는 대학생은 스스로를 파악하고 성격적 강점을 계발하여 자신의 삶을 주도적으로 이끌고 나가는 것이 중요하다고 볼 수 있다.

이에 본 연구에서는 사회 진출을 준비하는 대학생들이 만족스러운 삶을 이루는 것은 앞으로 우리 사회에 분명 긍정적인 에너지를 발산할 것이라는 인식 아래 자신의 삶을 스스로 만족하는지의 여부를 먼저 조사한 후 자신의 삶을 만족스러워하는 만족 집단과 만족스러워 하지 않는 불만족 집단으로 구분하여 두 집단에서 각각 높게 나타나는 성격적 강점의 차이를 보고, 삶의 만족여부에 영향을 주는 성격적 강점 요인을 알아보고자 한다. 이는 기존의 연구에서 다루어지지 않은 것으로 자신의 미래를

건설하는 시기의 대학생들이 스스로 자신의 삶의 만족여부를 생각해 보는 것 또한 의미 있는 과정일 것으로 보기 때문이다.

구체적으로 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 대학생들의 삶의 만족여부에 따라 성격적 강점의 차이는 어떠한가?

연구문제 2. 대학생들의 삶의 만족여부에 영향을 주는 성격적 강점의 하위요인은 어떠한가?

2. 삶의 만족도와 성격적 강점의 관계

행복은 일상생활에서 자신의 강점을 활용하여 보다 적극적으로 의미 있는 삶을 영위하는 것이다[4]. 이러한 행복을 심리학에서는 크게 두 가지로 본다. 하나는 객관적인 차원에서 삶의 물리적 구성요소인 의식주, 건강, 성별, 연령, 소득, 교육, 보건의, 여가 등으로 파악하는 객관적 조건과 다른 하나는 삶에 대한 행복감, 만족감, 자립감, 성취감, 문화적 풍요로움, 안전 등으로 평가하는 주관적 차원이 그것이다[12재인용]. 이번 연구에서 다루고자 하는 행복은 주관적 측면에서 삶의 만족 정도를 보는 것으로 개인 스스로 자신의 삶을 다각도로 평가하는 것이다.

삶의 만족도란 자신의 현재 상태를 자신의 욕구나 기대수준과 비교, 평가하는 것으로[13] 자신이 인식한 삶의 여건이 스스로 설정한 기준과 일치하면 그 안에서 성취감을 맛보게 되어 삶의 만족이 높고 행복하다고 느끼게 된다.

우울증을 겪는 대학생들에게 성격적 강점을 함양시키는 긍정심리치료가 긍정적인 영향을 준다는 연구결과[14]를 보면 성격적 강점을 바탕으로 삶의 만족감을 고양시키며, 인간의 삶에 있어 가장 행복감을 느끼는 것으로 볼 수 있다.

성격은 다른 사람과 구별되는 개인을 특정 짓는 사고, 감정 및 행동 등의 집합체로 외부환경에 특정 반응을 보이는 인간행동이다. 그리고 성인은 청소년이나 유아보다 지속적인 성격 특질을 가지고 있기 때문에[15] 그만큼 일관성이 있는 고유한 성질이다. 그만큼 자신의 성격을 잘 파악하여 행복감을 느낄 수 있도록 스스로를 잘 인식하는 것은 중요하다. 그러기 때문에 긍정적 성격특성을 가진 사람들은 인생에 만족하는 사람이라고 볼 수 있으며, 어려움을 잘 극복하여 결과적으로 일을 더 잘하고, 스트레스에 대한 저항력도 높아져 육체적으로 더 건강하다[16].

긍정적인 정서를 더욱 많이 경험하고 있을 때 성취동기가 높아져 인간의 주관적인 삶의 만족도가 높다[6]. 또한 자신의 타고난 능력을 계발할 수 있는 기회를 제공받

은 직장인들의 이직률이 감소하고 삶의 만족도가 높아진다. 자신의 강점에 따라 재구성된 조직 안에 속한 사람들은 2년 후 이직률이 50% 하락하고 직원 몰입도도 급상승하였다[20]. 이러한 결과는 다양한 집단에서 자신의 진로에 맞게 결정한 선택이 삶의 만족도를 높이는 유의미한 결과를 도출해낼 수 있다는 가능성을 유추할 수 있는 근거가 된다. 사회에 성공적으로 입성하기 위해 도약하는 시기인 대학생들이 앞으로의 미래를 위한 강점 및 덕목을 파악하여 개발하는 것이 무엇보다도 중요하다고 판단된다.

