



2024.2.26.

국회미래연구원 | 국가미래전략 Insight | 88호

2023년 한국인의 행복조사의 주요 결과 및 최근 4년간 동향



허종호(삶의질데이터센터장)



국회미래연구원
NATIONAL ASSEMBLY FUTURES INSTITUTE

국가미래전략 Insight | 88호

ISSN

2733-8258

발행일

2024년 2월 26일

발행처

국회미래연구원

서울시 영등포구 의사당대로 1

Tel 02-786-2190 Fax 02-786-3977

「국가미래전략 Insight」는 국회미래연구원이 정책고객을 대상으로 발행하는 단기 심층연구결과물로, 내부 연구진이 주요 미래이슈를 분석한 내용을 토대로 국가의 미래전략을 제시합니다.

Contents

01

02

“한국인의 행복조사” 배경

02

04

2023년 「한국인의 행복조사」의 개요

03

05

2023년도 한국인의 행복조사 주요 결과 및 4개년 추세

04

17

결론 및 제언



요약

- 국회미래연구원은 국민의 행복수준을 파악하고 행복 증진을 위한 연구를 위해 조사 4년차인 2023년 “한국인의 행복조사”를 실시함
 - 조사 완료된 표본 수 1만 6,305명(7,582가구)(월~목 : 7,882명, 금~일 : 8,423명)
- 코로나19 대유행 이후 3년이 지나서 전반적인 행복 수준에 있어서 반등을 보임
 - 전반적 행복감의 4개년 동향을 살펴보면, 6.83(20년)→6.56(21년)→6.46(22년)→6.56으로 3년 연속 행복 수준이 하락하다가 23년에 반등함
- 정서의 영역에 있어서 지난 4년 동안 긍정 정서가 부정 정서에 비해 높고 긍정 정서가 높아지는 추세를 보이고 있음
- 유데모니아 안녕감의 영역에서도 마찬가지로 지난 2020~22년 3년간 감소 추세에서 23년도에 반등을 보여줌
- 상대적으로 안정적이지 못한 월세/사글세/무상 주택 거주자 및 다문화 가구, 저소득 가구의 경우 지난 20~22년도의 하향 추세에서 그렇지 않은 집단에 비해 상대적으로 행복 수준이 상승하여 행복 격차가 다소 감소하는 추세를 보임
 - 그러나, 지난 20~22년의 추세에 있어서 사회경제적으로 취약한 집단일수록 행복 수준의 하락폭이 커지는 경향으로 나타나 행복에 대한 불평등이 확대되고 있음을 실증적으로 보여준 것을 기억할 필요가 있음
- 사회적 관계 및 사회적 자본과 행복과의 상관성을 살펴본 결과, 모두 유의미한 양의 상관관계를 확인할 수 있음
- 한국인의 평균적인 행복 수준을 향상시키고 행복 불평등을 감소시킬 수 있는 심층적인 연구 및 정책적, 입법적 개입이 요구되고 있음
- 특히, 한국에서의 사회적 관계 및 사회적 자본의 증대를 위한 정책 및 입법이 활발하게 이루어질 필요가 있음
 - 근거에 기반한 정책수립을 위해서는 추가적으로 「한국인의 행복조사」 데이터를 활용하여 전반적인 행복 수준에 대한 다양한 결정요인을 심층 분석하는 추가 연구가 이루어질 필요가 있음

01

“한국인의 행복조사” 배경

■ 행복은 미래 한국사회의 핵심 키워드

- 물질적 부(富)만을 목표로 했던 개발성장 사회에서 질 높은 삶과 좋은 사회로의 전환이 미래 한국사회의 나아갈 방향임
- 일반적으로 행복 수준이 높은 개인 및 사회는 다양한 영역에서 바람직한 특성(예, 높은 건강수준, 높은 출산율, 높은 정치적 참여 및 이타적인 행동 등)을 보임
- 세계행복보고서 10년의 결과를 요약하면, 친사회적(pro-social) 특성을 가진 국민이 행복할 가능성이 높음¹⁾

상호신뢰할 수 있고, 관대하며, 서로 돕고 사는가?
 삶의 중요한 결정을 내리는 데 있어서 자유로운가?
 소득과 건강은 좋은 상태인가?

- 이런 질문에 그렇다고 답할수록 더 행복한 개인이 될 가능성이 높고, 그런 개인들이 많을수록 더 행복한 사회가 될 가능성이 높음
- 행복한 개인이 많도록 이러한 환경과 조건을 조성하는 것은 경제적 풍요로 성취할 수 없음
- 한국은 경제 수준 대비 낮은 행복 수준을 보이는 대표적인 나라일 뿐만 아니라 국가 내 행복 격차도 큰 나라임
 - 한국은 세계 10위권 경제 대국으로 경제적 성장을 이룩하였으나 최근 발간된 2023년 「세계행복보고서」에 따르면 2020~2023년 우리나라의 행복지수는 10점 만점에 약 5.94점으로 150여 개국 중에서 57위에 위치함.
 - 한국의 평균 행복 수준은 2022년보다 2순위 높아졌으며 2021년에는 5.845점 (62위)→2022년 5.935점(59위)→2023년 5.951점(57위)으로 상승추세를 보임

1) 허중호 (2023) 세계행복보고서 10년의 결과: 친사회적 사회가 행복한 국민을 만든다, Futures Brief, 23-06호, 국회미래연구원

- 국회미래연구원은 국민의 행복수준을 파악하고 행복 증진을 위한 연구를 위해 조사 4년차인 2023년 “한국인의 행복조사”를 실시함
 - 그럼에도 불구하고 한국인의 행복과 그 결정요인을 분석하고 추세를 일관되게 추적할 데이터가 많지 않음
 - 국회미래연구원 삶의질데이터센터는 “한국인의 행복조사 연구”를 통해 ① 한국인의 행복 수준 및 불평등 크기를 추적하고, ② 다양한 사회 현상을 예측하며, ③ 행복 수준과 불평등을 결정하는 다양한 결정요인을 밝히고, ④ 국민 행복 수준을 높이기 위한 정책적 대안을 발굴하고자 함
 - 「한국인의 행복조사」는 「OECD 주관적 안녕감측정 가이드라인」 및 「UN 세계 행복 보고서」의 제안에 따라 주관적 안녕감 측정에 초점을 맞춘 조사로, 심리 측정의 특성을 반영하기 위해 신뢰도와 타당성이 검증된 문항을 활용함
 - 아울러 국제 비교가 가능하도록 제안된 문항을 변경 없이 그대로 포함하였으며 번역과정에서의 인지적 왜곡을 최소화하기 위해 인지 면접과 전문가 자문을 거침
 - 아울러 행복의 결정 요인 분석을 위한 기본적인 인구학적, 경제적 변수와 함께 삶의 질(사회적 관계망, 건강 상태 등) 등을 포함한 풍부한 변수를 함께 측정하고 있음

02

2023년 「한국인의 행복조사」의 개요

■ 조사 대상 및 실사

- 본 조사의 목표 모집단은 2023년 기준으로 대한민국 만 15세 이상의 일반 국민으로 본 조사의 표본들은 통계청 집계구를 활용함(2021년 6월 기준)
- 2023년 6월 26일 ~ 8월 20일까지 총 750개 집계구, 7,500가구를 목표로 조사 실시

