

감사 경험에 영향을 미치는 개인적 및 사회문화적 요인*

서 예 지 안 정 민 정 태 연†

중앙대학교 심리학과

이 연구는 감사에 영향을 미치는 개인적 및 사회문화적 요인을 다차원적으로 탐색하고(연구 1), 삶과 한국 사회 만족도·개인적·사회문화적 특성에 따라 일상생활 속 감사 경험의 차이가 있는지 살펴보았다(연구 2). 연구 1에는 성인 314명(남자 127명, 여자 186명, 무기명 1명; 나이 $M = 24.38$, $SD = 5.52$, 범위: 18-49)을 대상으로 삶·한국 사회 만족도, 감사(성향), 개인적·사회적 감사, 성격(Big Five), 개인주의·집단주의, 분석적·종합적 사고를 측정하는 척도를 이용하였다. 이후 Amos를 활용하여 구조모형분석을 실시하였다. 그 결과, 삶과 한국 사회 만족도 모두 개인적·사회적 감사에 정적인 영향을 주었다. 감사 성향은 개인적·사회적 감사에 정적 영향을 주었으며, 성격5요인 중 외향성은 사회적 감사에 부적 영향을, 정서적 안정성은 개인적 감사에 정적 영향을 주었다. 집단주의가 높을수록 개인적·사회적 감사를 더 많이 느꼈으며, 종합적 사고 경향이 높을수록 개인적 감사를 더 많이 느꼈다. 연구 2에서는 다이어리 연구를 실시하여 65명(남 = 31명, 여 = 34명, 나이 $M = 23.02$, $SD = 3.15$)의 참가자들에게 2주 동안 감사 경험에 대한 일기를 쓰도록 했다. 그 결과, 감사경험은 개인적·사회적·초월적 감사로 범주화되었다. 전반적으로 삶과 한국 사회 만족도·개인적·사회문화적 변인의 점수가 높은 '상·집단이' '하·집단보다 감사경험의 빈도가 높았다. 하지만 변인들의 수준과 상관없이 사회적 감사 빈도는 매우 낮게 나타났다. 종합하면, 일상 속 감사경험의 유형은 구분되며, 감사유형에 따라 차원별 변인들의 영향력은 상이하다. 이러한 연구 결과는 개인적 웰빙 뿐 아니라 사회적 웰빙과도 밀접한 관련이 있는 감사 증진을 위해 다차원적인 심리사회적 개입이 필요하다는 것을 의미한다.

주요어: 개인적 감사, 사회적 감사, 초월적 감사, 삶의 만족, 사회 만족, 성격5요인, 집단주의, 종합적 사고

* 이 논문은 2016년도 중앙대학교 CAU GRS 지원에 의하여 작성되었음.

†교신저자: 정태연, 중앙대학교 심리학과, (06911), 서울특별시 동작구 흑석로 47



© 2023, Korean Social and Personality Psychological Association.

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

감사는 우리에게 많은 긍정적인 효과를 준다. 개인적인 차원에서 감사는 신체적, 심리적 행복, 긍정적인 감정, 사회적 관계와 삶의 만족과 관련이 있다(Adler & Fagley, 2005; Wood et al., 2008). 또한, 감사는 주변으로부터 많은 사회적 지지를 받게 하고 관계를 형성하고 유지하는데 도움을 준다(손술, 서경현, 2014; Algoe & Haidt, 2009). 감사는 사회적 차원에서도 중요한 역할을 한다. 가령, 감사의 표현이 자비로운 행동을 강화할 수 있고(Bennett, Ross, & Sunderland, 1996; Bernstein & Simmons, 1974), 도덕적인 행동을 촉진할 수 있다(Clark, Northrop, & Barkshire, 1988). 이처럼 감사는 행복한 인간과 건강한 사회를 만드는데 필수적인 조건으로 보인다.

