

## 낙관성과 역경후성장의 관계: 감사를 통한 정서인식명확성과 조망수용의 조절된 매개효과\*

서 유 진<sup>†</sup>

서울시립대학교 / 인권센터

이 규 미

아주대학교 / 명예교수

본 연구에서는 감사가 낙관성과 역경후성장의 관계에서 매개역할을 하는지 살펴보고, 정서인식명확성과 조망수용이 이러한 매개효과를 조절하는 조절된 매개효과를 갖는지 확인하기 위해 조절된 매개모형 분석을 실시하였다. 이를 위해 서울 및 경기도에 거주하는 일반 성인 411명을 대상으로 낙관성, 감사, 정서인식명확성, 조망수용, 역경후성장을 측정하였고, 역경경험 질문지에 응답하게 하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 매개효과를 검증한 결과, 낙관성이 높을수록 감사가 높았고, 감사가 높을수록 역경후성장이 높았으며, 낙관성과 역경후성장의 관계에서 감사가 부분매개역할을 하는 것으로 드러났다. 둘째, 조절효과를 검증한 결과, 낙관성과 감사의 관계에서 정서인식명확성과 조망수용이 조절효과를 갖는 것으로 드러났다. 보다 구체적으로 정서인식명확성과 조망수용이 높을수록 낙관성이 감사에 미치는 영향이 작았기 때문에, 정서인식명확성과 조망수용이 감사를 높여주는 촉진적인 역할을 하였다. 셋째, 앞에서 확인된 매개모형과 조절모형을 결합한 조절된 매개모형을 검증한 결과, 낙관성과 역경후성장 간의 관계에서 감사의 매개효과를 정서인식명확성과 조망수용이 조절하는 조절된 매개효과가 확인되었다. 이러한 연구결과를 바탕으로 연구의 시사점과 한계점을 논의하였다.

주요어 : 낙관성, 감사, 정서인식명확성, 조망수용, 역경후성장, 조절된 매개효과

\* 본 연구는 서유진(2018)의 아주대학교 박사학위논문 ‘낙관성과 감사, 역경후성장의 관계: 정서인식명확성과 조망수용의 조절된 매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 서유진, 시립대학교 인권센터, 서울특별시 동대문구 서울시립대로 163

Tel : 02-6490-6294, E-mail : inazoo123@uos.ac.kr

누구나 살면서 크고 작은 삶의 고통을 경험하기 마련이다. ‘비 온 뒤에 땅이 굳어진다.’는 속담이 의미하듯이 인간은 고통을 통해 단련이 되고 더 굳건해지기도 한다. 역경을 통해 성장한다는 것은 오래전부터 문학, 철학과 종교에서 언급되어 왔고, 위인의 전기에서도 흔히 볼 수 있다. 하지만 모든 사람이 역경을 통해 성장하는 것은 아니다. 역경을 감당할 준비가 되어 있지 않는 사람에게는 오히려 역경이 그 사람에게 해로 작용하여 여러 가지 심리적 어려움을 겪게 만들고 평생 그 고통과 후유증에서 벗어나지 못하게 되는 경우도 있다. 이렇듯 어떤 사람은 고난을 통해 성장하고 어떤 사람은 고난을 통해 성장하지 못하는 현상에 대해 사회과학 분야에서는 1990년대 중반부터 관심을 가지고 연구하기 시작하였다. Tedeschi와 Calhoun(1996)은 임상 현장에서 환자들이 역경을 통해 긍정적인 변화를 보이는 것을 목격하고 이를 ‘역경후성장(posttraumatic growth)’이라 지칭하고 이에 대한 연구를 선도하였다. 역경후성장이란 역경을 극복하는 과정에서 경험되는 긍정적인 심리적 변화를 의미하며(Zoellner & Maercker, 2006), 역경을 경험하기 이전의 기능수준으로 회복하는 것을 넘어서서 역경을 경험하기 이전과는 질적으로 다른 긍정적인 변화를 보이는 것을 말한다(Tedeschi & Calhoun, 2004). 역경 후의 변화의 예로 지체가 생기고 내면의 힘이 강해지고 자신에 대한 지각이 긍정적으로 바뀌기도 하고, 관계가 이전보다 더 소중하게 느껴지고 사람들과 더 친밀해지는 등 대인관계에서의 긍정적인 변화를 보이기도 하며, 삶에서 가장 중요한 것이 무엇인지를 새롭게 깨닫고 삶의 우선순위와 방향이 재정립되기도 한다(Tedeschi & Calhoun, 1996).

역경후성장이 개인의 적응에 장기적으로 긍정적인 영향을 미친다는 것이 밝혀지면서(Davis, Nolen-Hoeksema, & Larson, 1998; Frazier, Conlon, & Glaser, 2001), 상담장면에서 이를 어떻게 활용할 것인가에 대해 관심을 더 가지게 되었다. Calhoun과 Tedeschi(2004)는 심리치료에 역경후성장을 적용하는 것은 새로운 형태의 치료법을 제시하는 것이 아니라 역경후성장이라는 시각을 치료 방법 안으로 통합하는 것이라고 하였다. 심리치료 목표가 역경으로 인한 고통의 감소를 넘어서서 역경 후의 성장까지 포함하려는 것은 내담자를 단순히 외상의 희생자로 보는 것이 아니라 성장의 진통을 겪고 있는 사람으로 본다는 점에서 내담자를 바라보는 시각이 크게 변화될 수 있다(이양자, 정남운, 2008). 이와 더불어 역경후성장이 개인의 적응에 장기적으로 도움이 되기 때문에 상담장면에서 내담자가 역경을 통해 성장할 수 있도록 돕는 것은 장기적으로 내담자의 적응을 도울 수 있는 유용한 치료적 수단이 될 수 있다(Calhoun & Tedeschi, 1999). 따라서 상담장면에서 내담자들이 역경을 통해 성장하도록 촉진할 수 있는 기제를 찾는 것은 의미가 있다.

역경후성장에 대한 현재까지의 연구는 어떠한 변인이 역경후성장을 촉진시키는가를 중심으로 많이 진행되어 왔다. 역경후성장에 영향을 미치는 요인은 여러 가지가 있는데 역경의 의미에 대해 의도적으로 반추하는 것과 같은 인지적 과정(노치경, 홍혜영, 2016; Shigemoto, Low, Borowa, & Robitschek, 2017), 사회적지지와 같은 관계적 요인(하정혜, 김지현, 2016; Hill & Watkins, 2017)과 대처방식(김현정, 함경애, 이동훈, 2014; Lafarge, Mitchell, & Fox, 2017) 중심으로 국내외에서 많이 연구가 이루어졌다. 또

한 Tedeschi와 Calhoun(2004)은 개인의 특성이 역경후성장의 출발점이 될 수 있다고 하였고, 지금까지 역경후성장에 긍정적인 영향을 미치는 개인 특성이 연구되어 왔는데 대표적인 것으로는 회복탄력성(노치경, 홍혜영, 2016; Bensimon, 2012)과 낙관성(전보람, 최윤경, 2016; Feder et al., 2008)을 들 수 있다.

낙관성이란 미래에 좋은 일이 더 많이 일어나고 나쁜 일은 적게 일어날 것이라는 일반화된 기대를 말한다(Scheier & Carver, 1985). 낙관성과 역경후성장의 관계에 대한 연구에서 둘의 관계가 정적으로 유의미한 연구들이 많았지만(전보람, 최윤경, 2016; Feder et al., 2008; Tedeschi & Calhoun, 1996), 낙관성과 역경후성장의 관계는 일관되지 않거나 유의미하지 않는 결과가 나오기도 하였다(Smith, Dalen, Bernard, & Baumgartner, 2008; Zoellner, Rabe, Karl, & Maercker, 2008). Bostock, Sheikh와 Barton(2009)이 신체 질병관련 역경경험이 있는 사람들을 대상으로 역경후성장과 낙관성의 관계를 연구한 12개의 연구들을 모아서 분석한 결과, 역경후성장과 낙관성의 관계는 분명하지 않았고, 연구자들은 앞으로 역경후성장과 낙관성의 관계를 보다 명확히 하기 위해 추가적인 연구가 필요하다고 논의하였다. 이와 같은 결과들은 낙관성과 역경후성장의 관계를 좀 더 명확하게 확인할 필요가 있음을 시사한다. 이와 더불어 낙관적인 사람이 어떠한 경로를 거쳐서 역경후성장에 이르는지에 대해서도 연구가 부족한 실정이다. Alarcon, Bowling과 Khazon(2013)은 낙관성에 대한 메타연구를 통해 낙관성이 적응에 여러 가지 긍정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀졌지만 낙관성이 어떠한 과정을 통해 적응에 긍정적인 영향을 미치는지에 대한 연구가 부족하기 때문에 앞으로

이에 대한 연구가 필요하다고 하였다.

Alarcon 등(2013)은 낙관성이 다른 긍정적인 심리적 자원을 촉진시킴으로써 적응 관련 변인에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다고 하였다. 본 연구에서는 낙관성과 역경후성장의 관계에서 감사의 매개역할을 확인해보고자 한다. 감사란 자신이 경험하는 긍정적인 체험과 결과에 대해 다른 사람의 기여가 있을 거라고 인식하고 고마움을 느끼는 일반화된 경향성을 말한다(McCullough, Emmons, & Tsang, 2002). 낙관성은 인간이 역경 속에서도 안녕감을 느낄 수 있도록 돕는 역할을 한다(Lazarus, 1983). 낙관적인 사람은 부정적인 사건에 대해 긍정적으로 재해석하려고 노력하며, 부정적인 사건을 자신이 통제할 수 없는 경우에 상황을 있는 그대로 수용하려는 경향이 있기 때문에(Scheier, Weintraub, & Caver, 1986) 역경 안에서도 감사를 경험할 가능성이 높을 것이다. 사망, 질병, 사고, 실패 등의 역경에 처했을 때 상황을 바꾸기 어려운 경우가 많으며, 주어진 현실을 있는 그대로 수용하고 역경 안에서 긍정적인 측면을 찾고자 함으로써 힘든 가운데서도 감사할 요소를 찾게 된다. 낙관성과 감사의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면 McCullough 등(2002)의 연구와 노지혜(2005)의 연구에서 낙관성이 높을수록 감사가 높았다.

