

청소년의 행복과 심리적 특성과의 관계에서 감사성향과 사회적 지지의 중재모형†

김 홍 순 송 민 경 김 청 송‡

경기대학교 청소년학과

본 연구에서는 개인의 심리적 특성에 따라 행복감에 미치는 감사성향과 사회적 지지가 직접적인 주효과와 완충효과가 어떻게 나타나는지 구체화시키고, 이러한 조절효과가 청소년시기에도 나타나는지 확인하고자 하였다. 연구결과 신경증적 경향성과 행복감간의 관계는 인지적인 정서조절이라는 대처유형에 따라 달라지기 때문이라고 가정하였으나, 부적응적 정서조절의 매개효과가 성립되지 않았다. 오히려 신경증적 경향성과 행복감과의 관계에서 부적응적 정서조절의 허위효과(spurious-effect model)모형이 입증되었다. 행복과의 관계가 일관되게 나타나는 외향성이 인지조절과 감사성향에 의해 그 효과가 증폭되는지 검증한 결과, 외향성과 행복과의 관계에서 감사성향과 적응적 정서조절의 이중매개모형(dual mediation)이 확인되었다. 청소년의 행복에 있어서 감사성향과 사회적 지지가 매개(mediation) 역할을 수행하였다. 또한 이 모델에서는 자기에 집단(자기 주도적 자기에, 타인의존적 자기에)에 따라 감사성향과 행복과의 관계에서 사회적 지지가 매개 역할을 하기도 하고(자기주도적 자기에) 하지 않기도 하는(타인의존적 자기에) 중재된 매개(moderated mediation) 관계가 확인되었다. 본 연구는 행복감에 대하여 감사성향과 사회적 지지가 매개하거나 증폭시키고 완충하는 중재효과를 구체적으로 모형화 함으로써 행복감을 촉진시키는 맞춤형 교육조건들을 시사하고 있다.

주요어: 행복, 심리적 특질, 감사성향, 사회적지지, 중재모형

† 본 논문은 제1저자의 2010년 경기대학교 박사학위 청구논문의 일부를 수정 보완한 것임.

‡ 교신저자(Corresponding author) : 김청송, (433-760) 경기도 수원시 영통구 이의동 산 94-6 경기대학교 사회과학대학 청소년학과, Tel: (031)249-9367, E-mail: drcsk@kyonggi.ac.kr

최근 긍정심리학 분야에서는 각 개인의 만족과 성취감을 촉진하는 조건들에 대한 논의가 구체적으로 이루어지기 시작하였다. 긍정심리학의 목표는 개인의 단점이나 약점보다는 장점이나 강점에 초점을 두고 이를 강화하는 것으로 삶의 긍정적 영향을 주는 특성을 개발하고 개인의 잠재력을 극대화함으로써 행복을 촉진하는 과정에 관심이 집중되어 있다(Seligman, Steen, Park, & Peterson, 2005).

긍정심리학 분야에서 주요하게 연구되고 있는 행복은 심리적, 사회적 변인들에 의해 다양하게 영향을 받는 것으로 제시되고 있으나, Diener, Lucas 및 Oishi(2002)에 따르면 행복을 촉진시키는 이들 변인들의 영향은 일관성이 없었으며, 다른 변인들과의 관계나 연령대에 따라 매우 상이한 양상으로 나타나고 있었다. 이러한 결과에 대하여 Watkin, Grimm 및 Kolts(2004)는 적응 혹은 부적응적인 심리과정을 효율적으로 촉진시키기 위해서는 매개과정(mediating process), 조절과정(moderating process), 증진과정(promoting process), 보상과정(compensating process) 등을 충분히 이해해야 하는데 이를 고려하지 못했기 때문이라고 지적한 바 있다.

개인적인 특성들은 분명 세상이나 환경을 해석하는 관점에 직접적인 영향을 미친다(Diener, Lucas, & Oishi, 2002). 심리적인 적응을 증진시키는 보호요인이나 부적응을 야기시키는 위협 요인들을 연구할 때는 성향(traits)과 상황(states)의 부합성(fit)을 감안해야 한다. 특히, 이 관점에서는 다양한 스트레스 조건에 직면했을 때 어떤 사람들에게 어떤 요소들이 보호적인지를 알아내는 것이 핵심이다. “보호적”이라고 간

주될 수 있는 요인들이 특정한 상황이나 다른 요인들의 작용에 따라 그 영향이 다르게 나타나는 구체적인 과정을 확인할 필요가 있다.

한편, 스트레스를 완충하고 긍정적인 심리상태를 증가 혹은 촉진시키는 태도나 마음가짐으로 감사성향(grateful disposition)이 제시된 바 있다. 기본적으로 감사는 자기조망(self-perspective)을 변화시킨 것이다(Wood, Joseph, & Maltby, 2009). 감사는 자기초점이나 자기조망의 양상과 관련되기 때문에 전반적 삶에 대한 만족감뿐만 아니라 개인의 정서와 규범에 영향을 받는 정도 역시 다르게 나타날 가능성이 많다(Ryan & Deci, 2001).

감사와 더불어 사회적 지지는 1970년대 중반 예방심리학(preventive psychology)이 대두되면서 많은 관심의 대상이 되었다. 여러 연구에서 사회적 지지가 심리적·신체적 적응에 도움이 된다는 것이 밝혀졌으며(Fredrickson & Branigan, 2005; Grossman & Wood, 1993). 청소년을 대상으로 하는 연구에서는 스트레스에서 비롯되는 신체 및 심리상의 부정적 효과의 완충 기능(Frazier et al., 2004)을 수행하거나, 신체 및 심리상의 긍정적 효과를 증폭시키고(Fredrickson, 1998), 사회적 관계망의 크기나 사회적 지지 가능성에 초점이 맞추어져 왔다(Fredrickson, 2001).

이에 따라, 본 연구의 목적은 청소년 개인의 심리적 특성이 행복감에 어떠한 영향을 미치며, 감사성향과 사회적 지지감이 이러한 개인의 심리적 특성과 매개하거나 완충하여 행복감에 얼마나 영향을 미치고 어떻게 작용하는지를 검증하는데 있다.

행복의 개념적 정의

행복의 개념에 대한 논의가 본격적으로 이루어지고 있으나 아직까지도 일치된 정의는 없다(Seligman & Csizentmihaly, 2000). 용어만 해도 주관적 행복감, 삶의 만족도, 행복감, 심리적 안녕상태, 적응, 사기 등의 용어와 혼용되어 쓰이고 있다(Seligman, Steen, Park, & Peterson, 2005). 일반적으로 행복은 행복에 대한 느낌, 즉 행복감(feeling of happiness)이라고 전제한다.

행복(happiness)의 이상적인 조건은 역사적, 문화적, 사회적인 맥락에 따라 다소 달라진다. 일반적으로 행복을 결정하는 요인들을 크게 두 가지 차원으로 구분될 수 있다(Diener et al., 1985; Duckworth, Steen, & Seligmann, 2005). 하나는 성별, 연령, 소득, 교육, 보건, 여가와 같은 객관적이고 사회적인 측면이고, 다른 하나는 흔히 안녕감(well-being)이라고 불리는 주관적인 측면이다.