감사에는 여러 층위(layer)가 존재한다. Komter(2004)는 감사를 영적·종교적·생태학적 층, 도덕적·심리적 층, 사회적 층, 사회·문화 층위로 구분하였다. 지금까지 감사를 다룬 연구는 상당히 있었지만 그 층위를 고려한 연구는 많지 않으며, 감사에 영향을 끼치는 변인을 다룬 연구도 상대적으로 미비하다. 이에 본 연구에서는 다양한 층위를 가지고 있는 감사를 개인적 차원과 사회적 차원으로 구분해서 살펴보고, 감사에 영향을 끼치는 변인을 확인하고자 했다(연구1). 아울러 일상생활 속에서 감사 경험이 어떻게 구분되며 개인 및 사회문화적 특성이 이러한 감사 경험에 어떤 영향을 주는지를 알아보고자 했다(연구2).

선행 연구에 대한 고찰

감사의 의미와 종류

감사(gratitude)는 어떤 사건, 사람, 행동, 경험 및 사물의 가치와 의미를 인식하고 그것에 대해 긍정적인 정서를 느끼는 것이다(Adler & Fagley, 2005). 또한, 감사는 긍정적인 사건을 경험하거나 자신이 얻은 긍정적인 결과에 대해 타인의 공헌을 인지하고 고마움을 느끼는 것이다(McCullough, Emmons, & Tsang, 2002). 일반적으로

로 감사 경향성이 높은 사람은 일상생활의 여러 영역에서 감사를 더 강하게, 더 빈번하게 경험하고, 한 사건에 관련된 여러 대상에게 감사를 느낀다(McCullough, Emmons, & Tsang, 2002). 그러면 감사는 성격적인 성향인가, 아니면 심리적인 상태인가? 감사는 상황과 환경에 따라 변화할 수 있는 상태 또는 상대적으로 잘 변하지 않는 성격적인 성향으로 개념화할 수 있다.

심리적 상태로서 감사는 특정 상황에서 자신에게 주어진 긍정적인 결과에 감사함을 느끼는 것이다. 이때 긍정적인 결과가 본인이 아니라 다른 사람의 기여나 공헌에 따른 것으로 인식하는 경향이다(McCullough, Emmons, & Tsang, 2002). 이런 감사한 마음과 정서는 호혜성과 친사회적 행동을 증진한다(Bartlett & DeSteno, 2006; Nowak & Roch, 2007; Tsang, 2006; Wood et al., 2008).

성향으로서 감사는 세상의 긍정적인 측면을 알아차리고 감사함을 느끼는 전반적인 삶의 지향성이다. 이런 삶의 지향은 충만감을 느끼고, 삶의 작은 것에도 감사함을 느끼도록 주의를 기울이는 것이다(Watkins et al., 2003). 상태로서 감사를 느끼는 사람과 마찬가지로, 성향적으로 삶에 감사하는 관점을 가진 사람들이 그렇지 않은 사람보다 훨씬 더 친사회적인 행동을 보이는 경향이 있다(Wood, Froh, & Geraghty, 2010).

Komter(2004)에 따르면 감사는 네가지 층위로 구성된다. 첫 번째 층위는 생태학적 측면과 관련이 있는 영적(spiritual), 종교적(religious) 층위(layer)이다. 이 층위에서 감사는 인간이 자연의 일부라는 것을 이해하게 해주는 상징과도 같다. 영적, 종교적 층위의 감사는 자연에 대한 충분한 존중이 있어야 인간에게 자원의 풍요가 돌아온다는 생각, 우리가 자연으로부터 받은 것을 계속 후손에게 전달해야만 생명을 지킬 수 있다는 생각을 나타낸다.

두 번째 층위는 감사의 도덕적(moral), 심리적(psychological) 측면이다. 이 층위에서 감사는 내가 외부로부터 도움 받은 것에 대한 기쁨 혹은 도덕적인 부채감을 의미한다. 감사할 수 있는

능력은 성격적 특성과 도덕적 미덕으로 여겨질 수 있다. 타인에게 감사를 받고 또 감사할 줄 아는 능력은 본질적으로 상대에게 선한 것을 돌려주는 능력 및 관대함과 관련이 있다.

