

## 사회적 지원이 개인 안녕과 이타성에 미치는 영향

이 지 연  
한양대학교

본 연구에서는 '사회적 지원'(Social Support)의 '수혜'와 '제공'이 밀접한 관계가 있는 바 사회적 지원을 많이 받을수록 사회적 지원을 많이 제공함을 확인함과 동시에, 사회적 지원수혜와 지원제공이 개인의 안녕에 미치는 효과가 어떻게 다른가를 밝히고자 하였다(연구 1). 또한 본 연구에서는 연구 1에서 가정된 사회적 지원의 수혜와 제공의 관계가 단지 사회적 지원의 교환이나 상보성(reciprocity) 때문에 나타나는 것이 아니라 사회적 지원을 많이 받을수록 타인의 안녕에 대한 관심이 증가하기 때문임을 확인하고자 하였다. 즉, 사회적 지원의 수혜가 야기하는 또 하나의 효과로서, '이타성의 증가'를 상정하고 이를 다각적으로 확인하였다(연구 2, 연구 3, 연구 4). 연구 결과 첫째, 사회적 지원수혜와 지원제공 간에 정적 관계가 있었고, 지원제공을 통제한 지원수혜는 주관적 행복감과 관련이 있었으며, 지원수혜를 통제한 지원제공은 자기존중감 및 우울과 관련이 있다는 결과를 얻어 지원수혜와 지원제공의 효과가 이질적임을 밝혔다. 둘째, 여러 상황의 조작을 통하여 사회적 지원이 이타성의 향상에 기여한다는 결과를 얻었다. 본 연구는 사회적 지원의 수혜가 개인의 안녕에 기여할 뿐만 아니라 대인관계에서 중요한 '이타성의 증가'에도 영향을 미침을 확인하여 사회적 지원의 효과를 보다 심층적으로 이해하게 했다는 데에 의의가 있다.

**주요어 :** 사회적 지원(지원수혜와 지원제공), 개인 안녕, 이타성, 도움의도

사회적 지원(社會的 支援, social support)에 대한 연구는 Durkheim(1951)의 자살에 대한 연구로부터 시작되어, Caplan(1974)이 병리(pathology)에 대한 보호로서 사회적 지원을 연구한 이후로 많은 연구자들의 관심을 받아 왔다. 1970년 중반부터 주목을 받기 시작한 사회적 지원에 대한 연구는 정신 건강에 대한 관심과 함께 스트레스와 적응의 관계를 중재하는 사회적 지원 체계의 중요성을 인식하게 됨에 따라 이에 대한 연구 활동이 활발히 전개되었다. 사

회적 지원에 대한 연구들은 주변의 중요한 타인들로부터 사회적 지원을 받게 될 경우, 개인의 신체적 건강 및 심리적 안녕감에 직접적인 영향을 미치거나 스트레스 완충 과정을 통해 간접적으로 영향을 미친다는 결과들을 보고하고 있다(Caplan, 1974; Cobb, 1976; Cohen & Wills, 1985; Wills, 1990). 이러한 사회적 지원이 높은 개인들에 대한 정신적, 신체적 긍정적인 결과를 다룬 대부분의 연구들은 중요한 타인들로부터 사회적 지원을 받게 되면 지

---

이지연은 한양대학교 입학처에서 선임연구원으로 재직하고 있음.

본 논문은 이지연의 박사학위 논문(한양대, 2005) 중 일부를 발췌한 것임.

교신처 : 이지연, (133-791) 서울시 성동구 행당동 산 17 한양대학교 입학처 교육전문연구원, 전화 : 011-9711-9105,

E-mail : neutatt@hanmail.net

원을 받은 개인의 안녕 수준이 높아진다는 사실에 관심이 집중되었다(B. R. Sarason, Pierce, Bannerman & I. G. Sarason, 1993; Heller & Swindle, 1983; Heller, Swindle & Dusenbury, 1986; Lakey & Cassady, 1990; Lakey, Moineau & Drew, 1992).

그러나 대인관계에서 한 사람이 일방적으로 받기만 하거나 다른 한 사람은 일방적으로 주기만 하는 것은 아니다. 한 시점에서 두 사람 중 한 사람은 지원의 수혜자이고 다른 사람은 지원의 제공자가 된다. 그러나 연속적인 시간 차원에서 보면, 과거에 지원의 수혜자가 제공자가 되기도 하고, 지원의 제공자가 수혜자가 되기도 한다. 두 사람의 관계 내에서 상황에 따라 개인은 지원을 받기도 하지만 상대방에게 지원을 제공하기도 한다. 사회적 지원은 대인관계 속에서 일어나는 교환과정이므로 사회적 지원의 효과를 보다 포괄적으로 이해하기 위해서는 사회적 지원을 받는 측면인 지원수혜 뿐만 아니라 지원을 제공하는 측면인 지원제공도 함께 고려하여 연구하는 것이 필요하다.

교환이론가들은 일반적으로 관계에 있어 상호호혜성이 지각될 때 관계가 보다 만족스럽고 안정적이라고 가정한다(예, Thibaut & Kelly, 1959). 그중에서도 형평이론가들은 관계에서 더욱 많이 받거나 덜 받는 것 모두 부정적인 감정을 수반하는데 이는 많은 관계 유형에 적용된다고 주장한다(E. Walster, G. W. Walster & Berscheid, 1978). 즉 지원을 받는 것은 수혜자가 그것을 되돌려 줄 수 없을 때 또는 지원제공자에 비해 지원수혜자가 더욱 많이 받았을 때 불형평성을 유발한다는 것이다(Hatfield & Sprecher, 1983). 같은 맥락으로, Greenberg와 Westcott(1983)는 지원을 받는 것에 대한 부정적 정서로서 채무감(indebtedness)에 관심을 갖고 의무감, 채무를 되갚을 수 없다는 두려움, 그리고 그 채무를 되갚을 수 있을 것인가에 대한 불확실성 때문에 이러한 채무감은 부정적 정서를 수반한다고 보고하였다. 한편, Rook(1987)은 사회적 지원을 받기보다는 더 많이 제공하는 것은 불공정함과 분개를 느끼게 하는 반면, 사회적 지원을 제공하기 보다는 더 많이 받는 것은 죄책감과 부끄러움을 느끼게 한다고 보고하여 사회적 지원이 관계 내에서 자원의 동등한 교환으로 제공된 것일 때 개인의 긍정적인 심리적 안녕감에 기여한다고 주장한다

(Antonucci & Jackson, 1990; Buunk, Doosje, Jans & Hopstaken, 1993; Roberto & Scott, 1986; Rook, 1987). 또한 B. R. Sarason, I. G. Sarason, Hacker, 및 Basham (1985)은 그들의 연구에서 사회적 지원을 많이 받은 사람들이 대인관계에 보다 민감하여 사회적 관계에 있는 타인들이 곤경에 처하게 됐을 때 이들에게 사회적 지원을 제공할 것이라는 기대를 받는다고 보고 했다. 이외에도 Sroufe와 Fleenor(1986)은 중요한 타인들과의 상호작용 속에서 개인은 지원을 받기만 하는 것이 아니라 지원을 제공하는 역할도 동시에 학습하게 된다고 하여 지원 제공 행동이 모방될 수 있음을 주장하였다. 이와 같은 선행 연구들에 근거하여 볼 때, 사회적 지원을 받는 것(지원수혜)과 주는 것(지원제공)이 밀접하게 연관되어 있음을 가정해 볼 수 있다.

이러한 지원수혜와 지원제공의 가정되는 관련성에도 불구하고 지금까지 사회적 지원에 대한 연구들은 지원을 받는 입장 즉, 지원을 주변 사람들로 받았을 때 지원수혜자에게 초래되는 결과들에만 관심이 집중되어 왔다. 예를 들면, 타인들로부터 지원을 받게 되면 수혜자의 우울이 낮아지고, 자기존중감과 주관적 행복감이 증가한다는 것이다. 그러나 주변 사람들에게 지원을 제공했을 때 지원제공자에게 초래되는 결과에 관심을 기울인 연구들은 거의 없다. 지원제공과 관련하여 Barbee, Druen, Gulley, Yankeelov, 및 Cunningham(1993)은 곤경에 처한 타인에게 지원을 제공해 본 결과, 지원제공자는 지원수혜자의 반응을 보고 만족하게 되고 이러한 경험으로부터 자신이 도움이 됐다는 자부심, 자기가치감 또는 자기효능감 등을 경험할 수 있다고 언급하였다. 또한, 도움행동과 관련된 연구들을 살펴보면, 도움행동이 제공자의 감정을 긍정적인 방향으로 증진시키며(Cialdini, Darby & Vincent, 1973; Manucia, Bauman & Cialdini, 1984), 도움행동 이후에 자신에 대한 평가가 호의적으로 된다고(Bem, 1972) 보고 하였다. 이러한 도움행동 분야의 연구들은 주로 소원한 관계에 있는 개인들을 대상으로 연구가 진행되었다. 사회적 지원과 관련된 연구들은 친밀한 개인들 간의 관계를 다루고 있긴 하지만, 친밀한 타인들에게 지원을 제공하는 것 또한 도움행동의 일부가 될 수 있으므로, 친밀한 관계 내에서의 도움이나 지원제공도 지원제공자에게 긍정적인 결과를 초래하여 개인의 적응을 도울 것으로 추측

해 볼 수 있다. 지원수혜 뿐만 아니라 지원제공도 개인에게 긍정적인 효과를 가져 올 것으로 가정한다면, 지원수혜와 지원제공이 개인에게 미치는 효과가 어떻게 다른가를 확인할 필요가 있다.

이와 같은 내용들에 근거하여 연구 1에서는 사회적 지원의 '수혜'와 '제공'이 밀접한 관계가 있는 바, 사회적 지원을 많이 받을수록 사회적 지원을 많이 제공함을 확인함과 동시에, 사회적 지원의 수혜와 지원의 제공이 개인의 안녕에 미치는 효과가 어떻게 다른가를 확인하고자 하였다. 이를 위해 다음과 같은 연구문제를 제기하고 가설을 설정하였다.

연구문제 1-1. 사회적 지원수혜와 지원제공에 어떠한 관계가 있는가?

가설 1. 사회적 지원수혜와 지원제공 간에 정적인 관계가 있을 것이다.

연구문제 1-2. 사회적 지원수혜와 지원제공의 심리적 효과 간에 차이가 있는가?

가설 2. 지원수혜의 효과를 통제된 지원제공과 지원제공의 효과를 통제된 지원수혜가 초래하는 심리적 내용이 다를 것이다.

앞선 연구 1에서 사회적 지원의 수혜와 제공 간에 관계가 있는 바, 사회적 지원을 많이 받을수록 사회적 지원을 많이 제공할 것으로 가정하였다. 그러나 사회적 지원을 많이 받은 사람이 타인에게 지원을 많이 제공하게 되는 이유는 여러 이유가 있을 수 있다. 앞서서도 언급하였듯이 교환이론가들(Thibaut & Kelly, 1959) 입장에서는 받은 만큼 주게 되는 호혜성의 원칙이 작용하기 때문인 것으로 해석할 수 있으며, 발달이론가들(Stroufe & Fleeson, 1986) 입장에서는 관찰 또는 모방학습에 의한 것으로 부모로부터 많이 받게 되면 그 속에서 지원을 받는 것 이외에도 지원을 제공하는 것이 학습되었기 때문에 나타나는 것으로도 해석할 수 있다. 또한 사회적 지원의 교환은 친밀한 사람들과의 관계 속에서 일어나는 것으로, 곤경에 처한 상대방에게 도움이 되어야 한다는 의무감 등이 작용했을 가능성도 있다. 그러나 Sarason 등(1985)에 의하면 사회적 지원을 많이 받은 사람들이 대인관계에 보다 민감하여 사회적 관계에 있는 타인들이 곤경에 처하게 됐을

때 사회적 지원을 제공할 것이라는 기대를 받는다고 보고했다. 이와 같은 내용에서 사회적 지원을 많이 받은 사람들이 사회적 관계에 있는 상대방에게 사회적 지원을 많이 제공하게 되는 이유는 자신이 어려운 상황에서 지원을 받아본 결과 타인이 어려움에 처했을 때, 곤경당사자에게 도움을 제공하는 것이 가치로움을 알게 되고(도움의 중요성 지각), 곤경당사자의 입장을 이해하고(조망수용) 측은해 하기 때문에(동정), 더욱 도움행동을 하게 되는 것이라는 추측이 가능하다.