행복에 관한 초창기 연구자들은 개인이 처한 객관적 조건에 따라 삶의 만족도가 달라진다고 가정하였기 때문에 수입, 주거상태, 건강 등 삶의 경제적 측면과 신체적 조건만을 고려하였다. 그러나 1960년대 이후 연구에서는 교육, 정치참여 등과 같은 객관적인 인구사회학적 변인들을 포함하여 삶의 질을 포괄적으로 측정하는 경향이 있다(김명소, 김혜원, 차명호, 2001). 즉, 삶의 만족(life satisfaction)은 전반적인 자신의 삶에 대한 주관적인 평가(이향숙, 2008)라 해석할 수 있다. 이에 대하여 Alfermann과 Stoll(2000)은 행복은 객관적이고 외적 조건보다는 개인의 내적인 기준과 주관적 판단에 의해 결정되는 것이라고 설명한 바 있다.

본 연구에서는 행복을 전반적인 삶의 만족도라고 규정하고자 한다. 본 연구에서 이 관점을 수용하는 이유는 청소년들은 심리적 안녕감, 주관적 만족감, 주관적 안녕감, 웰빙(well-being) 등 다소 이해하기 어려운 용어보다는 일상생활 속에서 만족스러울 때 행복하다는 단어를 주로 사용한다는 신현숙과 김미정(2009)의 연구결과에 근거한 것이다. 이들 개념에 입각하여 본 연구에서는 행복을 청소년이 가정환경, 성격특성, 능력, 대인관계 등 일상생활 전반에 대하여 주관적으로 지각하는 긍정적인 정서 상태 또는 생활에 대한 만족감이라고 정의할 수 있다.

행복의 독립요인

본 연구에서는 주관적인 측면에서 행복에 영향을 주는 요인을 알아보고자 하였다. 주관적 차원에서 행복은 행복감이고 할 수 있는 데, Wilson(1967)은 행복감을 주관적인 안녕감(subjective well-being, 이하 SWB)이라고 정의하면서, 이러한 주관적 안녕감은 자신의 삶에 만족하는 정도가 높으며 부정적 정서(negative affect)가 적고, 긍정적 정서(positive affect)를 많이 경험하는 상태이다(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999)라고 정의하고 있다. 특히, 행복의 특질모델(trait model)에서는 행복감이라는 긍정적 정서상태와 만족감에 영향을 끼치는 안정된 개인차 변인들의 작용에 대한 분석모형(Headey & Wearing, 1989)이다. 본 연구에서는 행복의 특질모델에 기초하여 외향성, 신경증적 경향성, 자기애, 정서조절, 자기효능감의 특질적인 요인이 행복감에 미치는 영향과, 감사성향 및 사회적 지지감이 이러한 특질적

인 요인과 어떻게 작용하여 행복감에 영향을 주는지를 밝히고자 하였다.

외향성(extraversion)은 다양한 문화권을 대상으로 한 표집에서도 행복을 결정하는 대표적인 특질(trait)로 확인되고 있다(Kline, 1993). 이들은 사교적 기술이 뛰어나며, 보다 자기주장적일 뿐만 아니라, 타인에게 협력적이고, 언어적 의사소통 이외에 비언어적 의사소통에도 능숙하다(Argyle & Lu, 1990). 따라서 사회적 장면에서 보다 많은 강화를 얻는 경향이 있다(김홍순, 2005). 외향성은 사회성, 템포, 활기 그리고 사회적 개입과 같은 기질특성과 관련되기 때문에 정적 정서 및 행복감과 높은 상관이 있고(Costa & McCrae, 1992), 외향적인 사람들은 혼자 있을 때에도 내향적인 사람들보다 행복하며(Pavot, Diener, & Fujita, 1990), 안정적인 외향성의 소유자가 가장 불안해하지 않음이 확인되었다(Kring & Gordon, 1998). 이러한 결과로 인해 일부 학자들은 외향성이 유쾌한 정서를 더 경험하는 기질로 간주하고 있는 추세이다(Costa & McCrae, 1992).

신경증적 경향성(neuroticism)은 외향성과 상반된 개념으로 불안, 적의, 충동성, 정신 및 신체적 증후 등과 관련되어 있으며, 부적 정동 및 불행감과 높은 상관이 있다(Costa & McCrae, 1992). 신경증적 경향성은 부적 정서를 증폭시키고(Emmons & McCullough, 2003), 정서적인 불안정성을 유발해(Lopez & Snyder, 2008) 주관적인 안녕감에 부정적인 영향을 주는 것으로 알려져 왔다. 그러나 신경증적 경향성은 성(gender)이나 교육수준 그리고 사회적 지지 등 객관적 변인들과의 상호작용을 감안할 경우 일관성 있는 관계가 나타나지는 않는다(Fujita, 1991). 따라

서 청소년에 있어서 신경증적 경향성, 같은 기질적 특성과 감사성향과 사회적 지지감과의 관계에서 행복에 어떻게, 또한 얼마만큼의 영향력을 가지고 있는지에 대한 실증적인 검증이 필요하다고 할 수 있다.

성격장애가 개인의 성격구조와 관련된 것이고 정상과 비정상이 연속선상 위에 함께 있다는 관점을 고려해 볼 때, 자기애의 여러 가지 특성들 중에서 건강한 측면에 관여하는 특성들과 병리적인 측면에 관여하는 측면들이 모두 있음을 시사한다(강은영, 2002; 서경현, 양승애, 2010). 이러한 자기애가 연속체적으로 존재한다는 가정하에 강은영(2002)은 자기애의 긍정적인 면과 부정적인 측면을 구분하는 연구를 시도하였다. 그는 각각의 자기애 요인을 자기주도적 자기애 요인과 타인의존적 자기애 요인으로 추출한 후 이 요인들과 자기애 성향의 대표적인 심리적 특성인 자아존중감, 자기개념, 우울, 불안 요인들과의 상관관계를 연구하였다. 그 결과, 자기주도적 자기애가 높은 사람은 다른 사람들에게 주목 받고 싶어 하고 자신의 능력과 존재 자체에 대한 과대적인 지각을 하는 경향도 있지만, 이런 지각이 부정적이지 않으며 실제로 자신을 존중하는 마음과 관련이 있음을 확인하였다. 따라서 자기주도적 자기애가 높은 사람은 자신의 능력에 대한 확신, 자신감, 주장성의 특성을 갖고 있으며, 이러한 특성들과 실제의 현실적인 자신의 성취에 근거해 냉정하게 자신을 평가하는 경향이 있다. 자기주도적 자기애가 높은 사람은 자기 자신을 긍정적인 시선으로 바라보고 만족하고 있으며, 혹시 지금은 잘하지 못하는 부분이 있더라도 노력하면 좋은 결과를 얻을 것이라는 자신감과 자

기 확신을 보일 가능성이 크다. 그러므로 자기주도적 자기에 성향은 적응적이며 건강한 자기에 일 수 있다. 이러한 결과는 Morry(2002)가 정상적이고 긍정적인 자기에는 심리적인 건강과 관련이 있으며 주관적 안녕감을 증가시킨다는 연구결과와 일치하고 있다. 반면, 타인주도적 자기에 성향은 과도하고 편향된 자기중심적인 생각이라고 주장하면서, 이 때문에 그들은 적응상의 어려움이 있고, 심리적으로 불안한 상태를 보일 수 있다. 따라서 자기주도적 자기에 건강한 자기에이며 행복감을 증가시킬 것으로 보이지만, 타인의존적 자기에 건강한 자기에로서 행복감을 감소시킬 가능성이 크다.