성격적 강점은 건강한 가정을 통해 충만한 삶을 영위할 수 있도록 돕거나, 강점 자체만으로 충만한 삶에 기여한다[17]는 점에서 이들 특성을 함양시키는 것은 인간의 행복과 안녕감을 증진시키기 위한 노력의 시도이다. 24개의 강점으로 이루어진 성격적 강점은 인간의 고유한 특성과 사회적 조화의 면에서 우리가 삶을 잘 살 수 있도록 하는 개인 내적 특질이다[18].

심리학자와 종교 사상가들이 오랜 세월 동·서양에서 내려져 오는 인간의 긍정적인 특질과 문화권간 인간의 강점에서 나타나는 유사성을 바탕으로 Peterson과 Seligman은 핵심 특성 6개의 덕목(지혜 및 지식, 용기, 인간애, 정의, 절제, 초월성)과 24개의 강점으로 이루어진 VIA 분류체계를 지정하였다[19][Table 1].

[Table 1] 6 core virtues and 24 character strengths

wisdom & knowledge	open-mindedness
	curiosity
	love of learning
	creativity
	perspective
courage	bravery
	persistence
	integrity
	vitality
humanity	love
	kindness
	social intelligence
justice	citizenship
	fairness
	leadership
temperance	forgiveness
	modesty
	prudence
	self-regulation
transcendence	appreciation of beauty and excellence
	gratitude
	hope · optimism
	humor
	spirituality

덕성과 성격적 강점은 그 자체로 긍정적인 가치를 지니며 학습에 의해 개발이 가능하다. 그리고 개인이 가진 여러 개의 강점 중 상대적으로 높은 빈도를 차지하는 강점을 대표강점 이라고 하는데, 이러한 대표강점의 인식과 활용 정도에 따라 삶의 만족도 등 다양한 변인이 영향을 받는다는 연구 결과들이 있다[20,21].

6개의 덕목 중 지혜 및 지식(wisdom & knowledge)은 더 나은 삶을 위해서 지혜로운 판단과 지적인 성취를 돕기 위해 지식을 습득하고 활용하는 것과 관련된 인지적인 강점이다. 용기(courage)는 내부적·외부적 난관에 직면하더라도 추구하고자 하는 목표를 성취하려는 의지와 관련된 강점이고, 인간애(humanity)는 다른 사람들을 보살피고 친밀해지는 것과 관련된 대인 관계적 강점을 말한다. 정의(justice)는 자기본위가 아닌 공정한 마음을 가지고 있을 때 드러나며, 건강한 공동체 생활과 개인과 집단 간의 상호 작용을 건강하게 만드는 사회적 강점이다. 절제(temperance)는 지나침으로부터 우리를 보호해 주고, 극단적인 독단에 빠지지 않게 하는 중용적 강점이고, 초월성(transcendence)은 현상과 행위에 대해 의미를 부여하고 우주와 연결성을 추구하는 초월적, 영적 강점이다.

진정한 행복(authentic happiness)은 자신의 가장 근본적인 성격적 강점을 찾아내고 꾸준히 개발하여 활용하면, 시간의 흐름에 따라 더욱 발전하여 개인의 탁월한 덕목과 재능이 될 때 이를 수 있다[22]. 다양한 연구들을 토대로 보면 자신의 성격 강점에 대한 인식은 개인의 긍정적 자아개념을 형성하고[23], 강점에 대해 인식할 수 있도록 강점 피드백을 주었을 때 성취결과와 삶의 만족도의 증가를 보인다고 제시하였다[20, 23]. 이러한 관점에서 성격적 강점에 대한 인식은 궁극적으로 개인의 행복과 연관 될 수 있다.

다양한 연령층을 대상으로 한 연구에서 행복한 사람들은 그렇지 않은 사람에 비해서 성격적 강점을 더 많이 활용하는 것으로 나타났다[24]. 성격적 강점과 삶의 만족도와의 상관을 본 연구에서 지혜 및 지식과 관련된 강점을 제외하고 대부분의 강점들이 삶의 만족도와 높은 상관성을 보였다[16, 24]. 삶의 만족도가 높은 사람들은 학구열, 창의성, 판단력과 같은 지성적 강점보다 열정, 감사, 희망, 사랑, 호기심과 같은 감성적 강점들과 더 밀접한 관계를 나타냈고[16], 현재의 상황이나 연봉, 지위, 외모, 재산, 취미 활동과 같은 일반적인 선택 기준보다 자신의 강점과 일치하는 직업, 인간관계, 취미 활동을 선호하는 것으로 나타났다[4].

