

부부의 행복추구경향과 행복증진활동이 삶의 만족도에 미치는 영향: 자기효과와 상대방효과를 중심으로*

임 정 하¹⁾

김 경 민²⁾

강 현 지³⁾

조 은 영⁴⁾

고려대학교 가정교육과

고려대학교 생활과학연구소

본 연구는 한국 성인 부부를 대상으로 행복추구경향과 행복증진활동이 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과를 살펴보고자 수행되었다. 이를 위해 서울 및 경기 지역에 거주하는 30대, 40대, 50대 부부 276쌍을 대상으로 질문지법을 활용해 자료를 수집하였다. 자료분석에 대응표본 *t* 검증, 상관분석, APIMeM 검증을 실시하였다. 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 행복추구경향 중 의미를 추구하는 경향은 남편집단이 아내집단보다 높았다. 행복증진활동 중 성취지향활동은 남편들이 아내들보다 더 자주 했고, 공동체활동 및 관계중심활동은 아내들이 남편들보다 더 자주 했다. 삶의 만족도는 남편집단이 아내집단보다 높았다. 둘째, 남편과 아내 모두 행복추구경향이 행복증진활동을 통해 삶의 만족도에 영향을 미치는 자기효과가 나타났고, 행복증진활동의 매개효과가 유의하였다. 아내의 행복증진활동은 남편의 삶의 만족도에 영향을 미쳐 상대방효과가 나타났으나, 남편의 행복증진활동은 아내의 삶의 만족도에 영향을 미치지 않아 상대방효과가 나타나지 않았다. 본 연구의 결과는 추후 부부를 대상으로 한 연구에 기초 자료를 제공하고, 부부교육이나 삶의 만족 증진을 위한 프로그램 개발에도 도움을 줄 것으로 기대된다.

주요어 : 부부, 행복추구경향, 행복증진활동, 삶의 만족도, 자기-상대방 상호의존 매개 모형

* 이 연구는 2017년도 고려대학교 사범대학 특별연구비 지원을 받아 수행되었음.

1) 고려대학교 사범대학 가정교육과, 교수

2) 고려대학교 생활과학연구소, 연구원

3) 고려대학교 생활과학연구소, 연구원

4) 교신저자 : 고려대학교 생활과학연구소, 연구원 (E-mail: gazi8332@korea.ac.kr)

I. 서론

부부는 두 개인이 모여 만든 하나의 체계로 보다 상위의 가족체계를 구성한다. 가족체계이론에 따르면 부부는 각각의 독립적인 존재라기보다 부부체계 안에서 서로가 서로에게 영향을 주고받는 유기적인 존재이다(White, Klein, & Martin, 2015). 즉 이 체계 안에서 개인의 신념이나 행동은 개인 자신뿐 아니라 배우자인 상대방에게도 영향을 미친다는 것이다. 따라서 부부체계에 속한 개인을 제대로 이해하기 위해서는 개인 수준 뿐 아니라 부부 수준에서 남편과 아내의 특성을 모두 고려하는 접근법이 요구된다(Goodman & Shippy, 2002). 부부를 대상으로 한 기존 연구들은 배우자의 신념이나 행동이 직접적 영향을 미치는 결혼만족도를 중심으로 주로 수행되었다(박운주, 김병석, 2013; 연규진, 연문희, 양지웅, 2013; Givertz, Segrin, & Wozidlo, 2016; Ledermann, Bodenmann, Rudaz, & Bradbury, 2010; Shafer, Jensen, & Larson, 2014; Stafford, 2016). 이들 연구는 남편과 아내가 서로의 결혼만족도에 상호적으로 직접 영향을 미친다는 점을 확인하고 이러한 영향력과 관련된 개인의 특성을 파악하는 데 기여하였다. 본 연구에서는 결혼만족도를 보다 다양한 맥락에서의 만족 정도를 나타내는 삶의 만족도로 확장하여 부부체계의 상호적 영향력을 살펴보고자 한다. 인간의 삶은 다층면적인 특성이 있고, 개인은 삶의 여러 맥락들에 존재하므로 다양한 맥락의 특성을 통합적으로 고려해 부부의 삶에 대한 만족도와 상호영향력을 알아보고자 한다.

삶에 대한 만족도는 개인이 처해 있는 다양

한 맥락에서 자신의 삶에 만족하는 정도를 인지적으로 평가한 것이다. 즉 삶의 만족도란 개인의 기준과 현재 상황에 근거한 인지적이고 판단적인 과정으로 개인 삶 전반에 대한 통합적이며 포괄적인 평가이다(Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). 따라서 본 연구에서는 삶의 만족도를 개인의 신체적, 심리적, 사회적, 환경적 영역에 대한 주관적 만족 정도나 욕구 충족 정도에 대한 개인적인 지각으로 개념화하고자 한다. 삶의 만족도에 관해 부부를 대상으로 수행된 기존 연구들(김승주, 정영숙, 2014; 조윤주, 한준아, 김지현, 2012; 주수산나, 전해정, 2014)을 소수 찾아볼 수 있으나 이들은 부부를 하나의 체계로 보고 통합적으로 다루지 않았다는 한계를 가지고 있다.

삶에 대한 만족은 추구해야 하는 목표라기 보다는 삶의 과정을 거치며 자연스럽게 생겨나게 되는 결과로서의 산물이다. 이는 개인이 자신의 삶에서 인지적으로 무엇을 추구하고 어떻게 행하는지에 영향을 받으며, 이러한 일련의 과정에 대한 결과를 개인이 얼마나 만족스럽게 생각하는지를 나타낸다고 볼 수 있다. 더욱이 부부체계에서는 이러한 일련의 과정이 진행될 때 개인 자신뿐 아니라 배우자인 상대방의 영향을 간과할 수 없으므로, 개인 수준의 삶에 대한 만족도를 살펴보는 경우에도 개인 자신과 배우자인 상대방의 생각과 행동을 모두 고려할 필요가 있다. 즉 부부가 상호의 존적 관계임을 고려할 때 삶의 만족도를 살펴봄에 있어 부부가 서로 영향을 주고받는 경로를 살펴본다면, 기혼자의 삶에 대한 만족도를 이해하는 데 도움이 될 것이다.

삶의 만족도를 이해하는데 있어 행복은 함

게 고려해야하는 요소임에는 틀림없다. 삶의 만족과 행복의 관계를 보여주는 기존의 연구들도 이를 지지하고 있다(한의진, 황보명, 2016). 행복과 관련된 인지적 특성이나 행동적 특성은 삶의 만족도를 향상시키기 때문이다. 특히, 부부를 대상으로 개인의 행복관련 특성이 자신뿐만 아니라 배우자의 삶의 만족에 미치는 영향을 살펴보는 것은 부부라는 체계 내에서 개인의 삶의 만족에 대한 정보를 제공해 준다는 점에서 중요하다. 부부라는 공동체는 상호의존적인 관계를 가지고 있는 집단으로, 개인의 행복이 자신의 삶의 만족도뿐만 아니라 상대방의 삶의 만족도에도 영향을 미칠 수 있다. 따라서 부부의 행복관련 특성과 삶의 만족과의 관계를 구체적으로 살펴보기 위해서는 개개인의 행복과 관련된 인지적이고 행동적인 측면이 개인뿐만 아니라 배우자의 삶의 만족에도 미치는 영향을 살펴보는 것이 중요하다. 이러한 관련성을 파악하는 것은 향후 부부상담 및 부부교육 프로그램에서도 각 개인의 행복 관련 특성의 영향력에 대해 알려줄 수 있다는 점에서도 중요하다고 판단된다.

