

기숙사 만족도에 대한 예측 오류: 행복한 룸메이트의 과소평가된 가치*

신 지 은

Singapore Management University

김 정 기†

포항공과대학교

서 은 국

연세대학교

사람들은 타인의 행복이 자신의 행복에 미치는 영향력을 제대로 인지하는가? 본 연구는 기숙사 생활을 시작하는 대학교 신입생들을 대상으로 룸메이트의 행복이 자신의 기숙사 만족도에 얼마나 중요한 것인지 예측하도록 한 뒤, 이를 현재 기숙사 생활을 하고 있는 재학생들의 자료와 비교하였다. 연구 결과, 신입생들은 대체로 룸메이트의 행복보다 다른 요인들(예, 기숙사의 생활시설 상태, 룸메이트와의 생활 습관의 일치성)이 만족스러운 기숙사 생활에 더 중요할 것이라고 응답하였다(연구 1). 게다가 이러한 경향성은 기숙사 생활을 하고 있는 재학생들에게서도 동일하게 나타났다(연구 2). 하지만 학생들의 '생각'과 달리 실제 이들의 기숙사 만족도에 유의하게 영향을 미치는 요인은 룸메이트의 행복뿐인 것으로 나타났다(연구 3). 이상의 결과는 사람들이 가까운 타인의 행복이 자신의 삶에 미치는 영향을 과소평가하는 경향이 있음을 보여준다. 본 연구는 행복의 사회적 기능과 가치에 대한 시사점을 제공한다.

주요어 : 행복, 정서 예측 오류, 기숙사 만족도, 정서 전이

* 자료 수집에 도움을 주신 포항공과대학교 상담센터 남태현 선생님께 감사드립니다.

† 교신저자: 김정기, 포항공과대학교 인문사회학부, (37673) 경북 포항시 남구 청암로 77

E-mail: Jung@postech.ac.kr

행복한 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 대체로 긍정적인 평가를 받는다. 행복한 사람일수록 더 유능하고(Harker & Keltner, 2001), 사교적이며(Matsumoto & Kudoh, 1993), 심지어 천국에 갈 것이라고 여겨진다(King & Napa, 1998). 이러한 행복에 대한 후광 효과는 생각을 넘어 실제 행동으로 이어진다. 사람들은 행복한 동료에게 더 많은 사회적 지지를 제공하며(Iverson, Olekalns, & Erwin, 1998), 환한 미소를 짓는 정치인에게 투표하는 경향이 있다(Horiuchi, Komatsu, & Nakaya, 2012). 이상의 결과는 사람들이 타인의 행복에 부여하는 가치와 중요성을 보여주는 듯하다. 그렇다면 과연 사람들은 타인의 행복이 '자신'의 행복에 미치는 영향력에 대해서도 잘 인지하고 있을까? 본 연구는 대학 기숙사를 배경으로 학생들이 룸메이트의 행복이 자신의 기숙사 만족도에 미치는 영향을 어떻게 예측하는지, 그리고 이러한 예측이 실재를 얼마나 잘 반영하는지 살펴보고자 한다.

행복에 대한 예측

일상의 크고 작은 의사결정의 중심에는 행복에 대한 예측이 자리한다. 식료품 가게의 썸에서부터 직장 및 배우자에 이르기까지 우리가 특정 선택을 하는 이유는 대체로 그것이 가장 큰 행복과 만족감을 가져다 줄 것으로 기대되기 때문이다(Mellers, Schwartz, & Ritov, 1999). 즉, 미래의 행복을 추정하고 어렵잡는 것은 구체적인 행동을 이끄는 동인이 된다는 것이다(Falk, Dunn, & Norenzayan, 2010; Wilson & Gilbert, 2003). 따라서 행복에 대한 예측이 실제에서 벗어날수록 행복과 동떨어진 선택과 판단을 하게 되고, 장기적으로 이는 낮은 행복감이라는 결과로 이어질 수 있다. 하지만 그 중요성에도 불구하고 우리는 대체로 자신의 행복을 예측하는 데 서툴다(Wilson, 2009; Wilson & Gilbert, 2003).

사람들은 미래의 사건이 가져올 행복의 강도와 지속 기간을 과대 추정하는 경향이 있다. 하지만 예상과 달리 연인과의 이별(Gilbert, Pinel,

Wilson, Blumberg, & Wheatley, 1998)과 같은 부정적인 사건도, 응원하는 스포츠 팀의 승리(Wilson, Wheatley, Meyers, Gilbert, & Axson, 2000)나 종신 교수직의 획득(Gilbert et al., 1998)과 같은 긍정적인 사건도 일정 시간이 지나면 더 이상 행복에 영향을 주지 않는다. 마음의 면역 체계 및 적응력, 그리고 삶을 구성하는 또 다른 사건들로 인해 해당 사건의 영향력이 희석되기 때문이다(Gilbert et al., 1998; Wilson et al., 2000). 연구자들은 이러한 행복에 대한 예측과 실제의 간극을 '정서 예측의 오류(affective forecasting error)'라고 일컫는다.

특히 경제적 소득이나 지위와 같은 외재적 보상 및 수치화할 수 있는 요소들의 중요성은 실제보다 크게 인식되는 경향이 있다(Frey & Stutzer, 2014; Wilson & Schooler, 1991). 이와 반대로 내재적이고 질적인 요소들의 가치는 과소 추정되기 쉽다. 일례로, 자연이 주는 즐거움을 들 수 있다. Nisbet과 Zelenski(2011)의 연구에서 한 조건의 참가자들은 십여 분 동안 야외 녹지를 산책했고 다른 조건의 참가자들은 건물 실내를 산책했다. 이후 보고된 긍정 정서와 산책 전의 예측 값을 비교해본 결과 실내 산책은 예상보다 더 작은 즐거움을, 그리고 녹지 산책은 예상보다 더 큰 즐거움을 제공했다. 사람들은 녹지 산책이 주는 심리적 효과를 실제보다 과소평가하는 경향을 보인 것이다. 이러한 예측 오류는 자연과 보내는 시간을 감소시킴으로써 결과적으로 행복을 경험할 기회를 놓치게 만들 수 있다(White, Alcock, Wheeler, & Depledge, 2013). 질적인 요소의 영향력을 과소평가하는 현상은 소비 영역에서도 유사하게 나타난다. 사람들은 경험(예, 식사, 영화)을 구매하는 것보다 물질(예, 옷, 전자기기 등)을 구매하는 것이 돈을 더 '잘' 사용하는 방법이라고 여기지만 실제로 소비에 대한 만족감을 제공하는 것은 물질 구매보다는 경험 구매다(Pchelin & Howell, 2014; Van Boven & Gilovich, 2003).

게다가 현실 속 대부분의 의사결정 및 선택

은 단일 요인으로 구성되어있지 않다. 예를 들어, A라는 직업은 적성에 잘 맞고 재미있을 것 같지만 연봉이 낮고 B라는 직업은 연봉이 더 높은 대신 지루하다. C라는 집은 넓지만 직장에서 멀리 떨어져있고 D라는 집은 평수가 더 작은 대신 직장과 가깝다. 이처럼 요인들 간의 트레이드오프(Trade-off)가 있는 경우 정확한 예측은 더욱 어려워진다. 왜냐하면 여러 개의 안을 비교하는 예측 단계와 달리, 실제 행복에 영향을 미치는 것은 선택된 한 가지 안에 대한 경험뿐이기 때문이다. 즉, 행복에 대한 예측은 여러 안들 간에 두드러지는 양적 차이(예, 연봉, 집의 평수)에 근거하여 이루어지지만 실제 경험 단계에서 행복을 좌우하는 것은 간과되었던 질적 요인(예, 적성)이라는 것이다. 또 다른 예로, Hsee, Zhang, Yu, 및 Xi(2003)은 참가자들에게 인생의 실패 경험을 떠올리는 대신 15g의 초콜릿을 받는 것과 성공 경험을 떠올리고 5g의 초콜릿을 받는 것 중 하나를 선택하도록 했다. 예상대로 사람들은 초콜릿의 양에 주목, 과반수가 큰 초콜릿을 받는 것을 택했다. 그러나 큰 초콜릿이 행복에 유리할 것이라는 기대와 달리, 실제로는 작은 초콜릿을 받더라도 긍정적인 경험을 떠올린 사람들의 행복감이 더 높았다. 사람들은 초콜릿의 양적 차이를 중시한 나머지 실패를 떠올리는 부정적 경험이 행복에 미칠 영향력을 과소평가한 것이다.