성인의 성격적강점이 삶의 만족도와 주관적 행복감에 유의미한 영향을 미치며, 삶의 만족도에 유의미한 영향을 미치는 성격적 강점은 희망·낙관성, 용감성, 신중성, 열

정으로 나타났다. 또한 주관적 행복감에 영향을 주는 성격적 강점은 사랑, 영성, 학구열, 희망·낙관성, 진실성이었다[8]. 직업군인이 아닌 병사들은 24개의 성격적 강점 중 우울을 제외한 나머지 강점이 모두 군 생활 만족도와 정적 상관을 보이며, 사랑, 낙관성, 친절성, 감사, 진실성 순으로 높은 평균의 성격적 강점으로 나타났다. 또한 성격적 강점을 활용한 집단이 그렇지 않은 집단에 비해 군 생활 만족도가 향상되고 우울증상도 감소하였다[7]. 또한 정서노동자들의 주관적 안녕감과 직무만족, 이직의도에 유의미한 성격적 강점이 있음을 밝혔다. 주관적 안녕감에 유의하게 영향을 미치는 성격적 강점은 활력, 감사, 낙관성, 공정성, 사랑이었으며, 직무만족에 유의하게 나타난 성격적 강점은 활력, 친절성이고, 이직의도에 유의하게 영향을 미치는 성격적 강점은 낙관성, 사랑, 용서, 창의성, 활력으로 나타났다[26].

대학생을 대상으로 한 연구에서 학업 성취도와 심리적 안녕감에 성격적 강점이 유의미한 영향을 미친다. 학업성취도에 영향을 미치는 강점은 끈기, 용감성, 자기조절이며, 끈기가 가장 높게 나타났다. 심리적 안녕감에 영향을 미치는 성격적 강점은 영성, 사랑, 열정, 용감성, 용서, 지혜, 겸손의 순으로 나타났으며, 영성이 가장 두드러지는 요인이었다[2]. 또한 대학생들의 성격적 덕목과 강점은 행복지수에 영향을 미치는 것으로 제시하였다. 행복지수에 유의미한 영향을 미치는 성격적 강점은 사랑, 친절, 인내, 희망의 순이고, 행복지수에 통계적으로 유의미한 영향을 주는 강점 덕목은 초월성, 사랑과 인간애, 지혜와 지식, 정의감, 용기, 절제력의 순으로 나타났다[10].

이는 성격강점과 덕목을 충분히 계발하고 발휘함으로써 인생의 중요한 영역에서 의미 있는 삶을 구현하는 것이 행복[27]이기 때문에 성격적 강점의 활용을 통해 진정 스스로 원하는 것을 행하고 그 안에서 만족감을 높여 행복을 증진시킨다고 해석할 수 있다.

3. 연구방법 및 절차

3.1 연구대상

본 연구의 자료는 대학생들을 대상으로 2011년 9월20일부터 2011년 10월20일까지 약 1개월 동안 총 300부가 배부되었으며, 이 중 응답이 누락되거나 연구에 적합하지 않는 53부를 제외한 총 247부를 분석에 사용하였다. 자료 수집방법은 자기보고식 설문조사를 실시하였다.

[Table 2] General characteristics of research participants (N=247)

	Affects the life satisfaction		Total
	dissatisfaction	satisfaction	
Frequency	149	98	247
Level of life satisfaction(%)	(60.3%)	(39.7%)	(100.0%)

3.2 측정도구 및 자료분석

성격적 강점을 측정하기 위한 도구는 개인의 성격적 강점 24가지를 측정하기 위하여 Seligman(2004)의 질문지를 김인자가 번안한 성격적 강점 척도[28]를 채택하여 사용하였다. 성격의 유형은 총 6개의 성격적 강점으로 분류하며, 그 하위요인을 24개의 요인으로 구성 하였다. 5점 Likert척도로 총 48문항으로 구성되었으며, 신뢰도는 Cronbach's α 계수 .700으로 높게 나타났다. 그리고 하위요인별 신뢰도는 지혜 및 지식 .714, 용기 .694, 인간애 .729, 정의 .667, 절제 .634, 초월성 .768로 나타났다.

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS18.0을 통해 분석하였다. 본 연구의 연구문제에 따라 다음 단계의 분석을 실시하였다.

첫째, 성격적 강점요인을 측정한 척도의 신뢰도 확보를 위하여 Cronbach' α 를 산출하였다.

둘째, 삶의 만족여부에 따른 성격적 강점 요인의 분석을 위한 수집된 자료를 설명하기 위해 기술통계를 산출하였다.

셋째, 삶의 만족 여부에 대한 성격적 강점 요인들의 통계적 유의성을 알아보기 위해 로지스틱 회귀분석을 실시하였다. 로지스틱 회귀분석은 종속변수가 ‘만족/불만족’과 같은 이분형 변수인 경우 적합하며, 판별분석과 달리 종속변수에 의해 범주화된 집단들의 분산-공분산 행렬이 동일해야 하며, 독립변수들이 다변량 정규분포를 이루어야 한다는 가정을 요구하지 않기 때문이다[29]. 구체적으로 분석대상 변인들을 동시에 투입하는 방식을 적용하였고, 각 모형의 전체적인 적합도를 측정하기 위해 Hosmer와 Lemeshow검증을 실시하였다.

