

제4장 주관적 웰빙 측정 방안

박주언 · 심수진 · 이희길

제4장



제1절 서론

1. 연구배경

사회통계 분야에서, 특히 ‘삶의 질’이나 ‘웰빙’ 측정에서 최근 주목할 만한 생활 영역 혹은 주제가 새롭게 국제기구나 국가통계(official statistics)에서 부각되고 있다. 이는 행복(happiness) 혹은 주관적 웰빙(subjective well-being)으로 칭해지는 영역이다. 우리가 지향하는 좋은 삶(good life), 좋은 사회(good society)와 관련하여 기존의 GDP로 대표되는 경제지표와 객관적 지표의 한계를 넘어 우리의 궁극적 삶의 목적으로서 ‘주관적 웰빙’의 중요성이 최근에 강조되고 있다. 그 중요성은 최근 언론에서 자주 공표되는 각종 국제비교 행복지수를 통해서도 확인할 수 있다.

본 연구가 출발한 배경이자 동시에 ‘주관적 웰빙’이 국제적으로 주목받고 있는 배경에는 다음과 같은 원인이 있다.

첫째, 주관적 지표에 대한 사회적 관심이 부각되고 있기 때문이다. 선진 자본주의 국가가 대공황을 극복하면서 경제적 부흥기에 시작된 1960년대의 ‘신사회 운동’의 결과로, GDP와 같은 경제지표만으로 우리의 삶과 사회를 이해할 수 없다는 인식이 확산되면서 사회지표 운동이 추진되었다. 당시의 삶의 질과 웰빙, 혹은 사회발전을 측정하는 사회지표는 객관적 지표가 근간이 되고 주관적 지표는 단지 보조적으로 활용되는 것이 일반적이었다. 즉, 생활을 구성하는 객관적인 환경 조건의 측정에 초점을 맞추고, 이에 대한 사람들의 인식이나 평가는 보조적으로 활용되었다. 하지만, 최근에 좋은 삶의 개념의 일부를 구성하는 것에서, 좋은 삶에서 중요한 것은 일련의 구체적인 객관적 환경에 대해 사람

들이 그들의 삶에 대해 어떻게 느끼고, 그들의 삶이 어떠한가에 대한 최고의 판단자가 바로 개인이라는 사실의 중요성이 점차 부각되고 있다. 즉, 개인의 웰빙을 측정하기 위해서는 개인이 인지하고 평가한 경험을 직접 측정하는 것이 중요하다는 것이다. 또한 주관적 웰빙 측정의 중요성이 부각된 배경에는, 이스터린 파라독스와 같은 발견이 중요한 영향을 미쳤다. 1970년대 미국에서 발견된 것으로, 지속적인 경제성장으로 객관적 생활환경이 개선되고 있음에도 불구하고 주관적 웰빙이 오히려 하락하고 있다는 것으로, 주관적 웰빙 개선을 위해서는 별도의 노력이 필요하다는 것이다. 이러한 사정은 우리의 경우에도 비슷하다. 지속적인 경제성장과 산업화를 통해 사회발전을 이루었음에도 개인들의 만족도는 이에 상응해서 증가하지 않으며, 높은 자살률, 환경오염, 낮은 신뢰수준, 사회집단 간 침해한 갈등 등의 심각한 사회문제에 직면해 있다. 따라서 객관적 생활환경의 개선과 함께 이에 대한 국민들의 주관적 인지나 평가에 대한 측정의 중요성이 강조되고 있다. 최근에는 정책결정 과정에 있어서 객관적 지표 뿐만 아니라 주관적인 지표의 필요성이 높아지면서, 주관적 웰빙의 정책적 활용에 대한 연구들도 증가하고 있다(Diener & Tov, 2012; Dolan & White, 2007; Hoorn, 2007; Veenhoven, 2002).

둘째, 주관적 웰빙에 대한 심리학에서의 주목할 만한 연구성과가 있었기 때문이다. 기존에 행복이나 주관적 웰빙은 주로 철학의 영역에서 다루어져 왔다. 1990년대 이후 최근 사회과학 영역인 심리학을 중심으로 주관적 웰빙에 대한 과학적 접근이 이루어지면서 괄목할만한 연구성과를 제시하고 있다. 일반적 기대와는 달리 개인이 처한 객관적 조건, 즉 소득, 교육수준, 용모, 건강 등이 주관적 웰빙에 큰 영향을 미치지 못하는 것으로 밝혀지고, 독립적인 삶의 질 측정 영역으로서 주관적 웰빙의 측정이 중요하게 등장하게 되었다. 또한, 주관적 웰빙에 대한 측정의 신뢰성 검증이 이루어지면서, 국가통계 차원에서 주관적 웰빙 측정에 대한 거부감이 급속히 완화되었다. 주관적 웰빙에 대한 이론적·개념적 연구, 측정방법, 주관적 웰빙의 결정요인과 그것이 개인의 삶에서 미치는 효과에 대한 연구 결과가 축적되면서, 이에 대한 측정의 필요성이 강하게 제기되었다. 이에 대해서는 다음 절에서 상세하게 다룰 것이다.

위 두 가지 요인과 함께, 본 연구에서 국가통계 차원의 주관적 웰빙 측정 방안을 연구하게 된 배경은 국제기구 및 다른 국가들이 주관적 웰빙의 측정을 시도하고 있기 때문이다. 먼저 국제적 논의로는 스티글리츠위원회 보고서, OECD의 웰빙과 사회발전 측정(Better Life Initiative), 최근 UN의 사례를 들 수 있다.

프랑스의 사르코지 대통령에 의해 구성된 스티글리츠위원회에서 2009년 발표한 「경제적 성취 및 사회발전 측정」에 대한 보고서(Stiglitz et al., 2009)에서는 사회발전 측정에 있어 경제적 측면과 삶의 질, 지속가능성을 모두 포괄하는 새로운 지표 체계를 제안하고 있다. 이 보고서에서는 삶의 질을 측정하는 데 주관적 웰빙 측정의 중요성과 함께



국가통계기관에서 표준화된 조사표를 통해 이를 측정하고 관리하는 노력이 필요하다고 주장하고 있다. OECD에서 2011년 발표한 「How's Life?: Measuring Well-being」에서는 ‘주관적 웰빙’을 삶의 질 차원의 하위 영역으로 별도로 구분하여 포함하고 있으며, 올해 주관적 웰빙 측정의 가이드라인에 대한 보고서를 발간할 예정이다. 한편 UN에서도 올해 「World Happiness Report」를 발표하였으며, 국가간 행복 측정 결과의 비교, 웰빙에 영향을 미치는 요인들, 이러한 결과들의 정책적 활용에 대해서 논의하고 있다. 유럽의 사회지표에서 주관적 웰빙을 측정하고자 하는 노력은 2000년대부터 진행되어 왔으며, Eurostat에서는 EU-SILC¹⁾의 2013년 조사에서 웰빙에 관한 모듈을 개발하여 조사할 예정이다.

동시에, 국가 수준에서도 이러한 노력들이 다양하게 진행 중이다. 최근 영국 통계청에서는 2010년에 주관적 웰빙 측정에 대한 보고서를 발표하였고, 국가 단위에서 주관적 웰빙 측정의 중요성을 강조하였다. 현재 영국에서는 기존에 조사된 주관적 웰빙 측정 항목을 활용하여 분석을 실시하였고, 주관적 웰빙을 측정하기 위한 체계적인 분석틀을 제시하고 있다. 부탄에서는 GNH(Gross National Happiness)를 국가 발전의 지표로 선정하고 이를 측정하기 위한 항목으로 심리적 웰빙 영역을 포괄하고 있다. 일본에서는 2012년에 ‘삶의 질’ 조사를 실시하고 그 결과를 발표하였다. 이 조사에서는 삶의 질을 측정하기 위한 전반적인 항목과 함께 주관적 웰빙과 관련된 포괄적인 내용들을 포함하고 있다. 이 외에 중국에서도 행복이나 주관적 웰빙을 측정하기 위한 지표를 개발 중에 있다(중앙일보, 2012. 4. 9.).

우리나라에서도 작년에 이루어진 「국민 삶의 질 측정을 위한 분석틀」 연구에서 삶의 질을 측정하기 위한 9개 영역 중 하나로 ‘주관적 만족’ 영역을 포함하고 있다. 타인의 눈에 의해 관찰될 수 있는 객관적 지표만으로는 삶의 질적 수준을 완전히 파악하기 어렵고, 삶을 바라보는 개인의 포괄적인 관점은 포착하지 못하기 때문이다. 삶의 질 측정에 있어서 주관적 지표는 객관적 지표와 대치되는 것이 아니라 이들이 포섭하지 못하는 삶의 측면들을 담아주는 보완적인 측정장치로, 삶의 질 측정에 중요하고 필요한 지표이다(통계개발원, 2011).

국제 및 국가 단위에서 주관적 웰빙 측정에 관심을 갖는 이유는 웰빙과 사회발전을 측정하고 모니터링하기 위해서는 객관적 지표만으로는 충분하지 않기 때문이다. 사회발전의 최종 목표가 경제성장이 아닌 ‘좋은 사회(good society)’, 개별 구성원들이 만족하는 행복한 사회라고 한다면, 객관적 지표와 함께 평가주체인 구성원의 주관적 웰빙을 반

1) European Union Statistics on Income and Living Conditions는 소득, 빈곤, 사회적 배제 그리고 생활조건에 대한 시의성이 있고 영역별 비교가 가능하며 종단적인 데이터를 수집하는 것을 목적으로 하는 조사이다. EU 소속 국가와 터키, 그리스에서 실시한다.

다시 포함할 필요가 있다. 특히 인간의 행위가 객관적 조건에 의해 규정되기도 하지만, 그런 객관적 조건에 대한 인간의 인식 및 평가과정을 거쳐 반응이 결정된다는 측면에서 ‘주관적 웰빙’은 정책적 측면에서 매우 중요하다. 따라서 주관적 웰빙에 대한 측정이 국가통계 차원에서 체계적으로 이루어져야 하고, 이에 대한 지속적인 통계 생산과 함께 정책적으로 활용되어야 한다.

2. 연구내용 및 방법

주관적 웰빙 측정에 대한 중요성의 대두와 이에 따른 국제기구나 단위 국가 수준의 측정 노력에 대응하기 위해서 본 연구가 출발하였다. 앞서 보았듯이, 국가단위에서 이루어지는 주관적 웰빙 측정의 필요성과 그 중요성에 대해서는 국제적으로 어느 정도 합의가 이루어진 상황이다. 따라서, 이러한 시대적 흐름과 필요에 조응하기 위해 우리도 국가통계 차원에서 주관적 웰빙을 어떻게 측정할 것인가에 대한 방안을 제시하고자 한다.

지금까지 우리나라에서 주관적 웰빙 측정은 주로 전체적인 삶에 대한 만족도와 생활영역별 만족도 수준으로 이루어져 왔다. 이 또한 주관적 지표에 대한 체계적인 검토 과정을 통해서 개발되고 측정된 것이 아니라, 개별 영역별 필요에 의해 추가되어 조사되어 왔다. 그 결과 이들 항목에 대한 조사결과의 활용도 매우 미미한 실정이다. 따라서 이 연구에서는 현재 국제 및 국가단위에서 조사되는 주관적 웰빙 측정 틀/framework은 어떻게 구성되어 있으며, 측정의 이론적 근거는 무엇인지, 그리고 항목들은 어떻게 구성되어 있고, 구체적으로 국가 통계 차원에서 어떤 측정이 시도, 혹은 개발되고 있는가를 검토하게 될 것이다. 이를 통해 구체적으로 측정의 틀을 제시하고, 어떤 측정 항목이 어떻게 측정되어야 하는가를 제시하게 될 것이다. 끝으로 이러한 결과들이 어떻게 활용되어야 하는지를 제언하고자 한다.

이를 위해 다음과 같은 과정을 거쳐 연구를 진행하고자 한다. 첫째 주관적 웰빙의 개념적 논의에 대해서 검토를 할 것이다. 주관적 웰빙은 주로 심리학자를 중심으로 논의가 진행되어 왔다. 주관적 웰빙에 대한 논의가 어떻게 시작되어서 기존 연구들에서는 이를 어떻게 측정하고 있는지, 그리고 최근의 연구동향은 어떠한 지를 검토할 것이다. 이러한 기존의 연구 검토를 통해서 주관적 웰빙 측정을 위한 분석틀을 제시하고자 한다. 두 번째는 기존의 주관적 웰빙 측정 사례에 대한 검토로, 실제 어떻게 진행되고 있는지를 검토해보고자 한다. 여기에는 국제비교를 위한 연구 사례들과, 국가 단위에서 진행되고 있는 사례를 검토하고, 조사항목이 어떻게 구성되어 있는지를 검토할 것이다. 세 번째는 우리나라에서 기존에 조사되어 왔던 주관적 웰빙 측정 항목에 대해서 검토해보고자 한다. 이러한 과정을 통해서 최종적으로 한국에서의 주관적 웰빙 측정 방안을 제시하고자

한다. 실제 활용도를 높이기 위해 측정방안에서는 측정척도, 조사주기, 조사대상, 조사방법 등에 대한 내용을 모두 검토할 것이다. 마지막으로 이러한 조사결과를 정책적으로 어떻게 활용가능한지에 대해 제언을 하고자 한다.

본 연구의 주된 연구방법은 문헌검토이다. 주관적 웰빙에 대한 학술적 선행연구 검토, 국제 및 국가차원의 측정사례, 국내에서의 연구 등은 모두 문헌검토를 통해 이루어졌다. 또한 연구자들이 이 분야의 전문가가 아닌 관계로 외부 전문가의 도움을 받아 연구가 진행되었다. 관련 전문가 초청 강의와 연구 진행단계에서 외부 전문가의 자문을 거쳐 연구의 방향과 내용의 충실성을 기하고자 하였다.



제2절 개념적 논의와 분석틀

이 절에서는 주관적 웰빙 측정의 개념적 논의와 함께 이에 대한 연구들이 어떻게 진행되어 왔는지를 검토하였다. 주관적 웰빙은 무엇이며, 이를 결정하는 요인은 무엇인지, 그리고 주관적 웰빙은 우리의 삶에 어떠한 결과를 가져다 주는지를 기존의 선행연구 결과를 토대로 알아보하고자 한다. 이를 통해 주관적 웰빙이 무엇인지, 우리의 삶에서 주관적 웰빙이 왜 중요한지, 왜 이것을 측정해야 하며, 어떻게 측정할 것인지를 살펴보았다.

1. 개념적 논의

주관적 웰빙의 개념은 그리스의 쾌락주의(hedonism)에서 기원한다. 초기의 쾌락주의자들은 신체의 즐거움(pleasure)을 추구하였고, 이후의 쾌락주의자들은 마음과 정신적인 즐거움을 강조하였다. 공리주의 철학자들은 이러한 전통을 이어받아 ‘최대 다수의 최대 행복’으로 좋은 사회를 정의하였다. 현대적인 개념의 주관적 웰빙은 좀 더 넓은 의미로 성취에 대한 감정, 삶의 목적, 의미 등을 포괄하고 있다. 그러므로 주관적 웰빙은 단순히 쾌락주의만을 의미하지 않는다. 주관적 웰빙은 개인이 긍정적인 감정으로 삶을 평가하는 다양함 방법을 모두 포괄하는 개념이다(Diener & Tov, 2012).

주관적 웰빙은 행복(happiness), 좋은 삶(good life), 만족(satisfaction) 등과 혼동되어 사용되는 경향이 있다. 1950년대에는 종종 이러한 의미를 나타내기 위해 적응과 사기(adjustment and morale)라는 개념을 사용하였고, 1960년대에는 ‘삶에 대한 만족도’라는 용어를 사용하였다. 그리고 1984년 Ed Diener에 의해 ‘주관적 웰빙(subjective well-being)’이라는 용어가 소개되었으며, 이후 심리학에서는 이 용어가 주로 사용되고 있다. 주관적 웰빙은 행복보다는 좀 더 넓은 의미로 사용된다(Veenhoven, 2012).

주관적 웰빙이 체계적인 연구로 자리잡기 시작한 것은 1976년 Andrews and Withey의 연구와 Campbell, Converse, and Rodgers의 연구가 발표된 이후부터이다(Cummins, 2009).²⁾ 두 연구 모두 주관적 웰빙은 통계적으로 측정가능하며, 이러한 측정결과는 신뢰할 수 있으며 안정적이라고 주장하고 있다. 이후로 심리학자들을 중심으로 행복에 대한 개념정의와 관련 측정 도구들이 개발되면서 주관적 웰빙 분야의 연구가 빠르게 발전하기 시작하였다(임낭연 외, 2010).

Diener는 주관적 웰빙에 대한 논문을 통해 객관적이고 규범적으로 주어진 기준에 근거한 행복이 아닌 주관적인 판단에 의한 행복, 즉 행복의 주관성을 강조하였다(임낭연 외, 2010). Diener(1984)는 주관적 웰빙을 삶에 대한 만족(life satisfaction), 긍정적 정서(positive affect), 부정적 정서(negative affect) 세 가지 요소를 포함하는 개념으로 정의한다. 즉 정서적 요인 뿐만 아니라 삶에 대한 만족이라는 인지적인 판단과정도 함께 포함하고 있다. 이와 유사하게 Hoorn(2007)은 주관적 웰빙을 사람의 감정적 반응(emotional response), 삶에 대한 영역별 만족(domain satisfaction), 삶에 대한 전반적인 만족도(global judgement of life satisfaction) 등을 포괄하는 개념으로, 정서적인 부분(affective part)과 인지적인 부분(cognitive part)으로 구성하고 있다. 여기에서 정서적인 부분은 감정이나 느낌에 의한 쾌락에 관한 평가를 의미하며, 인지적인 부분은 자신의 삶이 이상적인 삶이나 기대수준에 부응하는지를 정보에 기반하여 평가하는 것을 의미한다. 이 외에도 Nordenfelt는 행복을 웰빙의 한 형태로 보고, 그것은 인지적 개념인 동시에 감정으로 보고 있다. Veenhoven도 행복을 “개인이 자신의 전체적인 삶을 우호적으로 판단하는 정도”로 보고, 정서적 평가와 인지적 평가를 동시에 고려하고 있다. 즉 그는 행복과 만족을 동의어로 보고 있다(Berger-Schmitt & Noll, 2000). EU 사회지표 체계 분석들에서는 삶의 질의 목표차원으로 객관적인 조건과 함께 주관적 웰빙을 동시에 고려하고 있으며, 주관적 웰빙은 정서적, 인지적 그리고 긍정적, 부정적 요소를 모두 포함하고 있다(Berger-Schmitt & Noll, 2000).

기준에 이루어졌던 주관적 웰빙과 관련된 연구들을 보면 주관적 웰빙에서 측정하고자 하는 것은 거의 유사하다. 용어상의 차이는 있지만 주로 삶에 대한 만족도와 함께 긍정적 정서와 부정적 정서로 측정된다. 즉 긍정적인 정서는 많이 경험하고 부정적인 정서는 적게 경험하며, 삶에 대한 만족도가 높으면 주관적 웰빙이 높은 것으로 볼 수 있다(김정호 외, 2009).

이러한 인지적 평가와 정서적 경험만으로 측정하는 주관적 웰빙은 과거와 현재의 만

2) Andrews and Withey의 연구는 “Social indicators of wellbeing: American's perceptions of life quality”이고 Campbell, Converse, and Rodgers의 연구는 “The quality of American life : Perceptions, evaluations, and satisfactions” 이다.



족은 포함하지만 미래에 대한 만족과 기대감은 포함하지 않고 있다. 앞으로 자신의 삶이 더 만족스러울 것이라는 희망이나 기대도 개인의 주관적 웰빙이나 행복에 있어 중요한 부분이다. 심리학계에서는 웰빙 측정에 있어 이와 같은 심리적, 긍정적 기능을 반영하고자 ‘심리적 웰빙’ 영역을 별도로 구분하고 있다(김정호 외, 2009). Ryff & Keyes(1995)는 이러한 심리적 웰빙 측정을 위해서는 개인의 자율성, 의사결정권, 타인과의 관계, 삶의 목적 등의 측정이 필요하다고 주장한다).

최근에 이루어진 주관적 웰빙 측정의 사례들을 보면 이와 유사하게 삶의 가치나 목표, 자율성 등과 관련된 부분을 삶에 대한 만족도, 정서경험과 함께 포함하고 있다. 대표적인 사례로는 OECD와 영국통계청의 측정 사례를 들 수 있다. 두 사례 모두에서 이러한 영역을 심리적 번영(eudaimonia)⁴⁾으로 구분하고 있다. 또한 Diener의 최근 연구(Diener et al., 2010)에서는 주관적 웰빙 측정 요소 중 하나로 번영(flourishing)의 개념을 추가하여 이를 측정하는 척도를 개발하였다. 가장 최근에 진행된 논의 중 OECD와 영국에서 제시하고 있는 주관적 웰빙 측정의 개념에 대해 살펴보면 다음과 같다.

OECD의 SWB 분석틀

OECD는 「How's Life?」에서 전체 웰빙의 분석틀을 삶의 질과 물질적 생활 조건, 지속가능성으로 크게 구분하고 있으며, 삶의 질을 구성하는 세부 영역 중 하나로 ‘주관적 웰빙’ 영역이 포함되어 있다([그림 4-1]).

OECD에서는 주관적 웰빙의 개념적인 분석틀을 삶에 대한 평가(life evaluation), 정서(affect), 심리적 번영(eudaimonia) 세 가지 요소로 구성하고 있다(OECD, 2012). ‘삶에 대한 평가’는 개인의 전체 삶 또는 삶의 구체적인 측면에 대한 평가를 의미한다. 이러한 평가는 개인의 인지적인 판단으로 개인이 그들의 경험을 어떻게 기억했는지에 기초하고 있다. 대부분 전반적인 삶에 대한 평가만을 주로 활용하지만, 구체적인 삶의 측면 즉 건강, 교육, 소득 등과 같은 세부 항목에 대한 평가도 포함될 수 있다. 전반적인 삶의 평가와 구체적인 삶의 측면에 대한 평가는 서로 연관되어 있으므로, 모두를 포함할 필요가 있다.

- 3) 심리적 웰빙 측정을 위해 긍정적, 심리적 기능으로 자기수용(self-acceptance), 타인과의 긍정적 관계(positive relations with others), 자율성(autonomy), 환경지배력(environmental mastery), 삶의 목적(purpose in life), 개인적 성장(personal growth)을 제안하고 있다(Ryff & Keyes, 1995).
- 4) ‘심리적 번영(eudaimonia)’은 아리스토텔레스에 의해 나온 개념으로 “좋은 삶(good life)”으로 설명된다. ‘심리적 번영(eudaimonia)’은 행복보다는 더 넓은 의미의 개념으로 아리스토텔레스는 행복은 ‘심리적 번영(eudaimonia)’에 필수조건이지만, 충분조건은 아니라고 하였다. ‘심리적 번영(eudaimonia)’ 측면에서 웰빙의 현대적 개념은 세부적으로는 아리스토텔레스의 개념과는 다르지만, 주관적 웰빙을 단순히 삶의 평가나 감정 상태보다는 더 넓은 의미로 파악하는 데 초점을 맞추고 있다(OECD, 2012).



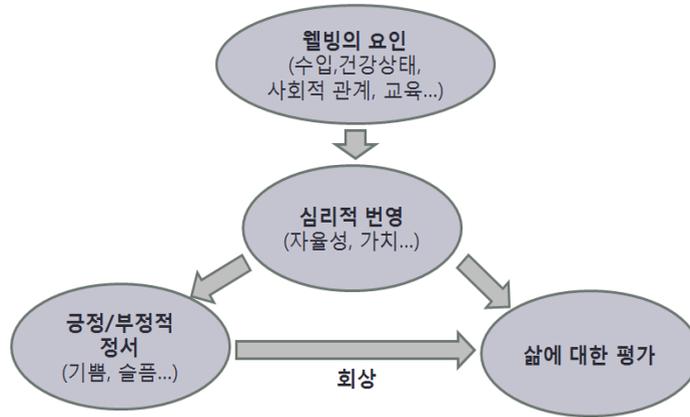
자료 : 통계개발원(2011)에서 재인용

[그림 4-1] OECD How's Life의 개념적 프레임

‘정서’는 특정한 감정이나 정서 상태에 대해 측정하는 것으로, 개인들이 삶을 어떻게 기억하고 있는지 보다는, ‘어떻게 경험하고 있는지’를 포착한다. 정서는 보통 긍정적 정서, 부정적 정서 두 가지 차원으로 구분하여 측정된다. 긍정적 정서는 행복, 즐거움, 만족에 대한 경험을, 부정적 정서는 슬픔, 화남, 두려움, 불안과 같은 경험을 의미한다.

