



당신의 행복은 안녕하십니까?

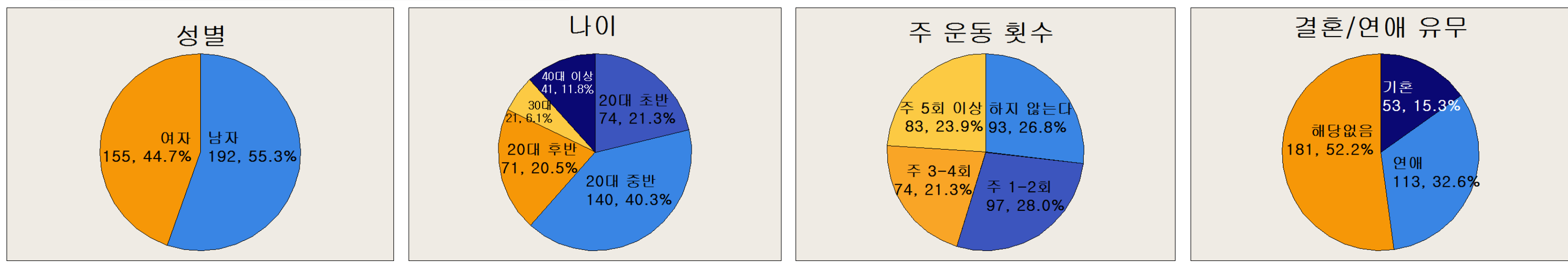
주제 선정

최근 20대들의 미래에 대한 불안감과 취업으로 인한 스트레스, 그리고 20대의 행복지수와 3-4대의 행복지수와 스트레스지수를 알아보고자 한다. 또한 행복의 조건은 무엇인지 알아보고자 한다.

행복지수는 영국의 심리학자 로스웰과 인생상담사 코언이 2002년에 발표한 '행복공식이론'을 바탕으로 하였고 스트레스 지수는 근로복지공단 스트레스 검사를 바탕으로 만들었다.

*행복공식이론 http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=1221545&cid=40942&categoryId=31609