4. 연구결과

4.1 삶의 만족여부에 따른 성격적 강점

삶의 만족여부에 따른 성격적 강점의 기술통계는 Table 3과 같다.

성격적 강점 요인 중 지혜 및 지식 덕목의 창의성, 호

[Table 3] Descriptive statistics of character strengths

Affects the life satisfaction		dissatisfaction	n=98	satisfaction	n=149	total	n=247
		M	SD	M	SD	M	SD
wisdom & knowledge	open-mindedness	5.45	1.03	5.23	1.03	5.32	1.03
	curiosity	5.59	.883	5.61	1.08	5.60	1.00
	love of learning	5.26	1.24	5.01	1.37	5.11	1.32
	creativity	4.96	1.25	5.01	1.28	4.99	1.26
	perspective	5.61	1.14	5.77	1.26	5.70	1.21
courage	bravery	5.25	1.29	5.28	1.28	5.27	1.28
	persistence	3.26	.725	3.39	.870	3.34	.817
	integrity	5.11	1.11	5.19	1.22	5.15	1.18
	vitality	4.00	1.00	4.31	1.06	4.19	1.05
humanity	love	5.06	.971	4.95	.968	5.01	.968
	kindness	3.98	1.01	4.06	1.11	4.03	1.07
	social intelligence	5.10	1.06	4.87	1.12	4.96	1.10
justice	citizenship	4.46	.890	4.55	.966	4.52	.936
	fairness	4.37	1.05	4.82	1.02	4.64	1.05
	leadership	4.51	1.17	4.67	1.21	4.60	1.20
temperance	forgiveness	4.71	1.10	4.81	1.20	4.77	1.16
	modesty	3.71	1.12	3.84	1.22	3.79	1.18
	prudence	4.15	.912	4.24	.990	4.20	.958
	self-regulation	4.38	.754	4.32	.861	4.35	.819
transcendence	appreciation of beauty and excellence	4.39	1.02	4.55	1.15	4.49	1.10
	gratitude	5.88	1.12	6.03	1.20	5.97	1.17
	hope optimism	4.89	1.10	4.84	1.24	4.86	1.18
	humor	5.35	1.07	5.04	1.18	5.16	1.15
	spirituality	4.68	1.29	5.08	1.28	4.92	1.30

기심, 개방성, 학구열, 통찰의 평균과 표준편차는 삶에 만족하는 집단이 불만족 집단보다 높게 나타났다. 용기 덕목의 용감성, 인내, 진정성, 활력의 평균과 표준편차도 삶에 만족하는 집단이 불만족 집단보다 높게 나타났다. 인간에 덕목의 친절을 제외한 사랑, 사회성은 삶에 만족하는 집단이 불만족 집단보다 높게 나타났다. 정의 덕목의 시민의식, 공정성, 지도력의 평균과 표준편차는 삶에 만족하는 집단이 불만족 집단보다 높게 나타났다. 절제 덕목의 자기조절을 제외한 용서, 겸손, 신중성의 평균과 표준편차는 삶에 만족하는 집단이 불만족 집단보다 높게 나타났다. 초월성 덕목의 희망·낙관성, 유머를 제외한 심미안, 감사, 영성은 삶에 만족하는 집단이 불만족 집단보다 높게 나타났다.

4.2 삶의 만족여부에 영향을 주는 성격적 강점 요인

삶의 만족여부에 영향을 주는 성격적 강점 요인을 독립변수로 하는 모형에 대한 통계적 유의성 및 집단 분류의 정확도를 로지스틱 회귀분석으로 분석하였다. 분석한 결과는 Table 4와 같다.

[Table 4] Model fit test and accuracy of life satisfaction classification

Observation	Affects the life satisfaction	Predictive value			
		dissatisfaction	affects the life satisfaction		Classification Accuracy (%)
			satisfaction	dissatisfaction	
			110	27	80.3
			46	50	52.1
		Total(%)			68.7
		χ^2 (Intercept model - model theory)	40.74(df=24, p=.018)		
		Hosmer and Lemeshow statistics	7.28(p=.506)		
		-2Log likelihood	275.01		
		Cox & Snell R^2	.160		
		Nagelkerke R^2	.216		

모형에 포함된 모든 독립변수의 회귀계수가 0인지에 대한 가설검증 결과, 절편만을 포함하고 있는 모형의 -2Log 우도와 연구자가 설정한 이론모형의 -2Log 우도의 차이를 나타내는 즉, 모형에 있어서 예측성 검증의 값인 χ^2 값은 40.74이고 유의확률은 .018로 성격적 강점의 하

위요인인 인간에 덕목의 사랑, 정의 덕목의 공정성, 초월성 덕목의 심미안, 유머, 영성에 의해 삶의 만족여부 여부를 예측하는 모형은 유의수준 .001에서 통계적으로 유의한 회귀모형이라고 할 수 있다. 종속변수의 변화량에 대한 설명력을 지닌 지수인 Nagelkerke R^2 은 .216으로, 성격적 강점의 하위요인이 삶의 만족 변화량의 21%를 설명한다고 할 수 있다. 그리고 로지스틱 회귀모형의 전체적인 적합도를 나타내는 Hosmer와 Lemeshow 검정값(7.28)이 유의수준 .05에서 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않기 때문에 수용할만한 수준의 모형이라고 할 수 있다.