이와 같은 내용은 사회적 지원의 수혜가 타인의 안녕에 대한 관심을 증진시킬 수 있음을 제안하는 것이다. 지금까지 사회적 지원에 대한 연구들은 주변의 중요한 타인들로부터 사회적 지원을 받게 되면, 수혜자 개인의 안녕을 증진시킨다는 연구들이 대부분이다(Caplan, 1974; Cobb, 1976; Cohen & Wills, 1985; Wills, 1990). 즉 많은 연구들은 사회적 지원이 수혜자의 안녕에 미치는 측면에 관심을 두었다. 그러나 사회적 지원이 타인에 대한 이타적 관심, 즉 이타성을 증진시킬 수 있다는 측면에 관심을 둔 연구들은 거의 없었다. 따라서 사회적 지원이 개인 안녕 이외에 타인의 안녕에 대한 관심과 어떠한 관계가 있는지를 밝힘으로서 사회적 지원의 효과를 보다 심층적으로 이해할 필요가 있다.

이러한 내용들에 기초하여 연구 2에서는 사회적 지원의 수혜가 수혜자 개인의 안녕 뿐만 아니라 타인의 안녕에 대한 관심, 즉 이타성의 증진에도 기여하는지를 확인하기 위해 다음과 같은 연구문제를 제기하고 가설을 설정하였다.

연구문제 2. 사회적 지원은 이타적 관심을 증가시키는가?

가설 3. 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람일수록 이타적 관심이 높을 것이다.

앞에 제시하였듯이, 사회적 지원의 교환은 중요한 타인들과의 관계 속에서 일어나는 경험을 측정하는 것이다. 따라서 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들이 타인들에게도 사회적 지원을 많이 제공한다는 가정에서, 원래부터 친한 사람들이기 때문에 의무감으로 인해 도움을 제공하게 됐을 가능성을 완전히 배제할 수 없다. 즉, 친밀한 타인이 곤경에 처했을 때 도움을 제공하는 것은 당연

시되거나 마땅히 그렇게 해야 하는 것으로 생각될 수 있다. 따라서 친밀한 타인에 대한 지원제공이 의무감에 의한 것인지 아니면 사회적 지원을 많이 받아 본 결과 이타적 관심의 증가로 타인들에게 지원제공을 많이 하게 되는 것인지를 확인할 필요가 있다. 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들이 친밀한 사람뿐만 아니라, 소원한 관계에 있는 사람에 대해서도 도움제공을 많이 하게 된다면 사회적 지원의 수혜가 이타성을 증가시킴을 입증하는 것이다. 따라서 연구 3에서는 이를 확인하기 위해 곤경당사자가 지원제공자와 친밀관계에 있는 조건과 소원관계에 있는 조건으로 조작하여 친밀과 소원관계 조건에 따라 사회적 지원의 수혜가 도움제공(이타행동)에 미치는 효과가 어떻게 달라지는가를 확인하고자 하였다. 이를 위해 다음과 같은 연구문제를 제기하고 가설을 설정하였다.

연구문제 3. 친밀과 소원관계 조건에 따라 사회적 지원이 도움제공에 미치는 영향은 어떻게 다른가?

가설 4. 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 친밀관계와 소원관계 조건 간에 도움제공 의도의 차이가 적을 것이다.

사회적 지원에 대한 연구들에서 도움이나 사회적 지원의 교환이 이루어지는 상황은 주로 지원수혜자가 곤경에 처한 상황이다. 그런데 이러한 곤경 상황은 도움을 받지 않으면 실패를 하게 되는 상황과 지원수혜자가 앞으로 더욱 좋아지도록 하기 위한 또는 더 좋은 결과를 성취하기 위한 상황이 있을 수 있다. 이러한 가정은 Higgins(1996), 그리고 Higgins, Shah, Friedman, 및 Strauman(1997)의 이론과 연구들에 기초한다. 이들은 자기 불일치 이론에 대한 연구들을 기초로 사람들이 자신의 목표 초점을 어디에 두느냐에 따라 조절목표를 예방목표(prevention goals)와 향상목표(promotion goals)의 두 가지로 구분하고, 이를 목표 달성에 대한 정서반응과 관련시켰다. 먼저 예방목표는 목표를 추구할 때 성공하면 부정적인 결과가 없는 것이고, 실패하면 부정적 결과가 있는 것을 의미한다. 반면에, 향상목표는 목표를 추구할 때 성공하면 긍정적인 결과를 얻는 것이고, 실패하면 긍정적 결과를 얻지 못하는 것이 된다. 따라서 개인이 성취상황에서 예방목표를

추구할 때, 목표를 성공적으로 달성하여 부정적 결과가 없게 되면 안심과 관련된 정서를 경험하고, 목표를 성공적으로 달성하지 못하면 부정적 결과가 존재하는 것으로, 이때는 초조 또는 긴장과 관련된 정서를 경험하게 된다. 반면에 개인이 성취상황에서 향상목표를 추구할 때, 목표를 성공적으로 달성하여 긍정적인 결과가 있으면 행복 또는 만족과 관련된 정서를 경험하고, 목표를 성공적으로 달성하지 못하면 긍정적인 결과가 없는 것으로 실망 또는 낙담과 관련된 정서를 경험하게 된다.

위와 같은 내용을 사회적 지원이 일어나는 상황에 적용해 보면, 도움을 받지 않으면 실패를 하게 되는 것은 부정적인 결과의 있고 없음과 관련되는 것으로 예방상황으로, 그리고 지금보다 더욱 좋아지도록 하기 위한 또는 더 좋은 결과를 성취하도록 하기 위한 상황은 긍정적인 결과의 존재 또는 부재와 관련되며 이득 또는 성공을 추구하는 것으로 향상상황으로 가정해 볼 수 있다. 사회적 지원에 대한 대부분의 연구들은 곤경당사자가 실패 또는 어려움에 처했을 때, 즉, 예방상황에서 주로 도움을 제공하게 되는 내용을 다루고 있으나, 타인을 더욱 좋아지도록 하는 향상상황에서 지원 제공에 대한 내용을 다룬 연구는 거의 없었다. 앞선 연구 2에서 사회적 지원을 많이 받은 사람들은 타인에게 지원을 많이 제공하게 됨을 가정했을 때, 이와 같은 효과가 도움을 받지 않으면 실패하게 되는 예방상황에서 뿐만 아니라, 도움을 받았을 때 상대방이 더욱 좋아지도록 하는 예방상황에서도 나타날 가능성을 생각해 볼 수 있다. 어려움에 처한 사람에게 도움을 주는 것은 도움을 제공해야 하는 긴박한 상황으로 인식될 수 있으나, 곤경상황이 아닌 상대방을 더욱 좋아지도록 하기 위한 향상상황은 도움을 제공해야 한다는 긴박감이 덜 한 상황이다. 예방상황 뿐만 아니라, 향상상황에서도 사회적 지원을 많이 받은 사람들이 더욱 지원을 제공한다는 결과가 나타난다면, 앞서 제시한 연구 2에서의 사회적 지원수혜의 효과를 더욱 정대화할 수 있을 것으로 생각된다. 따라서 연구 4에서는 앞에 제시한 사회적 지원의 수혜가 이타적 관심에 미치는 효과가 이들 예방상황과 향상상황에 따라 어떻게 달라지는가를 확인하여, 사회적 지원이 이타성에 미치는 효과를 보다 다각적으로 확인하고자 하였다. 이를 위해 다음과 같은 연구문제와 가설을 제기하였다.

연구문제 4. 예방과 향상상황에서 사회적 지원이 도움제공에 미치는 효과는 어떻게 다른가?  
 가설 5. 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 예방상황과 향상상황 간에 도움제공 의도의 차이가 적을 것이다.

### 연구 1

연구 1에서는 사회적 지원수혜와 지원제공 간에 정적 관계가 있을 것이라는 가설 1과, 지원수혜와 지원제공의 심리적 내용이 다를 것이라는 가설 2를 확인하고자 하였다. 이를 위해, 지원제공과 지원수혜 각각을 측정하고, 사회적 지원 연구 분야에서 끊임없이 연구가 진행되었던, 주관적 행복감, 자존감 그리고 우울 등의 적응변인들과의 관련성을 검토하였다.

### 방법

#### 조사대상

본 조사의 대상은 H대학교 교육학을 수강하는 남녀 대학생(1~4학년, 평균연령 21.07세) 120명이었다. 이 중 응답에 누락이 있거나 불성실하게 응답한 10명을 제외한 총 110명(남자 51명, 여자 59명)의 자료가 분석되었다.

#### 측정도구

연구 1에서는 사회적 지원수혜와 지원제공을 척도를 사용하여 측정하였으며, 적응과 관련된 대표적인 긍정적인 심리적 요인으로 주관적 행복감과 자존감을, 대표적인 부정적 심리적 요인으로 우울을 사용하였다.

#### 사회적 지원 척도

사회적 지원을 측정하기 위해 박지원(1985)이 개발한 사회적 지원척도를 윤혜정(1993)이 중고생에 맞게 수정한 척도를 사용하였다. 본 연구에서 사용된 사회적 지원 척도는 정서적 지원(7문항), 평가적 지원(6문항), 정보적 지원(6문항), 물질적 지원(6문항) 등, 4가지 하위영역 총 25개 문항으로 구성되었다.

본 조사에서의 사회적 지원은 지원수혜와 지원제공의

2가지가 있다. 우선 지원수혜척도는 윤혜정(1993)이 사용한 사회적 지원 척도 25개 문항을 수정하였다. 예를 들어, 기존의 사회적 지원 척도 문항에서는 유형별로 25개의 지원 문항을 제시하고, 각각의 문항에 대하여 어머니, 아버지, 형제, 친구, 교사 등의 중요한 지원제공자를 제시하고 이들이 얼마나 지원을 제공하는지를 ‘매우 그렇다’(5점)에서 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)의 5점 척도로 측정하였다. 그러나 본 조사에서는 대학생의 경우 중요한 사회적 지원을 제공하는 지원제공자가 친구가 된다는 기존의 연구들(이지연, 위광희, 2000; 이지연, 위광희, 2001; Furman & Buhrmester, 1992)에 기초하여 지원제공자로서 친구만을 사용하였다. 예를 들면, 기존의 지원 문항 ‘내가 사랑과 보살핌을 받고 있다고 느끼게 해 준다’를 ‘친구(들)는 내가 사랑을 받고 있다고 느끼게 해준다’로 수정하고, 친구가 사회적 지원을 얼마나 제공하는지에 대해서는 기존의 연구들과 같이 5점 척도로 측정하였다. 이들 점수를 합산하여 사회적 지원수혜점수로 사용하였다. 본 연구에서 측정된 지각된 지원수혜의 점수 범위는 25점에서부터 125점으로, 점수가 높을수록 친구들로부터 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 것을 의미한다.

한편 사회적 지원제공은 자신이 주변의 사람들에게 얼마나 사회적 지원을 제공하고 있는가를 측정하는 것으로 사회적 지원수혜문항을 사회적 지원제공문항으로 수정하여 사용하였다. 예를 들면, 사회적 지원수혜 문항인 ‘친구(들)는 내가 사랑을 받고 있다고 느끼게 해 준다’를 ‘나는 친구(들)가 사랑을 받고 있다고 느끼게 해 준다’로 수정하여 주변 사람들에게 얼마나 사회적 지원을 제공하는지를 ‘매우 그렇다’(5점)에서 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)의 5점 척도로 측정하여 이들 점수를 합산하여 사회적 지원제공 점수로 사용하였다. 본 연구에서 측정된 지원제공 점수 또한 지원수혜와 마찬가지로 범위가 25점에서부터 125점으로 점수가 높을수록 친구들에게 사회적 지원을 많이 제공했다고 지각하는 것을 의미한다. 본 연구에서 나타난 사회적 지원수혜와 지원제공 척도의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 각각 .94와 .93이었다.