‘심리적 번영(eudaimonia)’은 심리적으로 좋은 기능, 심리적인 번영을 의미하며, 응답자들의 인지적 평가나 정서 상태를 넘어서는 사람들의 잠재력에 대한 인식과 기능에 초점을 맞추고 있다. 권한, 자율성, 낙관성과 같은 개념 뿐만 아니라 삶의 의미나 목적을 포함한다. 심리적 번영은 보편적인 욕구(needs) 또는 목표(goals)와 동일시되며, 삶에 대한 평가와 정서에서 포함하지 못하는 웰빙에 대한 개인들의 주관적인 인식의 중요한 측면을 포함하고 있다.

삶에 대한 평가와 정서, 심리적 번영이 어떠한 관계를 이루고 있는지는 [그림 4-2]에서 나타나 있다. 이 세 개의 요소들은 서로 다르며, 심리적 번영은 개인들의 심리적 자원과 객관적인 상황 사이에서 상호작용을 하는 것으로 이해될 수 있다.



자료 : OECD(2012)

[그림 4-2] 주관적 웰빙의 모델(OECD)

영국 통계청의 SWB 분석틀

영국 통계청에서는 국가단위의 주관적 웰빙 측정이 필요함을 인식하고 2009년 이후부터 이에 대한 연구를 진행해왔다(Waldron, 2010; Hicks, 2011; ONS, 2011; ONS, 2012). 영국에서도 OECD와 마찬가지로 국가 웰빙 측정의 틀에서 9개의 하위 영역⁵⁾과 함께 ‘개인의 웰빙(individual well-being)’이라는 주관적 웰빙과 관련된 별도의 영역을 구성하고 있다(OECD, 2012).

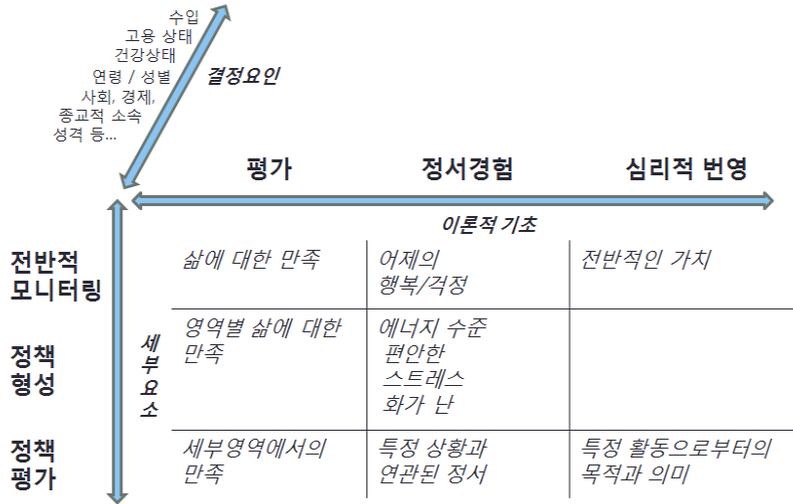
영국 통계청에서 제시하고 있는 주관적 웰빙 측정의 기본구성은 OECD에서 제시하는 기본개념과 거의 유사하다. 영국 또한 주관적 웰빙을 평가, 정서경험, 심리적 번영의 세 가지로 측정하고 있으며, 소득, 고용상태, 건강상태, 성, 연령, 사회경제적 지위, 종교, 성격 등이 주관적 웰빙에 영향을 미친다고 설명한다. 영국은 또한 주관적 웰빙 측정이 정책결정 과정에서 필요한 부분을 강조하며, 정책 모니터링, 정책 결정, 정책 평가의 각 단계가 주관적 웰빙과 어떻게 연계되는지를 연관지어 설명한다([그림 4-3]).

이러한 정책과의 연관성을 강조한 분석틀에 따르면 전반적인 모니터링을 위해서는 삶에 대한 만족도와 어제의 행복 또는 근심 정도, 가치가 있는 것에 대한 측정이 필요하다. 구체적인 정책결정을 위해서는 영역별 삶에 대한 만족도와 에너지, 편함, 스트레스, 화남 등과 같은 세부적인 감정에 대한 측정이 연관될 수 있다. 마지막으로 정책평가를 위해서는 세부 영역별 서비스에 대한 만족도, 구체적인 어려움과 관련된 감정, 구체적인

5) 개인의 자산, 경제, 일(What we do), 건강, 교육과 기술, 관계, 거버넌스, 주거(Where we live), 환경



활동들의 목적과 의미 등의 측정이 연관될 수 있다.



자료 : Hicks, Stephen(2011), "The measurement of subjective well-being", (Paper for Measuring National Well-being Technical Advisory Group, 4 February 2011). Office for National Statistics.

[그림 4-3] 주관적 웰빙 측정의 개념적 분석틀(영국)

OECD와 영국의 주관적 웰빙 측정을 위한 분석틀은 거의 유사하나, 다만 영국의 경우 주관적 웰빙의 정책 활용 측면을 고려하여 이를 분석틀에 포함하였다는 점에서 차이가 있다. OECD의 경우는 국가별 비교를 목적으로 작성되었기 때문에 좀 더 전반적인 측면에서 주관적 웰빙을 측정하고자 하였다. 즉 삶에 대한 만족도와 정서경험, 심리적 변영을 측정하는 데 있어 세부 영역별로 구분하기 보다는 전체 삶에 대한 만족도와 경험, 가치 등을 측정하고 있다. 반면, 영국의 경우는 측정의 주요 목적인 정책적인 활용에 초점을 맞추어 좀 더 세부적으로 분석틀을 구성하고 있다. 즉 삶에 대한 만족도 평가도 전체와 영역별, 세부 영역의 서비스에 대한 만족도를 포함하고 있으며, 정서경험 또한 세부 정서(화남, 스트레스, 편안함, 에너지 정도 등) 뿐만 아니라 특정 상황과 관련된 정서경험까지 포함하고 있다(예를 들면 실업의 상태에 있을 때 어떤 감정을 느꼈는지). 심리적 변영 측면에서도 전반적인 가치에 대한 항목과 함께 구체적인 활동들이 주는 의미와 목적에 대한 부분도 포함하고 있다.

2. 경험적 연구 결과

가. 주관적 웰빙의 결정요인

주관적 웰빙에 영향을 미치는 요인에 대한 경험적 연구는 개인적 수준과 집단간 비교 등 다양한 수준에서 진행되었다. 개인 수준에서의 주관적 웰빙과 국가 수준에서의 주관적 웰빙은 서로 측정 단위가 다르므로 이를 결정하는 요인들도 서로 다르게 구성된다. 따라서 개인 수준에서의 주관적 웰빙 결정요인과 국가 수준에서의 결정요인을 구분하여 검토하고자 한다.

1) 개인수준에서의 결정요인

개인적 수준에서 주관적 웰빙을 결정하는 요인들이 무엇인지에 대해서는 기존의 선행 연구결과를 토대로 알아볼 수 있다. Diener 등(Diener et al., 1999)은 기존의 연구결과들을 종합하여 주관적 웰빙을 결정하는 요인들을 크게 외적 요인과 내적 요인으로 나누어서 설명하고 있다⁶⁾. 외적 요인은 연령, 성별, 소득수준, 종교, 학력, 결혼상태, 사회관계 등과 같은 인구학적 요인들로 구성되고, 내적 요인은 기질적 경향, 성격, 자아존중감 등이 포함된다(서경현 외, 2009).

주관적 웰빙에 영향을 미치는 외적 요인은 인구학적 요인, 제도적 요인 등 다양하게 존재하고 있다. Hoorn(2007)에 따르면 건강한 사람이 아픈 사람에 비해서, 기혼자가 미혼이나 이혼상태에 있는 사람에 비해서 일반적으로 주관적 웰빙이 높게 나타난다고 한다. 또한 일반적으로 남자보다는 여성의 주관적 웰빙이 높게 나타나고, 연령에 따라서는 U자 형태(U-shaped)를 보여 나이가 어린 사람들과 많은 사람들의 주관적 웰빙이 더 높은 경향을 보인다. 그러나 이러한 성, 연령이 주관적 웰빙에 미치는 영향에 대한 연구결과는 일관되지 않아서, 연령과 성별에 따른 주관적 웰빙의 차이는 일반적으로 유의하지 않다고 보고 있다(임낭연 외, 2010).

Campbell 등(1976)의 연구에서는 인구학적 요인(성, 연령, 소득, 종교, 교육, 결혼상태)이 주관적 웰빙의 20% 정도를 설명한다고 하였으나, Andrews & Withey(1976)은 이러한 변수들은 주관적 웰빙을 단지 8%밖에 설명하지 못한다고 하였다. 하지만 놀랍게도 일반적 기대와는 달리, 외적 요인으로 분류되는 객관적 조건이 개인의 주관적 웰빙에 미치는 영향은 크지 않은 것으로 나타나고 있다. 즉, 주관적 웰빙은 객관적 조건과는 다분히 독립적으로 결정되어지는 것으로 파악되고 있다. 객관적 요인의 주관적 웰빙에 미치는 약한 효과라는 예기치 않는 발견에 대해 학자들은 ‘적응 효과’나 ‘과생 효과’로 설명한다.

6) 외적 요인은 bottom-up factor로 내적 요인은 top-down processes로 구분하고 있다.



즉, 돈이나 용모, 직업지위 상승과 같은 객관적 조건의 변화에 대해 사람들은 기대수준을 올리고, 직업지위의 상승은 업무량 부담을 가져오는 파생효과를 고려치 못하는 문제가 있다는 것이다.

다만 외적요인 중 사람들간의 긍정적인 사회적 관계는 개인의 주관적 웰빙에 영향을 미치는 중요한 요인으로 고려된다. Diener와 Seligman의 연구(2002)에 따르면, 행복한 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해서 친구나 가족들간의 긴밀한 관계를 맺고 있으며, 그들과 더 많은 시간을 보내는 것으로 나타났다. 이에 연구에서는 개인의 행복을 결정하는데 있어 충분조건은 없지만, 사회적 관계는 필수조건이 된다고 주장하였다.

주관적 웰빙에 영향을 미치는 내적 요인으로 크게 기질적인 경향과 성격을 구분해서 설명하고 있다(Diener et al., 2009). 내적 요인은 주관적 웰빙의 개인 간 차이에 가장 큰 영향을 미치는 요인이다. 기질적인 경향이 주관적 웰빙에 미치는 영향을 보여주는 가장 대표적인 연구로는 Tellegen의 쌍둥이에 대한 연구를 들 수 있다. 서로 다른 가정환경에서 자란 일란성 쌍둥이와 분리되어 혹은 함께 자란 이란성 쌍둥이들의 주관적 웰빙을 측정한 결과, 다른 가정에서 자란 일란성 쌍둥이의 측정 결과가 더 유사하게 나타났다. 또한 같은 가정에서 자란 쌍둥이들이 서로 떨어져서 자란 쌍둥이보다 더 유사한 결과를 보이지는 않는 것으로 나타났다(Diener et al., 1999). 이 연구에서 유전인자는 긍정적 정서의 40%를 설명하며, 부정적 정서의 55%를 설명하는 것으로 나타난 반면, 가족 환경은 긍정적 정서의 22%를, 부정적 정서의 2%를 설명하는 것으로 나타났다.

기존 연구들에서 개인의 성격은 주관적 웰빙을 결정하는 데 가장 큰 영향을 미치는 요소로 설명되어 진다. 많은 선행 연구결과에서 거의 공통적으로 외향적이고, 자아 존중감이 높으며, 낙관적인 성격을 가진 사람일수록 그렇지 않은 사람에 비해 주관적 웰빙의 수준이 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여러 연구들에서 매우 일관되게 나타나고 있으며, Diener & Larsen(1984)의 연구에서 성격은 행복의 개인별 차이의 52%를 설명하는 것으로 나타났다(구재선·서은국, 2011). 주관적 웰빙을 연구하는 심리학자들 사이에서는 개인의 성격을 통제하지 않고, 다른 요인만으로는 주관적 웰빙을 설명할 수 없다는 데 대한 합의가 이루어져 있다.

구재선·서은국의 연구(2011)에서도 우리사회에서 인구학적 특징에 따른 행복의 차이는 매우 미약한 것으로 나타났다. 전체 행복수준은 성, 연령, 결혼여부, 종교, 학력수준에 따라 차이가 없었다. 일부 하위 문항에서만 유의미한 차이가 나타났으나⁷⁾, 이러한 인구학적 특징이 하위 문항의 개인별 차이를 설명하는 정도는 1~2%에 불과하다. 성격이나

7) 예를 들면 고령자들은 다른 연령집단보다 소속집단에 대한 만족 수준이 낮았고, 청년들은 고각성 부정적 정서를 자주 느끼며, 여성들은 긍정적 정서의 경험빈도가 높게 나타났다. 또한 종교가 있는 사람이 더 편안한 정서를 더 많이 느끼는 것으로 나타났다(구재선·서은국, 2011).

수입과 같은 요인을 통제했을 때는 인구학적 변인에 따른 행복 차이는 거의 사라지는 것으로 나타났다. 반면, 성격이나 행복관과 같은 심리적 특징은 인구학적 변인을 통제한 이후에도 여전히 행복의 개인차를 설명하는 것으로 나타나고 있다.

즉 주관적 웰빙은 다양한 요인들에 의해서 영향을 받지만, 외적 요인보다는 개인의 성격이나 가치관과 같은 내적 요인으로 인한 영향력이 훨씬 높다. 보편적으로 외향적이고, 낙천적인 사람들의 주관적 웰빙 수준이 더 높게 나타난다. 또한 외적 요인 중 개인들이 맺는 긍정적인 사회적 관계는 행복에 영향을 미치는 중요한 요소 중 하나이다. 이외에 다양한 외적 요인들도 개인의 주관적 웰빙에 영향을 미치고 있지만, 어떠한 요인이 더 중요한지는 문화마다 개인마다 차이가 있을 수 있다. 문화와 개인에 따라서 중요시하는 가치와 삶의 목표가 다르기 때문이다.

2) 국가수준에서의 결정요인

국가수준에서의 주관적 웰빙의 결정요인은 개인수준에서의 결정요인과는 차이가 있다. 국가간 비교를 목적으로 하는 연구와 한 사회내에서 개인간 차이 비교를 목적으로 하는 연구에서의 결정요인은 서로 다르다. 우선 국가 전체의 주관적 웰빙 측정에서는 국민 전체의 평균을 보기 때문에 개개인의 성격으로 인한 차이는 상충된다고 가정한다. 따라서 국가 수준의 주관적 웰빙 측정에서는 개인의 성격이나 기질적인 특성은 중요한 요인이 아니다.

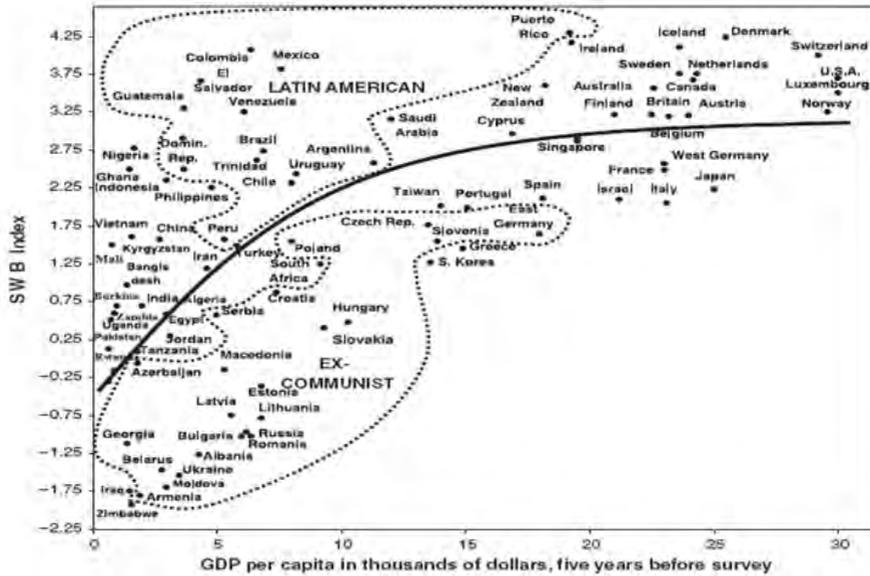
일반적으로 소득은 주관적 웰빙을 결정하는 요인 중 하나로 주로 설명되어진다. 그러나 과거와 비교해 볼 때 소득이 증가하였다고 해서 주관적 만족감이 그만큼 증가하는 것은 아니다. 소득과 주관적 만족도의 비교 연구결과는 국가의 소득이 증가할수록 주관적 만족도 평균이 증가하나, 소득이 일정 수준에 이르면 소득에 따라 주관적 만족도가 증가하지 않음을 보여준다([그림 4-4]).

이에 대해 Diener 등(1995)의 연구에서는 국가 간 주관적 웰빙의 결정요인에 대한 연구결과 의미있는 결론을 도출하였다. 연구결과 소득과 개인주의(individualism)는 주관적 웰빙과 상관관계를 갖는 것으로 나타났다(상관계수는 각각 .59, .77). 그러나 각각의 변수를 통제하고 상관분석을 한 결과는 서로 상이하게 나타났다. 소득을 통제했을 때 개인주의와 주관적 웰빙과의 부분상관계수는 여전히 .62로 주관적 웰빙과 유의미한 관계가 있음을 보여준다. 반면 개인주의를 통제했을 때 소득과 주관적 웰빙과의 부분상관계수는 -.08로 떨어져 두 변수가 관련이 없음을 보여준다. 이러한 결과는 주관적 웰빙은 소득보다 개인주의와 실질적인 관련이 있음을 보여주는 것이다.

이 외에도 국가 간 주관적 웰빙을 비교하는 연구결과들을 보면, 국가의 소득을 통제



했을 때 전체 주관적 웰빙을 설명하는 변수로 평균수명, 나라의 부패정도, 선택의 자유 정도로 설명하고 있다(Diener et al., 2009).



출처 : Inglehart et al.(2008), “주관적 웰빙 측정” 관련 서은국 강연자료(2012. 1. 30.)에서 재인용

[그림 4-4] 국가별 소득과 주관적 웰빙 지수와의 관계

또한 주관적 웰빙에 영향을 미치는 외적, 내적 요인들은 문화마다 상이하게 나타난다. 문화마다 추구하는 가치와 목표가 다르기 때문에 행복을 예측하는 개인적 자원은 서로 다를 수 있다(구재선 · 서은국, 2011). 그 예로 기존 연구결과(Diener et al., 2003)에 따르면 교육과 행복의 관계는 미국보다는 한국, 멕시코, 필리핀 등의 나라에서 강하게 나타난다. 부유국에서는 부와 행복의 관계가 작지만, 가난한 나라에서 소득은 행복의 중요한 요인이 되고, 자아 존중감은 집단주의 국가보다는 개인주의 국가에서 삶의 만족도와 연관성이 높은 것으로 나타난다.

나. 주관적 웰빙이 삶에 미치는 영향

앞서 주관적 웰빙에 영향을 미치는 요인들에 대해서 살펴보았다. 그렇다면 주관적 웰빙은 개인의 삶에 어떠한 영향을 미치고 있는가? 주관적 웰빙은 우리의 삶에 어떠한



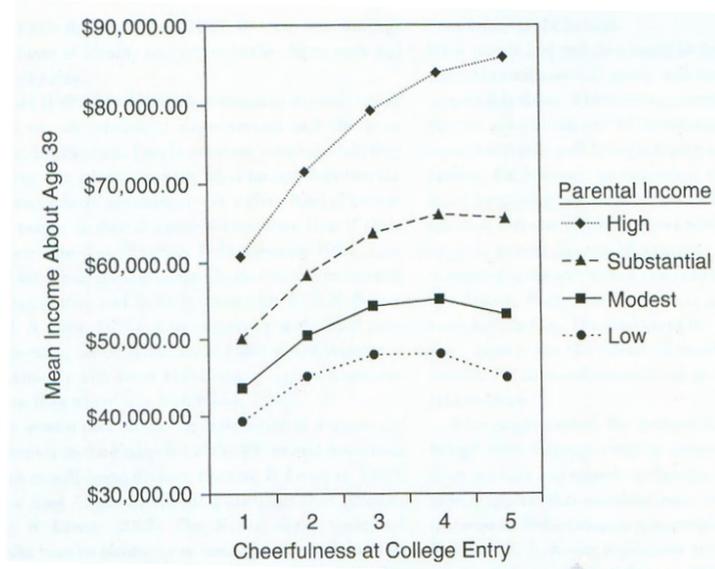
결과를 가져다 주는가? 이러한 주관적 웰빙의 수준이 삶에 미치는 영향에 대한 선행 연구결과들은 그리 많지 않다. 개인의 주관적 웰빙 수준으로 인한 결과를 분석하기 위해서는 동일 대상에 대한 시계열 자료가 필요하기 때문이다. 그러나 일부 연구결과들은 주관적 웰빙이 삶에 미치는 영향에 대해 보고하고 있다.

마틴 셀리그만의 「긍정심리학」에서는 긍정적 정서가 삶에 어떠한 영향을 미치고 왜 중요한지를 설명하고 있다. 이에 따르면 행복한 사람이 더 건강하고, 업무수행능력이 좋으며, 폭 넓은 대인관계를 유지하며, 더 많은 소득과 풍부한 사회적 자원을 가지고 있다고 설명하고 있다(마틴 셀리그만, 2009). 이러한 연구결과들은 일부 집단에 한정된 연구결과이기는 하나 삶의 만족과 긍정적 정서는 건강, 소득, 사회생활의 모든 측면에서 긍정적인 상호작용을 하고 있음을 보여주고 있다. 이런 연구결과는 주관적 웰빙 측정의 정책적 중요성을 보여주는 사례로 볼 수 있다.

가장 대표적인 연구로는 수녀들을 대상으로 긍정적 정서와 수명과의 관계를 다룬 연구이다. 미국 켄터키 대학의 Snowdon 교수팀은 678명의 수녀들을 대상으로 한 연구를 통하여 행복, 사랑, 희망, 만족 등 긍정적인 마음을 갖는 사람은 그렇지 않는 사람들에 비하여 10년씩이나 더 산다는 것을 2001년 국제 학술지에서 발표하였다. 이들은 수녀들이 20대에 기록한 각자의 일기, 편지 등의 내용 중에 긍정적 단어의 사용빈도를 분석하였고, 60년 후의 시점에서 수녀들의 생존 여부와 건강상태를 분석하였다. 그 결과 긍정적 단어를 많이 사용하고 활기차게 지낸 수녀 집단은 90%가 85세까지 산 반면, 무미건조하게 지낸 집단의 수녀 중 85세까지 산 사람은 34%에 불과했다. 또 활기 넘치게 지낸 수녀들의 54%가 94세까지 살았지만, 무미건조하게 지낸 수녀들 중 94세까지 산 사람은 11%에 불과했다(마틴 셀리그만, 2009).

또 다른 연구결과는 Diener 등의 연구(2002)로 대학신입생을 대상으로 부모의 소득과 학생의 쾌활성(cheerfulness)을 조사⁸⁾하고, 이후 그들이 39세가 되었을 때 평균소득을 조사하여 분석하였다(그림 4-5). 연구결과 일반적으로 부모의 소득이 39세의 평균소득에 미치는 영향이 크긴 하다. 그러나 부모의 소득집단별로 비교해 봤을 때, 부모의 소득이 가장 높은 집단에서는 쾌활성에 따라 평균소득에서 최고 \$25,000 정도의 차이가 발생하는 것으로 나타났다. 두 번째로 부모의 소득이 높은 집단에서는 쾌활성 정도에 따른 평균소득이 최고 \$12,000의 차이를 보이는 것으로 나타났다. 저소득 집단에서도 정도의 차이는 있으나 전반적으로 쾌활성이 낮은 집단의 평균소득이 낮게 나타났다. 즉 부모의 소득을 통제했을 때 개인의 성격에 따라 소득의 차이를 보여주는 연구로, 쾌활한 성격 가진 사람일수록 미래에 더 많은 소득을 가질 가능성이 높다는 것을 보여주고 있다.

8) 부모의 소득은 High, Substantial, Modest, Low로, 쾌활성(Cheerfulness)은 5점 척도로 나타내었다.



출처 : Diener et al. 2002

[그림 4-5] 부모의 소득과 쾌활성에 따른 소득분포 비교

한국에서 진행된 연구사례 중 구재선과 서은국의 연구(2012)에 따르면, 중학교 2학년 시기에 행복한 청소년은 4년이 지난 후 고등학교 3학년이 되었을 때 그렇지 않은 집단에 비해 학업성적이 더 높은 것으로 나타났다. 또한 고등학교 3학년 때 행복한 청소년은 대학생이 되었을 때 학업 적응과 목표달성도가 높은 것으로 나타났다. 즉 행복은 학생들의 학업성취에도 긍정적인 영향을 미친다고 볼 수 있다. 더욱이 중학교 2학년 때의 행복은 중학교 2학년 때의 성적, 사교육 시간과 비용, 부모의 학력과 수입을 통제해도 여전히 고등학교 3학년의 성적을 예측하는 것으로 나타났다.