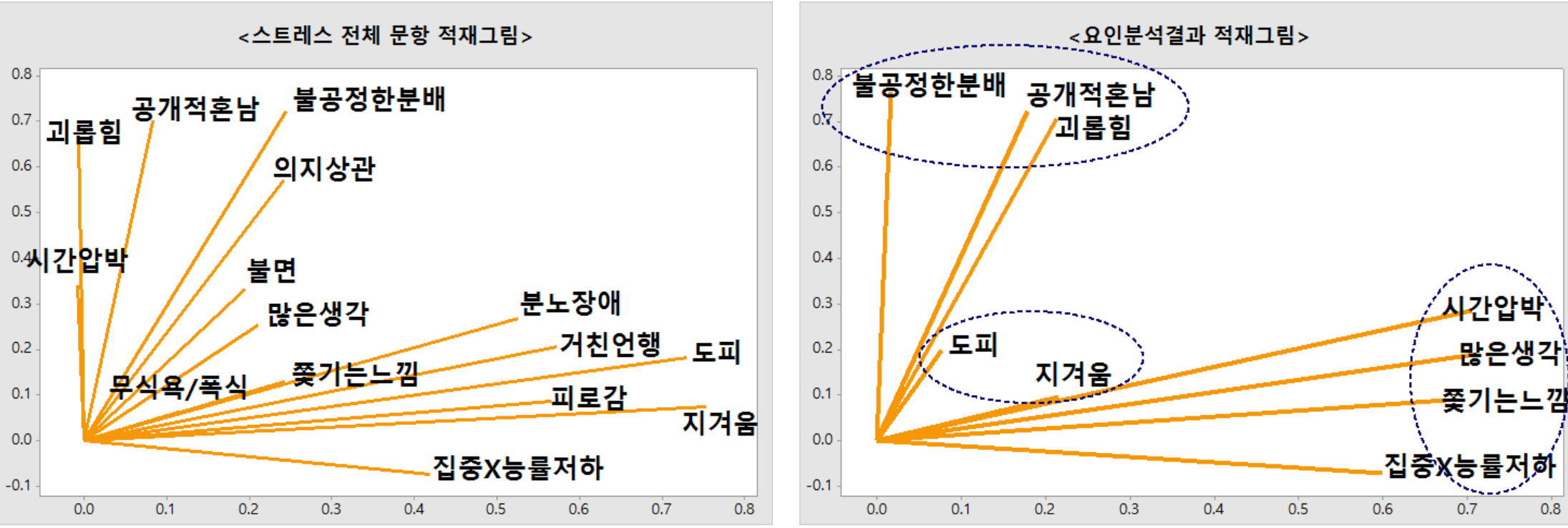
인구 통계학적 빈도분석



응답자 특성으로는 표본 347명중 남/여가 55.3/44.7%이고 연령은 20대의 비중이 높아 초반(20~22),중반(23~24),후반(25~29)나누고 30대,40대 이상으로 나누었다. 운동횟수는 최근 한달 동안 운동을 '하지 않는다/주 1~2회/주3~4회/주5회 이상'으로 나누었다. 결혼/연애 유무로는 '기혼/연애함/해당 없음'으로 나누었다.

통계 분석

스트레스지수 요인분석



>요인분석이란 요인의 구조가 가정되지 않은 경우 공통된 특성을 규명하기 위해 변인들 간의 상호관계를 분석하여 상관이 높은 문항이나 변인들을 묶어서 몇 개의 요인으로 규명하고 그 요인의 의미를 부여하는 통계방법이다.

Table with 2 columns: 변수 (Variables) and 공통성 (Communality). Lists 15 variables and their communalities, with a total of 5.3794 and 0.598.

스트레스 가중치 부여

>행복공식이론을 바탕으로 만들어진 행복지수에 가중치가 부여된 것처럼 스트레스지수에도 각각의 요인 별 가중치를 부여하기 위해 회귀분석을 실시하였다. 가중치부여는 표준화 계수를 이용한다.

표준화 계수 = 비 표준화 계수 * (독립표준편차/종속표준편차)
가중치 = 요인별 표준화 계수/표준화 계수의 총합
스트레스 지수에 따른 요인별 회귀분석결과 추정된 회귀식은 다음과 같다.
스트레스지수 = 8.706 + 0.3831S + 0.2698O + 0.2151R
각 요인(독립변수)의 회귀계수는 비표준화 계수가 된다.

Table with 5 columns: 변수 (Variables), 표준 편차 (Standard Deviation), 비 표준화 계수 (Unstandardized Coefficient), 표준화 계수 (Standardized Coefficient), 가중치 (Weights). Lists S, O, R, and the total score.

독립표본 T-test

**두 표본 등분산성을 가정한다.

>성별/음주여부에 따른 행복/스트레스 지수의 차이가 있을까?

H0 : 성별/음주여부에 따른 행복/스트레스 지수의 차이가 없다.

Table with 3 columns: 종속변수 (Dependent Variable), 검정 통계량 (Test Statistic), 독립 변수 (Independent Variable). Shows T, P, and F values for Happiness and Stress scores by gender and drinking status.

성별/음주여부에 따른 행복지수는 차이는 각각 유의확률이 0.002/0.006으로 귀무가설 기각함. 성별에 따른 스트레스지수 차이는 유의확률이 0.000로 귀무가설 기각함. 음주 여부에 따른 스트레스지수의 차이는 유의확률이 0.584로 귀무가설 채택함. 따라서 성별에 따른 행복지수와 스트레스지수는 차이가 있고, 음주여부에 따른 행복지수의 차이는 있지만 스트레스 지수의 차이는 없다고 볼 수 있다.