이 모형에 의하여 삶의 만족여부를 정확하게 예측할 수 있는 예측률은 불만족의 경우 전체의 80.3%, 만족의 경우 전체의 52.1%가 정확히 분류되어 전체적으로는 68.7%의 높은 정확도를 나타내고 있다.

삶의 만족여부에 대한 개별 독립변수들의 통계적 유의성을 분석한 결과는 Table 5와 같다.

성격적 강점의 하위요인 중 인간에 덕목의 사랑(Wald = 4.07, p=.044), 정의 덕목의 공정성(Wald = 6.51, p=.011), 초월성 덕목의 심미안(Wald = 5.52, p=.019), 초월성 덕목의 유머(Wald = 3.96, p=.047), 초월성 덕목의

영성(Wald = 5.03, p=.025)이 유의수준 .05에서 삶의 만족여부에 유의하게 영향을 미치고 있는 것으로 분석되었다. 산출된 로지스틱 회귀모형식은 다음과 같다.

$$\text{Logit}(\text{life satisfaction}) = .754 + .354(\text{love}) + .300(\text{humor}) - .289(\text{spirituality}) - .362(\text{appreciation of beauty and excellence}) - .436(\text{fairness})$$

그러므로 성격적 강점 요인 중에서 사랑, 유머 점수가 높을수록 삶에 만족할 확률이 더 높아지며, 영성, 심미안, 공정성 점수가 낮을수록 삶에 만족할 확률이 높아진다. 삶의 만족 여부에 대한 영향력은 사랑, 유머, 영성, 심미안, 공정성 순으로 영향을 주는 요인이라는 것을 알 수 있다.

로지스틱 회귀분석에서 회귀계수(B)는 다른 독립변수들의 값을 일정하게 하였을 때 독립변수의 값이 1단위 증가하면 삶에 만족할 확률이 불만족할 확률보다 e^B 만큼 증가함을 의미한다. 따라서 다른 독립변수들의 점수가 동일하다고 할 때 각 독립변수에서 1점 높은 점수를 받은 성인은 삶에 만족할 확률이 불만족할 확률보다 성격적

[Table 5] Logistic Regression Analysis on life satisfaction

Primary factors of character strength		B	S.E.	Wald	Degree of freedom	P-value	Exp(B)
wisdom & knowledge	open-mindedness	.203	.163	1.558	1	.212	1.225
	curiosity	-.081	.170	.226	1	.634	.922
	love of learning	.202	.129	2.445	1	.118	1.224
	creativity	-.094	.139	.455	1	.500	.910
	perspective	.037	.141	.068	1	.794	1.038
courage	bravery	-.040	.139	.084	1	.772	.961
	persistence	-.051	.219	.053	1	.818	.951
	integrity	.064	.145	.196	1	.658	1.066
	vitality	-.347	.177	3.842	1	.051	.707
humanity	love	.354	.175	4.074	1	.044	1.425
	kindness	.132	.159	.684	1	.408	1.141
	social intelligence	.065	.152	.186	1	.667	1.068
justice	citizenship	-.145	.197	.546	1	.460	.865
	fairness	-.436	.171	6.511	1	.011	.647
	leadership	-.027	.144	.035	1	.852	.973
temperance	forgiveness	-.158	.144	1.205	1	.272	.854
	modesty	.065	.164	.157	1	.692	1.067
	prudence	-.114	.180	.400	1	.527	.892
	self-regulation	.307	.216	2.028	1	.154	1.360
transcendence	appreciation of beauty and excellence	-.362	.154	5.525	1	.019	.696
	gratitude	-.113	.144	.613	1	.434	.893
	hope · optimism	.184	.145	1.606	1	.205	1.202
	humor	.300	.151	3.960	1	.047	1.350
	spirituality	-.289	.129	5.039	1	.025	.749
	Constant	.754	1.834	.169	1	.681	2.126