이와 같은 기존의 연구결과들은 개인의 행복이나 삶의 만족도는 개인생활의 여러 측면에서 긍정적인 영향을 미치고 있음을 보여주고 있다. 이러한 결과는 주관적 웰빙의 측정과 이에 대한 지속적인 관리 및 정책적 활용의 중요성을 보여주는 것이라 할 수 있다.

3. 주관적 웰빙의 분석틀

지금까지 주관적 웰빙 측정에 대한 연구들을 검토해본 결과 주관적 웰빙이 개인의



삶과 나아가서는 사회에 긍정적인 영향을 미치고 있음을 알 수 있었다. 이를 결정하는 요인들은 다양하게 존재하지만 개인적·문화적 차이가 존재하고, 주로 개인들의 성격이나 기질에 의해서 많은 영향을 받고 있음을 보여준다.

주관적 웰빙 측정을 위해 진행되어 온 초기의 연구결과들과 최근 OECD를 중심으로 진행된 주관적 웰빙 측정의 분석틀과는 약간의 차이가 있다. 1980대 이후 학계에서 진행되어 온 연구들은 대부분 주관적 웰빙 측정에서 개인들의 긍정적/부정적인 정서경험과 삶에 대한 인지적 평가로 구성하고 있다. 반면 최근 OECD와 영국에서 진행 중인 주관적 웰빙 측정에 대한 연구는 이 두 가지 요소에 심리적 번영 측면을 포함하여 주관적 웰빙 측정의 분석틀을 구성하고 있다.

주관적 웰빙 연구분야의 초기 연구자인 Diener가 주관적 웰빙의 정책적 활용을 강조한 가장 최근 연구(Diener & Tov, 2012)에는 이러한 경향이 반영되어 있다. Diener는 웰빙 개념의 구조를 설명하면서 긍정적 정서, 부정적 정서, 전체 삶과 삶의 여러 측면에 대한 평가와 함께 ‘웰빙을 반영하는 다른 개념과 동기부여’ 측면을 포함하고 있다. 여기에는 관여(engagement), 낙관성, 신뢰, 긍정적 에너지를 포함하고 있다. 관여(engagement)는 가치있고, 흥미있는 직업과 같은 활동을 찾는 것을 뜻한다. 즉 웰빙은 사람들의 과거, 현재, 미래의 다양한 측면들에 대한 평가를 반영하기 때문에 폭넓은 개념을 포괄하고 있다고 설명한다(Diener & Tov, 2012). 이에 따라 주관적 웰빙 측정에 있어 기존의 삶에 대한 만족, 긍정 정서, 부정 정서와 함께 삶의 의미, 낙관성, 관계적 측면을 포함하는 ‘번영 척도(Flourishing Scale)’를 제시하고 있다(Diener et al., 2010).

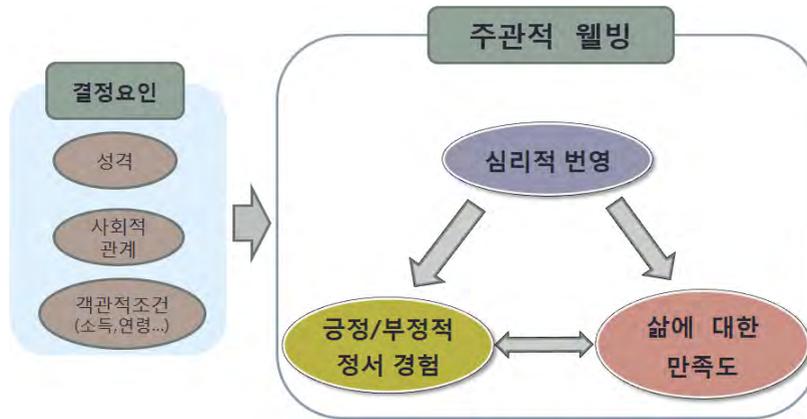
이와 같은 연구사례들을 종합해 볼 때 주관적 웰빙 측정에서 전체 및 영역별 삶의 만족도에 대한 인지적인 평가와 긍정적/부정적 정서의 경험을 측정하는 것은 필수 요소로 볼 수 있다. 심리적 번영 측면의 웰빙은 최근에 부각된 개념으로 삶의 목적과 의미, 가치, 자율성 등 개인들의 잠재성이나 심리적인 요인과 연관된다. 이러한 요인이 주관적 웰빙과 어떻게 연관될 수 있는지는 OECD 보고서에 제시된 다음과 같은 사례에 잘 나타난다. “자녀가 있는 것은 삶에 대한 평가 수준에 미치는 영향이 거의 없거나 심지어는 부정적이고, 자녀를 돌보는 것은 상대적으로 낮은 긍정적 정서와 관련된다. 그러나 실제로 자녀가 있는 부모들은 그렇지 않은 사람들에 비해 삶의 의미나 목적은 매우 높은 수준으로 나타나고 있다”(OECD, 2012). 즉 가치있는 일을 하면서 느끼는 만족감, 목적의식, 자율성 등은 현재 삶에 대한 만족도와 정서경험과 더불어 주관적 웰빙을 보여주는 중요한 영역이라고 할 수 있다. 특히 요즘과 같이 자살률이 급증하는 시기에 이러한 영역을 측정하는 것은 더욱 중요하다고 할 수 있다. 이는 Diener가 웰빙은 과거, 현재, 미래를 포괄하는 개념(Diener & Tov, 2012)이라고 한 것처럼 현재에는 힘든 일이어도 그것이 가치있는 일이거나 개인의 삶의 목적에 부합한다면 결국은 삶에 대한 만족도를 높이고,

개인에게 긍정적인 영향을 미친다고 할 수 있다. 그리고 주관적 웰빙 측정에 있어서 간과할 수 없는 부분은 개인의 성격에 대한 측정이다. 많은 연구결과에서 나타나듯이 성격이 주관적 웰빙에 미치는 영향은 명확하고 매우 높기 때문에, 성격에 대한 통제 없이는 주관적 웰빙의 상관분석에 왜곡을 가져올 가능성이 높다. 따라서 주관적 웰빙 측정에서 개인의 성격은 중요한 요인으로 고려되어야 한다.

이 연구에서는 주관적 웰빙을 포괄적인 의미에서 측정하고자 하며, 이를 위한 분석틀은 OECD에서 제시한 것을 참고하였다. 개인이 평가하는 전체 삶에 대한 만족도와 분야별 만족도, 개인이 경험하는 긍정적/부정적 정서, 그리고 삶의 가치를 보여주는 심리적 번영으로 구분하여 측정하고자 한다. OECD와 영국의 분석틀과 같이 크게 세 분야로 측정하되, 영국처럼 세분화된 하위 영역별 측정보다는 좀 더 포괄적인 측정틀로 구성하고자 한다. 세분화된 하위 영역별 측정이 주관적 웰빙을 더 자세히 보여줄 수는 있지만, 측정부담도 동시에 고려해야 한다. 다만 삶에 대한 만족도 부분의 경우는 정책적인 활용 측면을 고려하여 세부 영역별 만족도로 세분화시키고자 한다.

결론적으로 이 연구에서 제시하고자 하는 주관적 웰빙 측정을 위한 분석틀은 [그림 4-6]과 같다. 주관적 웰빙 측정을 위해서 삶에 대한 만족도와 긍정적 정서, 부정적 정서를 모두 측정하고자 하며, 이러한 만족도와 정서경험에 영향을 미치는 심리적 번영 측면을 자율성, 삶의 가치와 목적, 낙관성 등으로 측정하고자 한다. 삶에 대한 만족도와 정서경험은 서로 영향을 미칠 수 있으며, 삶의 가치와 목적, 자율성의 정도는 개인의 삶에 대한 만족도와 정서에 영향을 준다. 그리고 소득, 사회·경제적 지위, 고용상태, 교육정도, 혼인, 건강상태 등은 주관적 웰빙에 어느 정도 영향을 미치고 있으며, 특히 사회적 관계는 중요한 영향을 미치고 있다. 또한 개인의 성격은 주관적 웰빙을 결정하는 데 큰 부분을 차지한다고 볼 수 있다. 낙관적이고, 외향적인 사람들의 주관적 웰빙이 높다는 것은 이미 많은 연구⁹⁾에서 검증된 사실이다(구재선·서은국, 2011). 따라서 주관적 웰빙을 측정하고 설명하는 데 있어서 개인의 성격이나 기질을 제외하고 다른 요인만으로 설명하는 것은 충분하지 않다.

9) Wilson, W. (1967) "Correlates of avowed happiness", *Psychological Bulletin*, 67: 294-306; Diener et al. (1999)



[그림 4-6] 주관적 웰빙 측정의 분석틀

제3절 주관적 웰빙 측정 사례

3절에서는 해외 및 국내의 ‘주관적 웰빙’ 측정 현황을 살펴보고자 한다. 우선 학계에서 진행되어 온 주관적 웰빙의 다양한 측정 방법과 척도에 대한 검토를 할 것이다. 주관적 웰빙의 측정은 연구자와 연구목적에 따라서 다양한 방법으로 진행되어 왔으며, 조사항목에 있어서도 많은 차이를 가지고 있다. 여기에서는 대표적으로 사용되는 척도에 대해서 알아보려고 한다. 그리고 국제비교 차원의 대표적인 조사와 해외 국가 통계기관에서 주관적 웰빙 관련 항목을 측정하고 있는 선행사례를 파악해볼 것이다. 이때 국제비교를 목적으로 하는 조사의 경우 비공식적인 자료로 조사의 정밀성은 낮지만 당장 참고할 수 있는 자료가 충분하지 않고 국제비교 측면에서 의의를 가지므로 검토하였다. 마지막으로 현재 통계청 국가통계 차원에서 실시되고 있는 ‘사회조사’를 중심으로 국내의 주관적 웰빙 측정 항목을 살펴보고자 한다.

1. 선행연구에서의 측정 사례

가. 주관적 웰빙 측정 방법

주관적 웰빙 측정은 대부분 자기 보고식(self-report) 측정 방식으로 이루어진다. 자기 보고식 측정방식은 제시된 측정 척도에 대해 응답자가 일정 시점(예를 들면, 최근이나 2

주전, 지난 한달 등)의 만족도나 정서경험에 대해 응답하는 방식이다. 이러한 측정 방식은 특정 일화들을 회상해 내야 하는 기억 과정(memory process)과 응답자가 특정 방식으로 일상에서 다양하게 경험하는 순간의 경험들을 조합해서 응답하는 집합과정(aggregation process)이 포함된다. 이러한 과정은 오랜 시간에 걸쳐 경험한 정서의 변화를 모호하게 만들거나 잘못 해석하도록 할 가능성이 있다(장재윤 외, 2007).

자기 보고식 측정시 기억에서 오는 오류를 최소화하기 위한 방법으로 정서경험 측정에서 주로 사용되는 방법은 경험표집방법(ESM: Experience Sampling Method)과 일상재구성법(DRM: Day Reconstruction Method)이 대표적이다(장재윤 외, 2007). 경험표집방법은 매순간마다의 상황에 대한 정서를 조사하는 방법으로 응답자가 호출기가 울릴 때마다 어디에 있고, 무엇을 하며, 어떤 기분인지를 기록하도록 하여 측정하는 방법이다. 이 방법의 장점은 일상적인 삶에 있어서 순간순간의 상황에 대한 풍부한 자료를 얻을 수 있으며, 환경이나 회상으로 인한 오류를 줄일 수 있다. 그러나 비용이 많이 들뿐만 아니라 응답자 부담도 매우 큰 방법이다.

이러한 문제점을 보완하고자 개발된 방법이 일상재구성법으로 응답자가 연구에 참여하기 전날 하루 일상에 대한 보고를 하고 각 활동에 대한 정서경험을 평가하는 방법이다. 이는 경험표집방법에 비해 응답부담을 줄임과 동시에 최근의 기억을 회상하므로 오류를 최소화 할 수 있다. 또한 경험표집방법에 의해 측정된 결과와 일상재구성법에 의한 결과 간에 상당한 유사성이 있는 것으로 입증되어 그 실용성이 검증되었다. 두 방법의 장단점은 다음 <표 4-1>에 제시하였다.

<표 4-1> 일상재구성법과 경험표집방법의 장단점 비교

	일상재구성법(DRM)	경험표집방법(ESM)
장점	<ul style="list-style-type: none"> - 전날 일상에 대해 응답하므로 회상의 오류를 최소화 - 연구참여의 부담 적음 - 경험표집 방법과 시간대별 일기의 장점을 모두 가지고 있음 - 하루 일상에 대한 전체 그림 파악 용이 	<ul style="list-style-type: none"> - 회상으로 인한 오류가 없음 - 응답자의 활동과 정서경험을 실시간 확인 가능 - 특정시간대에 일어나는 활동과 정서경험 파악에 용이
단점	<ul style="list-style-type: none"> - 하루 전의 일이라도 기억에 남지 않은 사건은 누락될 수 있음 	<ul style="list-style-type: none"> - 응답자의 참여 부담이 큼 - 시간과 비용이 많이 듦 - 표집되지 않은 시간의 중요한 사건이 누락될 수 있음

자료 : 장재윤 외(2007), p.126

경험표집방법이나 일상재구성법은 심리학계에서 개인들의 정서경험을 심층적으로 연구하기 위한 목적으로 사용되므로 일반 조사에서 쉽게 적용하기는 어렵다. 본 연구는 주관적 웰빙을 정서경험 뿐만 아니라 삶에 대한 만족도와 심리적 변영까지 포함한 포괄적인 개념으로 보고 이에 대한 측정 방안을 모색하고 있다. 또한 전 국민을 모집단으로 하는 대규모의 표본을 대상으로 조사해야 하므로 자기 보고식 측정방법으로 제한될 수밖에 없다.

나. 주관적 웰빙 측정 척도

1) Diener의 삶에 대한 만족 척도

Diener 등(1985)이 개발한 삶에 대한 만족 척도(SWLS: Satisfaction With Life Scale)는 개인이 자신의 총체적인 삶에 대하여 전반적으로 얼마나 만족하는지에 대한 인지적인 판단을 측정한다(임남연 외, 2010). 기존의 단일 항목으로 구성된 만족도 측정 방식을 개선하고자 개발된 다문항으로 이루어진 척도로 삶에 대한 만족도만을 측정하고 있다. 척도는 최초 48개 항목의 요인분석을 통해 요인부하값(factor loading)이 .60보다 작은 것을 제외하고, 유사한 항목을 제거하여 최종 5개 항목으로 결정되었다. 이렇게 결정된 최종 5개 항목은 아래와 같으며, 각 항목에 대해 얼마나 동의하는지를 7점 척도로 응답하도록 한다(Diener et al., 1985).

- 대체로 나의 생활은 나의 이상과 가깝다.
- 내 생활의 조건들은 훌륭하다고 말할 수 있다.
- 나는 나의 생활에 만족한다.
- 지금까지 내 삶에서 내가 원하는 중요한 것들을 소유해 왔다.
- 만약 내 삶을 다시 살 수 있다면, 나는 아무것도 바꾸지 않을 것이다.

이 척도는 이후 여러 차례에 걸쳐 타당화 작업이 이루어졌고, 그 결과 내적타당도와 신뢰도가 우수하고, 주관적 웰빙을 측정하는 다른 척도들과 좋은 수렴타당도를 가지며, 시간적 안정성과 변화에 대한 민감성을 모두 갖춘 것으로 나타났다(임남연 외, 2010). 이 때문에 삶에 대한 만족을 측정하는 척도로 가장 일반적으로 널리 사용되는 척도이다.



2) 정서척도

정서경험을 측정하는 자기보고식(self-reported) 척도는 대부분 긍정적 정서 어휘와 부정적 정서 어휘를 제시하고 이러한 감정을 얼마나 느끼고 있는지를 측정한다. 따라서 정서경험을 측정한 척도는 어떠한 정서 단어를 포함하고 있는지에 따라서 구분될 수 있다. 가장 대표적으로 활용되는 척도는 Watson의 PANAS(Positive and Negative Affect Scale)로 ‘흥분된’, ‘활기찬’, ‘강한’과 같이 높은 각성 수준의 어휘들 위주로 구성되어 있다. 이후에 개발된 ITAS(Intensity and Time Affect Scale)나 SPANE(Scale of Positive and Negative Experience)의 경우는 중간 수준의 각성 정서들과 관계적 정서들이 일부 포함되어 있다. 다음 <표 4-2>는 이들 척도들이 포함하고 있는 항목들을 보여주고 있다.

이들 척도들은 이미 많은 연구과정을 거쳐 검증되어 많이 활용되고 있는 척도이기는 하나, 우리 사회의 정서와 맞지 않는 어휘들도 일부 포함되어 있다. 예를 들면, ‘흥분된, 흥미진진한, 원기왕성한’ 등의 단어들은 우리 사회에서 긍정적 정서로 자주 경험하는 감정으로 보기 힘들며, 또한 ‘죄책감, 슬픔’과 같은 부정적 정서 어휘들도 일상생활에서 쉽게 접하는 감정으로 보기는 힘들다. 이러한 척도 사용에 있어서는 문화적 표현의 차이나 번역과정에서의 차이도 또한 고려되어야 한다.

<표 4-2> 대표적인 정서척도

정서척도		문항
PANAS	긍정적 정서	열성적인, 흥분된, 강한, 흥미진진한, 자랑스러운, 원기왕성한, 활기찬
	부정적 정서	겁에 질린, 두려운, 적대적인, 신경질적인, 과민한, 조바심나는, 피로 운, 마음이 상한, 죄책감 드는, 부끄러운
ITAS	긍정적 정서	기쁨, 자랑스러움, 행복감, 만족감, 애정, 사랑, 다정함, 따뜻한 마음 이 가는
	부정적 정서	두려움, 화남, 분노, 짜증, 초조함, 불안감, 걱정, 죄책감, 수치심, 억 겨움, 후회, 부끄러움, 슬픔, 외로움, 불행함, 우울함
SPANE	긍정적 정서	즐거움, 행복한, 만족스러운, 유쾌한, 긍정적인, 좋은
	부정적 정서	슬픔, 불쾌한, 나쁜, 부정적인, 두려운, 화남

주 : PANAS=Positive and Negative Affect Scale(Watson et al., 1988), ITAS=Intensity and Time Affect Scale(Smith & Fujita, 1995), STANE=Scale of Positive and Negative Experience(Diener et al., 2009)

자료 : 서은국 · 구재선(2011)

3) 번영 척도(FS: Flourishing Scale)

번영 척도는 Diener 등(Diener et al., 2009)에 의해서 개발된 척도로 개발 초기에는 심

리적 웰빙(psychological well-being)으로 불리었으나, 이 척도가 심리적 웰빙을 넘어서는 내용을 포함하고 있기 때문에 더 정확하게 표현할 수 있는 번영 척도(Flourishing Scale)로 변경되었다. Diener는 번영 척도를 삶에 대한 만족 척도(SWLS), 긍정과 부정적 정서 경험 척도(SPANE)와 함께 주관적 웰빙을 측정하는 척도 중 하나로 포함하고 있다.

번영 척도는 응답자가 스스로 인식하고 있는 사람들간의 긍정적 관계, 자아존중감, 유능감(competence), 삶의 목적, 낙관성 등을 측정하는 8개 항목으로 구성되며, 각각의 항목에 대해서 7점 척도로 얼마나 동의하는지에 대해서 묻고 있다.

- 나는 목적있고, 의미있는 삶을 살고 있다.
- 나는 사회적 관계를 통해서 지원을 받고 있다.
- 나는 일상 활동들을 열심히 흥미롭게 하고 있다.
- 나는 다른 사람들의 웰빙과 행복에 적극적으로 기여하고 있다.
- 나는 나에게 중요한 활동들을 하기에 적합하고 능력이 있다.
- 나는 좋은 삶을 살고 있고, 좋은 사람이다.
- 나의 미래는 낙관적이다.
- 사람들은 나를 존경한다.

4) 단축형 행복척도(COMOSWB)

단축형 행복척도(COMOSWB: Concise Measuring of Subjective Well-Being)는 서은국·구재선(2011)에 의해 개발된 삶에 대한 만족, 긍정적 정서, 부정적 정서를 측정하는 척도이다. 이 척도는 기존에 주로 사용되었던 척도들의 단점을 보완하고, 사용이 간편하면서 동시에 한국사회에서도 쉽게 적용할 수 있도록 문화적 공정성을 지닌 척도로 개발되었다.

이 연구(서은국·구재선, 2011)에서 지적하고 있는 기존 척도들의 문제점은 다음과 같다. SWLS는 간단하게 측정 가능하지만, 전반적인 삶에 대한 만족만을 측정하고 대인관계나 소속집단에 대한 만족은 측정하지 못한다. 개인, 관계, 집단적 측면은 행복과 삶에 대한 만족을 평가하는 데 중요한 요소이고 개인이 생각하는 중요도에 따라서 만족도를 평가하게 된다. 그러나 개인, 관계, 집단의 중요성은 문화마다 차이가 있어서¹⁰⁾ 이들 요소를 무시한 채 측정한다면, 구체적인 내용에 대한 정보를 파악할 수 없다. 또한 정서

10) 예를 들면 서구사회에서는 개인이 강조되는 반면, 집단주의 문화에서는 대인간 조화와 상호의존성이 강조된다. 행복의 요인에 대해서는 북미에서는 개인적인 요인이 언급되는 반면, 집단주의 사회에서는 사회정치적 요인이 빈번히 언급된다(서은국·구재선, 2011).



경험을 측정하는 기존의 척도들(PANAS, ITAS, SPANE)은 강한 정서경험(높은 각성 수준)을 나타내는 단어로 구성되어 있어 서양적인 정서 어휘만을 반영하고 있으나 동양문화에서는 낮은 각성 상태의 정서(평온함, 편안함, 무기력함 등)들이 중요하다. 또한 집단주의 문화에서 자주 경험되고 행복과 관련이 높은 관계적 정서들은 포함하고 있지 않다. 그리고 기존의 척도들로 삶에 대한 만족과 정서경험을 측정하고자 한다면, 측정되어야 할 항목수가 너무 많아지는 단점이 있다.

따라서 이러한 단점을 보완하고 한국 문화의 특수성과 문화적 보편성간의 균형을 유지하면서, 간단히 측정 가능한 척도로 총 9개의 항목을 개발하였다(<표 4-3>). 이 척도의 특징은 삶에 대한 만족도 측정에 있어서 전반적인 만족감과 함께 관계적, 집단적 측면의 만족감을 독립 문항으로 측정하였다. 정서경험 측정에 있어서는 긍정적, 부정적 어휘를 포함시키면서, 각성 수준을 고, 중, 저로 구분하여 모든 수준을 포함하도록 구성하였다. 또한 정서를 경험하는 강도보다 빈도가 더 중요하다는 관련 연구를 기반으로 정서를 얼마나 ‘자주’ 경험하는 지를 측정하도록 구성하였다.

<표 4-3> 단축형 행복척도의 구성

구분	항목
삶에 대한 만족	· 나는 내 삶의 개인적 측면에 대해서 만족한다. (1~7점 척도, 이하 동일) · 나는 내 삶의 관계적 측면에 대해서 만족한다. · 나는 내가 속한 집단에 대해서 만족한다.
긍정적 정서	· 지난 한달 동안 다음의 감정들을 얼마나 자주 느꼈는가? (1~7점 척도) - 즐거운(고), 행복한(중), 편안한(저)
부정적 정서	· 지난 한달 동안 다음의 감정들을 얼마나 자주 느꼈는가? (1~7점 척도) - 짜증나는(고), 부정적인(중), 무기력한(저)

주 : 최종 행복 점수 = 만족감 + 긍정적 정서 - 부정적 정서

자료 : 서은국·구계선(2011)

정서경험 측정 단어의 선정과정은 두 단계를 거쳐서 이루어졌다. 첫 단계는 예비조사를 통해서 사람들이 일상생활에서 자주 경험하는 총 22개의 정서 어휘를 추출하였다. 추출된 22개의 정서 어휘는 각성수준(고, 중, 저)에 따라서 선택되었으며, 한국의 집단주의 문화적 특성을 반영할 수 있는 관계적 정서(창피함, 외로움, 사랑 등)를 포함하였다. 두 번째 단계에서는 총 22개의 정서 어휘에 대한 경험 결과와 행복 측정 항목과의 상호관련성을 분석하였다. 그 결과 각각의 각성수준별로 행복과의 상관계수가 높은 정서 어휘를 선정하였다(<표 4-4>).