조사 계획

- >조사일정 : 2015.7.20~2015.8.20
>조사 대상 : 대한민국 남녀
>표본 선정 : 360명 중 무성의한 응답을 제거한 347명의 20대 30대 40대 남녀를 선정
>자료 수집 방법 : 구조화된 설문지 ('Google Docs'를 이용한 스마트폰 조사)
-응답률을 높이기 위해 조사 시 e-mail 주소를 적은 응답자들에게 전체평균 행복/스트레스 지수와 개인적인 조사결과를 전달하였다.
>설문지 설계 : 4점 척도, 3점 척도 이용
>조사 내용

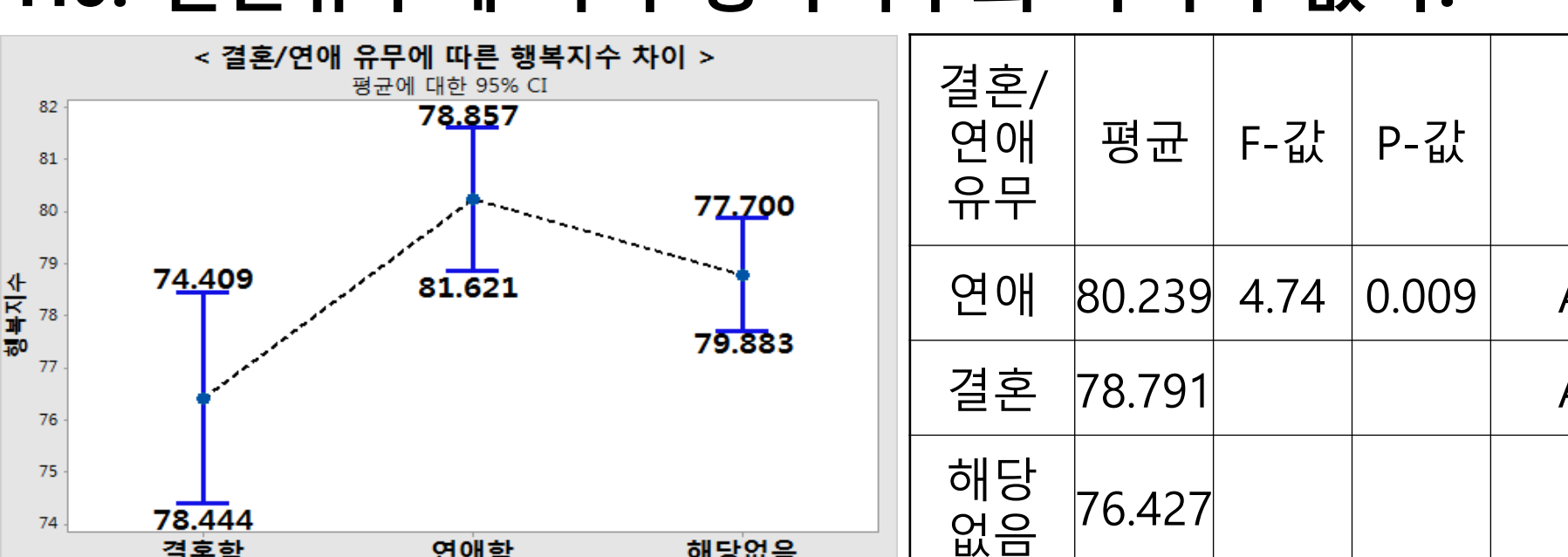
Table with 3 columns: 인적 사항 (Personal Information), 행복지수 (Happiness Score), 스트레스지수 (Stress Score). Lists variables like gender, age, income, and the formulas for each score.

일원배치 분산분석

**표본들의 등분산성을 가정한다.

>결혼/연애 유무에 따른 행복지수 차이가 있을까?