#### 주관적 행복감

주관적 행복감의 측정방법으로써 Lawton(1975)이 개발한 P.G.C. 사기 척도(Philadelphia Geriatric Center Morale

Scale)를 사용하였다. 이 척도는 초기에는 “자기 자신에 관한 기본적인 만족감을 갖고 있는 것”, “환경 내에 자기를 위한 공간이 있다는 느낌을 갖고 있는 것”, “바꿀 수 없는 사실에 관해서 그것을 수용하고 있는 것” 등의 세 가지 요인으로 구분되어 총 22개 문항으로 구성되었다. 그러나 이후에 Lawton(1975)은 요인분석에서 세 가지 요인 “노화에 대한 태도”, “고독감·불만족감”, “심리적 동요”를 추출하여, 이들 요인에 속하는 17개 문항을 최종 선택하였다. 본 연구에서 사용된 것은 동경도 노인종합연구소(東京都老人綜合研究所)에 의해 번역된 수정판P.G.C. 자기 척도를 김영우(1998)가 노인들의 주관적 행복감을 측정하기 위해 사용한 척도를, 본 연구자가 대학생들에 맞게 수정하여 사용하였다. 이 척도는 긍정적인 문항이 5개, 부정적인 문항이 12개 총 17개 문항으로 이분법적 응답양식으로 구성되어 있다. 긍정적인 항목을 택하면 1점을 부여하고, 부정적인 항목을 택하면 0점을 부여하였으며 부정적인 문항들은 역산 처리하였다. 본 연구에서 측정된 척도의 점수 범위는 1점에서 17점으로 점수가 높을수록 행복하다고 지각하는 것을 의미한다. 본 연구에서 나타난 주관적 행복감 척도의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .75였다.

### 자기존중감

자기존중감을 측정하기 위해 Rosenberg(1965)가 개발한 자기존중감 척도(Self-Esteem Scale)를 전병제(1974)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 자기존중 정도의 자아승인 양상을 측정하기 위해 고안된 것으로 긍정적인 문항이 5개, 부정적인 문항이 5개, 총 10문항으로 구성되었다. 이 척도는 Likert식 척도로서 ‘거의 그렇지 않다(1점)에서 ‘항상 그렇다’(4점)의 4점 척도이다. 부정적인 문항에서는 역산 처리하여 점수의 범위는 10점에서 40점으로 점수가 높을수록 자기존중감이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 나타난 자기존중감 척도의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .82였다.

### 우울

우울을 측정하기 위해 김연(1985)이 번안한 Beck(1967)의 우울증 척도(Beck Depression Inventory : BDI)를 사용하였다. BDI는 Beck과 그의 동료들에 의하여 만들어진 자기 보고식 질문지이다. 이 검사는 우울증 정도

를 적절히 측정할 수 있는 특징을 갖고 있는데, 정서적, 인지적, 생리적 증후군에 걸쳐 21개의 문항을 포함하고 있으며, 점수는 각 문항의 1번에서 4번까지를 0점에서 3점까지로 처리하여 점수범위는 0점에서 63점까지 이다. Beck은 9점 이하를 우울하지 않은 것으로, 10~15점 까지를 경우울증으로, 16~23점은 우울증, 24~63점은 중우울증으로 분류한다. 본 연구에서 나타난 우울 척도의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .88이었다.

### 절차

조사의 진행은 2002년 4월에 본 연구자가 직접 참여하여 조사대상자로 선발된 대학생 집단에서 집단적으로 실시하였다. 본 조사는 일상생활에서 여러분의 생각과 생활에 대해 알아보려고 하기 위한 조사라고 소개한 후, 위에서 설명한 사회적 지원수혜, 지원제공, 주관적 행복감, 자기존중감 및 우울 등이 인쇄된 유인물을 피험자들에게 배부하여 지시문을 잘 읽고 응답하도록 하였다. 응답시간은 가능한 한 심사숙고하여 정확하게 응답하도록 충분한 시간(약 25분)을 주었으며, 응답한 질문지는 모든 피험자가 응답을 마친 후, 한번에 수거하였다.

### 결과

기존의 사회적 지원 연구들에서 간과해 온 사회적 지원 제공의 측면을 포함하여 사회적 지원수혜와 지원제공간의 관계와 그 심리적 효과를 알아보기 위해 사회적 지원수혜 및 지원제공과 주관적 행복감, 자기존중감 그리고 우울 간의 단순상관계수를 구하여 표 1에 제시하였다.

표 1에서, 지원수혜와 지원제공간의 상관이 통계적으로 유의했다( $r=.65, p<.001$ ). 이는 친구들로부터 사회적 지원

표 1. 지원수혜 및 지원제공과 적응변인들의 상관계수  $r$ )

	지원제공	주관적행복감	자기존중감	우울
지원수혜	.65**	.36**	.28*	-.37**
지원제공	-	.32*	.44**	-.52**
주관적행복감	-	-	.59**	-.71**
자기존중감	-	-	-	-.66**

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

을 많이 받았다고 지각하는 사람들(지원수혜자)일수록 중요한 타인들에게 사회적 지원을 많이 제공했다고 지각함을 나타내는 것이다. 또한 지원수혜와 주관적 행복감, 자기존중감, 우울간의 상관이 통계적으로 유의했다( $r=.36, p<.001$ ;  $r=.28, p<.01$ ;  $r=-.37, p<.001$ ). 친구들로부터 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람일수록 그렇지 않은 사람들에 비해 주관적 행복감과 자기존중감이 높고 우울감이 낮다는 것을 보여주는 것이다. 지원제공과 주관적 행복감, 자기존중감, 우울간의 상관이 모두 통계적으로 유의했다( $r=.32, p<.01$ ;  $r=.44, p<.001$ ;  $r=-.52, p<.001$ ). 이는 친구들에게 사회적 지원을 많이 제공했다고 지각한 사람들(지원제공자)일수록 주관적 행복감과 자기존중감이 높고 우울이 낮다는 것을 보여주는 것으로 지원수혜의 결과와 일치한다.

다음에서는 지원수혜와 지원제공이 가져오는 독립적인 효과를 알아보기 위해 지원제공이 미치는 영향을 통제된 지원수혜, 그리고 지원수혜가 미치는 영향을 통제된 지원제공이 주관적 행복감, 자기존중감 및 우울과 어떠한 관계가 있는가를 알아보기 위해 준부분상관분석(semipartial correlation)을 실시하여 그 결과를 표 2에 제시하였다.

표 2에서 지원제공이 미치는 효과를 통계적으로 배제했을 때, 지원수혜는 주관적 행복감과 유의한 정적 상관을 보였다( $r=.23, p<.05$ ), 자기존중감( $r=-.00, n.s.$ )과 우울( $r=-.06, n.s.$ )과는 유의한 상관을 보이지 않았다. 이는 지원제공이 미치는 효과를 통계적으로 배제했을 때, 지원을 많이 받았다고 지각한 사람들일수록 주관적 행복감은 높지만 자기존중감이나 우울과는 관련이 없음을 의미한다. 이러한 결과는 앞의 단순상관분석에서, 지원수혜와 주관적 행복감 간의 상관결과와는 일치하지만 지원수혜와 자기존중감 및 우울과 유의한 상관을 보였던 결과와는 다른 것이다. 단순상관 결과에서 지원수혜가 자기존중감과 우울과 유의한 상관을 보였던 것은 지원수혜와 지원제공 간에 상관이 있기 때문에 나타난 것으로 해석된다. 요점은

표 2. 지원수혜 및 지원제공과 적응변인들의 준부분상관계수

	주관적행복감	자기존중감	우울
지원수혜	.23*	-.00	-.06
지원제공	.10	.34**	-.38**

\* $p<.05$ , \*\* $p<.001$

지원제공의 효과를 통계적으로 배제했을 때, 지원수혜는 자기존중감과 우울과는 유의한 상관이 없다.

한편, 지원수혜가 미치는 효과를 통계적으로 배제했을 때, 지원제공은 자기존중감과 유의한 정적 상관( $r=.34, p<.001$ )을, 우울과는 유의한 부적 상관( $r=-.38, p<.001$ )을 보였으나, 주관적 행복감과는 유의한 상관을 보이지 않았다( $r=.10, n.s.$ ). 이는 지원수혜가 미치는 효과를 통계적으로 배제했을 때, 친구들에게 지원을 많이 제공했다고 지각하는 사람일수록 자기존중감이 높고 우울이 낮으나, 주관적 행복감과는 관련이 없음을 의미한다. 이러한 결과는 앞의 단순상관분석에서, 지원제공과 자기존중감, 우울 간의 단순상관 결과와는 일치하지만 지원제공과 주관적 행복감과 유의한 상관을 보였던 단순상관 결과와는 다른 것이다. 단순상관 결과에서 지원제공이 주관적 행복감과 유의한 상관을 보였던 것은 지원수혜와 지원제공 간에 상관이 있기 때문에 나타난 것으로 해석된다. 요점은 지원수혜의 효과를 통계적으로 배제했을 때, 지원제공은 주관적 행복감과 유의한 상관이 없다.

연구 1에서는 지원수혜와 지원제공 간의 관계를 알아보고 지원제공과 지원수혜의 심리적 효과를 확인하였다. 연구 결과, 사회적 지원수혜와 지원제공 간에 관계가 있을 것이라는 가설 1이 지지되어 사회적 지원을 많이 받은 사람들이 타인에게도 사회적 지원을 많이 제공함을 확인하였다. 또한 지원수혜와 지원제공 모두 주관적 행복감과 자기존중감과 정적 상관을 우울과는 부적 상관을 보였다. 사회적 지원수혜 및 지원제공의 독립적인 심리적 효과를 알아보기 위한 분석에서, 지원수혜가 미치는 효과를 통제된 지원제공은 자기존중감과 우울과는 유의한 상관을 보였으나, 주관적 행복감과는 유의한 상관이 없었다. 반면에, 지원제공이 미치는 효과를 통제된 지원수혜는 주관적 행복감과 유의한 상관을 보였으나, 자기존중감과 우울과는 유의한 상관이 없었다. 따라서 지원수혜와 지원제공이 초래하는 심리적 내용이 다르다는 결과를 얻어 가설 2가 지지되었다.

## 연구 2

연구 2에서는 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람일수록 이타적 관심이 높을 것이라는 가설 3을 확인

하여, 사회적 지원의 또 다른 효과로서 사회적 지원의 수혜가 이타성에 미치는 영향을 알아보고자 하였다. 이를 위해, 이전에 과거의 사람으로부터 도움을 전혀 받지 않았으며(상호작용이 없었던), 도움을 제공한다고 해서 앞으로 되돌려 받을 것이라는 기대가 안 되는 낯선 타인이 곤경에 처한 시나리오를 제작하였다. 시나리오의 상황에서 낯선 곤경당사자에게 얼마나 도움을 제공하겠는가(도움의도)와 곤경에 처한 가상적 인물을 얼마나 동정하는가(동정)를 측정하였다. 가상적 시나리오에서 곤경에 처한 사람에 대한 도움행동이 실제적 상황이 아닌 가상적 상황에서 얼마나 도움행동을 하겠는가에 대한 의도를 측정하는 것이므로 도움의도란 말로 표현하였다. 동시에 다른 이타적 요인들도 측정되었는데 타인에 대한 관점을 수용하는 경향인 조망수용과 도움을 제공하는 것의 중요성을 판단하는 도움의 중요성 지각 등의 이타적 요인들도 측정하였다.

## 방 법

### 조사대상

본 조사의 피험자는 H대학교 심리학을 수강하는 남, 여 대학생(1~4학년, 평균연령 20.9세) 138명이었다. 이중 응답에 누락이 있거나 불성실하게 응답한 9명을 제외한 총 129명(남자 63명, 여자 66명)의 자료가 분석되었다.

### 측정도구

#### 사회적 지원 척도

연구 1에서 사용한 사회적 지원수혜 척도를 그대로 사용하였다. 사회적 지원수혜척도는 점수 범위가 25점에서부터 125점으로 점수가 높을수록 주변 사람들로부터 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 것을 의미한다. 연구 2에서 나타난 사회적 지원수혜 척도의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .94였다.