〈표 4-4〉 정서경험 빈도와 준거문항(전반적 행복)의 상관계수(N=500)

고각성 정서		중간 각성 정서		저각성 정서	
기분 좋은 흥분감	.647**	긍정적인	.637**	느긋함	.446**
즐거움	.669**	행복한	.741**	편안함	.617**
기쁨	.659**	사랑	.615**	차분함	.500**
자랑스러움	.589**	유쾌함	.662**		
짜증나는	-.358**	우울함	-.435**	무기력함	-.477**
화남	-.353**	부정적인	-.474**	피곤함	-.267**
창피함	-.207**	외로움	-.376**	따분함	-.353**
불안함	-.355**	불쾌함	-.378**		

주 : ** $p < .01$

자료 : 서은국 · 구재선(2011)

2. 국제비교¹¹⁾ 사례

국제비교를 목적으로 한 주관적 웰빙 측정의 경우 대부분 주관적 웰빙 측정만을 목적으로 하기보다는 사회조사나 삶의 질 조사에서 관련 항목을 포함하고 있는 경우가 대부분이다. 그리고 주로 유럽 국가를 대상으로 진행된 삶의 질 조사나 사회조사에서 이와 관련된 항목이 많이 포함되어 있다. 주관적 웰빙에 대한 관심이 높아짐에 따라 이를 측정하는 항목은 증가하고 있으나, 나라별로 측정 내용이 서로 상이하다. 이에 따라 OECD에서는 주관적 웰빙의 국제비교를 위해 이를 측정하기 위한 가이드라인을 작성 중에 있다. 따라서 국제비교 사례는 OECD의 주관적 웰빙 측정 가이드라인과 함께, OECD에서 기존에 주관적 웰빙 측정 자료로 활용하였던 Gallup World Poll 자료와 World Value Survey를 검토하였고, 유럽에서 실시된 유럽사회조사와 삶의 질 조사를 함께 검토하였다.

가. OECD SWB 가이드라인

OECD는 2011년부터 34개 회원국과 8개 신흥국가 국민의 웰빙과 사회발전을 측정하기 위한 「How's Life?」를 작성하여 발표하고, 이에 대한 국가별 정보를 웹사이트¹²⁾에서 제공

11) 전반적인 내용은 OECD가 작성한 「Guideline on the Measurement of Subjective Well-being」(2012) 초안 1장을 참고하였다. 각 조사마다 제시한 대표적인 항목은 영국 통계청이 작성한 「Measuring Subjective Wellbeing in the UK」(2010)을 참고하였고, 국제비교 사례의 주관적 웰빙 관련 조사항목의 원문은 <부록 I>에 수록하였다.

12) OECD Better Life Index(www.oecdbetterlifeindex.org)

하고 있다. 이 보고서는 국민의 웰빙과 사회발전을 측정하기 위해 최근 OECD가 새롭게 마련한 지표체계를 근거로 작성되었다. 이러한 지표체계는 총 11개 영역¹³⁾별 세부지표(총 22개)로 구성되는데 주관적 웰빙이 별도의 독립된 영역으로 지정된 것이 주목해야 할 특징이다. OECD에서는 주관적 웰빙 지표의 측정을 위해 일부 국가를 제외하고 대부분 Gallup World Poll(2010) 결과를 활용하고 있다. 그러나 주관적 웰빙 측정 자료에 있어 신뢰성 문제가 제기됨에 따라 이를 측정하기 위한 가이드라인을 2012년 작성 중에 있다.

OECD에서 제시하고 있는 측정 항목은 크게 핵심항목, 삶에 대한 평가, 정서, 심리적 번영, 영역별 평가, 경험된 웰빙(experienced well-being)의 여섯 개 영역으로 구분된다. OECD에서는 주관적 웰빙 측정을 15세 이상을 대상으로 하는 통합가구조사에 포함하여 조사하는 것을 권고하고 있다. 이는 주관적 웰빙 측정 결과와 다른 변수들간의 비교가능성이 높기 때문이다. 이를 위해 응답자의 응답부담을 최소화하면서 주관적 웰빙을 측정할 수 있는 핵심항목을 구성하였으며, 국제비교를 위해서 핵심항목은 동일하게 조사할 것을 권고하고 있다.

핵심항목은 전반적인 삶에 대한 만족도와 긍정적, 부정적인 정서를 측정하는 항목으로 구성된다. 전반적인 삶에 대한 만족도는 11점 척도로 구성하고 있으며, 정서 측정 항목은 긍정과 부정 각각 2개 정서의 경험여부에 대해서 묻고 있다. OECD에서 제시된 감정 어휘들은 ‘즐거움, 평온한, 걱정스러운, 슬픈’으로 어제 하루동안 이와 같은 감정을 느꼈는지 여부를 ‘예/아니오’로 질문한다. 핵심항목에 심리적 번영과 관련된 항목을 구성하지 않은 이유로 이 분야의 조사항목에 대한 이론적 배경이 명확하지 않기 때문이라고 설명하고 있다.

핵심항목 이 외에 주관적 웰빙 측정을 위한 추가적인 조사항목을 제시하고 있으며, 여기에는 심리적 번영과 관련된 항목 뿐만 아니라 경험된 웰빙이라고 하여 일상 재구성법을 통한 정서 측정에 대한 내용도 제시하고 있다. 삶의 평가와 관련해서는 전반적인 삶에 대한 만족도를 측정하고 있는 다양한 항목을 모두 포함하고 있다. 예를 들면 삶의 사다리 측정, 5년 전과 후의 삶에 대한 만족 정도, 행복 정도, Diener의 삶에 대한 만족 척도 등이 그것이다. 그리고 영역별 평가에서는 삶의 세부 영역에서 얼마나 만족하고 있는지를 측정하는 항목으로 구성하고 있다. 심리적 번영은 삶의 목적이나 의미에 대해서 측정하는 부분으로 유럽사회조사와 Diener 등의 번영척도(Flourishing Scale)를 기초로 하여 구성하였다. 여기에 포함된 세부 항목은 “나는 미래에 대해서 낙관적이다”, “삶을 결정하는데 있어 자유롭다”, “나의 삶은 가치가 있다” 등에 대해서 얼마나 동의하는지 정도를 측정하는 항목이다.

13) 소득과 부, 일자리와 임금, 주거환경, 건강상태, 일-생활 양립, 교육과 기술, 사회적 관계, 시민적 참여와 거버넌스, 환경의 질, 개인적 안전, 주관적 웰빙

〈표 4-5〉 OECD의 주관적 웰빙 측정 항목

측정내용	항목
핵심 항목	<ul style="list-style-type: none"> · 귀하의 삶을 전반적으로 고려할 때 최근 귀하의 삶에 대해서 얼마나 만족하십니까? (0~10점) · 당신은 어제 하루동안 다음과 같은 감정을 경험하였습니까? (예/ 아니오) <ul style="list-style-type: none"> - 즐거운(enjoyment), 평온하고 평화로운(calm and peaceful) - 걱정스러운(worry), 슬픈(sadness)
삶에 대한 평가	<ul style="list-style-type: none"> · 0에서부터 10까지의 단계가 있는 사다리가 있고, 사다리의 맨 위는 당신에게 있어 최상의 삶이고, 맨 아래는 최악의 삶을 뜻합니다. 당신은 _____에 가깝다고 느끼십니까? · 모든 것을 전반적으로 고려할 때 당신은 얼마나 행복하십니까? (0~10점) · 모든 것을 고려할 때 당신은 5년 전 삶에 대해서 얼마나 만족하십니까? · 모든 것을 고려할 때 당신은 5년 후에는 얼마나 만족할 것이라고 예상하십니까? · Diener의 SWLS 척도
영역별 평가	<ul style="list-style-type: none"> · 다음에 제시한 삶의 각 영역에 대해서 얼마나 만족하십니까? (0~10점) <ul style="list-style-type: none"> - 생활수준, 건강, 삶의 성취, 개인적 관계, 안전, 지역사회, 미래안보, 시간사용 · 직장인의 경우 직업에 대한 만족도
정서	<ul style="list-style-type: none"> · 당신은 어제 하루동안 다음과 같은 감정을 경험하였습니까? (예/ 아니오) <ul style="list-style-type: none"> - 행복한(happy), 우울한(depressed), 화남(anger), 스트레스(stress), 육체적으로 고통스러운(physical pain), 웃음(smile or laugh)
심리적 변영	<ul style="list-style-type: none"> · 다음 항목에 대해서 당신이 동의하는 정도를 0~10점 척도로 응답해주시시오 <ul style="list-style-type: none"> - 일반적으로 나는 나 자신이 매우 긍정적이라고 느낀다 - 나는 내 미래에 대해 늘 낙관적이다 - 나는 내 삶을 결정하는데 있어 자유롭다 - 나는 나의 삶이 가치있다고 느낀다 외 3개 항목 · 지난 한 주 동안 다음과 같은 감정을 얼마나 자주 느꼈습니까? (0~10점) <ul style="list-style-type: none"> - 에너지 넘치는(a lot of energy), calm(평온한), 외로운(lonely)

자료 : OECD(2012)

즉 OECD의 주관적 웰빙 측정 가이드라인에서는 국제비교를 위한 최소한의 측정항목(핵심항목) 뿐만 아니라 주관적 웰빙과 관련하여 측정 가능한 다양한 조사항목들 또한 같이 제시하고 있다.

나. 갤럽 월드 폴(Gallup World Poll)

Gallup World Poll은 현재 전 세계 150여개 국가에서 15세 이상 국민 약 1,000명을 대



상으로 매년 전화조사를 실시하고 있다. 이 조사에서 주관적 웰빙과 관련된 항목으로는 ‘삶에 대한 만족도(life satisfaction)’와 ‘정서(affect)’에 관한 항목을 포함하고 있다.

주관적 웰빙 관련 항목만을 보면, 삶에 대한 만족도와 관련된 항목은 전반적인 만족도 항목과 함께 개인의 자유의지 및 건강에 대한 만족도를 추가로 묻고 있다. 또한 자신의 인생을 과거, 현재, 미래 각각에 대해 평가하는 항목도 포함하고 있다. 정서경험과 관련된 항목은 어제 하루동안 어떤 감정을 경험했는지를 묻고 있다(<표 4-6>).

2012년에 발표한 결과에 따르면 ‘삶에 대한 만족도’에서 한국은 6.1점으로 전체 40개 국가 중 26위이며 OECD 평균(6.7)보다 낮은 것으로 조사되었다. 가장 점수가 높은 국가는 덴마크(7.8), 캐나다(7.7), 노르웨이(7.6) 순이고, 가장 낮은 국가는 중국(4.7), 헝가리(4.7), 포르투갈(4.9) 순으로 나타났다. ‘정서균형’은 조사시점 전날 부정적 정서보다 긍정적 정서를 경험했다고 보고한 응답자 비율을 의미한다. 한국은 82.5%로 전체 40개 국가 중 20위이며 OECD 평균(79.6%)보다 높은 것으로 조사되었다. 가장 비율이 높은 국가는 덴마크(89.3%), 아이슬란드(87.2%), 일본(86.5%) 순이고, 가장 낮은 국가는 터키(68.3%), 에스토니아(68.5%), 헝가리(68.9%) 순으로 나타났다.

<표 4-6> 갤럽 월드 폴 주관적 웰빙 관련 항목

측정내용	항목
전반적 만족	· 모든 것을 고려할 때, 귀하의 최근 전반적인 삶 에 대해 얼마나 만족하십니까? (0~10점)
영역별 만족	· 당신의 삶에 대한 무엇인가를 선택하는 순간에 당신의 자유의지 에 대해서 얼마나 만족하십니까?
	· 당신의 개인적인 건강 에 대해 얼마나 만족하십니까?
긍정/부정 정서	· 당신은 어제 하루동안 다음과 같은 정서를 경험했습니까? - 화남, 우울, 즐거움, 행복, 슬픔, 스트레스, 걱정
Cantril Ladder	· 0에서부터 10까지의 단계가 있는 사다리가 있고, 사다리의 맨 위는 당신에게 있어 최상의 삶이고, 맨 아래는 최악의 삶을 뜻합니다. 한 단계가 올라갈수록 당신의 삶이 더 나아지는 것이라고 가정한다면, 당신은 현재 어느 단계 에 가깝다고 느끼십니까? - 그렇다면 5년 전 에는 어떤 단계에 있었다고 생각하십니까? - 앞으로 5년 후 에는 어떤 단계에 있을 거라고 생각하십니까?

자료 : Waldron(2010)에서 재인용



다. 세계가치관조사(WVS : World Value Survey)

세계가치관조사(World Value Survey)는 미시간 대학을 중심으로 1981년부터 시작된 조사로, 5년 주기로 실시된다. 지난 1981년과 1983년 사이에 전 세계 15개 국가를 대상으로 처음 시작되어 2005년과 2008년 사이에는 56개 국가로 그 범위가 확대되었다. 조사항목은 일상생활, 만족도, 가족/여가 생활, 사회신뢰, 참여, 정치, 종교 등 다양한 항목을 포함하고 있다. 이 중 주관적 웰빙 관련 항목은 ‘삶에 대한 만족도’와 최근 강조되고 있는 ‘심리적 번영’에 관한 항목이 포함되어 있다. 현재 2011년과 2012년 사이에 6차 조사가 진행되고 있으며 각 국가의 15세 이상 국민 약 1,000명을 대상으로 면접조사를 실시한다.

주관적 웰빙 관련 항목은 전반적인 삶에 대한 만족도와 행복을 둘 다 묻고 있으며, 영역별 만족도는 재정상태에 대해서만 묻고 있다. 그리고 심리적 번영 측면의 항목은 자신의 삶을 결정하고 선택하는 데 있어 얼마나 자유로운지를 묻고 있다. 조사항목의 척도는 행복정도를 제외하고는 모두 1~10점 척도로 구성된다(<표 4-7>).

<표 4-7> 세계가치관조사의 주관적 웰빙 관련 항목

측정내용	항목
전반적인 행복/만족	· 모든 것을 고려할 때 당신은 얼마나 행복 하십니까? (1~4점)
	· 모든 것을 고려할 때, 귀하의 최근 전반적인 삶에 대해 얼마나 만족 하십니까? (1~10점)
영역별 만족	· 당신은 당신 가구의 재정상태 에 대해 얼마나 만족하십니까? (1~10점)
심리적 번영	· 당신은 당신의 삶을 결정하는 데 있어 선택의 자유 가 얼마나 있다고 느끼십니까? (1~10점)

자료 : Waldron(2010)에서 재인용

라. 유럽사회조사(ESS : European Social Survey)

유럽사회조사는 유럽과학재단(European Science Foundation)에서 주관하는 조사로 지난 2002년부터 2년 주기로 유럽지역 각 국가의 15세 이상 국민 약 1,500명을 대상으로 하여 면접조사로 실시되고 있다. 조사항목은 매번 동일하게 구성되는 공통항목과 주기별로 추가되는 특별주제모듈로 구성된다. 2006년의 특별주제에는 ‘개인적·사회적 웰빙’, ‘삶에 대한 만족’ 등의 주제가 포함되어 있으며, 2012년에도 ‘웰빙’ 관련 주제로 조사가 실시될 예정이다.

2006년 유럽사회조사에서 주관적 웰빙과 관련된 부분은 전반적인 만족과 행복정도,

영역별 만족도, 정서경험, 심리적 번영 항목을 포함하고 있다. 정서경험의 경우 회상기간은 지난 1주간으로 설정하고 있으며, 10개 이상의 정서경험에 대해 측정하고 있다. 심리적 번영과 관련된 항목도 삶의 가치와 목적, 성취감, 자율성, 낙관성 등 다양한 항목으로 구성하고 있다. 각각의 항목은 만족도의 경우 0~10점 척도로 구성되며, 심리적 번영을 측정하는 각각에 대한 동의 정도를 묻는 항목은 5점 척도로, 정서경험은 4점 척도로 구성되어 있다(<표 4-8>).

<표 4-8> 유럽사회조사의 주관적 웰빙 관련 항목(2006년)

측정내용	항목
전반적인 행복/만족	· 모든 것을 고려할 때 당신은 얼마나 행복하십니까? (0~10점)
	· 모든 것을 고려할 때, 귀하의 최근 전반적인 삶에 대해 얼마나 만족하십니까? (0~10점)
영역별 만족	· 지금까지 당신의 삶에 대해서 얼마나 만족하십니까?(0~10점)
	· 현재 당신의 생활수준에 대해 얼마나 만족하십니까?(0~10점)
	· 모든 것을 고려할 때, 현재 당신의 직업에 얼마나 만족하십니까? (0~10점)
	· 당신의 삶에서 당신이 소비하는 시간과 근무시간의 균형에 대해 얼마나 만족하십니까? (0~10점)
긍정/부정 정서	· 다음과 같은 감정들을 지난주에 얼마나 자주 느꼈습니까? (1~4점) - 우울, 행복, 외로움, 즐거움, 슬픔, 불안, 피곤함, 평화로움, 지루함 등
심리적 번영	· 다음에 대해 얼마나 동의하십니까? (1~5점) - 나는 내가 내 삶을 자유롭게 결정할 수 있다고 느낀다 - 나는 내가 하는 일에서 성취감을 느낀다 등
	· 다음에 대해 얼마나 동의하십니까? (1~5점) - 나는 일반적으로 내 삶이 가치있다고 느낀다 - 내가 누군가를 도와줄 때, 일부는 돌려받기를 기대한다 등
	· 다음에 대해 얼마나 동의하십니까? (1~5점) - 나는 내 미래에 대해 늘 낙관적이다 - 일반적으로 나는 나 자신에 대해 매우 긍정적이라고 느낀다 등
	· 다음에 대해 얼마나 동의하십니까? (1~5점) - 나는 내 미래에 대해 늘 낙관적이다 - 일반적으로 나는 나 자신에 대해 매우 긍정적이라고 느낀다 등
	· 다음에 대해 얼마나 동의하십니까? (1~5점) - 나는 내 미래에 대해 늘 낙관적이다 - 일반적으로 나는 나 자신에 대해 매우 긍정적이라고 느낀다 등
	· 다음에 대해 얼마나 동의하십니까? (1~5점) - 나는 내 미래에 대해 늘 낙관적이다 - 일반적으로 나는 나 자신에 대해 매우 긍정적이라고 느낀다 등

자료 : Waldron(2010)에서 재인용

마. 유럽 삶의 질 조사(EQLS : European Quality of Life Survey)

유럽 삶의 질 조사는 Eurofound에서 진행하는 조사로 2003년 처음 실시되었고, 이후 2007과 2011년 4년 주기로 실시되었다. 조사대상은 유럽지역 28여개 국가의 18세 이상



국민 약 1,500명을 대상으로 하며 면접조사로 진행된다. 조사내용은 고용, 소득, 교육, 주거, 가족, 건강, 삶에 대한 만족, 사회의 질과 같은 다양한 이슈로 구성된다. 주관적 웰빙과 관련된 항목은 전반적인 만족도와 행복, 각각의 영역별 만족도, 정서경험, 심리적 번영 관련 항목이 포함되어 있다(<표 4-9>).

전반적인 만족 관련 항목은 유럽사회조사와 동일하게 전반적인 삶에 대한 만족 정도와 행복 정도를 둘 다 묻고 있지만 척도는 1~10점 척도로 구성된다. 또한 7개의 세부 영역별 만족도를 별도로 구성하고 있다. 영역별 만족도의 경우 동일한 항목에 대해서 그것이 개인의 삶의 질에 있어 얼마나 중요한지를 5점 척도로 묻고 있다.

정서경험은 지난 2주간의 정서를 묻고 있으며, 다른 조사항목과는 달리 6점 척도로 구성하고 있으며, 얼마나 많은 시간동안 그러한 감정을 느꼈는지를 측정하고 있다. 심리적 번영과 관련된 항목에서는 낙관성, 유능감, 타인과의 관계 등에 대한 개인의 의견을 측정하고 있다.

<표 4-9> 유럽 삶의 질 조사의 주관적 웰빙 관련 항목

측정내용	항목
전반적인 행복/만족	<ul style="list-style-type: none"> · 모든 것을 고려할 때 당신은 얼마나 행복하십니까? (1~10점) · 모든 것을 고려할 때, 귀하의 최근 전반적인 삶에 대해 얼마나 만족하십니까? (1~10점)
영역별 만족	<ul style="list-style-type: none"> · 다음의 각각에 대해서 현재 얼마나 만족하십니까? (1~10점) <ul style="list-style-type: none"> - 교육, 현재의 직업, 생활수준, 주거, 가족생활, 건강, 사회생활 · 다음의 각 항목들은 당신의 삶의 질에 있어 얼마나 중요합니까? (1~5점) <ul style="list-style-type: none"> - 교육, 직업, 생활수준, 주거, 가족생활, 건강, 사회생활
긍정/부정 정서	<ul style="list-style-type: none"> · 당신은 지난 2주 동안에 다음과 같은 감정을 얼마나 느꼈습니까? (1~6점: 모든 시간/많은 시간/반이상의 시간/반이하의 시간/조금/전혀) <ul style="list-style-type: none"> - 기분좋은/즐거운, 고요하고 편안한, 활동적/활발, 신선함, 흥미로움
심리적 번영	<ul style="list-style-type: none"> · 다음에 대해 얼마나 동의하십니까? (1~5점) <ul style="list-style-type: none"> - 나는 내 미래에 대해 늘 낙관적이다 - 나의 삶은 내가 희망하는 삶과 근접하다 - 내가 하는 일은 다른 사람들에게 가치있게 평가받지 못한다 외 4개 항목

자료 : Karppinen(2010)

2007년의 조사결과를 간단히 보면, EU 27개 국가의 삶에 대한 만족도 평균은 7점이고, 행복정도는 7.5점으로 나타났으며, 덴마크의 삶에 대한 만족도는 8.5점, 행복정도는

8.3점으로 가장 높은 것으로 나타났다. 반면 불가리아, 마케도니아, 헝가리에서 삶에 대한 만족정도가 가장 낮게 나타났다. 상위권 3~4개 국가를 제외하면 전반적으로 삶에 대한 만족도보다는 행복정도가 좀 더 높게 나타났다(Eurofound, 2010).

3. 국가단위 측정 사례

국가 통계기관에서 주관적 웰빙을 측정하는 대표적인 사례는 부탄의 경우를 들 수 있다. 부탄은 국민의 행복을 정책의 우선순위로 삼고 이를 측정하고 관리하여 왔다. 최근에는 영국과 일본에서 주관적 웰빙을 측정하기 위한 노력이 진행되어 왔다. 영국의 경우 2010년부터 주관적 웰빙 측정에 대한 연구가 진행되어 2011년과 2012년에 시험조사를 수행하였고, 향후 지속적으로 관리해 나갈 계획이다. 일본의 경우도 2012년에 삶의 질 조사를 통해 주관적 웰빙을 측정하였다. 이 외에 국가 통계기관에서 주관적 웰빙 측정에 국가적 차원의 관심을 가지고 조사를 진행한 사례는 거의 없으며, 대부분 사회조사나 가구조사에서 일부 항목으로 이를 포함하고 있을 뿐이다. 그러나 최근 들어 주관적 웰빙의 중요성이 점차 부각됨에 따라 영국이나 일본과 같이 국가적 차원에서 이를 측정하고자 하는 노력이 증가할 것으로 예상된다. 여기에서는 부탄과 영국, 일본의 사례를 검토하고자 한다.

가. 영국

영국 통계청은 지난 2010년부터 기존 GDP 중심의 경제지표를 보완하여 사회적, 환경적, 심리적 복지 수준 등을 포괄하는 ‘국민행복지수’를 개발하고 있다. 이는 데이비드 캐머런 총리의 공약에 의한 것으로 개발이 완료되면 정부 정책수립에 반영하겠다는 계획이다. 이러한 ‘국민행복지수’ 개발 과정에서 특히 국민의 심리적 복지 수준인 ‘주관적 웰빙’을 측정하기 위한 노력이 지속적으로 추진되고 있다. 또한 국가의 웰빙(national well-being) 측정을 위한 10개의 세부 영역 중 하나로 ‘개인의 웰빙(individual well-being)’을 별도의 영역으로 구분하고 있다.

통계청은 주관적 웰빙 관련 항목을 포함하고 있는 기존 조사들과 세부 항목에 대해 파악하고, 조사항목 중 주관적 웰빙을 구성하는 개념적 측면에 따라 ‘삶에 대한 만족도’, ‘정서’ 및 ‘심리적 번영’으로 분류하였다. 이러한 검토와 분류 작업을 통해 주관적 웰빙을 측정하는 대표적인 조사항목을 선정하여 시험조사를 하였다. 주관적 웰빙을 측정하는 항목을 포함하는 기존의 조사가 있음에도 불구하고 영국 통계청에서 주관적 웰빙 측정을 위한 새로운 조사와 항목을 검토하는 이유는 기존 조사가 비교적 소규모의 표본을 대상으로 실시되는 등 한계가 존재하기 때문이다. 다시 말해 전국민을 모집단으로 하는

대규모 표본조사에서 주관적 웰빙을 측정하여 정책적으로 활용가능한 수준으로 전 국민의 주관적 웰빙을 측정할 수 있는 방안을 모색하고자 하는 것이다(Hicks, S., 2011).

