

서울대생의 행복

최종안

(행복연구센터)

Table of Contents

- Part 1. SNU 행복 종단 연구 소개

- 1) 연구 목표
- 2) Harvard Grant study 소개
- 3) 연구 개요
- 4) 연구 성과

- Part 2. 서울대학생들의 행복

- 1) 행복감/우울감 수준
- 2) 행복 결정 요인
- 3) 행복 변동

Part 1. SNU 행복 종단 연구 소개

SNU 행복 종단 연구

SNU 행복 종단 연구란?

"서울대학생들 500명을 대상으로 30년간 그들의 심리적, 신체적, 사회적 변인들을 추적 조사하여 행복과 건강한 삶의 비밀을 밝히는 연구"

SNU 행복 종단 연구

SNU 행복 종단 연구 특징

- 1) 장기 종단 연구
- 2) 인간의 긍정적 측면에 집중
- 3) 서울대학생들을 대상

SNU 행복 종단 연구

SNU 행복 종단의 목표

1) 행복의 원인과 결과 규명

2) 생의 주기에 따른 심리적, 신체적, 사회적 변화 규명

3) 성공적인 노화(aging well)의 조건과 방법 탐구

4) 서울대학생들의 고유한 특성 규명

SNU 행복 종단 연구

SNU 행복 종단의 목표

- 1) 행복의 원인과 결과 규명
- 2) 생의 주기에 따른 심리적, 신체적, 사회적 변화 규명**
- 3) 성공적인 노화(aging well)의 조건과 방법 탐구
- 4) 서울대학생들의 고유한 특성 규명

SNU 행복 종단 연구

SNU 행복 종단의 목표

- 1) 행복의 원인과 결과 규명
- 2) 생의 주기에 따른 심리적, 신체적, 사회적 변화 규명
- 3) 성공적인 노화(aging well)의 조건과 방법 탐구**
- 4) 서울대학생들의 고유한 특성 규명

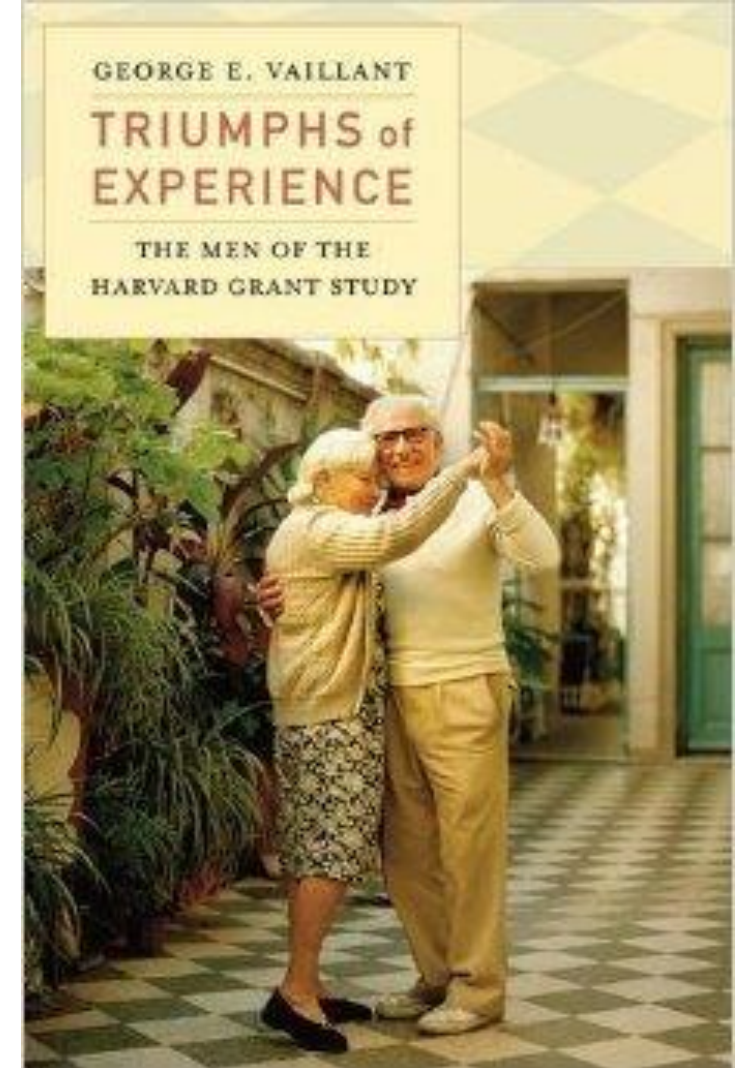
SNU 행복 종단 연구

SNU 행복 종단의 목표

- 1) 행복의 원인과 결과 규명
- 2) 생의 주기에 따른 심리적, 신체적, 사회적 변화 규명
- 3) 성공적인 노화(aging well)의 조건과 방법 탐구
- 4) 서울대학생들의 고유한 특성 규명

Harvard Grant Study

*“The 75-Year Study That Found That
Secrets to A Fulfilling Life”*



Harvard Grant Study

- 연구 참여자

: 1939~1944년 하버드 2학년생 268명

- 연구절차

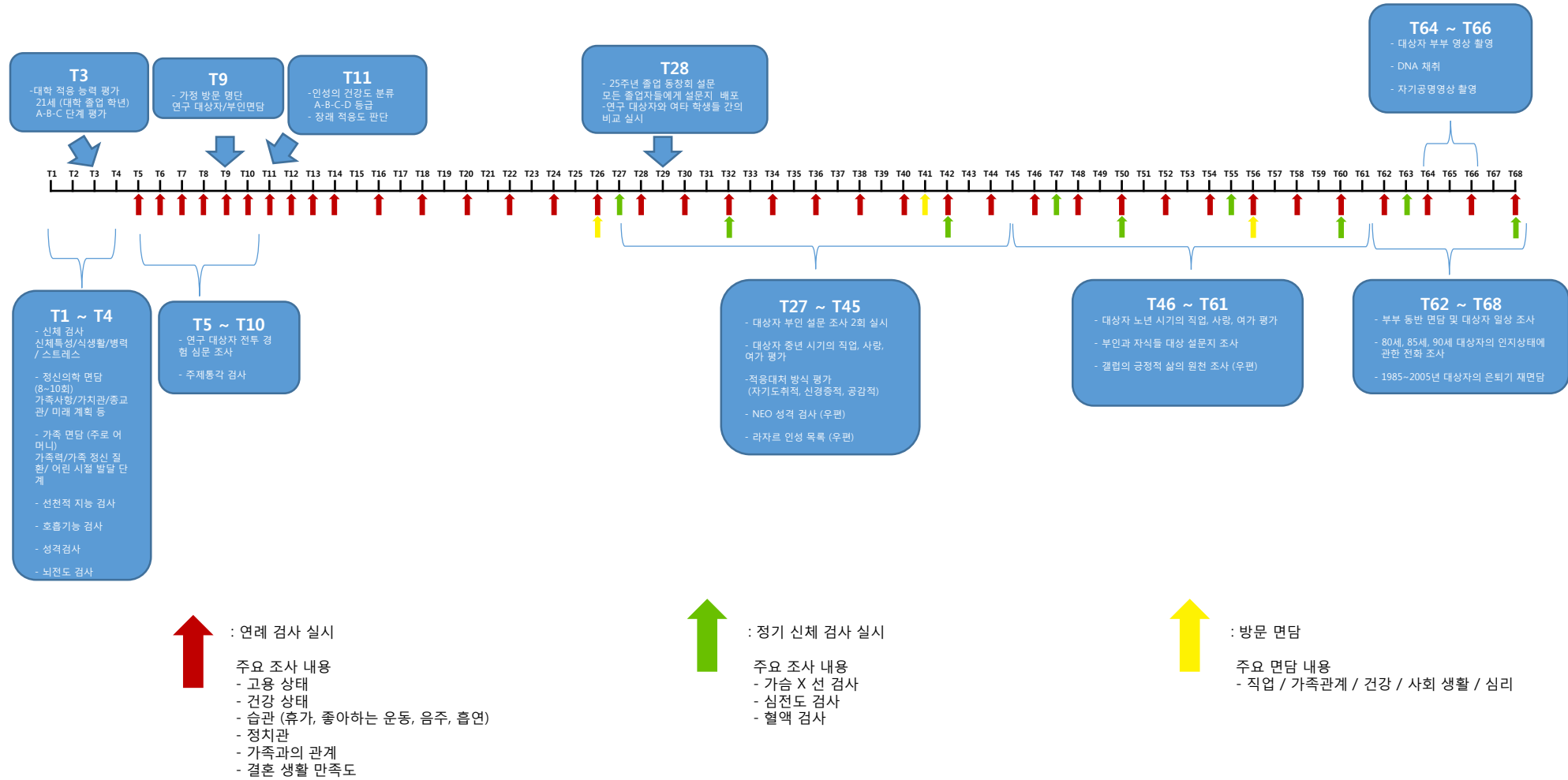
: 2년 주기 설문조사/5년 주기 건강검진/15년 주기 면담조사

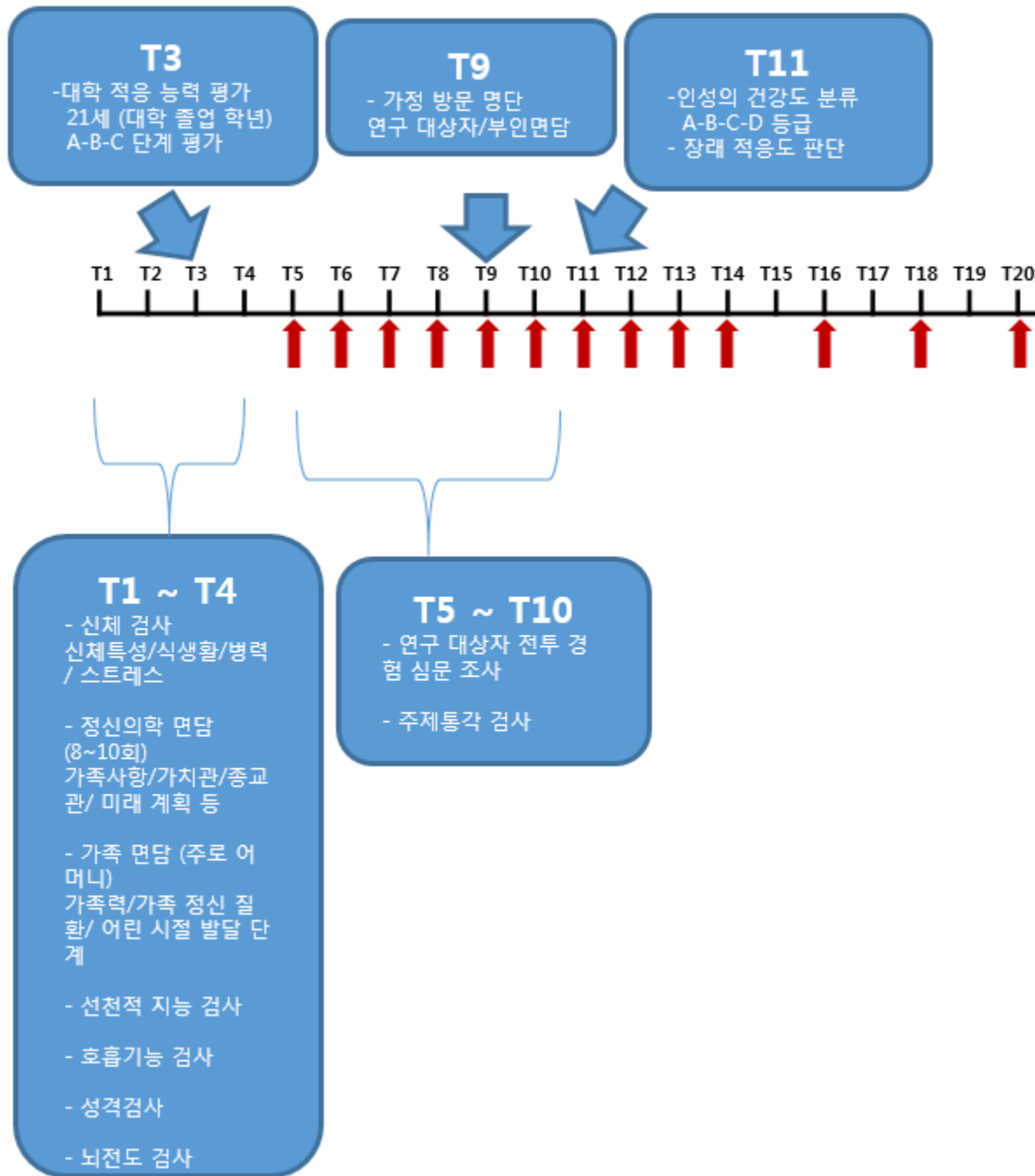
- 연구 비용

: $\geq \$20,000,000$

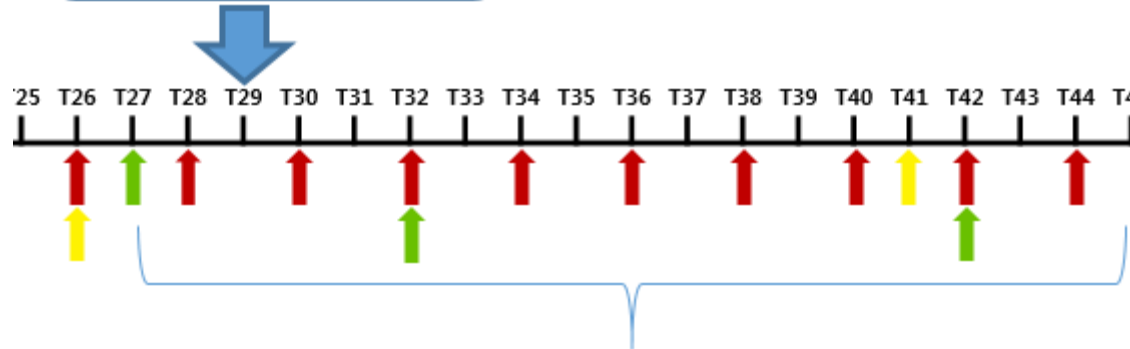
Harvard Grant Study Time Line

1944년 졸업생 기준 (1942 ~ 2010)

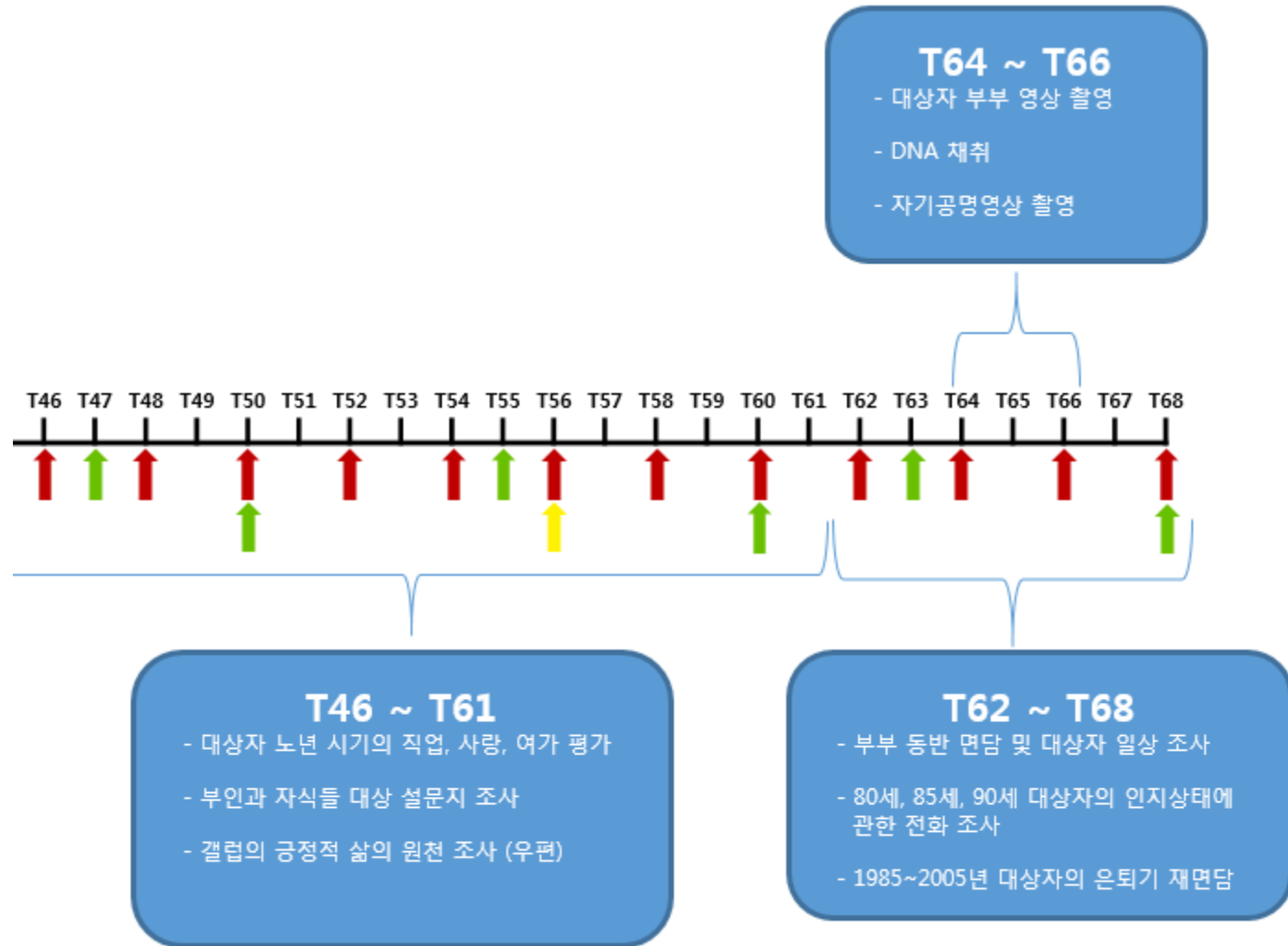




T28
 - 25주년 졸업 동창회 설문
 - 모든 졸업자들에게 설문지 배포
 - 연구 대상자와 여타 학생들 간의
 비교 실시



T27 ~ T45
 - 대상자 부인 설문 조사 2회 실시
 - 대상자 중년 시기의 직업, 사랑,
 여가 평가
 - 적응대처 방식 평가
 (자기도취적, 신경증적, 공감적)
 - NEO 성격 검사 (우편)
 - 라자르 인성 목록 (우편)



Harvard Grant Study

- 연구업적

- 31편의 연구 논문

- 3편의 서적

- “Adaption to Life” by Vaillant, G (1977)