#### 이타성 관련 척도

이타성 관련 척도로 동정, 도움의 중요성 지각 조망수용과 도움의도를 사용하였다. 이들 중, 동정과 도움의도는 어려움에 처한 곤경당사자를 포함하는 가상적 시나리오를 제시하여 측정하였으며, 도움의 중요성 지각과 조망수

용은 일반척도를 사용하여 측정하였다.

#### 동정과 도움의도를 측정하기 위한 가상적 시나리오의 제작

도움행동을 유발하기 위해 곤경에 처한 인물에 대한 가상적 시나리오를 다음과 같이 제작하였다.

“여러분은 현재 심리학 수업을 수강하고 있습니다. 이번 학기에 **중간고사를 대신해서 연구계획서를 제출해야** 합니다. 연구계획서를 제출하기 위해서는 관련 자료를 찾고, 자료들을 정리하는 등 이 과제를 수행하기 위해서는 꼬박 일주일이 소요됩니다. 이미 4일이 지나갔고 여러분은 중간고사를 앞두고 다른 전공과목의 레포트와 시험 등으로 시간에 쫓기고 있어, 이 심리학 과제를 남는 시간 안에 마칠 수 있을지 걱정입니다.

그런데 같은 수업을 듣는 **다른 학과 학생 A**가 고열과 복통으로 수업 중 조퇴를 하더니, 결국 **병원에 입원하게** 되어 누군가의 도움을 받지 않는다면 남는 시간동안에 **과제를 마치는 일이 어렵게 되었습니다.** 학생 A는 4학년 이고 심리학도 재수강이라 이번 심리학 과목에서 낙제를 하게 되면, 학점이 모자라 졸업을 할 수 없습니다”

위의 가상적 시나리오에서 동정과 도움의도를 Likert 식 7점 척도로 측정하였다. 이들 점수가 높을수록 곤경에 처한 당사자를 더욱 동정하며, 더 많은 도움의도를 보이는 것을 의미한다. 자세한 내용은 다음과 같다.

동정 : “학생 A에게 얼마나 동정을 느끼니까?”

도움의도 : “학생 A가 연구계획서를 남는 시간 내에 완수할 수 있도록 여러분에게 도움을 청한다면 어떻게 하겠습니까?”

#### 도움의 중요성 지각 척도

도움의 중요성의 측정은 연구 1에서 사용한 사회적 지원제공 척도 25개 각각에서, 상대방에게 그러한 도움을 제공하는 행동이 얼마나 중요한 일이라고 생각하는지를 Likert식 척도로서 ‘전혀 중요하지 않다’(1점)에서 ‘매우 중요하다’(5점)의 5점 척도로 구성하였다. 도움의 중요성 지각 척도에 대한 응답을 합산하여 도움의 중요성 지각 점수를 산출하였고, 점수 범위가 25점에서 125점으로 점수가 높을수록 상대방에게 도움을 제공하는 것을 중요하다고 지각함을 의미한다. 본 연구에서 나타난 도움의 중요성 지각 척도의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .91이었다.



조망수용 척도

Davis(1980)의 공감척도를 신경일(1994)이 번안, 수정한 척도를 사용하였다. 이들 척도는 4가지 하위척도로 구성된다. 즉, 소설이나 영화에 몰입하는 경향을 측정하는 상상척도(Fantasy Scale), 타인의 관점을 수용하는 경향을 측정하는 조망수용 척도(Perspective-Taking Scale), 부정적인 경험을 겪고 있는 타인에 대한 관심, 연민, 온정의 경향을 측정하는 공감적 관심 척도(Empathetic Concern Scale), 타인의 부정적인 경험을 보았을 때의 불편함 불안의 경향을 측정하는 개인적 고통 척도(Personal Distress Scale)이다 이들 중 타인의 관점을 수용하는 경향을 측정하는 조망수용 척도 6문항만을 선별하여 사용하였다. 각 문항에 대하여 자신의 생각과 일치하는 정도를 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'의 Likert식 5점 척도로 구성하였다. 부정적인 문항에서는 역산처리하였으며, 조망수용의 점수 범위는 6점에서 30점으로 점수가 높을수록 타인의 관점을 수용하는 경향이 높음을 의미한다. 본 연구에서 나타난 조망수용 척도의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .73이었다.

절차

조사의 진행은 2002년 11월에 본 연구자가 직접 참여하였으며, 본 조사에서 조사대상자로 선발된 대학생 집단에서 집단적으로 실시하였다. 본 조사는 일상생활에서 여러분의 생각과 생활에 대해 알아보려고 하기 위한 조사라고 소개한 후, 위에서 설명한 사회적 지원, 도움의 중요성, 조망수용과 도움행동을 유발하는 가상적 시나리오가 인쇄된 유인물을 피험자들에게 무선적으로 배부하여 응답하도록 하였다. 응답시간은 가능한 한 심사숙고하여 정확하게 응답하도록 충분한 시간(약 20분)을 주었으며, 응답한 질문지는 모든 피험자가 응답을 마친 후, 한번에 수거하였다.

결 과

사회적 지원(지원수혜)과 이타적 관심과의 관계를 알아보기 위해 다음에서는 사회적 지원과 도움의 중요성 지각(가치 요인), 조망수용(인지 요인), 동정(정서 요인) 및 도움의도(행동 요인)간의 상관계수를 구하여

표 3. 측정된 변인들 간의 상관계수( $r$ )

	도움중요성지각	조망수용	동 정	도움의도
사회적지원	.49*	.32*	.38*	.33*
도움중요성지각	-	.59*	.17	.15
조망수용	-	-	.19	.41*
동 정	-	-	-	.33*

\* $p < .01$

표 3에 제시하였다

표 3에서, 사회적 지원과 도움의 중요성 지각( $r = .49, p < .01$ ), 조망수용( $r = .32, p < .01$ ), 동정( $r = .38, p < .01$ ) 및 도움의도( $r = .33, p < .01$ ) 간의 상관관계가 모두 통계적으로 유의하였다. 이는 중요한 타인들로부터 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들일수록 타인에게 도움을 제공하는 일이 중요하다고 지각하며(도움의 중요성 지각), 타인의 관점을 수용하는 경향(조망수용)이 높고, 곤경에 처한 당사자를 더 많이 동정하며, 도움의도를 많이 보임을 의미한다.

위의 결과에서 사회적 지원이 이타적 관심 즉, 도움의 중요성 지각, 조망수용, 동정 및 도움의도와 모두 관련이 있다는 결과를 얻었다. 이를 기초로 하여 다음에서는 추가적으로 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들일수록 그렇지 않은 사람들에 비해 타인에게 도움제공(도움의도)을 많이 하게 되는 이유가 이타적 관심의 증가 때문인지를 탐색적으로 알아보고자 하였다. 즉, 사회적 지원이 이타적 관심을 매개로 도움의도에 영향을 미치는 가를 확인하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하여, 이를 표 4에 제시하였다.

표 4에서 사회적 지원이 도움의도에 영향을 미치게 되

표 4. 도움의도에 대한 예언변인들의 위계적 회귀분석 결과 요약

종속변인	모델	$R^2$	$R^2$ 변화	F 변화
도움의도	모델 1	.39	.39	20.08*
	모델 2	.39	.00	.10

주. 모델 1 : 투입독립변인=도움의 중요성 지각, 조망수용, 동정  
 모델 2 : 투입독립변인=도움의 중요성 지각, 조망수용, 동정, 사회적 지원

\* $p < .001$

는 과정을 알아보기 위하여, 먼저 1단계 분석(모델 1)에서 예언변인 도움의 중요성 지각, 조망수용과 동정을 투입하였다. 결과, 예언변인 도움의 중요성 지각, 조망수용과 동정이 투입됨으로써 도움의도에 대한 전체 설명력( $R^2$ )은 39%였다( $F=20.08$ ,  $df=3/94$ ,  $p<.001$ ). 다음으로 2단계 분석(모델 2)에서 예언변인 도움의 중요성 지각, 조망수용, 동정에 사회적 지원을 추가하였을 경우 전체 설명력( $R^2$ )은 39%로서 전체 설명력의 증가( $R^2$  change)가 거의 없었다. 즉, 도움의 중요성, 조망수용 및 동정이 미치는 효과를 통제한 사회적 지원은 도움의도에 미치는 효과가 없음을 의미하는 것이다. 이는 도움의 중요성, 조망수용, 동정과 같은 이타적 변인들이 사회적 지원과 도움의도 사이를 매개함을 나타내는 것으로, 중요한 타인들로부터 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들일수록 타인에 대한 이타적 관심이 증가되어 도움의도를 보이게 되는 것임을 의미한다. 앞의 결과에서 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들일수록 타인에 대한 이타적 관심이 높다는 결과를 얻어 가설 3이 지지되었다.

### 연구 3

연구 3에서는 사회적 지원을 많이 받은 사람이 지원을 많이 제공하게 되는 이유가 호혜성이나 친밀한 관계에서의 의무감에 의해서가 아니라 타인에 대한 이타적 관심이 증가되었기 때문임을 확증하고자 하였다. 따라서 연구 3에서는 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 친밀관계와 소원관계 조건 간에 도움제공 의도의 차이가 적을 것이라는 가설 4를 확인하고자 하였다. 이를 위해 다음에서는 곤경당사자가 어려움에 처한 가상적 시나리오를 제작하여, 이 곤경에 처한 사람이 친한 사람일 경우와 소원한 사람일 경우 도움제공 의도가 어떻게 달라지는가를 확인하였다.

### 방법

#### 조사대상

본 연구의 피험자는 서울에 소재한 H 대학 및 경기도에 소재한 K 대학에서 심리학 과목을 수강하는 대학생

228명(1~4학년, 평균연령 21.03세)이었다. 이 중 불성실하게 응답하거나 응답이 누락된 13명의 자료가 제외되어서 최종적으로 220명(남자 113명, 여자 107명)의 자료가 분석되었다.

#### 측정도구

##### 사회적 지원 척도

사회적 지원을 측정하기 위해 연구 1에서 사용한 사회적 지원 척도를 그대로 사용하였다. 사회적 지원은 점수범위가 25점에서 125점으로 점수가 높을수록 주변 사람들로부터 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 것을 의미한다. 본 연구에서 사회적 지원 척도의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .96이었다.

##### 친밀 및 소원관계 상황의 조작과 도움제공 의도 측정

###### 친밀 및 소원관계 조건의 조작

도움이 필요한 곤경 상황을 다음과 같이 제시하여, 친한 사람이 곤경 상황에 처하게 한 상황(친밀관계 조건)과 친하지 않은 사람이 곤경 상황에 처하게 한 상황(소원관계 조건)을 조작하였다.

“학생 A는 현재 교육학 수업을 수강하고 있습니다. 이 수업에서는 **중간고사를 대신해서 레포트를 제출**해야 합니다. 레포트를 제출하기 위해서는 관련 자료를 찾고 자료들을 정리하는 등 꼬박 일주일이 소요됩니다.

그런데 학생 A는 고열과 복통으로 수업 중 조퇴를 하게 되었고, 결국 **병원에 입원하게 되어** 누군가의 도움을 받지 않는다면 남은 시간동안에 레포트를 제출하지 못해 중간고사 점수를 받을 수 없는 상황에 처하게 되었습니다”

위에 제시한 곤경 상황에 대하여 친밀관계 조건에서는 “위의 상황에서 당신과 절친한 친구가 위의 학생 A의 입장에 처했다고 상상해 보십시오. 이때 당신은 어떻게 하시겠습니까?”라는 질문을 제시하였고, 소원관계 조건에서는 “위의 상황에서 당신과 별로 친하지 않은 사람이 위의 학생 A의 입장에 처했다고 상상해 보십시오. 이때 당신은 어떻게 하시겠습니까?”라는 질문을 제시하였다. 친밀과 소원관계 조건은 집단 간으로 설계하여 피험자들은 친밀 또는 소원관계 조건 중 한 조건에만 응답하게 하였다.