■ 표본 추출

- 다단계 층화집락추출법을 활용하여 표본 추출(집계구 : 확률비례크기계통추출, 가구 : 무작위 추출, 가구원 수 : 전수 추출)
- 조사 시 요일별 할당을 적용하여, 조사 당일의 '어제' 기준으로 '월~목' 응답을 약 57%, '금~일' 응답을 약 43% 비율로 수집하도록 고려
- 예비조사 등의 조사 준비 단계를 거쳐 태블릿PC를 활용한 가구방문 면접조사 실시

■ 조사 완료된 표본 수 1만 6,305명(7,582가구)(월~목 : 7,882명, 금~일 : 8,423명)

- 완료된 표본을 바탕으로 설계가중치, 무응답 조정계수 가중치, 벤치마킹 조정계수 가중치를 적용함
- 1인 가구수의 증가와 더불어 행복 수준에 있어서 1인 가구의 취약성을 반영하기 위해 2022년부터 1인 가구의 비율을 추가 사후보정하여 통계분석을 실시함

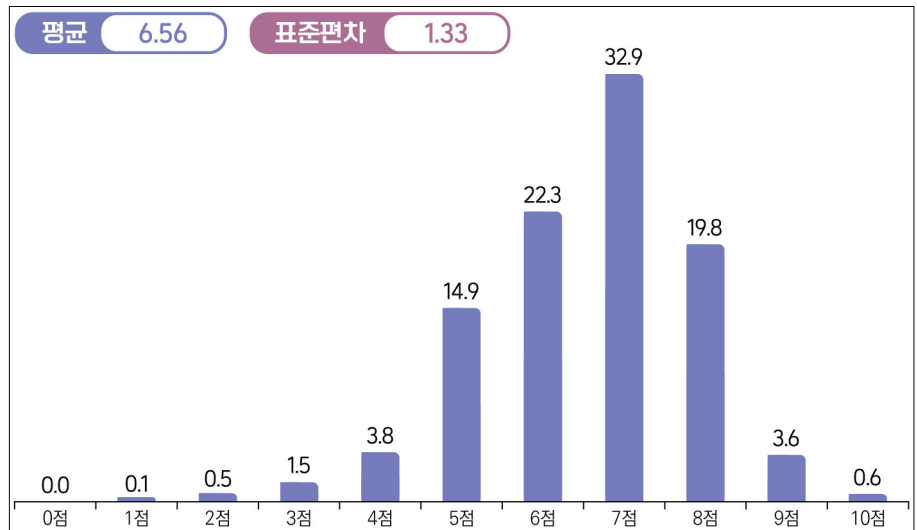
03

2023년도 한국인의 행복조사 주요 결과 및 4개년 추세²⁾

1. 전반적 행복감: 6.56점 (0~10점 범위)

- 전반적으로 자신이 얼마나 행복하다고 생각하는지를 묻는 전반적 행복감 질문(0~10점)을 평균으로 환산하면 6.56점임
- 전반적 행복감 등의 정도는 7점이 32.9%로 가장 높고, 6점(22.3%), 8점(19.8%), 5점(14.9%) 등의 순임

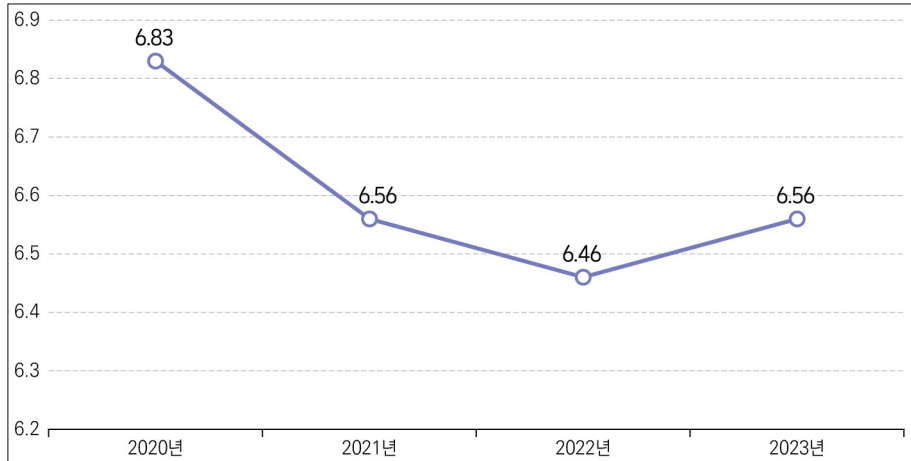
그림 1 23년도 전반적 행복감 응답의 수준 및 분포



2) 2022년부터 1인 가구의 비율을 추가 고려한 사후보정 후 값을 산출하였기 때문에 21년과 22년 사이의 하락폭이 커졌을 가능성이 있음

- 전반적 행복감의 4개년도 추세를 살펴보면, 6.83(20년)→6.56(21년)→6.46(22년)→6.56(23년)으로 2년 연속 행복 수준이 하락하다가 23년도에 반등하는 추세를 보임(연도간 0.001 이하 수준에서 유의한 차이를 보임)

그림 2 4년간(20~23년)의 전반적 행복감 결과 추이



- 연령에 따른 전반적 행복감의 변화는 한국 특유의 역U자형을 뚜렷하게 보여주면서 30대가 가장 높고 고령으로 갈수록 떨어지는 경향을 보임
 - 30대가 3년 평균 6.80점으로 가장 높고, 다음이 20대로 6.78점을 보이는 반면, 40대 이상부터 하락하여 60대 이상은 6.38점으로 가장 낮음
 - 23년도와 22년도와 전반적인 행복감의 수준은 비슷하나 10대 및 40대의 행복감은 감소하고 60대 이상의 행복감은 증가한 것으로 보임