한편, 감사하는 성향이 높은 사람은 부정적인 사건 안에서도 긍정적인 면을 찾는 경향이 있으며(Wood, Joseph, & Maltby, 2009), 감사는 역경경험에 대해 긍정적인 인지를 형성할 수 있도록 하여 역경 후에 삶의 의미를 새롭게 정립할 수 있도록 돕는 역할을 하기 때문에(Wu, Zhou, Liu, & Chen, 2014) 역경이 왔을 때 그 안에서 긍정적인 의미를 발견하고 역경을 통해 성장할 가능성이 높아진다. 다양한 종류

의 역경을 경험한 사람들을 대상으로 한 연구에서 감사가 높을수록 역경후성장이 높은 것으로 나타났다(Vernon, Dillon, & Steiner, 2009). 따라서 지금까지의 선행연구를 바탕으로 낙관적 성향이 높을수록 감사하는 성향이 더 커질 것으로 예상되고, 감사하는 성향이 클수록 역경 후에 더욱 성장할 것으로 예상되기 때문에 낙관성과 역경후성장의 관계에서 감사가 매개할 것으로 예상된다. 이번 연구를 통해 이를 확인해보면 낙관성과 역경후성장의 관계를 보다 명확히 할 수 있을 것이다.

Carver와 Scheier(2002)는 낙관성을 선천적인 것으로 보았으며, 낙관성이 후천적인 노력에 의해 변화하는 것이 불가능하지는 않지만 얼마나 변화 가능한지와 이 변화가 얼마나 지속될 수 있는지에 대해서는 명확하지 않으며, 자연스럽게 형성된 낙관성과 후천적인 노력에 의해 형성된 낙관성의 효과가 같은지에 대해서도 분명하지 않다고 하였다. 낙관성이 타고난 성향에 가까운 것이라면 낙관성을 높이는 것은 어려울 수 있으므로, 낙관성이 낮을 때 감사성향을 높여줄 수 있는 조절변인을 찾는다면 감사성향이 높아지고 이어서 역경후성장도 높아질 수 있을 것이라 생각된다. 본 연구에서는 상담장면에서 상담을 통해 내담자에게 촉진할 수 있는 변인을 중심으로 조절변인을 찾아보고자 한다. 또한 감사는 긍정적인 경험과 결과에 대해 타인의 공로를 인정하는 인지적인 속성과 이를 고맙게 느끼는 정서적인 속성을 함께 가지고 있기 때문에, 낙관성이 낮을 때 정서적인 측면과 인지적인 측면에서 각각 감사를 촉진할 수 있는 조절변인을 찾아보고자 한다.

정서관련 정보를 처리하고 활용하는 능력은 개인에 따라 차이가 있으며, 이러한 정서

적 능력을 정서지능이라고 한다(Schmidt & Andrykowski, 2004). 정서인식명확성은 정서지능 중에 하나로, 정서인식명확성이란 자신의 감정에 대해 명확하게 인식하고, 이해하고, 구분하는 정도를 말한다(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995). 정서를 경험하는데 있어서 정서인식이 중요한 역할을 하며 정서인식명확성이 높을수록 정적 정서가 높아진다(Swinkels & Giuliano, 1995). 역경이 왔을 때 낙관성이 낮은 사람은 부정적인 결과를 예상하기 때문에 낙관성이 높은 사람보다 스트레스를 더 많이 받으며 슬픔, 우울, 불안과 같은 부적 정서를 더 쉽게 경험한다(Carver & Scheier, 1998; Carver, Scheier, & Segerstrom, 2010). 그리고 자신의 정서를 잘 인식할수록 부적 정서에서 보다 빨리 벗어나며, 부적 정서를 조절하는 능력이 높아지게 된다(Goldman, Kraemer, & Salovey, 1996). 그런데 정서를 인식하는 것이 선행되어야 정서를 조절하는 과정을 시작할 수 있기 때문에 정서를 명확하게 인식하는 것은 정서를 조절하는데 있어서 매우 중요하며(Denham, 2007), 부적 정서를 잘 조절할수록 정적 정서 중에 하나인 감사 또한 높아지게 된다(김종운, 이지은, 2015; 노미경, 2012). 또한 Gohm과 Clore(2002)의 연구에서 정서인식명확성이 높을수록 긍정적 재평가를 보다 많이 사용하였다. 감사란 긍정적인 체험과 결과에 대해 타인의 기여를 인식하고 고마움을 느끼는 것으로 긍정적 재평가의 속성을 띠고 있다(McCullough et al., 2002). 정서를 다루는 것과 감사와의 관계를 다룬 선행연구를 살펴보면, 정서와 관련된 정보를 처리하고 활용하는 능력인 정서지능이 높을수록 감사하는 성향이 높아졌으며(Wilks, Neto, & Mavrouli, 2015), 정서지능의 하위요소 중에 하나인 정서

인식명확성이 높아질수록 감사하는 성향이 높아졌다(이강미, 2015). 따라서 낙관적 성향이 낮은 경우 정서인식명확성을 높일 수 있다면 낙관성이 낮음으로 인해 경험하는 부적 정서를 보다 적응적으로 조절하게 됨으로써 정적 정서 중 하나인 감사가 높아질 것이라 생각된다. 그리고 낙관성과 감사, 역경후성장의 매개모형에서 낙관성에서 감사로 가는 경로에서 정서인식명확성이 감사를 촉진할 것으로 예상되며 이를 매개로 역경후성장도 높아질 것이라 예상된다.

한편, 낙관성이 높은 사람들은 역경이 왔을 때 문제를 해결하기 위해 적극적으로 대처를 하고, 문제를 해결하기 어려운 경우 상황을 수용하거나 긍정적으로 재해석하는 경향을 보인다(Carver & Scheier, 2002). 하지만 낙관성이 낮은 사람들은 역경이 왔을 때 문제를 보려고 하지 않는 회피적인 모습을 보이거나, 문제를 인정하지 않고 부인하는 방식을 보이는 경우가 많다(Caver et al., 1993; Stanton & Snider, 1993). 문제를 부인한다는 것은 현실을 있는 그대로 수용하지 않는 것이고, 더 이상 타당하지 않는 낡은 사고방식을 고집하는 것이기 때문에 조망의 폭이 좁아지게 된다. 한편 타인의 조망을 이해할 수 있어야 타인에게 공감하는 것이 가능해진다. 조망수용이란 자기중심적인 관점에서 벗어나 다른 사람의 입장과 관점에서 타인을 이해하고자 하는 것을 말하며, 조망수용은 공감의 인지적 요소에 해당한다(Davis, 1980). 그리고 감사는 공감적 정서 중에 하나로(Lazarus & Lazarus, 1994), 감사는 타인에게 공감하는 능력에 바탕을 두고 있다. 호의를 베푼 상대방의 마음을 헤아릴 수 있어야 감사를 느낄 수 있기 때문이다. 자기중심적인 입장에서는 감사를 느끼기 어려우며, 조

망이 넓어져야 타인의 공로를 인식하고 감사하는 게 가능해진다. 따라서 조망의 폭이 좁을 경우 다양한 조망을 수용할 수 있도록 도와주는 것은 감사를 높이는데 도움이 될 것이다. 선행연구에서도 조망수용이 높을수록 감사가 높아지는 것으로 드러났다(Freitas, O'Brien, Nelson, & Marcovitch, 2012; McCullough et al., 2002). 따라서 낙관성과 감사, 역경후성장의 매개모형에서 낙관성에서 감사로 가는 경로에서 조망수용이 감사를 촉진할 것으로 예상되며 이를 매개로 역경후성장도 높아질 것이라 예상된다.

정서인식과 조망수용은 상담에서 중요하게 다루어지는 것 중에 하나이다. Greenberg(2002)는 정서를 인식하는 것이 상담의 가장 중요한 목표라고 하였고, 정서를 인식하는 것 자체만으로도 치료적 효과를 갖는다고 하였다. 한편, 상담을 통해 내담자가 자기중심적인 조망에서 벗어나 보다 폭넓고 다양한 조망에서 바라볼 수 있도록 돕는 것은 내담자의 대인관계 능력을 향상시킬 수 있고(Galinsky, Maddux, Gilin, & White, 2008), 대인관계 갈등으로 인한 불편한 마음을 해결하는데 도움을 줄 수 있다(Day, Howells, Mohr, Schall, & Gerace, 2008). 이와 같이 상담장면에서 내담자의 정서인식명확성과 조망수용을 높이는 것은 내담자의 적응을 돕는데, 본 연구를 통해 상담을 통해 높아진 내담자의 정서인식명확성과 조망수용이 내담자의 감사와 역경후성장을 높이는데도 도움이 되는지 확인해 보는 것은 의미가 있을 것이다.

종합하면, 본 연구에서는 앞의 선행연구와 이론을 바탕으로 하여 낙관성이 감사를 매개로 하여 역경후성장에 직·간접적으로 영향을 미칠 것으로 가정하였다. 또한 이러한 감사의 매개효과를 정서인식명확성과 조망수용이 조

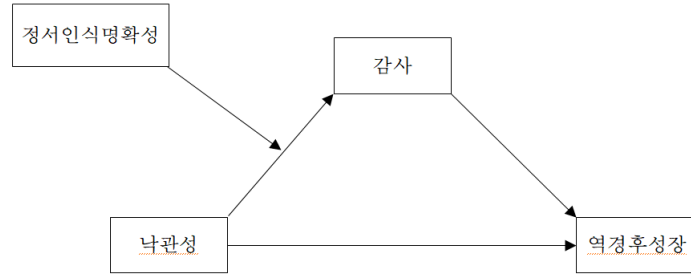


그림 1. 낙관성과 감사, 역경후성장의 관계에서 정서인식명확성의 조절된 매개효과 모형

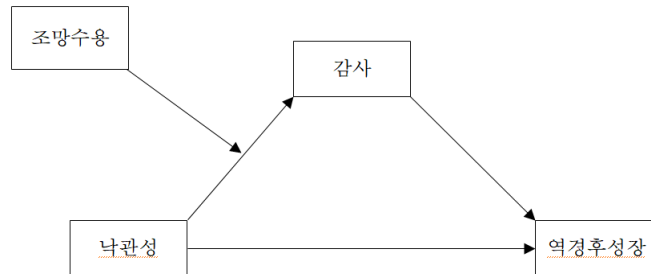


그림 2. 낙관성과 감사, 역경후성장의 관계에서 조망수용의 조절된 매개효과 모형

절할 것이라고 가정하였다. 즉 그림 1, 그림 2  
 에서와 같이 낙관성과 감사, 역경후성장의 관  
 계를 정서인식명확성과 조망수용이 조절하는  
 조절된 매개효과가 나타나는지 본 연구에서  
 검증해보고자 한다.