도움제공 의도의 측정

위와 같은 곤경 상황을 제시한 후, 그런 상황에서 곤경에 처한 사람에게 얼마나 도움을 제공하겠는가를 6개의 문항으로 제작(예, '친구의 고민되는 문제에 대해 함께 얘기한다', '친구에게 도움이 되는 정보와 지식을 제공해 준다', '친구가 모르거나 이해하지 못하는 것에 대해 알려준다', '친구에게 현명하게 대처할 수 있는 방안을 제시한다', '내 시간을 내서 도와준다', '친구와 함께 있어 주고 정서적으로 위로해 준다')하여 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'의 Likert식 5점 척도로 측정하였다. 6개 문항에 대한 측정치를 합산하여 도움제공 의도 점수를 산출하였다. 도움제공 의도의 점수 범위는 6점에서 36점으로, 점수가 높을수록 도움제공 의도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 나타난 도움제공 의도의 신뢰도(Cronbach's α)는 .81이었다.

절차

실험의 진행은 2003년 4월에 실시하였으며 본 연구자로부터 주의사항을 숙지한 연구보조원이 진행하였으며, 본 실험에서 피험자로 선발된 대학생 집단에서 집단적으로 실시하였다. 본 실험은 일상생활에서 여러분의 생각과 생활에 대해 알아보기 위한 것이라고 소개하였다. 친밀관계 조건 및 소원관계 조건은 집단 간 설계를 하여 피험자는 친밀조건이나 소원조건 중 한 가지에 대해서만 응답하도록 하였다. 피험자들에게 위에서 설명한 사회적 지원과 친밀 또는 소원관계 조건의 상황 중 한 가지가 인쇄된 유인물을 무선적으로 배부하여 응답하도록 하였다. 응답시간은 가능한 한 심사숙고하여 정확하게 응답하도록 충분한 시간(약 15분)을 주었으며, 응답한 질문지는 모든 피험자가 응답을 마친 후, 한번에 수거하였다.

결과

다음에서는 친밀과 소원관계 조건에 따라 사회적 지원이 도움제공 의도에 미치는 영향을 확인하기 위해, 사회적 지원(지원수혜) 점수를 중앙값을 기준으로 상·하 집단으로 구분하였다. 그리고 나서 도움제공 의도를 종속변인으로 하여 친밀과 소원관계 조건(2) × 사회적 지원수준

표 5. 사회적 지원과 친밀 및 소원관계에 따른 도움제공 의도의 평균(사례수)

		조 건		계
		친밀관계	소원관계	
지원수혜	하집단	15.26(34)	12.07(29)	13.79(63)
	상집단	16.25(28)	13.32(28)	14.79(56)
	계	15.71(62)	12.68(57)	

주. 점수가 높을수록 도움제공 의도가 높은 것임

표 6. 사회적 지원과 친밀 및 소원관계에 따른 도움제공 의도의 변량분석결과 요약

변량원	자승화	자유도	평균자승화	F
지원수혜(A)	37.00	1	37.00	4.69*
친밀·소원관계(B)	277.17	1	277.17	35.11**
A×B	.53	1	.53	.07
오차	907.84	115	7.89	

\* $p < .05$ , \*\* $p < .001$

(2)의 평균을 산출하여 표 5에 제시하였고, 이에 대한 변량분석 결과는 표 6에 제시하였다

표 6에서 도움제공 의도에 대한 사회적 지원의 주효과가 통계적으로 유의하였다( $F=4.69$ ,  $df=1/115$ ,  $p < .05$ ). 이는 사회적 지원수준이 낮은 집단의 도움제공 의도 점수(13.79)와 높은 집단의 도움제공 의도 점수(14.79)의 차이가 1.00으로 통계적으로 유의하여, 사회적 지원수준이 낮은 집단에 비해 사회적 지원수준이 높은 집단이 곤경에 처한 당사자에게 도움제공 의도를 더 많이 보임을 의미한다. 또한 친밀·소원 관계 조건의 주효과가 통계적으로 유의하였다( $F=35.11$ ,  $df=1/115$ ,  $p < .001$ ). 친밀조건 상황에서 도움제공 의도 점수(15.71)와 소원조건 상황에서 도움제공 의도 점수(12.68)간의 차이가 3.03으로 통계적으로 유의하여, 소원한 사람이 곤경에 처했을 때 보다 친한 사람이 곤경에 처했을 때 도움제공 의도를 더 많이 보임을 의미한다.

한편, 도움제공 의도에 대한 사회적 지원과 친밀·소원 조건의 상호작용효과가 통계적으로 유의하지 않았다( $F=.07$ ,  $df=1/115$ ,  $n.s.$ ). 사회적 지원수준이 낮은 집단에서 친밀과 소원관계 조건에 따른 도움제공 의도의 차이값은 3.19이고, 사회적 지원수준이 높은 집단에서 친밀과 소

원 조건의 도움제공 의도의 차이값이 2.93으로 전자의 차이값과 후자의 차이값 간에 차이가 .26으로 이는 통계적으로 유의한 차이가 아님을 의미한다. 따라서 사회적 지원수준이 낮은 집단에서의 친밀관계와 소원관계 간의 도움제공 의도의 차이 간에 유의한 차이가 있을 것이라는 가설 4가 지지되지 않았다

#### 연구 4

연구 4에서는 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 예방상황과 향상상황 간에 도움제공 의도의 차이가 적을 것이라는 가설 5를 확인하여, 사회적 지원의 수혜가 이타적 관심을 증가시킨다는 결과가 상황(예방과 향상상황)에 따라 어떻게 달라지는가를 알아보고자 하였다. 이를 위해, 다음에서는 곤경상황을 곤경당사자가 도움을 받지 않으면 실패에 직면하게 되는 예방상황과, 지금보다 더 좋아지기 위한 또는 더 좋은 결과를 성취하기 위한 향상상황을 담고 있는 가상적 시나리오를 제작하여, 이 상황들에서 도움의도를 측정하였다.

#### 방법

##### 조사대상

본 연구의 피험자로 서울에 소재한 H 대학 및 경기도에 소재한 K 대학에서 심리학 과목을 수강하는 대학생 261명(1~4학년, 평균연령 21.06세)을 대상으로 조사가 실시되었다. 이 중에서 불성실하게 응답하거나 응답이 누락된 13부가 제외되어, 최종적으로 248명(남자 119명, 여자 124명, 무응답 5명)의 자료가 분석되었다

##### 측정도구

###### 사회적 지원 척도

사회적 지원을 측정하기 위해 연구 1에서 사용한 사회적 지원수혜 척도를 그대로 사용하였다. 사회적 지원은 점수범위가 25점에서 125점으로 점수가 높을수록 주변 사람들로부터 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 것을 의미한다. 본 연구에서 나타난 사회적 지원 척도의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .96이었다.

##### 예방 및 향상상황의 조작과 도움제공 측정

예방 및 향상상황을 조작한 가상적 시나리오의 제작 도움이 필요한 어려운 상황을 Higgins(1997, 1998)가 제시한 2가지 조절목표를 기초로 제작하였다. 도움이 필요한 곤경 상황을 예방목표에 의해 점화된 상황(예방상황)과 향상목표에 의해 점화된 상황(향상상황)의 두 가지 상황을 조작하였다. 예방상황은 곤경에 처한 상황에서 도움을 받으면 상실 또는 실패가 없는 것이고, 도움을 받지 못하면 상실 또는 실패를 하는 것으로 조작하였다. 한편, 향상상황은 곤경에 처한 상황에서 도움을 받으면 이득이나 성취를 얻는 것이고, 도움을 받지 못하면 이득이나 성취가 없는 것으로 조작하였다. 각 상황은 집단 간 설계를 하여, 피험자들은 예방 또는 향상 상황 중 한 상황에서만 응답하도록 하였다.

##### 예방목표가 점화된 상황

“학생 A는 현재 교육학 수업을 수강하고 있습니다. 이 수업에서는 **중간고사를 대신해서 레포트를 제출**해야 합니다. 레포트를 제출하기 위해서는 관련 자료를 찾고 자료를 정리하는 등 **꼬박 일주일**이 소요됩니다. 그런데 학생 A는 **고열과 복통**으로 수업 중 조퇴를 하게 되었고, 결국 **병원에 입원하게 되어** 누군가의 도움을 받지 않는다면 남은 시간동안에 레포트를 제출하지 못해 중간고사 점수를 받을 수 없는 상황에 처하게 되었습니다.”

##### 향상목표가 점화된 상황

“학생 A는 현재 교육학 수업을 수강하고 있습니다. 수업과정 중, 자신의 관심분야와 관련 있는 아이디어를 작성해서 레포트 형식으로 제출한다면 교수님으로부터 **능력 인정받게 되고**, 더 나아가 “대학생 아이디어 공모전”에 추진을 받게 됩니다. 이 공모전에서 선발이 된다는 것은 **관련 분야에서 전문적인 지식과 실력을 갖추었음을 확인하는 계기**가 되어 학생 A는 이 레포트를 제출하고 싶어 합니다. 그러나 이 레포트를 제출하지 않는다고 해서 점수가 감점되거나 손해를 받게 되는 것은 아닙니다. 이 레포트를 제출하기 위해서는 관련 자료를 찾고, 자료를 정리하는 등 **꼬박 일주일**이 소요됩니다. 그런데 학생 A는 **고열과 복통**으로 수업 중 조퇴를 하게 되었고, 결국 **병원에 입원하게 되어** 누군가의 도움을 받지 않는다면 남은 시간 동안에 이 레포트를 제출하는 일이 어렵게 되었습니다.”

##### 도움제공 의도의 측정

도움제공 의도는 타인이 위의 예방 또는 향상상황에 처해있다고 상상해 보도록 한 후, 그런 상황에서 얼마나 곤경에 처한 사람에게 도움을 제공하겠다는가를 6문항으로

제작(예를 들어, ‘친구의 고민되는 문제에 대해 함께 얘기한다’, ‘친구에게 도움이 되는 정보와 지식을 제공해 준다’, ‘친구가 모르거나 이해하지 못하는 것에 대해 알려준다’, ‘친구에게 현명하게 대처할 수 있는 방안을 제시한다’, ‘내 시간을 내서 도와준다’, ‘친구와 함께 있어 주고 정서적으로 위로해 준다’)하여 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’의 Likert 식 5점 척도로 측정하였다. 6개 질문에 대한 측정치를 합산하여 도움제공 의도 점수를 산출하였으며, 점수 범위는 6점에서 36점으로 점수가 높을수록 도움제공 의도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 나타난 도움제공 의도의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )는 .83이었다.

**절차**

본 실험은 2003년 11월에 실시되었고, 본 연구자가 직접 참여하여 진행하였으며, 본 실험에서 피험자로 선발된 대학생 집단에서 집단적으로 실시하였다. 본 실험은 일상 생활에서 여러분의 생각과 생활에 대해 알아보기 위한 조사라고 소개하였다. 예방 및 향상 상황은 집단 간 설계를 하여 피험자는 예방상황이나 향상상황 중 한 가지에 대해서만 응답하도록 하였다. 따라서 위에서 설명한 사회적 지원, 예방 또는 향상상황 중 한 가지가 인쇄된 유인물을 피험자들에게 배부하여 응답하도록 하였다. 응답시간은 가능한 한 신속하고하여 정확하게 응답하도록 충분한 시간(약 15분)을 주었으며, 응답한 질문지는 모든 피험자가 응답을 마친 후, 한번에 수거하였다.