그림 3 연령대에 따른 4년간(20~23년)의 전반적 행복감의 평균적 추세

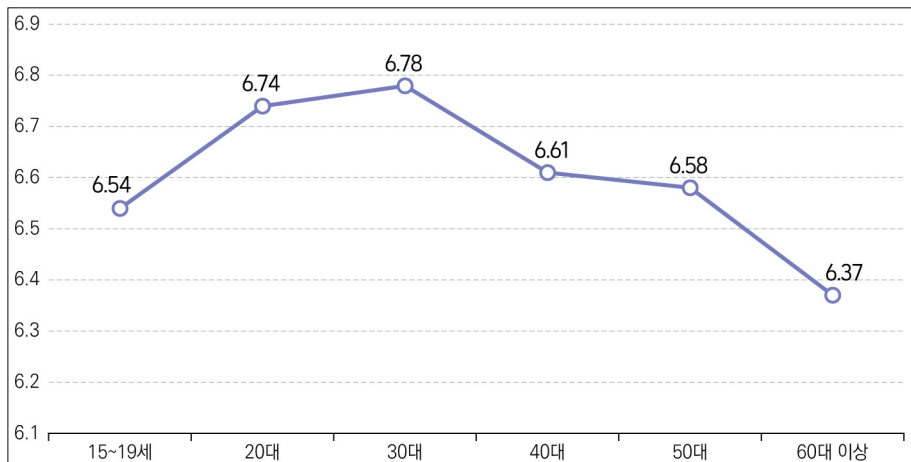
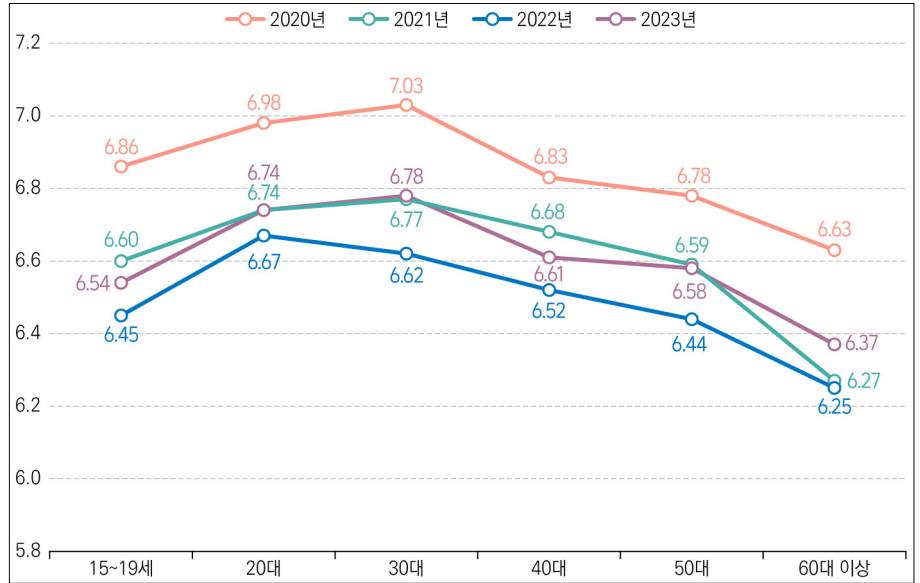


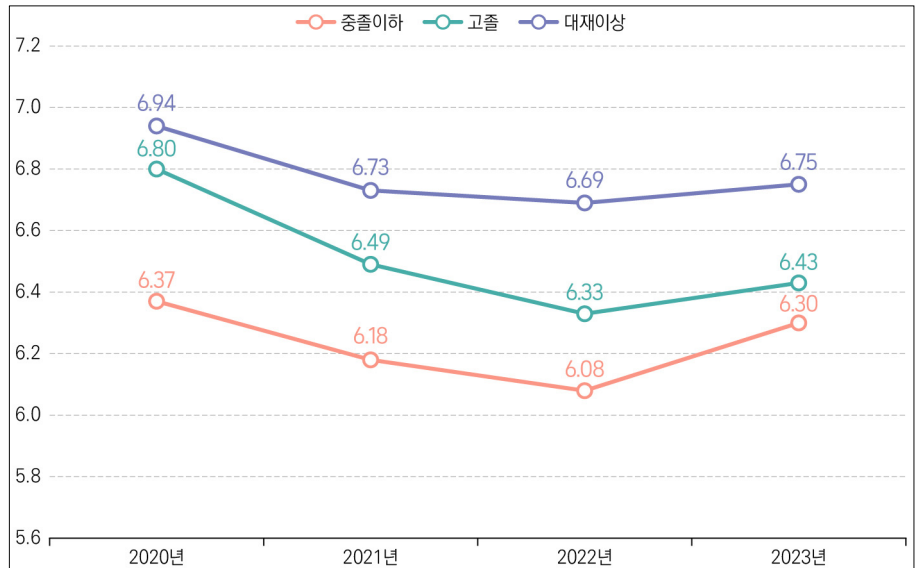
그림 4 연도 및 연령대에 따른 4년간 (20~23년)의 전반적 행복감의 추세 및 격차



■ 학력이 높을수록 전반적인 행복감이 증가하는 형태를 보여주고 있음

- 고졸 학력자의 경우, 지난 3년간 가장 큰 폭의 하락을, 중졸 이하 학력자의 경우, 23년도에 큰 상승을 보이는 반면 대재 이상의 학력자의 경우, 최근 4년간의 변동폭이 상대적으로 적음

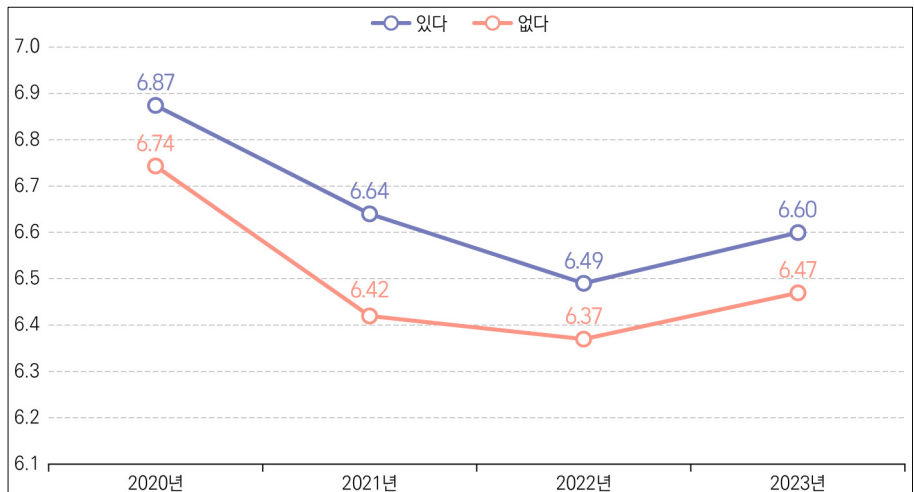
그림 5 학력 수준에 따른 4년간(20~23년)의 전반적 행복감의 추세 및 격차



■ 직업 유무에 따른 전반적인 행복감도 3년간 감소 추세에서 큰 반등을 보임

- 상승폭은 직업의 유무에 크게 관계 없이 약 평균 약 0.10점 정도 상승하였고 4개년 동안 직업 유무에 따른 행복의 격차에 큰 차이는 없음

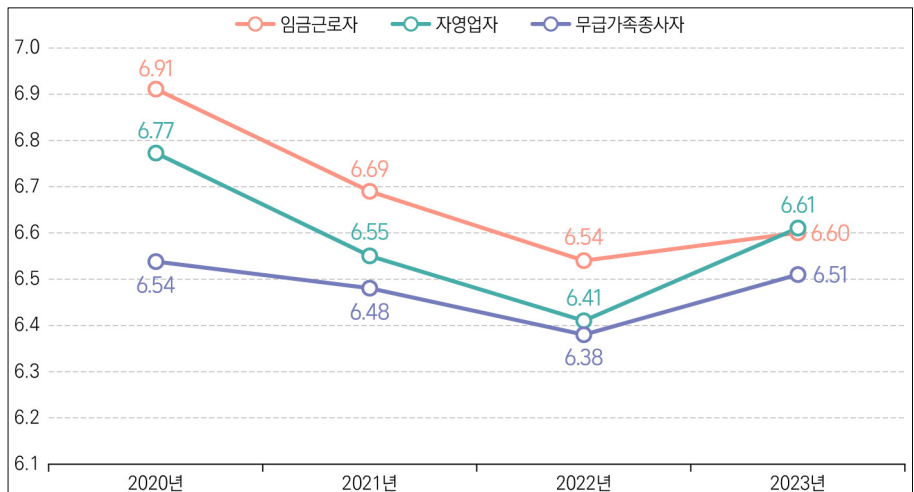
그림 6 직업 유무에 따른 4년간(20~23년)의 전반적 행복감의 추세 및 격차