## 방 법

### 연구 대상

본 연구는 서울 및 경기지역에 거주하는 성  
 인을 대상으로 편의표집하여 설문을 실시하였  
 다. 역경후성장 관련 질문에 응답할 때 연  
 구 참여자들이 역경경험을 회상해야 해서 응  
 답하는 것을 꺼려하는 경향이 있기 때문에(이  
 옥희, 2015), 본 연구에서는 참여자가 아는 사

람들이 모인 곳에서 집단으로 설문지 작성이  
 실시되지 않도록 하였고, 참여자들이 설문지  
 를 받아 집으로 가져가서 혼자서 작성한 후에  
 중간 배부자나 연구자에게 설문지를 제출하도  
 록 하였다. 설문지를 배부하고 수집한 기간은  
 2017년 7월 20일부터 9월 1일까지였다. 설문지  
 560부를 돌렸고 이중에 514부가 회수되었다.  
 이 중에 불성실하게 답한 것을 제외하고, 역  
 경을 경험한 시기가 최근 6개월 이내인 것과  
 역경을 경험한 당시에 느꼈던 심각도가 ‘약간  
 심각함’ 이하(3점 이하)를 제외한 나머지 411  
 부를 가지고 분석하였다. 성별은 남자가 131  
 명(31.9%), 여자가 280명(68.1%)이었다. 연령은  
 20대부터 70대까지 분포하였고, 연령대별로는  
 50대(26.3%), 60대(22.9%), 40대(20.4%), 30대  
 (20%), 20대(6.8%), 70대(3.6%) 순으로 많았다.

## 측정 도구

### 낙관성

본 연구에서는 낙관성을 측정하기 위해 Scheier, Carver와 Bridge(1994)가 만든 개정된 삶의 정향 평가지(Revised Life Orientation Test: LOT-R)를 사용하였고 권혜경(2004)이 번안한 질문지를 사용하였다. LOT-R은 개인이 지각하는 미래에 대한 일반적인 긍정적 기대를 측정한다. 총 10문항으로 이루어져있고, 5점 리커트척도를 사용하며, 점수가 높을수록 낙관성이 높음을 의미한다. 문항의 예로 “불안한 상황에서 나는 보통 최선의 결과가 나타나리라고 기대한다.”를 들 수 있다. 권혜경(2004)의 연구에서는 Chronbach's  $\alpha$ 가 .64이었고, 본 연구에서는 .66으로 나타났다.

### 감사

본 연구에서는 감사하는 성향을 측정하기 위해 McCullough 등(2002)이 개발한 감사성향 척도(The Gratitude Questionnaire: GQ-6)를 권선중, 김교현과 이홍석(2006)이 번안하여 타당화한 한국판 감사 성향 척도(K-GQ-6)를 사용하였다. 이 척도는 총 6문항으로 7점 리커트척도를 사용하며, 점수가 높을수록 감사성향이 높음을 의미한다. 문항의 예로 “내 삶에는 감사할 거리들이 많다.”를 들 수 있다. 권선중 등(2006)의 연구에서 Chronbach's  $\alpha$ 가 .85, 본 연구에서는 .87로 나타났다.

### 정서인식명확성

Salovey 등(1995)은 자신의 감정을 돌아보는 것에 있어서 개인차를 측정하기 위해 특질 상위-기분 척도(the Trait Meta-Mood Scale: TMMS)를 개발하였고, 이 척도는 개인이 지각

하는 정서지능의 수준을 측정한다. TMMS는 정서주의, 정서인식명확성, 정서개선의 3가지 하위요인으로 이루어져 있는데, 본 연구에서는 이수정과 이훈구(1995)가 번안하고 타당화한 TMMS 중에 정서인식명확성만을 사용하였다. 이 척도는 총 11문항으로 5점 리커트척도를 사용하며, 점수가 높을수록 정서인식명확성이 높음을 의미한다. 역문항의 예로 “나는 늘 내가 어떻게 느끼는지에 대해 혼란스럽다.”를 들 수 있다. 이수정과 이훈구(1995)의 연구에서 Chronbach's  $\alpha$ 가 .88, 본 연구에서는 .76으로 나타났다.

### 조망수용

Davis(1980)가 공감의 다차원적인 특성을 측정하기 위해 개발한 대인관계반응지수 척도(Interpersonal Reactivity Index: IRI)는 4가지 하위요인으로 이루어져 있는데, 본 연구에서는 4가지 하위요인 중 조망수용 척도만을 사용하였고, 신경일(1994)이 번안하고 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 6문항으로 5점 리커트척도로 되어 있으며, 점수가 높을수록 조망수용이 높음을 의미한다. 문항의 예로 “내가 어떤 사람에 대해 화가 났을 때 나는 잠시 동안이라도 그의 입장에 서보려고 노력한다.”를 들 수 있다. 신경일(1994)의 연구에서는 Chronbach's  $\alpha$ 가 .69, 본 연구에서는 .74로 나타났다.

### 역경경험 질문지

역경의 종류와 시기, 주관적 고통의 정도를 측정하기 위해 송승훈, 이홍석, 박준호와 김교현(2009)이 만든 역경경험 질문지를 바탕으로 신선영(2009)이 보완한 질문지를 사용하였고, 보다 다양한 역경경험을 포함시키기 위해 역

경 종류에 대해 연구자가 추가적으로 보완하여 사용하였다. 먼저 연구 참여자들에게 지금까지 살아오면서 경험한 ‘매우 힘들고 고통스러웠던 사건 및 경험’을 모두 떠올리게 한 후 18가지로 분류된 역경 목록에 모두 표시하게 하였다. 그리고 그중에서 ‘가장 힘들고 고통스러운 사건이나 경험’을 하나만 선택하게 하였다. 이어서 그 하나의 사건이 일어난 시점, 그 사건으로 인한 고통 정도를 질문하였다.

### 역경후성장

역경후성장을 측정하기 위해 Tedeschi와 Calhoun(1996)이 개발하고 송승훈 등(2009)이 타당화한 한국판 역경후성장 척도(Korean Post-Traumatic Growth Inventory: K-PTGI)를 사용하였다. 질문에 응답할 때 역경경험 질문지에서 응답한 ‘가장 힘들고 고통스러웠던 사건 및 경험’ 한 가지를 회상하며 응답하도록 하였다. K-PTGI는 자기지각의 변화, 대인관계의 깊이 증가, 새로운 가능성의 발견, 영적·종교적 관심의 증가의 4요인으로 이루어져 있으며 총 16문항이다. 이 척도는 6점 리커트척도를 사용하며, 점수가 높을수록 역경 후에 성장한 정도가 높음을 의미한다. 문항의 예로 자기지각의 변화는 “내 삶에서 경험하게 되는 것들을 더 잘 받아들일 수 있게 되었다.”, 대인관계의 깊이 증가는 “나는 타인과의 관계에서 더 큰 친밀감을 느끼게 되었다.”, 새로운 가능성의 발견은 “나는 인생에서 무엇이 중요한지에 대한 생각이 바뀌었다.”, 영적·종교적 관심의 증가는 “나는 종교적인 믿음이 더 깊어졌다.”를 들 수 있다. 송승훈 등(2009)의 연구에서 Chronbach's  $\alpha$ 가 .94, 본 연구에서는 .94로 나타났다. 본 연구에서 요인별 Chronbach's  $\alpha$ 는 자기지각의 변화는 .92, 대인관계의 깊이 증가

는 .90, 새로운 가능성의 발견은 .86, 영적·종교적 관심의 증가는 .75로 나타났다.

### 자료분석

먼저 관련 변인의 기술통계 및 상관관계 분석을 하였다. 조절된 매개모형은 독립변인과 종속변인 간의 관계에서 조절변인의 조절효과가 없는 것으로 가정하기 때문에, 본 연구에서 조절된 매개모형을 검증하기 이전에 독립변인과 종속변인의 관계에서 조절변인의 조절효과가 있는지 여부를 먼저 확인하였다. 이어서 조절된 매개효과를 검증하기 위해서는 매개모형과 조절모형 모두 유의미해야 하므로 순차적으로 매개모형을 검증하고, 조절모형을 검증하고, 매개모형과 조절모형을 결합한 조절된 매개모형을 검증하는 순서를 따랐고 (Preacher, Rucker, & Hayes, 2007), SPSS Statistics 22.0과 Hayes(2012)의 SPSS Macro Process를 사용하여 분석하였다.

## 결 과

### 기술통계 및 상관관계 분석

연구 참여자들은 지금까지 살아오면서 경험한 ‘가장 힘들고 고통스러웠던 사건 및 경험’이 무엇인지 응답하였는데, 그들이 경험한 역경사건의 유형별 빈도와 비율을 높은 순서대로 표 1에 제시하였다. 역경경험 중에 ‘가족 및 대인관계 갈등, 스트레스’가 17.3%로 가장 많았고, 이어서 ‘사랑하는 혹은 의미 있는 사람의 사망’이 16.8%, ‘사랑하는 혹은 의미 있는 사람의 질병’이 8.5% 순으로 많았다.