강점의 하위요인 중 사랑에서 $e^{.35}=1.42$ 배 정도 높아진다고 예측할 수 있다. 이때 e 는 자연상수로서 2.718의 값을 가지며 $e^{.35}$ 은 $(2.718)^{.35}$ 으로 1.42이다. 따라서 삶에 만족하기 위해서는 성격적 강점 요인의 하위요인 중 사랑 점수를 높여야 한다. 또한 유머에서는 $e^{.30}=1.35$ 배 정도 높아진다고 예측할 수 있다. 이때 $e^{.30}$ 은 $(2.718)^{.30}$ 으로 1.35이다. 따라서 삶에 만족하기 위해서는 성격적 강점 요인의 하위요인 중 유머 점수를 높여야 한다. 영성에서는 $e^{-.28}=.74$ 배 정도 높아진다고 예측할 수 있다. 이때 $e^{-.28}$ 은 $(2.718)^{-.28}$ 으로 .74이다. 따라서 삶에 만족하기 위해서는 성격적 강점 요인의 하위요인 중 영성 점수를 낮추어야 한다. 감상력에서는 $e^{-.36}=.69$ 배 정도 높아진다고 예측할 수 있다. 이때 $e^{-.36}$ 은 $(2.718)^{-.36}$ 으로 .69이다. 따라서 삶에 만족하기 위해서는 성격적 강점 요인의 하위요인 중 심미안 점수를 낮추어야 한다. 공정성에서는 $e^{-.43}=.64$ 배 정도 높아진다고 예측할 수 있다. 이때 $e^{-.43}$ 은 $(2.718)^{-.43}$ 으로 .64이다. 따라서 삶에 만족하기 위해서는 성격적 강점 요인의 하위요인 중 공정성 점수를 낮추어야 한다.

5. 결론

본 연구의 목적은 대학생들의 삶의 만족여부에 영향을 주는 성격적 강점 요인을 알아보기 위한 것이다. 이에 대학생을 대상으로 한 설문조사를 토대로 삶의 만족여부에 따른 성격적 강점의 차이와 삶의 만족여부에 영향을 주는 성격적 강점 요인을 알아보려고 한다.

첫째, 삶의 만족여부에 따른 성격적 강점의 차이를 살펴본 결과 24개의 성격적 강점 중 인간에 덕목에서의 친절과 절제 덕목에서의 자기조절, 초월성 덕목에서의 희망·낙관성, 유머 강점 요인만이 삶에 만족하는 집단보다 불만족 집단이 높게 나타나고, 나머지 성격적 강점은 만족 집단에서 모두 높게 나타났다.

사람들은 현재의 상황이나 일반적인 선택 기준(연봉, 지위, 외모, 재산, 취미 활동)보다 자신의 강점과 일치하는 직업, 인간관계, 취미 활동을 선호했으며[4], 대학생을 대상으로 한 성격강점과 긍정심리치료가 행복에 긍정적인 영향을 미치며[9], 성격적 강점을 활용하는 경우 주관적 안녕감과 직무 만족도를 높일 수 있음을[26] 선행연구를 통해 보았다.

또한 삶의 만족도는 지혜 및 지식과 관련된 강점을 제외한 대부분의 강점들과 높은 상관을 보인다는 연구결과

[16, 24]와 유사하게 자신의 삶을 긍정적으로 보는 만족 집단이 불만족 집단에 비해 행복도가 높으며, 이는 본 연구에서 만족 집단이 불만족 집단에 비해 다양한 성격적 강점이 높게 나타난 결과와 유사하다.

둘째, 삶의 만족여부에 영향을 주는 성격적 강점요인을 살펴본 결과 성격적 강점의 하위요인중 인간에 덕목에서의 사랑, 정의 덕목에서의 공정성, 초월 덕목에서의 유머, 심미안, 영성이 삶의 만족여부에 유의하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 성격적 강점요인 중에서 인간에 덕목의 사랑과 초월성 덕목의 유머 점수가 높을수록 삶에 만족할 확률이 더 높아지며, 초월 덕목에서의 영성, 심미안, 정의 덕목의 공정성은 점수가 낮을수록 삶에 만족할 확률이 높아진다. 또한 삶의 만족에 대한 영향력은 사랑, 유머, 영성, 심미안, 공정성 순으로 분석되었다.

대학생을 대상으로 한 연구에서 심리적 안녕감에 영향을 미치는 성격적 강점은 영성, 사랑, 열정, 융감성, 용서, 지혜, 겸손의 순으로 나타났고, 영성이 가장 두드러지는 요인이었다[2]. 또한 대학생들의 행복지수에 유의미한 영향을 미치는 성격적 강점은 사랑, 친절, 인내, 희망의 순이었다[10].