■ 종사상의 위치에 따른 전반적 행복감의 추이를 살펴보면 지난 3년간 보이던 종사상의 행복감 격차가 23년에는 사라짐

- 22년에 비해 자영업자 및 무급종사자의 행복감이 임금근로자에 비해 상승하면서 23년 종사상 위치에 따른 행복감의 차이는 통계적으로 무의미해짐
- 이는 지난 코로나19 기간 임금근로자에 비해 상대적으로 어려운 시기를 지낸 자영업자 및 무급가족종사자의 행복감이 임금근로자 수준으로 회복된 것으로 보임

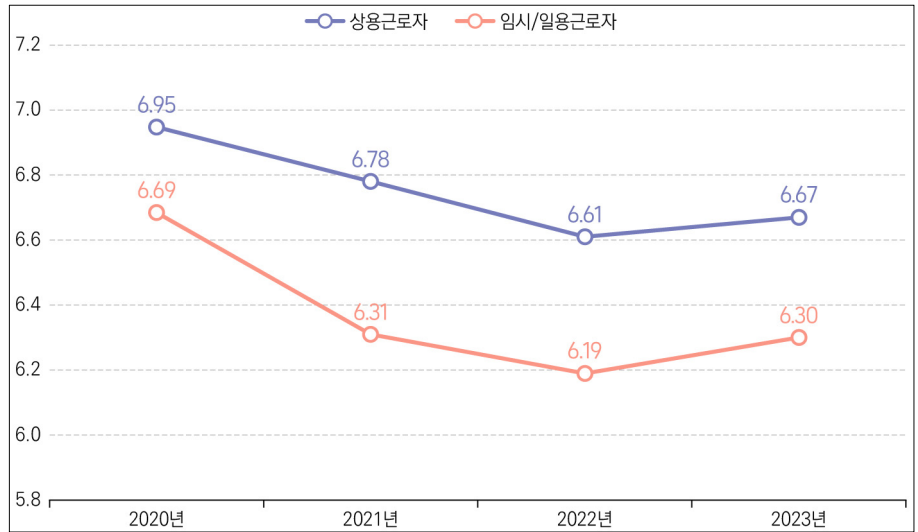
그림 7 종사상 위치에 따른 4년간(20~23년)의 전반적 행복감의 추세 및 격차



■ 고용형태에 따른 전반적 행복감의 추이를 살펴보면 지난 3년간 하락 추세에서 반등하는 모습을 보임

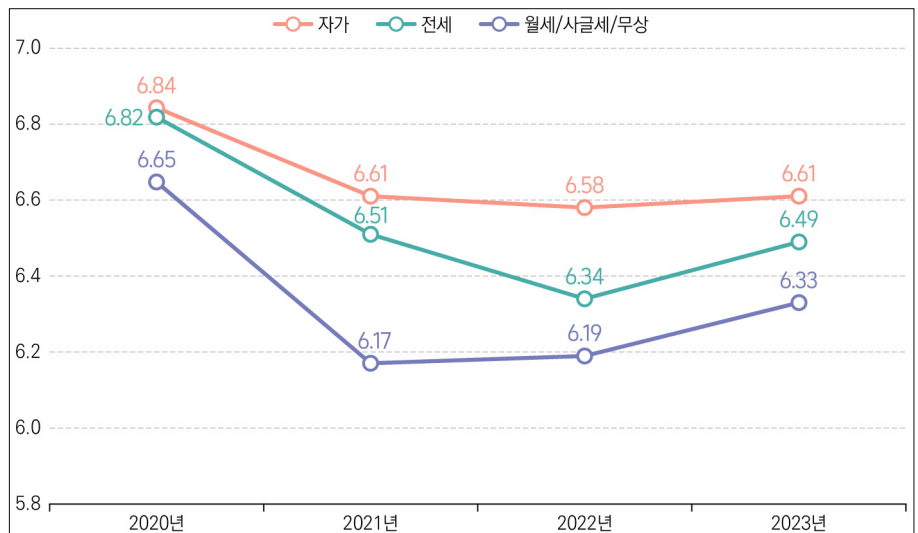
○ 22년에 비해 고용형태에 따른 전반적 행복감의 격차는 비슷한 수준을 유지함

그림 8 고용 형태에 따른 4년간(20~23년)의 전반적 행복감의 추세 및 격차



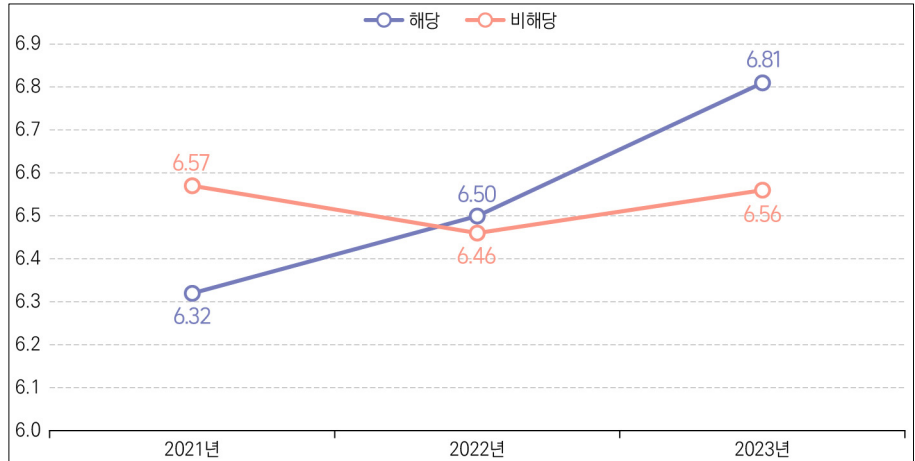
■ 주거형태에 따른 전반적 행복감의 추이를 살펴보면 자가의 경우 최근 3년간 비슷한 수준을 보여주고 있으나 23년도에 상대적으로 안정적이지 못한 주거 형태 집단에서 행복 수준이 반등하는 모습을 보임

그림 9 주거 형태에 따른 4년간(20~23년)의 전반적 행복감의 추세 및 격차



- 다문화 가구에 해당하는 가구는 최근 3개년 행복감이 지속적으로 상승하여 22년도부터 그렇지 않은 가구보다 높은 행복감을 보이는 반면, 그렇지 않은 가구는 상대적으로 큰 변동을 보이지 않음