- “Aging well” by Vaillant, G (2002)

- “Triumphs of Experience: The man of the Harvard Grant Study” by Vaillant, G (2012)

SNU 행복 종단 연구 개요

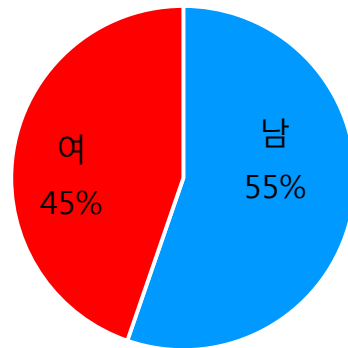
- 2010 SNU 참가자

- 2010년 1차 설문 시작 (515명의 서울대 재학생 참여)

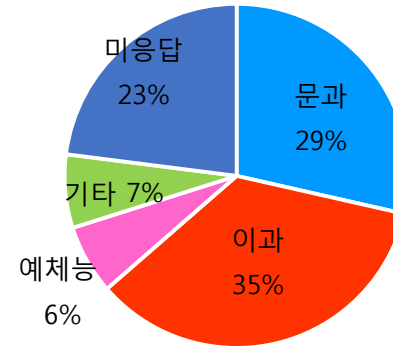
- 참여자 정보

- 나이: 평균 20.81세 (SD=2.01)

성별



전공



- 2011(T2), 2012(T3), 2015(T4)년 설문 실시

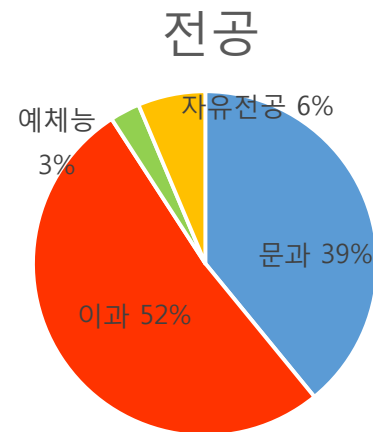
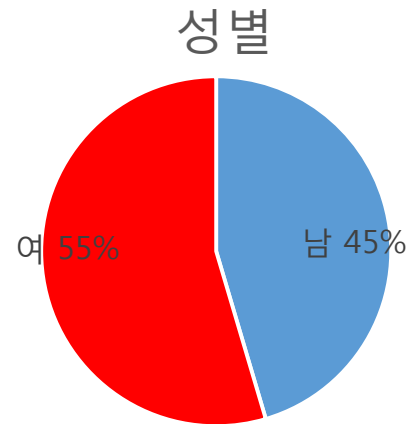
SNU 행복 종단 연구 개요

- 2016 SNU 참가자

- 2016년 추가 참여자 모집 (283명의 서울대 신입생 참여)

- 참여자 정보

- 나이: 평균 19.11세 (SD=0.68)



- 2016년 4월과 9월 설문 실시

2010 SNU Sample



참여 시점	Wave 1	Wave 2	Wave 3	Wave 4
참가자 수	515명	402명	298명	251명
측정치 개요	<ul style="list-style-type: none"> 행복 관련 기본척도 성격 및 기질 대인 관계 및 사회적 소속감 신체/정신 건강 척도 소비 및 경제활동 학점 인적 사항 	<ul style="list-style-type: none"> 행복 관련 기본척도 행복에 대한 신념(+) 성격 및 기질 대인관계 신체/정신 건강 척도 소비 및 경제활동 학점 인적 사항 	<ul style="list-style-type: none"> 행복 관련 기본척도 행복에 대한 신념 성격 및 기질 대인관계 신체/정신 건강 척도 사회 비교 척도(+) 사회/정치적 가치 (+) 물질주의 (+) 자기 절제 (Self-control) (+) 소비 및 경제활동 학점 인적 사항 	<ul style="list-style-type: none"> 행복 관련 기본척도 행복에 대한 신념 행복인식척도 (+) Happiness essentialism (+) 대인관계 신체/정신 건강 척도 시간 사용 (+) 직장생활 적응/만족도 (+) 계층 이동/불평등 인식 (+) Social class essentialism (+) 인적 사항

2010 SNU Sample

(Expected)



참여 시점	Wave 5	Wave 6	Wave 7
참가자 수	250명	250명	250명
측정치 개요	<ul style="list-style-type: none">• 행복 관련 기본척도• 행복에 대한 신념• 행복인식척도• 신체/정신 건강 척도• 대인 관계 만족도• 소비 및 경제활동• 시간 사용• 직장생활 적응/만족도• 계층 이동/불평등 인식• 양육방식(+)• 결혼만족도 (+)• 인적 사항		

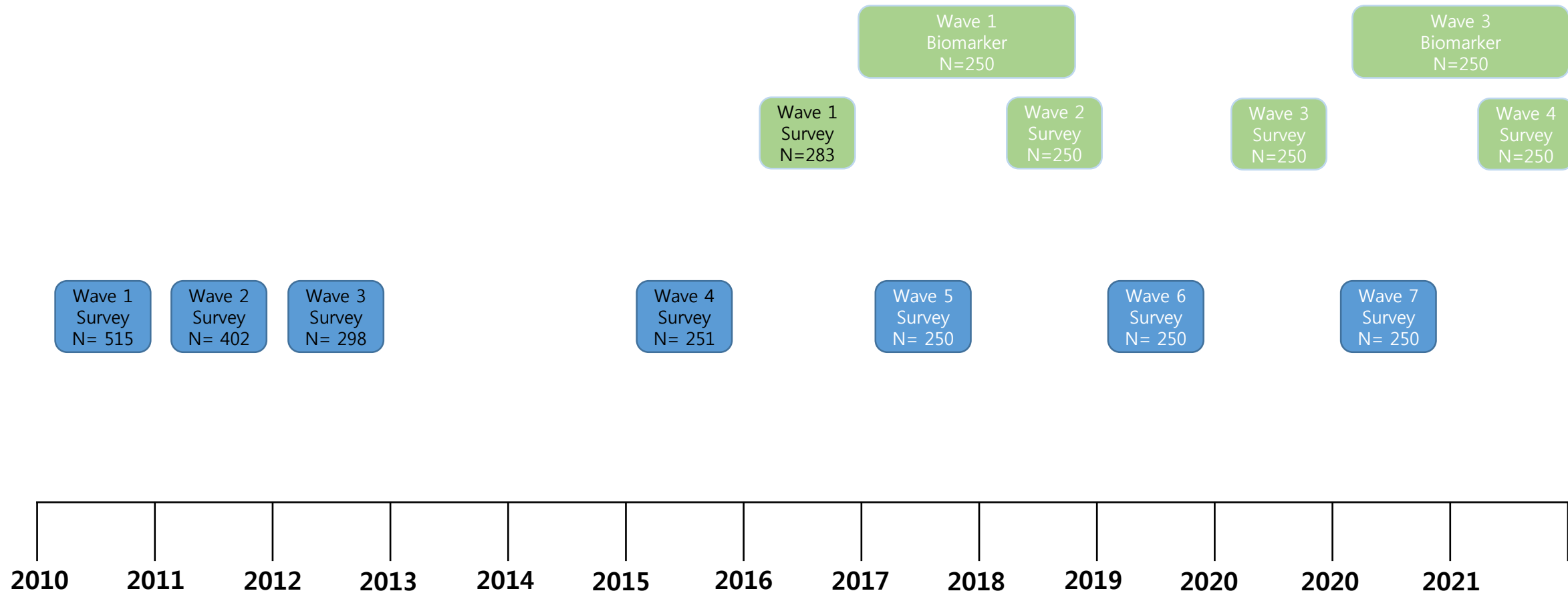


참여 시점	Wave 1	Wave 2	Wave 3	Wave 4
참가자 수	283명	250명	250명	250명
측정치 개요	<ul style="list-style-type: none"> 행복 관련 기본척도 행복에 대한 신념 행복인식척도 신체/정신 건강 척도 소비 및 경제활동 대인 관계 만족도 시간 사용 계층 이동/불평등 인식 중, 고교 적응도/만족도 대학생활 목표 인적 사항 	<ul style="list-style-type: none"> 행복 관련 기본척도 행복에 대한 신념 행복인식척도 신체/정신 건강 척도 소비 및 경제활동 대인 관계 만족도 시간 사용 계층 이동/불평등 인식 학점 인적 사항 	<ul style="list-style-type: none"> 행복 관련 기본척도 행복에 대한 신념 행복인식척도 신체/정신 건강 척도 소비 및 경제활동 대인 관계 만족도 시간 사용 계층 이동/불평등 인식 학점 인적 사항 	<ul style="list-style-type: none"> 행복 관련 기본척도 행복에 대한 신념 행복인식척도 신체/정신 건강 척도 소비 및 경제활동 대인 관계 만족도 시간 사용 계층 이동/불평등 인식 직장생활 적응/만족도 학점 인적 사항
생체지표 (Biomarker)	<ul style="list-style-type: none"> 기본적 신체 검사 - 활력 징후 (vital sign): 키, 몸무게, 맥박, 시력, 폐활량 - 허리둘레, 엉덩이 둘레 조직 (혈액, 소변) 검사 - 호르몬 & Gene expression 		<ul style="list-style-type: none"> 기본적 신체 검사 - 활력 징후 (vital sign): 키, 몸무게, 맥박, 시력, 폐활량 - 허리둘레, 엉덩이 둘레 조직 (혈액, 소변) 검사 - 호르몬 & Gene expression 	

SNU 행복 증단 연구 *Time Line*

2016 SNU Sample

2010 SNU Sample



SNU 행복 종단 연구

• 연구성과

- 학술논문

김경미, 류승아, & 최인철(2014). 행복과 학업성취: 대학생들 중심으로. 한국심리학회지 : 문화 및 사회문제, 20(4), 329-346.

McMahan, E. A., Choi, I., Kwon, Y., Choi, J., Fuller, J., & Josh, P. (2016). Some Implications of Believing That Happiness Involves the Absence of Pain: Negative Hedonic Beliefs Exacerbate the Effects of Stress on Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 17(6), 2569-2593

최종안, 이민하, 권유리, 최인철, & 최은수. (2016). 낙관적인 사람이 행복할까, 행복한 사람이 낙관적일까?. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 30(3), 95-114.

Choi, I., Lim, S., Choi, J., & Catapano, R. (2016). Comparing Two Roads to Success: Self-Control Predicts Achievement and Happiness Predicts Relationships. In preparation

Hong, E., & Choi, I. (2016). Oh Darling This Too Shall Pass: Holistic Thinking Keeps You in Romantic Relationships, in preparation.

SNU 행복 종단 연구

• 연구성과

- 학회 발표

권유리, Joshua Fuller, 최인철(2012). 포스터발표: 행복에 대한 신념에 따른 실제 행복감의 차이. 한국심리학회 연차 학술대회.

권유리, Joshua Fuller, 최종안, & 최인철 (2013). 부정적 경험 회피에 대한 신념이 행복에 미치는 영향. 한국심리학회 연차 학술대회.

오혜원, 최인철 (2014). 구두발표: 다른 생각? 다른 소비!: 행복이 경험재 구매와 구매 인식에 미치는 영향. 한국 심리학회 연차 학술대회.

최인철,임사라, 최종안, Rhia Catapano (2014) 구두발표: 자기 통제력과 행복이 성공에 미치는 영향. 한국 심리학회 연차 학술대회.

Part 2. 서울대학생들의 행복

더할 나위 없이 좋은 때 10
9
8
7
6
5
4
3
2
1
0 더 이상 나쁠 수 없이 최악일 때

옆의 그림이 꼭대기가 열 번째 높이까지 있는 사다리라고 생각하십시오.

맨 아래 **0**은 삶 전반에서 '더 이상 나쁠 수 없이 최악인 때'를 의미하고,
맨 위 **10**은 '더할 나위 없이 좋을 때'를 의미합니다.

당신은 지금 어디에 서 있다고 느끼니까?

더할 나위 없이 좋은 때 10
9
8
7
6
5
4
3
2
1
0 더 이상 나쁠 수 없이 최악일 때

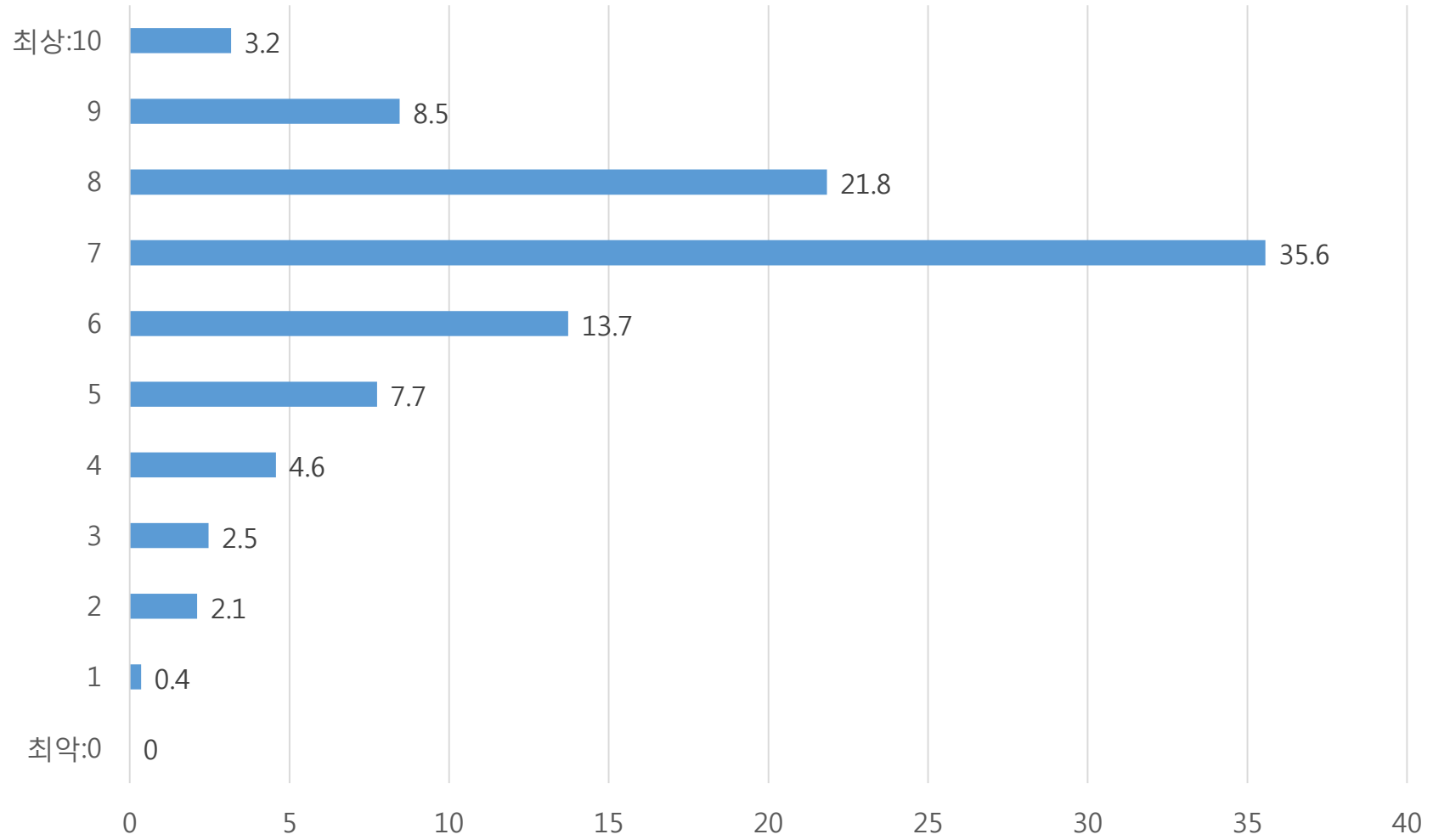
서울대학생들의 평균적인 행복감은?

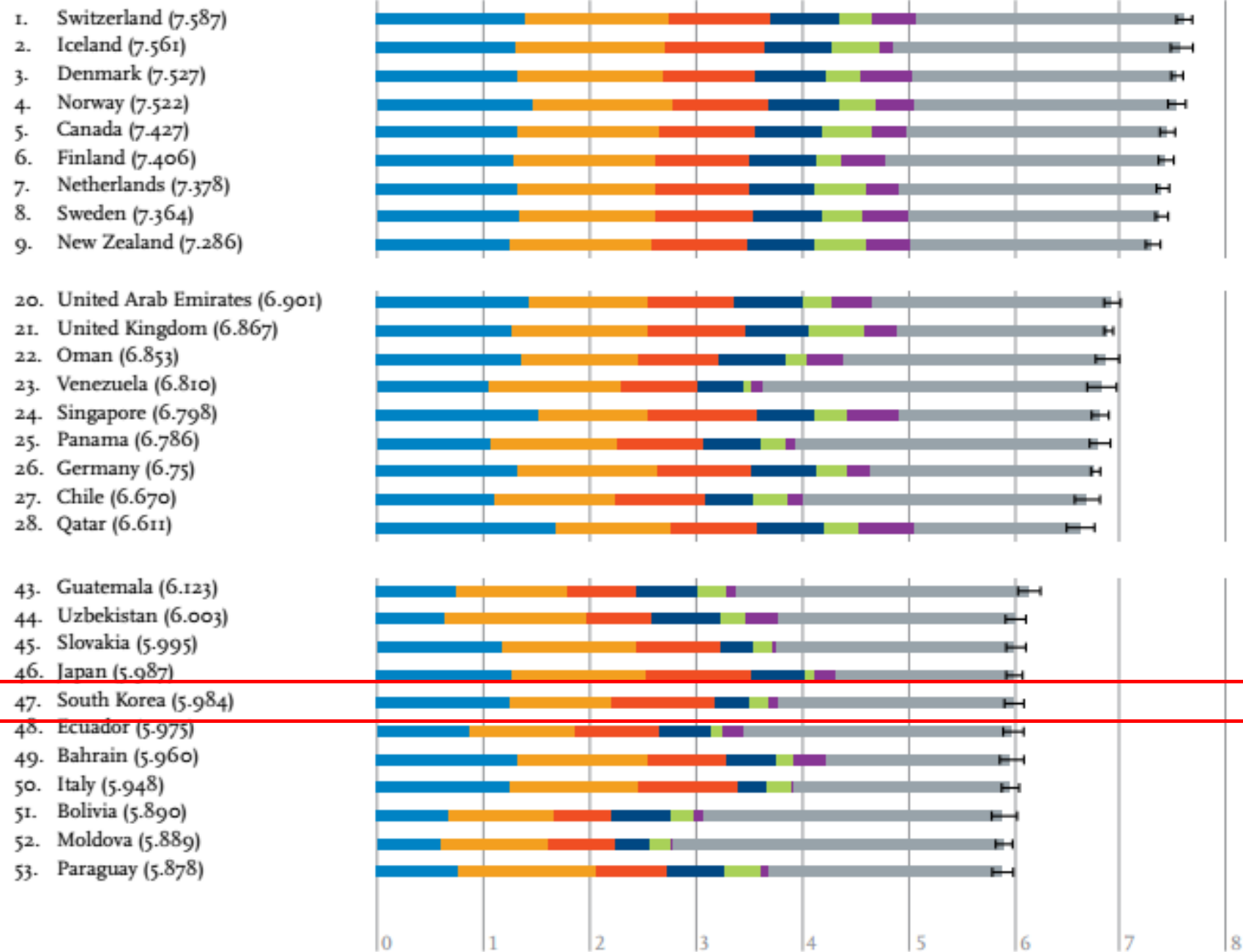
더할 나위 없이 좋은 때 10
9
8
7
6
5
4
3
2
1
0 더 이상 나쁠 수 없이 최악일 때

서울대학생들의 평균적인 행복감은?