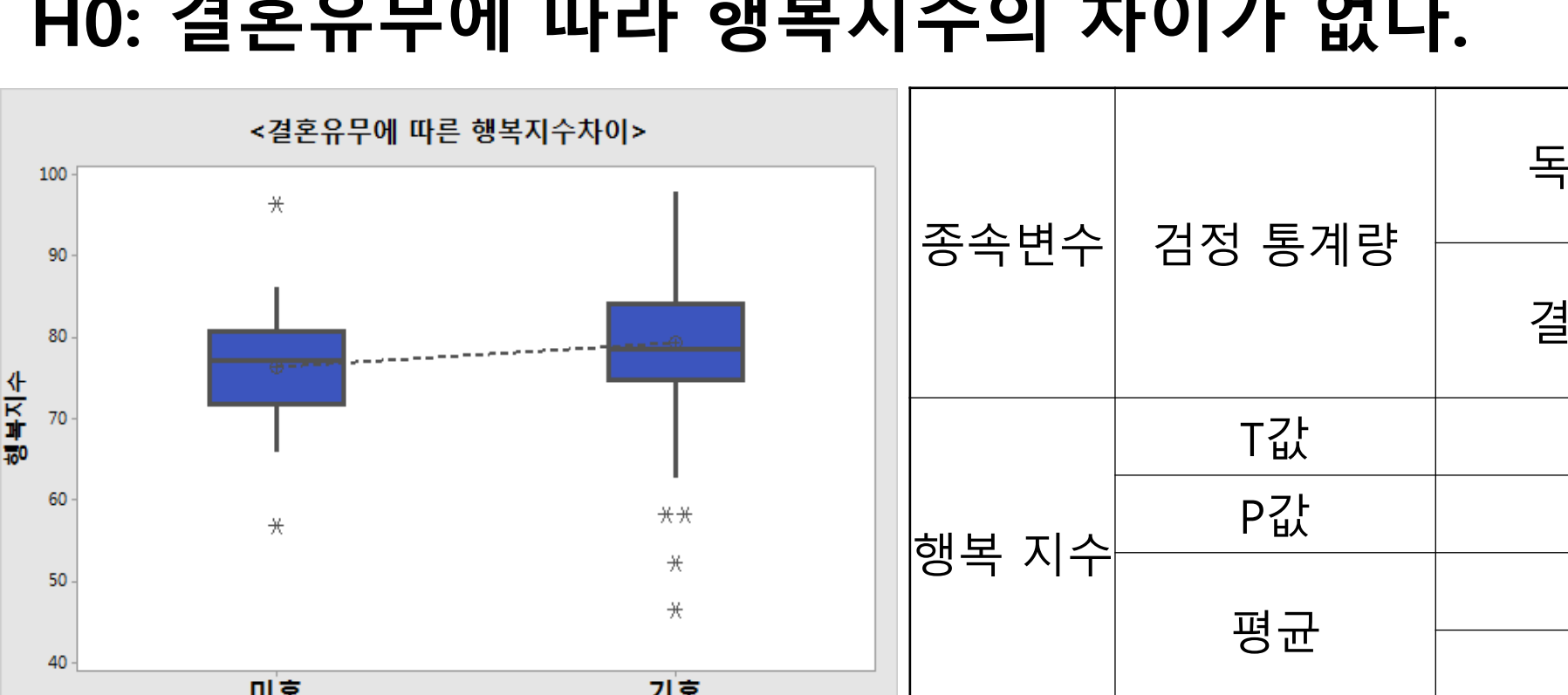
H0: 결혼유무에 따라 행복지수의 차이가 없다.



검정통계량 F값은 4.74이며 유의확률은 0.009로 유의수준 0.05보다 작으므로 H0을 기각함 따라서 결혼/연애 유무에 따른 행복지수의 차이가 있다고 볼 수 있다. Tukey의 사후분석 결과 미혼(연애를 하는 사람)과 기혼(결혼한 사람)의 두개의 그룹으로 나뉘었다.

>따라서 미혼과 기혼의 행복지수 차이는 어떻게?

H0: 결혼유무에 따라 행복지수의 차이가 없다.