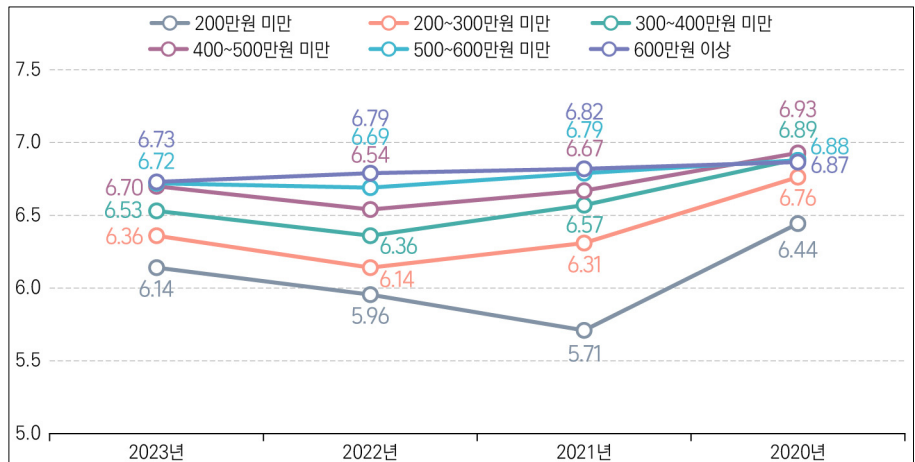
그림 10 다문화 가구 여부에 따른 3년간 (21~23년)의 전반적 행복감의 추세 및 격차



- 가구소득에 따른 전반적 행복감은 가구소득에 따라 증가 추세를 보이다가 월 평균 소득 300만원 이상 집단에서는 그 이하의 집단과 통계적으로 유의한 차이가 보이지 않는 패턴을 보임

- 4년 동안 소득이 높을수록 행복의 변동폭이 적은 반면, 소득이 낮을수록 변동폭이 증가하는 패턴을 보임
- 가구소득이 낮은 집단일수록 23년에 행복감이 크게 증가한 것으로 나타남

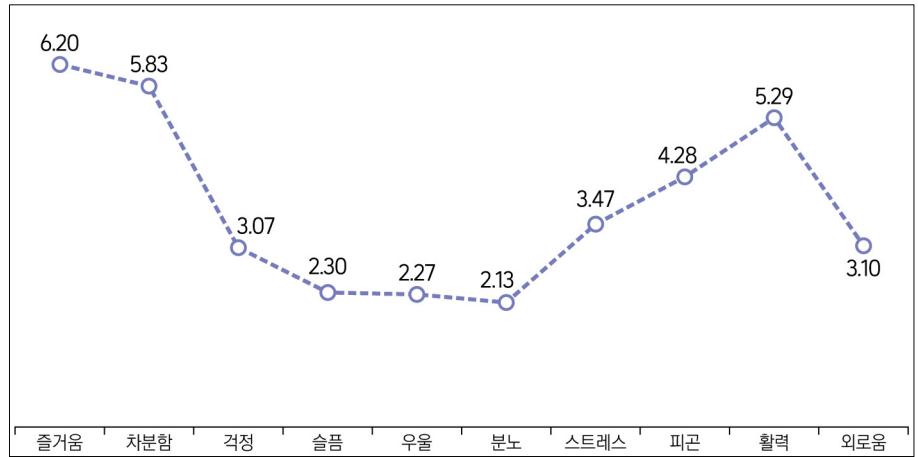
그림 11 월평균 가구소득에 따른 4년간 (20~22년)의 전반적 행복감의 추세 및 격차



2. 정서

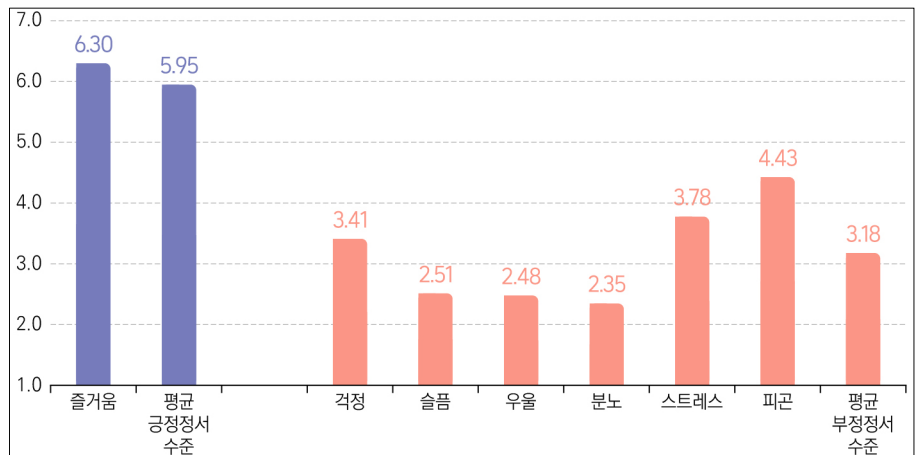
- 한국인의 행복조사에서는 OECD의 「주관적 안녕감측정 가이드라인」에 따라 긍정적인 정서 4가지(즐거움, 차분함, 활력, 미소/웃음) 및 부정적인 정서 6가지(걱정, 슬픔, 우울, 분노, 스트레스, 피곤)를 어제 기준으로 측정함
- 어제 10가지 감정을 각각 얼마나 경험했는지에 대한 평균 점수는 10점 만점 기준 즐거움이 6.20점으로 가장 높았고, 차분함(5.83점), 활력(5.29점), 피곤(4.28점) 등의 순으로 높음

그림 12 23년도 어제의 감정에 대한 설문 결과



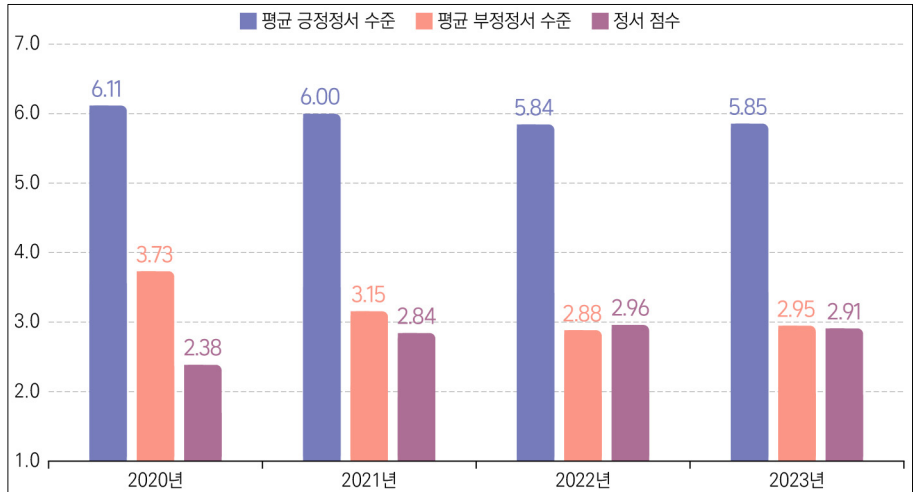
- 지난 4년간의 정서의 평균을 살펴보면, 긍정 정서에는 즐거움(6.30점)과 어제 미소/웃음(6.19)이 가장 높았고, 부정 정서에는 피곤(4.43), 스트레스(3.78)이 높았음
 - 정서에 대한 점수화는 긍정 및 부정 정서에 대한 평균값을 계산하여 긍정적인 정서의 값에서 부정적인 정서의 값을 빼는 것으로 계산함
 - 이에 따라, 긍정 정서의 4년간 평균 값은 5.95점, 부정적인 정서는 3.18점으로 평균적인 차이 2.77점 정도 보다 긍정적인 정서를 경험하고 있음