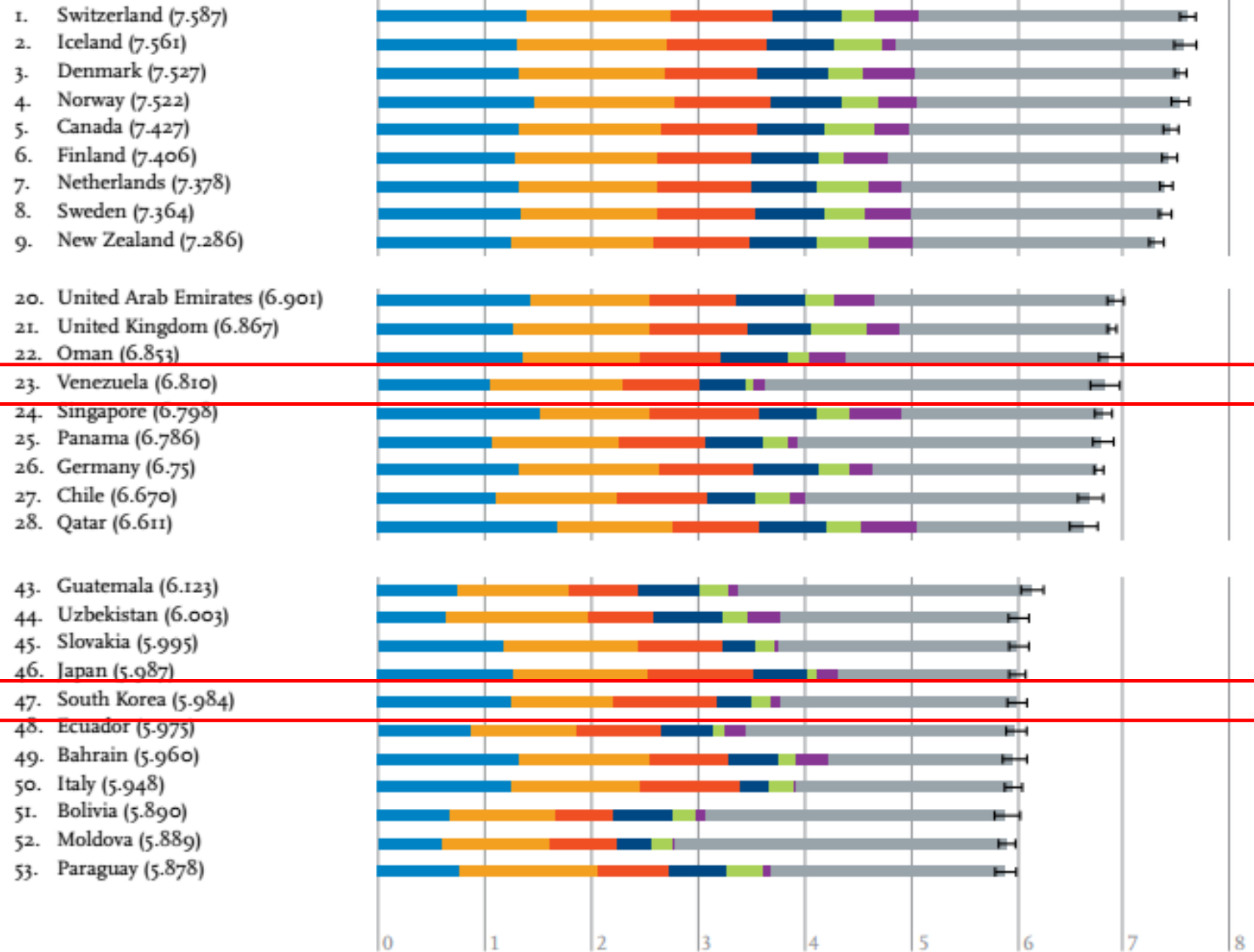
2016년 서울대 신입생(283명)의 평균 값은 **6.83**(SD=1.65)

Cantril ladder happiness





2016 SNU

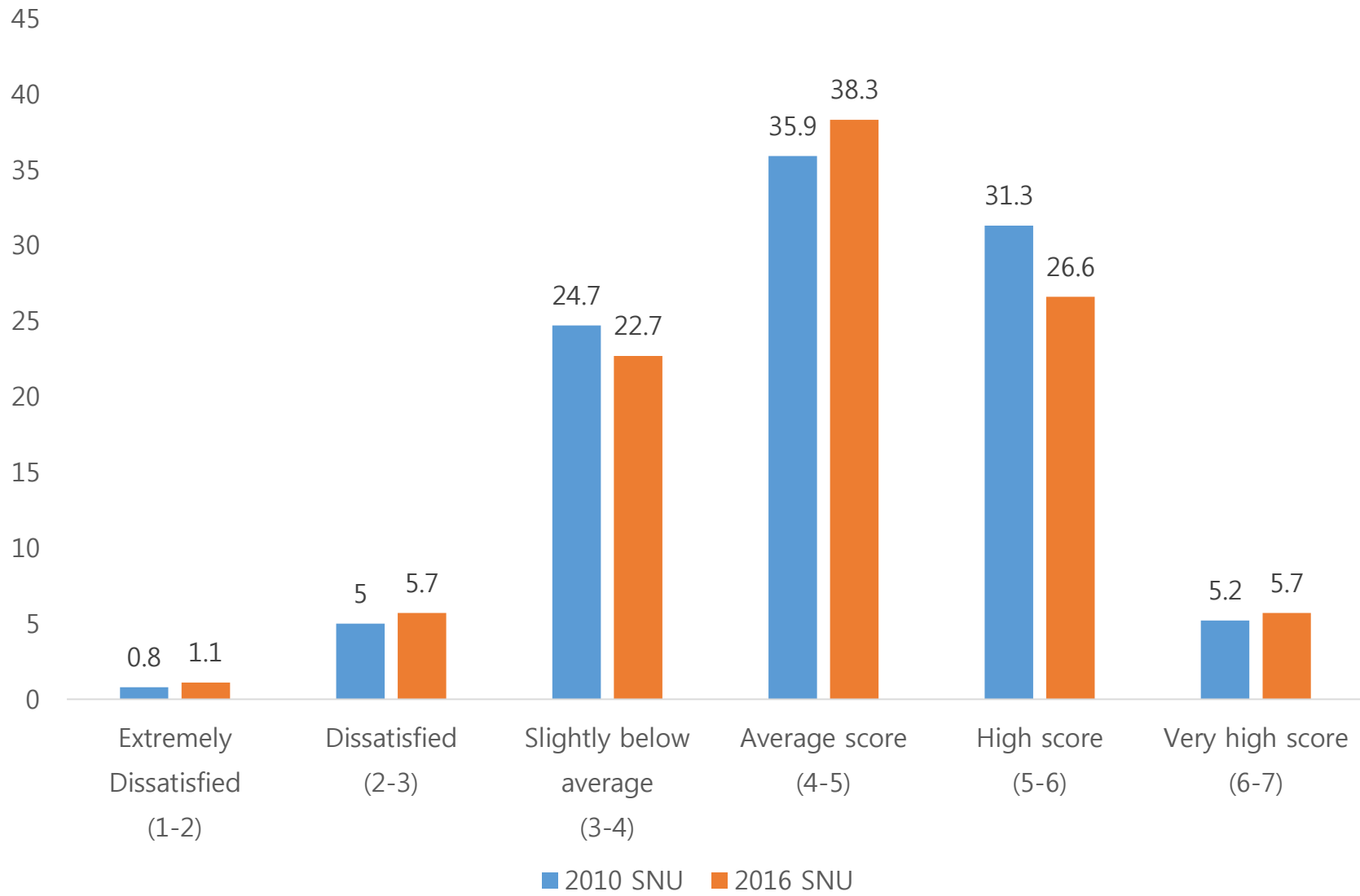


서울대학생들의 평균적인 삶에 대한 만족도 값은?

서울대학생들의 평균적인 삶에 대한 만족도 값은?

2016년 서울대 신입생(283명)의 평균 값은 **4.50**(SD=0.92)

2010년 서울대 학생(515명)의 평균 값은 **4.47**(SD=0.99)



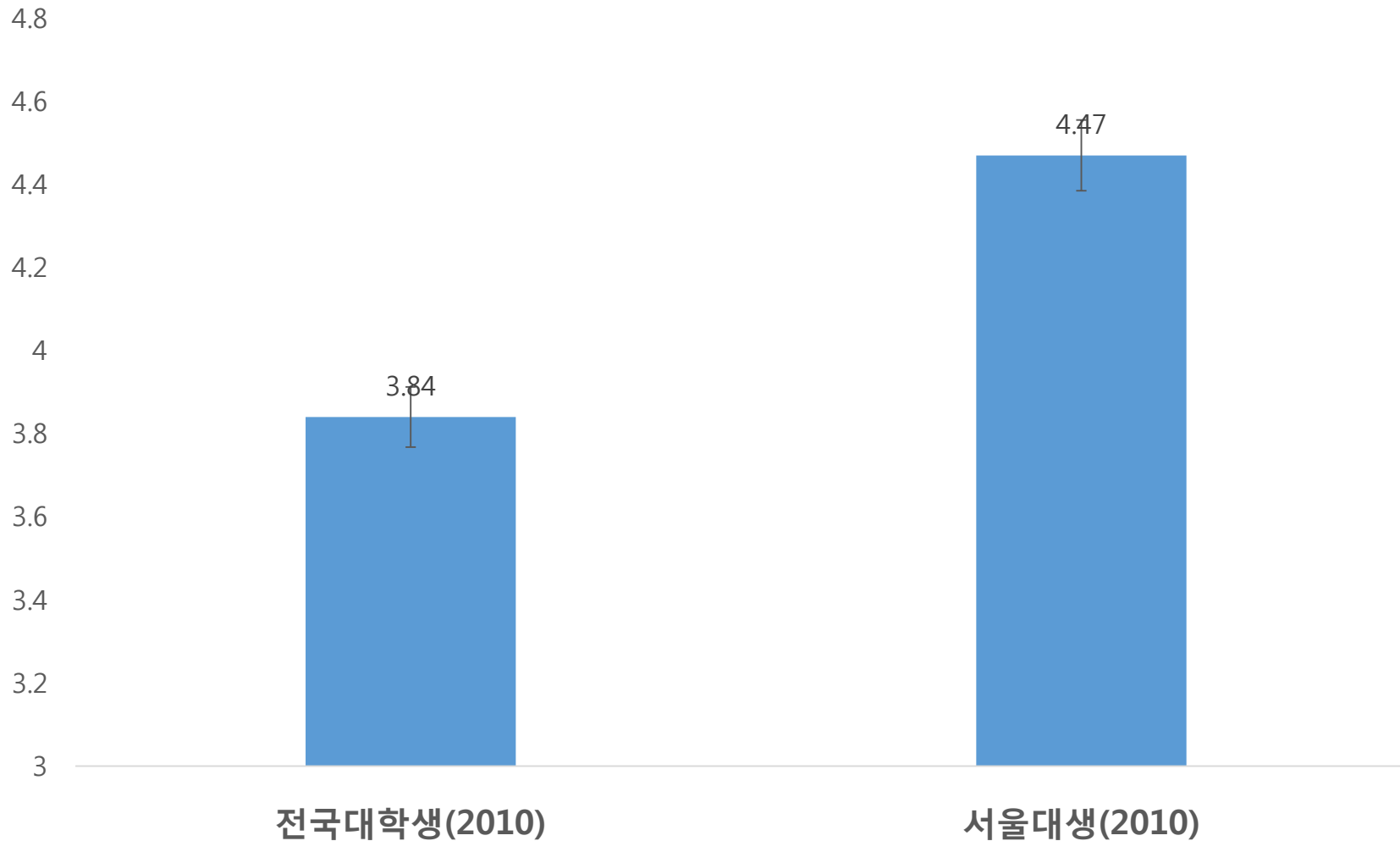
2010년 기준, 한국의 대학생들(1000명)의 평균적인 SWLS 값은?

2010년 기준, 한국의 대학생들(1000명)의 평균적인 SWLS 값은?

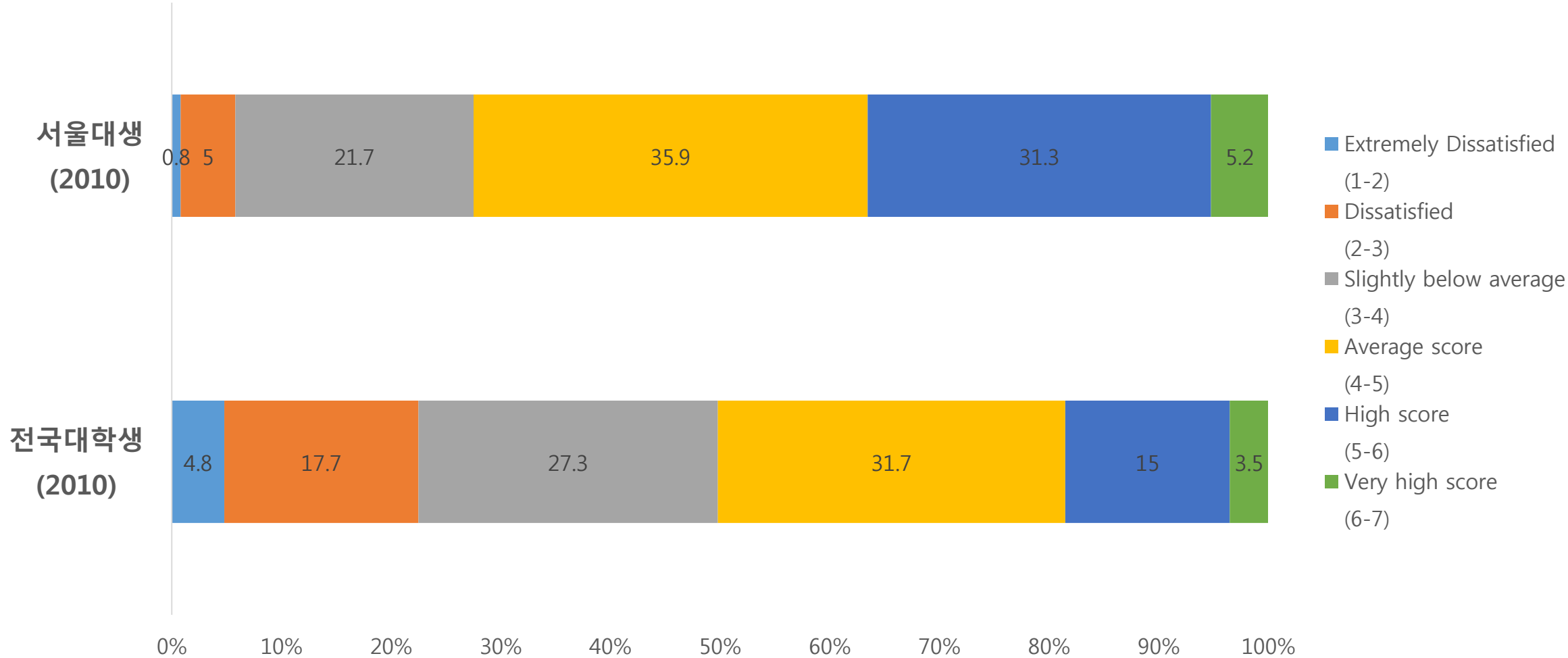
평균 값 **3.84**(SD=1.17)*

*한민, 최인철, 김범준, 이훈진, 김진형, 2012

한국의 대학생 vs. 서울대 학생

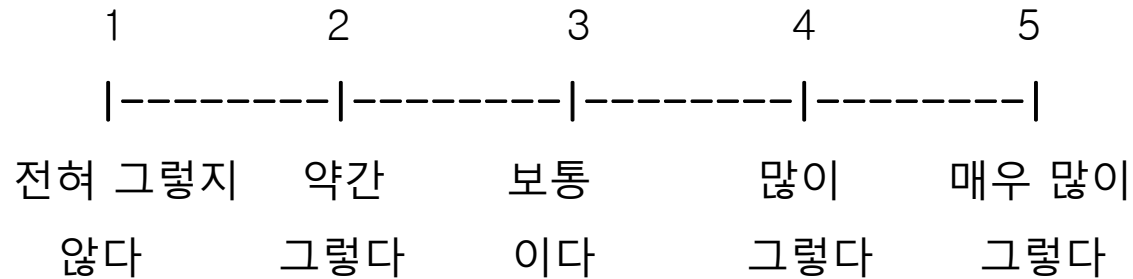


한국의 대학생 vs. 서울대 학생



PANAS (Positive and Negative Affect Schedule)

아래 단어들은 다양한 감정이나 기분을 기술한 것입니다 각 단어를 읽고 오늘을 포함하여 최근 1개월 동안 느낀 감정이나 기분의 정도를 가장 잘 나타낸 숫자를 그 단어 앞에 표시해주시기 바랍니다.



- ___ 1. 흥미진진한
- ___ 2. 괴로운
- ___ 3. 신나는
- ___ 4. 화난
- ___ 5. 강인한
- ___ 6. 죄책감 드는
- ___ 7. 겁에 질린
- ___ 8. 적대적인
- ___ 9. 열정적인
- ___ 10. 자랑스러운

- ___ 11. 짜증난
- ___ 12. 정신이 맑게 깨어있는
- ___ 13. 부끄러운
- ___ 14. 감명받은
- ___ 15. 두려운
- ___ 16. 단호한
- ___ 17. 집중하는
- ___ 18. 조바심 나는
- ___ 19. 활기찬
- ___ 20. 불안한

PANAS (Positive and Negative Affect Schedule)

아래 단어들은 다양한 감정이나 기분을 기술한 것입니다 각 단어를 읽고 오늘을 포함하여 최근 1개월 동안 느낀 감정이나 기분의 정도를 가장 잘 나타낸 숫자를 그 단어 앞에 표시해주시기 바랍니다.