본 연구에서는 개인이 삶에 만족하는 정도가 개인 자신과 배우자인 상대방이 인지적으로 행복을 추구하는 경향의 영향을 받을 것인지, 행복을 증진시킬 수 있는 자발적, 의도적 활동의 영향을 받을 것인지에 대해 알아보고자 한다. 먼저, 개인이 행복을 추구하는 경향과 이와 관련된 자발적 행동이 개인 자신의 삶에 대한 만족을 높이는지에 대해 살펴보고자 한다. 행복추구경향은 자신의 행복을 위해 즐거움이나 의미, 몰입을 추구하는 경향을 말한다(Peterson, Park, & Seligman, 2005). 개인이

행복을 추구하는 경향이 높을수록 삶에 대한 만족이나 행복감 등이 높은 것으로 알려져 있다(Vella-Brodrick, Park, & Peterson, 2009). 국내에서 성인을 대상으로 한 연구들에서도 즐거움을 추구하는 경향이 높을수록 심리적 안녕감이 높았고, 일상생활에서 긍정 정서를 많이 경험하였다(김경민, 임정하, 2012; 황혜선, 2010). 또한, 성인들이 삶의 의미를 발견하고 자기실현적 행복을 추구하는 경향이 높을수록, 자신의 성격 강점과 잠재력을 최대한 발휘하여 자기실현을 이루고자하는 경향이 높을수록 삶의 만족도와 주관적 안녕감이 높은 것으로 나타났다(황재원, 김계현, 2009). 따라서 개인이 행복을 추구하는 경향은 자신의 삶에 대한 만족도에 긍정적으로 영향을 미칠 것으로 기대할 수 있다. 나아가, 개인의 태도나 생각은 행동에 영향을 미쳐 특정 결과로 이어지므로(Sample & Warland, 1973), 행복추구경향은 이를 일상에서 실제 경험하고자 하는 행동적 측면 및 그 결과인 삶의 만족도와 밀접히 관련될 것으로 예측된다. 어떤 식으로든 행복을 추구하고자 하는 경향성이 높은 개인은 자신의 행복을 증진시킬 수 있는 자발적, 의도적 행동을 보다 적극적으로 선택하고 수행할 가능성이 높으며, 이러한 수행과정은 다시 긍정 정서를 경험하게 하고 행복감을 느끼게 하여 삶에 대한 만족을 높게 만드는데 기여할 것이다.

본 연구에서 행복증진활동은 일상 속에서 대인관계, 여가취미, 성취 등 개인이 자발적으로 선택하여 수행하는 다양한 활동을 말한다(Henricksen & Stephens, 2013). 개인의 행복에 있어 자발적이고 의지적인 활동은 매우 중요하다. 이는 Lyubomirsky, Sheldon과 Schkade(2005)

가 인간의 행복 수준에 영향 미치는 요인을 토대로 제시한 행복 모델에도 잘 나타나 있다. 이 모델에 따르면 인간의 행복 수준 중 60%는 타고난 유전적 기준점과 개인이 처한 상황적 요인에 의해 결정되는데, 이들 특성은 잘 변하지 않거나 일시적으로는 행복감을 높인다 하더라도 쉽게 원래의 상태로 돌아가게 되는 경향이 있다. 행복 수준의 나머지 40%는 개인의 의도적 활동(intentional activity)에 의해 결정된다. 즉 일상에서 그 종류가 다양한 개인의 의도적 활동은 자신의 자유 의지에 따라 선택하고 종료할 수 있기 때문에 유전적 기준점이나 상황적 요인에 비해 지속적으로 행복을 향상시키고 그 수준을 유지시키는 데에 기여할 수 있다(Boehm & Lyubomirsky, 2009). 선행연구에 따르면, 개인이 일상에서 자발적으로 선택한 의도적 활동을 많이 할수록 주관적 안녕감이 높았다(조미경, 2015; Henricksen & Stephens, 2013). 또한, 가족과 시간을 많이 보내고 대화를 자주하는 대인관계 활동, 직장 생활에 충실하고 자기계발을 위해 노력하는 성취관련 활동, 문화와 여가를 즐기는 여가취미 활동은 모두 양질의 삶과 관련이 있는 것으로 나타났다(임미향, 박영신, 김의철, 2005). 이에 개인이 행복을 추구하는 경향성은 삶에 대한 만족에 직접적으로 영향을 미치고, 일상의 자발적, 의도적 활동을 통해서도 삶에 대한 만족에 영향을 미칠 것으로 예측된다.

다음으로, 부부체계에서 개인의 행복추구경향이나 행복증진활동이 배우자인 상대방의 삶에 대한 만족도에도 영향을 미치는지 알아보려 한다. 부부관계나 이성관계와 같이 지속적인 상호작용을 하는 관계의 맥락을 고려해

분석한 연구들(김시연, 서영석, 2010; 설경옥, 백상은, 원수경, 황여주, 2016; 주수산나, 전해정, 왕순경, 2015; Carr, Freedman, Cornman, & Schwarz, 2014; Furler, Gomez, & Grob, 2013; Vedes et al., 2016)에 따르면 개인의 만족도나 행복감에는 자신의 특성이나 행동뿐 아니라 배우자의 특성이나 행동도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 예를 들어, 개인이 이성과 감정을 구분하는 능력이 높을수록 자신뿐 아니라 배우자의 행복감도 높은 것으로 나타났다(주수산나 등, 2015). 특히 부부체계를 구성하는 남편이나 아내의 행동은 체계의 환경에 영향을 미쳐 배우자에게 영향을 미치므로(White et al., 2015), 인지적 측면인 행복추구경향에 비해 겉으로 드러나는 의도적 행동인 행복증진활동은 배우자인 상대방의 삶에 대한 만족도에 보다 큰 영향을 미칠 것으로 예측된다.

본 연구에서는 개인의 행복추구경향과 행복증진활동이 자신과 상대방의 삶의 만족도에 미치는 영향을 자기-상대방 상호의존 매개 모형(actor-partner interdependence mediation model, APIMeM)을 사용하여 분석하고자 한다. 이 모형은 상호 연관성이 높은 관계의 자료를 분석할 때 적절한 것으로 Kenny, Kashy와 Cook (2006)의 자기-상대방 상호의존 모형(actor-partner interdependence model, APIM)을 확장해 매개효과까지 포함해 분석하도록 한 것이다. 이를 이용해 행복추구경향이 행복증진활동을 매개로 자신과 배우자의 삶의 만족도에 영향을 미치는지 살펴볼 수 있을 것이다. 이에 본 연구에서는 자기-상대방 상호의존 매개 모형을 사용하여 행복추구경향과 행복증진활동이 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과

를 알아보고 이와 더불어 구체적으로 어떠한 경로를 통해 부부 개인의 삶에 대한 만족도에 영향을 미치는지 살펴보고자 한다. 여기서 자기효과(actor effect)는 개인의 행복추구경향과 행복증진활동이 자신의 삶의 만족에 미치는 영향을 의미하고, 상대방효과(partner effect)는 개인의 행복추구경향과 행복증진활동이 배우자의 삶의 만족에 미치는 영향을 의미한다.

한편, 행복추구경향과 행복증진활동에서의 부부 간 차이에 대한 정보는 한국 부부의 행복과 관련된 신념 및 행동에 대한 일반적 경향성을 이해하는데 도움을 줄 수 있다. 나아가 부부 상담이나 교육 프로그램에서 부부가 서로를 이해하는 기본 정보로 활용될 수 있을 것이다. 그럼에도 불구하고 행복추구경향과 행복증진활동에서의 부부 간 차이에 대한 연구는 찾아보기 힘든 실정이다. 기존 연구에서는 부부간 차이가 아닌 성별에 따른 차이를 살펴본 바 있다. 행복추구경향의 경우, 대학생들을 대상으로 성차를 살펴보았거나(김경민, 임정하, 2012; 황재원, 김계현, 2009), 행복추구경향의 일부인 의미추구경향(이승화, 민경화, 2015)이나 몰입경향(이요행, 김윤정, 오세진, 2005)에 있어서 성차를 살펴본 연구들 정도를 찾아볼 수 있다. 행복증진활동 역시 여러 활동들 중 선택적으로 성취활동이나 개인적 관계중심활동에서 나타나는 성차를 살펴본 연구들이 있는 정도이다(정보미, 2011; Tkach & Lyubomirsky, 2006). 이들은 남성과 여성의 차이에 대한 정보만을 제공할 뿐이어서, 이를 통해 부부라는 상호의존적 상황에 있는 남편과 아내의 차이를 살펴보는 데는 한계가 있다. 삶의 만족도의 경우는 남편과 아내 간 차이를

밝히려는 시도가 있어 왔으나, 연구결과는 비 일관적으로 나타났다. 일부 연구(고정자, 김갑숙, 1999; 김경애, 황혜원, 2010)에서는 남편들보다 아내들의 삶에 대한 만족도가 더 높은 것으로 나타났고, 다른 연구(강수경, 최지현, 정미라, 2015; 조윤주 등, 2012)에서는 아내들보다 남편들의 삶의 만족도가 더 높은 것으로 나타났다. 이에 본 연구에서는 행복추구경향과 행복증진활동의 부부 간 차이를 살펴보고, 삶의 만족도에서의 부부 간 차이도 다시 검토해 보고자 한다.

종합하면 본 연구에서는 먼저, 한국 성인 부부를 대상으로 행복추구경향, 행복증진활동 및 삶의 만족도에서의 남편과 아내의 차이를 살펴보고자 한다. 다음으로, 행복추구경향이 행복증진활동을 매개로 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴보는데 있어서 자기 효과와 상대방 효과를 함께 알아보고자 한다. 이는 개인의 삶에 대한 만족을 이해함에 있어 부부체계 내 아내와 남편의 상호 영향력과 구체적 경로에 대한 정보를 제공할 것으로 기대된다.