2011년에 통계청은 Opinion Survey(OPN), Annual Population Survey(APS) 그리고 Integrated Household Survey(IHS)를 통해 주관적 웰빙 측정에 대한 시험조사를 완료하였다¹⁴⁾. 조사항목은 전반적인 삶에 대한 만족도와 영역별 삶에 대한 만족도, 정서경험, 심리적 번영에 대한 항목으로 구성된다(<표 4-10>). 모든 항목은 0~10점 척도로 평가된다. 시험조사에서는 항목의 타당성을 검토하고, 자기기입식과 면접원 조사방식의 결과를 비교하는 등의 여러 가지 시도와 검토를 하였다(ONS, 2011). 이러한 시험조사를 거쳐 최종적으로 주관적 웰빙 측정의 대표항목으로 전반적인 삶에 대한 만족도와 정서경험(행복한, 걱정하는), 자신의 일에 대해 얼마나 가치가 있다고 느끼는 지에 대한 4개의 핵심항목을 선정하였다.

<표 4-10> 영국의 주관적 웰빙 측정 항목

측정내용	내용
전반적 삶에 대한 만족도	· 최근 당신의 삶 에 대해 얼마나 만족합니까? (핵심항목) (0~10점, 이하 동일)
영역별 삶에 대한 만족도	· 최근 당신의 각 영역별 삶에 대해 얼마나 만족합니까? - 개인적 관계, 신체적 건강, 정신적 건강, 직업, 재정상황, 주거환경, 자녀의 웰빙(자녀가 있는 경우)
긍정 /부정적 정서	· 당신은 어제 얼마나 ___ 하다고 느끼셨습니까? - 행복 , 만족, 평안, 여유로운, 평화로운, 즐거운, 기쁜, 활기찬, 흥분된, 불안, 피로한, 스트레스인, 걱정하는 , 지루한, 아픈, 화난, 외로운
심리적 번영	· 당신은 당신의 삶이 얼마나 가치 있다고 느끼십니까? (핵심항목) · 당신은 자신의 삶의 중요한 측면에 대해 얼마나 통제 할 수 있다고 생각하십니까?, 당신은 자신의 미래에 대해 얼마나 낙관적 이십니까? 등 (총 15개)

자료: ONS(2012), ONS(2011)

OPN과 APS의 시험조사 결과를 간단히 살펴보면, 삶에 대한 만족도는 두 조사 모두 7.4점, 두 번째 항목인 삶에 대한 가치감도 동일한 7.6점으로 나타났다. 긍정적인 정서경험의 경우 OPN은 7.6점, APS는 7.3점이고, 부정적인 정서경험은 각각 3.4점, 3.2점으로 나타났다. 영국 통계청은 앞으로 이와 같은 일련의 시험조사 결과에 대한 분석 과정을

14) 현재 OPN과 APS 시험조사에 대한 결과는 공개되었고, IHS 결과 분석보고서는 2012년 7월에 발표될 예정이다.



거쳐 공식통계로의 승인화 작업을 추진할 예정이다(ONS, 2012).

나. 부탄

부탄은 지난 1974년부터 왕실과 부탄연구센터(Center for Bhutan Studies)가 중심이 되어 GDP를 대체하는 개념으로 ‘국민총행복지수(Gross National Happiness, 이하 GNH)’를 도입하였다. GNH는 GDP보다 전체적(holistic)인 방법으로 국민의 삶의 질을 측정하는 것으로 물질적 측면 뿐만 아니라 정신적인 측면의 발전과 자연환경과의 조화 등을 중요한 가치로 추구한다. GNH는 ‘생활수준, 건강, 교육, 시간사용, 거버넌스, 생태환경, 심리적 웰빙, 지역사회, 문화’와 같은 총 9개 영역(domain)으로 구성된다. 각 영역은 ‘생활조건’(3개)과 ‘시간사용’(2개) 영역을 제외하고 모두 4개의 지표로 이루어져 총 33개의 지표가 존재한다.

이 중 ‘심리적 웰빙(psychological well-being)’ 영역은 주관적 웰빙을 측정하는 부분으로 ‘삶에 대한 만족도’, ‘긍정적 정서’, ‘부정적 정서’, ‘영성(spirituality)’의 지표로 구성된다(<표 4-11>). 우선 ‘삶에 대한 만족도’ 지표는 영역별 만족도로 자신의 건강, 직업, 가족, 생활수준, 일과 생활의 균형 각각에 대한 개인의 주관적인 만족도를 평가하는 항목으로 구성된다. ‘긍정적 정서’는 ‘연민, 관대함, 용서, 만족, 평안’과 같은 5개의 정서에 대해서, ‘부정적 정서’ 지표는 ‘이기심, 질투심, 화남, 두려움, 걱정’과 같은 5개의 정서에 대해 각각 지난 몇 주 동안 경험한 정도를 응답하도록 한다. 모든 척도는 5점 척도로 구성된다. 마지막으로 ‘영성’ 부분은 부탄사회의 종교적인 특징이 반영된 부분으로 일반적인 내용이 아니므로 여기에서는 별도로 검토하지 않았다.

<표 4-11> 부탄의 주관적 웰빙 관련 측정 항목

측정내용	내용
영역별 만족도	· 최근 당신의 건강 에 대해 얼마나 만족합니까? (1~5점, 이하 동일)
	· 최근 당신의 직업 에 대해 얼마나 만족합니까?
	· 최근 당신의 가족 에 대해 얼마나 만족합니까?
	· 최근 당신의 생활수준 에 대해 얼마나 만족합니까?
	· 최근 당신의 일과 생활의 균형 에 대해 얼마나 만족합니까?
긍정/부정적 정서	· 당신은 지난 몇 주 동안 얼마나 [연민, 관대함, 용서, 만족, 평안함]을 경험하셨습니다? (1~5점, 이하동일) - 1: 전혀 아님, 5: 매우 많이
	· 당신은 지난 몇 주 동안 얼마나 [이기심, 질투심, 화남, 두려움, 걱정]을 경험하셨습니다?

자료 : Ura et al.(2012)

GNH는 지난 2005년 처음으로 350명을 대상으로 시험조사(pilot survey)가 실시되었고, 이 후 2008년에 공식적인 본조사가 950명을 대상으로 이루어졌다. 이때는 9개 영역, 72개 지표, 290개 문항으로 구성되어 2010년 지표체계와 약간 차이가 있다. 최근 2010년의 경우 과거 지표체계를 바탕으로 새로 개편된 지표체계의 조사항목에 대해 7,142명을 대상으로 조사가 실시되었다(Ura et al., 2012).

다. 일본

일본 정부 내각부(Cabinet Office) 산하 경제·사회연구소(Economic and Social Research Institute)에서 처음으로 ‘삶에 대한 만족도’, ‘정서 균형’ 등 주관적 웰빙 측정 항목을 포함한 ‘삶의 질 조사’(Quality of Life Survey)를 실시하였다. 실제 조사는 Shin-Joho Center에서 2012년 3월 1일부터 16일 까지 15세 이상 가구원 10,440명을 대상으로 자기기입식의 방법으로 이루어졌다¹⁵⁾. 삶의 질 조사는 총 25개 항목으로 크게 ‘주관적 웰빙’, ‘다양한 웰빙의 측면’ 두 영역으로 구성되어 있다. 이 조사에서 주관적 웰빙 측정과 관련된 항목은 다음 <표 4-12>에 제시된 바와 같이 총 8개로 볼 수 있다. 이 밖에도 ‘다양한 웰빙의 측면’ 영역에서는 식품안전, 자연재해, 방사능 오염 등 9개 이슈에 대한 불안감(anxiety), 야간 보행 안전도, 자기 보고 건강수준 등 일반적 웰빙 측정 항목과 함께 객관적 배경항목을 포함하고 있다.

주관적 웰빙 측정 항목은 내용에 따라 ‘만족도’, ‘정서’, ‘심리적 번영’ 부문으로 분류할 수 있다(<표 4-12>). 각 부문별로 포함하는 조사항목을 살펴보면 다음과 같다. 우선 ‘만족도’ 부문에서 전반적 삶에 대한 만족도와 행복정도, 그리고 일자리, 주거 등 7개 영역별 삶에 대한 만족도를 11점(0~10점) 척도로 측정한다. 그리고 여기에서는 다른 조사와는 달리 다른 가족 구성원의 행복정도, 바람직한 행복수준, 5년후에 기대하는 행복수준 등의 항목을 포함하고 있다. ‘정서’ 관련 항목은 지난 몇 주간 정서경험에 대해 조사한다. 이때 정서경험 조사결과를 통해 ‘정서균형(affect balance)’을 산출할 수 있다. 정서균형은 9개의 긍정적 정서와 12개의 부정적 정서 각각에 대한 경험정도를 점수화하여 긍정/부정적 정서별로 평균한 후, 긍정적 정서에서 부정적 정서 평균값을 제한 값이다. 마지막으로 ‘심리적 번영’ 부문에서는 ‘상호의존적인 행복수준(interdependent happiness)’을 9개 세부항목으로 조사한다. 다른 사례와는 달리 주변 사람들과의 관계나 주변 사람들과의 비교시 어떠한지에 대한 항목으로 주로 구성되어 있다.

15) 표본(10,440명)은 재난지역 1,000명과 나머지 지역 9,440명으로 구성되었다. 전체 응답률은 61.8%로 총 6,451명이 응답하였고, 재난지역과 나머지 지역은 각각 627명, 5,824명이 응답하였다.



〈표 4-12〉 일본의 주관적 웰빙 측정 항목

측정내용	내용
전반적 삶에 대한 만족도/행복	<ul style="list-style-type: none"> · 전반적으로 최근 당신은 삶에 대해 얼마나 만족하십니까? (0~10점) · 현재 얼마나 행복하십니까? (0~10점)
타인의 행복 및 기대수준	<ul style="list-style-type: none"> · 현재 응답자가 인식하기에 함께 거주하는 가족 구성원은 얼마나 행복하십니까? (0~10점) · 당신이 기대했던 행복수준은 어느 정도입니까? (0~10점) · 5년 후, 당신의 행복수준은 어떠한 것이라고 생각하십니까? (-5~+5점) - 0 : 현재와 동일, +1~+5 : 현재보다 증가, -1~-5 : 현재보다 감소
영역별 삶에 대한 만족도	<ul style="list-style-type: none"> · 다음 제시된 각 영역에 대해 얼마나 만족하십니까? (0~10점) - 일자리, 주거, 가족생활, 보육, 보육지원서비스, 의료서비스, 요양지원시스템
긍정/부정적 정서	<ul style="list-style-type: none"> · 지난 몇 주간 다음과 같은 정서를 얼마나 자주 경험하였습니까? (0~3점, 무응답) - 0 : 없음, 1 : 거의 없음, 2 : 때때로, 3 : 종종 - 긍정적 정서(자랑스러운, 평온한, 동정심, 관대한, 평화로운, 친밀한, 친밀한 성취감, 만족한), 부정적 정서(부채감, 희망이 없는, 슬픈, 스트레스받는, 두려운, 불안한, 수치스러운, 화난, 죄책감느끼는, 자만심, 질투하는, 좌절스러운)
심리적 변형	<ul style="list-style-type: none"> · 다음의 각 항목에 대해 동의하는 정도 (0~10점) - 나와 내 주위 사람들이 행복하다고 생각한다 - 나는 내 주위 사람들에게 긍정적으로 평가받고 있다고 생각한다 - 나는 내 주위의 사람들 만큼 동일한 삶을 성취했다고 생각한다 등

주 : 정서균형(affect balance) = 긍정적 정서 - 부정적 정서

자료 : Initial investigation on the data from the Quality of Life Survey FY2011(2012)

4. 한국의 측정 사례

우리나라에서 주관적 웰빙을 측정하는 사례는 주관적 웰빙이나 행복을 연구하는 심리학자들이 연구를 위해서 실시하는 소규모 표본의 조사들이 대부분이다. 전국을 모집단으로 하는 대규모 조사에서 주관적 웰빙을 측정하는 경우는 사회조사나 의식조사에서 일부 항목(전반적 만족도나 행복정도 등)을 포함하는 정도이다. 여기에서는 소규모 조사가 아닌 대규모로 진행되는 대표적인 사회조사나 의식조사에 포함된 주관적 웰빙 측정 관련 항목 위주로 검토하였다. 전국을 모집단으로 하는 가장 대표적인 사회조사인 통계청의 ‘사회조사’와 전국규모는 아니지만 이와 동일한 목적으로 진행되는 서울시의 ‘도시정책지표 조사’, 그리고 승인통계는 아니지만, 국제비교를 목적으로 ISSP16)에서 공동으

로 개발되어 진행되는 성균관대학교의 ‘한국종합사회조사’를 검토하였다. 또한 의식 및 가치관에 대한 조사로 ‘한국인의 의식 및 가치관 조사’와 ‘청소년 가치관 조사’를 검토하였다.

가. 통계청 사회조사

통계청의 사회조사는 사회적 관심사항, 삶의 질에 관한 사항 등 사회구성원의 주관적 관심사를 파악하는 것을 목적으로 하며, 전국을 모집단으로 하여 약 17,000 표본가구의 만 13세 이상 가구원 전체를 대상으로 조사가 이루어진다. 조사항목은 10개 영역¹⁷⁾에 걸쳐서 이루어지며, 영역별 2년 주기로 매년 5개 영역씩 조사된다. 세부 영역에서 주관적 웰빙을 측정하는 영역을 따로 구분하지는 않고 있으나 전반적인 만족도와 함께 일부 영역에서는 각 영역에 대한 만족도 항목, 그리고 보건 영역에서 부정적 정서경험 항목을 포함하고 있다(<표 4-13>).

전반적인 만족도와 영역별 만족도 측정 항목은 모두 5점 척도로 구성되며, 전반적인 삶에 대한 만족도를 묻는 항목은 사회참여 영역에 포함되는 항목으로 개발되었으나, 2011년부터는 기본항목으로 매년 조사되고 있다. 전반적인 만족도에서 만족한다는 비율(매우 만족, 만족 비율의 합)은 2009년 20.9%로 2006년 28.9%보다 감소하였다.

영역별 만족도는 학교생활, 가족, 여가, 소득, 소비생활, 근로여건에 대해서 구성되며, 이 중 교육, 가족, 근로여건의 경우는 세부항목으로 구분하여 만족도를 측정한다. 전반적인 가족관계에 대해 만족한다는 비율은 2010년 54.8%로 2006년 50.3%에서 증가하였으며, 다른 영역에 비해서 만족한다는 비율이 높은 것으로 나타났다. 소득과 소비생활에서 만족한다는 비율은 각각 2011년 11.7%, 12.7%로 다른 영역별 만족도 중 가장 낮은 비율을 보이는 것으로 나타났다¹⁸⁾.

사회조사의 10개 영역 중 주관적 만족도 항목이 없는 영역은 보건, 안전, 환경, 사회참여 세 개의 영역이다. 보건 영역의 경우 주관적 만족도는 아니지만, 주관적인 건강평가 항목(본인 스스로 자신의 건강을 평가)을 포함하고 있으며, 안전과 환경 영역의 경우 만족도가 아닌 안전한 정도와 환경오염 정도를 평가하는 항목이 포함되어 있다.

부정적 정서와 유사한 항목은 보건 영역에서 측정하는 ‘스트레스 정도’로 정신건강

16) ISSP(International Social Survey Programme)는 국제사회의 흐름을 파악하고 국가간 비교연구에 이용할 수 있는 사회조사를 산출하기 위하여 1984년 시카고대학 NORC의 주도로 창설된 국제사회조사연합기구로서, 2011년 7월 현재 미국, 영국, 독일, 프랑스, 호주, 일본 등 전 세계 48개 국가들이 회원국으로 가입되어 있다. 한국은 2003년 성균관대학교 서베이리서치센터가 한국을 대표하는 회원으로 가입하였다(김상욱 외, 2011).

17) 2012년 조사(보건, 교육, 안전, 가족, 환경), 2011년 조사(노동, 사회참여, 문화와 여가, 소득과 소비, 복지)

18) 여가활용 만족 비율 : 2007년 21.6%, 2009년 21.8%, 2011년 19.3%, 근로여건 만족 비율 : 2011년 세부항목 별로 14~36% 정도임, 학교생활 전반에 대한 만족 비율 : 2008년 51.0%, 2010년 46.5%



측정을 목적으로 개발된 항목이다. 지난 2주 동안의 전반적인 일상생활과 가정, 학교, 직장에서의 스트레스 정도를 4점 척도로 측정하고 있다. 이 항목의 경우 정서 측정을 목적으로 하진 않지만, 기존의 정서를 측정하는 항목의 구성과 거의 유사하다고 볼 수 있다. 2010년 일상생활에서 느끼는 스트레스의 정도는 매우 많다는 비율이 11.4%, 느끼는 편이라는 비율이 58.6%로 나타났다.

이 외에도 교통안전시설 만족도나, 환경문제 및 농약오염에 대한 불안 정도 등 세부 항목에 대한 만족도와 부정적 정서와 관련된 항목이 포함되어 있다. 그러나 이러한 항목들은 이 연구에서 검토하고 있는 주관적 웰빙 측정의 범위에서 벗어나 있어 검토하지 않았다.

〈표 4-13〉 사회조사의 주관적 웰빙 측정 항목

측정내용	항목
전반적 만족	· 귀하는 경제적인 면, 직업, 건강 등을 전반적으로 고려할 때 현재 생활에 어느 정도 만족하십니까? (1~5점)
영역별 만족도	· 귀하는 평소 여가생활 에 만족하십니까? (1~5점)
	· 귀하는 본인의 소득 에 만족하십니까? (1~5점)
	· 귀하는 현재의 전반적인 소비생활 에 어느 정도 만족하고 있습니까?(1~5점)
영역별 만족도	· 학교생활 의 각 사항에 대한 만족 정도(1~5점) - 교육내용 / 교육방법 / 교우관계 / 교사와의 관계 / 학교 시설 및 설비 / 학교 주변환경 / 전공 / 전반적인 학교 생활
	· 가족관계 의 각 사항에 대한 만족 정도(1~5점) - 배우자와의 관계 / 자녀와의 관계 / 자기 부모와의 관계 / 배우자 부모와의 관계 / 형제자매와의 관계 / 배우자의 형제자매와의 관계 / 전반적인 가족 관계
부정적 정서	· 직장의 근로여건 에 대한 만족 정도 (1~5점) - 하는 일 / 인사관리 / 임금 / 복리후생 / 직장에서의 장래성/ 근무환경 / 인간관계 / 근로시간 / 직장에서의 성희롱 방지 노력 / 직장내 교육훈련의 기회 / 현재의 일자리
	· 귀하는 지난 2주 동안 일상생활에서 스트레스를 어느 정도 느꼈습니까? (1~4점) - 가정생활 / 직장생활 / 학교생활 / 전반적인 일상

자료 : 통계청, 사회조사(2011, 2012)

나. 서울시 도시정책지표

서울시에서 시행하고 있는 도시정책지표는 서울시민의 의식과 생활, 전반적인 삶의 조건, 환경 등을 알아보기 위한 조사로 통계청의 사회조사와 유사한 목적을 가지고 있



다. 조사대상은 서울시내 20,000가구에 거주하는 15세 이상 가구원 전체를 대상으로 면접조사를 하며, 2003년 처음 실시된 이후 매년 조사된다.

주관적 웰빙과 관련된 항목은 영역별 행복정도와 만족정도 항목으로 구성된다(<표 4-14>). 조사항목은 전반적인 만족감이 아니라 영역별로 구체화하여 측정하고 있다. 만족도 항목은 모두 5점 척도로 구성되며, 행복 측정 항목은 11점 척도(0~10점)로 구성되어 있다. 조사결과 행복지수는 10점 만점으로 환산하여 5개 세부 항목을 종합한 점수는 2010년 6.59점으로 2005년 6.35점에서 약간 증가한 수치이다. 세부 항목별로는 가정생활에 대한 행복지수가 2010년 6.8점으로 가장 높게 나타났다. 생활환경 만족도는 10점 만점으로 환산하여 분야별 만족도를 합산한 결과 2010년 5.54점으로 나타났다.

이 외에도 서울시 정책과 관련된 세부적인 만족도 항목도 일부 포함되어 있다. 예를 들면 서울 축제 참여 만족도, 한강시민공원 이용 만족도, 보육시설 이용 만족도, 교통시설 만족도 등이 포함되어 있다. 이러한 세부 항목에 대한 이용 만족도는 여기에서 검토하지 않았다.

<표 4-14> 서울시 도시정책지표의 주관적 웰빙 측정 항목(2010년 조사항목)

측정내용	항목
영역별 행복	<ul style="list-style-type: none"> · 귀하는 요즘 스스로 행복하다고 생각하십니까? (0~10점) - 자신의 건강상태 / 자신의 재정상태 / 주위 친지, 친구와의 관계 / 가정생활 / 사회생활
영역별 만족	<ul style="list-style-type: none"> · 귀하의 현재 생활환경에 대한 만족 정도를 알아보려고 합니다. 귀하의 만족정도를 아래의 평가기준에 따라 말씀해 주십시오 - 주거환경(상하수도, 주택, 전기, 통신, 교통, 녹지 등) - 경제환경(생활비, 소득, 근로시간, 등) - 사회환경(복지, 질병, 의료시설 등) - 교육환경(교육비, 교육여건 등)
	· 귀하의 현재 직업 에 대해 얼마나 만족하십니까?
	· 귀하가 거주하는 지역의 녹지 (공원, 숲)에 대해 얼마나 만족하십니까?
	· 귀하는 서울의 전반적인 문화환경 (문화시설, 문화프로그램, 비용 등)에 대해서 얼마나 만족하십니까?

주 : 행복지수를 제외하고 모두 5점 척도의 만족도를 묻는 항목으로 구성되어 있음

자료 : 서울특별시, 2010 서울서베이, 2011

다. 한국종합사회조사(KGSS)

성균관대학교 서베이리서치센터에서 실시하고 있는 한국종합사회조사(KGSS: Korea

General Social Survey)는 미국 시카고대학의 NORC(National Opinion Research Center)의 GSS(General Social Survey)를 기본 모형으로 설계된 조사이다. KGSS는 현재 승인통계는 아니지만 국제비교를 위한 공통항목을 갖추고 있으며¹⁹⁾, 사회과학 연구를 위한 기초통계 원자료의 생산 및 확산을 위해 시행되는 연차적 전국표본조사이다. 전국의 가구 거주만 18세 이상 성인남녀를 모집단으로 하여 면접조사로 이루어지며, 2010년에 1,576명을 대상으로 8번째 조사를 수행하였다.

〈표 4-15〉 KGSS의 주관적 웰빙 측정 항목(2010년 조사항목)

측정내용	항목
전반적 만족	· 귀하의 요즘 생활을 고려할 때 전반적으로 얼마나 행복 또는 불행 하다고 생각하십니까? (1~5점)
영역별 만족	· 귀하는 한국의 정치상황 에 대한 어느 정도 만족 또는 불만족 하십니까? (1~5점) · 귀하의 경제상태 에 대해서 어느 정도 만족 또는 불만족 하십니까? (1~5점)
긍정/부정 정서	· 지난 1달간 귀하의 감정(기분, 정서) 및 상황에 대한 질문입니다. 다음 사항에 대해 어떻게 느끼셨는지 말씀해 주십시오 (1~5점: 항상 그랬다 / 자주 그랬다 / 가끔 그랬다 / 별로 그렇지 않았다 / 전혀 그렇지 않았다) - 나는 차분하고 평온한 느낌이었다 - 나는 활력이 있다고 느꼈다 - 나는 낙심하였고, 우울하다고 느꼈다
심리적 번영	· 귀하는 다음 사항에 대해 어느 정도 동의 또는 반대하는지 말씀해 주십시오 (1~5점 : 매우 동의 ~ 매우 반대) - 나에게 미래는 희망이 없어 보이고, 상황이 더 나아지지 않는다고 생각한다 - 내가 얻으려 애쓰는 목표에 도달하는 것이 불가능하다고 생각한다

자료 : 김상욱 외(2011)

2010년 조사표를 기준으로 하여 다른 항목은 제외하고 주관적 웰빙 관련 항목만을 검토하였다(〈표 4-15〉). 전반적인 삶에 대한 만족 관련 항목은 만족도가 아닌 얼마나 행복 한지를 측정하는 항목으로 5점 척도로 구성된다. 그리고 영역별 만족도는 정치상황과 경제상태에 대해서만 만족도를 측정하고 있다. 이 두 항목은 매년 반복적으로 조사되는 기본항목이고, 2010년 조사의 주제모듈은 ‘건강’으로 건강과 관련된 조사항목에서 정신건

19) ISSP 회원국들이 공동으로 조사하는 연차적 주제모듈(현재까지 개발 또는 예정된 주제는 모두 11개이며, 약 10년 간격으로 2~4회씩 공동으로 조사)과 한국, 일본, 중국, 대만 등 동아시아 4개국이 격년 주기로 공동조사하는 EASS(East Asia Social Survey) 주제모듈을 통해 국제비교가 가능하다.