검정통계량 T값은 -2.62이며 유의확률은 0.005로 유의수준 0.05보다 작으므로 H0을 기각함. 기혼자의 행복지수 추정치는 79.35점 미혼자의 행복지수 추정치는 76.43점이다. 따라서 기혼자의 행복지수가 미혼자보다 높게 나타나 차이가 있다고 할 수 있다.

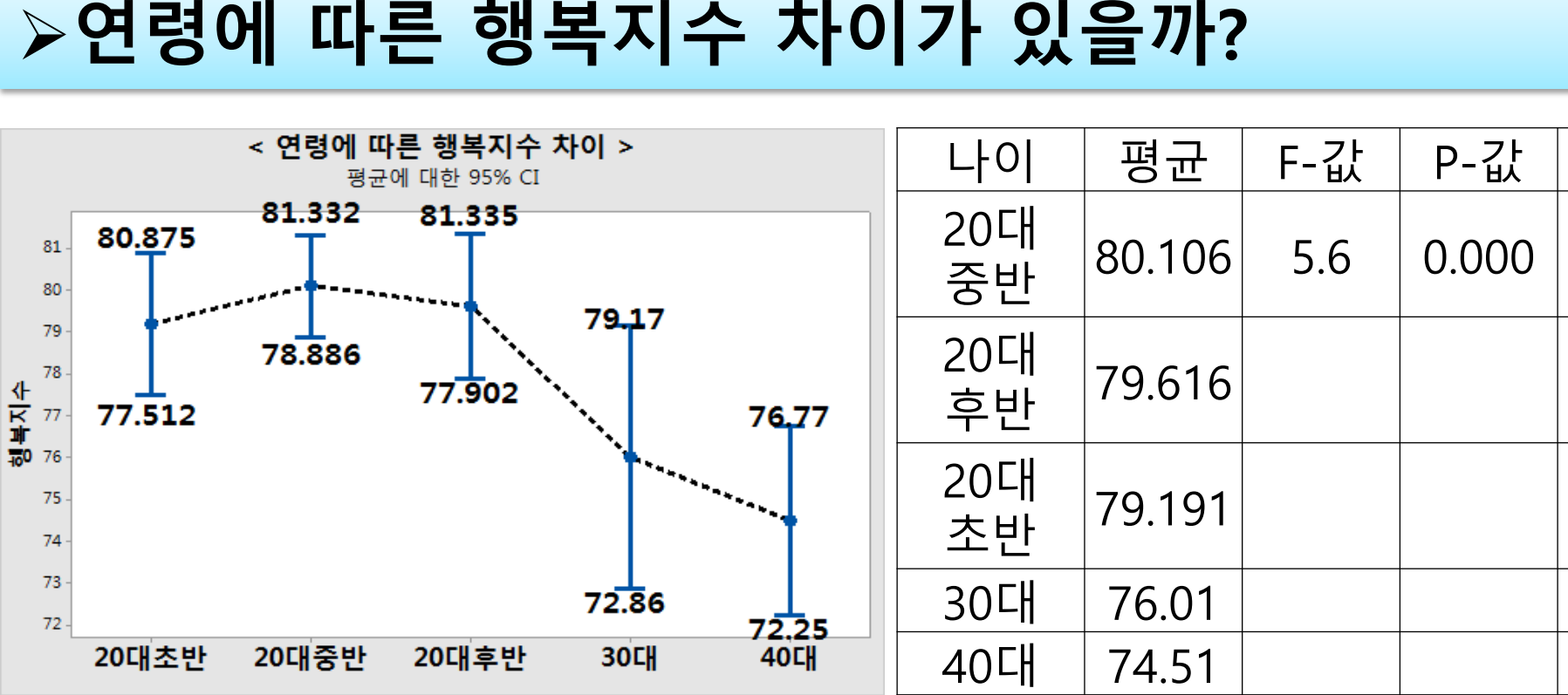
>20대 연령별 행복지수/스트레스 지수 차이가 있을까?

H0 : 20대 연령에 따라 행복/스트레스 지수의 차이가 없다.