본 연구의 문제와 검증하고자 하는 연구모형은 다음과 같다(그림 1 참조).

연구문제 1. 개인의 행복추구경향, 행복증진활동과 삶의 만족도는 부부간 차이가 있는가?

연구문제 2. 부부의 행복추구경향과 행복증진활동이 삶의 만족도에 미치는 영향은 어떠한가?

2-1) 부부의 행복추구경향과 행복증진활동이 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방효과는 어떠한가?

2-2) 부부의 행복추구경향과 삶의 만족도의 관계를 행복증진활동이 매개하는가?

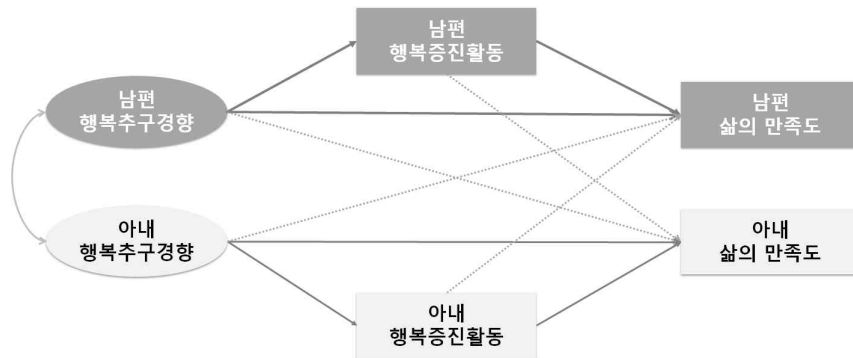


그림 1. 연구모형

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 서울과 경기 지역에 거주하는 자녀가 있는 30대, 40대, 50대 부부 276쌍을 대상으로 하였다. 30~50대는 60대 이상에 비해 자녀 양육이나 직업적 성취 등의 다양한 발달 과업을 부부가 함께 수행해 가야 하는 단계로, 부부체계 내 개인의 인지적 특성과 행동적 특성이 배우자의 삶의 만족에 영향을 미칠 가능성이 보다 높다고 판단되어 이 시기의 부부를 대상으로 표집하였다.

본 연구대상의 전체 평균 연령은 44.06세($SD = 6.85$)이었다. 구체적으로 살펴보면 남편의 평균 연령은 45.25세($SD = 6.91$)이었고, 그 중 30대가 75명(27.2%), 40대가 117명(42.4%), 50대가 84명(30.4%) 이었다. 아내의 평균 연령은 42.86세($SD = 6.59$)이었고, 그 중 30대가 99명(35.9%), 40대가 130명(47.1%), 50대가 47명(17.0%)이었다. 자녀수는 두 명(63.0%)이 가장 많았고, 한 명(24.3%), 세 명(12.3%), 네 명 이상(0.4%) 순으로 많았다. 남편의 경우 종교가

있는 사람(56.9%)이 종교가 없는 사람(42.8%)보다 더 많았고, 아내의 경우에도 종교가 있는 사람(61.2%)이 종교가 없는 사람(38.0%)보다 더 많았다. 남편의 교육수준은 대학교 졸업(53.3%), 대학원 이상(22.8%), 전문대학 졸업(12.7%), 고등학교 졸업(9.8%), 중학교졸업(0.7%) 순으로 나타났다. 아내의 교육수준은 대학교 졸업(52.5%), 고등학교 졸업(18.8%), 대학원 이상(16.3%), 전문대학 졸업(11.2%), 중학교 졸업(0.7%) 순으로 나타났다. 남편의 직업은 사무종사자(44.9%), 전문직(15.2%), 관리자 및 고위임원(10.1%) 순으로 많았고, 아내의 직업은 가정주부(49.3%), 전문직(19.9%), 사무종사자(10.5%) 순으로 많았다.

2. 측정도구

행복추구경향

본 연구에서는 Peterson 등(2005)이 개발한 행복추구경향 질문지(Orientations to Happiness Questionnaire, OHQ)를 김경민과 임정하(2012)가 번안한 후 대학생들을 대상으로 타당화한 척도를 사용하였다. 행복추구경향 척도는 즐거움

추구경향 6문항, 의미추구경향 6문항, 몰입추구경향 6문항으로, 전체 18문항으로 구성되어 있다. 즐거움추구경향은 긍정적 정서를 많이 느낄 수 있는 삶을 추구하는 경향을 의미한다(예시문항: '나에게 좋은 인생은 곧 유쾌한 인생이다' 등). 의미추구경향은 내적 자기에 대한 충실한 삶을 추구하며 자기실현적 행복을 추구하는 경향을 말한다(예시문항: '나는 세상을 좀 더 나은 곳으로 만들고자 하는 책임감을 가지고 있다' 등). 몰입추구경향은 몰입을 통해 자신의 성격 강점과 잠재력을 최대한 발휘하여 자기실현을 이루고자하는 경향이다(예시문항: '나는 항상 내가 하는 일에 아주 푹 빠진다' 등). 각 문항에 대해서 '나와 아주 비슷하다(5점)', '나와 비슷하다(4점)', '보통이다(3점)', '나와 다르다(2점)', '나와 아주 다르다(1점)'까지 Likert 5점 척도로 응답하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 해당 요인의 경향이 높음을 의미한다. 본 연구에서 각 하위요인별 Cronbach's α 는 즐거움추구경향 .72, 의미추구경향 .79, 몰입추구경향 .68로 나타났다. 남편의 경우, 하위요인별 Cronbach's α 는 .67~.80, 아내의 경우, .70~.77로 나타났다.

행복증진활동

본 연구에서는 Henricksen과 Stephens(2013)가 개발한 행복증진활동 질문지(Happiness-Enhancing Activities and Positive Practices Inventory, HAPPI)를 임정하, 김경민, 조은영, 강현지(2016)가 번안 및 수정하여 성인을 대상으로 타당화한 척도를 사용하였다. 행복증진활동 척도는 대인관계, 여가취미, 성취 등의 행복과 관련된 다양한 활동을 개인이 자발적

으로 선택하여 얼마나 자주 수행하는지를 평가한다. 행복증진활동 척도는 성취지향활동 5문항, 여가취미활동 4문항, 공동체활동 3문항, 개인적 관계중심활동 4문항으로 총 16문항으로 구성되어 있다. 성취지향활동에는 도전정신을 요하며, 성취감을 느낄 수 있고, 개인의 목표를 이루기 위해 노력하는 성취와 관련된 활동들이 포함되어 있다(예시문항: '도전정신이 요구되는 활동을 한다' 등). 여가취미활동에는 즐겁고 재미있는 일을 하는 것, 혼자 시간을 보내며 취미 생활을 하는 것 등이 포함되어 있다(예시문항: '내가 하고 싶은 일을 하며 혼자만의 시간을 보낸다' 등). 공동체활동에는 종교 및 봉사 활동, 유사한 관심사를 가진 사람들을 만나는 활동 등 공동체에 속해서 다른 사람들과 함께 하는 활동들이 포함되어 있다(예시문항: '나와 유사한 관심사를 가진 사람들을 만난다' 등). 개인적 관계중심활동에는 가족이나 친구와 같이 개인적으로 가까운 관계에 있는 사람들과 함께 하는 활동들이 포함되어 있다(예시문항: '가족과 대화를 나누거나 함께 시간을 보낸다' 등). 각 문항에 대해서 '매우 자주한다(4점)', '자주한다(3점)', '보통이다(2점)', '별로 하지 않는다(1점)', '전혀 하지 않는다(0점)'까지 Likert 5점 척도로 응답하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 해당 요인 관련 활동을 자주 하고 있음을 의미한다. 본 연구에서 행복증진활동 전체 Cronbach's α 는 .84이었으며, 하위요인별로는 성취지향활동 .78, 여가취미활동 .68, 공동체활동 .73, 개인적 관계중심활동 .76로 나타났다. 남편의 행복증진활동 전체 Cronbach's α 는 .83이었고, 하위요인별로는 .62~.76, 아내의 행복증진활동 전체

Cronbach's α 는 .86이었고, 하위요인별로는 .72 ~ .76으로 나타났다.