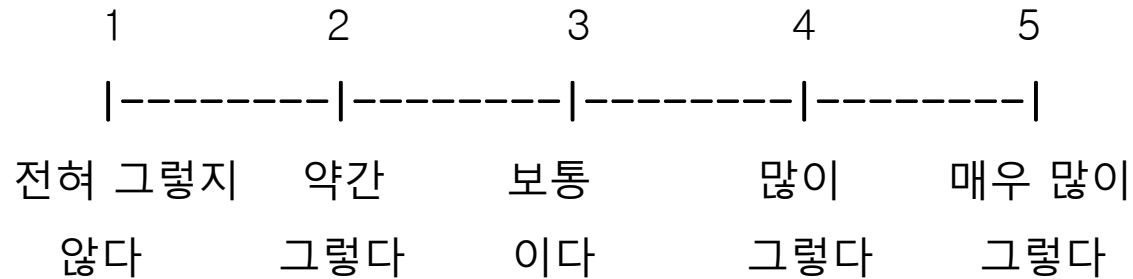


- ___ 1. **흥미진진한**
- ___ 2. 괴로운
- ___ 3. **신나는**
- ___ 4. 화난
- ___ 5. **강인한**
- ___ 6. 죄책감 드는
- ___ 7. 겁에 질린
- ___ 8. 적대적인
- ___ 9. **열정적인**
- ___ 10. **자랑스러운**

- ___ 11. 짜증난
- ___ 12. **정신이 맑게 깨어있는**
- ___ 13. 부끄러운
- ___ 14. **감명받은**
- ___ 15. 두려운
- ___ 16. **단호한**
- ___ 17. **집중하는**
- ___ 18. 조바심 나는
- ___ 19. **활기찬**
- ___ 20. 불안한

PANAS (Positive and Negative Affect Schedule)

아래 단어들은 다양한 감정이나 기분을 기술한 것입니다 각 단어를 읽고 오늘을 포함하여 최근 1개월 동안 느낀 감정이나 기분의 정도를 가장 잘 나타낸 숫자를 그 단어 앞에 표시해주시기 바랍니다.



- ___ 1. 흥미진진한
- ___ 2. **괴로운**
- ___ 3. 신나는
- ___ 4. **화난**
- ___ 5. 강인한
- ___ 6. **죄책감 드는**
- ___ 7. **겁에 질린**
- ___ 8. **적대적인**
- ___ 9. 열정적인
- ___ 10. 자랑스러운

- ___ 11. **짜증난**
- ___ 12. 정신이 맑게 깨어있는
- ___ 13. **부끄러운**
- ___ 14. 감명받은
- ___ 15. **두려운**
- ___ 16. 단호한
- ___ 17. 집중하는
- ___ 18. **조바심 나는**
- ___ 19. 활기찬
- ___ 20. **불안한**

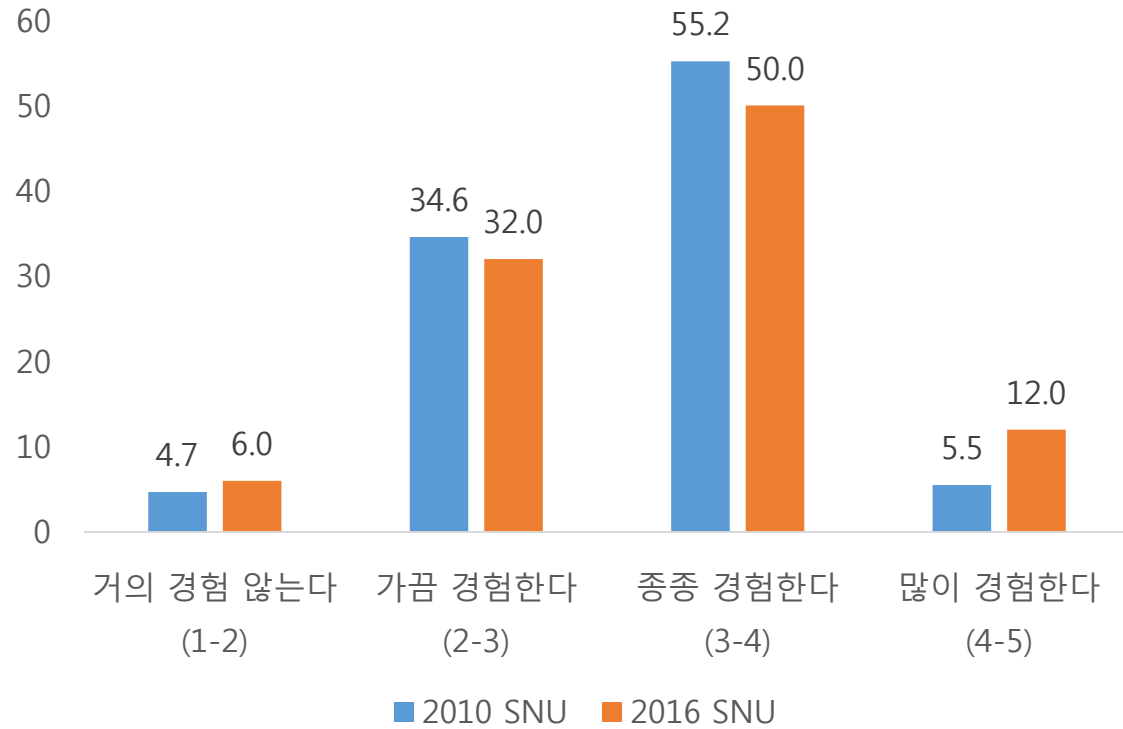
서울대학생들의 평균적인 긍정정서와 부정정서 경험 값은?

서울대학생들의 평균적인 긍정정서와 부정정서 경험 값은?

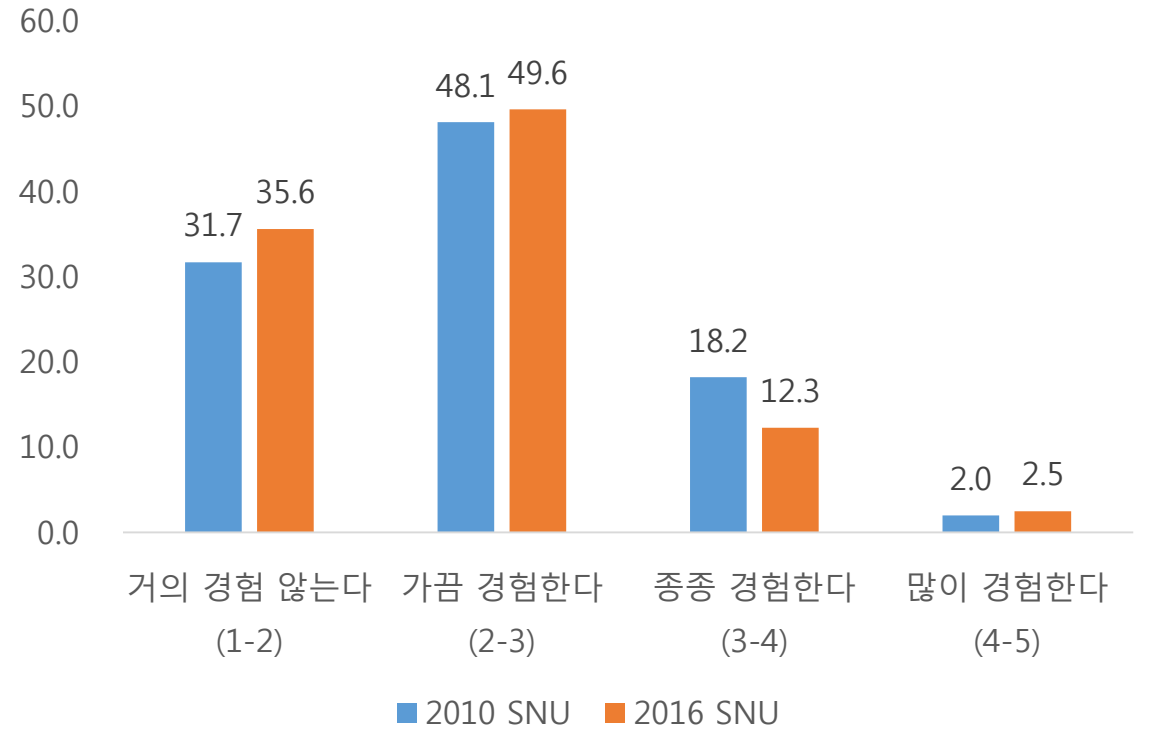
2016년 서울대 신입생(284명)의 긍정 정서 평균 값은 **3.13**(SD=0.67)
부정 정서 평균 값은 **2.30**(SD=0.67)

2010년 서울대 학생(515명)의 긍정 정서 평균 값은 **3.07**(SD=0.64)
부정 정서 평균 값은 **2.32**(SD=0.71)

긍정정서



부정정서



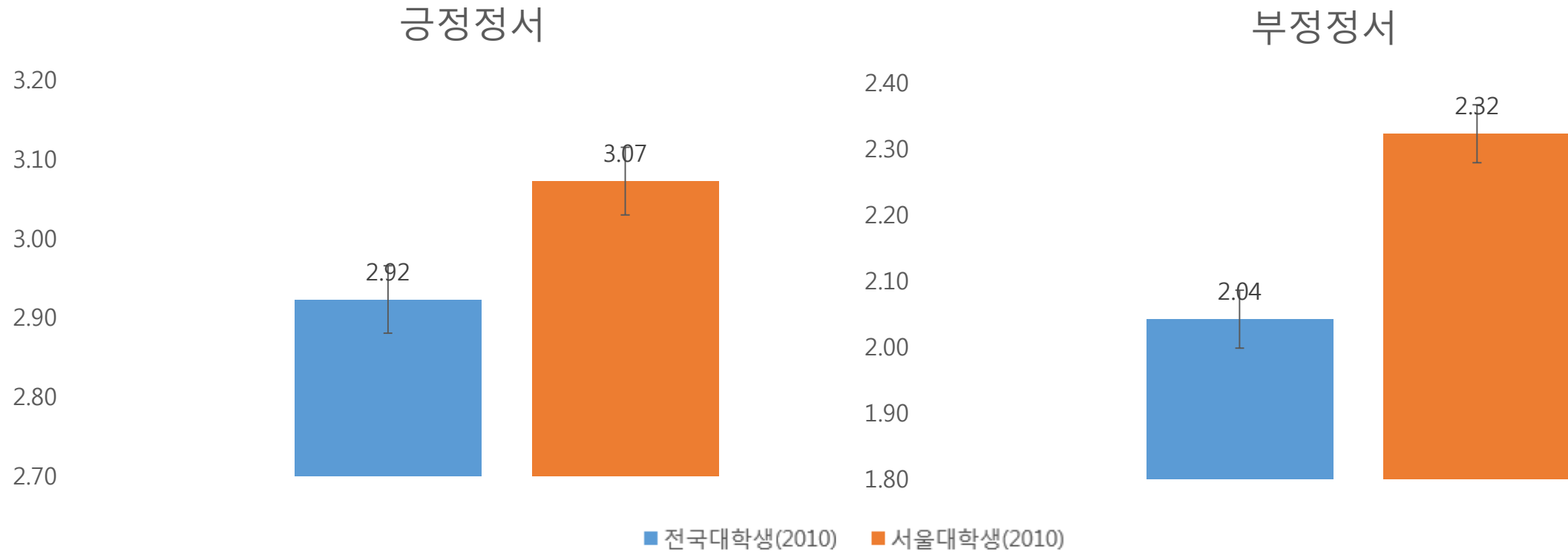
2010년 기준, 한국의 대학생들(1000명)의 평균적인 긍정정서와 부정정서 경험 값은?

2010년 기준, 한국의 대학생들(1000명)의 평균적인 긍정정서와 부정정서 경험 값은?

긍정정서 경험 평균 값 **2.92**(SD=0.69)

부정정서 경험 평균 값 **2.04**(SD=0.71)

한국의 대학생 vs. 서울대 학생

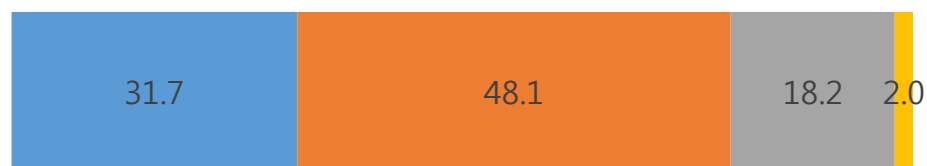


한국의 대학생 vs. 서울대 학생

긍정정서

부정정서

서울대생
(2010)



- 거의 경험 않는다 (1-2)
- 가끔 경험 한다 (2-3)
- 종종 경험 한다 (3-4)
- 많이 경험 한다 (4-5)

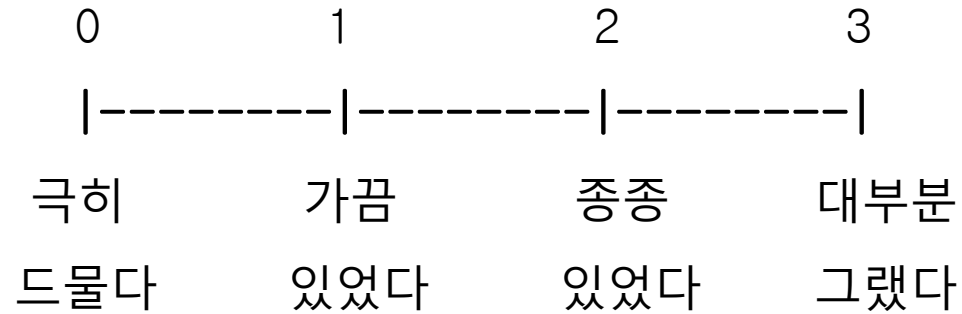
전국대학생
(2010)



0% 20% 40% 60% 80% 100% 0% 20% 40% 60% 80% 100%

CES-D

아래에 있는 항목들은 지난 일주일 동안의 당신의 상태에 대한 질문입니다. 지난 1주일 동안 당신이 느끼고 행동한 것을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 곳에 표시해 주십시오.



- ___ 1. 평소에는 아무렇지도 않던 일들이 귀찮게 느껴졌다.
- ___ 2. 먹고 싶지 않았다; 입맛이 없었다.
- ___ 3. 가족이나 친구가 도와주더라도 울적한 기분을 떨쳐버릴 수 없었다.
-
- ___ 19. 사람들이 나를 싫어하는 것 같았다.
- ___ 20. 도무지 무엇을 시작할 기운이 나지 않았다.

서울대학들의 평균적인 우울증 점수는?

서울대학들의 평균적인 우울증 점수는?

2016년 서울대 신입생(284명)의 평균 값은 **15.38**(SD=9.69)

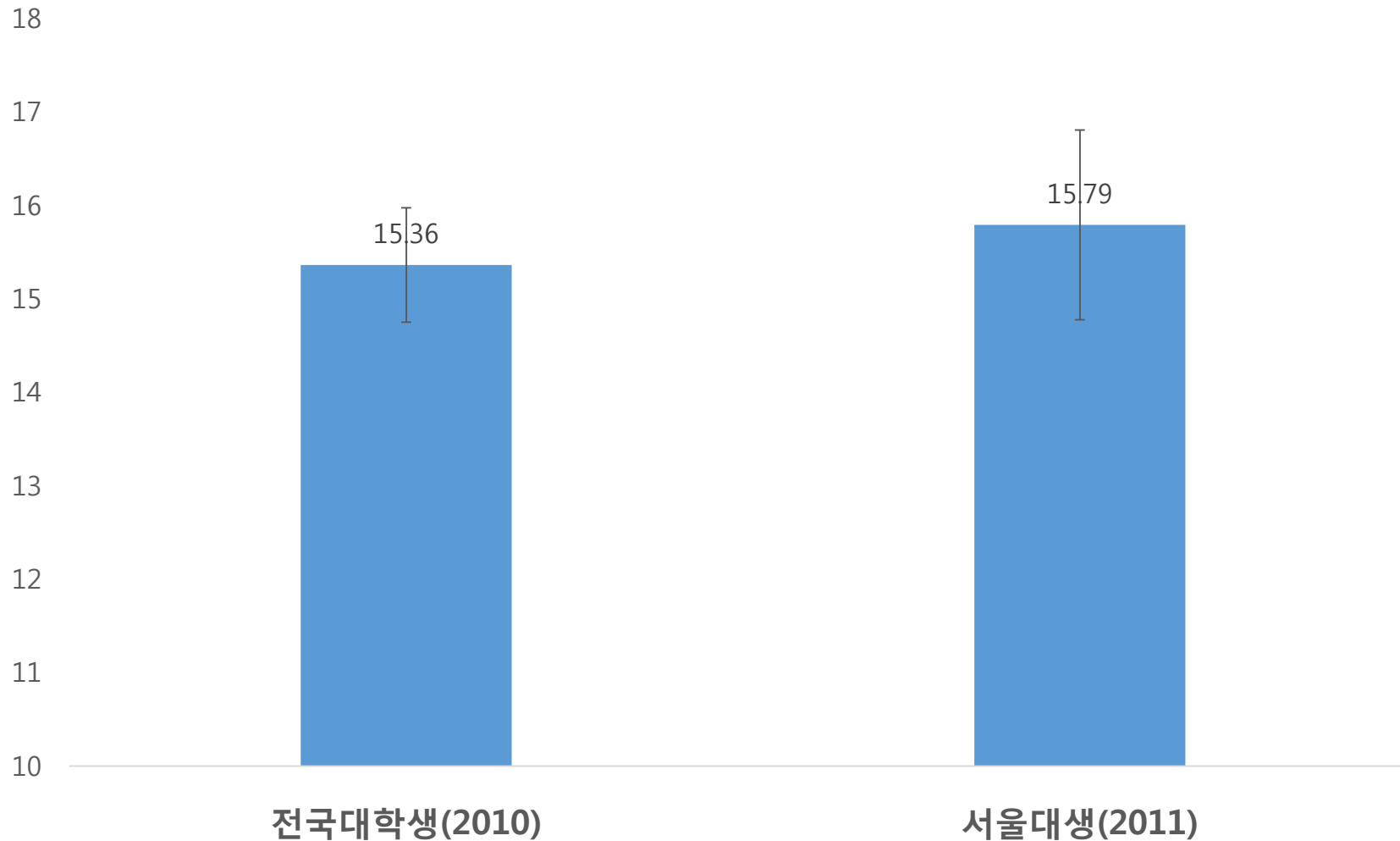
2011년 서울대 학생(392명)의 평균 값은 **15.79**(SD=10.26)

2010년 기준, 한국의 대학생들(1000명)의 평균적인 우울증 점수는?