스트레스 사건을 경험한 후에 감정을 조절하는 것은 정신건강에 긍정적인 효과가 있다(김충송, 2009). 일반적으로 대처(coping)가 행동적 차원에 초점을 두는 것이라면, 인지적인 정서조절은 감정의 조절과 관련한 인지적 차원을 강조한다는 차이가 있다. 일반적으로 부적응적인 인지적 정서조절은 자기비난, 타인비난, 반추, 과국화이다. 자기비난, 반추, 과국화는 우울증상과 상당한 연관이 있고 불안상태와도 관련이 있다(Pressman & Cohen, 2005). 자기비난, 타인비난, 반추, 과국화와 같은 부적응적 정서조절은 스트레스가 높고 낮음에 관계없이 심리적 안녕감을 저해하는 것으로 드러났다(김소희, 2004). 반면, 적응적 정서조절은 스트레스 수준을 낮추고 부적응적 행동을 예방하기 때문에 효과적인 정서조절은 개인의 안녕감을 증가시키는 중요한 요인이다(Reis et al., 2000). 스트레스가 높을 때 조망확대, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점변경, 수용, 긍정적 재평가와 같은 적응적 인지조절을

사용하는 집단이 그렇지 않은 집단보다 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 김민정(2006)의 연구에서도 적응적 인지정서조절을 사용하는 사람들은 심리적 안녕감이 높은 반면, 부적응적 인지정서조절을 사용하는 사람은 심리적 안녕감이 낮게 나타났다. 따라서 본 연구에서는 인지적 정서조절전략 중 자기비난, 타인비난, 반추, 과국화와 같이 부적응적 인지정서조절은 행복감을 감소시키고, 조망확대, 긍정적 재평가, 긍정적 초점변경, 수용, 계획 다시 생각하기와 같은 적응적 인지정서조절은 행복을 증가시킬 것이라고 본다.

자기효능감은 행동을 선택하고 지속하는데 가장 중요한 영향을 미치는 심리적 요인 중의 하나로 최근 그 역할이 더욱 강조되고 있다. 자기효능감(self-efficacy)은 주어진 상황에서 얼마나 유능할 것인가에 대한 개인의 판단인 동시에 특정행동을 수행할 수 있는가에 대한 개인의 신념으로 과제 수행에 필요한 동기, 인지적 원천, 행동의 방향을 결정하는 개인의 능력에 대한 판단으로 정의한다(Bandura, 1993). 인간은 특정상황에서 자신이 능력이 있다는 확신을 가질 때, 그 상황을 보다 적극적으로 처리하는 반면, 자신의 능력에 대한 확신을 가지지 못하는 경우 그 상황을 회피하게 된다. 즉, 자신의 능력에 대한 확신이 높을수록 후속행동을 수행하는데 보다 높은 목표기준을 설정하고 적극적으로 행동하게 된다. 그러므로 자기효능감에 대한 판단은 사고유형과 정서적 반응에도 영향을 미친다. 스스로 무능하다고 생각하는 사람은 실제 이상으로 개인적인 결함에 집착하고 잠재적인 곤란을 상상하기 때문에 과제수행의 동기가 저하된다(신혜정, 2003). 특히, 자기효능감은 행복을 예측하는 주요한 변인으로 다양한 연구에서 확

인되고 있다(구재선, 2005). 자기효능감이 낮은 사람은 정서 중심적인 대처를 하고(Chen & Kee, 2008), 개인적 경험을 부정적으로 회상하거나(Cheng & Furnham, 2003), 부정적 사고를 통제하지 못함으로써(Burton & King, 2004) 우울을 더욱 경험하는 경향이 있다(구재선, 2005). 이에 비해 자기효능감이 높은 사람은 스트레스 상황에서 문제 중심적인 대처를 하는 것으로 알려져 있다.

행복의 중재요인

감사는 일종의 정서 상태로서 다른 이의 도움을 받은 후에 느끼는 공감의 정서이기 때문에(Watkins, Grimm, & Kolts, 2004), 감사의 경험과 표현은 인간의 성격과 사회생활의 측면에서 기본적으로 바람직한 것으로 간주되어 왔다(Emmons & McCullough, 2003). 감사란 도움을 주고받은 개인 간 상호작용의 맥락 안에서 발생하는 것이므로 도움을 받은 사람은 도움을 제공한 사람에게 고마움의 정서를 경험하게 되며 동시에 빚을 지고 있다는 느낌을 갖기도 한다(Watkins, Scheer, Ovnicek, & Kolts, 2006). 일부 사회에서는 다른 이의 호의를 받은 이들이 감사라는 긍정적인 감정에 더하여 빚을 졌다는 느낌, 부끄러움, 자기비난을 느낄 수도 있다고 말한다(Naito, Wangwan, & Tani, 2005).

최근 감사연구에서는 감사하는 사람들의 특질적인 면에 초점을 두고 있다. 감사성향(grateful disposition)은 비교적 지속적이며 안정적인 정서 특성(affective trait)으로, 긍정적 경험을 하거나 긍정적 결과를 얻은 상황에서 다른 사람의 공헌을 인식하고 고마운 마음으로 반응하는 일반화된

경향성을 뜻한다(McCullough, Emmons, & Tsang, 2002). McCullough 등(2008)은 감사성향은 긍정정서, 안녕감, 친사회적 행동과 기질, 그리고 영성과 상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 감사 성향이 높은 사람들은 유연한 귀인성향을 가진 것으로 나타났다. 이들은 부정적으로 해석하기 쉬운 상황에서도 긍정적인 속성을 찾고 자신에게 유리한 방향으로 재해석하는 능력을 가졌다(Watkins, Scheer, Ovnicek, & Kolts, 2006). 특히, Watkins(2004)는 감사를 하는 동안 부정적인 사건에서 긍정적인 의미를 발견하고 그 기억들은 정교화하기 때문에 적응적인 경험들에 대한 접근 가능성을 높인다고 설명한 바 있다. 감사하는 사람들은 부정적 상황에서도 긍정적인 기분을 유지하고 낙관적인 시각을 가지며 더욱 적극적으로 대처행동을 하는 경향을 보인다. 이러한 감사성향과 같은 긍정적인 감정을 함양하기 위한 노력은 어려움에 대처하여 살아가는 것을 증진시키는 데 더욱 효과적이며(Eredrikson et al., 2003), 이러한 감사성향은 긍정적인 심리상태인 행복감을 증진시킬 것으로 가정할 수 있다.

인간은 관심, 사랑, 인정, 용납, 이해, 도움 등을 얻고자 하는 사회적 욕구가 있다(권영주, 박영신, 김의철, 2007). 이와 같은 사회적 욕구를 충족시키기 위해서 인간은 타인과 상호작용을 하게 되고, 이를 통해 사회적 지지를 얻게 된다(이현수, 2008). 사회적 지지와 심리적 안녕감 사이에는 일반적으로 유의미한 정적상관이 있다. Gilligan과 Huebner(2002)는 사회적 관계 속에서 개인이 사회적 지지를 지각하는 정도가 높을수록 심리적 안녕을 누리며 긍정적인 사고를 하게 되며, 이를 지각하는 수준이 낮을수록 스트레스와 부적응을

경험한다고 한다. 그들은 또한 사회적 지지가 개인의 긍정적 정서, 자신감, 자기통제, 자기만족을 증가시켜 적응을 촉진시킨다고 주장하고 있다.