그림 13 4년간(20~22년) 정서의 평균적 수준



- 2020년부터 최근까지 감정의 수준이 전반적으로 낮아지는 패턴을 보이고 있으며 긍정 정서와 부정 정서의 차이는 과거 증가하는 추세에서 23년 다소 감소함

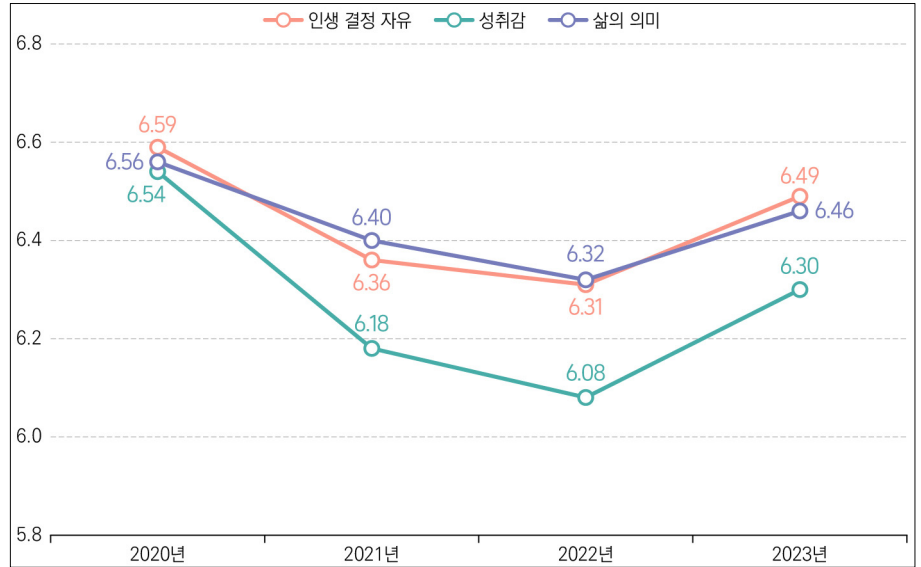
그림 14 **어제의 감정에 대한 4년간의 비교**



3. 유데모니아 안녕감: 삶의 의미, 성취감, 인생 결정 자유

- 삶의 의미나 목표 등을 통해 행복을 측정하는 유데모니아 안녕감은 지난 2020~22년 3년간 감소 추세에서 23년도에 반등을 보여줌
 - 평소 내가 하는 여러 가지 것들이 삶에서 의미 있다고 느끼는지에 대해 질문한 결과, 2023년 평균 점수(10점 만점)는 6.46점으로, 자신이 하는 일로부터 대체로 성취감을 느끼는지에 대해 질문한 결과, 2023년 평균 점수(10점 만점)는 6.30점으로, 자신이 어떻게 살아야 할 것인지 결정하는 데 있어 자유롭다고 느끼는지에 대해 질문한 결과, 2023년 평균 점수(10점 만점)는 6.49점으로 나타남
 - 삶의 의미에 대한 최근 4개년 경향을 살펴보면 2022년 6.32점, 2021년 6.40점, 2020년 6.56점으로 2022년까지는 하락했으나, 2023년에는 전년(2022년) 대비 0.14점 상승함
 - 성취감을 느끼고 있는지에 대한 최근 4개년 경향을 살펴보면 2022년 6.08점, 2021년 6.18점, 2020년 6.54점으로 2020년부터 2022년까지 3개년 연속 하락했으나, 2023년에는 전년(2022년) 대비 0.22점 상승함
 - 인생을 결정하는 자유에 대한 최근 4개년 경향을 살펴보면 2022년 6.31점, 2021년 6.36점, 2020년 6.59점으로 2020년부터 2022년까지 3개년 연속 하락했으나, 2023년에는 전년(2022년) 대비 0.18점 상승함