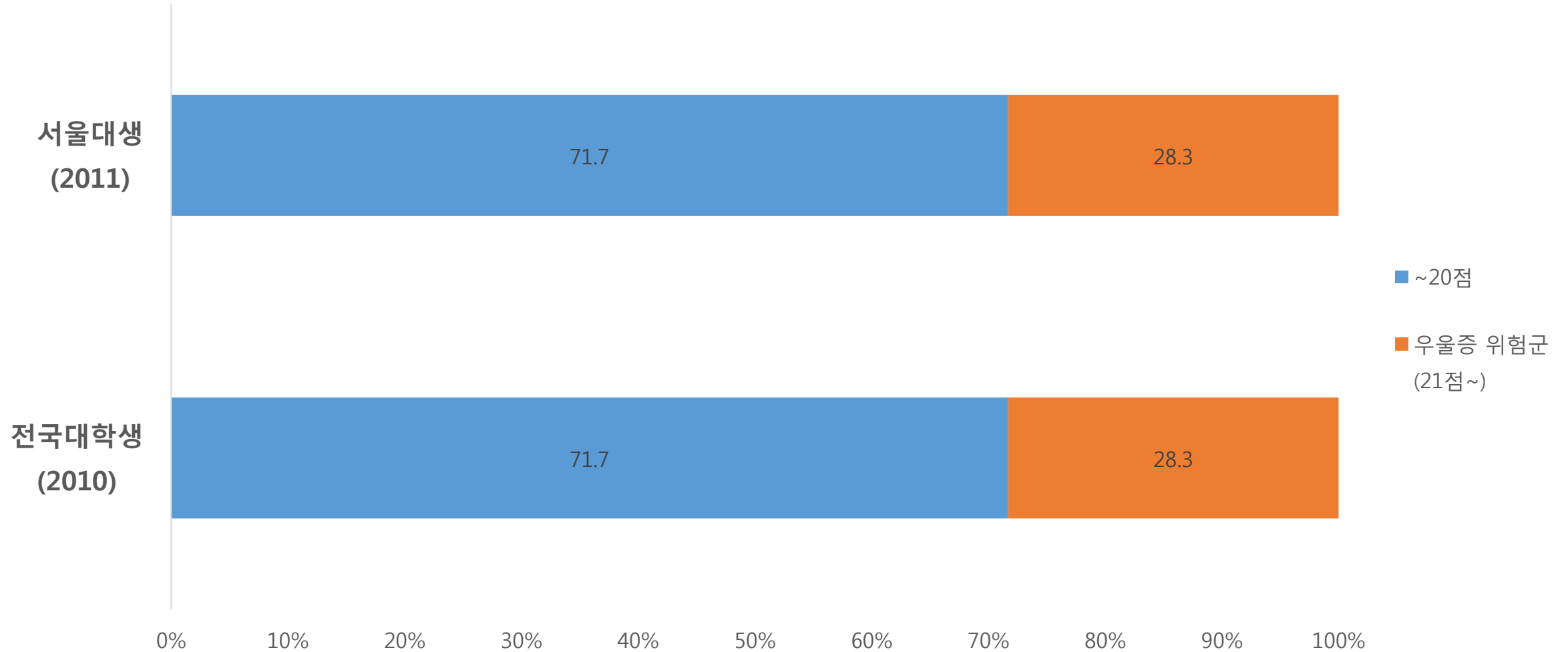
2010년 기준, 한국의 대학생들(1000명)의 평균적인 우울증 점수는?

평균 값 **15.36**(SD=9.87)

한국의 대학생 vs. 서울대 학생



한국의 대학생 vs. 서울대 학생

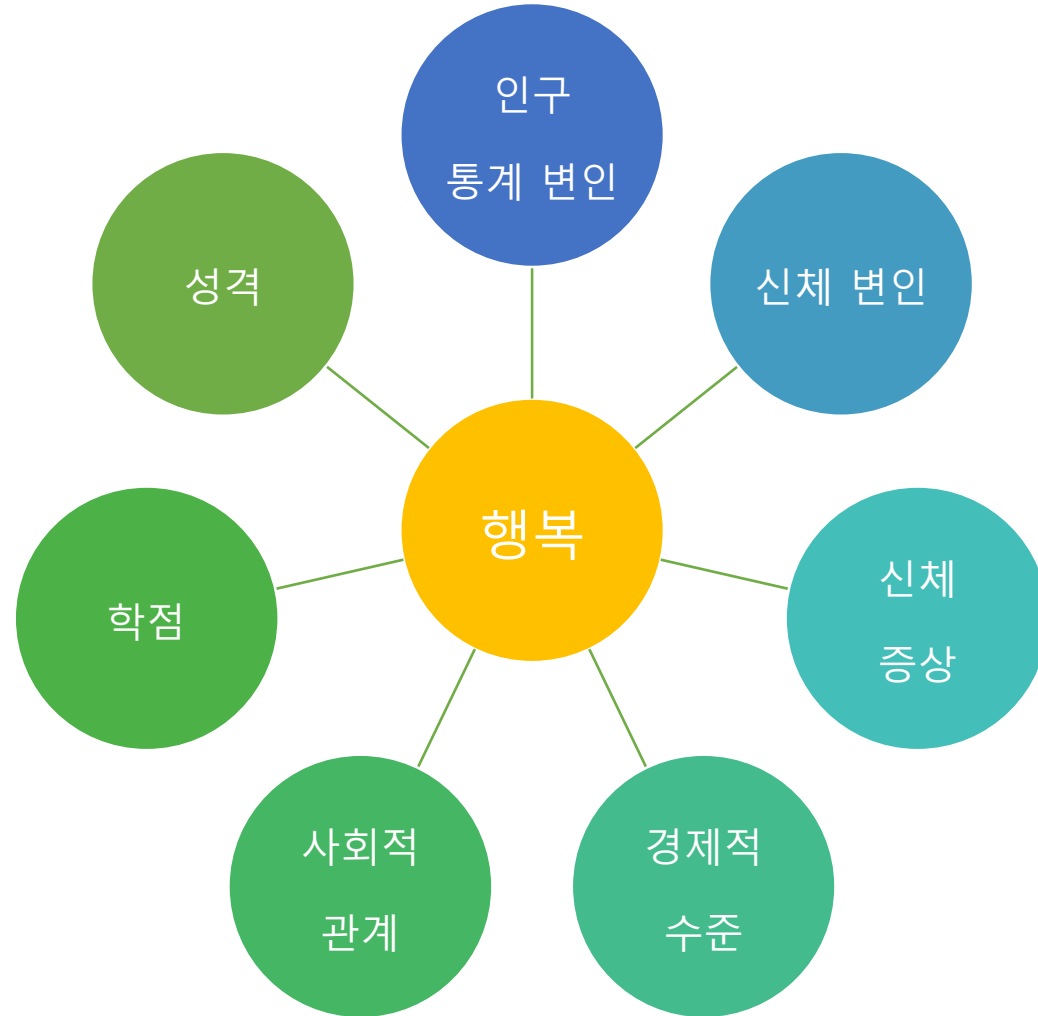


결과 정리 I

- 서울대 학생들은 평균적인 한국인들에 비해 높은 행복감을 느낀다.
- 서울대 학생들은 평균적인 대학생들에 비해 높은 삶에 대한 만족감을 경험한다.
- 서울대 학생들은 평균적인 대학생들에 비해 긍정정서를 조금 더 경험할 뿐 아니라 부정정서 역시 더 많이 경험한다.
- 서울대 학생들은 평균적인 대학생들과 비교하여 유사한 정도의 우울감을 경험한다.

서울대학생들의 행복 결정 요인들

행복 예측 변인들



행복 예측 변인들

인구통계변인

• 나이 / 성별 / 종교 유무

신체변인

• 키 / 체중 / BMI

신체증상

• 두통, 근육통, 감기 등 15가지 신체 증상 평균 (각 5점 척도)

경제적 수준

• 가계 소득 (월 100만원 이하에서 1000만원 이상 11단계)

사회적 관계

• 친한 친구 숫자 / 연애 여부

학점

• 직전 학기 성적

성격

• Big Five (외향성, 우호성, 성실성, 신경증, & 개방성)

행복 예측 변인들

참여대상: 2016년 서울대학교 신입생 228명 대상

예측변인들 기본 통계치

	최소값	최대값	평균	표준편차
나이	18.00	25.00	19.11	0.69
성별	0.00	1.00	0.46	
종교유무	0.00	1.00	0.35	
키	152.00	191.00	168.17	8.61
몸무게	40.00	95.00	59.51	10.60
BMI	15.24	29.39	20.92	2.49
신체증상	1.00	4.00	2.02	0.66
월 가계소득	1.00	11.00	6.22	2.80
친한 친구수	0.00	30.00	5.15	3.82
연애유무	0.00	1.00	0.29	
학점	1.25	4.30	3.39	0.58
외향성	1.10	5.00	3.35	0.70
우호성	1.90	4.90	3.61	0.59
성실성	1.80	4.60	3.16	0.62
신경증	1.10	4.80	2.83	0.77
개방성	1.80	5.00	3.36	0.57

SWLS

	비표준화 계수		유의확률
	B	표준오차	
(상수)	4.65	9.71	0.63
나이	-0.18	0.08	0.04
성별	0.05	0.19	0.79
종교유무	0.02	0.12	0.86
키	0.01	0.06	0.86
몸무게	-0.03	0.08	0.67
BMI	0.09	0.22	0.69
신체증상	-0.11	0.09	0.25
월 가계 소득	0.04	0.02	0.06
친한 친구 수	0.01	0.02	0.70
연애유무	0.31	0.13	0.01
학점	0.09	0.10	0.41
외향성	0.14	0.09	0.12
우호성	0.03	0.11	0.78
성실성	0.22	0.10	0.03
신경증	-0.20	0.08	0.02
개방성	0.14	0.10	0.18

$R^2 = .236$

SWLS

	비표준화 계수		유의확률
	B	표준오차	
(상수)	4.65	9.71	0.63
나이	-0.18	0.08	0.04
성별	0.05	0.19	0.79
종교유무	0.02	0.12	0.86
키	0.01	0.06	0.86
몸무게	-0.03	0.08	0.67
BMI	0.09	0.22	0.69
신체증상	-0.11	0.09	0.25
월 가계 소득	0.04	0.02	0.06
친한 친구 수	0.01	0.02	0.70
연애유무	0.31	0.13	0.01
학점	0.09	0.10	0.41
외향성	0.14	0.09	0.12
우호성	0.03	0.11	0.78
성실성	0.22	0.10	0.03
신경증	-0.20	0.08	0.02
개방성	0.14	0.10	0.18

$R^2 = .236$

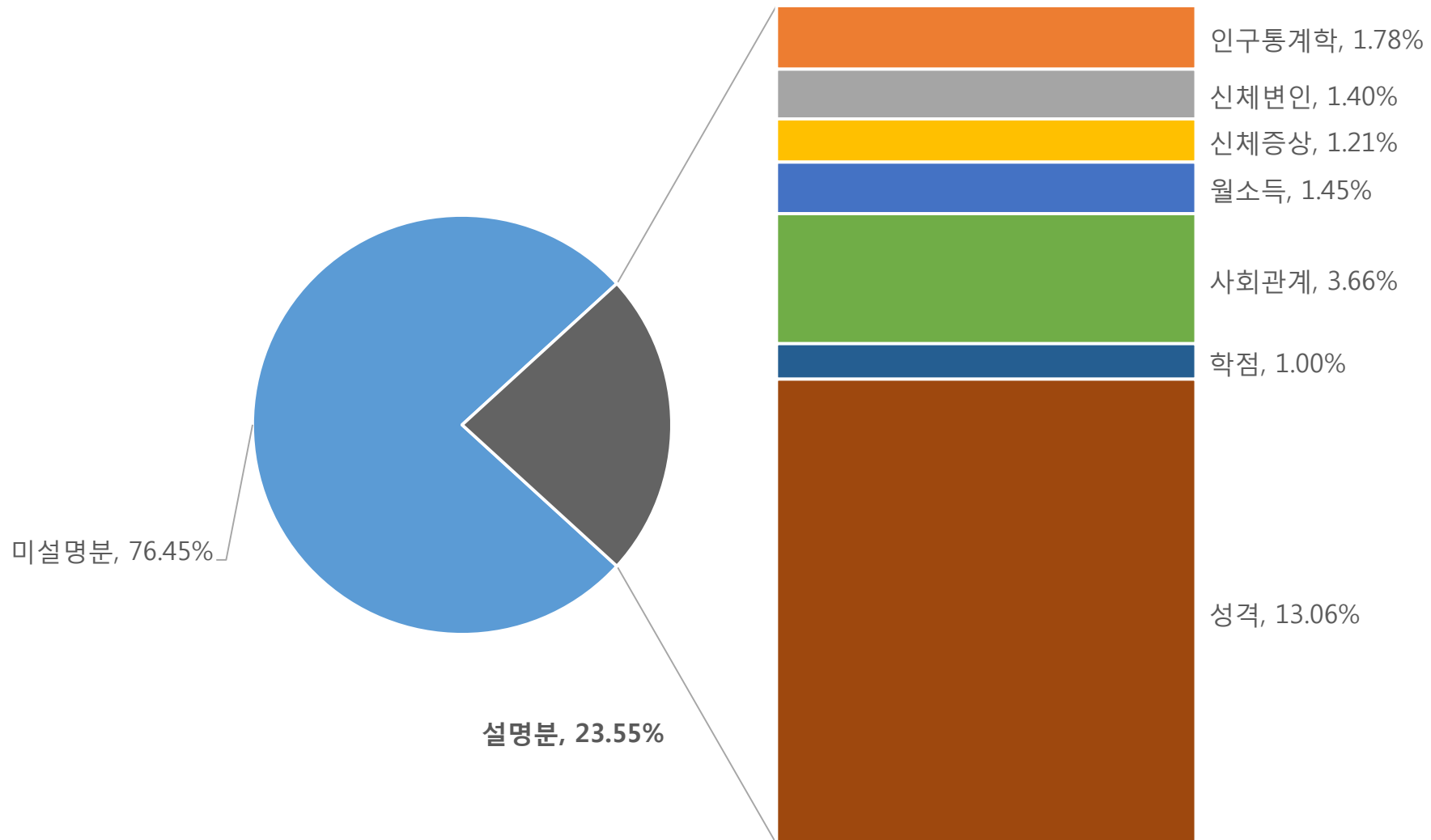
SWLS

	Relative weight	
미설명분	76.45%	
	나이	1.44%
	성별	0.27%
	종교유무	0.08%
	키	0.64%
	몸무게	0.50%
	BMI	0.26%
	신체증상	1.21%
설명분 (23.55%)	월 가계 소득	1.45%
	친한 친구 수	0.27%
	연애유무	3.39%
	학점	1.00%
	외향성	2.48%
	우호성	1.50%
	성실성	3.62%
	신경증	3.95%
	개방성	1.53%

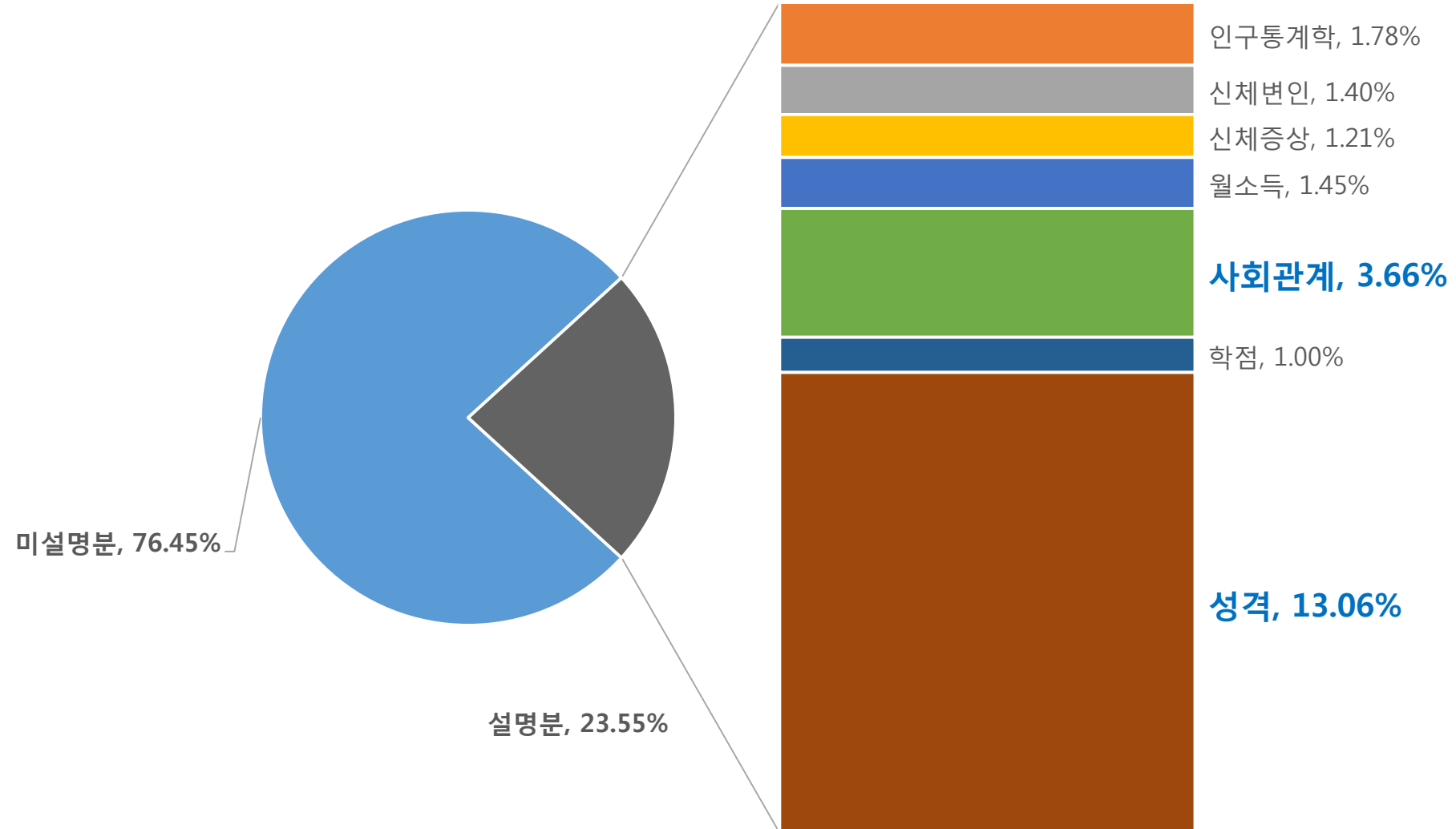
SWLS

	Relative weight	
미설명분	76.45%	
	나이	1.44%
	성별	0.27%
	종교유무	0.08%
	키	0.64%
	몸무게	0.50%
	BMI	0.26%
	신체증상	1.21%
설명분 (23.55%)	월 가계 소득	1.45%
	친한 친구 수	0.27%
	연애유무	3.39%
	학점	1.00%
	외향성	2.48%
	우호성	1.50%
	성실성	3.62%
	신경증	3.95%
	개방성	1.53%