한편, 감사성향과 사회적 지지와의 관계에서 감사는 주변 사람들에게 받은 이익에 초점을 두게 하여 타인으로부터 사랑과 보살핌을 받는다는 느낌을 이끌어 낸다. 그에 따라 친사회적 상호의존성을 고무시키고 공감과 용서 등의 친사회적 행동동기를 증가시킨다. 즉, 감사를 경험하는 것파 이로 인해 유발된 행동들은 사회적 유대와 우정을 증강하고 강화시킬 수 있다. 이러한 사회적 유대는 그것이 필요할 때 사회적 지지를 공급할 수 있는 원천이 된다. 그러므로 감사성향은 지각된 사회적 지지를 증가시키는 데 매우 효과적인 기제이다. 감사하는 과정에서 사람들은 주변사람들에게 받은 도움을 반드시 인식하게 된다. 그러므로 타인의 긍정적인 의도를 더 강하게 인식할수록 사회적 지지를 더욱 많이 지각한다(노지혜, 이민규, 2005). Adler와 Fagley(2005)는 다른 사람들

에게 감사를 표현하는 것이 사회적인 결속을 촉진하는 효과도 있다고 주장하였다. Seldon과 King(2001)는 감사함이 긍정적인 정서를 증진시키고, 더욱 만족스러운 관계를 맺게 하며, 스트레스에 더 잘 대처하도록 한다는 결과를 또한 밝히고 있다.

이상의 선행연구들을 바탕으로 본 연구에서는 그림 1과 같이 청소년의 행복감에 영향을 미치는 요인에 대한 경로모형을 토대로 실증검증을 하고자 하는 분석모형을 제시하였다.

방 법

참여자

본 조사는 2010년 5월부터 6월까지 진행하였으며, 수도권 소재 중·고등학교의 교사들의 협조를 얻어서 시행하였으며, 수도권 소재 중·고등학교

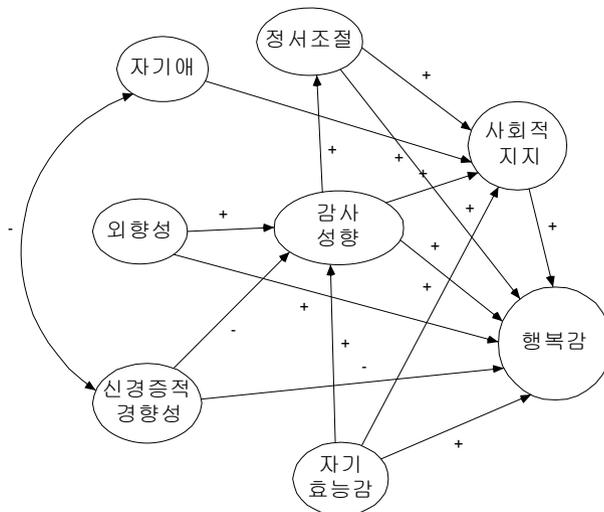


그림 1. 행복의 가설적 분석모형2

(각각 3개 교씩, 중학생 154명, 고등학생 284명) 학생 438명을 대상으로 질문지를 실시하였다. 최종 분석에서는 Mahalanobis distance를 이용하여 확인한 다변량극단치 20명의 자료를 제외하고 (Maha's $d=4$ 이상), 총 418명의 자료를 분석하였다. 이들의 평균연령은 16.38세(표준편차 3.215)로 연령범위는 만 13세에서 18세까지였다. 대상자의 성별, 학교별 특성은 표 1과 같다.

표 1. 성별/학교별 구분 및 대상인원

구분	중학생	고등학생	계
남자	90	168	258
여자	64	96	160
계	154	264	418

측정도구

행복측정. 행복을 측정하기 위하여 Arygle, Martin, Crossland(1989)가 제작한 옥스포드행복 검사(The Oxford Happiness Questionnaire)를 Hill과 Arygle(2009)가 29문항 Likert 4점 평정척도로 수정한 것을 번안하여 사용하였다. 제작 당시 내적일치도(Cronbachs' α)는 .90이었으며, 7주 후의(검사-재검사 신뢰도는 .78이었다(Arygle, Martin, & Crossland, 1989). 본 연구에서는 .86으로 나타났다.

감사성향. 감사성향을 측정하기 위해서 McCullough와 Emmons 및 Tsang(2002)이 개발한 감사성향척도(Gratitude Questionnaire- 6; GQ-6)를 권선중, 김교현, 이홍석(2006)이 번안한 한국판 감사성향척도(K-GQ-6)를 사용하였다. K-GQ-6은 총 6문항으로 구성되었으며, Likert 7

점 평정척도로 측정하였다. 부정적 문항에 대한 응답은 역 채점하며, 점수범위는 최저 6점부터 최고 42점이고 점수가 높을수록 감사성향이 높은 것으로 해석된다. 권선중 등(2006)의 연구에서 내적일치도(Cronbachs' α)계수는 .73이었고, 본 연구에서는 .79으로 나타났다.

성격검사. 외향성과 신경증적 경향성을 측정하기 위하여 아이젠크 성격검사(Eysenck Personality Scale ; EPS)(Eysenck & Eysenck, 1991)를 활용하였다. 아이젠크 성격검사를 이현수(1997)가 우리나라 표집을 대상으로 표준화한 것으로, 모두 81개 문항으로 구성되어 있고 예/아니오 중 선택하게 되어 있다(이항답변). 본 연구에서 사용한 하위차원은 외·내향성(E)과 신경증적 경향성(N) 척도 중 요인부하량이 가장 높은 10개 문항씩만을 선별하여 5점척도로 변환하여 사용하였다. 이현수(1997)의 연구에서 내적일치도(Cronbachs' α)계수는 각각 .86과 .81이었고, 본 연구에서는 각각 .90과 .81이었다.

자기에. 자기에의 적응적인 측면과 부적응적인 측면을 측정하기 위하여 개발한 강은영(2002)의 척도를 사용하였다. 2가지 하위요인은 자기주도적 자기에 요인(17문항)과 타인의존적 자기에 요인(17문항)이며, Likert 5점 평정척도로 측정하였다. 강은영의 연구에서 자기주도적 자기에 요인의 내적일치도(Cronbach' α)계수는 .90이었고, 자기주도적 자기에 요인의 내적일치도(Cronbachs' α)계수는 .85였다. 본 연구에서는 각 하위요인 10개 문항씩을 선별하여 사용하였고, 내적일치도 계수가 각각 .83과 .87이었다.

정서조절. Carnefski(2001)가 개발한 인지적 정서조절척도(Cognitive Emotion Regulation

Questionnaire; CERQ)를 김소희(2004)가 번안한 것을 사용하였다. 하위요인은 조망확대, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점변경, 자기비난, 타인비난, 반추, 수용, 긍정적 재평가, 파국화로 각각 4개의 문항씩 총 36개 문항이었으나, 본 연구에서는 각 하위요인마다 그 중 부하량이 높은 2개 문항씩만을 선별하여 사용하였으며, Likert 5점 평정척도로 측정하였다. 김소희(2004)의 연구에서 내적일치도(Cronbachs' α)계수는 .85였고, 본 연구에서는 각각 .92와 .79였다.