표 1. 역경경험 유형별 빈도 및 비율

구분	역경경험 유형	빈도	비율(%)
	가족 및 대인관계 갈등, 스트레스	71	17.3
	사랑하는 혹은 의미 있는 사람의 사망	69	16.8
	사랑하는 혹은 의미 있는 사람의 질병	35	8.5
	배신 충격(거짓말, 외도, 속임, 사기 등)	30	7.3
	본인의 심각한 신체 질병	27	6.6
	재정적 어려움(부도, 파산, 신용불량 등)	27	6.6
	사고 및 상해 (교통사고, 산업재해, 화재, 폭발)	26	6.3
	이혼 또는 별거(본인, 부모), 가정불화	24	5.8
	학업, 과업 문제 (낙방, 실패, 좌절 등)	24	5.8
	대인관계 단절 (이별, 실연, 절교 등)	17	4.1
	적응의 어려움 (학교, 사회, 조직에서의 부적응, 소외, 따돌림 등)	15	3.6
	실직 또는 구직의 실패	14	3.4
	심리·정서적 문제	13	3.2
	기타	9	2.2
	범죄 피해 (구타, 폭행, 강도 등)	3	.7
	성추행 및 성폭력	3	.7
	어린 시절의 학대	3	.7
	자연 재해 (홍수, 지진, 폭설 등)	1	.2
합계		411	100.0

표 2. 변인들의 상관관계 및 기술통계

	1	2	3	4	5
낙관성	-				
감사	.514**	-			
정서인식명확성	.415**	.448**	-		
조망수용	.374**	.422**	.373**	-	
역경후성장	.386**	.465**	.274**	.312**	-
평균	3.634	5.844	3.608	3.676	4.027
표준편차	0.547	0.875	0.465	0.552	1.042
왜도	-0.323	-0.988	-0.252	-0.217	-0.397
첨도	0.207	1.115	0.105	0.146	-0.331

주. \*\* $p < .01$

다음으로 각 변인들 간의 관련성을 확인하기 위해 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과, 표 2에서와 같이 모든 주요 변인들 간에 통계적으로 유의미한 정적상관관계가 있는 것으로 나타났다. 왜도는 .217~.988, 첨도는 .105~1.115 사이에 분포하고 있기 때문에 왜도는 절대값 2.0 이내, 첨도는 절대값 7.0 이내라는 조건에 해당하여 자료가 정규분포를 이루는 것으로 나타났다(Curran, West, & Finch, 1996). 변인들 간에 관련성이 높으면 다중공선성 문제가 나타날 수 있는데, 본 연구에서는 상관계수가  $.274 \leq r \leq .514$ 로 나타나서 다중공선성 문제는 없는 것으로 나타났다(Cohen, Cohen, West, & Aiken, 2003).

조절된 매개효과 기본 가정 확인

조절된 매개모형과 매개된 조절모형의 차이는 독립변인과 종속변인의 관계에서 조절변인의 조절효과가 존재하는지에 따라 결정되며 (Muller, Judd, & Yzerbyt, 2005), 조절된 매개모형은 독립변인과 종속변인 간의 관계에서 조절변인의 조절효과가 없는 것으로 가정한다.

따라서 본 연구에서는 조절된 매개모형을 검증하기 이전에 독립변인인 낙관성과 종속변인인 역경후성장의 관계에서 정서인식명확성과 조망수용의 조절효과가 있는지 여부를 먼저 확인하였다. 다중공선성 문제를 방지하기 위하여 독립변인인 낙관성과 조절변인인 정서인식명확성과 조망수용을 평균중심화 하여 분석하였다.

낙관성과 역경후성장의 관계에서 정서인식명확성이 조절효과를 나타내는지 확인한 결과, 표 3에서와 같이 낙관성과 정서인식명확성의 상호작용항이 통계적으로 유의미하지 않았고 ( $\beta = -.033, p > .05$ ), 상호작용항으로 인한  $R^2$  변화량도 유의미하지 않아서 ( $\Delta R^2 = .001, \Delta F = .517, p > .05$ ) 낙관성과 역경후성장의 관계를 정서인식명확성이 조절하지 않는 것으로 드러났다. 다음으로 낙관성과 역경후성장의 관계에서 조망수용이 조절효과를 나타내는지 확인한 결과, 표 4에서와 같이 낙관성과 조망수용의 상호작용항이 통계적으로 유의미하지 않았고 ( $\beta = .002, p > .05$ ), 상호작용항으로 인한  $R^2$  변화량도 유의미하지 않아서 ( $\Delta R^2 = .000, \Delta F = .002, p > .05$ ) 낙관성과 역경후성장의 관계를

표 3. 정서인식명확성의 조절효과

	종속변인: 역경후성장				
	$\beta$	<i>t</i>	$R^2$	$\Delta R^2$	$\Delta F$
1단계					
(상수)		82.907***			
낙관성	.329	6.613***	.164	.164	40.163***
정서인식명확성	.137	2.761**			
2단계					
낙관성 × 정서인식명확성	-.033	-.719	.166	.001	.517

주. \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$

표 4. 조망수용의 조절효과

	종속변인: 역경후성장				
	$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$	$\Delta F$
1단계					
(상수)		84.246***			
낙관성	.313	6.477***	.182	.182	45.309***
조망수용	.195	4.047***			
2단계					
낙관성 × 조망수용	.002	.039	.182	.000	.002

주. \*\*\* $p < .001$

조망수용이 조절하지 않는 것으로 나타났다. 독립변인인 낙관성과 종속변인인 역경후성장의 관계를 정서인식명확성과 조망수용이 조절하지 않기 때문에 독립변인과 종속변인의 관계에서 조절변인의 조절효과가 없어야 한다는 조절된 매개모형의 기본 가정을 충족하였다.

#### 매개효과 검증

Baron과 Kenny(1986)의 순차적 회귀분석을 이용한 매개효과 검증과정을 통해 검증한 결과를 표 5에 제시하였다. 먼저 1단계에서 독립변인인 낙관성과 종속변인인 역경후성장의 관계가 정적으로 유의미하였다( $\beta = .386$ ,

$p < .001$ ). 2단계에서는 독립변인인 낙관성과 매개변인인 감사의 관계가 정적으로 유의미하였다( $\beta = .514$ ,  $p < .001$ ). 다음으로 3단계에서는 낙관성과 감사가 동시에 투입됐을 때 매개변인인 감사와 종속변인인 역경후성장의 관계가 정적으로 유의미하였다( $\beta = .362$ ,  $p < .001$ ). 그리고 1단계에서 낙관성이 역경후성장에 미치는 영향력보다( $\beta = .386$ ,  $p < .001$ ) 3단계에서 낙관성과 감사가 동시에 투입됐을 때 낙관성이 역경후성장에 미치는 영향력이 감소하였으므로( $\beta = .200$ ,  $p < .001$ ) 매개효과가 있다는 것을 알 수 있다. 이와 더불어 낙관성이 역경후성장에 미치는 영향력이 1단계보다 3단계에서 감소했지만 여전히 유의미한 것을 볼 때 감사가 낙관

표 5. 감사의 매개효과

단계	독립변인	종속변인	$B$	$SE$	$\beta$	$t$	$R^2$	$F$
1단계	낙관성	역경후성장	.736	.087	.386	8.458***	.149	71.546***
2단계	낙관성	감사	.822	.068	.514	12.115***	.264	146.764***
3단계	낙관성	역경후성장	.381	.096	.200	3.983***	.245	66.377***
	감사		.432	.060	.362	7.228***		

주. \*\*\* $p < .001$

표 6. 감사의 매개효과의 Bootstrapping 결과

변인	매개효과 계수	Boot SE	95% 신뢰구간	
			Boot LLCI	Boot ULCI
감사	.355	.057	.253	.476

성과 역경후성장의 사이를 부분매개한다는 것을 알 수 있다.

이렇게 도출된 매개효과가 통계적으로 유의미한지를 검증하기 위하여 PROCESS를 통해 Bootstrapping을 실시하였다. 재추출한 표본수는 2000개였고, 매개효과 계수는 .355이었다. Bootstrapping 방법은 95% 신뢰구간에서 매개효과 계수의 하한값(LLCI)과 상한값(ULCI) 사이에 0이 포함되지 않으면 매개효과가 .05 수준에서 통계적으로 유의미하다고 할 수 있다 (Preacher & Hayes, 2004). 표 6에 제시된 것처럼 매개효과 계수의 하한값과 상한값이 각각 .253과 .476으로 둘 사이에 0이 포함되지 않으므로 감사의 매개효과가 통계적으로 유의미하다는 것을 알 수 있다.

**조절효과 검증**

낙관성과 감사 간의 관계에서 정서인식명확성과 조망수용이 조절하는지 알아보기 위해 Aiken과 West(1991)가 제안한 위계적 회귀분석 절차에 따라 검증하였다. 다중공선성의 문제를 최소화하기 위하여 독립변인과 조절변인을 평균중심화 하여 분석하였다(Cohen et al., 2003). 이어서 조절변인의 상이한 수준에서 독립변인과 종속변인의 관계가 유의미한지 PROCESS를 통해 확인하였다.

**정서인식명확성의 조절효과 검증**

위계적 회귀분석 절차에 따라 1단계에서 낙관성과 정서인식명확성을 투입한 후, 2단계에서 낙관성과 정서인식명확성의 상호작용항을 투입하였다. 그 결과, 표 7에서와 같이 낙관성

표 7. 낙관성과 감사 간의 관계에서 정서인식명확성의 조절효과

	종속변인: 감사				
	$\beta$	<i>t</i>	$R^2$	$\Delta R^2$	$\Delta F$
1단계					
(상수)		160.565***			
낙관성	.396	8.903***	.331	.331	100.736***
정서인식명확성	.283	6.366***			
2단계					
낙관성 × 정서인식명확성	-.143	-3.548***	.351	.020	12.588***

주. \*\*\* $p < .001$

과 정서인식명확성의 상호작용항이 통계적으로 유의미하였고( $\beta = -.143, p < .001$ ), 상호작용항으로 인한  $R^2$  변화량도 유의미하였다( $\Delta R^2 = .020, \Delta F = 12.588, p < .001$ ). 이러한 결과는 낙관성과 감사의 관계를 정서인식명확성이 유의미하게 조절한다는 것을 의미한다.