Table with 6 columns: 행복 지수 (Happiness Score), 연령 (Age), 표본의 크기 (Sample Size), 평균 (Mean), F-값 (F-value), P-값 (P-value). Shows data for 20s, 30s, 40s.

검정통계량 F값은 각각 0.399/1.243이며 유의확률은 0.672/0.290으로 유의수준 0.05보다 크므로 H0을 채택함. 따라서 20대 연령에 따른 행복/스트레스 지수의 차이가 없다고 볼 수 있다.

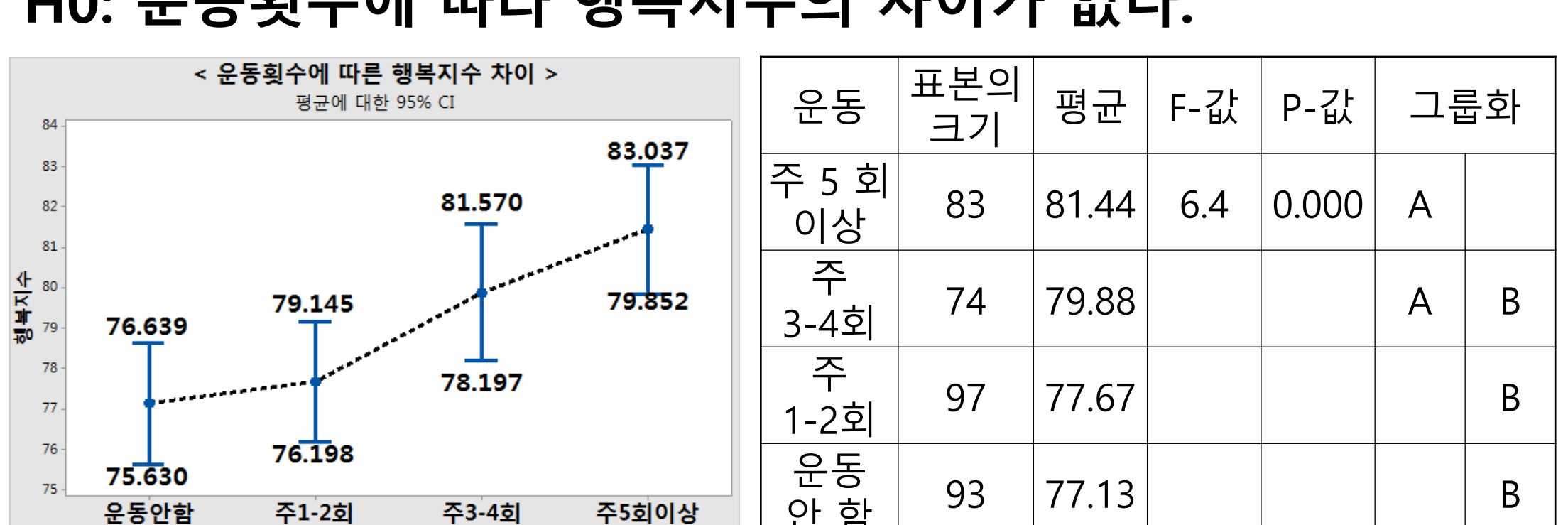
>연령에 따른 행복지수 차이가 있을까?



검정통계량 F값은 5.6이며 유의확률은 0.000로 유의수준 0.05보다 작으므로 H0을 기각함. 따라서 연령에 따른 행복지수의 차이가 있다고 볼 수 있다. 즉, 나이가 들수록 행복지수가 낮아지고 있음을 나타낸다. Tukey의 사후분석 결과 20대와 30대 그리고 30대와 40대, 두 개의 그룹으로 나뉘었다.

>운동횟수에 따른 행복지수 차이가 있을까?

H0: 운동횟수에 따라 행복지수의 차이가 없다.