세 번째 층위는 사회관계적(social) 층위이다. 내가 가진 것을 타인에게 주는 행동은 사회 구성원 중 한 명으로서 적응하며 살아가는 방법이다. 감사하지 않는 것은 사회적 유대와 공동체 생활에서의 단절, 그리고 개인적 안녕감과 만족감의 종결을 의미한다. 그렇기 때문에 감사는 사회적 관계를 온전하게 유지하게 해주는 상호주의의 원동력이 된다.

마지막으로 네 번째 감사 층위는 사회구조적(societal), 문화적(cultural) 측면으로 구성된다. 감사함이 없는 문화나 사회는 필연적으로 무너질 것이다. 감사에 의해 형성된 사회적 유대가 없다면, 상호 신뢰도, 행동할 도덕적 근거도, 공동체 유대를 유지할 근거도 없을 것이다. 따라서 개인의 삶에 감사함이 필수적인 것과 마찬가지로 감사는 모든 사회와 문화에서 중요한 요소이다. 표 1은 층위별로 구분된 감사의 다양한 징후에 대해 요약한 것이다.

이 연구에서는 Komter의 층위별 감사 징후를 기반으로 감사를 초월적 감사, 개인적 감사, 사회적 감사로 구분하여 다룬다. 먼저, 이 연구에서 다루는 초월적 감사는 영적(spiritual), 종교적(religious) 층위의 감사로 정의한다. 초월적 감사의 대상은 추후 설명할 개인적 감사처럼 그 대상이 사람이 아니며, 사회적 감사에서처럼 타인과의 연결감에 기반을 둔 사회 구성원, 사회체제와 같은 사회적 대상이 아니다. 초월적 감사

는 감사의 층위 중 가장 아래에 위치하는 감사로 학습하지 않아도 자연스럽게 느끼는 자연과의 연결감, 살아 있는 존재로서 경험하는 긍정적인 경험에 대한 감사를 의미한다. 구체적으로 깨끗한 공기, 바람, 물 등 조건 없이 누리는 것에 대해 긍정적으로 인식하고 정서적으로 반응하는 감사로(Steindl-Rast, 2004), 좋은 날씨부터 과학기술, 신에 이르기까지 모두 초월적 감사의 대상이 될 수 있다.

둘째, 개인적 감사는 도덕적(moral), 심리적(psychological) 층위의 감사와 사회관계적(Social) 층위의 감사를 모두 포함하여 정의한다. 본 연구에서 정의하는 개인적 감사는 도덕적/심리적 층위의 감사인 기쁨, 감사를 주고받을 수 있는 능력을 기반으로 나에게 도움과 이익을 준 사람에게 표현하는 감사인 사회관계적 층위의 감사로 나아갈 수 있다. 이때 개인적 감사는 자신에게 일어난 일에 대해 느끼는 행복감과 안도감을 수반한다. 우리가 가족이나 가까운 친구에게 느끼는 감사하는 마음은 개인적 감사의 한 사례이다. 사회관계적 층위의 감사는 개인적으로 맺는 일대일의 관계에서 느끼는 상호성과 호혜성을 의미한다. 이와 달리 사회구조적/문화적 감사 층위에서 느끼는 감사는 일대일의 관계가 아닌 보다 큰 차원에서 다른 사람들과 연결되어 있다고 느끼는 연결망을 의미한다. 따라서 이 연구에서는 사회적 관계 층위의 감사와 사회구조적/문화적 층위를 좀 더 명확하게 구분하기 위해 사회관계적 층위의 감사는 개인적 감사로, 사회구조적/문화적 층위에서 느끼는 감사는 사회적 감사로 조작적 정의 하였다.

표 1. 층위별 감사와 감사 징후 (Komter, 2004)

	감사 층위	감사 징후
1	영적/종교적 (spiritual/religious)	자연의 선물, 보답을 기대하는 자연
2	도덕적/심리적(moral/psychological)	기쁨, 감사를 주고받을 수 있는 능력
3	사회관계적(social)	상호적, 호혜적인 관계 형성, 힘의 불균형, 제제에 대한 두려움
4	사회구조적/문화적 (societal/cultural)	타인과 연결되어 있는 느낌의 연결망

셋째, 사회적 감사는 사회구조적/문화적(societal/cultural) 층위의 감사로 정의한다. 즉, 다른 사람들과 연결되어 있다고 느끼는 연결망으로써 사회구성원, 사회체제, 국가에 대해 느끼는 감사를 의미한다. 이러한 사회적 감사는 상호 신뢰, 도덕적 행동, 공동체 유대를 위한 필수 요소이다(Komter, 2004). 감사 층위 중 가장 위에 존재하는 감사로 학습하지 않아도 자연스럽게 경험되는 초월적 감사와 달리 사회구조적/문화적인 요소에 의해 구성되고 학습될 수 있다.