강을 묻는 항목으로 정서경험과 심리적 웰빙을 측정하고 있다. 정서경험은 지난 1년간 특정 감정(평온, 활력, 낙심)을 얼마나 자주 느꼈는지를 5점 척도로 묻고 있으며, 심리적 번영과 관련된 항목으로 미래에 대한 희망정도, 목표 달성 가능성에 대해 얼마나 동의하는지를 5점 척도로 묻고 있다.

라. 한국인의 의식 및 가치관 조사(문화체육관광부)

문화체육관광부에서 수행한 ‘한국인의 의식 및 가치관 조사’는 1996년에 처음 실시되어 2001년, 2006년, 2008년에 조사되었다. 조사항목은 사회전반, 우리나라, 문화, 가정생활, 미래관 등에 대한 전반적인 의식을 조사하는 항목으로 구성되어 있다. 이 중 주관적 웰빙과 관련된 항목은 전반적인 행복정도와 영역별 행복정도를 측정하는 항목으로 구성된다. 다른 조사와 다른 점은 영역별 행복정도를 측정하기 위해 각각의 영역이 행복과 불행을 결정하는 데 얼마나 중요한지를 4점 척도로 묻는 항목을 추가로 구성하고 있다(<표 4-16>). 이는 각 영역에 대한 개인별 중요도를 평가하기 위한 것으로 유럽의 「삶의 질 조사」도 이와 유사한 항목을 구성하고 있다.

<표 4-16> 한국인의 의식 및 가치관 조사의 주관적 웰빙 측정 항목

측정내용	항목
전반적 행복	· 주변의 모든 것을 고려했을 때 귀하께서는 현재 본인의 삶이 얼마나 행복하다고 느끼시나요? (1~10점)
영역별 행복	· 귀하께서는 삶에서 행복하거나 불행하다고 느끼시는데 다음이 각각 얼마나 중요하다고 생각하시나요? (1~4점) - 가정생활 / 자녀 / 배우자 / 친구 / 건강 / 재산 / 직장생활 / 종교생활 / 문화, 여가생활 · 그럼 위의 각 영역에 대해 얼마나 행복하다고 느끼시나요?(1~10점)

마. 청소년 가치관 조사(여성가족부)

청소년 가치관 조사는 여성가족부 주관으로 한국청소년정책연구원에서 2008년과 2010년에 수행되었다. 이 조사는 한, 중, 일 3개국 학생들의 가치관을 알아보기 위해서 시행된 조사로 전국 중·고등학생 2,000명을 대상으로 한다. 조사항목은 인생관, 결혼관, 직업관, 사회관, 국가관 등에 대한 주관적인 인식을 주로 조사하고 있다. 주관적 웰빙과 관련된 조사항목은 인생관과 관련된 항목으로 삶에 대해 만족하는지, 행복한지, 미래가 밝은지 등에 대해 얼마나 동의하는지를 4점 척도로 묻고 있다(<표 4-17>).



〈표 4-17〉 청소년 가치관 조사의 주관적 웰빙 측정 항목

측정 내용	항목
심리적 변영	<ul style="list-style-type: none"> · 아래의 글을 잘 읽고 자신과 가장 일치한다고 생각되는 곳에 O표 해 주십시오 (1~4점: 매우 그렇다 ~ 전혀 그렇지 않다) - 나는 현재 여가생활에 만족한다 - 지금까지 살아온 삶에 대해 만족한다 - 나는 지금 행복하다 - 나는 현재 몸과 마음이 건강하다 - 나의 미래는 밝다

5. 국내외 사례 검토 결과

지금까지 국내외에서 진행되고 있는 주관적 웰빙 측정 사례를 척도나 조사항목 위주로 검토하였다. 주관적 웰빙이 과학적 연구대상으로 다루어진 역사가 짧고 비교적 최근에 측정이 이루어진 만큼, 아직은 심리학계를 중심으로 측정이 진행되고 있고 국제기구나 국가 차원에서는 최근에야 측정이 이루어져 그 사례 수는 많지 않은 편이다. 즉, 심리학계 중심의 연구 성과가 축적되면서 이를 최근에 와서 국제기구 및 국가통계청에서 수용하고 있는 상황이다. 하지만 이를 측정하려는 노력은 놀랄 만큼 급속히 확산되고 있음을 알 수 있다.

이와 같은 확산의 배경에는 GDP와 같은 경제지표를 넘어선 웰빙과 삶의 질에 대한 관심의 증가 및 이동으로 주관적 웰빙은 그 자체로서 중요한 정책적 목표이고, 동시에 주관적 웰빙의 증진은 소득 증대, 건강 증진, 사회적 관계 개선 등 다양한 파급효과를 가지고 있는 것으로 밝혀져 사회적 관심이 부각된 결과로 여겨진다. 또한 이스터린 파라독스와 같은 경험적 발견에 기초한 기존 객관적 지표의 한계와 보완 장치로서 주관적 지표의 중요성 대두, 민주주의의 증진에 따른 국민들이 체감하는 정책에 대한 만족도 정보의 필요성 증대 등이 복합적으로 작용한 결과로 판단된다.

지금까지 살펴본 국내외 사례 검토 결과는 다음과 같이 정리할 수 있다. 첫째, 본격적으로 ‘주관적 웰빙’을 측정하는 사례에서는 ‘삶에 대한 만족도’, ‘정서경험’을 측정하고 있다. 이는 유럽의 사회조사 및 삶의 질 조사, 갤럽의 World Poll, OECD의 연구결과, 영국, 부탄, 일본의 사례에서 공통적으로 해당된다(<표 4-18>). 심리적 변영의 측정 여부에 대해서는 서로 상이하며 심리적 변영의 측정과 관련해서는 여전히 합의된 의견이 존재하지 않는 것으로 보여진다. 이는 주관적 웰빙 구성요인에 대한 국제적 합의가 존재하

지 않음을 반영하는 것으로 삶에 대한 만족도나 정서경험이 포함되어야 한다는 것에는 합의가 존재하나 심리적 번영에 대해서는 필요여부와 척도에 대해 상이한 견해가 있는 것으로 판단된다. 그리고 성격이나 기질은 개인 수준의 분석에서 중요하나 국제비교에서는 제외되는 경향이 있다. 성격은 주관적 웰빙의 구성요인은 아니나 이를 통제하지 않으면 측정 결과 해석에서 잘못된 결과를 도출할 수 있다는 측면에서 고려할 필요가 있다고 판단된다.

〈표 4-18〉 주관적 웰빙 측정 사례 비교

	삶에 대한 만족도	행복정도	영역별 만족도	정서경험	심리적 번영
OECD	○		○	○	○
갤럽월드폴	○		○	○	
세계가치관조사	○	○	○		○
유럽사회조사	○	○	○	○	○
유럽 삶의 질	○	○	○	○	○
영국 SWB	○		○	○	○
부탄			○	○	
일본 SWB	○	○	○	○	○
통계청 사회조사	○		○		
서울시		○	○		
한국종합사회조사		○	○	○	○

둘째, 주관적 웰빙을 구성하는 요인에 대한 측정과 관련해서 아직은 표준화된 측정 도구가 존재하지 않는다는 사실이다. 실제로, OECD의 ‘Better Life Index’에서도 비공식 통계인 Gallup World Poll 자료가 활용되고 있는 것은 이런 사정을 잘 보여주고 있다. 사실 OECD가 주관적 웰빙 측정 가이드라인 개발에 나선 것도 이런 문제를 해결하기 위해서이다. 주관적 웰빙을 측정한다 하더라도 국제비교가 가능한 통일된 척도를 활용한 통계가 존재하지 않기 때문이다. 특히 정서경험 측정항목은 다양한 감정에 대해 측정하는데, 이는 문화마다 상이한 뉘앙스를 지닌 감정경험을 활용하고 있다. 또한 회상기간에 있어서도 어제, 지난 1주일 간, 지난 2주일 간, 지난 몇 달 간 등 상이하다. 상이한 회상기간은 비교를 어렵게 할 뿐만 아니라 조사결과의 타당도에 영향을 미칠 수 있다. 따라서 경험적 연구에 기반한 타당한 회상기간을 설정할 필요가 있다.



정도의 차이는 덜하지만, 삶에 대한 만족도 측정 내용에서도 약간의 차이가 존재한다. 전반적인 삶에 대한 만족도는 거의 측정하지만, 세계가치관조사, 유럽, 일본 등에서는 ‘행복 정도’를 포함하는 경우도 있다. 그리고, 측정 항목의 척도에서도 다양한 방법이 활용되고 있다. 조사별로 4점, 5점 척도 혹은 10점, 11점 척도 등 다양하다. 특별히 조사의 신뢰성에 영향이 없다면 가능하면 국제적 비교가능한 척도 활용이 요구된다.

끝으로, 주관적 웰빙은 그 자체로서 독립된 하나의 조사가 아닌 다른 조사에 포함되어 실시하고 있다. 이는 주관적 웰빙의 측정항목이 많지 않고, 그 결과의 활용도 다른 객관적, 주관적 지표 항목과의 관계 규명에 초점이 맞춰져 있기 때문인 것으로 여겨진다.

제4절 국내 측정 도입 및 활용 방안

지금까지 주관적 웰빙이 무엇인지, 그것이 왜 중요하고 우리의 삶에 어떠한 영향을 미치는 지를 알아보았으며, 국내외 사례 검토를 통해 현재 어떻게 측정되고 있는지를 살펴보았다. 이 절에서는 이러한 내용을 토대로 국가통계 차원에서 적용가능한 주관적 웰빙의 측정방안에 대해서 검토하고자 한다. 따라서 주관적 웰빙을 어떠한 방법으로 어떻게 측정하고 그 결과는 어떻게 활용될 수 있는지에 대해서 제시하고자 한다. 조사항목과 측정방법에 있어서 가능하면 국제비교가 가능하도록 설계하고자 하였다.

1. 조사방법

주관적 웰빙 측정에 있어 중요한 부분은 이를 활용하고자 할 때, 단순히 현재 주관적 웰빙 수준이 어느 정도인지의 수치만으로는 활용도가 낮다는 점이다. 다른 여러 요인과 같이 설명되고 분석되어야 주관적 웰빙의 수치 뿐만 아니라, 주관적 웰빙이 낮은 집단과 높은 집단의 특징이 무엇인지를 파악할 수 있다. 이를 통해 주관적 웰빙이 낮은 집단의 삶에 대한 만족도를 높이기 위해서 무엇이 필요한지에 대한 설명이 가능할 것이다. 따라서 주관적 웰빙만을 별도로 측정한다면 이러한 다양한 결론에 도달할 수 없기 때문에 다양한 분야의 조사항목과 같이 측정되어야 한다. 영국에서도 주관적 웰빙 측정에 있어 국민전체를 표본으로 하는 대규모 가구조사에서 이를 포함하여 측정하고 있다. 그리고 결과분석에 있어서도 다양한 인구사회학적 집단과의 비교를 통해서 제시하고 있다.

통계청에서 주관적 웰빙을 측정하게 된다면, 현재 통계청에서 진행되고 있는 조사 중 가장 다양한 영역에 대한 국민의 전반적인 관심사를 조사하고 있는 「사회조사」에 포함시키는 것이 최선의 방안이 될 것이다. 여기에는 다음과 같은 장점이 있다. 첫째 지



역별, 인구집단별 자료 산출이 가능한 표본 크기가 유지되는 조사로, 결과를 활용하는데 있어 유용하다. 둘째, 조사내용이 특정 분야에 한정된 것이 아니라 사회전반에 걸친 영역을 포괄하기 때문에 다른 여러 조사항목과의 상관분석이 가능하다. 앞서 주관적 웰빙 분석들에서 제시된 주관적 웰빙의 결정요인인 객관적 조건, 사회관계 등을 이미 측정하고 있어 별도의 추가 항목 없이도 이러한 관계분석이 가능하다는 장점이 있다. 셋째, 「사회조사」의 경우 객관적 사실을 측정하기도 하지만, 개인의 주관적 의식과 관련된 항목이 다수 포함되어 있다. 앞서서도 검토하였듯이 전반적인 만족도 항목과 함께 일부 영역의 경우 영역별 만족도 항목이 이미 포함되어 있다. 따라서 사회조사에 포함될 경우 영역별 만족도 항목을 신규로 개발하지 않고 기존의 조사항목을 활용할 수 있다.

「사회조사」에 포함될 경우, 주관적 웰빙은 하나의 독립된 영역으로 구분되어 측정할 필요가 있다. 왜냐하면, 앞서 보았듯이 주관적 웰빙은 객관적 영역과 비교적 독립적이기 때문이다. 다른 생활영역과 일정한 독립성을 유지하고 있는 생활영역(life domain)으로, OECD나 유럽의 사례에서도 삶의 질에서 주관적 웰빙은 독립 영역으로 설정되어 있다.

2. 조사내용

2절에서 주관적 웰빙을 측정하기 위한 분석틀로 삶에 대한 만족도, 정서경험, 심리적 변영의 세 부분으로 구성하였다. 이를 측정하기 위한 조사항목 구성에 있어서는 OECD에서 제시하고 있는 주관적 웰빙 측정의 가이드라인을 주로 활용하였다. 이는 이 연구가 국내에서의 주관적 웰빙 측정 뿐만 아니라 향후 국제비교에서의 활용도를 높이기 위함이다. 주관적 웰빙을 측정하는 조사항목을 구성하는 데 있어 크게 핵심이 되는 항목과, 부가적으로 필요한 항목, 그리고 결과분석의 활용에 있어 통제변수로 활용될 수 있는 항목으로 구성하였다(<표 4-19>).

삶에 대한 만족도와 정서경험은 주관적 웰빙 측정에 있어서 가장 기본적인면서 보편적으로 측정하는 내용으로 핵심지표 항목으로 구성하고자 하였다. 또한 국제비교 항목으로 활용하기 위해서 OECD에서 제시하고 있는 핵심항목(core measures)과 동일하게 구성하였다. 심리적 변영은 주관적 웰빙 측정에 있어 삶에 대한 만족도나 정서경험과 같이 보편적이지는 않지만, 최근 들어 주목받기 시작한 분야이다. 따라서 구체적인 조사항목에 대한 이론적 배경이 부족하다고 할 수 있다. 이러한 이유로 OECD에서는 심리적 변영과 관련된 조사항목(eudaimonic well-being)은 핵심항목에서는 제외하고 있다. 그러나 이 부분 또한 주관적 웰빙 측정에 있어 중요한 부분을 차지하고 있으므로 여기에서는 부가항목으로 포함하고자 하였다. 마지막으로 성격을 측정하는 항목의 경우는 주관적 웰빙을 측정하는 데 있어 통제변수로 사용되는 항목이다. 성격이 개인의 주관적 웰빙을 결정하는 데

있어 가장 중요한 요인이므로 이를 측정하여 결과분석시 통제변수로 활용하는 것은 중요하다 할 수 있다. 이 외에도 주관적 웰빙을 결정하는 요인들은 다양하게 존재한다. 예를 들면 소득, 가족관계 만족도, 사회참여, 사회적 지원 등 여러 결정요인들이 있다. 그러나 이러한 변수들은 이미 사회조사에서 포함하고 있는 항목임으로 이러한 다양한 결정요인들은 새로운 항목으로 추가하지 않고 기존의 사회조사 항목을 활용하고자 한다.

〈표 4-19〉 주관적 웰빙 측정 항목 구성

구분	측정내용	비고
삶에 대한 만족도	- 전반적인 삶에 대한 만족정도(0~10점 척도)	핵심항목
정서경험	- 긍정적, 부정적인 정서에 대한 경험 여부	핵심항목
심리적 변영	- 심리적 웰빙의 관점에서 개인의 가치관이나 미래에 대한 희망 정도를 측정	부가항목
성격	- 결과 분석시 통제변수로 활용하기 위한 항목으로 주관적 웰빙과 관련이 높은 외향성과 신경증을 측정	통제항목

삶에 대한 만족도

삶에 대한 만족도는 사회조사에서 기존에 조사되어 온 유사항목이 존재한다. 또한 기존 조사항목 중에서 일부 영역의 경우 영역별 만족도를 포함하고 있다. 모든 영역에서 동일하게 영역별 만족도를 추가할 필요는 없겠지만, 기존에 있는 항목들은 충분히 활용 가능할 것이라 생각된다. 그러나 전반적인 삶에 대한 만족도 항목의 경우 기존 항목이 있지만, 5점 척도로 구성되어 있어 국제비교 시 한계가 있다. 국제비교 측면을 고려하여 OECD에서 제시하고 있는 주관적 웰빙 측정의 핵심항목 중 삶에 대한 만족도 항목과 동일하게 구성하고자 하였다.

〈표 4-20〉 삶에 대한 만족도 조사항목 사례

구분	삶에 대한 만족도 조사항목
사회조사	· 귀하는 경제적인 면, 직업, 건강 등을 전반적으로 고려할 때 현재 생활에 어느 정도 만족하십니까? (1~5점 척도)
OECD	· 귀하의 삶을 전반적으로 고려할 때 최근 귀하의 삶에 대해서 얼마나 만족하십니까? (만족의 정도를 0~10점으로 응답해주시시오. 0은 매우 불만족을 10은 매우 만족을 뜻함)

자료 : 통계청, 사회조사(2012); OECD(2012)

정서경험

정서경험과 관련된 항목은 기존의 다양한 사례들을 검토한 결과 회상기간과 정서에 대한 차이만 있을 뿐 유사한 항목으로 구성된다. 여기에서 중요한 내용은 회상기간과 다양한 감정에 대한 내용이다. 회상기간과 측정척도에 대한 내용은 다음의 ‘척도’ 부분에서 자세히 언급할 것이고, 여기에서는 정서 어휘와 관련된 부분을 검토하고자 한다. 심리학계에서 주로 활용하고 있는 정서경험 척도들은(PANAS, ITAS, SPANE: 세부 내용은 <표 4-2> 참고) 대부분 외국에서 개발된 것으로 한국 사람의 정서와 잘 맞지 않을 수 있다. 이들 척도에서 사용되는 정서 어휘들은 ‘흥분된’, ‘활기찬’ 등과 같은 높은 각성 수준의 어휘들이 주로 사용된다. 그러나 동양문화에서는 ‘편안함’과 같은 낮은 각성 상태의 정서들도 중요하게 고려되어야 한다(서은국·구재선, 2011). 정서경험 측정에 있어서는 실제로 우리나라 사람들이 주로 느끼고 사용하는 긍정, 부정적 감정으로 구성되어야 정확한 측정이 가능할 것이다. 따라서 여기에서는 단축형 행복척도에서 제시하고 있는 긍정과 부정적 정서 어휘들을 검토하고, 또한 국제비교 가능성을 고려하여 OECD에서 제시하고 있는 항목을 검토하였다(<표 4-21>). 이 척도들은 모두 이미 기존의 연구를 거쳐 타당성이 입증된 단어이고, 단축형 행복척도에서 사용된 정서 어휘들은 한국에서 자주 사용되는 정서 어휘이며, OECD에서 제시하고 있는 정서 어휘들은 국제비교가 가능한 것이기 때문이다. 따라서 정서 어휘 선택에 있어 최대한 국제비교가 가능하도록 선택하되 번역과정에 있어 좀 더 한국사회에 맞는 어휘로 번역하고자 하였다.

긍정적 정서 어휘의 경우 단축형 행복척도와 OECD에서 제시하고 있는 단어가 거의 유사하다. 따라서 국제비교를 고려하여 ‘즐거움’과 ‘편안한’의 정서 어휘를 사용하고자 하였다. 그러나 부정적 정서 어휘의 경우 단축형 행복척도와 OECD에서 제시하고 있는 단어가 서로 약간의 차이가 있다. OECD에서 제시하는 두 단어 중 ‘worry’의 경우 번역하게 되면 ‘걱정스러운, 근심스러운’으로 번역하는 것이 더 적당할 수 있으나, 두 단어 모두 서은국과 구재선의 연구(2011)에서 검토되었던 한국에서 주로 사용되는 부정적 정서 어휘 11개²⁰⁾에 포함되지 않는 단어이다(<표 4-4> 참고). 따라서 ‘worry’와 가장 유사한 의미를 가지고 있으면서 자주 사용되는 부정적 정서 어휘 중 하나인 ‘불안함’으로 번역하고자 한다. 두 번째로 ‘sadness’의 경우 한국에서 주로 사용하는 부정적 정서 어휘에 포함되는 단어가 아니나, 유사한 의미를 가지는 적절한 단어로 번역하기가 어려워 ‘슬픈’으로 번역해서 사용하였다.



20) 짜증, 화남, 창피함, 불안함, 우울함, 부정적인, 외로움, 불쾌함, 무기력함, 피곤함, 따분함

〈표 4-21〉 정서경험 조사항목 사례

구분	정서경험 조사항목
단축형 행복척도	· 귀하는 지난 한달동안 다음의 감정들을 얼마나 자주 느꼈는가?(1~7점) - 즐거운, 행복한, 편안한, 짜증나는, 부정적인, 무기력한
OECD	· 다음은 어제 당신의 느꼈던 기분에 대한 질문입니다. 당신은 어제 하루동안 다음과 같은 감정을 경험하였습니까? (예/ 아니오) - 즐거운(enjoyment), 편안한(calm and peaceful) - 불안한(worry), 슬픈(sadness)

자료 : 서은국·구재선(2011); OECD(2012)

심리적 번영(eudaimonia)

심리적 번영은 삶의 목적과 가치, 자율성, 미래에 대한 희망, 자아존중감 등을 포함하고 있는 부분으로 측정항목 중 가장 주관적이며, 명확하지 않은 부분이다. 실제로 삶에 대한 만족도나 정서경험의 경우 거의 보편적으로 유사한 내용을 측정하고 있는 반면, 심리적 번영과 관련된 항목은 포함하지 않는 경우도 많으며, 조사항목에 있어서도 명확하게 구분되는 공통점이 없는 편이다. 또한 심리적 번영이 개인의 주관적 웰빙에 어떠한 영향을 미치는가에 대한 논의도 보편적이지 않다²¹⁾. 그럼에도 불구하고 주관적 웰빙을 측정하는데 있어 최근 들어 중요성이 부각되어 다른 국가에서도 측정하고 있으므로 여기에서는 부가항목으로 구성하였다.

현재 영국과 일본, OECD에서는 주관적 웰빙 측정을 위한 하나의 영역으로 심리적 번영을 구분하고 이에 대한 조사항목을 포함하고 있다. 그리고 유럽사회조사와 삶의 질 조사에서는 심리적 번영과 관련된 항목을 다수 포함하고 있다. 이들 조사항목은 대부분 각각의 상황에 대해 얼마나 동의하는지로 측정된다. 각각의 상황은 조사마다 다양하게 구성하고 있지만, 일반적으로 심리적 번영 측정에 있어서 공통적으로 활용되는 항목은 삶에 대한 가치와 목적, 개인의 자율성, 미래에 대한 희망과 관련된 항목이 주로 사용되며, 일부에서는 자아존중감이나 사회적 관계를 측정하는 항목들도 주로 활용되고 있다(〈표 4-22〉).

심리적 번영의 측정에 있어서는 크게 낙관성, 자율성, 삶의 목적이나 의미, 복원력(resilience)을 측정하는 항목으로 구성하고자 하였다. 자아존중감이나 사회적 관계는 일부 사례에서 측정되는 항목이기는 하나 일반적이지 않으며, 사회적 관계의 경우 사회조사의 사회참여 부분에 사회적 관계망 항목과도 어느 정도 유사하기 때문이다. 최종적으로 선

21) 주관적 웰빙 분야의 연구자인 연세대 서은국 교수의 자문에서는 심리적 번영은 주로 서양적인 사고방식에서 도출된 내용으로 한국사회에서도 그것이 적절한지에 대해서는 추가적인 연구가 필요하다고 언급하였다.