자기효능감. Maddux와 Scherer(1982)의 자기효능감척도를 김현숙(1997)이 번안하여 사용한 일반적 상황에서의 자기효능감척도를 사용하였다. 이 척도는 과제를 성취하는 자신감을 나타내는 성취효능감(8문항)과 사람을 사귀는 자신감인 사회적 효능감(5문항)의 두 가지 하위요인으로 되어 있다. Likert 5점 평정척도로 측정하였으며, 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. 류진아(2004)의 연구에서 각 하위요인의 내적일치도(Cronbachs' α)계수는 각각 .82와 .72였고, 본 연구에서는 각각 .88과 .82였다.

사회적 지지. 사회적 지지를 측정하기 위하여 Dobow과 Ulman(1989)의 사회적 지지척도, 박지원(1996)과 김명숙(1994)의 사회적 지지평가척도를 이경주(1997)에 의해 수정 보완된 척도를 사용하였다. 이 척도는 지지 원으로써 가족, 또래, 교사의 지지를 각각 5문항씩 총 15문항을 측정하고 있다. Likert 5점 평정척도이며 점수가 높을수록 사회적 지지가 높음을 의미한다. 이경주(1997)의 연구에서 전체 내적일치도(Cronbachs' α)계수는 .86이었고, 본 연구에서는 .83이었다.

분석방법

본 연구에서는 우선 행복에 영향을 미치는 감사성향의 효과를 확인하기 위해 행복 관련 변인들을 포함시킨 감사성향과 사회적 지지의 중재모형을 확인하고자 하였다. 본 연구의 통계적 검증절차는 다음과 같다. 첫째, 감사성향과 행복 간의 사회적 지지가 매개역할을 하는지에 대하여 기존 연구 결과를 확인한 후 이 관계가 자기애의 양상에 따라 달라질 수 있는지 알아보하고자 하였다. 둘째, 신경증적 경향성과 행복 간의 관계는 항상 논란이 있었다. 따라서 본 연구에서는 이 관계가 인지적인 정서조절이라는 대처유형에 따라 달라지기 때문이라고 가정하고 이를 확인하였다. 셋째, 행복과의 관계가 일관되게 나타나는 외향성이 인지조절과 감사성향에 의해 그 효과가 증폭되는지 검증하고자 하였다. 넷째, 지금까지 확인된 변인들 간의 관계로 종합적인 행복모형을 구성한 후 모형 수정절차를 거쳐 최종적인 분석모형을 확인하였다.

결 과

행복의 중재모형의 분석결과

먼저, 청소년의 행복감에 영향을 미치는 요인을 분석하기 위하여 외향성과 행복감과의 관계에서 감사성향과 적응적 인지조절의 이중매개모형을 검증하였다. 외향성→ 감사성향 → 적응적 인지조절→ 행복감으로 가는 직선적인 이중매개(linear dual mediation)(외향성에서 적응적 인지조절로 직접 영향을 주는 경로를 가정하지 않는

형태) 모형을 가정하면 다음 그림 2와 같다.

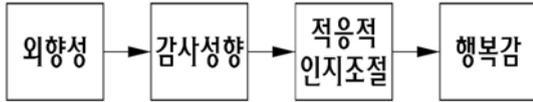


그림 2. 외향성과 행복감과의 관계에서 감사성향과 적응적 인지조절의 이중매개모형

직선적인 이중매개를 검증하기 위해서는 1단계로 외향성 → 감사성향 → 적응적 인지조절의 Sobel검증을 시행하였으며, 2단계로 감사성향 → 적응적 인지조절 → 행복감의 Sobel검증을 시행하여 모두 매개효과가 있음이 입증하였다. 일반적으로 이중매개는 첫 번째 매개보다 두 번째 매개변인이 더 강력한 설명력을 가지는 형태로 제시하는 것이 바람직하다. 이 모형은 각각의 추정치와 추정오차로 두 개의 매개변인의 역할을 검증하는 것이 또한 가능하다.

표 2에서는 이러한 이중매개모형의 Sobel검증 결과를 제시하고 있다. Sobel검증을 통해서도 적응적 인지조절과 감사성향이 외향성과 행복감 간

의 관계를 이중 매개한다는 것이 확인되었다. 이 모형은 Bootstrapping 방법을 사용해서 검증하는 것이 더 정확하다. 이 방법은 합산된 추정오차까지 자동적으로 계산되며, Bootstrapping 방식으로 반복 추정한 두 분포가 95%신뢰구간(.05수준)에서 유의하게 다르면 제2매개변인의 추가적 효과가 유의하다고 결론짓는 방식이다. 이를 적용한 결과, 본 연구의 이중매개모형에서는 매개변인 하나인 경우와 두 개인 경우가 행복감을 설명하는 정도에서 차이가 없다는 영가설을 기각하였다($p < .000$).

다음으로 표 3에서는 사회적 지지가 감사성향과 행복 간의 관계를 매개하는 것을 보여주고 있다. 이 매개효과를 구체적으로 확인하기 위하여 Sobel 검증을 추가하였다.

독립변수인 감사가 매개변수인 사회적 지지로 가는 경로를 a, 매개변수인 사회적 지지가 종속변수인 행복감으로 가는 경로를 b라고 할 때 a, b 경로가 유의한지를 검증하는 계산공식은

$$Z_{ab} = \frac{ab}{\sqrt{b^2 SE_a^2 + a^2 SE_b^2}}$$

이를 근간으로 Sobel 검증을 통해서 사회적 지

표 2. 외향성과 행복감 간의 감사성향과 적응적 정서조절의 이중매개모형

변수 간 경로	추정치 (표준오차) ^a	추정치 (표준오차) ^b	Z _{ab}
외향성 → 감사성향 → 적응적 인지조절	.17(.03)	.16(.02)	4.624***
감사성향 → 적응적 인지조절 → 행복	.16(.02)	.12(.01)	6.65***

*** $p < .001$

표 3. 사회적 지지의 매개효과 유의성 검증(Sobel test)

변수 간 경로	추정치 (표준오차) ^a	추정치 (표준오차) ^b	Z _{ab}
감사성향 → 사회적지지 → 행복	.12(.03)	.29(.02)	3.85***

*** $p < .001$

지가 감사성향과 행복감을 매개함이 확인하였다.

변인의 상관분석 결과

감사성향, 이차원적 자기애(자기주도적 자기애, 타인의존적 자기애), 낙관성, 외향성, 신경증적 경향성, 자기효능감(성취효능감, 사회적 자기효능감), 사회적 지지(가족지지, 또래지지, 교사지지), 인지적인 정서조절전략(적응적인 인지조절, 부적응적인 인지조절), 행복의 측정변인들 간의 상관관계수가 표 4에 제시되어 있다.