감사와 만족도

지금까지 많은 연구는 감사가 삶의 만족을 포함해서 여러 긍정적인 측면과 정적 관련성이 있다는 것을 입증해왔다(Adler & Fagley, 2005; Emmons & McCullough, 2003; Watkins et al., 2003; Wood et al., 2008). 감사는 부정적인 상황에서 긍정적인 측면을 찾아 그 사건을 새롭게 재해석할 수 있게 도움을 준다(Tedeschi & Calhoun, 2004). 이러한 감사 연구 결과는 국내 연구에서도 유사하게 나타났다. 예를 들어, 높은 감사향의 사람들은 부정적 정서를 더 적게 경험하고 더 높은 삶의 만족도와 안녕감을 보고했다(권선중, 김교현, 이홍석, 2006). 사람들은 감사함을 경험할 때 삶에 대한 만족도가 높아지고 물질적 가치를 덜 중요하게 평가했다(Lamber et al., 2009).

아울러 감사는 스트레스에 대처하는 것을 용이하게 하고 사회적 비교로 인한 부정적인 감정 경험을 감소시킨다(Emmons & Mishra, 2011). 더 나아가 감사로 인한 긍정적 정서 경험은 정신 장애와 일반적인 스트레스 요인의 영향으로부터 우리를 보호한다(Fredrickson, 2004; Fredrickson & Joiner, 2002). 감사는 자존감 향상, 긍정적인 기억으로의 접근성 향상, 높은 영성과 마음가짐, 목표 달성 촉진, 더 많은 사회적 자원, 그리고 신체 건강 개선과 같은 메커니즘을 통해 웰빙에 영향을 미친다(Emmons & Mishra, 2011; Wood et al., 2010).

마지막으로 감사는 인생의 중요한 사건들에 대한 적응에 있어서 중요한 역할을 한다. 인간은 적응적인 동물이기 때문에 현재 상태에 금방 적응한다. 특히나 만족스러운 상태에 대해서는 그만큼 더 쉽게 적응하게 된다. 이때 감사는 자신이 처한 상황과 조건이 얼마나 다행스러운 것인지, 그리고 이런 상황과 조건이 당연한 게 아니라는 것을 끊임없이 인식하게 도와주며, 이러한 인식은 삶의 만족에 긍정적인 영향을 준다(Frijda & Sundararajan, 2007).

이처럼 감사와 개인적 차원의 삶의 만족도의 긍정적 관계를 보여주는 연구는 상당히 많다. 그럼에도 불구하고 감사와 사회적 차원에서의 만족도의 관계를 다룬 연구는 거의 없다. 심리학 내에서 삶의 만족도가 아닌 사회 만족도를 다루는 연구 자체가 많지 않을뿐더러 국내외 문헌에서 감사와 한국 사회 만족도에 대한 연구는 찾아보기가 어렵다. 하지만 이 둘의 관계를 간접적으로 유추해볼 수 있는 연구가 존재한다. 먼저 일반적으로 심리학에서 사회만족도는 개인의 사회적 접촉(contact)과 사회적 연결망(social network)에 대해 얼마나 만족하는가로 정의할 수 있으며(von Hippel et al., 2008), 삶의 질과 주관적 웰빙에 긍정적인 영향을 끼친다는 것이 밝혀졌다(Delmelle et al., 2013). 이러한 정의가 이 연구에서 보고자 하는 사회 구조나 제도에 대한 만족도를 직접적으로 포함하고 있지는 않다. 하지만 사회적 연결망(social network)은 그 사회의 구조나 제도 안에서 마련되는 것이기 때문에 이를 바탕으로 한국 사회만족도는 주관적 웰빙의 주요 예측 변인인 감사와 정적인 관련성이 있다는 것을 유추해 볼 수 있다. 또한, 집단주의적 자아 형성과 같이 사회문화적 차원의 변인이 사회만족에 간접적인 영향을 끼친다는 연구 결과를 바탕으로(Berg et al., 2021), 사회문화적 차원의 사회적 감사와 사회만족도는 서로 정적인 관련성을 가질 수 있을 것이라 추론해볼 수 있다.