이에 더하여, 사회적 맥락(타인)의 영향력도 행복에 대한 예측에 있어 과소평가되는 경향이 있다. 우리는 복잡한 사회적 관계망속에서 살아간다. 다만 의식하지 못할 뿐 타인의 존재는 개인의 삶 전반에 커다란 영향을 미친다. 일례로, 사람들은 건강이 거의 전적으로 유전적 요인이나 개인의 선택에 의해 좌우된다고 여기는 경향이 있지만 최근 연구들은 개인의 비만, 흡연 및 음주 행동이 사회적 관계를 통해 전염될 수 있음을 보여준다(Christakis, & Fowler, 2007; Rosenquist, Murabito, Fowler, & Christakis, 2010). 나의 주변 사람의 흡연 습관이나 술을 마시는

횟수가 나에게까지 영향을 미친다는 것이다. 이러한 현상은 비단 신체적 안녕에 국한되지 않으며 타인의 정서적 안녕 또한 개인에게 스며들 수 있다. 실제로 외로운 개인은 주변 사람들도 외롭게 만들며(Cacioppo, Fowler, & Christakis, 2009), 우울한 친구를 곁에 두는 것은 개인 자신의 우울감도 함께 높인다(Rosenquist, Fowler, & Christakis, 2011). 걱정이나 불안도 이와 마찬가지로(Parkinson & Simons, 2012). 동일한 맥락에서 긍정적 정서 또한 개인에서 개인으로 전달될 가능성이 있다. 이에 본 연구는 개인의 행복이 타인의 행복에 미치는 영향력 및 과급 효과에 초점을 맞추었다.

행복의 확산

한 대규모 연구(Framingham Heart Study)의 결과에 따르면 개인의 행복은 이웃, 친구, 가족과 같은 관계망을 통해 사회 전반으로 확산되는 경향이 있다. 주변에 행복한 사람을 알고 있으면 행복할 확률이 15.3% 더 높아지며 심지어 내 친구의 친구의 행복도 내가 행복할 확률을 9.8% 높여줄 수 있다(Fowler & Christakis, 2008). 이에 연구자들은 행복은 개인에서 개인으로 마치 “전염병”처럼 퍼질 수 있다고 언급하기도 했다. 흥미롭게도 타인의 행복은 특히 가까운 물리적 거리 내 사람들에게 효과적으로 전달되는 경향이 있다. 예를 들어, 행복한 친구가 약 800m 반경에 살 경우 개인이 행복할 확률은 약 42% 높아지는 데 반해, 친구와의 거리가 3km 반경을 벗어나면 이 확률은 22%로 감소한다. 마찬가지로 행복한 형제자매는 개인이 행복할 확률을 14% 높여주지만 이는 1.6km 반경 내에서만 적용된다. 이상의 결과는 행복이 가까운 거리를 기반으로 한 빈번한 접촉과 상호작용을 통해 확산된다는 것을 보여준다. 즉, 멀리 살거나 정기적으로 상호작용을 하지 않는 친밀한 사람보다 가까이 살면서 자주 보는 이웃의 행복이 나에게 더 중요할 수 있다는 것이다.

Fowler와 Christakis(2008)의 연구에서 주목할 점

은 행복이 사회적 관계망을 따라 확산될 수 있다는 사실뿐 아니라, 이 현상에 심리적 가까움보다 물리적 가까움이 더 의미 있게 작용한다는 데 있다. 대체로 사람들은 친밀하지 않거나 심지어 낯선 사람들과의 대면이 자신의 행복에 영향을 미칠 수 있음을 잘 인지하지 못한다. 그러나 예상과 달리 카페에서 계산을 하며 마주친 직원과의 눈인사, 혹은 출퇴근 길 버스나 지하철에서 마주친 승객과의 대화도 나의 행복에 기여할 수 있다(Epley & Schroeder, 2014; Sandstrom & Dunn, 2013). 즉, 일상의 생활 환경 내에서 이루어지는 물리적 상호작용이 행복에 있어 과소평가되기 쉬운, 그러나 중요한 요소라는 것이다. 이상을 토대로 본 연구는 기숙사 '룸메이트'라는 특정 대상에 주목하였다. 개인의 사회적 관계망은 생애 발달과정을 통해 변화한다. 특히 청소년기에서 성인기로 이행 중인 20대 초중반은 자아의 탐색과 세계관 형성이 이루어지는 시기로 새로운 관계의 형성과 발전이 그 핵심 토대가 된다(Arnett, 2000). 상당수의 청소년들이 대학 입학과 함께 본 거주지에서 독립하여 기숙사 생활을 시작한다는 점을 고려했을 때, 룸메이트는 초기 성인기 관계망을 이해하는 주요한 단서가 될 수 있다. 또한 룸메이트는 빈번한 물리적 접촉을 하는, 따라서 큰 정서적 영향력을 발휘할 수 있는 대상이라는 점에서 본 연구의 목적에 잘 부합된다고 여겨진다.

이와 유사한 맥락에서 Dunn, Wilson 및 Gilbert (2003)은 기숙사에서 발생하는 행복 예측의 오류를 살펴본 바 있다. 연구 속 대학 1학년생들은 12개 기숙사 건물 중 하나에 무선 배정되며 이곳에서 룸메이트 및 정해진 다른 학생들과 생활하게 되어 있다. 연구자들은 학생들로 하여금 각 건물에 배정되었을 때의 행복감뿐 아니라 기숙사와 관련된 물리적 요소(예, 건물 위치, 방 사이즈, 편의 시설 등) 및 사회적 요소(예, 룸메이트와의 관계, 기숙사 내 유대감 등) 각각이 이 행복감에 미칠 영향력도 예측하도록 했다. 이로 부터 1-2년이 지난 뒤 학생들은 자신의 실제 행

복감 및 앞선 기숙사 요소들에 대한 객관적 평가를 제공했다. 연구 결과, 기피했던 건물 배정은 예상만큼 행복감을 떨어뜨리지 않았으며 원했던 건물 배정 역시 예상만큼 행복감을 높이지 못했다. 게다가 학생들은 행복 예측에 있어 선택 안들 간 두드러진 차이점(물리적 요소)에 많은 주의를 기울인 나머지 사회적 요소를 고려하는 데는 상대적으로 소홀한 모습을 보였다. 하지만 이들의 행복에 실제로 기여한 것은 물리적 요소가 아닌 사회적 요소들에 대한 만족감이었다.

하지만 Dunn과 동료들(2003)의 결과는 본 연구 질문에 대한 직접적인 답을 제공하지 못했다. 이 연구에서 다른 사회적 요소는 공동체 의식 및 기숙사 지도 교사와의 관계 등 다양한 개념을 포괄할 뿐만 아니라, 룸메이트의 행복은 그와의 관계에 영향을 미칠 수 있는 여러 요인들 중 하나이기 때문이다. 게다가 선행 연구는 서양 문화권에서 이루어졌기 때문에 동양 문화권의 사람들이 기숙사라는 환경에서 어떻게 행복을 예측하고 경험하는지에 대해서는 알려지지 않았다. 서구인들에 비해 동아시아인들이 행복을 더 관계 지향적으로 개념화하며(Hitokoto & Uchida, 2015; Lu & Gilmour, 2004), 행복에 대한 예측 오류(특히 미래 사건이 가져올 정서적 영향력을 과대평가하는 것)에 덜 취약하다는 점(Lam, Buehler, McFarland, Ross, & Cheung, 2005)을 고려하면 사회적 요소, 그중에서도 룸메이트의 행복이 가지는 중요성을 잘 인지하고 있을 가능성도 존재한다. 따라서 본 연구는 한국의 기숙사를 배경으로 학생들이 룸메이트 행복이 자신의 기숙사 생활의 질에 미치는 영향을 어떻게 예측하는지 살펴볼 것이다.