청소년의 행복에 대한 감사, 사회적 지지의 중재모형의 분석결과

행복의 개념 모델을 비교 검증하는 본 연구에서는 모수추정방식을 최대우도법(Maximum Likelihood method: ML)을 사용하였다. 본 연구에

서는 모델의 적합도를 평가하기 위하여 χ^2 , 기초부합치(GFI), 조정부합치(AGFI), 비교부합치(CFI), 간명성부합치(PFI), 근사평균 오차제곱근(RMSEA)을 제시하였다. 행복에 관한 감사성향, 사회적 지지의 중재모형은 자유도 63, 카이제곱 180.122, GFI=.908, AGFI=.904, CFI=.901, PFI=.676, RMSEA=.080로 나타나 비교적 우수한 모델이라 할 수 있다. 모델의 수정은 가설적 인과 경로모형에 대해 경로의 추정치를 표준오차위해 χ^2 값을 낮추는 정도를 나타내는 수정지수(modification index)를 고려하로 나누는 C.R(critical ratio)값이나 모델의 적합도를 높이기였다. CR은 estimates/standard error로서 Z분포에 따라 .05수준에서는 1.96, .01 수준에서는 2.58 이상이어야 한다. 수정된 모델은 자유도 62, 카이제곱 174.266, GFI=.909, AGFI=.905, CFI=.907, PFI=.677, RMSEA=.079로 나타났다. 결론적으로, 행복감에 관한 최종적인 감사, 사회적 지지의 중

표 4. 행복관련 변인들의 상관관계(N=418)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. 감사성향												
2. 자기주도 자기애	.26**											
3. 타인의존 자기애	.07	-.47*										
4. 외향성	.21**	.12*	.09*									
5. 신경증적 경향성	-.13*	.10	.27**	-.09*								
6. 성취 효능감	.18*	.25**	.11*	.31**	.10							
7. 사회적 기효능감	.16*	.19**	.29**	.26**	.11	.48**						
8. 가족지지	.20**	.31**	.15*	.17*	-.28*	.37**	.23**					
9. 또래지지	.17*	.25**	.18*	.28**	-.09	.28**	.12*	.34**				
10. 교사지지	.08	.06	.08	.13*	-.24*	.21**	.18*	.27**	-.13*			
11. 적응적 조절	.23**	.38*	-.16*	.19**	-.32**	.38**	.12*	.26**	.25**	.09		
12. 부적응적 조절	-.14*	.07	.36**	-.27**	.17*	.10	-.07	-.36**	-.05	.25**	-.51**	
13. 행복	.19*	.16*	-.19*	.17**	-.33**	.40**	.16*	.28**	.15*	.10	.41**	-.19*

* $p < .05$ ** $p < .01$

재모형은 그림 3과 같다.

분석결과, 신경증적 경향성(neuroticism)은 부정 정서를 증폭시키고(Emmons, 2008), 정서적인 불안정성을 유발해(Lu, 1995) 주관적인 안녕감에 부정적인 영향을 주는 것으로 알려져 왔다. 그러나 기존의 연구들에서 신경증적 경향성은 성이나 교육수준 그리고 사회적 지지 등 객관적 변인과의 상호작용을 감안할 경우 행복과 일관성 있는 관계가 나타나지 않는다(Fujita, 1991; Lu & Shih, 1997).

본 연구에서는 인지적인 정서조절이라는 대처 유형에 따라 달라지기 때문이라고 가정하였으나 부적응적 정서조절의 매개효과도 성립되지 않았다. 오히려 신경증적 경향성과 행복과의 관계에서 부적응적 정서조절의 허위효과(spurious-effect model)모형이 입증되었다.

일반적으로 대처(coping)가 행동적 차원에 초점을 두었다면, 인지적인 정서조절은 감정의 조절과 관련한 인지적 차원을 강조한다는 차이가 있다. 이것은 인지를 통한 정서의 조절은 스트레스 사건을 경험한 후에 감정을 조절하는데 도움이 된다. 이러한 본 연구의 결과는 신경증적 경향성이 스트레스에 대한 감정상의 불안정을 야기하지만 오히려 인지적인 조절로 이를 통제할 수 있다는 치료적 가능성을 시사한다. 추후연구에서는 행동적인 대처기제의 활용과 인지적인 조절을 통합적으로 포함시키는 연구가 필요하다.

행복과의 관계가 일관되게 나타나는 외향성이 감사성향과 적응적 인지조절에 의해 그 효과가 증폭되는지 검증한 결과, 외향성과 행복감과의 관계에서 감사성향과 적응적 정서조절의 이중매개 모형(dual-mediation)이 확인되었다. 따라서 본 연

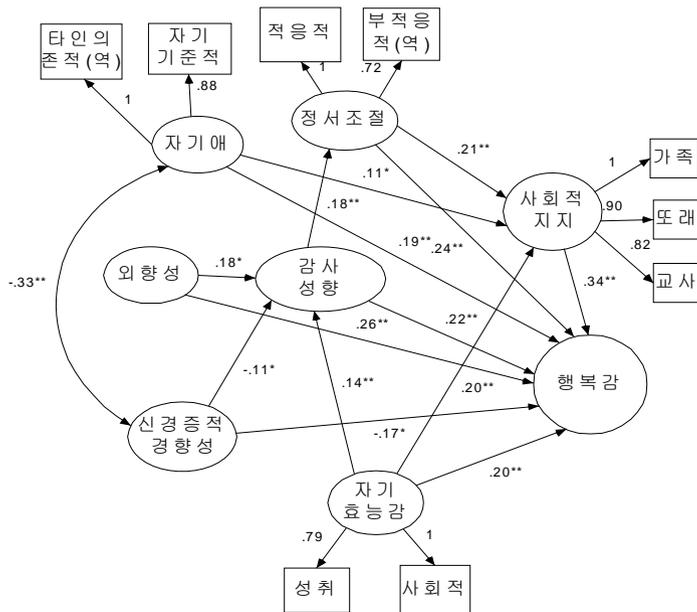


그림 3. 행복에 관한 감사성향, 사회적 지지의 중재모형

구에서는 이중매개의 가능성이 입증되었으며, 외향성자들은 감사성향을 통해 행복감을 유지시키고 적응적인 정서조절을 추가하여 행복감을 더욱 가중시키는 특징을 보이고 있다.

일반적인 감사의 순기능보다는 조건부적인 감사의 작용을 입증하였다. 감사하는 마음이 있더라도 성격적으로 타인의존적 자기애가 강하거나 부적응적 정서조절을 상습적으로 사용할 경우 행복에는 오히려 부정적인 영향을 끼친다. 이것은 소위 말하는 체념적 감사의 가능성을 시사하는 것이다. 또한 개인적인 특질 등이 형성과정에 있는 청소년들에서도 성인 못지않게 감사와 특질(trait)의 뚜렷한 관계가 확인되었다. 이것은 감사 처치의 유용성을 청소년집단에게도 적용할 수 있음을 의미하는 결과이다.