감사와 개인적 변인

성격은 삶의 만족에서 개인차를 설명하는 주요 변인이다(Steel et al., 2008). 감사는 사회적 유대를 형성하는 기반이 되는 만큼 외향성과 관련이 있다(Wood et al., 2009). 외향성이 높은 사람은 따뜻하고 보상에 더 민감한 경향성이 있기 때문에 감사에 더 반응적일 수 있다(Watkins et al., 2003). 우호성은 공감, 신뢰, 용서 의지와 같은 다양한 친사회적 특성을 포함하는 성격 요인이다(Brislin & Lo, 2006).

우호성이 높은 사람들은 사회적 관계에서 유리한데, 그들의 관계는 갈등이 적고 더 적응적이다(Graziano et al., 1996). 또한 스스로 감사한 마음을 많이 갖고 있다고 생각할수록 우호성이 높게 나타났다(Saucier & Goldberg, 1998). 경험에 대한 개방성은 새로운 생각에 대한 수용성(receptivity)을 포함한다. 경험에 대한 개방성과 감사에 대한 연구들은 서로 다른 결과를 제시한다. 감사와 경험에 대한 개방성이 부적인 상관이라고 밝힌 연구가 있는 반면(Saucier & Goldberg, 1998), 정적인 관련성을 제시한 연구도 존재한다(McCullough et al., 2002). 또 다른 연구에서는 경험에 대한 개방성과 감사 사이에는 관련성이 낮다고 보고하였다(Watkins, 2013).

성실성은 사회적 규칙을 따르는 경향성(Roberts et al., 2009)과 타인에 대한 의무를 꾸준히 이행하는 것(Eisenberg et al., 2014)을 의미한다. 따라서 성실성은 친사회적 규범에 대한 인식에서 감사함을 경험할 수 있기 때문에 감사와 정적인 상관이 있을 수 있다(Bartlett & Desteno, 2006).

신경증적 성향은 개인적으로 부적절하고 안전하지 않다고 느끼기 때문에 타인으로부터 좋은 것을 받는 맥락에서 의심을 표현할 수 있다. 따라서 신경증적 성향은 감사와 부적인 상관을 가질 수 있다(Wood et al., 2008; McCullough et al., 2004). 하지만 모든 연구에서 이러한 관련성을 보여주지는 않는다. 몇몇 연구에서는 신경증적 성향과 감사는 관련성이 없다는 것을 주장하

였다(Neto, 2007; Chen et al., 2009).

성격과 감사에 대한 선행연구 결과들을 종합해보면, 외향성과 성실성은 감사와 정적인 상관관계가 일관되게 밝혀진 반면, 경험에 대한 개방성과 신경증적 성향은 서로 상반된 관련성을 제시한 연구와 감사와의 관련성이 존재하지 않는다는 연구 결과들이 혼재한다.

감사와 사회문화적 변인

감사는 사회문화적 규범의 영향에 따라 달라질 수 있다. 가령, 전통적인 남성은 감사의 표현을 의존성과 부채감으로 해석해서 감사표현에 소극적일 수 있다(Sommers & Kosmitzki, 1988). 이러한 생각은 실제 감사표현은 여성의 성 역할 고정관념과 연관되어 있다는 점이 밝혀지면서 지지를 받았다(Brody, 1993). 또한, 문화마다 감사표현은 다를 수 있다. 가령, 미국 어린이의 16%가 자신이 속한 나라와 문화에 감사하다고 답했지만(Gordon et al., 2004) 한국 어린이는 4%만이 그러한 감사를 표했다(신현숙, 2007).