추가적으로, 선행 연구와 본 연구의 차이를 몇 가지 짚어볼 필요가 있다. 첫째, 본 연구에 참여한 신입생들은 설문에 응답하기 며칠 전 이미 기숙사 및 룸메이트를 배정받았다. 따라서 기숙사 배정이 이루어지기 전에 행복을 예측했던 이전 참가자들보다 다소 예측에 유리할 수

있다. 그러나 사전 경험이 예측에서의 오류를 감소시키지 못한다는 연구 결과들(예, Meyvis, Ratner, & Levav, 2010)을 고려했을 때, 기숙사의 물리적 환경 및 룸메이트에 대한 구체적인 정보가 제공되었음에도 불구하고 여전히 신입생들은 향후 자신의 기숙사 만족에 룸메이트의 행복이 미칠 영향력을 과소 추정할 것으로 예상된다. 둘째, 선행 연구의 참가자들은 자신의 전반적인 행복을 예측한 반면, 본 연구에서는 보다 구체적으로 기숙사라는 영역에 대한 만족도를 예측하도록 했다. 본질적으로 행복을 예측할 때 오류를 범하는 이유 중 하나는 해당 대상 및 사건 이외의 삶의 다른 요소들을 미처 헤아리지 못하기 때문이다(Gilbert et al., 1998; Wilson et al., 2000). 이로 미루어볼 때 다양한 삶의 영역을 아우르는 예측보다는 어느 특정 영역에 대한 예측이 오류에 덜 취약할 가능성이 있다. 본 연구는 Dunn과 동료들(2003)의 결과가 개인의 전반적인 행복감을 넘어, 기숙사 만족도라는 보다 구체적인 영역에도 유사하게 적용될 수 있는지 확인하는 기회를 제공할 것이다. 셋째, 행복에 대한 예측 오류를 다룬 선행 연구들은 오류의 현상 및 보편적 메커니즘을 규명하는 데 주된 관심을 두었다(예, Gilbert et al., 1998; Wilson & Gilbert, 2003). 하지만 행복에 대한 믿음이나 생각, 그리고 원천은 앞서 언급한 문화적 배경뿐 아니라 개인에 따라서도 다양하다(Oishi, Diener, Suh, & Lucas, 1999; Shin, Suh, Eom, & Kim, 2017). 그리고 이러한 개인차는 행복을 예측하는 과정에도 반영될 가능성이 있다. 대표적인 예로 성격을 들 수 있다. 기질적으로 외향성이 낮은 사람은 높은 사람에 비해 적극적으로 사교적인 행동이 주는 즐거움을 과소평가할 뿐만 아니라(Zelenski, Whelan, Nealis, Besner, Santoro, & Wynn, 2013), 미래의 긍정적인 사건이 가져올 즐거움을 낮게 추정하는 경향이 있다(Hoerger & Quirk, 2010). 따라서 개인의 성격 특질에 따라 타인의 행복에 부여하는 의미나 중요성이 달라질 가능성이 있다. 이에 더하여 개인의 기질적 행복감 또한 타인의

행복을 바라보는 시각에 영향을 미칠 것으로 예상된다. 비록 대부분의 연구가 국가 간 비교를 토대로 이루어졌지만, 행복을 중요하고 바람직한 가치로 여길수록 대체로 더 행복하다는 점을 고려했을 때(Bastian, Kuppens, De Roover, Diener, 2014; Tsai, Knutson, & Fung, 2006) 행복한 개인일수록 타인, 즉 룸메이트의 행복이 가지는 중요성을 더 높게 평가할 수 있다. 이에 본 연구는 예측자의 심리적 특성을 보다 구체적으로 측정, 성격과 행복 수준에 따라 행복한 기숙사 생활을 예측할 때 중시하는 요소가 어떻게 다른지 탐색하고자 한다.

요컨대, 본 연구의 목적은 사람들이 타인의 행복이 자신의 행복에 미치는 영향력을 얼마나 잘 인지하는지 알아보는 데 있다. 이를 위해 대학 기숙사 생활을 앞두고 있는 신입생과 이미 경험한 재학생을 대상으로 3개의 간단한 연구를 실시하였다. 먼저 연구 1에서는 신입생들을 대상으로 룸메이트의 행복이 자신의 기숙사 만족도에 미칠 중요도를 예측하도록 했다. 연구 2에서는 이와 동일한 문항을 사용, 재학생들로 하여금 예측이 아닌 현재 중요도를 판단하도록 했다. 이로부터 약 4개월 후 연구 2의 재학생을 대상으로 연구 3을 실시하였다. 그러나 이번에는 룸메이트의 행복 및 기숙사 만족도에 대해 객관적으로 평가하도록 했다. 중요도에 대한 생각을 측정한 연구 1과 2와 달리, 연구 3은 지각된 룸메이트의 행복이 기숙사 만족도에 미치는 실질적인 영향력을 살펴본다는 점에서 구분된다. 학생들은 자신의 행복한 기숙사 생활에 있어 룸메이트의 행복이 차지하는 중요성을 실제보다 과소 추정할 것으로 예상된다.

연구 1. 신입생의 기숙사 만족도 예측

연구 1의 목적은 학생들이 룸메이트의 행복이 자신의 기숙사 만족도에 미치는 영향력을 어떻게 예측하는지 알아보는 것이다. 이를 위해 대

학 신입생들을 대상으로 기숙사와 관련된 다양한 요인들 각각이 향후 만족스러운 기숙사 생활에 얼마나 중요할 것 같은지 응답하도록 하였다. 선행 연구와 마찬가지로 참가자들은 다른 요소들에 비해 룸메이트의 행복이 자신의 기숙사 만족에 상대적으로 덜 중요하다고 여길 것으로 예상된다.

방 법

연구 참가자

경북지역 소재 4년제 대학 신입생 중 오리엔테이션에 참석한 294명이 자발적으로 설문문에 참여하였다. 이는 대학 내 학생 상담센터 주관으로 매년 신입생 전원을 대상으로 하는 조사로, 학생들의 건강하고 행복한 대학생활을 돕는 목적을 가진다. 설문은 대강당에서 지필식으로 진행되었으며, 학생들은 설문이 끝난 뒤 간단한 과를 제공받았다. 참가자들 중 응답 오류 및 결측값을 가지는 10명을 제외한 284명(여학생 = 62명, 22%)이 최종 분석에 사용되었다. 참가자들의 평균 나이는 18.70세, 표준 편차는 0.60으로 나타났다.

측정 도구

기숙사 요인별 중요도 (예측)

선행 연구(예, Dunn et al., 2003) 및 상담센터 소유 기숙사 생활에 대한 자료들을 토대로 기숙사 만족도에 영향을 미치는 핵심적인 네 가지 요인을 선정하였다. 참가자들은 물리적 환경에 대한 두 요인(기본적 생활시설 상태, 주변 시설의 편리함) 및 룸메이트에 대한 두 요인(룸메이트와의 생활 습관의 일치성, 룸메이트가 얼마나 행복한 사람인지)이 각각 향후 만족스러운 기숙사 생활에 얼마나 중요할 것 같은지 7점 척도로 응답하였다(1 = 전혀 그렇지 않을 것이다, 7 =

매우 그럴 것이다). 따라서 점수가 높을수록 해당 요인이 자신의 기숙사 만족도에 큰 영향을 미칠 것이라고 예측함을 의미한다.

성격 특징

참가자들의 성격 특징을 측정하기 위해 Brody와 Ehrlichman(1998)의 형용사형 성격 척도 25문항(5문항 x 5요인)을 사용하였다. 원 척도는 이중 언어자 2명에 의해 번안되었으며, 최종 문항은 연세대학교 사회 및 성격심리 연구실 회의를 통해 결정되었다. 참가자들은 성격을 묘사하는 각 형용사가 얼마나 자신을 잘 설명한다고 생각하는지 7점 척도로 응답하였다(1 = 전혀 그렇지 않다, 7 = 매우 그렇다). 5 요인 각각의 예시 형용사 및 문항 간 내적 일치도 계수는 다음과 같다. 외향성(예, 말하기를 좋아하는, $\alpha = .83$), 친화성(예, 동조적인, $\alpha = .80$), 신경증(예, 불안해하는, $\alpha = .78$), 개방성(예, 상상력이 풍부한, $\alpha = .81$), 성실성(예, 책임감 있는, $\alpha = .67$).

주관적 안녕감

참가자의 기질적 행복 수준을 측정하기 위해 주관적 안녕감의 하위 요소인 삶의 만족, 긍정적 정서, 부정적 정서를 측정했다. 삶의 만족은 국내에서 신뢰도와 타당도를 검증한 삶의 만족도 척도(Satisfaction With Life Scale: SWLS)를 사용하였으며(Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985; 임남연, 이화령, 서은국, 2010), 긍정적 정서와 부정적 정서는 Diener 등(2009)의 긍정 및 부정적 경험 척도(Scale of Positive and Negative Experience: SPANE)를 사용했다. 삶의 만족도의 내적 일치도 계수는 .80이었으며 긍정적 정서와 부정적 정서 각 6문항에 대해서는 각각 .86와 .67로 나타났다.