검정통계량 F값은 6.4이며 유의확률은 0.000로 유의수준 0.05보다 작으므로 H0을 기각함. 따라서 운동횟수에 따른 행복지수의 차이가 있다고 볼 수 있다. 즉, 운동횟수가 증가할 수록 행복지수가 높아지고 있음을 나타낸다. Tukey의 사후분석 결과 운동횟수가 주 3-4회 이상과 미만인 두 개의 그룹으로 나뉘었다.

Pearson 상관 분석

>어떤 요인이 행복/스트레스 지수에 더 연관성이 있을까?

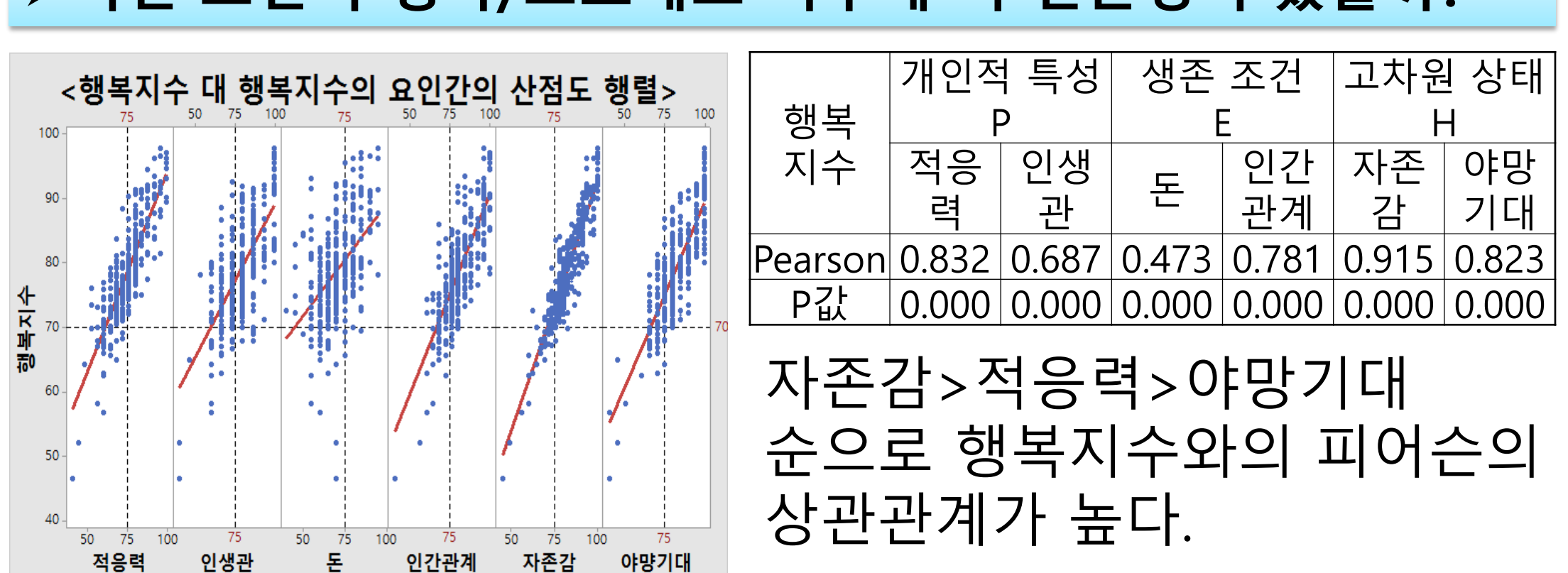
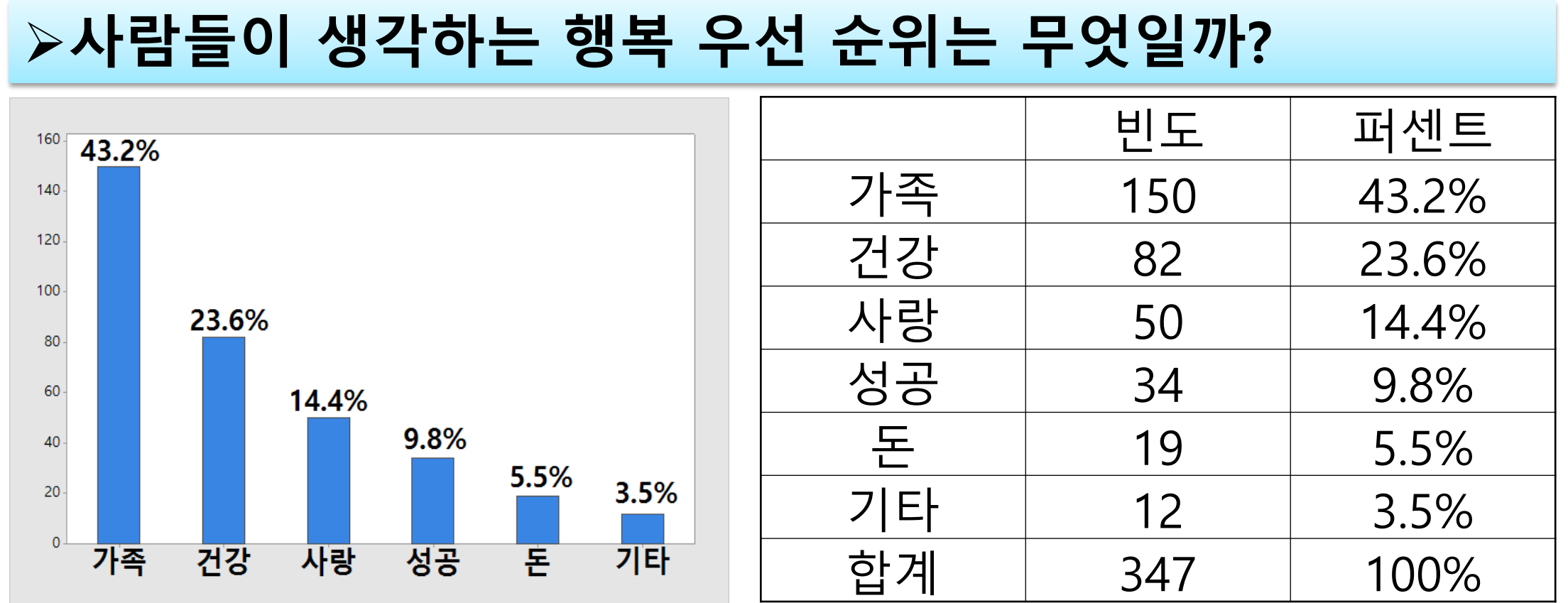