삶의 만족도

본 연구에서는 삶의 만족도를 측정하기 위하여 한국판 세계보건기구 삶의 질 척도(Korean version of World Health Organization Quality of Life assessment instrument)를 사용하였다. 이 척도는 세계보건기구 삶의 질 척도(World Health Organization, 1995)를 민성길, 김광일, 박일호(2002)가 번안한 후 타당화하였다. 삶의 질 척도는 한 개인이 살고 있는 문화권과 가치체계의 맥락 안에서 자신의 목표, 기대, 규범, 관심과 관련하여 자신의 상태에 대해 어떻게 지각하는지 평가하는 것이다. 즉, 삶의 질 전체 점수가 높을수록 개인이 지각하는 삶의 신체적, 심리적, 사회적, 환경적 영역의 만족도가 높고 욕구가 충족되었음을 의미한다. 이 척도는 '당신은 삶의 질에 대해 만족하고 있습니까?' 등의 문항으로 이루어져 있어 각 문항에 대한 응답치와 하위요인별 점수는 개인이 삶의 다양한 영역에서 얼마나 만족하고 있는지를 평가하는 것으로 볼 수 있다. 본 척도는 신체적 삶의 질 7문항, 심리적 삶의 질 24문항, 사회적 삶의 질 12문항, 환경적 삶의 질 8문항, 총 51문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대해서 '매우 많이 그렇다'(5점), '매우 그렇다'(4점), '그렇다'(3점), '약간 그렇다'(2점), '전혀 그렇지 않다'(1점)까지 Likert 5점 척도로 응답하도록 되어 있다. 본 연구에서 삶의 질 전체 Cronbach's α 는 .96으로 나타났고, 남편의 경우 .95, 아내의 경우 .96으로 나타났다.

3. 연구절차

본조사에 앞서 서울에 거주하는 성인 30명을 대상으로 예비조사를 실시하였다. 예비조사를 통해 설문에 대한 문제점을 검토하고 이를 바탕으로 설문지를 수정 및 보완하였다. 그 후 본조사는 서울 및 경기 지역에 소재한 어린이집 및 초·중·고·대학교를 통해, 교사에게 사전에 협조를 구한 뒤 학생들을 통해 학부모들에게 설문을 실시하였다. 배부 전 연구내용과 설문지 작성 요령 및 비밀 보장에 대하여 설명하도록 하였고, 학부모들이 참여에 동의한 경우 직접 표기하는 방식으로 이루어졌다. 설문지 작성요령에는 부부가 각각 설문지에 답하고, 배우자의 설문지를 대신 작성하지 않도록 당부하는 내용도 포함하였다. 총 942부의 설문지를 배부하여 770부(81.74%)의 설문지가 회수되었다. 이 중 불성실하게 응답된 설문지(28부), 연구대상에 속하지 않는 연령집단(30부), 부부 중 남편과 아내 둘 중 하나라도 설문에 응답하지 않은 경우(160부)를 제외한 후, 최종적으로 552부(부부 276쌍)를 분석에 사용하였다.

4. 자료분석

본 연구에서 사용한 자료분석 방법은 다음과 같다. 첫째, 연구대상자의 일반적 특성을 알아보기 위해 기술통계치를 산출하였다. 둘째, 부부간 행복추구경향과 행복증진활동 및 삶의 만족도의 차이를 알아보기 위해 대응표본 t 검증을 실시하고 효과크기 지표인 Cohen의 d 값을 산출하였다. 셋째, 주요 변인들 간

의 관련성을 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였다. 넷째, 행복추구경향의 측정모형이 적절한지 확인하였다. 다섯째, 부부의 행복추구경향과 삶의 만족도 간의 관계를 행복증진활동이 매개하는지 확인함과 동시에 자기효과와 상대방 효과를 알아보기 위하여 Ledermannn, Macho와 Kenny(2011)가 제안한 APIMeM (actor-partner interdependence mediation model)을 적용하여 분석하였다. 연구모형의 적합도를 확인하기 위하여 χ^2 값 외에 IFI(incremental fit index), TLI (Tucker-Lewis index), CFI(comparative fit index), RMSEA(root mean square error of approximation)를 확인하였다. 그리고 매개효과가 통계적으로 유의한지 확인하기 위하여 부트스트랩 기법을 적용하였다. 본 연구에서는 원자료($N = 276$)로부터 500개의 표본을 생성하여 신뢰구간 95%에서 간접효과의 유의도를 검증하였다. Shrout와 Bolger(2002)의 제안에 따라 신뢰구간에 0이 포함되지 않을 경우 통계적으로 유의한 것으로 판단하였다. 이상의 분석에는 SPSS 21.0와 Amos 18.0을 이용하였다.

III. 결과 및 해석

1. 부부의 행복추구경향, 행복증진활동, 삶의 만족도의 일반적 경향과 평균 차이

먼저, 부부의 행복추구경향, 행복증진활동과 삶의 만족도의 일반적 경향을 알아보기 위해 평균과 표준편차를 산출하였다. 그 결과는 표 1에 제시되어 있다. 행복추구경향의 경우 남편집단과 아내집단 모두 몰입추구경향, 의미

추구경향, 즐거움추구경향 순으로 높았다. 행복증진활동의 경우 남편집단은 성취활동, 개인적 관계중심활동, 여가취미활동, 공동체활동 순으로 높았고, 아내집단은 개인적 관계중심활동, 여가취미활동, 성취활동, 공동체활동 순으로 높았다.

다음으로, 부부간 차이가 통계적으로 유의한지를 알아보기 위해 대응표본 t 검증을 실시하였다. 그 결과, 행복추구경향의 하위요인 중 의미추구경향은 남편집단($M = 3.61, SD = .61$)이 아내집단($M = 3.52, SD = .56$)보다 더 높았다($t = 2.05, p < .05, \text{Cohen's } d = .15$). 즉, 남편들이 아내들보다 자기에 대한 충실한 삶을 추구하며 자기실현적 행복을 추구하는 경향이 높은 것으로 나타났다. 반면, 즐거움추구경향과 몰입추구경향에서는 부부간 유의한 차이가 나타나지 않았다.

행복증진활동의 경우 성취활동, 공동체활동, 개인적 관계중심활동에서 부부간 차이가 나타났다. 성취활동은 남편집단($M = 2.48, SD = .67$)이 아내집단($M = 2.17, SD = .69$)보다 높은 반면($t = 5.96, p < .001, \text{Cohen's } d = .46$), 공동체활동은 아내집단($M = 1.84, SD = .99$)이 남편집단($M = 1.69, SD = .90$)보다 높았으며($t = -2.51, p < .05, \text{Cohen's } d = .15$), 개인적 관계중심활동도 아내집단($M = 2.51, SD = .66$)이 남편집단($M = 2.35, SD = .66$)보다 높았다($t = -3.85, p < .001, \text{Cohen's } d = .23$). 즉, 남편들이 아내들보다 성취감을 느낄 수 있고 개인의 목표를 이루기 위해 노력하는 활동들을 더 자주 하는 것으로 나타났다. 한편, 아내들은 남편들보다 종교 및 봉사 활동, 유사한 관심사를 가진 사람들을 만나는 활동 등 공동체에 속해서

표 1. 부부의 행복추구경향, 행복증진활동, 삶의 만족도의 평균과 표준편차 및 *t* 검증 결과

		남편집단 (<i>n</i> = 276)	아내집단 (<i>n</i> = 276)	paired- <i>t</i> value
		<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>M</i> (<i>SD</i>)	
행복추구 경향	즐거움추구경향	3.46(.56)	3.45(.61)	.22
	의미추구경향	3.61(.61)	3.52(.56)	2.05*
	몰입추구경향	3.63(.53)	3.56(.53)	1.71
행복증진 활동	성취지향활동	2.48(.67)	2.17(.69)	5.96***
	여가취미활동	2.15(.65)	2.23(.71)	-1.65
	공동체활동	1.69(.90)	1.84(.99)	-2.51*
	개인적 관계중심활동	2.35(.66)	2.51(.69)	-3.85***
전체		2.21(.50)	2.21(.56)	.24
삶의 만족도	전체	3.54(.48)	3.45(.51)	2.47*

* $p < .05$. *** $p < .001$.

다른 사람들과 함께 하는 활동뿐만 아니라 가족이나 친구와 같이 개인적으로 가까운 관계에 있는 사람들과 함께 하는 활동을 더 자주 하는 것으로 나타났다. 여가취미활동은 부부 간 유의한 차이가 나타나지 않았다. 삶의 만족도의 경우 남편집단($M = 3.54$, $SD = .48$)이 아내집단($M = 3.45$, $SD = .51$)보다 높았다($t = 2.47$, $p < .05$, Cohen's $d = .17$). 즉, 남편들이 아내들보다 전체적인 삶의 만족도가 높다고 지각하였다.

2. 부부의 행복추구경향과 행복증진활동이 삶의 만족도에 미치는 영향

본 분석을 실시 전 연구변인들의 다변량정상성 수준을 왜도와 첨도를 확인함으로써 간접적으로 검토하였다. 남편집단의 변인별 왜

도는 $-.26 \sim .26$, 첨도는 $-.43 \sim .65$ 였고, 아내집단의 변인별 왜도는 $-.28 \sim .27$, 첨도는 $-.68 \sim 1.04$ 였다. 모든 변수의 왜도가 2이하, 첨도가 7이하이므로 다변량정상분포 가정에 위배되지 않는 것으로 간주하였다(Curran, West, & Finch, 1996).