이러한 정서인식명확성의 조절효과를 보다 쉽게 해석하기 위해 그래프를 통해 확인해보았다. 독립변인인 낙관성과 조절변인인 정서인식명확성을 각각 상·하 집단으로 구분하여 회귀식을 유도한 결과, 그림 3에서와 같이 낙관성이 높을수록 감사가 높게 나타났고, 이때 정서인식명확성이 높을수록 낙관성과 감사 간

의 기울기가 더 낮아지는 것으로 나타나 정서인식명확성이 높을수록 낙관성이 감사에 미치는 영향이 작은 것으로 나타났다. 이를 통해 정서인식명확성이 감사를 더 많이 높여주는 촉진적인 역할을 한다는 것을 알 수 있다.

다음으로 조절변인인 정서인식명확성의 상이한 수준에서 독립변인인 낙관성과 종속변인인 감사의 관계가 통계적으로 유의미한지 확인한 결과, 표 10에서와 같이 정서인식명확성의 조건 값들(평균, 평균-1SD, 평균+1SD)에서 단순회귀선이 모두 유의미한 것으로 나타나 정서인식명확성의 조건 값에 따라 낙관성이 감사에 미치는 영향이 모두 유의미한 것으로

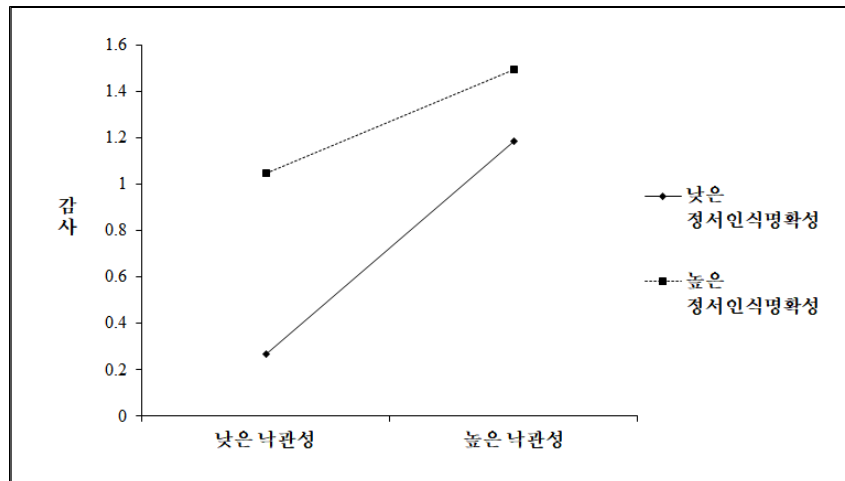


그림 3. 정서인식명확성의 조절효과

표 8. 정서인식명확성의 조건 값에 따른 단순회귀선 유의성 검증

		B	SE	t
정서인식명확성	M-1SD	.792	.083	9.522***
	M	.595	.071	8.375***
	M+1SD	.398	.096	4.116***

주. \*\*\*  $p < .001$

확인되었다.

**조망수용의 조절효과 검증**

위계적 회귀분석 절차에 따라 1단계에서 낙관성과 조망수용을 투입한 후, 2단계에서 낙관성과 조망수용의 상호작용항을 투입하였다. 그 결과, 표 9에서와 같이 낙관성과 조망수용의 상호작용항이 통계적으로 유의미하였고 ( $\beta = -.108, p < .01$ ), 상호작용항으로 인한  $R^2$  변

화량도 유의미하였다 ( $\Delta R^2 = .012, \Delta F = 7.126, p < .01$ ). 이러한 결과는 낙관성과 감사의 관계를 조망수용이 유의미하게 조절한다는 것을 의미한다.

이러한 조망수용의 조절효과를 보다 쉽게 해석하기 위해 그래프를 통해 확인해본 결과, 그림 4에서와 같이 낙관성이 높을수록 감사가 높게 나타났고, 이때 조망수용이 높을수록 낙관성과 감사 간의 기울기가 더 낮아지는 것으

표 9. 낙관성과 감사 간의 관계에서 조망수용의 조절효과

	종속변인: 감사				
	$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$	$\Delta F$
1단계					
(상수)		160.993***			
낙관성	.414	9.443***	.325	.325	98.396***
조망수용	.267	6.089***			
2단계					
낙관성 × 조망수용	-.108	-2.669**	.337	.012	7.126**

주. \*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$

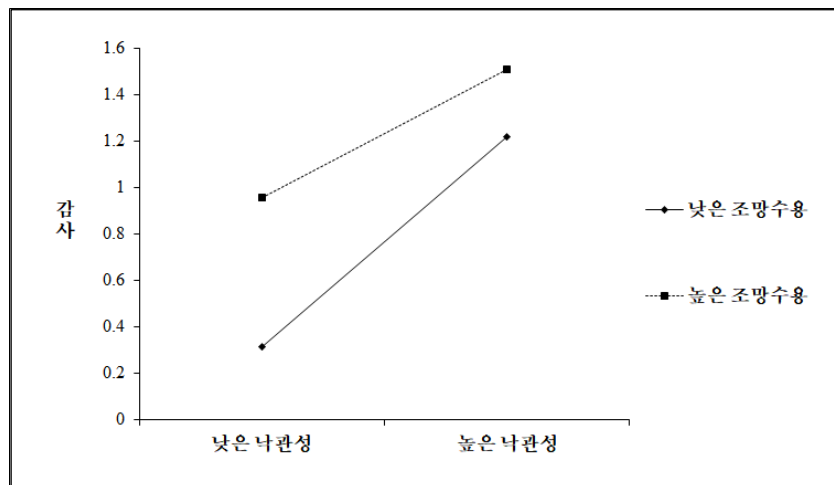


그림 4. 조망수용의 조절효과

표 10. 조망수용의 조건 값에 따른 단순회귀선 유의성 검증

		<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>
조망수용	<i>M-1SD</i>	.807	.088	9.139***
	<i>M</i>	.651	.069	9.330***
	<i>M+1SD</i>	.494	.093	5.261***

주. \*\*\**p*<.001

로 나타나 조망수용이 높을수록 낙관성이 감사에 미치는 영향이 작은 것으로 나타났다. 이를 통해 조망수용이 감사를 더 많이 높여주는 촉진적인 역할을 한다는 것을 알 수 있다.

다음으로 조절변인인 조망수용의 상이한 수준에서 독립변인인 낙관성과 종속변인인 감사의 관계가 통계적으로 유의미한지 확인한 결과, 표 10에서와 같이 조망수용의 조건 값들(평균, 평균-1SD, 평균+1SD)에서 단순회귀선이 모두 유의미한 것으로 나타나 조망수용의 조건 값에 따라 낙관성이 감사에 미치는 영향이 모두 유의미한 것으로 확인되었다.

조절된 매개효과 검증

정서인식명확성의 조절된 매개효과 검증

앞에서 낙관성과 역경후성장의 관계에서 감사의 매개효과를 확인하였고, 낙관성과 감사의 관계에서 정서인식명확성의 조절효과를 확인하였다. 다음은 이러한 매개효과와 조절효과를 결합한 조절된 매개효과가 있는지 확인하기 위해 Hayes(2012)의 PROCESS를 이용하여 분석하였다. 표 11에 나타난 조절된 매개효과 분석 결과를 보면(PROCESS Model 7 사용), 낙관성과 정서인식명확성의 상호작용 효과는

표 11. 정서인식명확성의 조절된 매개효과

	종속변인: 감사					
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	LLCI	ULCI	<i>R</i> <sup>2</sup>
(상수)	5.888	.037	158.795***	5.816	5.961	.350***
낙관성	0.595	.071	8.375***	.455	.735	
정서인식명확성	0.536	.082	6.495***	.374	.699	
낙관성 × 정서인식명확성	-0.424	.119	-3.548***	-.659	-.189	
	종속변인: 역경후성장					
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	LLCI	ULCI	<i>R</i> <sup>2</sup>
(상수)	1.504	.351	4.274***	.812	2.196	.245***
낙관성	0.380	.095	3.983***	.192	.568	
감사	0.431	.059	7.228***	.314	.549	

주. \*\*\**p*<.001

감사에 정적으로 유의미하게 영향을 미치며 ( $t=-3.548, p<.001$ ), 감사는 역경후성장에 정적으로 유의미하게 영향을 미침을 알 수 있다 ( $t=7.228, p<.001$ ). 이를 통해 감사를 매개로 낙관성에서 역경후성장으로 가는 경로가 정서인식명확성의 수준에 따라 달라진다는 것을 알 수 있다.

조절변인의 수준에 따라 변하는 매개효과 크기를 ‘조건부 간접효과(conditional indirect effect)’라고 하는데, 조절된 매개효과 검증에서 나타난 조건부 간접효과 크기의 방향이 조절변인인 정서인식명확성의 수준에 따라 어떻게 변하는지 확인하기 위해 PROCESS를 통해 Bootstrapping 방식으로 조건부 간접효과 통계적 유의성을 검증하였고(Preacher et al., 2007) 결과는 표 12에 제시하였다. 정서인식명확성 값이 평균, 평균-1SD, 평균+1SD일 때 하한값(LLCI)과 상한값(ULCI) 사이에 0이 포함되지 않기 때문에 세 수준에서 모두 조건부 간접효과가 유의미한 것으로 나타나 세 수준 모두에서 조절된 매개효과가 유의미함을 알 수 있다. 그리고 정서인식명확성 값이 커질수록 조절된 매개효과 크기는 작아지는 것으로 나타났다. 이것은 앞에서 낙관성과 감사의 관계에서 정서인식명확성의 조절효과가 나타난 형태와 마찬가지로 정서인식명확성이 높을수록 낙관성

이 감사에 미치는 영향이 더 작았고, 이는 낙관성이 감사를 통해 역경후성장에 미치는 간접효과를 정서인식명확성이 조절함을 의미한다. 즉 정서인식명확성이 감사를 더욱 촉진하게 됨으로써 감사가 높아지고, 이렇게 높아진 감사를 매개로 하여 역경후성장이 더욱 높아지는 것을 의미한다.