SWLS



SWLS



긍정정서(PA)

	비표준화 계수		유의확률
	B	표준오차	
(상수)	-1.97	7.42	0.79
나이	-0.04	0.06	0.56
성별	-0.04	0.15	0.77
종교유무	0.05	0.09	0.58
키	0.02	0.04	0.63
몸무게	-0.04	0.06	0.49
BMI	0.13	0.17	0.43
신체증상	-0.17	0.07	0.02
월 가계 소득	0.00	0.02	1.00
친한 친구 수	0.03	0.01	0.03
연애유무	0.03	0.10	0.74
학점	0.03	0.08	0.67
외향성	0.05	0.07	0.46
우호성	0.08	0.09	0.35
성실성	0.18	0.08	0.02
신경증	0.01	0.06	0.90
개방성	0.27	0.08	0.00

$R^2 = .219$

PA

	비표준화 계수		유의확률
	B	표준오차	
(상수)	-1.97	7.42	0.79
나이	-0.04	0.06	0.56
성별	-0.04	0.15	0.77
종교유무	0.05	0.09	0.58
키	0.02	0.04	0.63
몸무게	-0.04	0.06	0.49
BMI	0.13	0.17	0.43
신체증상	-0.17	0.07	0.02
월 가계 소득	0.00	0.02	1.00
친한 친구 수	0.03	0.01	0.03
연애유무	0.03	0.10	0.74
학점	0.03	0.08	0.67
외향성	0.05	0.07	0.46
우호성	0.08	0.09	0.35
성실성	0.18	0.08	0.02
신경증	0.01	0.06	0.90
개방성	0.27	0.08	0.00

$R^2 = .219$

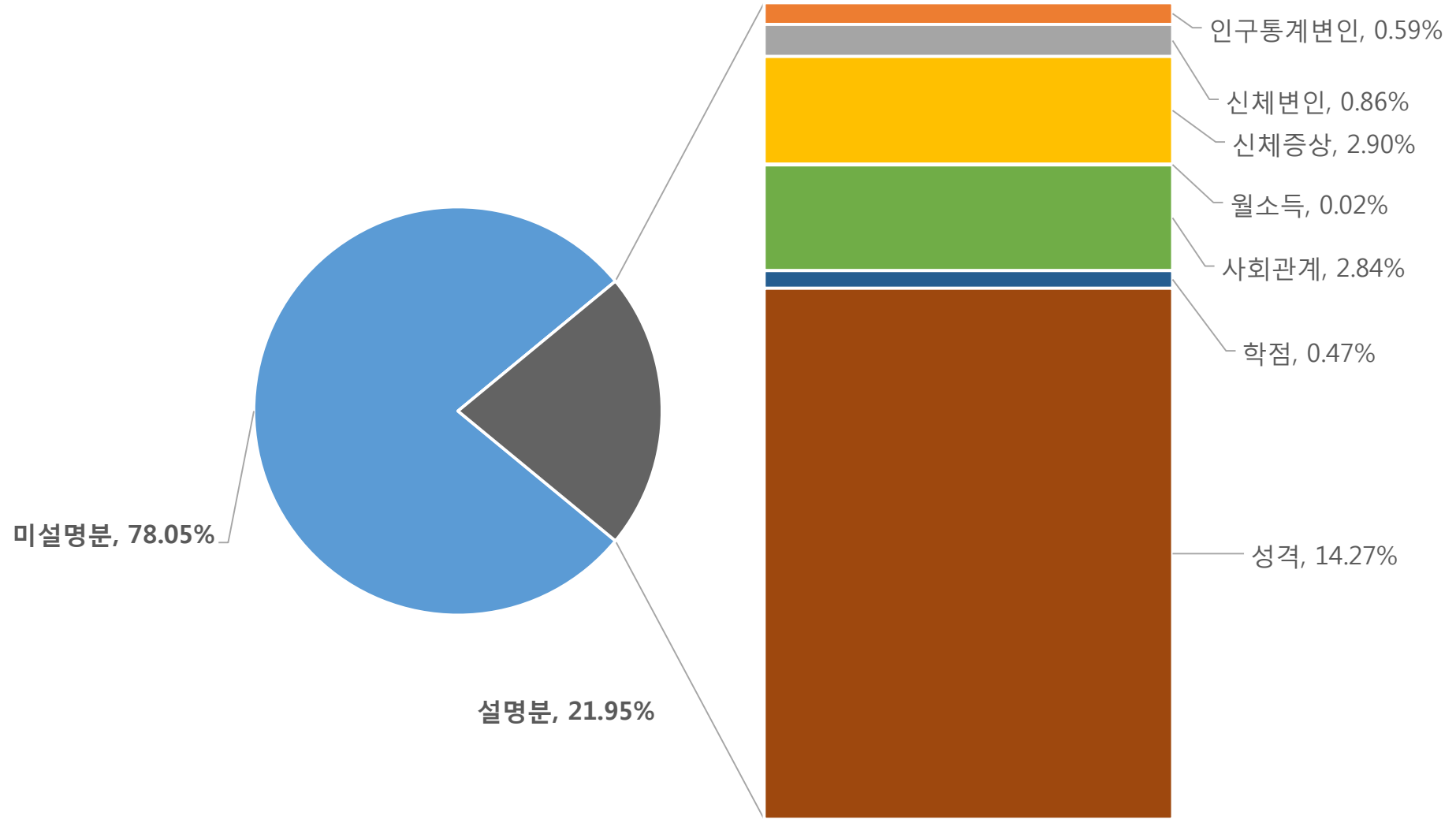
PA

	Relative weight	
미설명분	78.05%	
	나이	0.15%
	성별	0.17%
	종교유무	0.26%
	키	0.29%
	몸무게	0.26%
	BMI	0.31%
	신체증상	2.90%
설명분 (21.95%)	월 가계 소득	0.02%
	친한 친구 수	2.72%
	연애유무	0.12%
	학점	0.47%
	외향성	1.64%
	우호성	2.26%
	성실성	4.12%
	신경증	0.48%
	개방성	5.78%

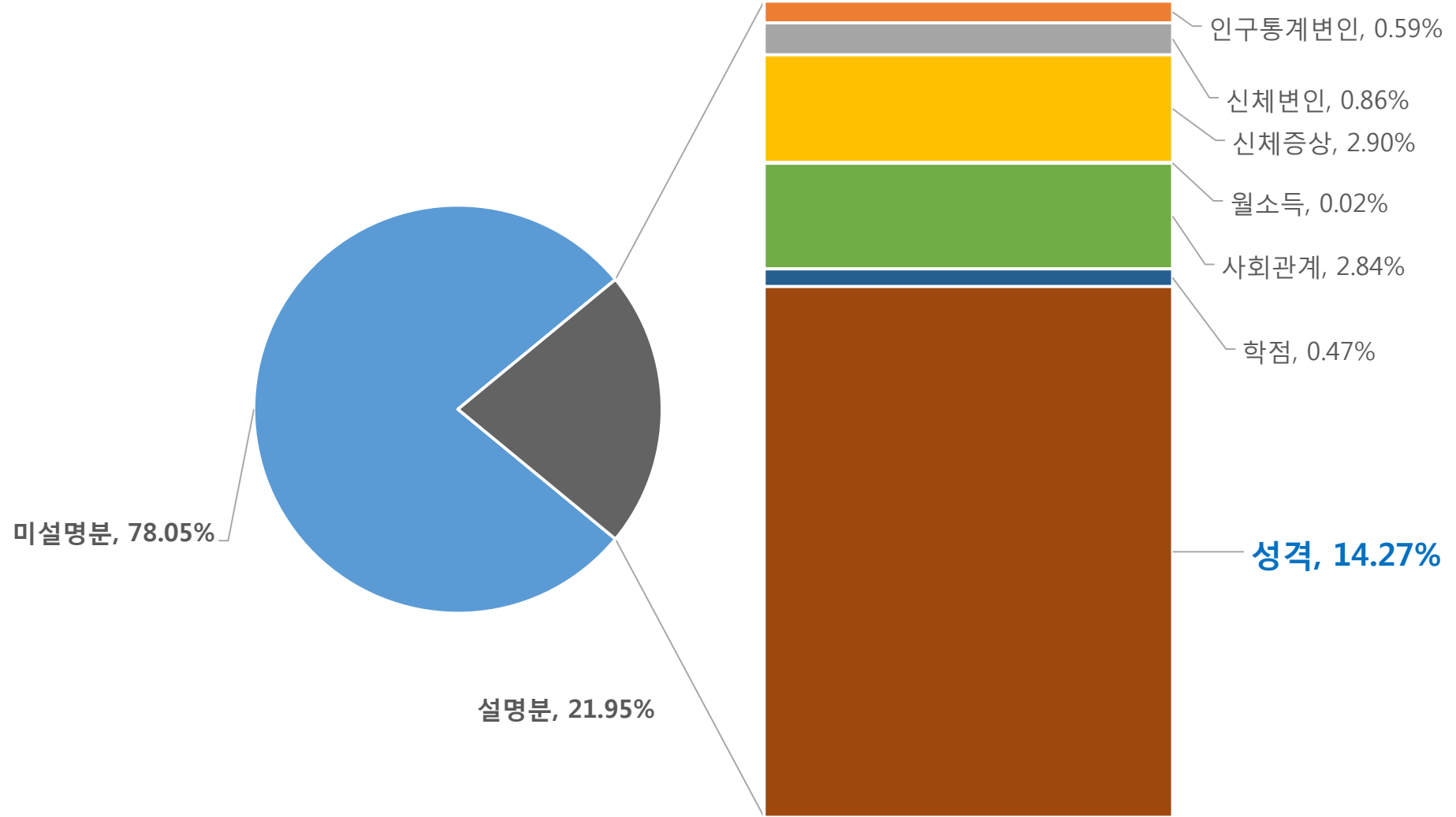
PA

	Relative weight	
미설명분	78.05%	
	나이	0.15%
	성별	0.17%
	종교유무	0.26%
	키	0.29%
	몸무게	0.26%
	BMI	0.31%
	신체증상	2.90%
설명분 (21.95%)	월 가계 소득	0.02%
	친한 친구 수	2.72%
	연애유무	0.12%
	학점	0.47%
	외향성	1.64%
	우호성	2.26%
	성실성	4.12%
	신경증	0.48%
	개방성	5.78%

PA



PA



부정정서(NA)

	비표준화 계수		유의확률
	B	표준오차	
(상수)	-1.97	7.42	0.79
나이	-0.04	0.06	0.56
성별	-0.04	0.15	0.77
종교유무	0.05	0.09	0.58
키	0.02	0.04	0.63
몸무게	-0.04	0.06	0.49
BMI	0.13	0.17	0.43
신체증상	-0.17	0.07	0.02
월 가계 소득	0.00	0.02	1.00
친한 친구 수	0.03	0.01	0.03
연애유무	0.03	0.10	0.74
학점	0.03	0.08	0.67
외향성	0.05	0.07	0.46
우호성	0.08	0.09	0.35
성실성	0.18	0.08	0.02
신경증	0.01	0.06	0.90
개방성	0.27	0.08	0.00

$R^2 = .307$

NA

	비표준화 계수		유의확률
	B	표준오차	
(상수)	-1.83	7.06	0.80
나이	0.00	0.06	0.97
성별	-0.18	0.14	0.22
종교유무	0.03	0.09	0.75
키	0.01	0.04	0.79
몸무게	0.00	0.06	0.94
BMI	0.04	0.16	0.80
신체증상	0.31	0.07	0.00
월 가계 소득	-0.01	0.02	0.64
친한 친구 수	-0.01	0.01	0.24
연애유무	0.02	0.09	0.87
학점	0.01	0.08	0.91
외향성	-0.10	0.07	0.12
우호성	0.13	0.08	0.11
성실성	-0.02	0.07	0.81
신경증	0.31	0.06	0.00
개방성	0.07	0.08	0.38

$R^2 = .307$

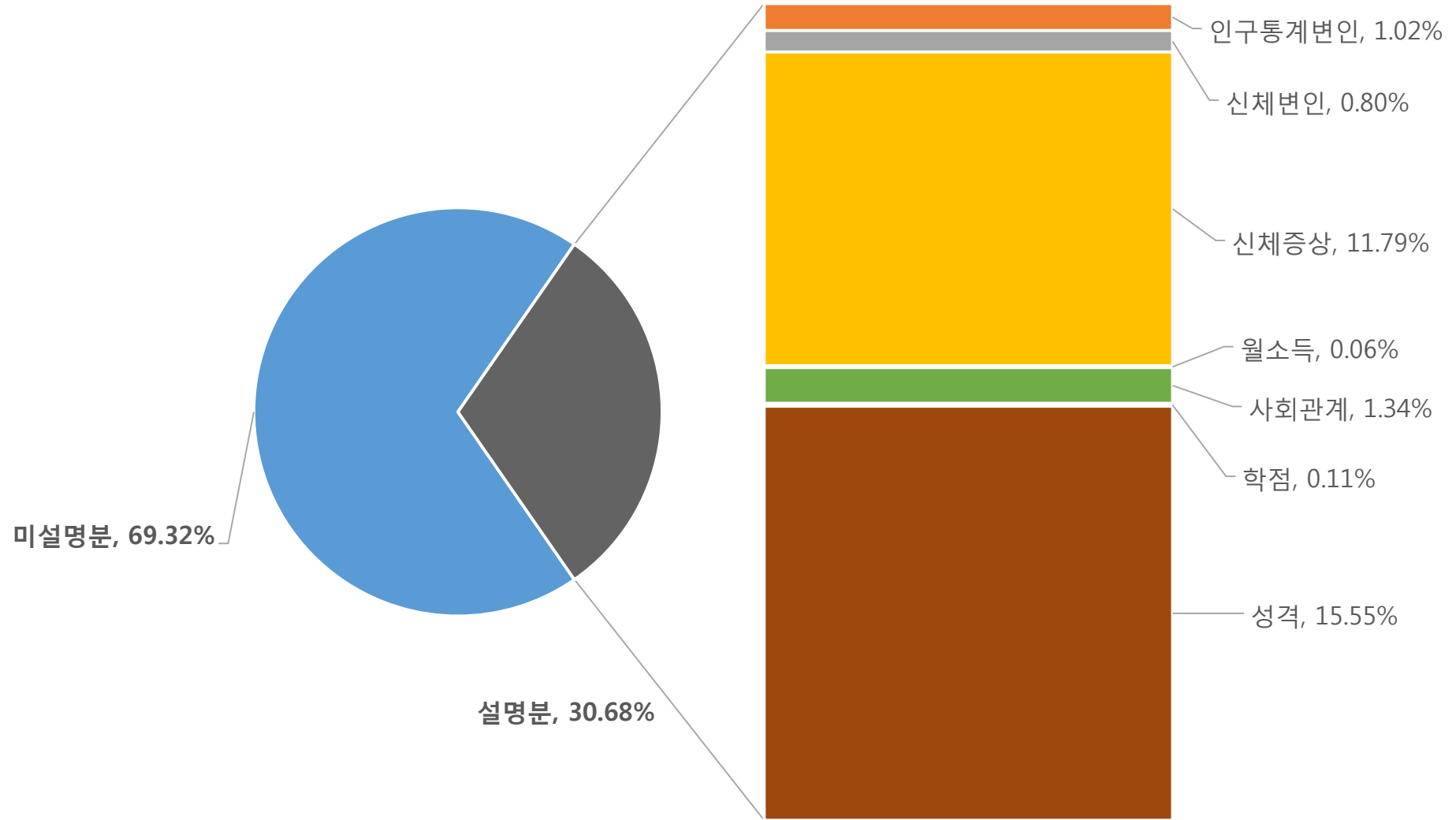
NA

	Relative weight	
미설명분	69.32%	
	나이	0.01%
	성별	0.71%
	종교유무	0.30%
	키	0.23%
	몸무게	0.26%
	BMI	0.32%
	신체증상	11.79%
설명분 (30.68%)	월 가계 소득	0.06%
	친한 친구 수	1.28%
	연애유무	0.06%
	학점	0.11%
	외향성	1.32%
	우호성	0.32%
	성실성	0.13%
	신경증	13.64%
	개방성	0.13%