연구변인들 간의 상관관계

부부의 행복추구경향과 행복증진활동이 삶의 만족도에 미치는 자기효과와 상대방 효과에 대하여 살펴보기에 앞서, Pearson의 상관분석을 실시하였다(표 2 참조). 그 결과, 남편 혹은 아내의 개인 내 상관관은 모든 변인에서 유의한 것으로 나타났다. 그리고 부부 간 상관은 몰입추구경향을 제외한 모든 변인에서 유의한 상관이 나타났다.

표 2. 부부의 행복추구경향, 행복증진활동 및 삶의 만족도 간 상관관계

아내 \ 남편	1-1	1-2	1-3	2	3
1. 행복추구경향					
1-1. 즐거움추구경향	.21***	.36***	.41***	.34***	.24***
1-2. 의미추구 경향	.37***	.22***	.55***	.52***	.52***
1-3. 몰입추구 경향	.49***	.59***	.05	.39***	.39***
2. 행복증진활동	.40***	.52***	.51***	.30***	.55***
3. 삶의 만족도	.31***	.48***	.40***	.54***	.34***

주. 대각선 우측 상단의 수치는 남편의 상관계수이고, 대각선 좌측 하단의 수치는 아내의 상관계수임. 음영으로 표시된 수치는 남편과 아내 간 상관계수임.

*** $p < .001$.

측정모형 검증

본 연구에서 설정한 모형을 검증하기에 앞서 행복추구경향의 측정모형에 대한 확인적 요인분석을 실시하였다. 그 결과, 모형적합도는 $\chi^2_{(5)} = 7.01(n.s.)$, CFI = .995, TLI = .984, RMSEA = .038로 나타났다. 그리고 측정모형의 요인부하량은 남편의 행복추구경향이 .48 ~ .81($p < .001$), 아내의 행복추구경향이 .55 ~ .90($p < .001$)으로 모두 유의한 것으로 나타났다. 즉, 행복추구경향의 세 측정변인들이 잠재변인을 적절하게 설명하고 있음을 알 수 있다.

구조모형 검증

본 연구에서는 행복추구경향과 삶의 만족도의 관계에서 행복증진활동이 매개 역할을 함과 동시에 자기효과와 상대방효과가 나타나는지 확인하기 위하여 Ledermann 등(2011)이 제안한 APIMeM(actor-partner interdependence mediation model) 따라 모형을 검증하였다. 자기-

상대방 상호의존 매개 모형에서 자기효과(actor effect)란 개인의 특성이 본인에게 미치는 영향을 의미하고, 상대방효과(partner effect)란 개인의 특성이 배우자와 같이 중요한 관계를 맺고 있는 상대방에게 미치는 영향을 의미한다.

모형을 검증한 결과, 연구모형의 적합도는 $\chi^2_{(25)} = 47.76(p < .01)$, IFI = .977, TLI = .957, CFI = .976, RMSEA = .058(신뢰구간 = .032 ~ .082)로 나타나 적절한 수준으로 나타났다. 즉, 모형이 자료의 구조와 변수들 간의 관계를 잘 반영하고 있는 것으로 나타났다. 그리고 연구모형은 남편의 행복증진활동 변량의 37.3%, 아내의 행복증진활동 변량의 43.7%를 설명하는 것으로 나타났으며, 남편의 삶의 만족도 변량을 46.9%, 아내의 삶의 만족도 변량을 47.5% 설명하는 것으로 나타났다.

본 연구에서는 연구모형과 경쟁모형을 비교함으로써 모형의 적절성을 확인하였다. 연구모형에는 자기효과와 상대방효과를 모두 포함하였고, 경쟁모형에는 자기효과만을 포함하였

다. 그림 2에 표시된 점선은 연구모형에는 포함되었으나, 경쟁모형에는 포함되지 않은 경로를 의미한다. 연구모형과 경쟁모형의 적합도 지수를 비교한 결과(표 3 참조), 경쟁모형에 비해 연구모형의 IFI, TLI, CFI, RMSEA 값이 더 큰 것으로 나타났고, AIC 값은 더 낮은 것으로 나타났다. 그리고 χ^2 차이검증을 통하여 연구모형과 경쟁모형의 적합도를 비교한 결과, 그 차이가 유의미한 것으로 나타났다($\Delta \chi^2 = 11.30, p < .05$). 이는 남편과 아내의 삶의 만족도를 설명할 때 부부관계의 상호의존적 맥락을 고려한 이론과 일치하는, 자기효과와 상대방효과가 함께 포함되는 모형이 보다 적합함을 의미한다.

자기효과와 상대방효과

남편과 아내의 행복추구경향이 본인과 배우자의 삶의 만족도에 미치는 영향에 대해 살펴보면 다음과 같다. 행복추구경향이 삶의 만족도에 미치는 자기효과는 남편($\beta = .34, p < .001$)과 아내($\beta = .23, p < .01$)에게서 모두 유의하였다. 즉, 개인의 행복추구경향이 높을수록 자신의 삶의 만족도가 높아지는 것으로 나타났다. 그러나 개인의 행복추구경향은 배우자의 삶의 만족도에 직접적 영향은 미치지 않는 것으로 나타났다.

남편과 아내의 행복증진활동이 본인과 배우자의 삶의 만족도에 미치는 영향에 대해 살펴보면 다음과 같다. 행복증진활동이 삶의 만족

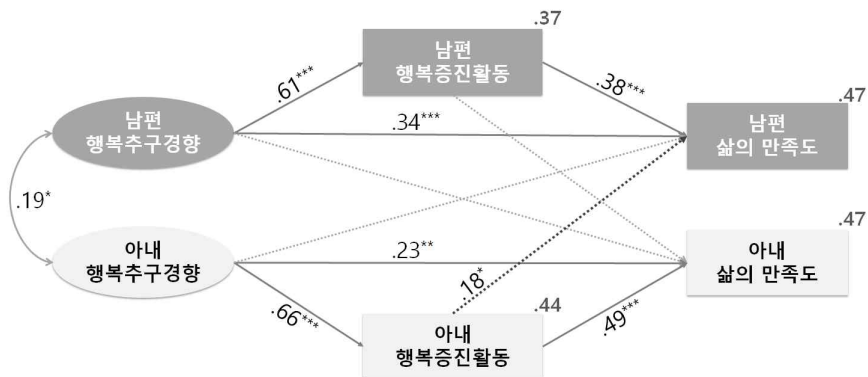


그림 2. 부부의 행복추구경향과 행복증진활동이 삶의 만족도에 미치는 영향에 대한 모형
주. 그림에 제시된 수치는 표준화계수임. 행복증진활동과 삶의 만족도에서 부부간 공분산 표기는 생략함.

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

표 3. 연구모형과 경쟁모형 간 모형 적합도 비교

모형	χ^2	df	IFI	TLI	CFI	RMSEA	AIC
연구모형	47.76	25	.977	.957	.976	.058	127.76
경쟁모형	59.06	29	.969	.951	.969	.061	131.06

주. 경쟁모형에는 상대방효과를 제외하고 자기효과만을 포함함.

도에 미치는 자기효과는 남편($\beta = .38, p < .001$)과 아내($\beta = .49, p < .001$)에게서 모두 통계적으로 유의하였다. 즉, 개인의 행복을 증진시키기 위한 활동을 보다 자주 수행할수록 자신의 삶의 만족도가 높아지는 것으로 나타났다. 그러나 행복증진활동이 삶의 만족도에 미치는 상대방효과는 남편과 아내가 다르게 나타났다. 남편의 행복증진활동은 아내의 삶의 만족도에 직접적 영향을 미치지 않았으나($\beta = .10, n.s.$), 아내의 행복증진활동은 남편의 삶의 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .18, p < .05$). 정리하면, 남편과 아내 개인의 행복추구경향과 행복증진활동은 본인의 삶의 만족도를 향상시켜주었으며, 아내의 행복증진활동 참여는 본인뿐만 아니라 배우자인 남편의 삶의 만족도 또한 향상시키는 것으로 나타났다.

간접효과 검증

행복추구경향이 삶의 만족도에 미치는 영

향에서 행복증진활동의 간접효과를 검증하기 위하여 부트스트랩 절차에 따라 500개의 표본을 원자료($N = 276$)로부터 생성하여 신뢰구간 95%에서 개별 간접효과의 유의도를 검증하였다. 부트스트랩 절차에 따른 간접효과 검증결과는 표 4에 제시되어있다.