결과 및 논의

먼저 참가자들이 각 요인이 기숙사 만족에 얼마나 큰 영향을 미칠 것으로 예상하는지 살펴

표 1. 기숙사 요인별 중요도 (예측)

요인	평균	표준편차	평균차	F
1. 기본적 생활시설 상태	5.37	1.16	-.20	4.21*
2. 룸메이트와의 생활 습관 일치성	5.34	1.35	-.17	3.66†
3. 주변 시설의 편리함	5.19	1.29	-.03	0.81
4. 룸메이트가 얼마나 행복한 사람인지	5.17	1.34	-	

주. 평균차 = 요인 4 - 각 요인, † $p < .07$, * $p < .05$.

보았다. 표 1에서 볼 수 있듯이, 네 가지 요인 모두 평균 5점 이상을 받아 대체로 중요하게 여겨졌다. 하지만 신입생들은 그중에서도 기숙사의 기본적 생활시설 상태가 자신의 행복한 기숙사 생활에 가장 중요할 것이라고 예측하였으며, 다음으로 룸메이트와의 생활 습관의 일치성 및 주변 시설의 편리함을 꼽았다. 룸메이트의 행복감은 상대적으로 가장 낮은 점수를 받았으며, 반복측정 분산분석을 이용한 대비분석 결과 다른 요인과 유의한 차이를 보였다, $F(1, 280) = 2.69, p < .05, \eta^2 = .01$. 구체적으로 기본적 생활시설 상태와는 유의한($p < .05, \eta^2 = .02$), 룸메이트와의 생활 습관 일치성과는 경계선 상에서 차이를 보였다($p = .057$). 이를 통해 룸메이

트의 행복이 다른 요인들에 비해 상대적으로 기숙사 만족에 덜 중요하게 여겨지는 경향이 있음을 알 수 있다.

이어서 예측된 중요도가 참가자의 성격 특질 및 기질적 행복 수준과 어떤 관련성이 있는지 탐색해보았다. 단순 상관분석 결과, 표 2에서와 같이 대부분의 요인과 정적 상관을 보인 외향성을 제외하고는 성격 요인별로 기숙사 만족에 중시하는 요소가 조금씩 달랐다. 가령, 신경증이 높을수록 룸메이트와 생활 습관이 얼마나 일치하는지가 만족스러운 기숙사 생활에 중요할 것이라고 여기며 성실성이 높은 사람일수록 기본적인 생활시설 상태 및 룸메이트와의 생활 습관의 일치성을 기숙사 만족의 중요한 요소로 여기는

표 2. 기숙사 요인별 중요도 (예측) 및 개인차 변인 간 상관

	기본적 생활시설 상태	룸메이트와의 생활 습관의 일치성	주변 시설의 편리함	룸메이트가 얼마나 행복한 사람인지
외향성	.13*	.11	.15*	.25**
우호성	.04	.11	.05	.27**
신경증	.06	.13*	.04	-.08
개방성	.06	.10	.10	.05
성실성	.16**	.15*	.11	.09
삶의 만족도	-.02	-.01	.00	.09
긍정 정서	.07	.02	.19**	.15*
부정 정서	-.10	-.05	-.10	-.14*
주관적 안녕감	.05	.04	.11	.17**

주. * $p < .05$, ** $p < .01$. 주관적 안녕감 = (긍정 정서 - 부정 정서) + 삶의 만족도.

모습을 보였다. 또한 우호성은 외향성을 제외한 성격 요인 중 유일하게 룸메이트의 행복에 부여하는 중요성과 상관을 보였다. 다음으로 참가자의 행복 수준과의 관련성을 살펴본 결과, 긍정 정서를 많이 느끼는 사람일수록 룸메이트의 행복을 더 중요하게 여기는 경향이 있었으며 부정 정서를 많이 느끼는 사람일수록 이와 반대의 모습을 보였다. 삶의 만족도는 기숙사 만족 요인들과 뚜렷한 관련성을 보이지 않았으며 종합적으로는 주관적 안녕감이 높을수록 룸메이트의 행복을 만족스러운 기숙사 생활의 중요한 요소로 여기는 경향이 있었다. 이상의 결과는 행복에 대한 가치 및 바람직성과 실제 행복 수준이 관련된다는 선행 연구들(예, Bastian et al., 2014)과도 맥을 같이한다.

연구 2. 재학생의 기숙사 만족도 판단

연구 1을 통해 신입생들이 기숙사 만족도 예측에 있어 룸메이트의 행복을 다른 요인에 비해 상대적으로 덜 중시하는 경향이 있음을 확인하였다. 그렇다면 이미 기숙사 생활을 하고 있는 사람들은 어떠할까? 이를 알아보기 위해 본 연구에서는 재학생들로 하여금 앞서 살펴본 네 가지 요인들이 현재 자신의 기숙사 만족도에 얼마나 중요한 영향을 미치고 있는지 응답하도록 했다. 정서에 대한 예측 오류를 다룬 많은 선행 연구들은 종종 이런 방식을 통해 측정된 값을 실제 값으로 간주, 예측된 값과 비교하곤 한다(예, Pchelin & Howell, 2014). 이는 해당 사건에 대한 경험 후 측정된다는 점에서 사전 예측에 비해 실제에 가까운 값이라고 볼 수 있다. 따라서 기숙사 생활을 실제로 경험한 재학생들은 신입생들과 달리 룸메이트의 행복이 기숙사 만족의 중요한 원천이라고 여길 가능성이 있다. 그러나 본질적으로 행복에 대한 참가자의 '믿음' 혹은 '생각'을 측정한다는 점에서는 여전히 오류에 취약할 가능성도 존재한다(Wilson, 2009). 본

연구는 후자의 가능성에 주목, 재학생들도 룸메이트의 행복이 현재 자신의 만족스러운 기숙사 생활에 얼마나 중요한 영향을 미치고 있는지 잘 인지하지 못할 것이라고 예측하였다. 이와 더불어 연구 1과 마찬가지로 성격 특질 및 행복 수준과 기숙사 만족도를 판단하는 패턴에 어떤 관련성이 있는지 살펴보았다.

방 법

연구 참가자

동일 대학에서 이미 기숙사 생활을 하고 있는 재학생 125명(여학생 = 39명, 31%)이 자발적으로 참여하였다. 설문은 온라인으로 이루어졌으며 연구 1과 동일하게 상담센터 주관으로 실시되었다. 학생들은 참가에 대한 보상으로 5,000원 상당의 식권을 지급받았다. 참가자들의 평균 나이는 22.90세, 표준 편차는 2.94로 나타났다.

측정 도구

기숙사 요인별 중요도 (현재)

재학생들의 기숙사 만족도에 대한 판단을 측정하기 위해 연구 1에서 사용한 네 가지 요인 각각이 현재의 기숙사 만족도에 얼마나 큰 영향을 미치고 있는지 7점 척도로 응답하게 하였다(1= 전혀 그렇지 않다, 7 = 매우 그렇다). 점수가 높을수록 해당 요인이 기숙사 만족도에 중요한 역할을 한다고 여기고 있음을 의미한다.

성격 특질

참가자들의 성격 특질을 측정하기 위해 연구 1과 동일하게 Brody와 Ehrlichman(1998)의 형용사형 성격 척도 25문항을 사용하였다. 문항 간 내적 일치도 계수는 각각 외향성 .83, 친화성 .80, 신경증 .82, 개방성 .84, 성실성 .81로 나타났다.

주관적 안녕감

연구 1과 동일한 척도를 사용하여 참가자의 행복 수준을 측정하였다. 삶의 만족도의 내적 일치도 계수는 .87이었으며 긍정적 정서는 .93, 부정적 정서는 .80으로 각각 나타났다.