**결 과**

다음에서는 예방 및 향상상황에 따라 사회적 지원이 도움제공 의도에 미치는 영향을 확인하기 위해 우선 사회적 지원(수혜) 점수를 중앙값을 기준으로 상·하 집단으로 구분하였다. 그리고 나서 도움제공 의도를 종속변인으로 하여 사회적 지원수준(2)×예방과 향상상황(2)의 평균을 산출하여 표 7에 제시하였고, 이에 대한 변량분석 결과는 표 8에 제시하였다

표 8에서, 도움제공 의도에 대한 사회적 지원의 주효과가 유의한 것으로 나타났다 ( $F=17.86, df=1/57, p<.001$ ). 이는 사회적 지원이 높은 집단의 도움제공 의도 점수

표 7. 사회적 지원수준과 예방 및 향상상황에 따른 도움제공 의도의 평균(사례수)

		상 황		계
		예방상황	향상상황	
사회적 지원	하집단	13.79( 63)	12.13( 54)	13.03(117)
	상집단	14.79( 56)	15.05( 66)	14.93(122)
	계	14.26(119)	13.73(120)	

주. 점수가 높을수록 도움제공 의도가 더 높은 것임

표 8. 사회적 지원수준과 예방 및 향상상황에 따른 도움제공 의도의 변량분석결과 요약

변량원	자승화	자유도	평균자승화	F
사회적 지원 (A)	226.58	1	226.58	17.86**
예방· 향상상황(B)	29.26	1	29.26	2.31
A×B	54.91	1	54.91	4.33*
오 차	2980.70	57	12.68	

\* $p<.05$ , \*\* $p<.001$

(14.93)와 사회적 지원이 낮은 집단의 도움제공 의도 점수(13.03)간의 차이가 1.9로 통계적으로 유의한 차이가 있음을 의미한다. 즉, 타인으로부터 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들일수록 그렇지 않은 사람들에 비해 도움제공 의도를 더 많이 보이는 것을 의미한다.

한편 도움제공 의도에 대한 예방과 향상상황의 주효과는 통계적으로 유의하지 않았다 ( $F=2.31, df=1/57, n.s.$ ). 이는 예방상황에서의 도움제공 의도 점수(14.26)와 향상상황에서 도움제공 의도 점수(13.73)간의 차이가 .53으로 통계적으로 유의한 차이가 아님을 의미한다.

또한, 도움제공 의도에 대한 사회적 지원수준과 예방과 향상상황의 상호작용효과가 유의하였다( $F=4.33, df=$

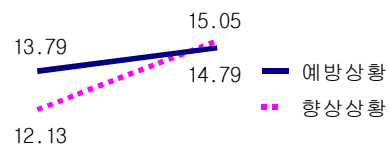


그림 1. 사회적 지원수준과 예방과 향상상황에 따른 도움제공 의도의 평균

1/57,  $p < .05$ ). 이러한 상호작용의 양상을 도시하면, 그림 1과 같다.

그림 1에서 보는 바와 같이, 사회적 지원이 낮은 집단에서는 예방상황과 향상상황에 따른 도움제공 의도 평균의 차이는 1.66이고, 사회적 지원수혜가 높은 집단에서는 예방상황과 향상상황에 따른 도움제공 의도 평균의 차이는 .26으로 전자의 차이점수가 후자의 차이점수보다 크게 나타났다. 이 결과는 사회적 지원수준이 높은 집단에서의 예방상황과 향상상황에서 도움제공 의도의 차이가 사회적 지원수준이 낮은 집단에서의 예방상황과 향상상황 간의 도움제공 의도의 차이보다 적다는 것으로 본 연구의 가설 5를 지지하는 결과이다.

### 논 의

본 연구에서는 사회적 지원의 수혜와 제공 간에 밀접한 관계가 있을 것으로 가정하고, 사회적 지원을 많이 받은 사람들이 사회적 지원을 많이 제공함을 확인함과 동시에, 지원수혜와 지원제공의 효과가 이질적임을 밝히고자 하였다(연구 1). 또한 사회적 지원의 또 다른 효과로 이타성에 미치는 효과를 다각적으로 규명하였다(연구 2, 연구 3, 연구 4). 본 연구는 사회적 지원이 개인의 안녕에 미치는 영향과 타인의 안녕에 미치는 영향을 동시에 고려함으로써 사회적 지원의 효과를 다각적으로 검토한 것이다.

#### 연구결과의 요약 및 논의

연구 1에서는 지원수혜와 지원제공 간의 관계를 알아보고 지원제공과 지원수혜의 심리적 효과를 확인하였다. 연구 결과, 사회적 지원수혜와 지원제공 간에 관계가 있을 것이라는 가설 1이 지지되었다. 또한 지원수혜는 주관적 행복감과 자기존중감과 정적 상관을 우울과는 부적 상관을 보였다. 이와 같은 결과는 사회적 지원의 긍정적 효과를 밝혀온 기존의 연구 결과들과 일치하는 것이다 (Sarason et al., 1993; Heller & Swindle, 1983; Heller et al., 1986; Lakey & Cassady, 1990; Lakey et al., 1992). 지원제공 또한 주관적 행복감과 자기존중감과는 정적 상관을, 우울과는 부적 상관을 보여 중요한 타인들에게 지원을 많이 제공하는 것 또한 지원을 많이 받는 것 만큼 긍정적인 결과를 가져올 수 있음을 확인하였다.

한편, 사회적 지원수혜 및 지원제공의 독립적인 심리적 효과를 알아보기 위한 분석에서, 지원수혜가 미치는 효과를 통제한 지원제공은 자기존중감과 우울과는 유의한 상관을 보였으나, 주관적 행복감과는 유의한 상관이 없었다. 반면에, 지원제공이 미치는 효과를 통제한 지원수혜는 주관적 행복감과 유의한 상관을 보였으나, 자기존중감과 우울과는 유의한 상관이 없었다. 따라서 지원수혜와 지원제공이 초래하는 심리적 내용이 다르다는 결과를 얻어 가설 2가 지지되었다.

그러나 지원제공의 효과를 통제한 지원수혜, 그리고 지원수혜의 효과를 통제한 지원제공과 적응변인들 간의 준부분상관 결과(표 2 참조)는 앞에서 제시한 단순상관의 결과(표 1 참조)와 일치하지 않는다. 그 이유는 그동안 사회적 지원에 관한 연구들이 사회적 지원에 있어 지원제공의 측면을 간과한 결과 나타나는 현상으로 해석된다. 선행연구들에서 사회적 지원의 수혜가 본 연구결과와 달리 자기존중감을 향상시키고 우울을 감소시키는 결과를 가져 온 이유는 사회적 지원의 측정에서 지원수혜의 효과와 지원제공의 효과가 혼합되어 나타난 결과라고 할 수 있다. 이와 같은 내용은 지원제공이 미치는 효과를 통계적으로 통제한 지원수혜는 주관적 행복감과 상관이 유의했으나, 자기존중감이나 우울과는 상관이 유의하지 않았으며, 지원수혜가 미치는 영향을 통계적으로 통제한 지원제공은 자기존중감과 우울과 상관이 유의했으나, 주관적 행복감과는 상관이 유의하지 않았다는 본 연구에서 얻어진 결과로 설명이 된다. 본 연구의 결과는 그동안 사회적 지원과 적응과 관련된 연구 결과들이 지원제공의 측면을 함께 고려하여 재해석 될 필요가 있음을 시사하는 것이다.

앞에서 사회적 지원수혜가 미치는 효과를 통제한 지원제공은 자기존중감과 우울에 영향을 미친다는 결과를 얻었다. 이렇게 지원제공이 자기존중감과 우울에 영향을 미치게 되는 과정은 자기존중감과 우울의 관계에 대한 선행연구들에서 그 원인을 찾아볼 수 있다. 자기존중감과 우울의 관계에 대한 선행연구들은 낮은 자기존중감과 우울은 서로 중복된 부분이 많다고 제시한다. Beck(1967)은 낮은 자기존중감을 우울의 징후들 중 하나로 간주한다. 또한 Abramson, Alloy와 Metalsky(1978)에 의하면 사람들은 통제가 불가능한 부정적인 사건을 경험하면, 무기력을 어떤 원인으로 귀인하게 되는데, 이 때 우울 유발적인

귀인양식을 가진 사람들은 통제 불가능한 부정적 사건을 내적, 안정적, 전반적 요인으로 돌리는 경향이 있다고 했다. Harter(1986)는 높은 자기존중감을 가진 아동은 낮은 자기존중감을 가진 아동에 비해 긍정적인 결과를 자신에게 귀인시킨다고 보고했다. 이들의 연구에 기초하여 볼 때 우울을 유발시키는 귀인양식과 높은 자기존중감 유지의 귀인양식은 정 반대인 것을 알 수 있다. 따라서 본 연구에서 지원수혜가 미치는 영향을 통제된 지원제공이 동시에 자기존중감과 우울에 영향을 미치는 이유는 낮은 자기존중감을 가진 사람들의 귀인양식과 우울한 사람들의 귀인양식이 유사하여 나타나게 된 결과라고 추측할 수 있다.

연구 1에서 지원수혜와 지원제공은 모두 친밀한 관계 속에서 일어나는 자원의 교환을 다룬 것으로, 지원을 많이 받은 사람들이 타인들에게 많이 주게 되는 이유가 친밀한 사람이기 때문에 의무감에 의한 것인지 또는 받는 만큼 주어야 한다는 형평성에 의한 것인지, 아니면 실제로 이타적 관심에 의한 것인지를 확인하기 어렵다. 따라서 본 연구에서는 사회적 지원이 이타성을 증진시킨다는 본 연구의 주장을 다각적으로 확인하기 위하여 3개의 연구(연구2, 연구 3, 연구 4)를 수행하였다. 먼저 연구 2에서는 사회적 지원을 많이 받은 사람이 지원을 많이 제공하게 되는 이유가 사회적 지원을 받을수록 타인의 안녕에 대한 관심이 증가하기 때문일 것으로 가정하였다. 즉, 사회적 지원의 수혜가 개인의 안녕에 미치는 효과 이외에 또 다른 효과로서, 이타성에 미치는 영향을 확인하고자 하였다. 이를 위해 곤경에 처한 당사자를 담고 있는 시나리오를 제작하여 곤경당사자에 대한 도움행동 의도를 측정하였다. 연구 결과, 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들일수록 그렇지 않은 사람들에 비해 곤경에 처한 사람들에게 도움을 제공하는 것을 더 많이 가치있다고 지각했으며, 곤경당사자의 입장을 더 많이 수용하고, 동정한다는 결과를 얻어 가설 3이 지지되었다.

사회적 지원의 교환은 중요한 타인들과의 관계 속에서 일어나는 경험을 측정한 것으로 사회적 지원을 많이 받았다고 지각하는 사람들이 타인들에게도 사회적 지원을 많이 제공한다는 앞선 결과에서, 원래부터 친한 사람들이기 때문에 의무감으로 인해 도움을 제공하게 됐을 가능성을 완전히 배제할 수 없다. 따라서 연구 3에서는 곤경당사자가 지원제공자와 친밀관계에 있는 조건과 소원관계에 있

는 조건으로 조작하여 친밀과 소원관계 조건에 따라 사회적 지원이 도움제공에 미치는 효과가 어떻게 달라지는가를 확인하였다. 연구 결과, 곤경에 처한 당사자가 친한 사람인 조건과 소원한 사람인 조건에서, 사회적 지원수준이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 친밀 또는 소원관계에 따른 도움제공 의도의 차이가 적을 것이라는 결과를 얻지 못해 가설 4는 지지되지 않았다. 연구 3의 결과는 사회적 지원의 교환은 결국 친밀한 관계 속에서 일어나는 과정을 보여주는 것이다. 즉, 본 연구에서 친밀과 소원관계 조건에 따라 사회적 지원이 도움행동 의도에 미치는 정도에 차이가 없다는 결과는 사회적 지원수준에 관계없이, 대부분의 사람들은 소원한 사람보다는 친밀한 사람이 곤경에 처했을 때 더욱 도움을 제공하려는 경향이 있기 때문에 나타난 것으로 해석된다.

연구 4에서는 상대방이 어려움에 처했을 때 지원을 제공하게 되는 예방상황과 상대방이 현재보다 더욱 좋아지도록 하기위해 도움을 제공하게 되는 향상상황을 조작하여 이들 두 상황에서 사회적 지원의 수혜가 도움행동 의도에 미치는 영향을 측정하였다. 연구 결과, 사회적 지원수준이 높은 사람들은 낮은 사람들에 비해 예방과 향상상황에 따른 도움제공 의도의 차이가 적다는 결과를 얻어 가설 5가 지지되었다. 이와 같은 결과에서, 사회적 지원을 많이 받은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 상대방이 어려움에 처한 상황뿐만 아니라, 상대방이 더욱 좋아지도록 또는 더욱 향상되도록 하기 위해서도 지원을 제공한다는 사실을 확인할 수 있었다. 연구 4의 결과는 사회적 지원이 이타성에 미치는 영향(연구 2)을 다각적으로 확인하기 위한 것으로, 사회적 지원이 이타성에 미치는 효과가 여러 상황에서도 일관되게 나타남을 보여 주는 것이다.