그림 15 삶의 의미, 성취감, 인생 결정 자유 문항에 대한 4년간(20~23년)의 추세

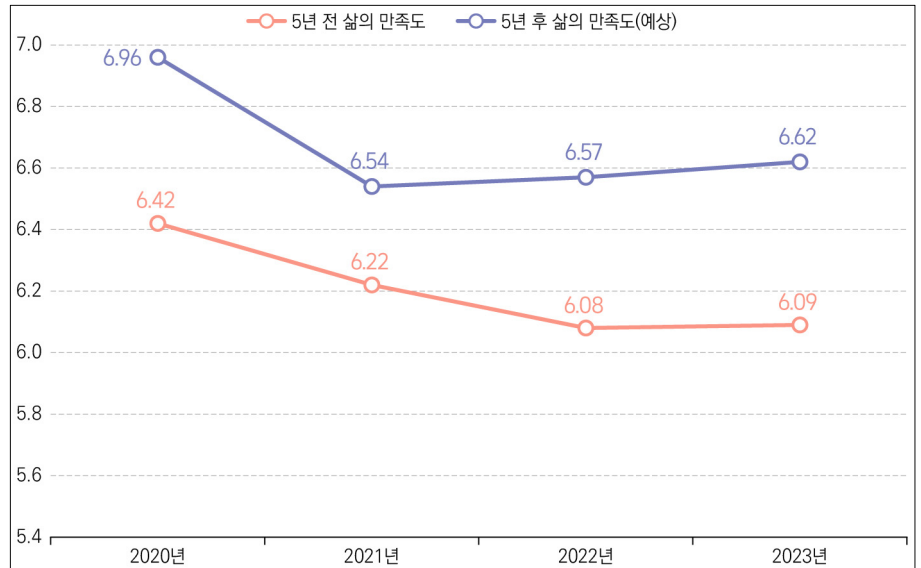


4. 영역별 만족도

■ 23년도 조사 결과, 하락 추세이던 5년 후의 삶의 만족도 예상치가 상승함

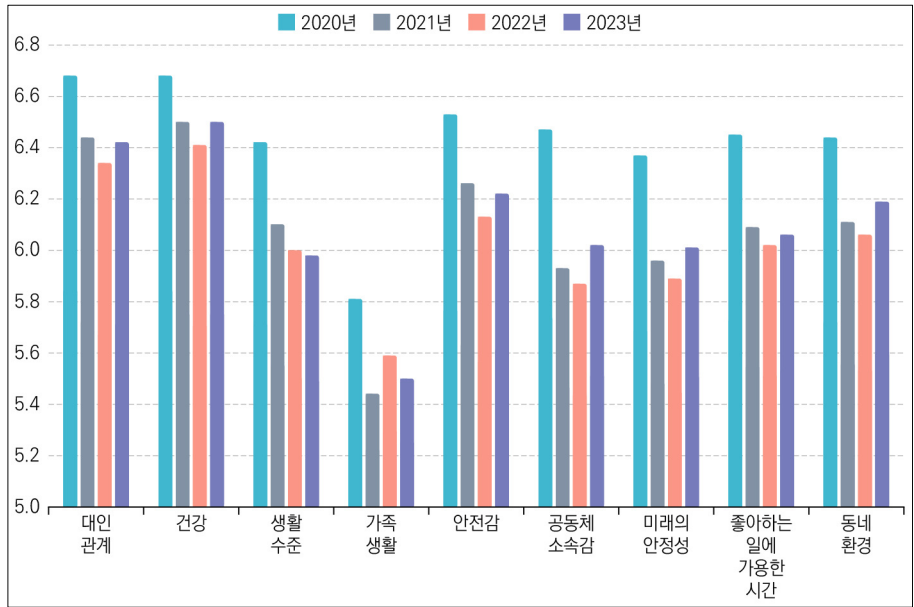
- 5년 후의 삶의 만족도는 최근 3년간 상승 추세를 보이고 있음(6.96→6.54→6.57→6.62점)

그림 16 5년 전 및 5년 후의 삶의 만족도 문항에 대한 4년간(20~23년)의 추세



- 9가지 영역에 대한 만족도는 가족생활 및 생활 수준 영역을 제외하고 23년도에 반등을 보임
 - 가족생활 만족도 영역을 제외하고 지난 20~22년간 감소 추세에 있던 대부분의 영역별 만족도에서 23년도에 반등을 보임

그림 17 영역별 만족도 문항에 대한 4년간(20~23년)의 추세



4. 사회적 관계 사회적 자본과 행복과의 상관성

- 상호신뢰할 수 있고, 관대하며, 서로 돕고 사는지에 대한 정도, 삶의 중요한 결정을 내리는 데 있어서 자유로운 정도가 행복 수준과 상관성이 있다는 세계행복보고서 10년의 결과가 한국 사회에도 동일하게 적용할 수 있는지 확인함
- “대부분의 사람들은 믿을 만하다”에 대한 동의 정도를 조사하고(1: 전혀 동의하지 않음, 5: 매우 동의함) 같은 사람에게 주관적 행복 수준을 물었을 때의 상관관계를 확인한 결과, 해당 명제에 동의할수록 행복이 높아지는 상관관계를 보여줌
- “대부분의 사람들은 필요할 때 서로 도움을 주려고 노력한다”는 명제에 대한 동의 정도를 조사하고(1: 전혀 동의하지 않음, 5: 매우 동의함) 같은 사람에게 주관적 행복 수준을 물었을 때의 상관관계를 확인한 결과, 해당 명제에 동의할수록 행복이 높아지는 상관관계를 보여줌

그림 18 사회적 신뢰에 대한 동의 정도와 주관적 행복수준과의 상관 관계 (r=0.245)

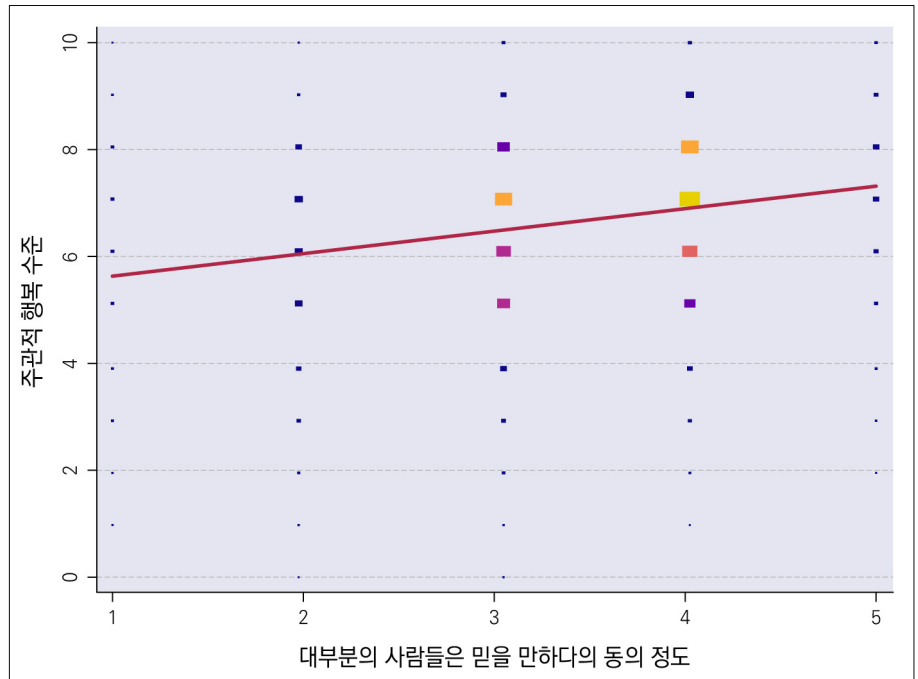
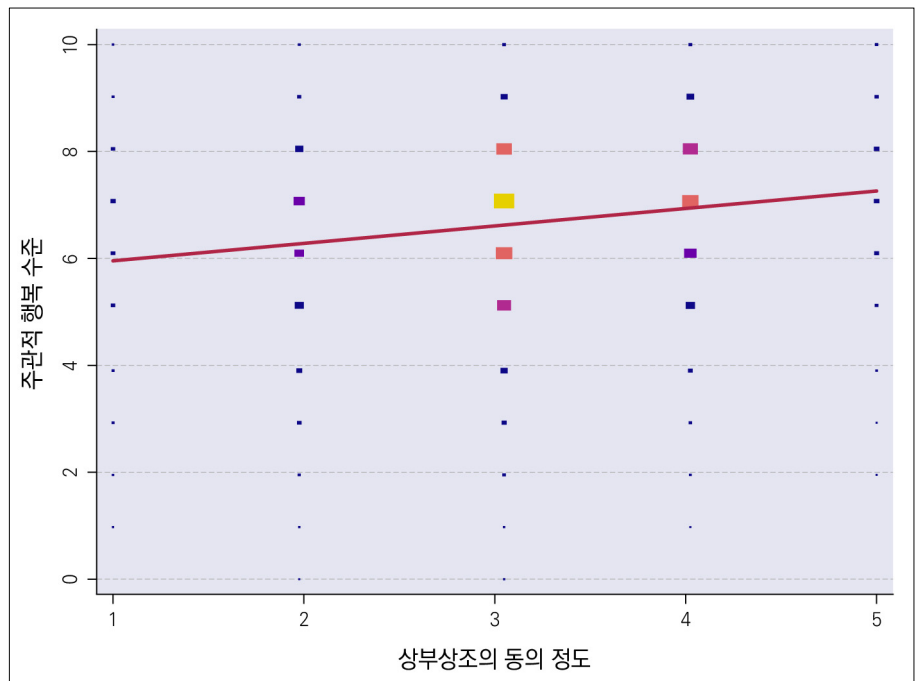
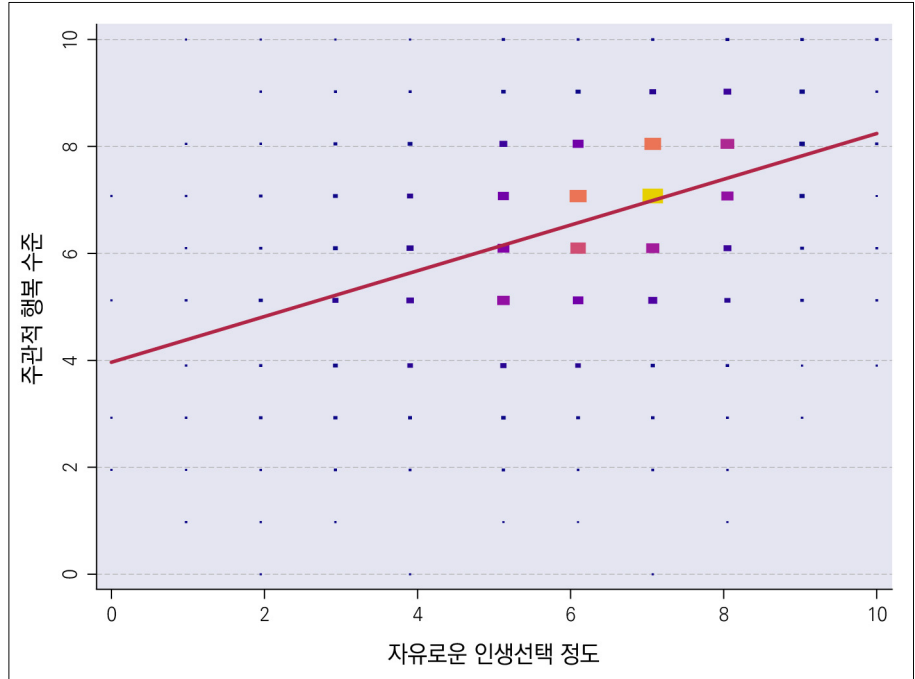