먼저, 남편의 행복추구경향은 남편의 행복증진활동을 부분적으로 매개하여 남편의 삶의 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .23, p < .01, 95\% \text{ C.I.} = .16 \sim .34$). 즉, 남편들은 행복추구경향이 높을수록 행복증진을 위한 활동을 보다 자주 수행하는 것으로 보고하였으며, 나아가 자신의 삶의 만족도 수준이 높은 것으로 나타났다. 다음으로, 아내의 행복추구경향은 아내의 행복증진활동을 부분적으로 매개하여 아내의 삶의 만족도에 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .32, p < .01, 95\% \text{ C.I.} = .23 \sim .44$). 더불어 아내의 행복추구경향은 아내의 행복증진활동을 부분적으로 매개하여 남편의 삶의 만족도에도 영향을 미치는 것

표 4. 연구모형의 간접효과 검증 결과

경로			B (β)	95% C.I.
자기 효과	남편 행복추구경향	→ 남편 행복증진활동 → 남편 삶의 만족도	.36(.23)	.16 ~ .34
	아내 행복추구경향	→ 아내 행복증진활동 → 아내 삶의 만족도	.52(.32)	.23 ~ .44
상대방 효과	남편 행복추구경향	→ 남편 행복증진활동 → 아내 삶의 만족도	.10(.06)	-.03 ~ .13
	아내 행복추구경향	→ 아내 행복증진활동 → 남편 삶의 만족도	.18(.12)	.02 ~ .22

으로 나타났다($\beta = .12, p < .05$ 95% C.I. = .02~.22). 즉, 아내들은 행복추구경향이 높을수록 행복증진을 위한 활동을 보다 자주 수행하는 것으로 보고하였으며, 나아가 아내 자신 뿐만 아니라 남편의 삶의 만족도 수준을 향상시키는 것으로 나타났다. 정리하면, 남편과 아내 본인의 행복추구경향은 자신의 삶의 만족도에 직접적으로 영향을 미칠 뿐 아니라 행복증진활동은 통해서도 간접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 아내의 행복추구경향은 아내의 행복증진활동을 통해 남편의 삶의 만족도에 간접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 한국 성인 부부를 대상으로 행복추구경향과 행복증진활동이 삶의 만족에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 이를 위해 한국 성인 부부를 대상으로 자료를 수집하였고, 남편과 아내를 하나의 체계로 간주하여 분석하였다. 이를 통해 개인이 행복을 추구하는 구체적 경향성과 행복을 증진시키기 위해 수행하는 자발적 활동 및 삶의 만족에 있어서 부부간 차이를 알 수 있었고, 행복을 추구하는 경향이 자발적 활동을 매개로 삶의 만족에 영향 미치는 자기효과와 상대방효과를 파악할 수 있었다. 주요 연구결과와 이에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 행복추구경향, 행복증진활동과 삶의 만족에서 남편집단과 아내집단 간에는 어느 정도 차이가 있었다. 먼저, 행복을 추구하는

경향에서 즐거움을 추구하는 경향과 몰입을 추구하는 경향에서는 부부간 차이가 나타나지 않았지만, 의미를 추구하는 경향은 남편들이 아내들보다 좀 더 높았다. 즉 남편들이 아내들보다 의미 있는 인생은 무엇인지에 대해 생각을 더 많이 하고, 삶이 지속적인 의미를 가지고 있으며 자신이 하는 일이 사회에 중요하다고 믿는 경향이 더 강함을 뜻한다. 이는 대학생을 대상으로 한 국내의 기존 연구들(김경민, 임정하, 2012; 황재원, 김계현, 2009)에서 의미추구경향의 성차가 나타나지 않은 것과 다른 결과이다. 이러한 결과는 자녀가 있는 성인 부부의 특성과 성역할 구분이 뚜렷한 한국의 전통적 문화가 반영된 것으로 보인다. 한국 사회에서 여성의 사회 진출의 빈도는 과거에 비해 높아졌으나 여전히 자녀 양육의 책임이 여성에게 있다는 역할 구분에 대한 전통적 가치관이 존재한다. 따라서 전통적 성역할에 상대적으로 영향을 적게 받는 대학생과는 달리 자녀가 있는 부부의 경우 여성이 남성보다 자녀 양육에 대한 책임을 더 갖는 경우가 많다. 자녀가 있는 기혼 여성의 경우, 희생이 요구되는 상황에서 자신의 삶의 의미를 찾기 위해 적극적으로 변화를 추구하기보다는 자녀를 지원함으로써 다른 가족구성원을 통해 자신의 삶의 의미를 찾는 경향이 있다(김유정, 2009). 본 연구에서 평가하는 의미추구경향은 내적 자아에 대한 충실한 삶을 추구하는 경향과 사회에 봉사하고 기여하는 삶을 추구하는 경향에 초점을 두고 있어 기혼 여성이 인생에서 다른 가족원과 관련해 추구하는 의미를 반영하기에는 어려움이 있었을 것으로 볼 수 있다.

다음으로, 행복을 증진시키고자 하는 자발적, 의도적 활동 중에서는 성취지향, 공동체, 관계중심 활동에서 부부 간 차이가 나타났다. 이들 중 성취지향활동에서 남편집단과 아내집단 간 차이가 가장 크게 나타났다. 즉, 남편들이 아내들보다 개인의 목표를 이루기 위해 노력하는 활동이나 성취감을 느낄 수 있는 활동을 더 많이 하였다. 이는 남성이 여성보다 목표에 헌신하는 활동을 더 많이 한다는 기존 연구결과(정보미, 2011)와 같은 맥락에 있다. 본 연구의 대상 중 남편들의 대다수가 직장생활을 하고 있었고, 아내들의 경우 절반가량이 전업주부였다. 직장에서는 가정에서보다 자신의 강점과 기술을 사용하여 목표를 이루어 성취감을 느낄 수 있는 활동을 할 수 있는 기회와 시간이 상대적으로 더 많다는 점을 고려하면 남편들의 성취지향활동이 아내들에 비해 보다 많이 나타난 점을 이해할 수 있다. 반면, 개인적 관계중심활동과 공동체활동은 아내들이 남편들보다 많이 하는 것으로 나타났다. 이는 기존의 연구결과와도 일치하는데(강중돈, 2015; 배성은, 김태진, 정윤수, 2015; Tkach & Lyubomirsky, 2006), 여성들이 남성들보다 타인을 배려하고 사람과의 관계를 중시하는 경향이 반영된 것으로 보인다.

끝으로, 삶의 만족 수준은 남편들이 아내들보다 높은 것으로 나타났다. 이는 기존연구에서 남편들이 아내들보다 삶의 만족도(권중돈, 조주연, 2000; 김경애, 황혜원, 2010)나 삶의 질(고정자, 김갑숙, 1999)을 높게 보고한 것과 일치한다. 이러한 결과는 남편들이 아내들보다 실제로 삶의 질이 더 높고 삶의 다양한 영역에서 욕구가 더 잘 충족된 것으로 볼 수 있

지만, 남편과 아내의 삶에 대한 주관적 인식 차이에서 기인하는 것으로도 해석해 볼 수 있다. 설령 동일한 수준의 삶을 살고 있다하더라도 남편들의 경우 자신의 삶에 대한 만족도를 조금 더 높은 수준으로 평가하고 아내들은 상대적으로 더 낮은 수준으로 평가할 수 있다는 것이다. 이는 여성들이 남성들보다 삶에서 발생하는 위험 요소나 부정적 사건을 더욱 민감하게 지각하고, 이에 대한 근심걱정을 더 많이 경험한다는 성역할 이론을 바탕으로(Steger & Witt, 1989) 유추해 볼 수 있다. 즉, 아내와 남편의 사회적, 환경적, 신체적 측면에서의 실질적 삶의 질이 유사하더라도 아내가 남편보다 부정적으로 평가했을 가능성도 생각해 볼 수 있다.

둘째, 행복증진활동은 행복추구경향과 삶의 만족 간의 관계를 부분적으로 매개하는 것으로 나타났다. 이는 자기효과와 상대방효과로 나누어 살펴볼 수 있다. 먼저, 남편과 아내의 자기효과는 모두 일관되게 나타났다. 즉 남편과 아내 모두 자신의 행복추구경향은 삶의 만족에 직접적으로 영향을 미칠 뿐만 아니라 행복증진활동을 통해 간접적으로도 영향을 미쳤다. 이는 행복해지고자 인지적으로 추구하는 것이 삶의 만족에 직접 영향을 미치기도 하지만, 이러한 인지적 추구가 실제 의도적 행동을 통해서 삶의 만족을 간접적으로도 증진시킨다는 것이다. 즉, 실질적인 삶의 만족을 보다 높이기 위해서는 인지적으로 행복을 적극적으로 추구하는 것에서 더 나아가 이와 관련된 의도적 행동이 수반될 필요가 있음을 시사한다.