정된 항목은 여러 조사에서 공통적으로 활용되는 항목이면서 OECD에서 제시하고 있는 심리적 번영 관련 항목을 주로 반영하여 여섯 개의 세부 항목으로 구성하였다. 세부 항목은 ‘나 자신이 긍정적이라 느낀다’, ‘내 미래에 대해 낙관적이다’, ‘내 삶을 결정하는데 있어 자유롭다’, ‘나의 삶은 가치가 있다’, ‘내가 하는 일로부터 성취감을 느낀다’, ‘좋지 않은 일이 있을 후 빠른 시간 안에 제자리로 돌아올 수 있다’이다.

〈표 4-22〉 심리적 번영 관련 주요 조사항목 사례

분류	심리적 번영 조사항목	비고
낙관성	· 일반적으로 나는 나 자신이 매우 긍정적이라 느낀다	OECD, ESS, 영국
	· 나는 내 주위 사람들에게 긍정적이라고 평가받는다	일본
	· 나는 내 미래에 대해 늘 낙관적이다	OECD, FS, ESS, EQLS, 영국
복원력 (resilience)	· 좋지 않은 일이 있을 후 빠른 시간 안에 제자리로 돌아올 수 있다	OECD, ESS
자율성	· 나는 내 삶을 결정하는데 있어 자유롭다	OECD, WVS, ESS, 영국
삶의 목적, 가치	· 나는 나의 삶이 가치있다고 느낀다	OECD, FS, ESS, 영국
	· 나는 내가 하는 일로부터 성취감을 느낀다	OECD, ESS, 일본, 영국
	· 나의 삶은 내가 희망하는 삶과 근접하다	ESS
자아 존중감	· 사람들은 나를 존경한다	FS, 영국
	· 나는 나에게 중요한 활동을 하기에 적합한 능력이 있다	FS
	· 나는 좋은 삶을 살고 있으며, 좋은 사람이다	FS
사회적 관계	· 나의 삶에는 나에게 도움을 주는 사람들이 있다	ESS
	· 나는 사회적 관계를 통해서 지원을 받고 있다	FS
	· 나는 사회로부터 떨어져 있다고 느낀다	EQOL
	· 나는 매일의 삶에서 외로움을 느낀다	영국

자료 : Economic and Social Research Institute(2012); OECD(2012); ONS(2012); Karppinen(2010); Waldron(2010); Diener et al.(2009)

성격 측정

주관적 웰빙 측정 결과 분석에 있어서 중요한 부분 중 하나는 개인의 성격이다. 앞서서도 언급되었듯이 심리학계에서는 주관적 웰빙 결과의 분석에 있어 성격을 통제하는 것에 대해서 암묵적으로 합의하고 있다. 또한 주관적 웰빙을 설명하는 데 있어 성격요인이 중요한 변수임이 기존의 연구결과(Diener et al., 1999; 서경현 외, 2009)들을 통해 밝혀졌다. 일반적으로 주관적 웰빙에 가장 큰 영향을 미치는 성격요인은 외향성으로 외향적인 성격일수록 주관적 웰빙이 높은 경향을 보인다. 따라서 주관적 웰빙을 연구하는 심리



학자들은 주관적 웰빙 측정에 있어서 외향성을 측정하는 항목을 최소한 하나 이상 포함할 것을 권고하고 있다.

심리학계에서 성격 측정을 위해 주로 사용되는 측정방법은 Big Five Test(BFT)와 Ten-Item Personality Inventory(TIPT)가 있다. BFT는 5개의 성격²²⁾별 5개 항목으로 총 25개 항목으로 구성되어 있는데 그 중 외향성과 신경증을 측정하는 항목은 <표 4-23>과 같다(Brody & Ehrlichman, 1997). TIPT는 5개의 성격별 2개 항목으로 총 10개 항목으로 구성되어 있으며, 이 중 외향성과 신경증을 측정하는 항목은 <표 4-23>과 같다. 따라서 외향성만을 측정하고자 한다면 이들 항목 중 선택해서 사용할 수 있으며, 외향성 이외의 다른 성격을 포함하고자 한다면 보통은 외향성과 함께 신경증을 통제변인으로 넣으므로 이를 활용할 수 있다.

<표 4-23> 성격 측정 항목 사례

	외향성	신경증
BFT	<ul style="list-style-type: none"> · 말하기를 좋아하는 · 자기 주장이 강한 · 활발한 · 활력이 넘치는 · 사교적인 	<ul style="list-style-type: none"> · 긴장한, 신경이 날카로운 · 불안한 · 안절부절 못하는 · 걱정이 많은 · 자기를 연민하는
TITP	<ul style="list-style-type: none"> · 외향적인, 열정적인 · 말 수가 적은, 조용한¹⁾ 	<ul style="list-style-type: none"> · 불안한, 쉽게 맘이 상하는 · 차분한, 정서적으로 안정된¹⁾

주 : 1) 역문항으로 거꾸로 묻는 항목임

2) 각각의 항목에 대해서 제시된 단어들 이 자신을 얼마나 잘 표현하고 있는지를 7점 척도(전혀 그렇지 않다 ~매우 그렇다)로 응답함

자료 : Brody & Ehrlichman, 1997

사회조사에서는 주관적 웰빙 측정을 위한 통제변수로의 활용을 위해 성격 측정 항목을 추가하는 것이므로 응답자의 응답부담 감소를 위해 최소한의 항목만을 포함하고자 한다. 따라서 외향성과 신경증을 측정하는 데 있어 가장 대표적인 특징인 ‘외향적인’, ‘걱정이 많은’ 두 개의 항목으로 구성하였다²³⁾.

3. 척도

주관적 웰빙의 측정항목을 구성하기 위해서는 어떻게 측정할 지를 결정하여야 하고,

22) 외향성(extraversion), 신경증(neuroticism), 개방성(openness), 순응성(agreeableness), 성실성(conscientiousness)

23) 대표 항목을 선정하는 데 있어서는 외부 전문가(연세대 서은국 교수)의 자문을 받아서 선정하였다.

이를 위해 척도구성 방법, 회상기간의 결정 등 세부적인 내용을 고려해봐야 한다.

척도

척도의 길이는 너무 짧을 경우 응답자가 자신의 의견을 정확하게 표현할 수 없고, 너무 길면 응답자의 부담이 증가하여 자신의 의견을 응답하기 보다는 보기 좋게 또는 임의로 응답할 가능성이 커진다. 따라서 가능한 의미있는 차이를 포착하면서, 개인들이 임의로 응답할 가능성을 최소화하는 것 사이에서 균형을 유지해야 한다(OECD, 2012). 현재 사회조사에서 사용되는 척도는 대부분이 5점 척도이다. 이는 응답자가 쉽게 응답할 수 있으며, 응답결과의 변별이 가능한 최소한의 척도이다. 3점 척도의 경우 대부분이 중간에 응답하는 경향이 많으므로 일반적으로 응답의 변별력의 높이기 위한 최소한의 척도는 5점 척도이다(OECD, 2012).

척도구성에 있어 추가적으로 고려되어야 할 부분은 척도를 언어로 구분할 것인지(예, 매우 동의/ 어느 정도 동의 등), 숫자로만 구분할 것인지이다. 언어로 구분할 경우 각 단계의 의미가 정확하게 전달되는 장점이 있는 반면, 척도가 길 경우 이를 정확하게 구분하기 힘들다는 단점이 있다. 반면 숫자로만 구분할 경우 각 단계의 의미 전달은 명확하지 않지만, 각 단계별 동일한 간격의 차이를 전달하기는 쉽다. 즉 언어로 척도를 구분하는 것이 좋지만 11점 척도의 경우 각 단계를 정확히 표현하는 단어를 찾기로 쉽지 않다.

주관적 웰빙 측정에 있어서 어떤 척도가 적절한지에 대해서 검토한 기존 연구결과들을 종합해보면, OECD에서는 삶에 대한 만족도를 측정하는 데 있어서는 11점 척도가 가장 적절하다고 제시한다(OECD, 2012). 영국에서도 5점 이하의 척도는 측정하고자 하는 내용에 대한 정보를 제한할 수 있으며, 실제로 알고자하는 것은 ‘만족 여부’가 아니라 ‘얼마나 만족했는지’이므로 11점 척도로 측정하는 것이 바람직하다고 주장한다(Hicks, 2011). 또한 숫자로 구분된 척도가 다양한 언어로 번역하는 과정에서 오류가 없으며, 각 단계의 동일한 간격의 차이를 전달하는 데 적절하므로 이를 권고하고 있다. 그러나 심리적 변영이나 정서경험 측정에서 11점 척도가 적절한지에 대한 연구 사례는 아직 많지 않다.

정서경험을 측정하는 척도는 강도를 측정하는 경우(얼마나 많이 경험했는지)와 빈도를 측정하는 경우(얼마나 자주 경험했는지)로 나뉘어지고, 척도의 길이도 3점 척도에서 11점 척도까지 다양하게 사용되고 있다. 기존의 연구결과를 보면 정서경험의 측정에서는 주로 개인이 느낀 감정의 강도보다는 얼마나 자주 그러한 감정을 느꼈는지의 빈도를 측정하는 것이 더 정확하다고 한다(OECD, 2012; 서은국 · 구재선, 2011).

기존의 사례들을 보더라도 전반적인 삶에 대한 만족도 측정에 있어서는 11점 척도로 측정하는 경우가 더 많다. 세계가치관조사나 유럽의 삶의 질 조사에서는 10점 척도를 사용하고 있으나 5점 척도를 사용하여 조사하는 경우는 거의 드물다. 물론 현재 사회조사



에서는 대부분 5점 척도를 사용하고 있고, 11점 척도는 응답의 부담이 클 수도 있다는 단점이 있다. 실제로 한국사회에서 5점 척도와 11점 척도 항목의 응답결과가 어떠한 차이를 보이는지는 조사결과를 비교해봐야 알 수 있는 부분이다. 그러나 현재 서울서베이에서도 행복지수 항목의 경우 11점 척도를 사용하고 있고, 주관적 웰빙의 경우 조사결과 활용에 있어 국제비교도 고려해야 하기 때문에 삶에 대한 만족도 항목은 11점 척도로 측정하는 것을 제안하고자 한다. 그러나 정서경험이나 심리적 변영, 성격 측정 항목까지 11점 척도로 측정할 필요는 없으며, 정서경험의 경우 국제비교 가능성을 고려하여 예/아니오로 측정하고자 한다. 현재 심리적 변영은 5~11점 척도 등 다양하게 측정되고 있고 조사내용도 아직까지는 보편적이지 않아서 국제비교의 가능성은 부족한 편이다. 따라서 심리적 변영과 성격 측정 항목의 경우는 응답자의 응답 부담과 기존의 다른 사회조사 항목들과의 통일성을 고려하여 5점 척도로 구성하는 것을 제안하고자 한다.

회상기간

회상기간은 조사의 대상이 되는 특정기간이다. 삶에 대한 만족도 측정 항목은 대부분 회상기간을 정확히 제시하지 않거나, 또는 ‘최근’이나 ‘현재’로 하는 경우가 대부분이다. 삶에 대한 만족도 측정 항목에서 회상기간이 응답에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 연구는 거의 없으나, OECD 보고서에서는 두 응답(최근 또는 현재)결과에서 큰 차이는 발생하지 않을 것으로 가정하고 있다(OECD, 2012).

그러나 정서경험의 측정에서는 회상기간의 설정은 중요한 부분이며, 응답에 중요한 영향을 미친다. 기존의 사례를 보면 정서 측정에 있어 회상기간이 ‘지난 몇 주, 한 달, 2주, 1주, 어제 하루’로 조사별로 다양하게 구성하고 있다. 어제 하루를 조사할 경우의 장점은 가장 최근의 기억이기 때문에 응답자가 회상하는 시간이 걸리지 않고, 정확한 응답을 할 수 있다는 점이다. 단점은 포괄적이지 않으며, 어제가 휴일인지 평일인지에 따라 응답결과에서 차이가 발생할 수 있다. 반면 회상기간을 길게 할 경우 다양한 날의 평균을 측정한다는 장점이 있지만, 응답자가 한 달 동안의 감정을 회상해야 하므로 응답의 어려움을 겪을 수 있고, 정확한 응답이 아닐 가능성이 있다. 그리고 회상기간이 길수록 응답자가 경험한 정서가 아닌 응답자의 기질적인 경향이 반영될 가능성이 크다(OECD, 2012).

기존의 선행 연구결과들은 일반적으로 정서경험 측정의 회상기간은 짧은 것을 선호하고 있으며, OECD(2012)에서는 이를 토대로 하여 ‘하루 전날’의 정서경험을 권고하고 있다. 그러나 일반적으로 긍정적 정서의 비율은 평일보다는 주말이나 휴일에 높게 나타나는 경향을 보이기 때문에 OECD에서는 휴일을 포함한 일주일동안 조사를 진행하는 것을 권고한다. 2012년 사회조사의 경우 14일 동안 조사가 진행되어서 조사시기가 길긴 하지만 평일과 휴일이 모두 포함되어 있다. 다만, 사회조사의 특성상 평일보다 주말에

조사가 집중될 가능성이 높긴 하지만 매년 조사기간은 유사하므로 주말에 집중된다 하더라도 시계열 자료로 비교하는 데 있어서 큰 문제는 없을 것이라 생각된다. 따라서 OECD와 동일하게 ‘어제 하루’의 정서경험을 측정하는 것으로 항목을 구성하고자 한다.

검토 결과, 사회조사에 포함되어 조사될 ‘주관적 웰빙’ 영역의 조사항목은 핵심항목인 삶에 대한 만족도와 정서경험, 그리고 부가항목인 심리적 번영, 통제변수로 사용될 성격 측정 항목으로 구성된다. 핵심항목인 삶에 대한 만족도와 정서경험 항목은 국제비교의 가능성을 고려하여 OECD에서 제시하는 것과 동일하게 항목을 구성하고자 하며, 또한 다른 영역의 항목들과 비교를 위해서 매년 조사하는 것이 바람직할 것이라 생각된다.

심리적 번영 항목은 매년 조사되지는 않지만, 주관적 웰빙을 측정하는 하나의 영역으로 부가항목으로 조사항목을 구성하였다. 다만 심리적 번영 조사항목의 경우 보편적으로 활용되는 항목이 없어서 항목의 선택에 있어 문헌검토와 함께, 연구자의 자의적인 판단이 일부 포함되었음을 인정하지 않을 수 없다. 따라서 이 항목의 경우 시험조사 등을 통해 응답결과를 분석하고 최종적으로 항목을 선택하는 과정이 추가로 필요하다고 할 수 있다.

또한 성격을 측정하는 항목의 경우 주관적 웰빙의 측정 항목이 아닌 분석과정에서 통제변수로 활용될 부분이라 중요도가 다른 항목에 비해서 적다고 할 수 있다. 그럼에도 불구하고 개인의 성격은 주관적 웰빙을 설명하는 데 있어 가장 중요한 요인이기 때문에 결과활용에서 꼭 필요한 내용이라 할 수 있다. 여기에서 현재 구성한 항목은 외향성과 신경증을 측정하는 가장 대표적인 항목으로 응답자의 응답부담을 고려하여 최소한의 항목으로 구성하였다.



- 삶에 대한 만족도(핵심항목)

- 귀하의 삶을 전반적으로 고려할 때 최근 귀하의 삶에 대해서 얼마나 만족하십니까? (만족의 정도를 0~10점으로 응답해주시시오. 0은 매우 불만족을 10은 매우 만족을 뜻함)



- 정서경험(핵심항목)

- 귀하께서는 어제 하루동안 다음과 같은 감정들을 경험하였습니까?

	예	아니오
1) 즐거운		
2) 편안한		
3) 불안한		
4) 슬픈		

- 심리적 번영(부가항목)

- 다음의 각 문장에 대해서 얼마나 동의하는지를 응답해 주십시오

- ① 매우 그렇다 ② 그런 편이다 ③ 보통이다
- ④ 그렇지 않은 편이다 ⑤ 전혀 그렇지 않다

	1	2	3	4	5
1) 나는 내 미래에 대해서 낙관적이다.					
2) 나는 내 삶을 결정하는데 있어 자유롭다.					
3) 나는 나의 삶이 가치있다고 느낀다.					
4) 나는 내가 하는 일에 대해 성취감을 느낀다.					
5) 나는 나 자신이 매우 긍정적이라 느낀다.					
6) 좋지 않은 일이 있을 후 빠른 시간 안에 제자리로 돌아올 수 있다.					

- 성격 측정(통제항목)

- 다음은 개인의 성격 특성을 묘사하는 단어들입니다. 아래의 항목을 읽고 각 단어가 자신을 얼마나 잘 표현하는지를 아래의 5점 척도를 사용하여 응답해 주십시오

- ① 매우 그렇다 ② 그런 편이다 ③ 보통이다
- ④ 그렇지 않은 편이다 ⑤ 전혀 그렇지 않다

	1	2	3	4	5
1) 외향적인					
2) 걱정이 많은					

4. 활용방안

주관적 웰빙 측정 결과는 정책적인 측면에서 중요한 역할을 한다. 정책결정의 과정에서 전통적으로 활용되는 자료는 GDP, 인구수 등과 같은 객관적 지표이다. 이러한 자료들은 전체 사회의 현황을 모니터링하고 의사결정을 하기 위한 기초 자료가 된다. 그러나 정책결정 과정에 있어 이러한 지표만으로는 부족한 부분이 있다. 이와 같은 지표들이 정책의 목표를 설정하고 정책의 성과를 평가하는 데 있어 완벽한 정보를 제공하지는 않는다. 개인들이 원하는 것이 무엇인지, 어떠한 것이 더 중요한지, 정책수행의 결과가 어떠한지에 대해서는 제한적인 정보만을 제공하게 된다. 주관적 웰빙 측정 결과는 개인들의 경험과 평가를 포착하기 때문에 이에 대한 추가적인 정보를 제시해 줄 수 있으며, 따라서 정책결정 과정에 있어서 객관적 지표와 주관적 지표를 모두 활용하는 것이 필요하다(Diener et al, 2009).

영국의 주관적 웰빙 관련 연구(Waldron, 2010)에서는 주관적 웰빙 측정 결과의 정책적 활용도 측면에 대해서 모니터링, 새로운 정책에 대한 정보, 행동의 변화 촉진, 정책평가의 기능을 수행한다고 하였다. 정책적인 측면에서 주관적 웰빙의 측정 결과는 크게 사회의 모니터링, 의사결정과정, 정책성과 평가의 단계에서 중요한 정보를 제공한다.

정책의 목표를 선정하기 위해서는 우선 사회 전반에 대한 모니터링이 필요하다. 현재의 수준이 어떠한지를 알아야 문제가 되는 영역이 무엇인지, 사람들이 필요로 하는 것이 무엇인지를 파악할 수 있기 때문이다. 여기에서 주관적 웰빙의 측정 결과는 사람들이 필요로 하는 것이 무엇인지, 사회에서 취약한 집단이 누구인지를 보여주는 중요한 자료가 된다. 영역별 만족도 조사항목을 통해서 어떤 영역의 만족도가 낮은지, 인구집단별로 만족도가 낮은 집단, 부정적인 정서를 많이 경험하는 집단에 대한 정보는 향후 정책의 방향을 설정하는 데 중요한 정보를 제공하게 될 것이다. 실제로 정책결정 과정에서 시민들의 의견조사 자료를 많이 활용하고 있으며, 이러한 종류의 조사는 대부분의 민주주의 국가에서 공통적으로 실행되고 있다(Diener et al, 2009). 예를 들면 최저생계비를 결정한다고 할 때, 소득수준에 따른 삶에 대한 만족도와 소득수준별 정서 상태에 대한 응답결과는 어느 정도의 소득에서 사람들의 만족도가 크게 변화하는 지를 파악하는데 중요한 기초자료로 활용될 수 있다.

두 번째로 의사결정 과정에서 주관적 웰빙 측정 결과는 중요한 역할을 할 수 있다. 정책을 결정하는 과정에서는 언제나 선택의 순간에 직면하게 된다. 한정된 예산과 인력 안에서 정책을 수행하기 위해서는 정책의 우선순위를 결정해야 하고, 환경보호와 경제 성장과 같이 서로 상충되는 정책도 있을 수 있다. 이러한 상황에서 어떤 정책에 우선 순



선 순위를 두어야 하는지를 결정하는 데 있어서는 국민들이 현재 중요시 하는 부분이 무엇인지를 알아야 한다. 국민들의 만족도가 낮은 영역과 관련된 부분에 정책의 초점을 맞출 수도 있고, 만족도가 낮은 특정 인구 집단에 대한 정책에 우선 순위를 둘 수도 있다. 예를 들면 ‘공원의 수를 늘릴 것인가’ 아니면 ‘대중교통 수준을 강화할 것인가’에 대해서 하나의 정책만을 선택해야 하는 경우가 발생할 수 있다. 이 경우 주변에 공원이 있을 경우 주민들의 만족도가 어떻게 달라지는지, 대중교통이 개인의 만족도와 정서에 어떠한 영향을 미치는가 등을 고려해서 정책의 우선 순위를 판단할 수 있다.

세 번째는 정책의 성과를 평가하는 데 있어 주관적 웰빙 측정 결과가 중요한 역할을 할 수 있다. 정책의 성과를 평가하는 데 객관적인 자료가 주로 활용되겠지만, 정책에 따라서 단기간 내에 눈에 띄만한 성과가 발생하지 않을 수도 있고, 실제 객관적인 수치는 좋아졌지만 그에 대한 국민들의 체감 정도는 또 다를 수 있다. 따라서 객관적인 자료에 대한 평가도 필요하지만, 여기에 추가적으로 실제 국민들이 느끼는 정책에 대한 만족정도, 정책 실행 이후의 만족도의 변화 정도 등은 좋은 정보가 된다. 또한 특정 정책을 실시한 지역과 아닌 지역에서의 차이 정도 등은 정책의 성과를 평가하는 데 있어 중요한 자료가 된다. 예를 들면 육아정책에 있어서 육아수당을 지급한 지역과 보육시설 보조금 정책을 실시한 지역 간의 만족도 차이를 비교해서 어떤 정책이 더 효율적인지를 판단할 수 있다. 또한 정책의 실시 이전과 이후의 만족도나 정서가 어떻게 변화했는지를 측정하여 정책의 효과를 비교해 볼 수도 있다.

이 외에도 Diener 등(2009)의 연구에 따르면, 정부 정책에 있어서 벌금이나 보상수준의 결정, 논쟁이 되는 문제의 해결 등에 있어서도 주관적 웰빙 측정 결과는 정책결정자들에게 중요한 정보를 제공할 수 있다. 또한 주관적 웰빙은 그 자체로도 정책의 중요한 목표가 될 수 있다. 주관적 웰빙이 높을수록 더 건강하고, 더 오래 살고, 적극적으로 행동하여 사회에 더 긍정적으로 기여하기 때문이다.

제5절 결 론

이 연구는 주관적 웰빙 측정에 대한 기초 연구로 주관적 웰빙이 무엇이며, 그것이 왜 중요한지, 어떻게 측정되어야 하는지에 대한 측정방안을 제시하는 것을 목적으로 하는 연구이다. 주관적 웰빙에 대한 선행연구 검토를 통해서 그것이 어떻게 발전해왔으며, 주관적 웰빙을 결정하는 요인은 무엇이고, 주관적 웰빙은 우리의 삶에 무엇을 가져다 주는지를 알아보았다. 그리고 주관적 웰빙을 측정하고 있는 국내외 사례들을 검토하여 주관적 웰빙이 현재 어떻게 측정되고 있는지를 알아보았다. 이러한 검토과정을 토대로 마지



막으로 한국사회에서 주관적 웰빙이 어떻게 측정될 수 있는지를 제시하였다.

앞에서도 언급되었듯이 현재 통계청에서 주관적 웰빙을 측정하고자 할 때 가장 적합한 조사는 「사회조사」이다. 다만 현재 「사회조사」가 포괄하고 있는 영역이 다양하여 2년 주기로 영역을 분리하고 있음에도 불구하고 조사항목수가 많아서 응답부담이 높다. 영역이 포괄적이어서 다양한 분야의 조사항목이 이미 포함되어 있다는 점은 주관적 웰빙을 측정하는 데 있어서는 장점이 된다. 그러나 응답부담으로 인해 많은 항목을 추가하기는 어렵다는 조사현장에서의 현실적인 문제가 있다. 따라서 현실에서 이를 적용하기 위해서는 주관적 웰빙을 정확히 측정할 수 있는 최대한 간략한 조사항목이 제시되어야 한다.