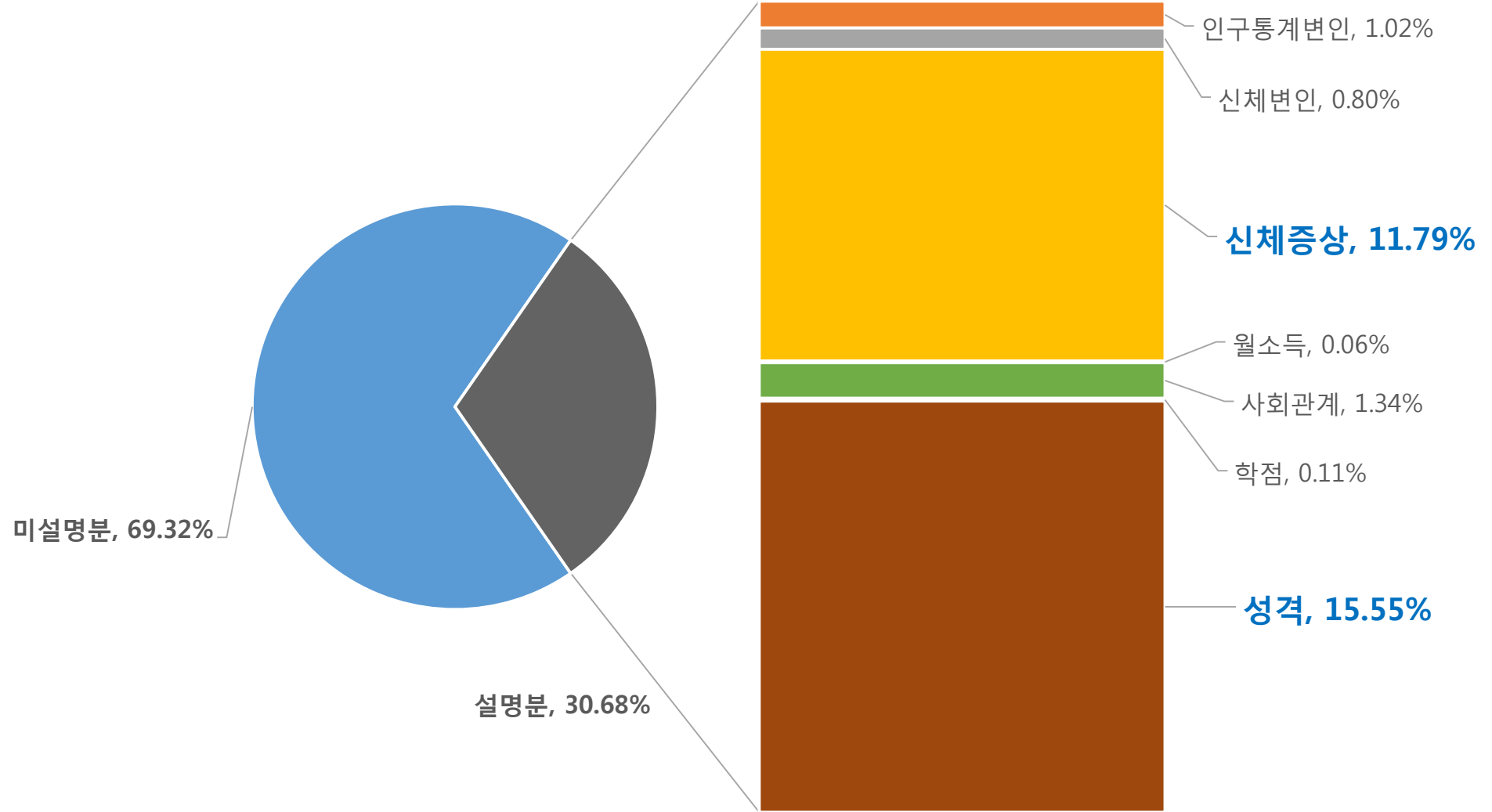
NA

	Relative weight	
미설명분	69.32%	
	나이	0.01%
	성별	0.71%
	종교유무	0.30%
	키	0.23%
	몸무게	0.26%
	BMI	0.32%
	신체증상	11.79%
설명분 (30.68%)	월 가계 소득	0.06%
	친한 친구 수	1.28%
	연애유무	0.06%
	학점	0.11%
	외향성	1.32%
	우호성	0.32%
	성실성	0.13%
	신경증	13.64%
	개방성	0.13%

NA



NA



주관적 안녕감(Subjective Well-Being)

3 components of SWB

- **Frequent experience of pleasant affect**
- **Infrequent experience of negative affect**
- **Life satisfaction**

→ Z score of SWLS + Z score of PA – Z score of NA

주관적 안녕감(SWB)

	비표준화 계수		유의확률
	B	표준오차	
(상수)	-1.24	21.03	0.95
나이	-0.25	0.18	0.17
성별	0.25	0.42	0.56
종교유무	0.06	0.26	0.82
키	0.03	0.12	0.84
몸무게	-0.09	0.17	0.59
BMI	0.24	0.49	0.63
신체증상	-0.81	0.20	0.00
월 가계 소득	0.06	0.05	0.23
친한 친구 수	0.07	0.04	0.06
연애유무	0.37	0.27	0.18
학점	0.13	0.22	0.56
외향성	0.38	0.20	0.06
우호성	-0.04	0.25	0.88
성실성	0.54	0.22	0.02
신경증	-0.66	0.18	0.00
개방성	0.46	0.23	0.04

$R^2 = .353$

SWB

	비표준화 계수		유의확률
	B	표준오차	
(상수)	-1.24	21.03	0.95
나이	-0.25	0.18	0.17
성별	0.25	0.42	0.56
종교유무	0.06	0.26	0.82
키	0.03	0.12	0.84
몸무게	-0.09	0.17	0.59
BMI	0.24	0.49	0.63
신체증상	-0.81	0.20	0.00
월 가계 소득	0.06	0.05	0.23
친한 친구 수	0.07	0.04	0.06
연애유무	0.37	0.27	0.18
학점	0.13	0.22	0.56
외향성	0.38	0.20	0.06
우호성	-0.04	0.25	0.88
성실성	0.54	0.22	0.02
신경증	-0.66	0.18	0.00
개방성	0.46	0.23	0.04

$R^2 = .353$

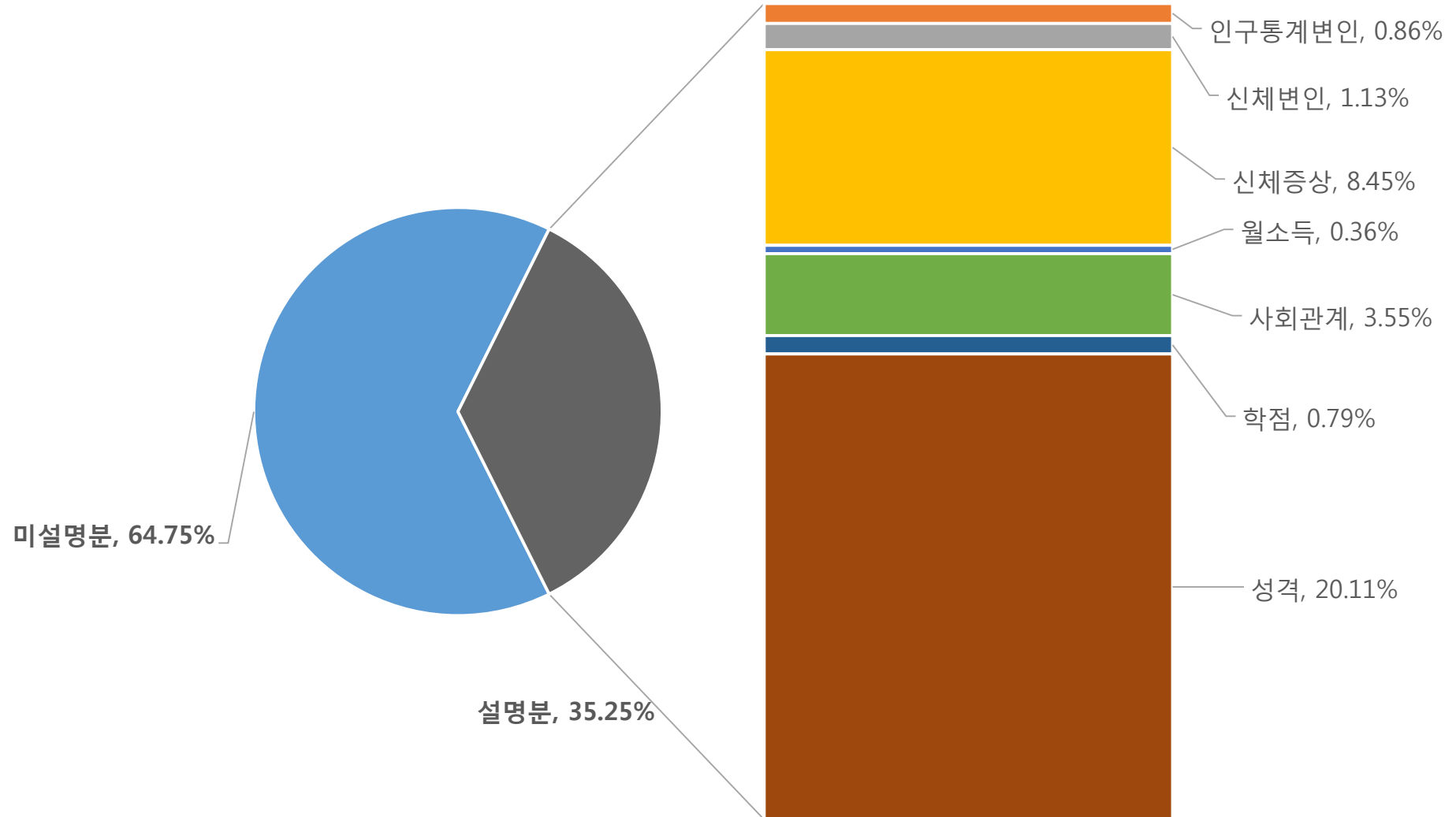
SWB

	Relative weight	
미설명분	64.75%	
	나이	0.52%
	성별	0.26%
	종교유무	0.08%
	키	0.51%
	몸무게	0.40%
	BMI	0.22%
	신체증상	8.45%
설명분 (30.68%)	월 가계 소득	0.36%
	친한 친구 수	2.34%
	연애유무	1.21%
	학점	0.79%
	외향성	3.37%
	우호성	1.59%
	성실성	3.88%
	신경증	8.65%
	개방성	2.63%

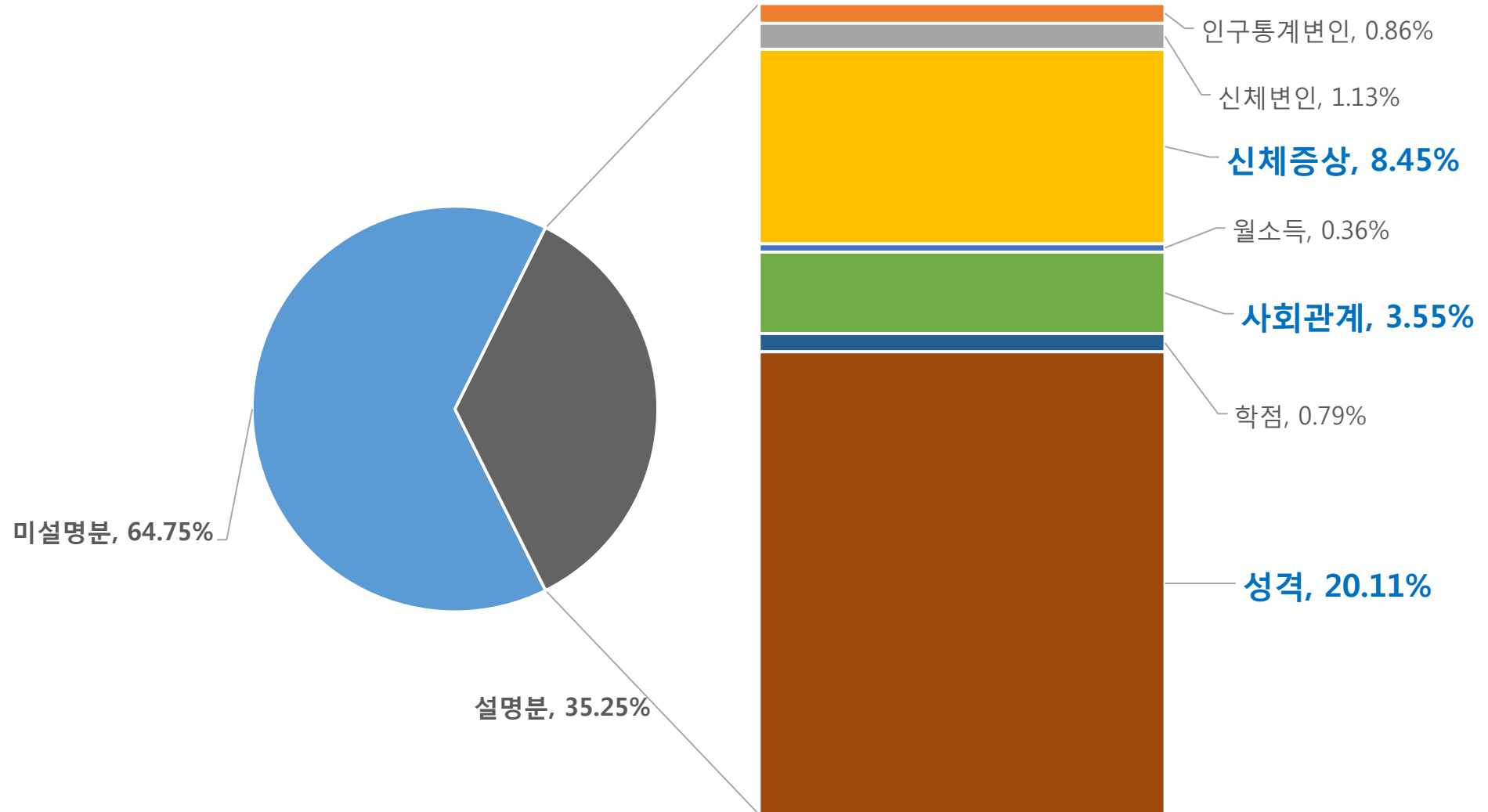
SWB

	Relative weight	
미설명분	64.75%	
	나이	0.52%
	성별	0.26%
	종교유무	0.08%
	키	0.51%
	몸무게	0.40%
	BMI	0.22%
	신체증상	8.45%
설명분 (30.68%)	월 가계 소득	0.36%
	친한 친구 수	2.34%
	연애유무	1.21%
	학점	0.79%
	외향성	3.37%
	우호성	1.59%
	성실성	3.88%
	신경증	8.65%
	개방성	2.63%

SWB



SWB



결과 정리 II

- 서울대 학생들의 행복감은 신체적 증상, 사회적 관계, 그리고 성격에 많은 영향을 받는 반면, 인구통계적 변인, 신체적 변인, 경제적 수준 및 학점에는 거의 영향을 받지 않았다.
- 서울대 학생들의 행복감에 영향을 미치는 정도는 성격 > 신체적 증상 > 사회적 관계 순이다.

서울대학생들의 행복 변동

T1 설문

2010년

2011년

2012년

2013년

2014년

T4 설문

2015년

T1 & T4
252명
남자 143명 / 여자 109명

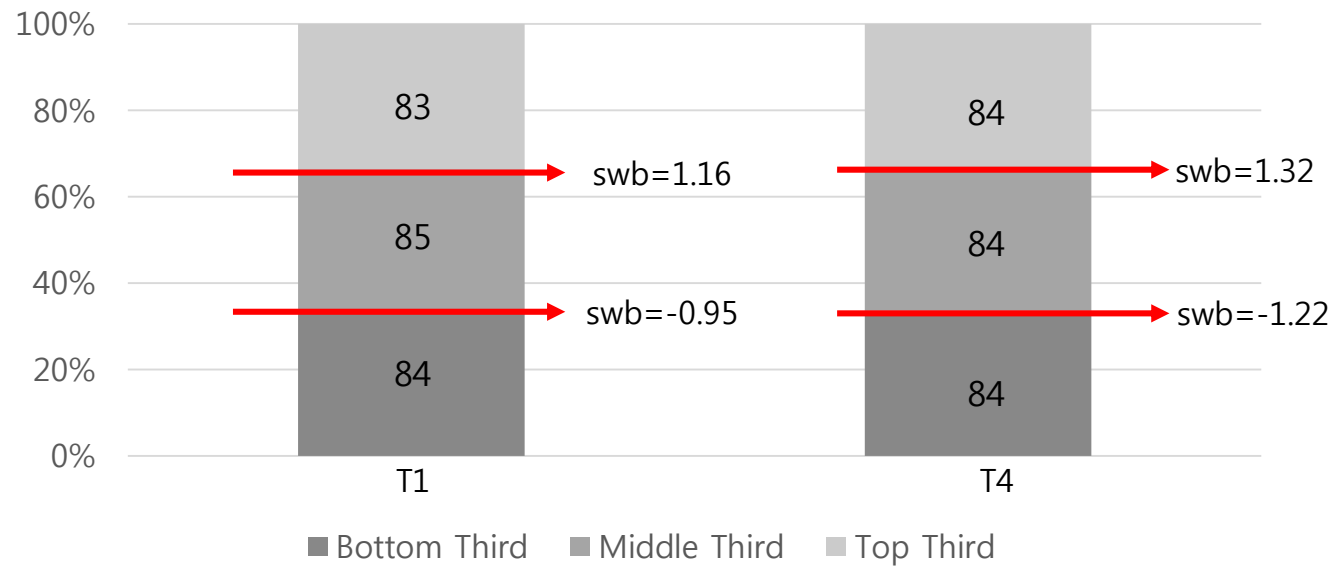
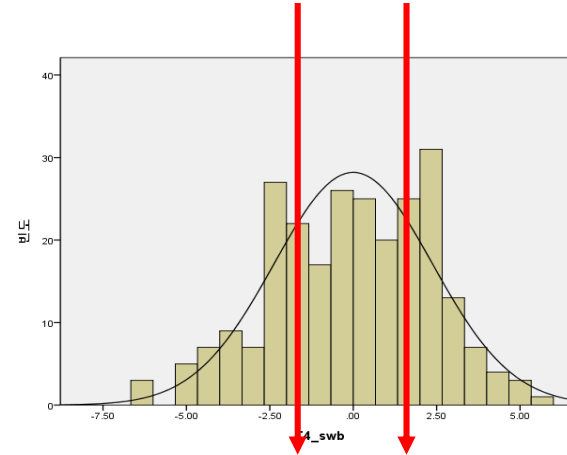
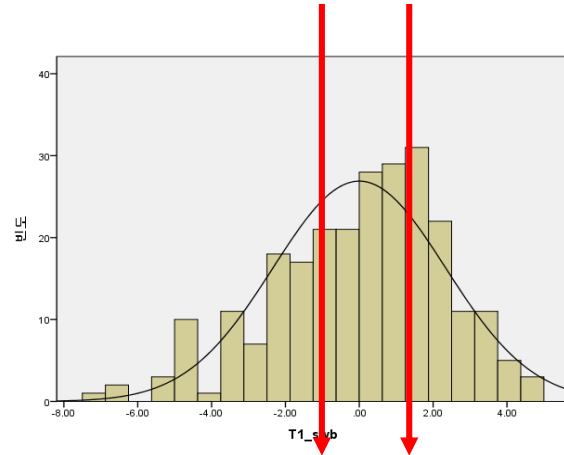
SWLS, PA, NA의 평균값

	T1 (2010)	T4 (2015)
SWLS	4.55(SD=0.99)	4.54(SD=1.03)
PA	3.07(SD=0.63)	3.06(SD=0.67)
NA	2.30(SD=.73)	2.46(SD=0.84)