### 조망수용의 조절된 매개효과 검증

조망수용의 조절된 매개효과 분석 결과를 보면(PROCESS Model 7 사용), 표 13에서와 같이 낙관성과 조망수용의 상호작용 효과는 감사에 정적으로 유의미하게 영향을 미치며 ( $t=-2.669, p<.01$ ), 감사는 역경후성장에 정적으로 유의미하게 영향을 끼침을 알 수 있다 ( $t=7.228, p<.001$ ). 이를 통해 감사를 매개로 낙관성에서 역경후성장으로 가는 경로가 조망수용의 수준에 따라 달라진다는 것을 알 수 있다.

조절변인인 조망수용의 수준에 따라 변하는 매개효과가 조절변인의 수준에 따라 크기와 방향이 어떻게 변하는지 살펴본 결과, 표 14에서와 같이 조망수용 값이 평균, 평균-1SD, 평균+1SD일 때 하한값(LLCI)과 상한값(ULCI) 사이에 0이 포함되지 않기 때문에 세 수준에서 모두 조건부 간접효과가 유의미한 것으로

표 12. 정서인식명확성 값에 따른 조절된 매개효과

	조절변인 특정 값에서의 조건부간접효과			
	간접효과 계수	Boot SE	95% 신뢰구간	
			Boot LLCI	Boot ULCI
M-1SD	.342	.060	.238	.478
M	.257	.047	.177	.367
M+1SD	.171	.048	.093	.283



표 13. 조망수용의 조절된 매개효과

	종속변인: 감사					
	B	SE	t	LLCI	ULCI	R <sup>2</sup>
(상수)	5.876	.037	157.822***	5.803	5.949	.337***
낙관성	0.651	.069	9.330***	.513	.788	
조망수용	0.419	.068	6.081***	.283	.554	
낙관성 × 조망수용	-0.283	.106	-2.669**	-.492	-.074	
	종속변인: 역경후성장					
	B	SE	t	LLCI	ULCI	R <sup>2</sup>
(상수)	1.504	.351	4.274***	.812	2.196	.245***
낙관성	0.380	.095	3.983***	.192	.568	
감사	0.431	.059	7.228***	.314	.549	

주. \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$

표 14. 조망수용 값에 따른 조절된 매개효과

	조절변인 특정 값에서의 조건부간접효과			
	간접효과 계수	Boot SE	95% 신뢰구간	
			Boot LLCI	Boot ULCI
<i>M-1SD</i>	.348	.060	.236	.473
<i>M</i>	.281	.048	.198	.387
<i>M+1SD</i>	.213	.049	.134	.335

나타나 세 수준 모두에서 조절된 매개효과가 유의미함을 알 수 있다. 그리고 조망수용 값이 커질수록 조절된 매개효과 크기는 작아지는 것으로 나타났다. 이것은 앞에서 낙관성과 감사의 관계에서 조망수용의 조절효과가 나타난 형태와 마찬가지로 조망수용이 높을수록 낙관성이 감사에 미치는 영향이 더 작았고, 이는 낙관성이 감사를 통해 역경후성장에 미치는 간접효과를 조망수용이 조절함을 의미한다. 즉 조망수용이 감사를 더욱 촉진하게 됨으로써 감사가 높아지고, 이렇게 높아진 감사

를 매개로 하여 역경후성장이 더욱 높아지는 것을 의미한다.

## 논 의

본 연구에서는 낙관성과 역경후성장의 관계를 보다 구체적으로 탐색하기 위해 낙관성과 역경후성장의 관계에서 감사가 매개효과를 가지는지를 확인하였고 이를 바탕으로 감사를 매개로 하여 낙관성이 역경후성장으로 가는

경로가 정서인식명확성과 조망수용의 수준에 따라 달라지는지를 조절된 매개모형을 통해 확인하고자 하였다. 연구모형 검증을 통해 드러난 결과 및 논의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구를 통해 낙관성이 높을수록 감사가 높았고, 감사가 높을수록 역경후성장이 높았으며, 낙관성과 역경후성장의 관계에서 감사가 부분매개역할을 하는 것으로 드러났다. 즉 낙관성이 역경후성장에 직접 영향을 미치기도 하지만 낙관성이 감사를 통해 역경후성장에 간접적으로 영향을 미치기도 하는 것을 의미한다. 먼저 낙관성의 역경후성장에 대한 직접적인 효과는 낙관성이 높을수록 역경후성장이 높아진다는 선행연구 결과(Feder et al., 2008; Tedeschi & Calhoun, 1996)와 일치한다. 낙관적인 사람은 역경 안에서 긍정적인 면을 보고자, 배울 점을 찾고자 노력하기 때문에(Fry, 1995) 역경을 통해 성장할 가능성이 높아진다. 이어서 매개모형에서 나타난 낙관성과 감사의 관련성은 낙관성이 높을수록 감사가 높아진다는 선행연구 결과(노지혜, 2005; McCullough et al., 2002)와 일치한다. 낙관적인 사람은 자신이 통제할 수 없는 부정적인 사건을 경험할 때 주어진 상황을 긍정적으로 재해석하려고 하거나 상황을 수용하려는 경향이 높다(Carver & Scheier, 2002; Scheier et al., 1986). 역경 상황은 통제하거나 바꾸기 어려운 경우가 대부분이기 때문에, 낙관적인 사람이 역경 상황을 있는 그대로 수용하고 역경 안에서 긍정적인 부분을 찾고자 함으로써 역경 안에서 감사할 부분을 찾을 가능성이 높아진다. 마지막으로 매개모형에서 나타난 감사와 역경후성장의 관계는 감사가 높을수록 역경후성장이 높아진다는 선행연구(Vernon et al., 2009; Wu et al., 2014)와 일치한다. 감사하는 성향이

높은 사람은 부정적인 사건 안에서도 긍정적인 면을 찾는 경향이 있으며(Wood et al., 2009), 감사가 역경경험에 대해 긍정적인 인지를 형성할 수 있게 하여 역경 이후에 삶의 의미를 새롭게 정립할 수 있도록 돕기 때문에(Wu et al., 2014) 역경 안에서 긍정적인 의미를 발견하고 역경을 통해 성장할 가능성이 높아진다.

둘째, 본 연구에서 낙관성과 감사의 관계에서 정서인식명확성이 감사를 촉진하는 조절효과를 갖는 것으로 드러났다. 보다 구체적으로 살펴보면, 정서인식명확성이 높을수록 낙관성이 감사에 미치는 영향이 더 작았고, 이를 통해 정서인식명확성이 감사를 더욱 높여주는 촉진적인 역할을 한다는 것을 알 수 있다. 따라서 낙관적인 성향이 낮다 하더라도 자신의 정서를 보다 명확하게 인식할 수 있도록 도와줌으로써 감사하는 성향이 촉진될 수 있음을 알 수 있다. 이러한 결과는 정서인식명확성이 높아질수록 감사하는 성향이 높아진다는 선행연구(이강미, 2015)와 맥을 같이 한다. 부정적인 사건을 경험할 때 낙관성이 낮은 사람은 낙관성이 높은 사람보다 스트레스를 더 많이 받으며 부적 정서를 더 쉽게 경험하게 되는데(Carver & Scheier, 1998), 자신의 정서를 명확하게 잘 인식할수록 부적 정서에서 보다 빨리 벗어나며 부적 정서를 조절하는 능력이 높아지게 된다(Goldman et al., 1996). 그런데 정서를 인식하는 것이 선행되어야 정서를 조절하는 과정을 시작할 수 있기 때문에 자신의 정서를 명확하게 인식하는 것은 정서를 조절하는데 있어서 매우 중요하며(Denham, 2007), 부적 정서를 잘 조절할수록 정적 정서 중에 하나인 감사 또한 높아지게 된다(김종운, 이지은, 2015; 노미경, 2012). 따라서 낙관적 성향이 낮

은 사람의 경우 자신의 정서를 보다 명확하게 인식할 수 있게 된다면 낙관성이 낮음으로 인해 경험하는 부정적 정서를 보다 적응적으로 조절할 수 있게 됨으로써 정적 정서 중 하나인 감사를 더 많이 느끼는데 도움이 될 것이다.

셋째, 본 연구에서 낙관성과 감사의 관계에서 조망수용이 감사를 촉진하는 조절효과를 갖는 것으로 드러났다. 보다 구체적으로 살펴보면, 조망수용이 높을수록 낙관성이 감사에 미치는 영향이 더 작았고, 이를 통해 조망수용이 감사를 더욱 높여주는 촉진적인 역할을 한다는 것을 알 수 있다. 따라서 낙관적인 성향이 낮다 하더라도 보다 다양한 조망을 수용할 수 있게 도와줌으로써 감사하는 성향이 촉진될 수 있음을 알 수 있다. 이러한 결과는 조망수용이 높아질수록 감사하는 성향이 높아진다는 선행연구(Freitas et al., 2012)와 맥을 같이 한다. 낙관성이 낮은 사람들은 역경이 왔을 때 상황을 회피하거나, 부인하는 방식을 보이는 경우가 많다(Stanton & Snider, 1993). 문제를 회피하거나 부인한다는 것은 현실을 있는 그대로 수용하지 않는 것이고, 더 이상 타당하지 않는 낡은 사고방식을 계속 고집한다는 것이기 때문에 조망의 폭이 좁아질 수밖에 없다. 조망수용은 공감의 인지적 요소에 포함되며(Davis, 1980), 타인의 조망을 수용할 수 있어야 타인에게 공감하는 것이 가능해진다. 감사는 공감적 정서 중에 하나로 타인에게 공감하는 능력을 바탕으로 두는데(Lazarus & Lazarus, 1994), 감사하는 마음이 긍정적인 체험과 결과물에 대해 타인의 기여가 있을 것이라고 인식하는 것에서 시작되기 때문이다. 따라서 자기 중심적인 조망에서는 감사를 느끼기 어려우며, 조망의 폭이 넓어져야 타인의 공로를 인식하게 되면서 감사를 느낄 수 있게 된다. 즉 타

인의 조망을 보다 잘 이해하는 것은 감사를 높이는데 도움이 되는데(McCullough et al., 2002), 낙관적 성향이 낮다 하더라도 다양한 조망을 수용할 수 있는 능력이 향상된다면 감사를 보다 많이 느끼는데 도움이 될 것이다.