그림 19 상부상조에 대한 동의 정도와 주관적 행복수준과의 상관 관계 (r=0.197)



- “귀하는 본인이 얼마나 자유롭게 선택하며 원하는 인생을 살 수 있다고 생각하십니까?”라는 질문 응답을 조사하고(0: 전혀 할 수 없음, 10: 완벽하게 할 수 있음) 같은 사람에게 주관적 행복 수준을 물었을 때의 상관관계를 확인한 결과, 해당 명제에 동의할수록 행복이 높아지는 양의 상관관계를 보여줌

그림 20 자유로운 인생선택 정도와 주관적 행복수준과의 상관 관계 (r=0.445)



04

결론 및 제언

- 20년 코로나19 대유행 시작 이후 처음으로 전반적인 행복 수준에 있어서 반등을 보이기 시작함
 - 전반적 행복감의 4개년 동향을 살펴보면, 6.83(20년)→6.56(21년)→6.46(22년)→6.56으로 3년 연속 행복 수준이 하락하다가 23년에 반등함
 - 코로나19 대유행이 공식적으로 3년간 계속되었으며 국내의 경우, 코로나 19 위기단계가 하향(심각→경계)된 23년에야 행복에 있어서 회복되는 모습을 보임
 - 방역 정책의 효과로 인해 체감상으로 코로나 19 대유행이 마무리 되는 시점이 지나고도 행복 수준에 있어서 그 여파가 일정 기간 지속되어 온 것으로 추정할 수 있음
- 상대적으로 안정적이지 못한 월세/사글세/무상 주택 거주자 및 다문화 가구, 저소득 가구의 경우 지난 20~22년도의 하향 추세에서 그렇지 않은 집단에 비해 상대적으로 행복 수준이 상승하여 행복 격차가 다소 감소하는 추세를 보임
 - 그러나, 지난 20~22년의 추세에 있어서 사회경제적으로 취약한 집단일수록 행복 수준의 하락폭이 커지는 경향으로 나타나 행복에 대한 불평등이 확대되고 있음을 실증적으로 보여준 것을 기억할 필요가 있음
 - 이는 코로나19로 인한 피해가 더 큰 소외 집단이 더 늦게 회복하는 것으로도 추정할 수 있으나 좀 더 심층적인 분석을 통해 그 원인을 명확하게 파악하는 것이 필요할 것임
- 정서의 영역에 있어서 지난 4년 동안 긍정 정서가 부정 정서에 비해 높고 긍정 정서가 높아지는 추세를 보이고 있음
- 유데모니아 안녕감의 영역에서도 마찬가지로 지난 2020~22년 3년간 감소 추세에서 23년도에 반등을 보여줌
 - 삶의 의미, 성취감, 인생 결정 자유의 모든 문항에 유의미한 반등을 보임
 - 가족생활 만족도 및 생활수준 영역을 제외하고 지난 20~22년간 감소 추세에 있던 대부분의 영역별 만족도에서 23년도에 반등을 보임
- 사회적 관계 및 사회적 자본과 행복과의 상관성을 살펴본 결과, 모두 유의미한 양의 상관관계를 확인할 수 있음

- 상호신뢰할 수 있고, 관대하며, 서로 돕고 사는데 대한 정도, 삶의 중요한 결정을 내리는데 있어서 자유로운 정도가 행복 수준과 상관이 있다는 세계행복보고서 10년의 결과가 한국 사회에도 동일하게 적용될 수 있음을 확인함
- 향후 행복에 대한 심층 연구 및 정책적 개입 필요
 - 한국인의 평균적인 행복 수준을 향상시킬 뿐만 아니라 사회경제적 상태에 따른 행복의 불평등을 감소시킬 수 있는 정책적, 입법적 개입이 요구되고 있음
 - 특히, 한국에서의 사회적 관계 및 사회적 자본의 증대를 위한 정책 및 입법이 활발하게 이루어질 필요가 있음
 - 양질의 사회적 관계 및 자본은 행복의 강력한 선행 변인 중 하나로, 한국은 비슷한 경제 수준의 국가들에 비해 낮은 수준을 보이고 있음
 - 이에 반해, 라틴 아메리카 지역이 경제 수준이 비슷한 국가들에 비해 높은 행복 수준을 유지하는 결정적 원인으로 볼 수 있음
 - 한국이 가진 사회적 특징인 고도의 경쟁 사회, 급격한 도시화 및 현대화로 인한 가족 해체 및 세대 격차, 사회적 이동성 증가로 인한 지역사회 붕괴 등을 완화하고 변화된 사회적 환경에서 양질의 사회적 관계를 누리고 신뢰 등 사회적 자본을 증대시킬 수 있는 입법 및 정책적 활동이 필요하다고 볼 수 있음
 - 근거에 기반한 정책수립을 위해서는 추가적으로 「한국인의 행복조사」 데이터를 활용하여 전반적인 행복 수준에 대한 다양한 결정요인을 심층 분석하는 추가 연구가 이루어질 필요가 있음

이 자료는 **국회미래연구원 홈페이지**(www.nafi.re.kr) 및
열린국회정보(open.assembly.go.kr)에서 확인하실 수 있습니다.