이와 같은 결과는 본 연구에서의 사랑, 유머, 영성, 심미안, 공정성 순으로 분석된 결과와는 다소 차이가 있었지만 인간에 덕목에서의 사랑은 모두 공통된 결과를 나타내고 있었다. 인간에 덕목 중 사랑은 타인과의 친밀한 관계를 중시하며 나눔과 실천을 중시하는 대인관계적 강점으로 상대를 긍정적으로 바라보며, 경쟁보다는 함께 이루어나가는 능력과 함께 상대방의 밝은 면을 보고 유쾌한 농담으로 자연스러운 분위기를 이끌어내는 능력으로 타인의 기쁨과 함께 자신의 행복감을 높일 수 있음을 짐작해볼 수 있다.

삶의 만족도에 영향을 주는 성격적 강점으로 지성적 강점(학구열, 창의성, 판단력)보다 감성적 강점(열정, 감사, 희망, 사랑, 호기심)과 같은 요인이 더 밀접한 관계를 나타낸 것[16, 25]과 유사한 결과였다. 한편, 대학생들은 정의 덕목인 공정성과 초월 덕목의 영성, 심미안 점수가 낮을 때 삶의 만족도가 높았다. 정의 덕목의 공정성은 타인에 대해 편향적 감정을 개입하지 않고 모든 사람을 동등하게 대하는 강점 요인으로 인생의 완숙함을 갖춘 중·장년층시기에 갖출 수 있는 강점을 대학생 시기에 일반적인 강점으로 갖추기는 어렵다고 본다. 더군다나 치열한 경쟁과 사회로 나아가갈 준비를 끊임없이 해 나가야 하는 대학생들에겐 초월 덕목에서 영성과 감상력 또한 추상적인 강점으로 실질적으로 체감되지 않는 강점으로 느껴질 수 있다고 추측해 볼 수 있다.

반면 대학생활에서 원활한 대인관계 강점을 형성한다

거나 유머를 통해 인기를 얻고 어려운 시기를 긍정적인 마음자세로 바라볼 수 있는 등의 기회 획득을 위한 가능하고 구체적인 강점이 개발될 때 대학생의 삶의 만족도 또한 높아지는 것을 볼 수 있었다.

성인의 삶의 만족도에 유의미한 영향을 미치는 성격적 강점이 희망·낙관성, 용감성, 신중성, 열정인 것[8]에 반해 본 연구에서는 사랑, 공정성, 감상력, 영성이 삶의 만족도에 유의미한 영향을 주고 있는 것으로 나타나 성인과 대학생의 삶의 만족도에 영향을 주는 강점은 분명 다른 것으로 볼 수 있었다.

본 연구는 대학생들이 처한 시기적 특성에 따라 학습에 의해 개발 가능한 성격적 강점을 미리 파악하여 긍정적인 방향으로 지도해 나갈 때 향후 삶의 만족은 크게 높아질 것으로 본다. 성격적 강점은 행동으로 표현하고 발휘 할수록 더 향상되는 특성이 있어 일상생활에 기쁨이나 행복감을 느낄 수 있을 것이고 더 나아가 삶의 만족도는 점점 더 향상 되리라고 생각한다.

따라서 대학생들은 자신의 강점을 바탕으로 앞으로의 인생을 더욱 행복하게 시작하기 위하여 이에 맞는 교육이 필요하다고 본다. 본 연구에서 밝혀진 것과 같이 대학생들의 삶의 만족을 고취하기 위하여 사회 적응에 중요한 성격강점 개발 프로그램 참여나 강점 개발 활동, 강점에 맞는 진로 선택 등의 적절한 활동을 제공하여 대학생 스스로 자신의 성격적 강점에 맞는 진로선택을 함으로써 삶의 만족감을 느낄 수 있도록 하여야겠다.

끝으로 대학생들의 세부적인 전공별 영역의 차이에 따라 삶의 만족 여부에 영향을 주는 성격적 강점 요인의 후속연구가 이루어질 필요가 있겠다. 본 연구에서는 설문에 참여한 인원이 적어 지역적으로 고르게 분포된 연구대상자의 확충이 보완되어야 하겠다.