결과 및 논의

본 연구는 재학생을 대상으로 앞선 네 가지 요인들이 현재 기숙사 만족도에 얼마나 큰 영향을 미치고 있다고 여기는지 살펴보았다. 과연 기숙사 생활을 경험한 재학생들은 신입생들에 비해 행복한 룸메이트의 중요성을 더 크게 인식하고 있을까? 분석 결과, 연구 1의 예측 과제 결과와 유사한 패턴이 나타났다. 표 3에서 볼 수 있듯이, 재학생들은 기본적인 생활 시설 상태가 현재 자신의 기숙사 만족에 가장 큰 영향을 미치고 있다고 보고했으며, 그 다음으로 룸메이트와의 생활 습관의 일치성 및 주변 시설의 편리함을 꼽았다. 연구 1과 마찬가지로 룸메이트의 행복은 상대적으로 가장 덜 중요하게 여겨졌으며 반복측정 분산분석을 이용한 대비분석 결과 이는 다른 요인들과 유의한 차이가 있었다, $F(1, 121) = 11.20, p < .001, \eta^2 = .08$. 즉, 학생들은 대체로 다른 요인에 비해 룸메이트의 행복이 자신의 기숙사 만족도에 미치는 영향력을 작게 추정하는 모습을 보였으며, 흥미롭게도 이러한 경향성은 기숙사 생활을 시작하지 않은 신입생과 현재 기숙사 생활을 경험하고 있는 재학생 모두

에게서 나타났다.

이어서 상관 분석을 통해 재학생들의 성격 특질 및 행복 수준이 이들의 기숙사 만족도에 대한 판단과 어떤 관련성을 보이는지 탐색해 보았다. 연구 결과, 표 4에서와 같이 외향성과 우호성이 높을수록 룸메이트의 행복이 현재 자신의 기숙사 만족에 미치는 영향력이 크다고 여기는 경향이 있었다. 외향성은 예측 단계에서 모든 요인의 중요성과 정적 상관을 보였던 것과 달리 경험 단계에서는 룸메이트의 행복에 대한 중요성과만 관련성을 보였다. 우호성의 경우, 예측 단계에서와 동일하게 룸메이트의 행복에 대한 중요성과 정적 상관이 있었다. 연구 1과 더불어 본 연구의 결과는 외향성 및 우호성이 높은 사람일수록 타인의 행복이 자신의 삶에 미치는 긍정적 영향력을 잘 인지하고 있을 가능성을 보여준다. 반면, 신경증이 높은 사람일수록 룸메이트의 행복이 자신의 기숙사 만족에 중요하지 않다고 여기는 경향이 있었다. 개방성과 성실성은 네 요인 중 어떤 것보다 뚜렷한 관련성을 보이지 않았다. 이어서 참가자의 행복 수준과의 관련성을 살펴본 결과, 긍정 정서와 삶의 만족감을 많이 느끼는 사람일수록 룸메이트의 행복이 현재 자신의 만족스러운 기숙사 생활에 중요한 영향을 미치고 있다고 보고하였다. 요컨대, 행복한 사람일수록 대체로 타인의 행복이 자신의 행복에 차지하는 중요성을 잘 인지하는 경향이 있는 것으로 보인다.

지금까지 두 개의 연구를 통해 학생들이 룸메이트의 행복이 자신의 미래 기숙사 만족에 미

표 3. 기숙사 요인별 중요도 (현재)

요인	평균	표준편차	평균차	F
1. 기본적인 생활시설 상태	5.47	1.36	-.92	25.72***
2. 룸메이트와의 생활 습관 일치성	5.15	1.54	-.57	9.34**
3. 주변 시설의 편리함	5.12	1.47	-.61	10.82**
4. 룸메이트가 얼마나 행복한 사람인지	4.54	1.81	-	-

주. 평균차 = 요인 4 - 각 요인, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

표 4. 기숙사 요인별 중요도 (현재) 및 개인차 변인 간 상관

	기본적 생활시설 상태	룸메이트와의 생활 습관의 일치성	주변 시설의 편리함	룸메이트가 얼마나 행복한 사람인지
외향성	.03	.15	-.00	.23*
우호성	.12	.03	.13	.24**
신경증	-.05	-.04	.09	-.26**
개방성	.03	.08	-.05	.12
성실성	.10	.07	.13	.09
삶의 만족도	.17	.27**	.12	.19*
긍정 정서	.19*	.24**	.15	.35**
부정 정서	.05	-.01	.05	-.14
주관적 안녕감	.13	.22*	.10	.29**

주. * $p < .05$, ** $p < .01$. 주관적 안녕감 = (긍정 정서 - 부정 정서) + 삶의 만족도.

칠 영향력을 어떻게 예측하는지, 그리고 현재 기숙사 만족에 미치는 영향력을 어떻게 판단하는지 살펴보았다. 그렇다면 과연 이러한 예측과 판단은 얼마나 정확할 것인가? 실제로 기숙사의 기본적 생활 시설 상태가 기숙사 만족에 가장 중요하고 룸메이트의 행복이 상대적으로 가장 덜 중요할까, 아니면 행복을 예측하고 판단하는 과정에서 발생한 오류일까. 본 연구는 룸메이트의 행복이 자신의 기숙사 행복에 미치는 영향력에 대한 '생각'과 실제가 다를 가능성에 무게를 두고 이를 확인하기 위해 연구 3을 진행하였다.

연구 3. 재학생의 실제 기숙사 만족도

앞서 두 개의 연구를 통해 학생들이 기숙사의 기본적 생활 시설 상태를 만족스러운 기숙사 생활에 상대적으로 가장 중요한 요인으로, 그리고 룸메이트의 행복을 상대적으로 가장 덜 중요한 요인으로 여긴다는 것을 살펴보았다. 구체적으로, 연구 1에서는 신입생들로 하여금 룸메이트의 행복이 기숙사 만족에 미칠 영향력을 예측하게 했으며, 연구 2에서는 동일한 과제를 기숙

사 생활 중인 재학생들에게 실시하였다. 본 연구는 이로부터 약 4개월 뒤 연구 2에 참여했던 동일한 참가자들을 대상으로 이루어졌다. 이들은 이전과는 달리 네 요인 각각에 대한 객관적인 평가 및 현재 기숙사 생활에 대한 만족도를 보고하였다. 즉, 중요도에 대한 '생각'을 측정하던 이전 연구와 달리 연구 3은 지각된 룸메이트의 행복이 기숙사 만족에 미치는 실질적 영향력을 통계적으로 살펴본다는 점에서 의미가 있다. 룸메이트의 행복은 다른 요인에 비해 행복한 기숙사 생활을 좌우하는 중요한 요인일 것으로 예상된다.

방 법

연구 참가자

연구 2에 참여했던 재학생들을 대상으로 온라인 설문을 실시하였다. 1차 조사(연구 2)는 6월 초에 실시되었으며, 2차 조사(연구 3)는 그로부터 약 4개월 후인 10월 말에 실시되었다. 1차 조사에 참여했던 재학생은 125명이었으나, 92명

만이 2차 조사에 다시 참여했다. 전체 참가자들 중 10명을 추천하여 대학 내 카페에서 사용할 수 있는 10,000원 상당의 기프트콘을 제공했다. 본 연구의 목적상 6월 이후 룸메이트가 바뀌지 않은 77명(여 = 31, 40.3%)만을 최종 분석에 사용하였다. 이들의 평균 나이는 22.74세, 표준 편차는 3.08로 나타났다.

측정 도구

기숙사 요인별 평가

학생들의 기숙사 만족에 실질적으로 기여하는 요인이 무엇인지 알아보기 위해 재학생들로 하여금 네 가지 요인 각각에 대해 평가하도록 하였다(기본적 생활시설 상태가 얼마나 좋은가, 주변 편의시설이 얼마나 편리한가, 룸메이트와 생활 습관이 얼마나 일치하는가, 룸메이트가 얼마나 행복한 사람인가). 모든 응답은 7점 척도로 이루어졌다(1 = 전혀 그렇지 않다, 7 = 매우 그렇다).

기숙사 만족도

재학생들의 실제 기숙사 만족도를 측정하기 위해 “현재 당신의 기숙사 생활에 대해 얼마나 만족합니까?”라는 단일 문항에 7점 척도로 응답하도록 하였다(1 = 전혀 그렇지 않다, 7 = 매우 그렇다).