넷째, 앞에서 본 연구의 매개모형과 조절모형의 검증 결과를 제시하였는데, 이 매개모형과 조절모형을 결합한 조절된 매개모형을 검증한 결과는 다음과 같다. 낙관성과 역경후성장 간의 관계에서 감사의 매개효과를 정서인식명확성이 조절하는 정서인식명확성의 조절된 매개효과가 유의미하게 나타났고, 이와 동시에 낙관성과 역경후성장 간의 관계에서 감사의 매개효과를 조망수용이 조절하는 조망수용의 조절된 매개효과가 유의미한 것으로 나타났다. 조절변인의 수준에 따라 매개효과가 어떻게 달라지는지 살펴본 결과, 앞에서 조절효과가 나타난 양상과 마찬가지로 정서인식명확성이 감사를 더욱 촉진하게 됨으로써 감사가 높아지고, 이렇게 높아진 감사를 매개로 하여 역경후성장이 더욱 높아지는 것으로 드러났다. 조망수용도 정서인식명확성의 효과와 마찬가지로 조망수용이 감사를 더욱 촉진하게 됨으로써 감사가 높아지고, 이렇게 높아진 감사를 매개로 하여 역경후성장이 더욱 높아지는 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과의 의미를 살펴보면, 낙관성이 높으면 감사가 높아지고, 감사가 높아지면 역경후성장이 높아지는 매개모형도 성립하지만, 이 매개효과를 정서인식명확성과 조망수용이 조절하는 조절된 매개모형도 성립됨을 알 수 있다. 보다 구체적으로 정서인식명확성과 조망수용을 높여줌으로써 감사하는 성향이 촉진될 수 있고, 이렇게 높아진 감사를 매개로 하여 보다 높은 역경후성장에 이를 수 있음을 알 수 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

먼저 본 연구는 다음과 같은 학술적 시사점을 갖는다. 첫째, 본 연구를 통해 낙관성과 역경후성장의 관계에서 감사의 매개역할을 새롭게 확인할 수 있었고, 이를 통해 낙관성과 역경후성장의 관계가 보다 명확해졌다는 점에서 연구의 의의가 있다. Alarcon 등(2013)은 낙관성이 다른 긍정적인 심리적 자원을 촉진시킴으로써 적응 관련 변인에 긍정적인 영향을 미칠 수 있으며 이에 대한 연구가 필요하다고 하였는데 본 연구를 통해 낙관성과 역경후성장의 관계에서 감사를 매개변인으로 새롭게 확인함으로써 낙관적인 사람이 어떠한 경로를 통해 역경후성장에 이르는지에 대해 보다 다양한 차원으로 이해하는데 도움이 될 것이다.

둘째, 낙관성과 감사의 관계에서 정서인식 명확성과 조망수용이 조절역할을 한다는 것을 새롭게 밝혔다는데서 연구의 의의가 있다. Carver와 Scheier(2002)는 낙관성을 시간과 상황이 바뀌어도 일관되게 나타나는 안정적인 성격 특성으로 보았으며, 유전성이 높고, 유년기 초기에 형성될 가능성이 높다고 보았다. 낙관성이 타고난 성향에 가까운 것이라면 낙관성을 높이는 것은 어려울 수 있으므로 낙관성이 낮은 사람에게 감사성향을 끌어올려줄 수 있는 기제를 찾는 것은 의미가 있다. 본 연구에서 정서인식명확성과 조망수용이 감사성향을 더욱 촉진한다는 것이 밝혀짐으로써 그러한 기제를 찾았다는 데서 연구의 의의가 있다. 즉 낙관성이 높을수록 감사하는 성향이 높아지기도 하지만, 낙관적 성향이 낮은 사람에게도 정서인식명확성과 조망수용을 높여줌으로써 감사하는 성향이 촉진될 수 있음을 시사한다.

셋째, 낙관성과 역경후성장 간의 관계에서

나타난 감사의 매개효과와 낙관성과 감사 간의 관계에서 나타난 정서인식명확성과 조망수용의 조절효과를 결합한 조절된 매개효과 모형을 새롭게 확인할 수 있었다는 데서 연구의 의의가 있다. 이러한 결과는 낙관적 성향이 낮은 사람에게 자신의 정서를 보다 명확하게 인식할 수 있도록 돕거나 조망이 보다 넓어질 수 있도록 도와줌으로써 감사를 더욱 많이 느낄 수 있게 할 수 있고, 이렇게 높아진 감사로 인해 역경을 통해 보다 성장할 수 있도록 도울 수 있음을 시사한다. 즉 낙관적 성향이 낮은 사람에게도 감사와 역경후성장을 촉진할 수 있는 기제와 그 경로를 발견했다는 점에서 연구의 의의가 있다. Bostock 등(2009)은 낙관성과 역경후성장의 관계를 보다 명확히 하기 위해 추가적인 연구가 필요하다고 하였고, Alarcon 등(2013)은 낙관성이 어떠한 과정을 통해 적응에 긍정적인 영향을 미치는지에 대한 연구가 부족하여 이에 대한 연구가 필요하다고 하였는데, 본 연구 결과를 통해 낙관성과 역경후성장의 관계를 보다 구체적으로 이해할 수 있었다는 점에서 연구의 의의가 있다.

다음으로 본 연구는 상담의 실제와 관련해서 다음과 같은 시사점을 갖는다. 본 연구 결과를 통해 상담장면에서 내담자가 역경을 통해 성장할 수 있도록 기여할 수 있는 부분을 찾았다는데서 연구의 의의가 있다. 상담장면에서 내담자가 역경을 통해 성장할 수 있도록 돕는 것은 내담자가 자신의 역경에 대해 긍정적인 의미를 부여하고 새로운 시각으로 바라보는데 도움이 되며, 장기적으로 개인의 적응에 긍정적인 영향을 미치기 때문에(Davis et al., 1998) 상담장면에서 내담자가 역경을 통해 성장할 수 있도록 돕는 것은 장기적으로 내담자의 적응을 도울 수 있는 유용한 치료방법이

될 수 있다(Calhoun & Tedeschi, 1999). 본 연구에서 상담을 통해 내담자의 정서인식명확성과 조망수용을 높여주는 것이 내담자의 감사성향을 높이는데 도움이 되고, 이렇게 높아진 감사성향을 통해 내담자의 역경후성장이 촉진될 수 있음을 발견했다는 데서 연구의 의의가 있다. 내담자가 역경을 극복하는데 있어서 낙관성이 긍정적인 효과를 발휘하는데(Carver et al., 2010), 내담자의 낙관성이 낮은 경우에도 상담을 통해 내담자가 자신의 정서를 보다 명확하게 인식할 수 있게 되고, 보다 다양한 조망을 수용할 수 있게 된다면 내담자의 감사성향이 높아지는데 도움이 될 것이고, 이를 매개로 하여 내담자가 역경을 통해 성장하는데 도움이 될 것이다.

끝으로 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 설문조사를 한 번 실시하여 수집된 자료를 바탕으로 횡단적으로 분석하여 변인과의 관계를 연구하였기 때문에, 변인들 간에 인과적 관계를 논의하는 것은 한계가 있다. 본 연구의 변인들이 역경을 경험하기 이전부터 연구 참여자들이 가지고 있던 성향일 수도 있으나, 그 성향들이 역경을 경험한 후에 변화되었을 가능성도 있다. 따라서 후속연구에서는 시간적 차이를 둔 종단 연구를 통해 변인들 간의 인과관계를 보다 명확히 할 필요가 있다. 보다 구체적으로 낙관성과 감사, 역경후성장의 매개모형을 종단연구를 통해 확인할 필요가 있으며, 이 매개모형을 정서인식명확성과 조망수용이 조절하는지를 종단연구를 통해 확인할 필요가 있다. 예컨대 상담장면에서 내담자들이 상담을 통해 정서인식명확성과 조망수용이 높아질 때 감사성향과 역경후성장이 촉진될 수 있는지 상담과정을

통해 확인해본다면 본 연구의 결과가 보다 명료해질 것이다.

둘째, 본 연구는 자기보고식 설문을 통해 자료가 수집되었기 때문에 연구 참여자들의 내면적 특성이 드러나기가 어렵고, 방어적으로 대답했을 가능성도 있으며, 역경을 통해 성장하는 과정을 구체적으로 이해하는데 한계가 있다. 따라서 후속연구에서 질적 연구를 통해서 본 연구에서 제시된 변인들이 역경을 통해 성장하기까지의 과정에 어떠한 방식으로 영향을 끼치는지를 살펴본다면 역경후성장 과정에 대한 이해를 보다 넓힐 수 있을 것이다. 또한 자기보고식 질적 연구를 통해 역경후성장을 측정하는데 있어서 한계가 있을 수 있으므로 주변 사람들을 인터뷰 하는 등 보다 다각적인 방법으로 질적 연구를 시도한다면 역경후성장을 보다 명료하게 이해하는데 도움이 될 것이다.

셋째, 본 연구는 역경후성장과 관련하여 매개모형, 조절모형, 조절된 매개모형을 새롭게 검증하는데 의미를 두었는데, 추후의 연구에서는 그동안 역경후성장 연구에서 중재변인으로 언급된 역경 이후의 시간, 역경의 강도, 역경 이전의 성격 특성, 사회적지지 등(이양자, 정남운, 2008)을 잠재적 통제변인으로 가정하고, 본 연구에서 검증된 모형들이 이러한 변인들의 수준 차이에 따라 모형의 적합도에서 차이가 나는지 검증해본다면 본 연구의 결과에 대한 이해를 보다 넓힐 수 있을 것이다.