Table with 4 columns: 스트레스 지수 (Stress Score), 심리적 스트레스 S (Psychological Stress S), 타인에 의한 스트레스 O (Stress from Others O), 현실 도피 R (Reality Escape R). Shows Pearson correlation coefficients and P-values.

기타 분석

>사람들이 생각하는 행복 우선 순위는 무엇일까?



결론

전체 행복지수는 78.9점, 스트레스지수는 53.17점이었다. T검정 분석결과 성별에 따른 행복/스트레스지수의 차이가 있었다. 남성의 행복지수는 여성의 행복지수보다 높았고, 스트레스지수는 여성보다 낮았다. 또한 음주를 하지 않는 사람이 음주를 하는 사람보다 행복지수가 높았다.

조사 전 20대 연령별 행복/스트레스지수에 차이가 있을 것으로 예상했으나, 차이가 없는 것으로 나타났다. 연령에 따른 행복지수의 차이는 연령이 높을수록 행복지수가 낮았지만, 주 운동횟수가 많을수록 행복지수가 높았다. 상관분석 결과, 행복지수의 연관성이 높은 요인은 자존감, 적응력, 야망기대의 요인이었고, 의외로 돈은 행복지수와 연관성이 낮았다. 즉, 자존감과 적응력을 가지며 운동을 하는 사람일수록 행복지수는 높다고 볼 수 있다.