결과 및 논의

본 연구의 목적은 기숙사 만족과 관련된 각 요인들의 실제적인 중요도를 알아보는 데 있다. 각 요인에 대한 객관적 평가 및 기숙사 만족도의 기술 통계치를 표 5에 나타내었다. 이어서 룸메이트의 행복을 비롯한 각 요인에 대한 참가자들의 평가를 동시에 투입하여 회귀 분석을 실시하였다. 1단계에는 통제를 위한 인구 통계학적 변인(성별, 나이)이 투입되었으며, 2단계에는

표 5. 기숙사 요인별 평가 및 기숙사 만족도

요인	평균	표준 편차
1. 기본적 생활시설 상태	4.66	1.65
2. 주변 시설의 편리함	4.51	1.45
3. 룸메이트와의 생활 습관 일치성	4.57	1.63
4. 룸메이트가 얼마나 행복한 사람인지	4.78	1.20
5. 기숙사 만족도	5.21	1.21

연구의 독립 변인인 각 요인에 대한 평가치가 동시에 투입되었다. 그 결과, 표 6에서 볼 수 있듯이, 참가자들의 기숙사 만족에 실제로 가장 큰 영향을 미치는 요인은 룸메이트의 행복한 것으로 나타났다, $b = .41, SE = .15, p < .001, CI_{95} = [0.10, 0.69]$. 기숙사의 기본적 생활시설 상태나 주변 편의시설의 편리함은 유의확률 .10 수준에 머물러 경향성만을 나타냈다. 그러나 이러한 결과가 본 분석에 룸메이트가 바뀌지 않은 학생들만 포함되었기 때문이라는 의문을 제기할 수 있다. 즉, 룸메이트가 바뀌지 않았다는 것은 곧 룸메이트와의 관계가 대체로 좋음을 의미하며, 따라서 상대적으로 행복 수준이 높은 룸메이트를 가진 학생들이 선택되었을 가능성을 배제할 수 없기 때문이다. 이 가설을 검토한 결과, 두 집단 간 룸메이트의 행복도($t = -1.01, p = .32$) 및 기숙사 만족도($t = -.89, p = .37$)에는 유의한 차이가 없었다. 이는 본 연구에서 나타난 결과가 단순히 선택 효과에 기인한 것은 아님을 시사한다. 요컨대, 본 연구는 기숙사 생활에 중요하다고 여겨지는 네 가지 요소를 통해 기숙사 만족도에서 나타나는 예측 오류를 밝히고자 하였다. 연구 1-2의 결과, 룸메이트의 행복은 다른 요인에 비해 기숙사 만족도를 예측 혹은 판단함에 있어 상대적으로 덜 중시되는 경향이 있었다. 그러나 연구 3에 의하면, 룸메이트의 행복은 다른 요인에 비해 상대적으로 기숙사 만족을 가장 크게 예측하는 요인이었다. 이러한 결과는

표 6. 기숙사 요인별 중요도 (실제)

	<i>b</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>R</i> ²	ΔR^2	VIF
성별	.40	.29	1.40	.096	.096*	1.055
나이	-.09	.05	-1.86			1.055
성별	.03	.27	.10	.351	.256***	1.232
나이	-.05	.04	-1.20			1.167
기본적 생활시설 상태	.14	.09	1.73†			1.088
주변 시설의 편리함	.16	.08	1.78†			1.232
룸메이트와의 생활 습관 일치성	.09	.09	1.04			1.372
룸메이트가 얼마나 행복한 사람인지	.41	.12	3.45***			1.448

주. † $p < .10$, * $p < .05$, *** $p < .001$.

학생들이 자신의 만족스러운 기숙사 생활에 행복한 룸메이트가 차지하는 중요성을 과소 추정할 것이라는 본 연구의 가설을 지지하는 것으로 볼 수 있다.

종합 논의

행복에 대한 염원에도 불구하고 사람들은 대체로 자신의 행복을 예측하는 데 서투르다. 본 연구는 '타인'의 행복이 가지는 가치에 대한 과소평가를 중요한 원인의 하나로 꼽았다. 이에 대학 기숙사를 배경으로 3개의 간단한 연구를 실시, 학생들이 룸메이트 행복이 기숙사 만족도에 미치는 영향을 어떻게 예측하는지, 그리고 이러한 예측이 실재를 얼마나 잘 반영하는지 살펴보았다. 연구 1과 2의 결과, 학생들은 기숙사의 생활시설 상태를 기숙사 생활의 질을 결정하는 가장 중요한 요인으로, 반면 룸메이트의 행복을 상대적으로 가장 덜 중요한 요인으로 여기는 경향이 있었다. 그러나 연구 3의 결과, 실제 학생들의 기숙사 만족도를 가장 잘 예측하는 것은 룸메이트의 행복인 것으로 나타났다. 이상의 결과는 사람들이 행복, 그리고 행복한 사람에게 높은 가치를 부여함에도 불구하고 정작 타인의

행복이 자신에게 미치는 영향력은 제대로 인지하지 못한다는 것을 보여준다.

본 연구는 행복에 물리적 요소보다 사회적 요소가 더 큰 영향을 미침에도 불구하고 이를 과소평가한다는 선행 연구(Dunn et al., 2003)와 맥을 같이한다. 나아가 이러한 오류가 사회적 요소 중에서도 특히 타인의 정서 상태(행복)에서 두드러지게 나타난다는 것을 보여주었다. 학생들은 룸메이트가 얼마나 행복한 사람인가 보다는 그와의 생활 습관 및 패턴이 얼마나 일치하는지가 기숙사 생활의 질을 결정짓는 중요한 요인이라고 여겼지만, 후자는 실제로는 기숙사 만족도를 유의하게 예측하지 못했다. 본 연구는 단지 사회적 관계 전반에 대한 관심을 넘어, 관계를 맺고 있는 상대의 정서적 경험에 주의를 기울여야 할 필요성을 제기한다. 많은 연구들을 통해 행복에 대한 예측이 정확하지 않다는 것이 밝혀졌으며(예, Gilbert et al., 1998), 행복을 비롯한 정서가 개인 간에 전이될 수 있다는 것도 알려졌다(예, Fowler & Christakis, 2008), 본 연구는 예측의 초점을 타인의 행복이 가지는 영향력에 둬으로써 두 분야를 접목시켰다는 데 의의가 있다. 또한 본 연구는 예측 오류에 대한 보편적 현상을 기술하는 것을 넘어 성격 및 행복 수준에 따른 개인차를 살펴보았다. 분석 결과, 외향

성과 우호성이 높고 행복한 사람일수록 타인의 행복이 자신의 삶의 질에 미치는 영향력을 잘 인지하는 경향이 있었다. 본 연구의 탐색적 접근으로는 구체적인 해석과 논의에 한계가 있지만, 이는 두 성격 요인이 정서 지능과 정적 상관성이 있다는 연구 결과와도 관련지어 생각해볼 수 있다(Furnham & Petrides, 2003; Petrides & Furnham, 2001). 게다가 정서 지능이 높은 사람일수록 행복에 대한 예측을 더 정확하게 한다는 점을 고려했을 때(Dunn, Brackett, Ashton-James, Schneiderman, & Salovey, 2007), 정서 예측에 관한 지식 및 능력이 두 성격 변인(특히 외향성)과 행복을 잇는 연결고리일 가능성도 존재한다(Hoerger, Chapman, Epstein, & Duberstein 2012). 추후 체계적인 연구를 통해 정서 예측에서 나타나는 개인차를 살펴보는 것은 행복에 대한 보다 풍부한 이해를 도울 것으로 예상된다.

그렇다면 본 연구에서 나타난 예측 오류는 단지 경험의 부재로 인한 것일까? 연구 2의 결과에 의하면 아직 기숙사 생활을 경험하지 않은 신입생뿐 아니라 이미 기숙사 생활을 경험한 재학생도 행복한 룸메이트가 자신의 기숙사 만족도에 미치는 영향력을 낮게 평가하는 모습을 보였다. 이는 경험이 오류를 감소시키는 데 큰 효과가 없을 가능성을 보여주며 예측 오류가 단순히 예측과 경험 단계의 간극에 기인한 현상이 아님을 시사한다. 게다가 사람들은 자신의 경험을 정확히 기억하지 못하며, 설사 기억했다고 해도 예측이 오류였음을 잘 인지하지 못하는 모습을 보인다(Novemsky & Ratner, 2003; Meyvis et al., 2010). 실제 경험과 일관된 방식으로 예측에 대한 기억을 왜곡시키기 때문이다. 즉, 행복에 대한 실제 경험이 예측을 빗나갔음에도 사람들은 자신이 실제와 유사하게 예측을 했었노라고 믿는다는 것이다. 인간이 행복에 대한 오류를 반복적으로 범하는 이유 중 하나는 이처럼 경험이 오류를 감소시키는 데 한계가 있기 때문일 것이다. 이런 면에서 우리는 자신을 '실제로' 행복하게 만들어주는 것보다 행복하게 만들어준다

고 '믿는' 것을 좇는지 모른다(Schooler & Mauss, 2010). Wilson(2002)은 인간의 스스로에 대한 무지함을 일컬어 마치 '이방인'과 같다고 표현하였으며, 외부로부터의 정보, 즉 타인의 관찰 혹은 심리학 연구 결과들을 통해 스스로에 대한 이해와 행복을 높일 수 있다고 제안한 바 있다. 이런 측면에서 본 연구는 행복에 대한 보다 정확한 예측을 돕는 지침이 될 수 있다.