개인주의-집단주의 성향은 성향적 감사와 웰빙 모두에 개별적으로 영향을 미치는 광범위한 사회문화적 변수 중 하나이다(Diener, 2006; Diener et al., 1995; Ryan & Deci, 2001). 개인주의-집단주의는 개인적 또는 집단적 목표와 바람에 대한 편향으로 정의될 수 있다. 이에 집단주의적 문화는 감사에 대한 더 강력한 사회적 규범을 제시하는 경향성이 있으며, 감사를 포함한 사회적 교환에 대한 높은 사회적 기대를 가진다(Cohen, 2006; Lin, 2014). 따라서 높은 집단주의와 감사표현에 대한 강도 높은 사회적 규범을 가진 집단주의 문화에서 개인주의 문화보다 성향적 감사와 웰빙 사이의 관계가 더 강할 것이라고 예측해볼 수 있다.

개인주의-집단주의와 마찬가지로 문화차이를 보여주는 주요 변인 중 하나는 바로 분석적-종합적 인지양식이다. 개인주의 문화로 잘 알려져 있는 서양문화에서는 “세상은 서로 분리된 독립적 원소들로 구성되어 있다”고 생각하는 분석적

인지양식(analytic cognition)을 갖고 있다. 반면 종합적 인지양식을 가지고 있는 동아시아 문화권 사람들은 “세상의 모든 요소들이 서로 어떻게든 연결되어 있어서 어떤 사건이나 대상을 전체로부터 분리하여 이해하는 것은 어렵다”고 생각하는 경향이 있다(Choi et al., 1999; Nisbett et al., 2001).

이러한 분석적-종합적 인지 경향성은 인과추론에 영향을 준다. 예를 들면 동아시아권 사람들은 여러 사건들과 대상들 간의 상호관계를 고려하여 원인을 찾는 반면, 영미권 사람들은 행동이나 사건이 가지고 있는 단일 속성에서 원인을 찾는다(Miller, 1984; Morris & Peng, 1994; Choi, 1999; Choi et al., 2003). 감사 경험은 내가 받은 긍정적인 결과물과 이를 제공한 사람에 대한 인지적 인식과 긍정적인 정서 경험을 하는 인지적 과정이기 때문에(McCullough et al., 2002) 이러한 인지 경향성은 인과추론과 마찬가지로 감사를 느끼고 표현하는 과정에도 영향을 줄 수 있다.

앞서 기술하였듯 종합적 인지양식을 갖는 사람들은 세상의 모든 만물들이 서로 연결되어 있다고 생각하기 때문에 감사 대상의 폭이 더 넓을 가능성이 있다. 한편 분석적으로 사고하는 사람들은 상황보다 기질로 귀인하는 경향이 있기 때문에(Morris & Peng, 1994; Choi et al., 2003; Norenzayan et al., 2002), 자신을 향한 타인의 우호적인 행동을 상황의 요구에 의한 것이 아닌, 그 사람의 선한 기질에서 비롯된 것으로 여기고 더 크게 감사할 가능성이 존재한다. 이처럼 감사와 분석적-종합적 인지양식의 관련성에 대한 다양한 가능성이 존재할 수 있다.

아울러, 노지혜와 이민규(2012)의 한국판 감사 척도 개발연구에 따르면 감사의 원칙도와 한국판 척도에서 공통요인 뿐 아니라 일치하지 않는 요인이 확인되었다. 이를 미루어 살펴보면 감사는 보편적인 특성과 함께 문화에 따른 특수성을 가질 수 있다. 또한 역사적으로 감사가 사회적 동의를 전제되는 미덕이나 덕목, 규범이나 예절 등으로 강조되어 온 것을 고려하면, 감사는 시

대와 문화마다 다른 개념 및 구성 요소를 가질 수 있다.