본 연구에서도 감사성향은 지각된 사회적 지지를 증가시키는 현상(McCullough et al., 2002)이 확인되었다. 감사하기 위해서는 주변사람들에게 받은 도움을 반드시 인식해야 하기 때문에 사회적 지지를 더욱 많이 지각할 가능성이 있다(노지혜, 이민규, 2005). 이러한 상관관계도 의미 있는 해석이지만, 또한 다른 사람들에게 감사를 표현하는 것이 바람직하고 좋은 사람이라는 인식을 일으켜 결과적으로 타인들에게 지속적인 친근감을 유발시키는 것이라고 해석할 수 있다. 즉, 감사성향은 사회적인 결속을 촉진하는 효과가 있다. 본 연구의 결과는 이러한 감사성향이 긍정적인 정서를 증진시키고, 더욱 만족스러운 관계를 맺게 하며, 스트레스에 더 잘 대처하도록 한다는 Folkman과 Moskowitz(2000)결과를 지지하는 것이다.

논 의

본 연구에서는 개인의 심리적 특성에 따라 행복감에 미치는 감사성향과 사회적 지지가 직접적인 주 효과와 완충효과가 어떻게 나타나는지 구체화시키고, 이러한 조절효과가 청소년시기에도 나타나는지 확인하고자 하였다. 본 연구는 행복감에 대하여 감사성향과 사회적 지지가 매개하거나 증폭시키고 완충하는 중재효과를 구체적으로 모형화 함으로써 행복감을 촉진시키는 맞춤형 교육조건들을 시사하고자 수행하였다.

연구결과 감사성향과 행복감 간의 관계에 사회적 지지가 매개(mediation) 역할을 하였다. 또한 이 모델에서는 중재변인(자기에 집단; 자기주도적 자기애, 타인의존적 자기애)에 따라 감사성향과 행복과의 관계에서 사회적 지지가 매개역할을 하기도 하고(자기주도적 자기애) 하지 않기도 하는(타인의존적 자기애) 중재된 매개(moderated mediation) 관계가 확인되었다. 신경증적 경향성과 행복감 간의 관계는 인지적인 정서조절이라는 대처유형에 따라 달라지기 때문이라고 가정하였으나 부적응적 정서조절의 매개효과가 성립되지 않았다. 오히려 신경증적 경향성과 행복감과의 관계에서 부적응적 정서조절의 허위효과(spurious effect model)모형이 입증되었다. 행복과의 관계가 일관되게 나타나는 외향성이 인지조절과 감사성향에 의해 그 효과가 증폭되는지 검증한 결과, 외향성과 행복과의 관계에서 감사성향과 적응적 정서조절의 이중매개모형(dual mediation)이 확인되었다. 확인된 변인들 간의 관계로 종합적인 모형을 구성하였으며, 자기애와 외향성의 이론적 가능성을 고려해 수정절차를 거

친 행복에 관한 감사 및 사회적 지지의 중재모형은 우수한 모형이라는 것이 입증되었다.

본 연구에서도 감사는 지각된 사회적 지지를 증가시키는 현상(McCullough et al., 2002)이 확인되었다. 감사하기 위해서는 주변사람들에게 받은 도움을 반드시 인식해야 하기 때문에 사회적 지지를 더욱 많이 지각할 가능성이 있다(노지혜, 이민규, 2005). 이러한 상관관계도 의미 있는 해석이지만 다른 사람들에게 감사를 표현하는 것이 바람직하고 좋은 사람이라는 인식을 일으켜 결과적으로 타인들에게 지속적인 친근감을 유발시키는 것이라고 해석할 수 있다. 즉, 감사는 사회적인 결속을 촉진하는 효과가 있다. 본 연구의 결과는 감사함이 긍정적인 정서를 증진시키고, 더욱 만족스러운 관계를 맺게 하며, 스트레스에 더 잘 대처하도록 한다는 Folkman과 Moskowitz (2000)결과를 지지하는 것이다.

본 연구에서는 감사의 효과가 나타나기 위해서는 인간관 및 세계관이 긍정적 이어야 하는 전제가 필요하다는 사실을 확인하였다. 자기에 대한 관점(자기애)이 감사의 효과를 크게 좌우할 가능성이 있기 때문에 감사의 효과는 인생관에 따라 상당부분 좌우될 것이다. 또한 청소년의 행복에 영향을 미치는 감사의 조절효과 이외에 스트레스 대처와 완벽주의의 역할(이연수, 김홍순, 김청송, 2010), 희망, 배려, 용서 등 다양한 적응유연성의 행복 작동원리를 추후연구를 통해 확인해 볼 필요가 있을 것이다.

또한 감사성향의 직접적인 주 효과와 조절효과 가설을 동시에 확인하였다. 즉, 감사성향은 직접 경로로 행복을 증가시키고, 역경에 직면했을 때 그 스트레스를 완화시켜주는 효과가 있음을 입

증하였다. 이러한 결과는 개인의 욕구와 심리적인 특성에 따라 감사의 치료적 효과도 다를 수 있음을 시사하는 것이다. 개인의 특성과 감사성향의 조합에 따라 행복에 미치는 영향이 다르다면 감사의 효과를 정확히 파악하기 위해서는 개인의 심리적인 자원들과의 관계를 종합적으로 고려해야만 한다.

본 연구에는 제한점으로는 감사의 순기능 및 조건부적 기능뿐만 아니라 소위 체념적 감사와 같은 역기능적 감사의 효과를 구체적으로 확인하기 위해서는 행복감뿐만 아니라 임상적인 증상들을 동시에 고려가 필요하다. 또한 기본적으로 자신과 타인에 대한 지각이나 관점은 거시적인 문화환경에 영향을 받을 수밖에 없다. 종교 등의 영향이나 가족환경도 중요한 변인일 수 있다. 추후연구에서는 이를 포함시켜야 한다.

더불어 감사의 조절효과를 확인하기 위해서는 상응하는 스트레스 조건이 필요하다. 보호요인의 작용을 구체화하는 과정에서 완충효과나 조절효과 등이 확인될 수 있다. 또한 추후연구에서는 감사의 조절효과를 청소년 → 성인 → 노인으로 이어지는 전 생애적 발달관점으로 확대시키는 연구가 필요하다. 마지막으로 감사를 통해 증폭되는 자기애와 자기효능감, 행복감 등의 관계를 실험적으로 검증해볼 필요가 있다. 이 변인들을 변화시키는 집단상담프로그램 등을 통해 행복감의 고양과정을 확인할 필요가 있다. 그러나 청소년의 행복감에 대한 다차원적 속성을 고려하여 청소년 개개인에게 적용될 수 있는 맞춤형 행복조건들(tailored-happiness condition)을 구체화(김청송, 2009)한 실증적 분석연구로서 의의가 있다.