주변 사람들에게 지원을 많이 받은 사람들의 의존적이거나 이기적인 사람이 될 수 있을 가능성을 생각해 볼 수 있다. 그러나 타인들로부터 지원을 많이 받음으로써 더욱 이타적이 된다는 본 연구의 결과는 사회적 지원과 잘못 전달된 지원을 구분해야 할 필요가 있음을 보여주는 것이다. 일부 연구들에서는 사회적 지원이 잘못 전달되거나 원하지 않는 지원을 제공할 경우에는 수혜자에게 오히려 부정적인 결과(예를 들면, 이기적이거나 의존적인 성향을 초래할 수 있음을 지적하고 있다(Deelstra, Peeters, Schaufeli, Stroebe & Zijlstra, 2003)). 그러나 본 연구에서

는 적절하게 제공된 사회적 지원은 수혜자 개인의 안녕에 긍정적인 결과를 초래함과 동시에 이타적 관심의 향상에도 기여함을 보여줌으로써, 적절한 사회적 지원과 과잉 지원 또는 과잉보호 그리고 잘못 제공된 지원과는 그 결과가 다름을 암시하고 있다. 그러나 본 연구에서 주장하는 적절하게 제공된 지원과 그렇지 않은 지원이 어떻게 구분되는가에 대한 의문은 여전히 남아있다.

#### 연구의 의의

본 연구는 지원수혜와 지원제공 간의 관계를 밝힘으로써 많이 받아 본 사람들이 줄줄도 안다는 통상적인 편견들을 실증적, 경험적으로 밝혔는데 그 의의가 있다. 또한 본 연구는 사회적 지원이 개인의 안녕에 초래하는 효과와 더불어, 사회적 관계에 중요한 이타성의 향상에도 영향을 미침을 확증함으로써 사회적 지원의 연구 분야를 확장했다는 데에도 의의가 있다.

또한, 본 연구에서는 지원을 받아서 수혜자에게 초래되는 긍정적인 결과 이외에도, 타인에게 지원을 제공함으로써 긍정적인 결과가 생길 수 있음을 확인하였다(연구 1). 이와 같은 결과는 곤경에 처한 타인에게 지원을 제공해 본 결과, 지원제공자는 지원수혜자의 반응을 보고 만족하게 되고 이러한 경험으로부터 자신이 도움이 되었다는 자부심, 자기가치감 또는 자기효능감 등을 경험할 수 있다고 언급한 선행연구(Barbee et al., 1993)와 도움행동과 관련된 연구들에서 도움행동이 제공자의 감정을 긍정적인 방향으로 증진시킨다는 연구들(Cialdini et al., 1973; Manucia et al., 1984)과도 일치하는 것이다. 또한, 도움행동 이후에 제공자 자신에 대한 평가가 호의적으로 된다는 연구(Williamson & Clark, 1989)와도 그 맥을 같이한다고 볼 수 있다. 본 연구가 기존의 도움행동 분야의 연구들과 다른 점은 도움행동 연구들은 도움을 베풀었을 때에 도움제공자에게 초래되는 결과요인들에 초점을 두었다면, 본 연구는 어떤 사람들은 다른 사람들에 비해 왜 도움행동을 더욱 많이 하게 되는가의 원인(선행요인)을 밝혔다는 점에서 기존의 도움행동분야의 연구들과 다르다고 할 수 있다.

#### 본 연구의 교육 및 사회적 시사점

근래에 우리나라 출산률이 낮아 지면서 가정에서 한 자녀 내지 두 자녀를 둔 가정이 보편화되었다. 이러한 이유

로 아동들은 예전에 비해 부모로부터 많은 사랑과 관심의 대상이 되었다. 기존의 사회적 지원 문헌들에 의하면, 주변 사람으로부터 관심과 사랑을 받고 자란 아이들은 그렇지 않은 아이들에 비해 심리적 신체적으로 건강할 뿐만 아니라, 보다 더 독립적이고 능력 있는 사람으로 성장하게 됨을 지적하고 있다. 그러나 오늘날 가정에서 부모의 사랑과 관심을 받고 자란 아이들이 선행연구들에서 지적하였듯이 독립적이거나 능력 있는 사람이기 보다 오히려 타인에게 의존적이거나 혼자 문제를 해결하지 못하거나 급변하는 상황에서 쉽게 좌절하는 모습들이 쉽게 관찰되고 있다. 또한 한동안 학교장면에서 대다수의 아이들이 한 아이를 집단적으로 괴롭히는 집단따돌림이 심각한 문제로 대두되었는데, 피해 학생이 정신적인 문제를 갖게 되거나 심하면 자살을 하게 되는 사례들을 주변에서 종종 목격하게 된다.

이와 같은 문제가 나타나는 이유는 무엇일까? 본 연구자는 그 이유가 주변의 중요한 타인들로부터 많이 받고 자란 아이들에게 타인을 배려하는 마음, 즉 이타심이 결여됐기 때문이라고 제안한다. 기존의 연구들에서 긍정적인 효과가 있는 것으로 밝혀진 사회적 지원과 오늘날 많은 부모들에게서 관찰되는 과잉지원은 그 결과가 다름을 알 수 있다. 본 연구에서는 사회적 지원은 지원을 받은 수혜자 개인에게 긍정적인 결과를 가져올 뿐만 아니라 타인에 대한 배려나 관심도 증가시킨다는 결과를 얻었다. 따라서 진정으로 아이들에게 사회적 지원을 제공한다는 것은 무조건적인 지원으로 이기심이나 의존성을 길러주는 것이 아니라 아이가 타인에 대해서도 배려나 관심을 갖도록 하는 것임을 본 연구 결과에서는 보여주고 있다.

따라서 부모로부터 받은 사회적 지원이 자녀 개인의 안녕에 기여할 뿐만 아니라 타인을 배려하는 마음으로써 확대될 수 있을 때, 오늘날 학교장면에서 문제가 되는 집단따돌림이나 기타 아이들이 이기적인 아이로 키워짐으로서 올 수 있는 여러 가지 문제들에 대한 해결 실마리를 제공할 수 있을 것으로 생각된다.

사회적 지원의 발달적 측면을 다룬 연구들은 어릴 시절 부모로부터 사회적 지원을 받으면서 자란 아이들이 어려운 상황에 처했을 때 누군가가 도움을 줄 것이라는 기대를 형성하게 되고, 이러한 지각이 실제로 어려운 상황에 처하게 되었을 때에 실제적인 도움을 받지 않더라



도 어려운 상황을 견디게 하는 힘이 된다고 주장한다. 따라서 어린 시절 부모로부터 지원을 받지 못한 아이들은 그렇지 않은 아이들에 비해 부적응을 더욱 많이 경험한다는 것이다.

그러나 사회적 지원을 받는 것을 통해서 뿐만 아니라 사회적 지원을 제공하는 것을 통해서도 긍정적인 결과가 초래된다는 본 연구의 결과는 사회적 지원을 받지 못해 올 수 있는 부정적인 효과가 타인들에게 지원을 제공하는 과정을 통해 보충될 수 있을 가능성을 시사하고 있다. 학교장면에서 여러 가지 문제를 가진 부적응적인 아이들은 대체로 부모의 사랑과 관심이 결핍된 경우가 많다. 지금까지 이러한 문제를 가진 아이들에게 접근하는 방식은 교사나 상담자 같은 주변의 사람들이 사랑과 관심을 제공하는 방식의 개입을 통해 개인의 안녕을 도모한 것이다. 이러한 개입은 물론 효과가 없는 것이 아니지만 자기 자신의 안녕이 타인들에 의해 좌우되는 수동적인 방법이라 할 수 있다. 부적응적인 아이들이 타인에게 지원 또는 도움을 베풀도록 하는 경험은 그 개인에게 자부심이나 자기가 치감 등을 직접 경험하게 함으로써 자신의 안녕에 본인 스스로가 기여하게 하는 보다 더 능동적이고 적극적인 개입방식이라고 할 수 있다. 심리학자 deCharms(1968)은 사람은 어떤 행동을 할 때에 그 행동의 원인이 자기의 내부에 있다는 사실을 지각하고 싶어 하며 행동의 원인이 자기 자신이라고 지각할 때에 이것이 행동을 유발하는 내재적 동기의 원인이 된다고 주장한다. 즉, 개인 안녕의 증진이 자기 스스로 취해서 얻어진 결과인지 아니면 타인에 의해 주어진 것인지에 따라 개인의 안녕한 정도의 지속성이 달라질 것으로 생각된다. 따라서 본 연구의 결과는 부적응적인 개인들 스스로가 자신의 안녕에 기여한다는 능동성을 가질 수 있도록 타인들에게 지원과 도움을 제공하는 방향에 초점을 둔 교육프로그램 개발에 기초 자료가 될 것이다.

#### 본 연구의 제한점 및 후속 연구의 제언

마지막으로 본 연구에서 지적될 수 있는 문제점을 고찰하여 추후 연구의 필요성을 논하고자 하였다. 첫째로 앞의 결과에서 사회적 지원수혜가 미치는 효과를 통제된 지원제공이 자기존중감의 향상과 우울의 감소를 가져온다는 결과를 얻었다. 그러나 긍정적인 정서 상태이기 때문

에, 즉 자기존중감이 높기 때문에(또는 우울이 낮기 때문에) 타인에게 도움제공을 하는 것인지 아니면 도움을 제공해서 자기존중감이 높아지게 되는 것인지(또는 우울이 낮아지게 되는지)와 같은 인과적 관계가 분명치 않다. 본 연구와 같은 상관연구에서는 도움제공과 자기존중감 및 우울 간의 인과적 관계를 확연히 밝힐 수 없다는 문제점을 안고 있다. 따라서 추후 연구에서는 이와 같은 인과적 문제를 해결하는 연구가 필요하다.

둘째로 연구 1에서 측정된 사회적 지원제공은 기존의 사회적 지원수혜 척도를 수정하여 만든 것이다. 따라서 본 연구에서 사회적 지원수혜와 지원제공의 상관이 높게 나온 이유가 여기에 있을 것으로 유추해 볼 수도 있다. 따라서 앞으로의 연구에서는 기존의 사회적 지원수혜 척도와 명확하게 구별되는 지원제공 척도를 개발하여 지원수혜와 지원제공 간의 관계와 그 심리적 효과를 밝히는 연구가 있어야 할 것이다.

셋째로, 연구 2, 연구 3과 연구 4는 사회적 지원이 이타성에 미치는 영향을 다각적으로 확인하기 위한 것으로 이를 위해 곤경에 처한 사람을 담고 있는 가상적 시나리오를 제시하고, 그 곤경당사자에게 얼마나 도움을 줄 것인가를 측정했다. 이렇게 도움제공 또는 도움의도가 실제 상황이 아닌 가상적 상황에서 측정되었는데, 가상적 상황에서의 심리과정이 실제상황에서의 심리과정을 반영한다 하더라도 완전하게 일치하지는 않을 것이다. 따라서 앞으로의 연구는 가상적 도움상황이 아닌 실제적 도움상황에서 사회적 지원수혜가 도움행동에 미치는 효과를 확인하는 연구가 있어야 할 것이다.