이에 따라 본 연구에서 제안하는 주관적 웰빙 측정 항목은 OECD에서 제시한 「주관적 웰빙 측정을 위한 가이드라인」을 주로 활용하였다. 이는 OECD에서 이미 많은 연구 결과들을 검토하여 작성한 최종 결과물이고 측정 결과의 국제비교 가능성을 높이기 위함이다. 주관적 웰빙은 사회조사 내에서 다른 영역들과 분리되는 하나의 개별 영역으로 구성하되, 분석시 다른 영역들과의 활용도를 높이기 위해서 매년 조사가 진행되어야 한다. 이에 따른 응답자의 응답부담을 줄이기 위해서 주관적 웰빙 측정을 위한 최소한의 핵심 항목과 부가항목으로 구성하였다. 주관적 웰빙 영역은 다른 영역들과 마찬가지로 2년 주기로 조사를 진행하고, 핵심항목은 배경항목과 같이 매년 조사하는 방안을 제시하고자 한다. 최종적으로 제시된 항목은 삶에 대한 만족도와 긍정/부정 정서경험을 측정하는 핵심항목, 심리적 번영을 측정하는 부가항목, 통제변수로 활용될 성격 측정항목으로 구성된다.

또한 ‘주관적 웰빙’ 영역의 측정이 지속적으로 유지되기 위해서는 사회조사에 포함되어 조사되는 것 뿐만 아니라 사회지표에서도 반영이 되어야 한다. 사회지표내에서 하나의 부문으로 포함되어야 할지, 전체 부문에 걸쳐서 포괄되어야 할지는 추가적인 검토가 필요한 부분이다. 이에 대한 내용은 현재 진행되고 있는 「한국의 사회지표 체계 개편」 연구에서 반영될 예정이다.

끝으로 이 연구의 한계점은 조사항목의 개발에 있어 사전조사 등을 통해서 이를 검증하지 못한 점이다. 척도구성에 따라서, 회상기간에 따라서 응답결과가 어떻게 달라지는지에 대한 분석을 토대로 항목의 개발이 이루어져야 하나 시간적, 비용적인 제약으로 불가능하였다. 이 때문에 OECD나 영국에서 이미 검토하여 제시하고 있는 측정기준을 최대한 적용하였다. 이는 여기에서 제시되는 기준이 특정 결과만을 토대로 한 것이 아니라 기존 선행연구결과들을 종합하고, 영국에서는 실제 시험조사를 거쳐서 나온 결론이기 때문이다. 그럼에도 불구하고 이러한 것이 한국사회에서 타당할 것인지, 실제 조사현장에서 실현가능한 것인지에 대해서는 추가적인 논의가 필요한 부분이라고 할 수 있다.

그러나 이러한 세부적인 부분들은 실제 조사를 하게 되면 시험조사 과정에서 추가적으로 충분히 논의가 가능할 것이라 생각된다.

본 연구의 범위는 기존의 사례와 문헌검토를 통해서 한국사회에서의 주관적 웰빙 측정 방안을 제시하는 것이다. 이에 따라 기존의 삶에 대한 만족도 측정 결과나 이에 대한 분석은 이루어지지 않았다. 그러나 현재 삶에 대한 만족도는 어느 수준이고, 과거에 비해서는 어떻게 변화해 왔으며, 인구집단별로는 어떻게 차이를 보이고, 영역별 만족도와는 어떤 관계를 가지는지에 대한 연구는 주관적 웰빙 측정을 검토하는 데 있어서 중요한 참고자료로 활용될 수 있다. 따라서 향후 주관적 웰빙의 분석에 대한 추가 연구가 필요하다.

참고문헌

- 구재선 · 서은국(2011), “한국인, 누가 언제 행복한가?”, 『한국심리학회지: 사회 및 성격』, 25(2): 143-166.
- 구재선 · 서은국(2012), “행복은 4년 후 학업성취를 예측한다”, 『한국심리학회지: 사회 및 성격』, 발간예정.
- 김상욱 외(2011), 『한국종합사회조사 2010』, 성균관대학교 출판부.
- 김정호 외(2009), “‘삶의 만족’은 만족스러운가: 주관적 웰빙 측정의 보완”, 『한국심리학회지: 사회문제』, 15(1): 187-205.
- 마틴 셀리그만(2009), 『마틴 셀리그만의 긍정심리학』, 김인자 역, 도서출판 물푸레.
- 박소영(2012), “삶의 질 나타내는 ‘행복지수’”, 중앙일보 4월 9일.
- 서경현 · 김정호 · 유재민(2009), “성격과 주관적 웰빙 간의 관계: Big 5 성격요인과 BAS/BIS를 중심으로”, 『한국심리학회지: 사회문제』, 15(1): 169-186.
- 서울특별시(2011), 『2010 서울서베이』.
- 서은국 · 구재선(2011), “단축형 행복척도(COMOSWB) 개발 및 타당화”, 『한국심리학회지: 사회 및 성격』, 25(1): 95-113.
- 이희길 · 심수진(2009), “삶의 질과 사회지표 체계 연구”, 통계개발원 연구보고서 III. 통계개발원.
- 임남연 · 이화령 · 서은국(2010), “한국에서의 Diener의 삶의 만족 척도 사용 연구 개관”, 『한국심리학회지: 일반』, 29: 21-47.
- 장재윤 · 유경 · 서은국 · 최인철(2007), “일상재구성법(DRM)을 통해 살펴본 남녀직장인과 주부의 삶의 질”, 한국심리학회지: 사회 및 성격』, 21(2): 123-139.
- 통계개발원(2011), 『국민 삶의 질 측정을 위한 분석틀』. 연구용역보고서(한국사회학회).
- Berger-Schmitt, Regina & Noll, Heinz-Hervert(2000), Conceptual Framework and Structure of a European System of Social Indicators, EuReporting Working Paper No. 9, Mannheim: Centre for Survey Research and Methodology(ZUMA).
- Cummins, Robert A.(2009), "Measuring Population Happiness to Inform Public Policy". The 3rd OECD World Forum on "Statistic, Knowledge and Policy" Busan, Korea, 27-30 October 2009.
- Diener, Ed(1984), "Subjective well-being". Psychological Bulletin, 95. 542-575.
- Diener, Ed, Marissa Diener & Carol Diener(1995), "Factors Predicting the Subjective Well-Being of Nations", Journal of Personality and Social Psychology, 69(5): 851-864.
- Diener, Ed, Robert A. Emmons, Randy J. Larsen & Sharon Griffin(1985), "The Satisfaction With Life Scale", Journal of Personality Assessment, 49(1): 71-75.
- Diener, Ed, Eunkook M. Suh, Richard E. Lucas, & Heidi L. Smith(1999), "Subjective Well-Being: Three Decades of Progress", Psychological Bulletin, 125(2): 276-302.
- Diner, Ed and Martin E. P. Seligman(2002), "Very Happy People", Psychological Science, 13(1): 81-84.
- Diener, Ed, Shigehiro Oishi, and Richard E. Lucas(2003), "Personality, Culture and Subjective



- Well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life", *Annual Review of Psychology*, 54: 403-425.
- Diener, Ed, Richard E. Lucas, Ulrich Schimmack and John Helliwell(2009), *Well-Being for Public Policy*, New York: Oxford University Press.
- Diener, E., D. Wirtz, W. Tov, C. Kim-Prieto, D. Choi, S. Oishi and R. Biswas-Diener(2010), "New Measures of Well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 39: 247-266.
- Diener, Ed & Tov, William(2012), "National Accounts of Well-Being", In K. C. Land et al. (Eds.), *Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research* (pp. 63-77). New York: Springer.
- Dolan, P. & White, M. P. (2007), "How can measures of subjective well-being be used to inform public policy?" *Perspectives on Psychological Science*, 2: 71-85.
- Economic and Social Research Institute(2012), "Initial investigation on the data from the Quality of Life Survey FY2011". Cabinet Office, Government of Japan.
- Hicks, Stephen(2011), "The measurement of subjective well-being", (Paper for Measuring National Well-being Technical Advisory Group, 4 February 2011). Office for National Statistics.
- Horn, Andre van(2007), "A Short Introduction to Subjective Well-being: Its Measurement, Correlates and Policy Uses", Paper prepared for the international conference 'Is happiness measurable and what do those measures mean for policy?' Rome, 2-3 April 2007.
- Karppinen, Jorma(2010), "Subjective wellbeing in Europe: European Quality of life Surveys by Eurofound", Gallup Conference on Brussels, Belgium(2010. 5. 19)
- OECD(2011), *How's Life?: Measuring well-being*, OECD Publishing.
- OECD(2012), *Draft OECD Guidelines on the Measurement of Subjective Well-being*. (forthcoming)
- ONS(2011), "Initial investigation into Subjective Well-being from the Opinions Survey", Office for National Statistics.
- ONS(2012), "Analysis of experimental subjective well-being data from the Annual Population Survey, April to September 2011", Office for National Statistics.
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995), "The structure of psychological well-being revisited", *Journal of Personality and Social Psychology*, 69: 719-727.
- Stiglitz, Joseph E., Amartya Sen & Jean-Paul Fitoussi(2009), *Report by the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress*.
- Ura, Karma, Sabina Arkin & Tshoki Zangmo(2012), "Gross National Happiness and the GNH Index" In Helliwell, J., Layard, R. & Sachs, J.(eds.), *World Happiness Report*, The Earth Institute Columbia University.
- Veenhoven, Ruut(2002), "Why Social Policy Needs Subjective Indicators", *Social Indicators Research* 58: 33-45.

Veenhoven, Ruut(2012), " Happiness, Also Known as 'Life Satisfaction' and 'Subjective Well-Being'", In K. C. Land et al. (Eds.), Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research (pp. 63-77). New York: Springer.

Waldron, Sam(2010), "Measuring Subjective Wellbeing in the UK", Working Paper, September 2010. Office for National Statistics.

뉴질랜드 통계청 www.stas.govt.nz

영국 통계청 www.statistics.gov.uk

캐나다 통계청 www.givingandvolunteering.ca



부록 1. 주관적 웰빙 측정사례 조사항목(원문)

1. OECD SWB Guideline

1) Core Question

- ▶ The following question asks how satisfied you feel, on a scale from 0 to 10. Zero means you feel “completely dissatisfied” and 10 means “completely satisfied”.
 - Overall, how satisfied are you with life as a whole these days? [0~10]
- ▶ The following questions ask about how you felt yesterday. I will now read out a list of ways you might have felt yesterday. Did you experience the following feelings a lot yesterday? [YES/NO]
 - How about enjoyment?
 - How about calm and peaceful?
 - How about worry?
 - How about sadness?

2) 삶에 대한 만족도

전반적인 만족도

- ▶ Please imagine a ladder with steps numbered from nought at the bottom to 10 at the top. The top of the ladder represents the best possible life for you and the bottom of the ladder represents the worst possible life for you.
 - On which step of the ladder would you say you personally feel you stand at this time? [0~10]
- ▶ The following question asks how happy you feel, on a scale from 0 to 10. Zero means you feel “completely unhappy” and 10 means “completely happy”.
 - Taking all things together, how happy would you say you are?
- ▶ The following questions ask how satisfied you feel, on a scale from 0 to 10. Zero means you feel “completely dissatisfied” and 10 means “completely satisfied”.
 - Overall, how satisfied with your life were you 5 years ago?
 - As your best guess, overall how satisfied with your life do you expect to feel in 5 years time?

- ▶ Below are five statements with which you may agree or disagree. Using the 1~7 scale below, indicate your agreement with each item. Please be open and honest in your responding. The 7 point scale is as follows: (1 = strongly disagree ~ 7 = strongly agree)
 - In most ways my life is close to my ideal
 - The conditions of my life are excellent
 - I am satisfied with my life
 - So far I have gotten the important things I want in life
 - If I could live my life over, I would change almost nothing

- ▶ The following questions ask how satisfied you feel about specific aspects of your life, on a scale from 0 to 10. Zero means you feel “completely dissatisfied” and 10 means “completely satisfied”.
 - How satisfied are you with your standard of living?
 - How satisfied are you with your health?
 - How satisfied are you with what you are achieving in life?
 - How satisfied are you with your personal relationships?
 - How satisfied are you with how safe you feel?
 - How satisfied are you with feeling part of your community?
 - How satisfied are you with your future security?
 - How satisfied are you with the amount of time you have to do the things that you like doing?

- ▶ For respondents who are employed only
 - How satisfied are you with your job?

3) 정서경험

- ▶ The following questions ask about how you felt yesterday. I will now read out a list of ways you might have felt yesterday. Did you experience the following feelings a lot yesterday? [YES/NO]
 - How about enjoyment?
 - How about calm and peaceful?



- How about worry?
- How about sadness?
- How about happy?
- How about depressed?
- How about anger?
- How about stress?
- How about physical pain?
- Did you smile or laugh a lot yesterday?

4) 심리적 번영

- ▶ We now want to ask you some questions about how you feel about yourself and your life. Please use a scale from 0 to 10 to indicate how you felt. Zero means you “disagree completely” and 10 means “agree completely”.
 - In general, I feel very positive about myself?
 - I’m always optimistic about my future?
 - I am free to decide for myself how to live my life?
 - I generally feel that what I do in my life is worthwhile?
 - Most days I get a sense of accomplishment from what I do?
 - When things go wrong in my life it generally takes me a long time to get back to normal?
- ▶ I am now going to read out a list of ways you might have felt during the past week. On a scale from 0 to 10, where zero means you felt that way “not at all” during the past week and 10 means you felt that way “all the time” during the past week, can you please tell me how much of the time during the past week…
 - …you had a lot of energy?
 - …you felt calm?
 - …you felt lonely?

2. Gallup World Poll

1) 삶에 대한 만족도

- ▶ Are you satisfied or dissatisfied with your freedom to choose what you do with your life?
- ▶ Do you have any health problems that prevent you from doing any of the things

people your age can normally do?

- ▶ All things considered, how satisfied are you with your life as a whole these days (0~10)?
- ▶ Please imagine a ladder with steps numbered from 0 at the bottom to 10 at the top. Suppose we say the top of the ladder represents the best possible life for you and the bottom of the ladder represents the worst possible life for you.

On which step of the ladder would say you personally feel you stand at this time, assuming that the higher the step the better you feel about your life, and the lower the step the worse you feel about it.

- Which step comes closest to the way you feel?
- On which step of the ladder would you say you stood five years ago?
- On which step of the ladder would you say you will stand on in the future, say about five years from now?
- ▶ Are you satisfied or dissatisfied with your personal health?

2) 정서경험

- ▶ Did you experience physical pain during a lot of the day yesterday?
- ▶ Did you have enough energy to get things done yesterday?
- ▶ Did you experience anger during a lot of the day yesterday?
- ▶ Did you experience depression during a lot of the day yesterday?
- ▶ Did you experience enjoyment during a lot of the day yesterday?
- ▶ Did you experience happiness during a lot of the day yesterday?
- ▶ Did you experience sadness during a lot of the day yesterday?
- ▶ Did you experience stress during a lot of the day yesterday?
- ▶ Did you experience worry during a lot of the day yesterday?

3. World Value Survey

1) 삶에 대한 만족도

- ▶ Taking all things together, would you say you are very happy, rather happy, not very happy or not at all happy?
- ▶ All in all, how would you describe your state of health these days? Would you say it is very good, good, fair or poor?



- ▶ All things considered, how satisfied are you with your life as a whole these days? If 1 means you are “completely dissatisfied” and 10 means you are “completely satisfied”, where would you put your satisfaction with your life as a whole?
- ▶ How satisfied are you with the financial situation of your household (1~10)?

2) 심리적 번영

- ▶ Some people feel they have completely free choice and control over their lives, while other people feel that what they do has no real effect on what happens to them. Please use this scale where 1 means “no choice at all” and 10 means “a great deal of choice” to indicate how much freedom of choice and control you feel you have over the way your life turns out.

4. European Social Survey (2006)

1) 삶에 대한 만족도

전반적인 만족도

- ▶ All things considered, how satisfied are you with your life as a whole nowadays? Please answer using this card, where 0 means extremely dissatisfied and 10 means extremely satisfied.
- ▶ Taking all things together, how happy would you say you are? (0~10).
- ▶ How is your health in general? (very good, good, fair, bad, very bad, don't know).

영역별 만족도

- ▶ How satisfied are you with how your life has turned out so far (0~10)?
- ▶ How satisfied are you with your present standard of living (0~10)?
- ▶ All things considered, how satisfied are you with your present job? (0~10)
- ▶ How satisfied are you with the balance between the time you spend on your paid work and the time you spend on other aspects of your life? (0~10)

2) 정서경험

- ▶ I will now read out a list of the ways you might have felt or behaved during the past week. Please tell me how much of the time during the past week you have: (none or almost none of the time, some of the time, most of the time, all or almost all of the time, don't know).

- How much of the time during the past week have you felt depressed?
- How much of the time during the past week have you felt that everything you did was an effort?
- How much of the time during the past week has your sleep been restless?
- How much of the time during the past week were you happy?
- How much of the time during the past week have you felt lonely?
- How much of the time during the past week have you enjoyed life?
- How much of the time during the past week have you felt sad?
- How much of the time during the past week could you not get going?
- How much of the time during the past week have you had a lot of energy?
- How much of the time during the past week have you felt anxious?
- How much of the time during the past week have you felt tired?
- How much of the time during the past week have you been absorbed in what you were doing?
- How much of the time during the past week have you felt calm and peaceful?
- How much of the time during the past week have you felt bored?
- How much of the time during the past week have you felt rested when you woke up in the morning?

3) 심리적 번영

- ▶ Please say how much you agree or disagree with each of the following statements (agree strongly, agree, neither, disagree, disagree strongly, don't know).
 - I'm always optimistic about my future
 - In general I feel very positive about myself
 - At times I feel as if I am a failure
 - On the whole my life is close to how I would like it to be
- ▶ Please tell me to what extent you agree or disagree with each of the following statements : (agree strongly, agree, neither, disagree, disagree strongly, don't know).
 - I feel I am free to decide how to live my life
 - In my daily life I seldom have time to do the things I really enjoy
 - In my daily life I get very little chance to show how capable I am
 - I love learning new things



- Most days I feel a sense of accomplishment from what I do
 - I like planning and preparing for the future
 - When things go wrong in my life, it generally takes me a long time to get back to normal
 - My life involves a lot of physical activity
- ▶ Please say to what extent you agree or disagree with each of the following Statements : (agree strongly, agree, neither, disagree, disagree strongly, don't know).
- I generally feel that what I do in my life is valuable and worthwhile
 - If I help someone I expect some help in return
 - The way things are now, I find it hard to be hopeful about the future of the world
 - There are people in my life who really care about me
 - For most people in [Country] life is getting worse rather than better I feel close to the people in my local area

5. European Quality of Life Survey

1) 삶에 대한 만족도

전반적인 만족도

- ▶ All things considered, how satisfied would you say you are with your life these days? Please tell me on a scale of 1 to 10, where 1 means very dissatisfied and 10 means very satisfied.
- ▶ Taking all things together on a scale of 1 to 10, how happy would you say you are? Here 1 means you are very unhappy and 10 means you are very happy.

영역별 만족도

- ▶ Could you please tell me on a scale of 1 to 10 how satisfied you are with each of the following items, where 1 means you are very dissatisfied and 10 means you are very satisfied?
 - Education,
 - Present job,
 - Standard of living,
 - Accommodation,
 - Family life,

- Health,
- Social life.
- ▶ In general, would you say your health is very good, good, fair, bad, very bad, don't know?

2) 정서경험

- ▶ Please indicate for each of the five statements which is closest to how you have been feeling over the last two weeks : I have felt active and vigorous, I woke up feeling fresh and rested, My daily life has been filled with things that interest me.

3) 심리적 번영

- ▶ Please tell me whether you strongly agree, agree, neither agree or disagree, disagree or strongly disagree with each statement.
 - I am optimistic about the future,
 - On the whole my life is close to how I would like it to be,
 - I feel left out of society,
 - Life has become so complicated today that I almost can't find my way,
 - I don't feel the value of what I do is recognized by others,
 - Some people look down on me because of my job situation or income.

6. Eurobarometer

1) 삶에 대한 만족도

전반적인 만족도

- ▶ On the whole, are you very satisfied, fairly satisfied, not very satisfied or not at all satisfied with the life you lead?
- ▶ What are your expectations for the next 12 months? Will the next 12 months be better, worse or the same, when it comes to :
 - Your life in general?
 - The financial situation of your household?
 - Your personal job situation?



7. 영국의 주관적 웰빙 측정 항목

1) Core Question

- ▶ Overall, how satisfied are you with your life nowadays? (on a 0~10 scale, where 0 is not satisfied at all and 10 is completely satisfied).
- ▶ Overall, how happy did you feel yesterday? (on a 0~10 scale, where 0 is not at all happy and 10 is completely happy).
- ▶ Overall, how worried did you feel yesterday? (on a 0~10 scale, where 0 is not purposeful and 10 is completely purposeful).
- ▶ Overall, how worthwhile are the things you do in your life? (on a scale of 0~10, where 0 is not at all worthwhile and 10 is completely worthwhile).

2) 삶에 대한 만족도

- ▶ Overall how satisfied are you with:
 - your personal relationships
 - your physical health
 - your mental wellbeing
 - your work situation
 - your financial situation
 - the area where you live
 - the time you have to do things you like doing
 - the wellbeing of your children (if you have any)? (0~10 scale)

3) 정서경험

- ▶ Overall, how much energy did you have yesterday?
- ▶ Overall, how relaxed did you feel yesterday?
- ▶ Overall, how stressed did you feel yesterday?
- ▶ Overall, how angry did you feel yesterday?

4) 심리적 번영

- How much control do you feel you have over important aspects of your life?
- How lonely do you feel in your daily life?
- In your daily life how much opportunity do you feel you have to show how capable

you are?

- To what extent do you generally feel you have a sense of direction in your life?
- How positive do you feel about yourself as a person?
- How important is it to you to learn new things?
- How well do you generally get on with people around you?
- How useful a role do you feel you play in the world around you?
- To what extent do you feel that people treat you with respect?
- To what extent do you feel appreciated by the people you know?
- How optimistic do you feel about your future?
- To what extent do you feel a sense of accomplishment from things you do in your daily life?
- How quickly do you feel you return to normal after setbacks in your daily life?
- To what extent do you feel that you learn new things in your daily life?
- To what extent do you feel able to deal with important problems in your life?



8. 일본의 주관적 웰빙 측정 항목

1) 삶에 대한 만족도

전반적인 만족도

- ▶ 전반적으로 최근 당신은 삶에 대해 얼마나 만족하십니까?

(0~10점 척도) - 0: 매우 불만족, 10: 매우 만족

영역별 만족도

- ▶ 다음 제시된 각 영역에 대해 얼마나 만족하십니까?

(0~10점 척도) - 0: 매우 불만족, 10: 매우 만족

(영역(7개): 일자리, 주거, 가족생활, 보육, 보육지원서비스, 의료서비스, 요양지원시스템)

2) 정서경험

- ▶ 현재 얼마나 행복하십니까?

(0~10점 척도) - 0: 매우 불행, 10: 매우 행복

- ▶ 현재 응답자가 인식하기에 함께 거주하는 가족 구성원은 얼마나 행복하십니까?

- (0~10점 척도) - 0: 매우 불행, 10: 매우 행복
- ▶ 당신에게 바람직한 상태는 언제입니까?
(0~10점 척도) - 0: 항상 불행, 10: 항상 행복
 - ▶ 5년 후, 당신의 행복수준은 어떠할 것이라고 생각하십니까?
(-5~+5점 척도) - 0: 현재와 행복수준이 동일, +1~+5: 현재와 비교해서 증가수준에 따라 평가, -1~-5: 현재와 비교해서 감소수준에 따라 평가
 - ▶ 지난 몇 주간 다음과 같은 정서를 얼마나 자주 경험하였습니까?
(0~3점 척도, 무응답) - 0: 없음, 1: 거의 없음, 2: 때때로, 3: 종종
(긍정적 정서(9개): 자랑스러운, 평온한, 동정심, 관대한, 평화로운, 친절한, 친밀한, 성취감, 만족한)
(부정적 정서(12개): 부채감, 희망이 없는, 슬픈, 스트레스 받는, 두려운, 불안한, 수치스러운, 화난, 죄책감 느끼는, 자만심, 질투하는, 좌절스러운)

3) 심리적 번영

- ▶ 나와 내 주위 사람들이 행복하다고 생각한다. (0~10점 척도, 이하 동일)
- ▶ 나는 큰 걱정이나 불안한 일이 없다.
- ▶ 나와 내 주위 사람들의 일이 원래의 방향으로 잘 될 거라고 생각한다.
- ▶ 나는 내 주위 사람들에게 긍정적으로 평가받고 있다고 생각한다.
- ▶ 평균적이지만, 나는 평안한 삶을 살고 있다.
- ▶ 내 삶은 내 주위의 사람들 만큼 행복하다고 생각한다.
- ▶ 나는 중요한 사람들을 행복하게 만든다.
- ▶ 나는 내 주위의 사람들 만큼 동일한 삶을 성취했다고 생각한다.
- ▶ 나는 다른 사람들에게 문제를 일으키지 않고 내가 원하는 것을 할 수 있다.