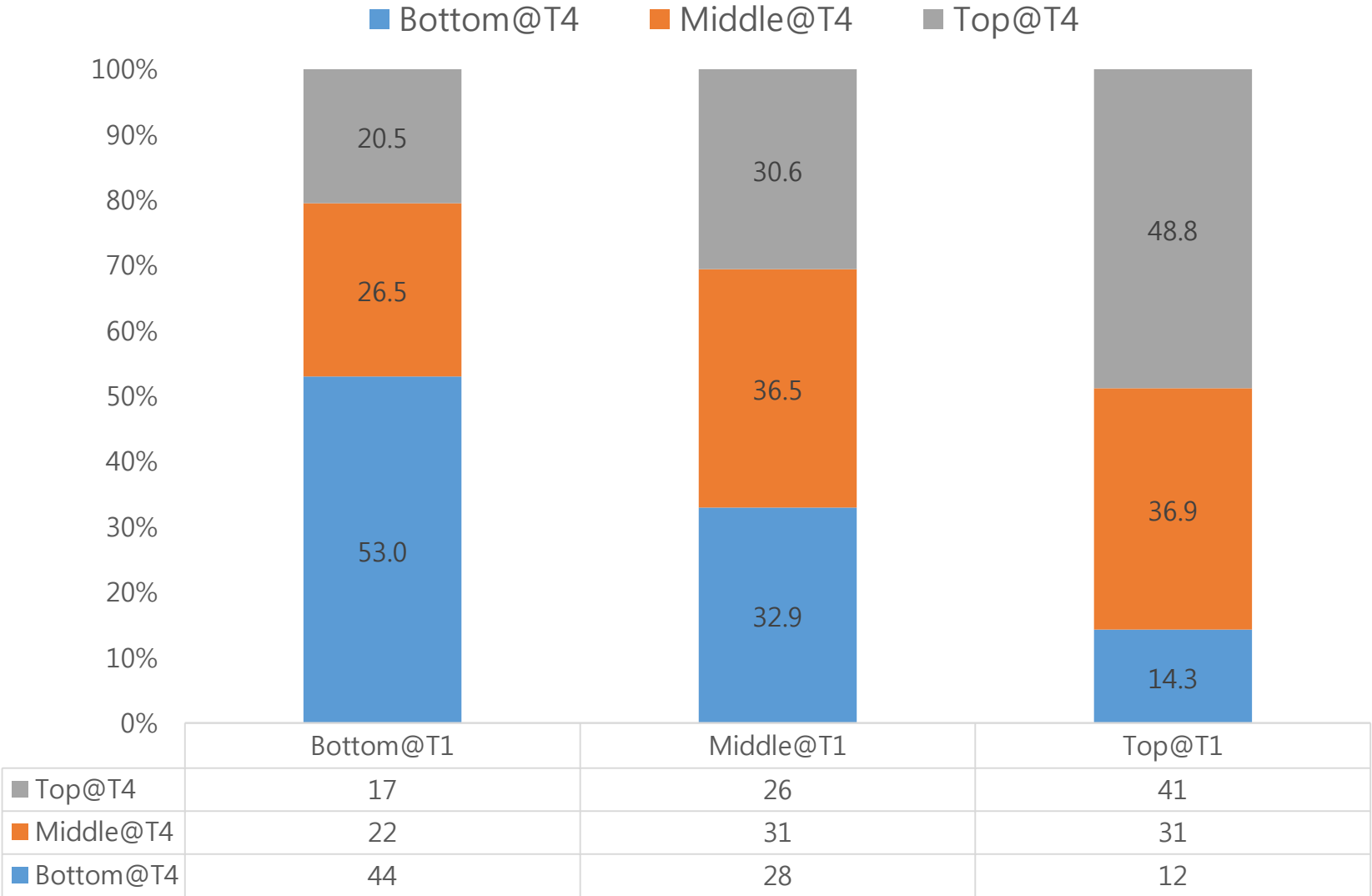
SWLS, PA, NA, SWB의 상관

	SWLS@T1	SWLS@T4	PA@T1	PA@T4	NA@T1	NA@T4	SWB@T1	SWB@T4
SWLS@T1	1							
SWLS@T4	.403**	1						
PA@T1	.442**	.163**	1					
PA@T4	.162**	.506**	.236**	1				
NA@T1	-.521**	-.317**	-.267**	-0.090	1			
NA@T4	-.239**	-.493**	-0.080	-.326**	.469**	1		
SWB@T1	.840**	.378**	.731**	.209**	-.765**	-.337**	1	
SWB@T4	.338**	.841**	.202**	.771**	-.369**	-.765**	.389**	1

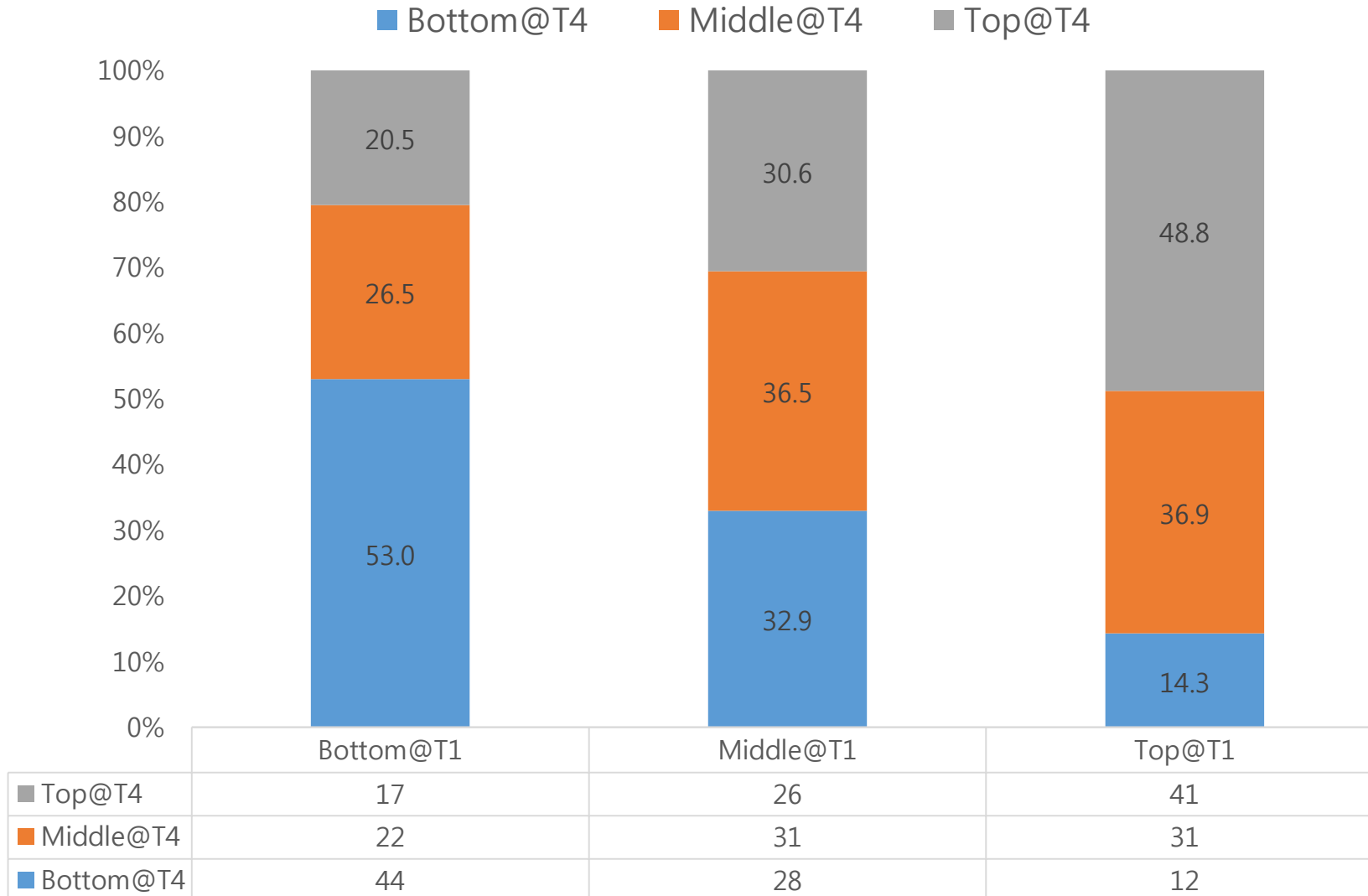
SWB 상/중/하 구분 (SWB Class)



SWB Class Mobility



SWB Class Mobility

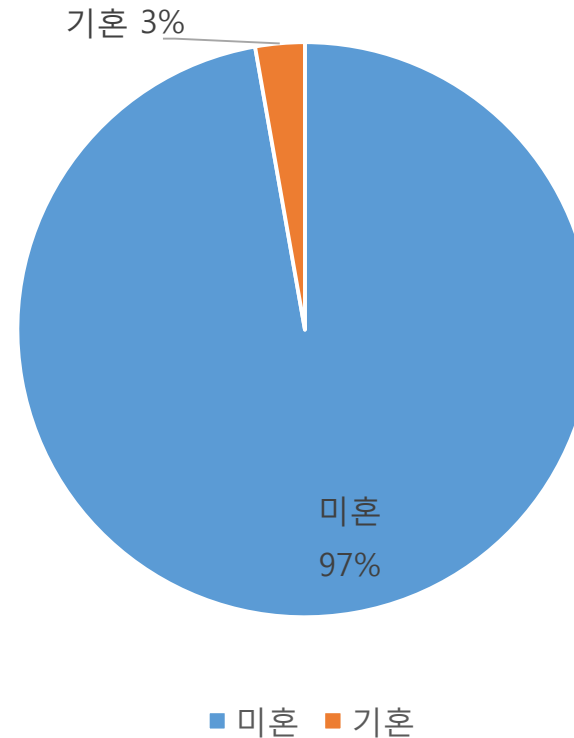
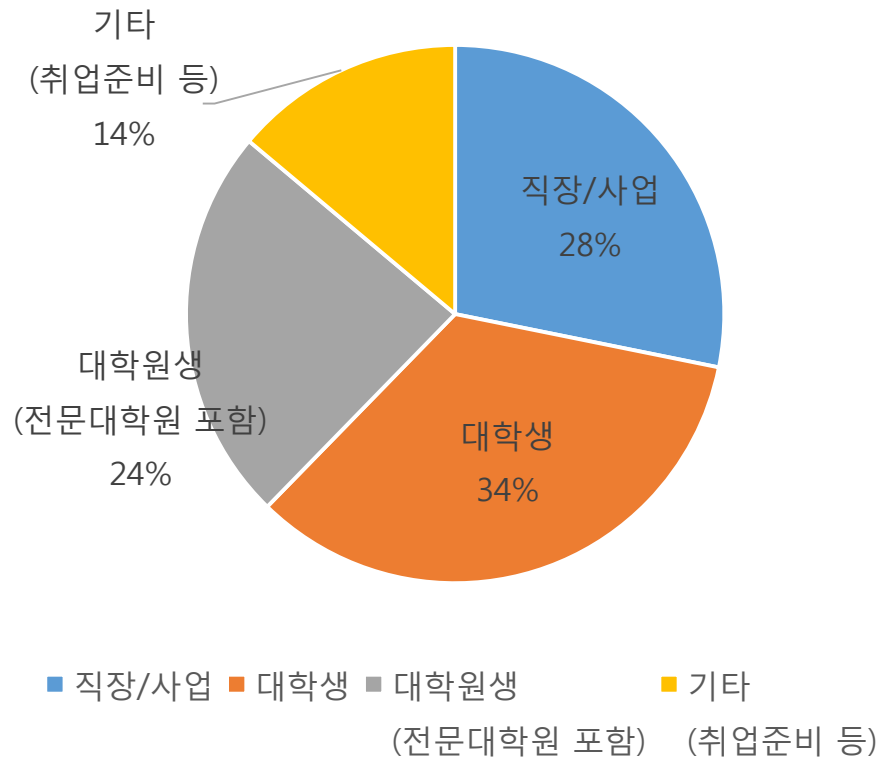


SWB Mobility (T1→T4)	
Decrease	71 (28.2%)
No change	116 (46.0%)
Increase	65 (25.8%)

SWB의 변동에 영향을 주는 요인은 무엇인가?

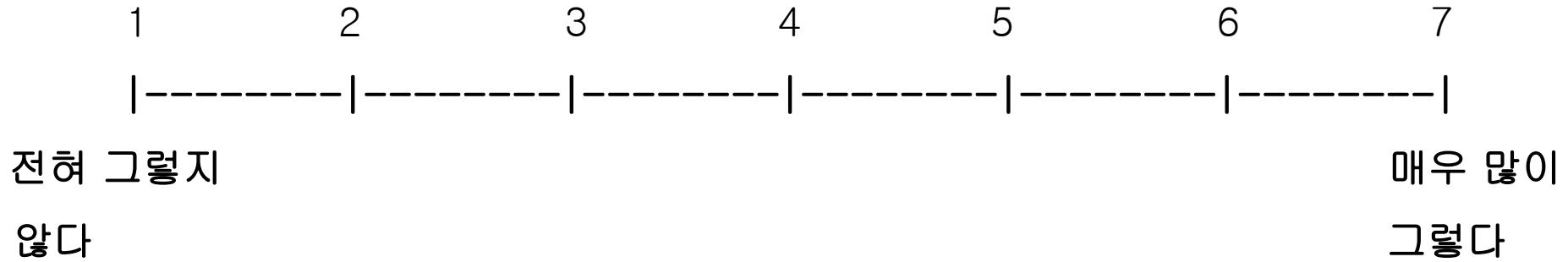
1. 인구통계학 변인: 성별, 나이
2. 신분 변화
3. 심리적 변인: 자존감, 지각된 사회적 지지

연구 참가자들의 신분 변동



지각된 사회적 지지(Perceived Social Support)

다음에 제시된 문항을 읽고 각 문항에 대한 자신의 생각을 가장 잘 반영하는 곳에 표시해 주십시오..



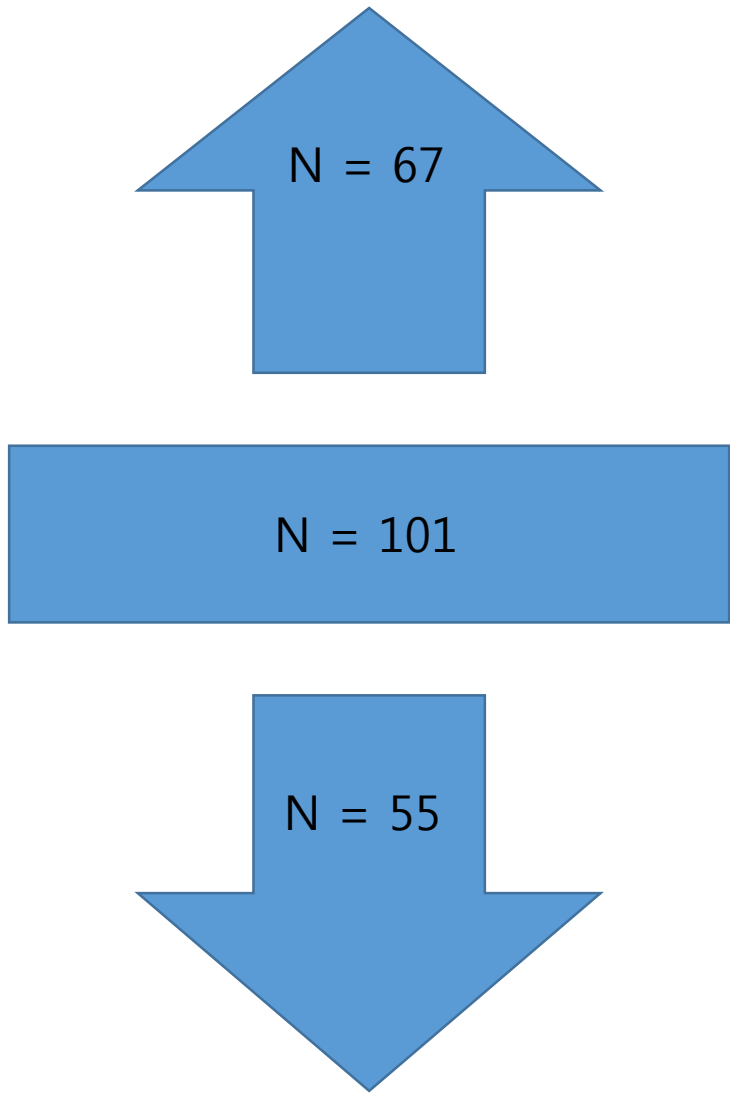
___ 1. 내가 필요할 때 항상 옆에 있어주는 특별한 사람이 있다.

___ 2. 나의 기쁨과 슬픔을 나눌 수 있는 특별한 사람이 있다.

.....

___ 11. 나의 가족은 내가 결정을 내릴 때 도움을 주고자 한다.

___ 12. 나의 문제에 대해서 나는 친구들과 의논할 수 있다.



SWB Mobility T1 → T4 (N=223)

	Predictor	coefficient/odd ration/p-value
Decrease	SWB T1	.563/.1.757/>.001
	나이	-.268/.765/.027
	성별	-.586/.557/.135
	결혼유무	1.657/1.757/.227
	현직	.864/2.373/.100
	대학원생	.968/2.634/.051
	기타	.241/1.273/.680
	자존감	-.249/.780/.329
	지각된 사회적 지지	-.549/.577/.022
Increase	SWB T1	-.551/.576/>.001
	나이	-.198/.821/.099
	성별	.282/1.325/.508
	결혼유무	1.929/6.884/.147
	현직	.450/1.569/.394
	대학원생	-.458/.632/.426
	기타	-.139/.870/.810
	자존감	.854/2.350/.002
	지각된 사회적 지지	.086/1.089/.702

SWB 변동값

DV: SWB@T4 – SWB@T1

	비표준화 계수		유의확률
	B	표준오차	
(상수)	-8.64	2.36	0.00
SWB@T1	-0.86	0.08	0.00
나이	0.06	0.09	0.50
성별	-0.26	0.31	0.41
결혼유무	-0.14	0.96	0.88
현직	-0.21	0.20	0.30
대학원생	-0.50	0.20	0.01
기타	-0.48	0.22	0.03
자존감	0.65	0.18	0.00
지각된 사회적 지지	0.65	0.17	0.00

$R^2 = .404$

결과 정리 III

- 2010년에서 2015년까지 5년 동안 서울대 학생들의 행복감은 상당 수준 변동하였다.
- 서울대 학생들의 행복감 변화는 신분의 변화, 자존감, 그리고 지각된 사회적 지지에 영향을 받는다.

Q & A