References

- [1] K. K. Chon, K. H. Kim, & J. S. Yi "Development of the revised life stress scale for college students," The Korean Journal of Health Psychology, 5, 316-335, 2000.
- [2] W. J. Moon "The Influence of the University student's Character Strengths upon the Scholastic Achievements and Psychology Well-Being," Unpublished master's thesis, Keimyung University, 2010.
- [3] Medley, "Satisfaction with life among person sixty-five years and older," Journal of Gerontology, 31(4), 448-455, 1976.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1093/geronj/31.4.448>
- [4] M. E. P. Seligman "Authentic happiness," New York: Free Press, 2002.
- [5] M. E. P. Seligman & M. Csikszentmihalyi "Positive psychology, An Introduction," American Psychologist, 55, 5-14, 2000.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- [6] T. S. Kim "Verification of the effect on the Positive Group Psychological Counselling Program for higher grade students of elementary school on test anxiety and learning motivation," Unpublished master's thesis, Korea University, 2011.
- [7] B. G. Son "Influence of Character Strengths on Military Life Satisfaction," Unpublished master's thesis, Seoul National University, 2009.
- [8] E. M. Choi "The Influence of Character Strengths upon Adult Life Satisfaction and Subjective Happiness," Unpublished master's thesis, Keimyung University, 2009.
- [9] Y. J. Lim "The Influence of Character Strengths and a Strengths-Based Positive Psychotherapy on Happiness," Unpublished doctorate thesis, Seoul National University, 2010.
- [10] G. H. Im "The Relationship between Character Strength and Happiness of University Students," Unpublished master's thesis, Wonkwang University, 2013.
- [11] J. Y. Kim "The influence of character strengths on positive mental health," Unpublished doctorate thesis, Seoul National University, 2011.
- [12] Y. J. Choi "Development of a Program to enhance Happiness for the Early childhood Teachers : Based on Seligman's Character Strengths," Unpublished doctorate thesis, Sungkyunkwan University, 2009.
- [13] G. B. Cho "A study on the determinants of elderly life satisfaction," Unpublished doctorate thesis, Mokpo National University, 2005.
- [14] M. E. P. Seligman, T. Rashid, & A. C. Park "Positive psychotherapy," American Psychologist, 11, 774-788, 2006.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.61.8.774>
- [15] A. Caspi & P. Silva "Temperamental qualities at age 3 predict personality traits in young adulthood: Longitudinal evidence from a birth cohort," Child Development, 66, 486-498, 1995.
DOI: <http://dx.doi.org/10.2307/1131592>
- [16] N. Park, C. Peterson, & M. E. P. Seligman "Strengths of character and well-being," Journal of Social and Clinical Psychology, 23, 603-619, 2004.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.23.5.628.50749>

- [17] S. J. Lopez & C. R. Synder "Positive Psychological Assessment: A handbook of models and measures," APA, 2003.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/10612-000>
- [18] R. C. Roberts "Forgivingness," American Philosophical Quartely, 32, 89-306, 1995.
- [19] C. Peterson & M. E. P. Seligman "Character strengths and virtues: A handbook and classification," New York: Oxford University Press/Washington, DC: American Psychological Association, 2004.
- [20] B. Black "The road to recovery," Gallup Management Journal, 1(4), 10-12, 2001.
- [21] M. E. P. Seligman, T. A. Steen, N. Park, & C. Peterson "Positive psychological progress," American Psychologist, 9, 99-102, 2005.
- [22] M. E. P. Seligman "Positive psychology, positive prevention, and positive therapy," In C. P. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology. New York: Oxford University Press, 2002.
- [23] J. K. Harter "Gage Park High School research study," Princeton, NJ: The Gallup Organization, 1998.
- [24] N. Park, C. Peterson, & M. E. P. Seligman. "Strengths of character and well-being among youth," Unpublished manuscript, University of Ghode Island, 2005.
- [25] N. Park, & C. Peterson "The Values in Action Inventory of Character Strengths for Youth," In K. A. Moore, & L. H. Lippman (Eds.), What do children need to flourish? Conceptualizing and measuring indicators of positive development(pp. 13-23). New York: Springer, 2005.
DOI: http://dx.doi.org/10.1007/0-387-23823-9_2
- [26] H. M. Kim "Effects of Maximizing Emotional Workers Character Strengths on their Subjective Well-Being and Job Satisfaction," Unpublished master's thesis, Keimyung University, 2012.
- [27] S. M. Kwon "Psychology of Human Relationships," Seoul: Hakjisa, 2004.
- [28] M. E. P. Seligman "Positive Psychology," 2004, Seoul: Mulpure(I. J. Kim, Trans. 2006).
- [29] S. G. Kim, D. B. Jung, & Y. S. Park. "Regression and its Applications using SASS," Hannarae Academy, 2008.

백 옥 경(Baek, Ok-Kyung)

[정회원]



<관심분야>
교육심리, 진로코칭

- 2010년 8월 : 국민대학교 교육대학원 상담심리학과 (상담심리학 석사)
- 2011년 3월 ~ 현재 : 상명대학교 교육학과 (교육심리학박사 과정)
- 2006년 1월 ~ 현재 : V.O.M 교육연구소 소장

김 청 자(Kim, Chung-Ja)

[정회원]



<관심분야>
교육학, 교육심리

- 1978년 2월 : 고려대학교 교육대학원 (상담심리석사)
- 1994년 2월 : 성신여자대학교 대학원 (교육심리박사)
- 1978년 3월 ~ 1982년 2월 : 상명여자대학교 사범대학 교직과 교수
- 1982년 3월 ~ 현재 : 상명대학교 사범대학 교육과 교수