## 참고문헌

권선중, 김교헌, 이홍석 (2006). 한국판 감사성향 척도(K-GQ-6)의 신뢰도 및 타당도. 한

- 국심리학회지: 건강, 11(1), 177-190.
- 권혜경 (2004). 낙관성이 진로태도성숙 및 학교 생활만족도에 미치는 영향: 성취동기와 자아강도를 매개변인으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김중운, 이지은 (2015). 대학생의 감사성향이 분노대처행동에 미치는 영향에서 인지적 정서조절의 매개효과. 상담학연구, 16(6), 409-423.
- 김현정, 함경애, 이동훈 (2014). 실직자의 가족 탄력성과 외상 후 성장의 관계에서 적극적인 대처방식의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(3), 787-804.
- 노미경 (2012). 이차적 분노사고와 감사성향 및 인지적 정서조절 전략의 관계. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 노지혜 (2005). 나는 왜 감사해야 하는가?: 스트레스 상황에서 감사가 안녕감에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 노치경, 홍혜영 (2016). 회복탄력성이 역경 후 성장에 이르는 과정에서 정서인식명확성, 의도적 반추와 문제중심대처의 매개효과. 상담학연구, 17(6), 1-20.
- 송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현 (2009). 한국판 외상후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구. 한국심리학회지: 건강, 14(1), 193-214.
- 신경일 (1994). 상담자 교육을 위한 공감훈련 프로그램의 개발과 적용. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 신선영 (2009). 삶의 의미와 사회적 지지가 외상 후성장에 미치는 영향: 성찰적 반추를 매개변인으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이강미 (2015). 중학생의 감사성향과 정서지능 및 성취동기의 관계. 충북대학교 대학원 석사학위논문.
- 이수정, 이훈구 (1995). Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구: 정서지능의 하위요인에 대한 탐색. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 11(1), 95-116.
- 이양자, 정남운 (2008). 외상후 성장에 대한 연구 개관: 적응과의 관계 및 치료적 적용을 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 13(1), 1-23.
- 이옥희 (2015). 역경후 성장과 적응 모형 검증: 중년기 성인을 중심으로. 인천대학교 대학원 박사학위논문.
- 전보람, 최윤경 (2016). 위협지각, 낙관성 및 삶의 의미가 암 환자의 외상 후 성장에 미치는 영향. 스트레스연구, 24(1), 1-12.
- 하정혜, 김지현 (2016). 중년여성 한부모의 성역할갈등과 외상 후 성장의 관계에서 사회적 지지와 삶의 의미의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(4), 1023-1046.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Alarcon, G. M., Bowling, N. A., & Khazon, S. (2013). Great expectations: A meta-analytic examination of optimism and hope. *Personality and Individual Differences, 54*(7), 821-827.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(6), 1173-1182.
- Bensimon, M. (2012). Elaboration on the association between trauma, PTSD and

- posttraumatic growth: The role of trait resilience. *Personality and Individual Differences*, 52(7), 782-787.
- Bostock, L., Sheikh, A. I., & Barton, S. (2009). Posttraumatic growth and optimism in health-related trauma: A systematic review. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 16(4), 281-296.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinician's guide*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2004). The foundations of posttraumatic growth: New considerations. *Psychological Inquiry*, 15(1), 93-102.
- Carver, C. S., Pozo, C., Harris, S. D., Noriega, V., Scheier, M. F., Robinson, D. S., Ketcham, A. S., Moffat Jr., F. L., & Clark, K. C. (1993). How coping mediates the effect of optimism on distress: A study of women with early stage breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(2), 375-390.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). Optimism. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 231-243). New York: Oxford University Press.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 879-889.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences* (3rd ed.). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16-29.
- Davis, C. G., Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (1998). Making sense of loss and benefiting from the experience: Two construals of meaning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(2), 561-574.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85.
- Day, A., Howells, K., Mohr, P., Schall, E., & Gerace, A. (2008). The development of CBT programmes for anger: The role of interventions to promote perspective-taking skills. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 36(3), 299-312.
- Denham, S. A. (2007). Dealing with feelings: How children negotiate the worlds of emotions and social relationships. *Cognition, Brain, Behavior*, 11(1), 1-48.
- Feder, A., Southwick, S. M., Goetz, R. R., Wang, Y., Alonso, A., Smith, B. W., Buchholz, K. R., Waldeck, T., Ameli, R., Moore, J., Hain, R., Charney, D. S., & Vythilingam, M. (2008). Posttraumatic growth in former Vietnam prisoners of war. *Psychiatry*, 71(4), 359-370.
- Frazier, P., Conlon, A., & Glaser, T. (2001). Positive and negative life changes following

- sexual assault. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69(6), 1048-1055.
- Freitas, L. B. D. L., O'Brien, M., Nelson, J. A., & Marcovitch, S. (2012). The understanding of gratitude and theory of mind in 5-Year-Olds. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 25(2), 330-338.
- Fry, P. S. (1995). Perfectionism, humor, and optimism as moderators of health outcomes and determinants of coping styles of women executives. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 121(2), 211-245.
- Galinsky, A. D., Maddux, W. W., Gilin, D., & White, J. B. (2008). Why it pays to get inside the head of your opponent: The differential effects of perspective taking and empathy in negotiations: Research article. *Psychological Science*, 19(4), 378-384.
- Gohm, C. L., & Clore, G. L. (2002). Four latent traits of emotional experience and their involvement in well-being, coping, and attributional style. *Cognition and Emotion*, 16(4), 495-518.
- Goldman, S. L., Kraemer, D. T., & Salovey, P. (1996). Beliefs about mood moderate the relationship of stress to illness and symptom reporting. *Journal of Psychosomatic Research*, 41(2), 115-128.
- Greenberg, L. S. (2002). Integrating an emotion-focused approach to treatment into psychotherapy integration. *Journal of Psychotherapy Integration*, 12(2), 154-189.
- Hayes, A. F. (2012). Process: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling. White paper, [http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf].
- Hill, E. M., & Watkins, K. (2017). Women with ovarian cancer: Examining the role of social support and rumination in posttraumatic growth, psychological distress, and psychological well-being. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 24(1), 47-58.
- Lafarge, C., Mitchell, K., & Fox, P. (2017). Posttraumatic growth following pregnancy termination for fetal abnormality: The predictive role of coping strategies and perinatal grief. *Anxiety, Stress and Coping*, 30(5), 536-550.
- Lazarus, R. S. (1983). The costs and benefits of denial. In S. Benitz (Ed.), *Denial of stress* (pp. 1-30). New York: International Universities Press.
- Lazarus, R. S., & Lazarus, B. N. (1994). *Passion and reason: Making sense of our emotions*. New York: Oxford University Press.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J.-A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127.
- Muller, D., Judd, C. M., & Yzerbyt, V. Y. (2005). When moderation is mediated and mediation is moderated. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(6), 852-863.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, and Computers*, 36(4), 717-731.
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F.



- (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research*, 42(1), 185-227.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health* (pp. 125-154). Washington, DC: American Psychological Association.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219-247.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063-1078.
- Scheier, M. F., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1257-1264.
- Schmidt, J. E., & Andrykowski, M. A. (2004). The role of social and dispositional variables associated with emotional processing in adjustment to breast cancer: An internet-based study. *Health Psychology*, 23(3), 259-266.
- Shigemoto, Y., Low, B., Borowa, D., & Robitschek, C. (2017). Function of personal growth initiative on posttraumatic growth, posttraumatic stress, and depression over and above adaptive and maladaptive rumination. *Journal of Clinical Psychology*, 73(9), 1126-1145.
- Smith, B. W., Dalen, J., Bernard, J. F., & Baumgartner, K. B. (2008). Posttraumatic growth in non-hispanic white and hispanic women with cervical cancer. *Journal of Psychosocial Oncology*, 26(4), 91-109.
- Stanton, A. L., & Snider, P. R. (1993). Coping with a breast cancer diagnosis: A prospective study. *Health Psychology*, 12(1), 16-23.
- Swinkels, A., & Giuliano, T. A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: Monitoring and labeling one's mood states. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(9), 934-949.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundation and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Vernon, L. L., Dillon, J. M., & Steiner, A. R. W. (2009). Proactive coping, gratitude, and posttraumatic stress disorder in college women. *Anxiety, Stress and Coping*, 22(1), 117-127.
- Wilks, D. C., Neto, F., & Mavroveli, S. (2015). Trait emotional intelligence, forgiveness, and gratitude in Cape Verdean and Portuguese students. *South African Journal of Psychology*, 45(1), 93-101.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being

- above the Big Five facets. *Personality and Individual Differences*, 46(4), 443-447.
- Wu, X., Zhou, X., Liu, L., & Chen, J. (2014). Social support and deliberate rumination mediate the relationship between gratitude and post-traumatic growth in adolescents at 4.5 years after Wenchuan earthquake. *Psychological Science*, 37, 1148-1153.
- Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology: A critical review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology Review*, 26(5), 626-653.
- Zoellner, T., Rabe, S., Karl, A., & Maercker, A. (2008). Posttraumatic growth in accident survivors: Openness and optimism as predictors of its constructive or illusory sides. *Journal of Clinical Psychology*, 64(3), 245-263.

원 고 접 수 일 : 2020. 04. 22

수정원고접수일 : 2020. 08. 05

게 재 결 정 일 : 2020. 09. 16

**The Relationship between Optimism and  
Posttraumatic Growth in Adults:  
The Mediating Effect of Gratitude and the Moderated Mediating  
Effects of Emotional Clarity and Perspective-taking via Gratitude**

**Eugene Seo**

University of Seoul  
Head of Counseling Services

**Kyumee Lee**

Ajou University  
Honorary Professor

The purpose of this study was to examine the mediating effect of gratitude on the relationship between optimism and posttraumatic growth, and the moderated mediating effects of emotional clarity and perspective-taking on the relationship between optimism and posttraumatic growth via gratitude. Participants were 411 adults living in Seoul and Gyeonggi-do. The results indicated a significant partial mediating effect of gratitude on the relationship between optimism and posttraumatic growth. Additionally, the moderating effects of emotional clarity and perspective-taking on the relationship between optimism and gratitude were found to be significant. Finally, the moderated mediating effects of emotional clarity and perspective-taking on the relationship between optimism and posttraumatic growth via gratitude were significant. The implications and limitations of the study are discussed.

*Key words : Optimism, Gratitude, Emotional Clarity, Perspective-taking, Posttraumatic Growth, Moderated Mediating Effect*