넷째로, 연구 1은 사회적 지원이 개인의 안녕에 미치는 효과를 다루고 있다. 결과는 대체적으로 사회적 지원이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 적응을 잘한다는 결과를 얻었다. 이러한 결과는 지금까지 사회적 지원과 적응과의 관계를 다룬 대부분의 연구들과도 일치하는 것이다. 그러나 보다 최근에 사회적 지원과 성격특성 간의 관계를 다룬 연구들이 관심을 받고 있다(Hobfoll, 1985; Reppetti, 1987; Rook, 1984; I. G. Sarason, B. R. Sarason & Shearin, 1986). 즉 사회적 지원을 많이 받은 사람들이 긍정적인 성격특성을 갖게 된다는 내용들이다. 이러한 결과들도 또한, 사회적 지원을 많이 받은 사람들이 보다 더 긍정적인 개인의 특성과 관련이 있다는 결과

들로서, 사회적 지원과 적응간의 정적 관계를 보고한 이전의 연구들과 일치한다. 그러나 이와 같은 연구들에서는 적응을 잘하는 사람이기 때문에 또는 좋은 성격특성을 갖고 있기 때문에 그렇지 않은 사람들에 비해 타인들로부터 지원을 더 많이 받을 가능성을 배제하고 있다. 예를 들면 우울한 사람들보다 우울하지 않은 사람이, 사회적 기술이 없는 사람들보다 사회적 기술이 높은 사람들이, 더 대인간 상호작용에서 매력 있는 사람으로 인식되어 이러한 사람들이 타인과의 관계를 더욱 잘 맺어 지원교환이 활발히 이루어질 가능성이 있을 수 있다. 선행연구들에서는 이러한 측면들을 간과하고 있다. 따라서 후속 연구에서는 어떤 조건에서는 지원을 많이 받아서 적응을 잘하게 되는 과정이 적용되고, 또 어떤 조건에서는 적응을 잘하는 사람이기 때문에 지원을 많이 받게 되는 것인지와 관련하여 지원과 적응 간의 인과적 관계가 달라지는 조건을 밝히는 연구가 필요하다.

마지막으로, 본 연구의 결과는 타인에게 도움이나 지원을 제공하는 것을 통해서도 긍정적인 심리적 결과가 초래된다는 결과를 보여주었다. 따라서 어릴 적 부모로부터 지원을 받지 못한 사람들의 결함이 이후 타인에 대한 도움제공이라는 과정을 통해 보충될 수 있을 가능성을 시사하고 있다. 따라서 사회적 지원수혜를 받지 못해서 나타나는 문제점들이 후에 도움제공의 과정을 통해 상쇄될 수 있는지를 확인하는 후속 연구가 있어야 할 것이다.

### 참 고 문 헌

김 연 (1985). 우울증의 귀인모형에 관한 연구. 고려대학교 대학원 박사학위논문.  
 김영우 (1998). 사회적 지원망이 노인의 주관적 행복감에 미치는 영향: 한일비교 연세대학교 대학원 석사학위논문.  
 박지원 (1985). 사회적 지지척도 개발을 위한 일 연구. 연세대학교 대학원 박사학위논문.  
 신경일 (1994). 상담자 교육을 위한 공감훈련 프로그램의 개발과 적용. 부산대학교 대학원 박사학위논문.  
 윤혜정 (1993). 청소년의 일상적 스트레스와 사회 관계망 지지지각. 서울대학교 대학원 석사학위논문.  
 이지연, 위광희 (2000). 사회적 지지망에 관한 발달적 연

구. *교육심리연구*, 14(2), 5-28.  
 이지연, 위광희 (2001). 연령수준에 따른 사회적 관계망의 변화. *교육논총*, 17, 203-230, 한양대학교 교육문제연구소.  
 전병재 (1974). 자아개념 측정 가능성에 관한 연구. *연세논총*, 11(1), 107-130, 연세대학교 대학원.  
 Abramson, L. Y., Alloy, L. B., & Metalsky, G. I. (1978). The cognitive diathesis-stress theories of depression: Toward an adequate evaluation theories' validities. In L. B. Alloy(Ed.). *Cognitive process in depression*. NY: Guilford Press.  
 Antonucci. T. C., & Jackson, J. S. (1990). The role of reciprocity in social support. In B. R Sarason, I. G Sarason, & G. R. Pierce(Eds.). *Social support: An interactional view*(pp. 173-198). NY: Wiley.  
 Barbee, A. P., Druen, P. B., Gulley, M. R., Yankeelov, P. A., & Cunningham, M. R. (1993). *Social support as a mechanism for the maintenance of close relationships*. Unpublished manuscript, University of Louisville, Louisville, KY.  
 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, 1173-1182.  
 Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. NY: Harper and Row.  
 Bem, D. (1972). Self-perception theory. In L. Berkowitz (Ed.). *Advances in Experimental Social Psychology*, 6. NY: Academic.  
 Buunk, B. P., Doosje, B. J., Jans, L. G. J. M., & Hopstaken, L. E. M. (1993). Perceived reciprocity, social support, and stress at work: The role of exchange and communal orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(4), 801-811.  
 Caplan, G. (1974). *Support system and community mental health*. NY: Behavioral Publications.  
 Cialdini, R. B., Darby, B. L., & Vincent, J. E. (1973). Transgression and altruism: A case for hedonism.

- Journal of Experimental Social Psychology*, 9, 502-516.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, p.85.
- deCharms, R. (1968). *Personal Causation : The Internal Affective Determinants of Behavior*. NY : Academic Press.
- Deelstra, J. T., Peeters, M. C. W., Schaufeli, W. B., Stroebe, W., Zijlstra, F. R. H., & van Doornen, L. P. (2003). Receiving instrumental support at work : When help is not welcome. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 324-331.
- Dukheim, E. (1951). *Suicide : A study in sociology*(G. Simpson, Ed., and J. A. Spaulding & G. Simpson, trans.). Glencoe : The Free Press(Original work published 1897).
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development*, 63, 103-115.
- Greenberg, M. S., & Westcott, D. R. (1983). Indebtedness as a mediator of reactions to aid. In J. D. Fisher, A. Nadler, & B. M. DePaulo(Eds.). *New directions in helping behavior*(Vol. 1, pp. 86-112). San Diego, CA : Academic Press.
- Harter, S. (1986). Processes underlying the construct, Maintenance and enhancement of the self-concept in children. In J. Suts, & A. Greenwald(Eds.). *Psychological perspectives on the self*(Vol. 3). Hillsdale, NJ : Erlbaum.
- Hatfield, E., & Sprecher, S. (1983). Equity theory and recipient' reactions to help. In J. D. Fisher, A. Nadler, & B. M. DePaulo(Eds.). *New directions in helping behavior*(Vol. 1, pp.113-141). San Diego, CA : Academic Press.
- Heller, K., & Swindle, R. W. (1983). Social networks, perceived social support, and coping with stress. In R. D. Felner, L. A. Jason, J. M. Moritsugu, & S. S. Farber(Eds.). *Preventive psychology :Theory, research, and practice* (pp. 87-103). Elmsford, NY : Pergamon.
- Heller, K., Swindle, R. W., & Dusenbury, L. (1986). Component social support processes : Comments and integration. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 466-470.
- Higgins, E. T. (1996). Emotional experiences :The pains and pleasures of distinct regulatory systems. In R. D. Kavanaugh, B. Zimmerberg, & S. Fein (Eds.). *Emotion : Interdisciplinary perspectives* (pp. 203-241). Mahwah, NJ : Erlbaum.
- Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, 52, 1217-1230.
- Higgins, E. T.(1998). Promotion and prevention :Regulatory focus as a motivational principle. In M. P. Zanna(Ed.). *Advances in experimental social psychology*(Vol. 30, pp.1-46). NY : Academic Press.
- Higgins, E. T., Shah, J. Y., Friedman, R., & Strauman, T. (1997). Emotional responses to goal attainment : Strength of regulatory focus as moderator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 515-525.
- Hobfoll, S. E. (1985). Personal and stress resources and the ecology of stress resistance. In P. Shaver(Ed.). *Review of Personality and Social Psychology* (Vol. 6. pp.265-290). Beverly Hills, CA : Sage.
- Lakey, B., & Cassidy, P. B. (1990). Cognitive processes in perceived social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 337-348.
- Lakey, B., Moineau, S., & Drew, J. B. (1992). Perceived social support and individual differences in the interpretation and recall of supportive behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 11, 336-348.
- Lawton, M. (1975). The Philadelphia geriatric center

- morale scale :A revision. *Journal of Gerontology*, 30, 86-89.
- Manucia, G. K., Baumann, D. J., & Cialdini, R. B. (1984). Mood influences in helping : Direct effects or side effects? *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 357-364.
- Reppetti, R. L. (1987). Individual and common components of the social environment at work and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 610-720.
- Roberto, K. A., & Scott, J. P. (1986). Equity considerations in the friendships of older adults. *Journal of Gerontology*, 41, 241-247.
- Rook, K. S. (1984). The negative side of social interaction : Impact on well-being. *Journal of personality and Social Psychology*, 46, 1097-1108.
- Rook, K. S. (1987). Reciprocity of social exchange and social satisfaction among older women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 145-154.
- Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. In M. Rosenberg (Ed.). *Social psychology of the self-concept*. Princeton, NJ : Princeton University Press.
- Sarason, B. R., Pierce, G. R., Bannerman, A., & Sarason, I. G. (1993). Investigating the antecedents of perceived social support : Parent's views of and behavior toward their children. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1071-1085.
- Sarason, B. R., Sarason, I. G., Hacker, T. A., & Basham, B. R. (1985). Concomitants of social support : Social skills, physical attractiveness, and gender. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 469-480.
- Sarason, I. G., Sarason, B. R., & Shearin, E. N. (1986). Social support as an individual difference variable : Its instability, origins, and relational aspects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 845-855.
- Sroufe, L. A., & Fleeson, J. (1986). Attachment and the construction of relationships. In W. W. Hartup, & Z. Rubin(Eds.), *Relationships and development* (pp. 51-71). Hillsdale, NJ : Erlbaum.
- Thibaut, J. W., & Kelly, H. H. (1986). *The social psychology of groups*. New brunswick, NJ; Transaction Books.(Original work published 1959).
- Walster, E., Walster, G. W., & Berscheid, E. (1978). *Equity :Theory and research*. Boston : Allyn & Bacon.
- Williamson, G. M., & Clark, M. S. (1989). Providing help and desired relationship type as determinants of changes in mood and self-evaluations. *Journal of personality and Social Psychology*, 56, 722-734.
- Wills, T. A. (1990). Social support and the family. In E. Blechman (Ed.). *Emotions and the family* (pp. 75-98). Hillsdale, NJ : Erlbaum.

## The Effects of Social Support on Psychological Well-Being and Altruism

Ji-Yeon Lee

Hanyang University

The present research proposed that the receipt of social support is significantly correlated with provision of social support. It was also proposed that the effect of the receipt of social support on psychological well-being is different from the effect of the provision of social support. In addition, the present research sought to investigate whether the level of the altruism would be different in accordance with the level of receipt of the social support. In order to test them, four studies were conducted. Study 1 was conducted to examine the relationship between the receipt and the provision of social support and to investigate that the effects of the receipt of social support on psychological well-being is different from the effect of the provision of social support. The psychological well-being was measured on three aspects: subjective well-being, self-esteem, and depression. The results of study 1 indicated that the receipt of social support was positively associated with provision of social support. Also, the results of study 1 revealed that the effects of the receipt on psychological well-being was different from the effect of the provision of social support. Study 2, 3, 4 were conducted to examine the effects of the receipt of social support on altruism. The altruism in study 2 was measured on three aspects : perception of help importance, perspective taking and sympathy. The results of study 2 indicated that the level of the altruism would be different according to the level of the receipt of social support. It is indicated that the more receive social support, the more perceive help importance, take other's positions and feel sympathy for others in need. Study 3 and 4 were conducted to investigate that the result of study 2 can be supported by manipulating situation. The study 3 was to investigate that one perceiving more the receipt of social support will have fewer difference of helping intention between familiar and unfamiliar people in need. However, there was not significant difference of helping intention between familiar and unfamiliar people in need according to the level of receipt of social support. The study 4 was to designed to investigate whether the level of helping intension between promotion and prevention situations would be different according to the level of the receipt of social support. The results of study 4 indicated that one perceiving more the receipt of social support had fewer difference of helping intention between promotion and prevention situations. The present research provides the strong evidence that social support is positively related to altruism as well as psychological well-being.

**Key words** : Social support, Well-being, Altruism, Helping intention

원고접수 : 2005년 12월 11일

심사통과 : 2006년 2월 7일