참 고 문 헌

- 강은영 (2002). 자기주도적 타인의존적자기애와 심리적 특성과의 관계. 카톨릭대학교 석사학위논문.
- 권영주, 박영신, 김의철 (2007). 한국대학 행복에 대한 연구 정서적지원과 자기효능감이 미치는 영향. 한국심리학회 연차학술대회논문집. 414-415.
- 구재선 (2005). 성격, 효능감, 생활경험과 주관적 행복의 관계: 토착심리학적 접근. 중앙대학교 박사학위 논문.
- 김민정 (2006). 낙관성이 심리적 안녕감에 미치는 영향 인지적 정서조절전략과 사회적 지지를 매개변인으로. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념 분석: 한국 성인 남녀를 대상으로. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 15(2), 19-40.
- 김청송 (2009). 청소년의 행복결정요인에 관한 연구. 한국심리학회지: 건강, 14(3), 649-665.
- 김홍순 (2005). 청소년의 행복감에 영향을 미치는 성격 및 생활사건의 관계. 경기대학교 석사학위논문
- 김홍순, 이연수, 김청송 (2010). 행복증진프로그램의 효과성연구: 한국심리학회지: 건강, 15(3), 499-514.
- 노지혜, 이민규 (2005). 나는 왜 감사해야 하는가?: 스트레스 상황에서 감사가 안녕감에 미치는 영향. 한국심리학회 연차학술발표대회논문집, 454-455.
- 서경현, 양승애 (2010). 심리적 스트레스 반응과 주관적 웰빙에 대한 자기애와 자존감의 역할. 한국심리학회지: 건강, 15(4), 653-671.
- 신혜정 (2003). 사회적 지지와 주관적 안녕감과 관계. 우석대학교 석사학위논문.
- 신현숙, 김미정 (2009). 감사 증진 프로그램이 중학생의 주관적 안녕감과 지각된 사회적 지지에 미치는 영향. 청소년학연구, 16(1), 205-224.
- 이향숙 (2008). 감사와 자기애가 심리적 안녕감에 미치는 영향. 충북대학교 석사학위논문.
- 이연수, 김홍순, 김청송 (2010). 청소년의 스트레스와 탈진과의 관계에서 대처와 완벽주의의 효과. 청소년학연구, 17(9), 173-196.
- 이현수 (2008). 긍정적 심리학. 서울: 시그마프레스.
- Adler, M. G., & Fagley, N. S. (2005). Appreciation: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. *Journal of Personality*, 73(1), 79-114.
- Argyle, M. & Lu, L. (1990). Happiness and social skills. *Personality and Individual Differences*, 11, 1255-1261.
- Alfermann, D., & Stoll, O. (2000). Effects of physical exercise on self-concept and well-being. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 47-65.
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28(2), 117-148.
- Chen, L., & Kee, Y. (2008). Gratitude and adolescent athletes' well-being. *Social Indicators Research*, 89(2), 361-373.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2003). Attributional style and self-esteem as predictors of psychological well being. *Counselling Psychology Quarterly*, 16(2), 121-130.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective well being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Duckworth, A. L., Steen, T. A., & Seligman, M. E.

- P. (2005) Positive psychology in clinical practice. *Annual Review Clinical Psychology, 1*, 629-651.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 377-389.
- Emmons, R. (2008). Gratitude, Subjective Well-Being, and the Brain. *The Science of Subjective Well-Being, 11*, 469-489
- Fredrickson, B., Tugade, M., Waugh, C., & Larkin, G. (2003). What good are positive emotions in crises? *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 365-376
- Fredrickson, B. L. & Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought action repertoires. *Cognitive and Emotion, 19*, 313-332.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist, 55*, 647-654.
- Frazier, P. A., Tix, A. P., & Barron, K. E. (2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *Journal of Counseling Psychology, 51*, 115-134.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology, 2*, 300-319.
- Fredrickson, B. L. (2001). The Role of Positive Emotions in Positive Psychology. *American Psychologist, 56*, 218-226.
- Fujita, F. (1991). An investigation of the relation between extraversion, neuroticism, positive affect and negative affect. Unpublished master's thesis, University of Illinois, Urbana-Champaign.
- Gilligan, T. D. & Huebner, E. S. (2002). Multidimensional life satisfaction reports of adolescents: a multitrait-multimethod study. *Personality and individual differences, 32*(7), 1149-1155.
- Grossman, M., & Wood, W. (1993). Sex differences in intensity of emotional experience: A social role interpretation. *Journal of Personality and Social Psychology, 65*(5), 1010-1022.
- Headey, B. & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 731-739.
- Kline, P. (1993). *The handbook of psychological testing*. London: Routledge.
- Kring, A., & Gordon, A. (1998). Sex differences in emotion: Expression, experience, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(3), 686-703.
- Lu, L. & Shih, J. B. (1997). Personality and happiness : Is mental health a mediator? *Personality and Individual differences, 22*(2), 249-256.
- Lu, L. (1995). The relationship between subjective well-being and psychosocial variables in Taiwan. *Journal of Social Psychology, 135*, 351-357.
- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2008). 긍정심리평가: 모델과 측정 [Positive psychological assessment: A handbook of models and measures]. (이희경, 이영호, 조성호, 남중호 역). 서울: 학지사
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The gratitude disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(1), 112-127.
- McCullough, M., Kimeldorf, M., & Cohen, A. (2008). An adaptation for altruism? The social

- causes, social effects, and social evolution of gratitude. *Current Directions in Psychological Science*, 17(4), 281-285
- Morry, M. M. (2003). Perceived locus of control and satisfaction in same-sex friendships. *Personal Relationships*, 10, 495-509.
- Naito, T., & Wangwan, J., & Tani, M. (2005). Gratitude in University students in Japan and Thailand. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(2), 247-263.
- Pavot, W., Diener, E., & Fujita, F. (1990). Extraversion and happiness. *Personality and Individual Differences*, 11, 1299-1306.
- Pressman, S., & Cohen, S. (2005). Does positive affect influence health? *Psychological Bulletin*, 131(6), 925.
- Reis, H., Sheldon, K., Gable, S., Roscoe, J., & Ryan, R. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 419.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review Psychology*, 52, 141-166.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M.(2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of intervention. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Watkins, P. C., Grimm, D. L., & Kolts, R. (2004). Counting your blessings: Positive memories among grateful persons. *Current Psychology*, 23(1), 52-67.
- Watkins, P. C., Scheer, J., Ovnicek, M., & Kolts, R. (2006). The debt of gratitude: Dissociating gratitude and indebtedness. *Cognition and Emotion*, 20(2), 217-241.
- Wilson, D. (1967). Correlates of happiness. *Psychological Bulletin*, 67, 294-306.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the big five facets. *Personality and Individual Differences*, 46, 443-447.

원고접수일: 2012년 1월 21일

게재결정일: 2012년 2월 11일

Moderating Model of Gratitude and Social Support on the Relationship between Happiness and Psychological Characteristics in Adolescents

Hong-Soon Kim Min-Kyoung Song Chung-Song Kim*
Department of Youth Studies
Kyonggi University

This study aimed to evaluate an integrative moderating model of happiness which incorporated gratitude as well as cognitive and emotional factors. The Oxford Happiness Inventory (OHI), Gratitude Questionnaire -6 (GQ-6), Revised Life Orientation Test (LOT-R), Eysenck Personality Scale (EPS), and the CERQ criteria were adapted to assess the model of happiness of adolescents. Four hundred thirty eight (438) middle and high school students who completed the self report in Kyung-Gi-Do, Korea, were studied. Path analysis showed that there was a spurious effect on emotional adjustment relations between neuroticism and happiness; whereas gratitude and adaptive emotional adjustment had a dual mediate relation between extraversion and happiness. It was found that a narcissistic personality was a moderating predictor on the mediating variable of social support, and on personality traits and gratitude for happiness. The research outcomes proved that the gratitude and social support moderating model of happiness of adolescents were effective. These findings suggested that the tailored-treatment of gratitude on happiness might be an effective intervention. These results were discussed in the contexts of life span development, and the validity of stress severity on adolescents.

Keywords: Happiness, Psychological traits, gratitude, social support, moderating/mediating model