수십 년간의 연구를 통틀어 행복한 삶에 가장 필수적인 요소로 꼽히는 것은 사회적 관계다(Diener & Seligman, 2002). 사람들은 하루 중 다른 사람과 상호작용할 때 가장 큰 즐거움을 느끼며(Kahneman, Krueger, Schkade, Schwarz, & Stone, 2004), 행복한 사람들은 자신의 시간을 사회적 교류에 투자하는 데 적극적이다. 하지만 본 연구에 의하면, 상호작용의 맥락이 얼마나 사회적인가 못지않게 상호작용의 유인가(valence) 또한 중요할 수 있다. 동일한 양의 사회적 교류라 할지라도 우울하거나 외로운 사람과의 상호작용으로 채워진 경우보다는, 행복한 사람과의 상호작용으로 채워진 경우가 행복에 더 유리할 수 있다는 것이다. 이는 기숙사 룸메이트처럼 임의로 맺게 되는 관계보다 개인이 선택하는 관계에 더 큰 시사점을 제공한다. 예를 들어, 많은 연구들을 통해 사람들이 일반적으로 배우자에게 기대하는 신체적, 심리적 특성들이 밝혀졌다(Buss & Barnes, 1986). 남녀에 따라 차이가 있기는 하지만 주로 경제적 능력, 외모 및 성적 매력, 가치관 등이 핵심을 이룬다. 그러나 본 연구의 결과에 의하면 상대의 '행복'에 대한 고려 또한 빠져서는 안 된다. 행복한 룸메이트가 기숙사 만족도에 큰 영향을 미치듯 행복한 친구, 행복한 배우자는 관계 및 개인의 삶 전반을 좌우할 수 있는 중요한, 그러나 과소평가되기 쉬운 특성이기 때문이다.

나아가 본 연구는 타인과 나의 긴밀한 정서적 연결고리를 밝힘으로써 각박하고 치열한 한국 사회에도 함의를 제공한다. 흔히 경쟁 사회에서 나의 행복을 떠올릴 때 타인의 행복보다는

타인의 불행이 함께 연상되기 쉽다. 그러나 타인의 행복에 대해 부정적인 태도(예, 타인이 행복할수록 내가 경험할 수 있는 행복의 양이 줄어든다, 구자영, 서은국, 2007)를 가지는 것은 곧 나의 행복 또한 저하시킬 수 있으며, 타인의 행복을 지지하는 것은 결과적으로 나의 행복을 높일 수 있다. 본 연구에 참가한 학생들은 룸메이트의 행복이 자신의 삶의 질과 얼마나 밀접하게 관련되는지 제대로 예측하지 못했다. 비록 본 연구는 기숙사라는 한정된 환경에서 이루어졌지만 타인의 행복이 가지는 가치에 대한 과소평가는 개인, 혹은 한국 사회의 낮은 행복감에 대한 실마리를 제공할 가능성이 있다(Suh, 2007). 타인의 행복에 부여하는 가치가 실제 행복감에 어떤 기여를 하는지 알아보는 것은 좋은 후속 연구 주제가 될 것으로 생각된다. 요컨대, 타인과 나의 행복 간의 관련성을 이해하는 것은 다른 사람의 행복을 위하고 돕도록 이끌어서 우리 사회를 건강하게 만들 것으로 기대된다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 본 연구의 핵심 목적은 기숙사 만족에 영향을 미치는 요인을 탐색하는 것이 아닌, 룸메이트의 행복이 기숙사 만족에 미치는 영향에 대한 예측과 실재를 비교하는 데 있다. 따라서 대학생들의 기숙사 만족을 좌우하는 핵심 요인이 무엇인지, 그리고 이를 통해 현실적으로 어떤 개선안을 모색할 수 있는지 등의 질문에 구체적인 답을 제공하지 못한다. 또한 다소 단순한 연구 설계 및 통계 검증도 본 연구의 결과를 해석하는 데 제한점으로 작용한다. 가령, 연구 1-2의 결과는 주로 대비분석을 통한 평균 비교를 통해 이루어졌으며 연구 1의 경우 룸메이트의 행복은 한 요인(기본적 생활시설 상태)과만 분명한 차이를 보였다. 그러나 본 연구에서 다른 요인들이 애초에 기숙사 생활에 중요한 것으로 간주된 것들이라는 점, 그리고 학생들이 각 요인별 중요도에 대한 평가를 아무런 제약 없이 독립적으로 했다는 점을 고려하면 모든 요인이 대체로 높은 점수를 받은 것은 어쩌면 당연할 수도 있다. 네 요인 간 순위

를 매기게 했거나, 트레이드오프(Trade-off)를 적용하여 가중치를 부여하도록 했다면 학생들이 룸메이트의 행복에 부여하는 중요성과 가치를 더 선명하게 측정할 수 있었을 것으로 보인다. 그럼에도 불구하고 네 요인 중 룸메이트의 행복이 상대적으로 가장 덜 중요하게 평가되었으며, 이와 반대로 실제로는 기숙사 만족도에 가장 중요한 역할을 담당했다는 점은 주목할 만하다.

개인의 행복은 다양한 긍정적 결과를 산출함으로써 사회에 기여한다. 행복한 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 더 건강하고 장수할 뿐만 아니라(Danner, Snowdon, & Friesen, 2001), 더 높은 성취를 이룬다(Diener, Nickerson, Lucas, & Sandvik, 2002). 이에 더하여 행복한 개인은 주변의 다른 사람들에게 자신의 행복을 전달함으로써 사회의 번영을 이끌 수 있다. 이런 측면에서 행복은 개인의 고유한 내적 경험인 동시에 개인에서 개인으로, 나아가 개인에서 사회로 확산되는 사회적 경험이기도 하다. 본 연구는 행복한 일터 및 조직문화를 위해 물리적 환경의 개선 못지않게 구성원들이 면대 면으로 긍정적인 정서 경험을 나눌 수 있도록 장려할 것을 제안한다.

참고문헌

- 구자영, 서은국 (2007). 행복의 양이 한정되어 있다는 믿음과 주관적 안녕감. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 21, 1-19.
- 임남연, 이화령, 서은국 (2010). 한국에서의 Diener의 삶의 만족 척도(Satisfaction with Life Scale: SWLS) 사용 연구 개관. *한국심리학회지: 일반*, 29, 27-47.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Bastian, B., Kuppens, P., De Roover, K., & Diener, E. (2014). Is valuing positive emotion associated with life satisfaction? *Emotion*, 14, 639-645.

- Brody, N., & Ehrlichman, H. (1998). *Personality psychology: The science of individuality*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Buss, D. M., & Barnes, M. (1986). Preferences in human mate selection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 559-570.
- Cacioppo, J. T., Fowler, J. H., & Christakis, N. A. (2009). Alone in the crowd: the structure and spread of loneliness in a large social network. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97, 977-991.
- Christakis, N. A., & Fowler, J. H. (2007). The spread of obesity in a large social network over 32 years. *New England Journal of Medicine*, 357, 370-379.
- Christakis, N. A., & Fowler, J. H. (2008). The collective dynamics of smoking in a large social network. *New England Journal of Medicine*, 358, 2249-2258.
- Christakis, N. A., & Fowler, J. H. (2009). *Connected: The surprising power of our social networks and how they shape our lives*. Little, Brown.
- Danner, D. D., Snowdon, D. A., & Friesen, W. V. (2001). Positive emotions in early life and longevity: Findings from the nun study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 804-813.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75
- Diener, E., Nickerson, C., Lucas, R. E., & Sandvik, E. (2002). Dispositional affect and job outcomes. *Social Indicators Research*, 59, 229-259.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 81-84.
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., et al. (2009). New measures of well-being. In E. Diener (Ed.), *Assessing well-being: The collected works of Ed Diener* (pp. 247-266). New York: Russell Sage Foundation.
- Dunn, E. W., Wilson, T. D., & Gilbert, D. T. (2003). Location, location, location: The misprediction of satisfaction in housing lotteries. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 1421-1432.
- Dunn, E. W., Brackett, M. A., Ashton-James, C., Schneiderman, E., & Salovey, P. (2007). On emotionally intelligent time travel: Individual differences in affective forecasting ability. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 85-93.
- Epley, N., & Schroeder, J. (2014). Mistakenly seeking solitude. *Journal of Experimental Psychology: General*, 143, 1980-1999.
- Falk, C. F., Dunn, E. W., & Norenzayan, A. (2010). Cultural variation in the importance of expected enjoyment for decision making. *Social Cognition*, 28, 609-629.
- Fowler, J. H., & Christakis, N. A. (2008). Dynamic spread of happiness in a large social network: longitudinal analysis over 20 years in the Framingham Heart Study. *British Medical Journal*, 337, 1-9.
- Frey, B. S., & Stutzer, A. (2014). Economic consequences of mispredicting utility. *Journal of Happiness Studies*, 15, 937-956.
- Furnham, A., & Petrides, K. V. (2003). Trait emotional intelligence and happiness. *Social Behaviour and Personality*, 31, 815-824.
- Gilbert, D. T., Pinel, E. C., Wilson, T. D., Blumberg, S. J., & Wheatley, T. P. (1998). Immune neglect: A source of durability bias in affective forecasting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 617-638.
- Harker, L., & Keltner, D. (2001). Expressions of positive emotion in women's college yearbook pictures and their relationship to personality and life outcomes across adulthood. *Journal of*