다음으로, 남편과 아내의 상대방효과는 일

부 경로에서는 유사하게, 일부 경로에서는 다르게 나타났다. 개인의 행복추구경향이 삶의 만족에 영향을 미치는 경로에서는 아내와 남편 모두 상대방 효과가 나타나지 않았다. 하지만, 개인의 행복증진활동이 삶의 만족에 영향을 미치는 경로에서는 아내의 상대방 효과가 유의하게 나타났다. 즉 아내가 자발적으로 행복을 증진시키고자 하는 활동을 많이 수행할수록 상대방인 남편의 삶의 만족도가 높았다.

이러한 결과는 다음 두 가지 측면에서 주목할 필요가 있다. 하나는 아내의 행복증진활동은 남편의 삶의 만족에 영향을 미쳤으나, 남편의 활동은 아내의 삶의 만족에 유의한 영향을 미치지 못했다는 것이다. 남편의 삶의 만족에 영향을 미치는 아내의 효과만이 의미있게 나타난 점은 선행 연구(Givertz et al., 2016)에서 남편의 결혼만족도에 아내가 미치는 상대방효과가 유의하게 나타났고 아내의 결혼만족도에 남편이 미치는 상대방효과가 나타나지 않았던 점과도 유사하다. 본 연구와 선행 연구 모두 부부체계 내에서 아내가 상대방에게 미치는 영향력이 유독 두드러지게 나타났다. 본 연구에서 아내가 상대방에게 미치는 영향의 경우, 아내들이 자발적, 의도적으로 수행한다고 보고한 행복증진활동의 구체적 특성과 관련지어 해석해 볼 수 있다. 앞서 행복증진활동을 비교한 부분에서 아내들의 경우 사람들과의 관계 관련 활동을 많이 하고 남편의 경우 자신에게 집중되어 있는 성취관련 활동을 많이 하는 것으로 나타났다. 이를 미루어 보아, 아내는 가족들과 대화를 나누거나 배우자와 함께 시간을 보내는 등 남편과 함께하는

활동을 함으로써 남편의 삶의 만족에 직접적으로 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 다른 해석 가능성으로, 여성의 경우 남성보다 자신의 감정을 잘 표현한다는 점을 미루어 보아(Allen & Haccoun, 1976; Balswick & Avertt, 1977), 아내들의 경우 자신의 행복 관련 활동에 대한 긍정적인 정서를 보다 잘 드러내고 이러한 표현이 상대방인 남편의 삶의 만족에 영향을 주었을 수도 있다. 상대방 효과에서 주목해야 할 또 다른 점은 인지적 측면인 행복추구경향이 아닌, 행동적 측면인 아내의 행복증진활동이 남편의 삶의 만족에 영향을 미친 점이다. 인지적 측면인 개인의 경향성에 비해 확연히 밖으로 드러나는 개인의 행동적 측면이 부부의 상호관계적 맥락에 보다 큰 영향을 미친 것이다. 이는 체계를 이루는 구성원의 행동은 체계 내 환경의 변화를 가져오고, 나아가 체계 내 다른 구성원들에게 영향을 미친다는 가족체계이론과도 일맥상통한다(White et al., 2015).

이상의 자기효과와 상대방효과를 종합하면, 부부체계 내에서 남편의 경우, 삶의 만족도는 자신이 인지적으로 행복을 추구하고자 하는 경향이 높을수록, 자신의 행복을 증진시킬 수 있는 의도적 활동을 자주 수행할수록, 상대방인 아내가 행복을 증진시키는 자발적 활동을 자주 수행할수록 높게 나타나 자기효과와 상대방효과가 모두 나타났다. 반면, 아내의 경우, 삶의 만족도는 자신이 인지적으로 행복을 추구하고자 하는 경향이 높을수록, 자신의 행복을 증진시킬 수 있는 활동을 자주 수행할수록 높아져 자기효과가 나타났고, 남편의 행복추구경향이나 행복증진활동이 미치는 영향은 유의하지 않아 상대방효과가 나타나지 않았다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 추후 연구에서는 행복을 증진시키는 자발적, 의도적 활동을 평가함에 있어 개인이 지각하는 각 활동의 중요도나 부부가 함께하는 활동의 영향력을 고려할 필요가 있다. 행복과 관련된 활동의 경우 수행의 빈도 측면보다는 개개인이 생각하는 중요도를 가중치로 반영할 때 특정 활동이 행복에 미치는 영향을 더 잘 파악할 수 있을 것이다. 또한 부부가 함께하는 활동과 같이 부부체계만이 가지는 요소를 반영하여 연구한다면 부부체계의 특성에 대해 보다 풍부한 정보를 제공할 수 있을 것이다. 둘째, 다양한 연구대상의 특성을 좀 더 세심하게 고려하여 연구를 수행한다면, 삶의 만족에 관한 보다 구체적인 결과를 얻을 수 있을 것으로 기대된다. 본 연구의 대상으로 남편들의 경우 대부분이 직업을 가지고 있었고, 아내들의 경우 절반가량이 전업주부였다. 행복과 관련된 다양한 활동이나 삶의 만족에 직업이 영향을 미친다는 점을 미루어볼 때(김시월, 조향숙, 2013; 이현아, 이기영, 김외숙, 1999), 추후 연구에서 맞벌이 부부와 외벌이 부부의 차이를 고려한다면 한국 성인의 삶의 만족과 이와 관련된 요인에 대해 보다 자세한 정보를 얻을 수 있을 것이다. 또한 가구 구성원의 수나 부부의 연령대를 고려한다면, 삶의 만족도와 해당 가족생활주기 및 발달과업과의 연관성에 대해서도 논할 수 있을 것이다. 셋째, 본 연구에서는 제한된 표본 크기로 인해 행복증진활동과 삶의 만족도를 측정변수로 설정하였다. 향후 연구에서는 더 많은 표본을 대상으로 자료를 수집하여 해당 요인들을 잠재변수로 구성하고, 각각의 행복

추구경향과 행복증진활동이 삶의 만족에 미치는 영향력에 대해서도 살펴볼 필요가 있다.

이들 제한점에도 불구하고 본 연구에서는 행복을 추구하는 경향성과 구체적인 행복증진 활동 및 삶의 만족에 있어 부부 간의 차이를 살펴보았고, 행복과 관련된 인지적 측면뿐 아니라 행동적 측면이 개인의 삶의 만족에 미치는 영향을 조명해 보았다. 나아가 부부를 하나의 체계로 보고 남편과 아내의 삶의 만족을 파악함에 있어 본인의 인지적이고 행동적인 측면과 함께 상대방인 배우자의 영향력을 살펴보았다는 점에서 그 의미를 찾을 수 있을 것이다. 이들 결과는 추후 부부를 대상으로 한 연구에 기초 자료를 제공하고, 부부교육이나 행복증진을 위한 실질적 프로그램 개발에도 도움을 줄 것으로 기대된다.

참고문헌

- 강동훈 (2015). 종교 활동 참여가 대인 관계 만족에 미치는 영향. 사회과학연구, 31(1), 327-343.
- 강수경, 최지현, 정미라 (2015). 임신기 부부의 원가족 부모와의 의사소통, 배우자와의 의사소통, 스트레스 대처방식과 주관적 안녕감 간의 관계. 어린이문학교육연구, 16(3), 529-551.
- 고정자, 김갑숙 (1999). 부부의 심리적 복지와 삶의 질에 대한 연구. 대한가정학회지, 37(6), 59-76.
- 권중돈, 조주연 (2000). 노년기의 삶의 만족도에 영향을 미치는 요인. 한국노년학, 20