- Personality and Social Psychology*, 80, 112-124.
- Hitokoto, H., & Uchida, Y. (2015). Interdependent happiness: Theoretical importance and measurement validity. *Journal of Happiness Studies*, 16, 211-239.
- Hoerger, M., Chapman, B. P., Epstein, R. M., & Duberstein, P. R. (2012). Emotional intelligence: A theoretical framework for individual differences in affective forecasting. *Emotion*, 12, 716-725.
- Hoerger, M., & Quirk, S. W. (2010). Affective forecasting and the Big Five. *Personality and Individual Differences*, 49, 972-976.
- Horiuchi, Y., Komatsu, T., & Nakaya, F. (2012). Should candidates smile to win elections? An application of automated face recognition technology. *Political Psychology*, 33, 925-933.
- Hsee, C. K., Zhang, J., Yu, F., & Xi, Y. (2003). Lay rationalism and inconsistency between predicted experience and decision. *Journal of Behavioral Decision Making*, 16, 257-272.
- Iverson, R. D., Olekalns, M., & Erwin, P. J. (1998). Affectivity, organizational stressors, and absenteeism: A causal model of burnout and its consequences. *Journal of Vocational Behavior*, 52, 1-23.
- Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D. A., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2004). A survey method for characterizing daily life experience: The day reconstruction method. *Science*, 306, 1776-1780.
- Lam, K. C., Buehler, R., McFarland, C., Ross, M., & Cheung, I. (2005). Cultural differences in affective forecasting: The role of focalism. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 1296-1309.
- Lu, L., & Gilmour, R. (2004). Culture and conceptions of happiness: Individual oriented and social oriented SWB. *Journal of Happiness Studies*, 5, 269-291.
- Matsumoto, D., & Kudoh, T. (1993). American-Japanese cultural differences in attributions of personality based on smiles. *Journal of Nonverbal Behavior*, 17, 231-243.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1989). The structure of interpersonal traits: Wiggins's circumplex and the five-factor model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 586-595.
- Mellers, B., Schwartz, A., & Ritov, I. (1999). Emotion-based choice. *Journal of Experimental Psychology: General*, 128, 332-345.
- Meyvis, T., Ratner, R. K., & Levav, J. (2010). Why don't we learn to accurately forecast feelings? How misremembering our predictions blinds us to past forecasting errors. *Journal of Experimental Psychology: General*, 139, 579-589.
- Nisbet, E. K., & Zelenski, J. M. (2011). Underestimating nearby nature affective forecasting errors obscure the happy path to sustainability. *Psychological Science*, 22, 1101-1106.
- Novemsky, N., & Ratner, R. K. (2003). The time course and impact of consumers' erroneous beliefs about hedonic contrast effects. *Journal of Consumer Research*, 29, 507-516.
- Oishi, S., Diener, E., Suh, E., & Lucas, R. E. (1999). Value as a moderator in subjective well being. *Journal of Personality*, 67, 157-184.
- Pchelin, P., & Howell, R. T. (2014). The hidden cost of value-seeking: People do not accurately forecast the economic benefits of experiential purchases. *The Journal of Positive Psychology*, 9, 322-334.
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448.
- Rosenquist, J. N., Fowler, J. H., & Christakis, N. A. (2011). Social network determinants of depression. *Molecular Psychiatry*, 16, 273-281.

- Rosenquist, J. N., Murabito, J., Fowler, J. H., & Christakis, N. A. (2010). The spread of alcohol consumption behavior in a large social network. *Annals of Internal Medicine, 152*, 426-433.
- Sandstrom, G. M., & Dunn, E. W. (2013). Is efficiency overrated? Minimal social interactions lead to belonging and positive affect. *Social Psychological and Personality Science, 5*, 437-442.
- Schooler, J. W., & Mauss, I. B. (2010). To be happy and to know it: The experience and meta-awareness of pleasure. In M. L. Kringlebach & K. C. Berridge (Eds.), *Pleasures of the brain* (pp. 244-254). New York, NY: Oxford University Press.
- Shin, J., Suh, E. M., Eom, K., & Kim, H. S. (2017). What does "happiness" prompt in your mind? Culture, word choice, and experienced happiness. *Journal of Happiness Studies, 17*, 1-14.
- Suh, E. M. (2007). Downsides of an overly context sensitive self: Implications from the culture and subjective well-being research. *Journal of Personality, 75*, 1321-1343.
- Tsai, J. L., Knutson, B., & Fung, H. H. (2006). Cultural variation in affect valuation. *Journal of Personality and Social Psychology, 90*, 288-307.
- Van Boven, L., & Gilovich, T. (2003). To do or to have? That is the question. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*, 1193-1202.
- White, M. P., Alcock, I., Wheeler, B. W., & Depledge, M. H. (2013). Would you be happier living in a greener urban area? A fixed-effects analysis of panel data. *Psychological Science, 24*, 920-928.
- Wilson, T. D. (2002). *Strangers to ourselves*. Cambridge, MA: Belknap Press.
- Wilson, T. D. (2009). Know thyself. *Perspectives on Psychological Science, 4*, 384-389.
- Wilson, T. D., & Gilbert, D. T. (2003). Affective forecasting. *Advances in Experimental Social Psychology, 35*, 345-411.
- Wilson, T. D., & Schooler, J. W. (1991). Thinking too much: Introspection can reduce the quality of preferences and decisions. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 181-192.
- Wilson, T. D., Wheatley, T., Meyers, J. M., Gilbert, D. T., & Axson, D. (2000). Focalism: A source of durability bias in affective forecasting. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 821-836.
- Zelenski, J. M., Whelan, D. C., Nealis, L. J., Besner, C. M., Santoro, M. S., & Wynn, J. E. (2013). Personality and affective forecasting: Trait introverts underpredict the hedonic benefits of acting extraverted. *Journal of Personality and Social Psychology, 104*, 1092-1108.
- 1 차원고접수 : 2016. 12. 05.
수정원고접수 : 2017. 01. 31.
최종게재결정 : 2017. 03. 29.

Forecasting error for dormitory satisfaction: The underestimated impact of a happy roommate

Ji-eun Shin

Jung Ki Kim

Eunkook M. Suh

Singapore Management University

POSTECH

Yonsei University

Do people fully recognize the impact of other people's happiness on their own? We asked college freshmen, newly assigned to dormitories, to predict how much impact their roommates' happiness would have on their satisfaction with dormitory life. Their predictions were compared with the reports of students who have actually lived in the same dormitories. Freshmen students expected that roommates' happiness, compared to other factors (e.g., dormitory facilities and roommates' habits), would play a less central role in their dormitory satisfaction (Study 1). Similar tendency was observed even among students currently residing in dormitories (Study 2). Contrary to their intuitions, however, roommates' level of happiness was most predictive of their satisfaction with dormitory life (Study 3). These results illustrate people's tendency to underestimate the importance of other people's happiness on their own. Discussions on the possible societal consequences of happiness are offered.

Keywords : Happiness, affective forecasting error, dormitory satisfaction, emotional contagion