- (3), 61-76.
- 김경민, 임정하 (2012). 대학생의 낙관성과 행복추구경향이 심리적 안녕감에 미치는 영향. *대한가정학회*, 50(1), 89-101.
- 김경애, 황혜원 (2010). 맞벌이 부부의 심리적 복지에 영향을 미치는 요인들에 관한 연구. *사회과학연구*, 26(1), 143-168.
- 김승주, 정영숙 (2014). 중년기 부부의 배려 정도와 결혼만족도 및 삶의 만족감과의 관계. *한국심리학회지: 발달*, 27(4), 27-51.
- 김시연, 서영석 (2010). 스트레스, 배우자 지지, 결혼만족 간 관계: 자기효과 및 상대방 효과 검증. *한국심리학회지: 여성*, 15(2), 189-213.
- 김시월, 조향숙 (2013). 베이비붐 세대의 재정 상태가 삶의 만족도에 미치는 영향-취업자와 비취업자의 비교 분석. *Financial Planning Review*, 6(3), 1-33.
- 김유정 (2009). 중년 부부의 삶의 의미: 코오리엔테이션 모델 적용. *한양대학교 대학원 석사학위논문*.
- 민성길, 김광일, 박일호 (2002). 한국판 세계보건기구 삶의 질 척도 지침서. 서울: 하나의 학사.
- 박운주, 김병석 (2013). 부부의 상위기분과 정서표현이 결혼만족에 미치는 자기효과와 배우자 효과. *상담학연구*, 14(5), 2945-2967.
- 배성은, 김태진, 정윤수 (2015). 자원봉사활동 참여자의 지속의지 영향요인에 대한 연구: 자원봉사활동기관의 관리와 자원봉사 직무특성을 중심으로. *한국사회복지조사연구*, 47, 29-55.
- 설경옥, 백상은, 원수경, 황여주 (2016). 남녀 개인의 정서 조절과 이성 관계 만족에서 공동 대처 전략의 매개. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 28(2), 445-468.
- 연규진, 연문희, 양지웅 (2013). 부부관계에 대한 비합리적 신념과 결혼만족도와 관계: 다층모형을 이용한 자기 효과와 상대방 효과 분석. *한국가족치료학회지*, 21(1), 57-80.
- 이승화, 민경화 (2015). 부부, 가족상담: 중년기 삶의 의미 유형에 따른 분류 및 특성. *상담학연구*, 16(5), 399-415.
- 이요행, 김윤정, 오세진 (2005). 기혼 남녀 근로자의 결혼만족도와 조직몰입간의 관계. *한국심리학회지: 여성*, 10(4), 447-460.
- 이현아, 이기영, 김외숙 (1999). 부부의 여가시간과 여가비용 및 여가만족도에 대한 연구. *한국가정관리학회지*, 17(2), 137-155.
- 임미향, 박영신, 김의철 (2005). 초등학생과 부모의 삶의 질 지각에 대한 토착심리 분석. *아동교육*, 14(1), 205-222.
- 임정하, 김경민, 조은영, 강현지 (2016). 한국판 행복증진활동 척도 타당화. *인간발달연구*, 23(2), 131-149.
- 정보미 (2011). 대학생의 행복감 수준에 따른 행복증진활동 유형 및 필요성 인식차이. *계명대학교 대학원 석사학위논문*.
- 조미경 (2015). 융복합 사회에서 간호학과 학생의 행복감, 행복감 증진활동 및 자기성찰의 관계. *디지털융복합연구*, 13(7), 305-313.
- 조윤주, 한준아, 김지현(2012). 유아기 자녀를 둔 맞벌이 부부의 삶의 만족도 관련 변인

- 에 관한 연구. 보건사회연구, 32(3), 33-60.
- 주수산나, 전해정 (2014). 노인부부가구 남편과 아내의 삶의 만족도에 영향을 미치는 특성들. 한국가족관계학회지, 19(3), 193-211.
- 주수산나, 전해정, 왕순경 (2015). 자기분화가 행복감에 미치는 영향에 대한 부부관계의 매개효과: 자기효과와 상대방효과를 중심으로. 가족관계학회지, 20(3), 113-132.
- 한의진, 황보명 (2016). 대학생의 삶의 기대, 삶의 만족 및 주관적 행복에 관한 연구. 인문사회 21, 7(2), 461-477.
- 황재원, 김계현 (2009). 상담일반: 대학생의 행복추구경향과 주관적 안녕감과 의 관계. 상담학연구, 10(1), 57-71.
- 황혜선 (2010). 쾌락적 행복 성향자의 정서 사회적 특성. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- Allen, J. G., & Haccoun, D. M. (1976). Sex differences in emotionality: A multidimensional approach. *Human Relations*, 29(8), 711-722.
- Balswick, J., & Avertt, C. P. (1977). Differences in expressiveness: Gender, interpersonal orientation, and perceived parental expressiveness as contributing factors. *Journal of Marriage and the Family*, 39(1), 121-127.
- Boehm, J. K., & Lyubomirsky, S. (2009). The promise of sustainable happiness. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The Oxford handbook of positive psychology*(pp. 667-677). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Carr, D., Freedman, V. A., Cornman, J. C., & Schwarz, N. (2014). Happy marriage, happy life? Marital quality and subjective well being in later life. *Journal of Marriage and Family*, 76(5), 930-948.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological methods*, 1(1), 16-29.
- 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.
- Furler, K., Gomez, V., & Grob, A. (2013). Personality similarity and life satisfaction in couples. *Journal of Research in Personality*, 47(4), 369-375.
- Givertz, M., Segrin, C., & Wosidlo, A. (2016). Direct and indirect effects of commitment on interdependence and satisfaction in married couples. *Journal of Family Psychology*, 30(2), 214-220.
- Goodman, C. R., & Shippy, R. A. (2002). Is it contagious? Affect similarity among spouses. *Aging & mental health*, 6(3), 266-274.
- Henricksen, A., & Stephens, C. (2013). The happiness-enhancing activities and positive practices inventory (HAPPI): Development and validation. *Journal of Happiness Studies*, 14(1), 81-98.
- Kenny, D. A., Kashy, D. A., & Cook, W. L. (2006). *The analysis of dyadic data*. New York: The Guilford Press.
- Ledermann, T., Bodenmann, G., Rudaz, M., & Bradbury, T. N. (2010). Stress,

- communication, and marital quality in couples. *Family Relations*, 59(2), 195-206.
- Ledermann, T., Macho, S., & Kenny, D. A. (2011). Assessing mediation in dyadic data using the actor-partner interdependence model. *structural equation modeling: A Multidisciplinary Journal*, 18(4), 595-612.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131.
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6(1), 25-41.
- Sample, J., & Warland, R. (1973). Attitude and prediction of behavior. *Social Forces*, 51(3), 292-304.
- Shafer, K., Jensen, T. M., & Larson, J. H. (2014). An actor partner model of relationship effort and marital quality. *Family Relations*, 63(5), 654-666.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Stafford, L. (2016). Marital sanctity, relationship maintenance, and marital quality. *Journal of Family Issues*, 37(1), 119-131.
- Steger, M. A. E., & Witt, S. L. (1989). Gender differences in environmental orientations: a comparison of publics and activists in Canada and the US. *The Western Political Quarterly*, 42(4), 627-649.
- Tkach, C., & Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness?: Relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 7(2), 183-225.
- Vedes, A., Hilpert, P., Nussbeck, F. W., Randall, A. K., Bodenmann, G., & Lind, W. R. (2016). Love styles, coping, and relationship satisfaction: A dyadic approach. *Personal Relationships*, 23(1), 84-97.
- Vella-Brodrick, D. A., Park, N., & Peterson, C. (2009). Three ways to be happy: Pleasure, engagement, and meaning-findings from Australian and US samples. *Social Indicators Research*, 90(2), 165-179.
- White, J. M., Klein, D. M., & Martin, T. F. (2015). *Family theories: An introduction* (4th). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- World Health Organization. (1995). *Field trial WHOQOL-100 february 1995: the 100 questions with response scales* (WHO/HIS/HSI Rev.2012). Retrieved October 11, 2016, from http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/77084/1/WHO_HIS_HSI_Rev.2012.01_eng.pdf
- 1 차원고접수 : 2017. 04. 06.
수정원고접수 : 2017. 05. 09.
최종게재결정 : 2017. 05. 22.

Life Satisfaction in Relation to Orientations to Happiness and Happiness Enhancing Activities in Married Couples: An Application of the Actor-Partner Interdependence Mediation Model

Lim, JungHa¹⁾

Kim, Kyungmin²⁾

Kang, Hyun Jee²⁾

Jo, Eun-Young²⁾

¹⁾Dept. of Home Economics Education, Korea University

²⁾Center for Human Ecology Research, Korea University

This study examined the actor and partner effect of orientations to happiness and happiness-enhancing activities on life satisfaction. The self-reported data were collected as a dyad unit consisting of 276 married couples aged from 30 to 59 and living in Seoul and Gyeonggi province. The data were analyzed using paired- t tests, correlations and APIMeM. The results were as follows. First, the husbands reported relatively high endorsement of seeking meaning compared to their wives. The husbands spent more time in goal-focused activities than their wives, while the wives spent more time in community and personal relationship activities than their husbands did. The husbands reported greater life satisfaction than their wives. Second, the actor effects of orientations to happiness on life satisfaction through happiness-enhancing activities were significant both in the husbands and wives. However, the partner effect of happiness-enhancing activities on life satisfaction was significant only from the wives to the husbands. These findings would provide information and resources for practical programs enhancing the life satisfaction of married couples.

Keywords: married couples, orientations to happiness, happiness enhancing activities, life satisfaction, APIMeM