연구 문제

이 연구의 목적은 개인적 감사와 사회적 감사에 영향을 미치는 변인들을 체계적으로 살펴보고(연구1), 연구1에서 밝힌 변인들의 개인차에 따라 일상생활 속 감사 경험이 다른지 살펴보는 것(연구2)이다. 이를 위해 연구1에서는 첫째, 삶의 만족도 및 한국 사회 만족도가 개인적 감사와 사회적 감사에 미치는 영향을 알아보고자 한다. 둘째, 개인적 차원의 변인(감사성향, 성격 BIG 5)이 개인적 감사와 사회적 감사에 미치는 영향을 확인하고자 한다. 셋째, 사회문화적 차원의 변인(집단주의-개인주의 특성, 분석적-종합적 사고 특성)이 개인적 감사와 사회적 감사에 미치는 영향을 확인하고자 한다.

연구 2에서는 다이어리 연구를 통해 첫째, 일상생활에서 경험하는 감사가 개념적 차원에서 구분되는 개인적 감사, 사회적 감사, 초월적 감사로 구분 될 수 있는지 살펴보았다. 둘째, 만족도 차원, 개인적 차원, 사회문화적 차원의 변인 수준에 따라 일상생활 속 감사 경험이 다른지 알아보았다.

연구 1

이 연구에서는 선행연구와 달리 감사를 삶의 만족도나 행복, 친사회적 행동에 영향을 주는 독립변인으로 살펴보지 않고, 종속변인으로 감사에 영향을 미치는 다양한 변인들을 다양한 관점에서 탐색하고자 하였다. 이에 개인적-사회적 차원의 감사 성향에서 차이를 확인하고, 이에 영향을 주는 변인이 무엇인지 차원별(만족도 차원, 개인적 차원, 사회문화적 차원)로 탐색하였다.

방 법

연구 참여자

본 연구의 참가자는 성인 314명(남자 127명, 여자 186명, 무기명 1명)이다. 나이는 18세에서 49세까지였다($M=24.38$, $SD=5.52$). 연령대는 20대(85.6%), 30대(10.2%), 40대(4.2%) 순으로 많았다. 직업별로는 대학생(240명, 76.4%)의 비중이 가장 높았으며, 전문직(8.3%), 사무직(7.3%)에 종사하였다. 그밖에 주부(2.2%), 무직(1.6%), 무기명(1.3%), 자영업자(0.3%), 영업·서비스직(0.3%), 공장 근로자(0.6%) 등이 있었다. 본 연구는 생명윤리심의를 받았으며, 승인번호는 1041078-201510-ZZSB-169-01이다.

측정 도구

감사

McCullough 등(2002)이 처음 개발한 감사성향 척도(Gratitude Questionnaire: GQ6)를 권성중 등(2006)이 번안하여 표준화된 한국판 감사성향 척도(K-GQ6)를 활용하였다. 이 척도는 일상생활에서 감사의 경험을 표현한 6문항(예: 내 삶에는 감사할 거리들이 매우 많다)의 단일 요인 척도이다. 각 문항에 대한 동의 정도를 7점 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 7점: 매우 그렇다)로 측정하였다. 본 연구에서 얻은 cronbach's $\alpha = .85$ 이었다. 분석시 평균 점수를 활용하였으며, 평균점수가 높을수록 감사성향이 높은 것을 의미한다.

이 연구에서는 K-GQ6 개정판 문항의 주요 목적어를 변경하여 개인적 감사와 사회적 감사를 측정하였다. 앞서 감사의 정의에서 기술하였듯이 감사는 기질적으로 타고난 성향도 존재하지만 사회문화적으로 영향을 받아 변화하는 상대적인 측면도 존재한다. 특정 영역에서 개인차가 천성이냐 환경이냐에 대한 논의는 심리학에서 계속되는 쟁점이지만 천성과 환경이 상호작용한

다는 것에 대해 반론을 제기할 사람은 없을 것이다. 이에 본 연구에서는 개인의 타고난 기본적인 감사 성향이 사회문화적인 환경에 따라 변화될 수 있다고 가정한다. 즉, 기본 감사 성향이 높다 하더라도 환경적으로 사회/사회구성원에 대한 감사를 중요하게 여기지 않는다면 사회적 감사 성향은 낮게 나타날 수 있다. 아울러 감사는 사회관계적/사회구조적 층위로 구분될 수 있기에(Komter, 2004), 감사 대상을 구체적으로 제시하여 감사 층위에 따라 감사 성향을 살펴보는 것은 필요하다. 이에 일반적인 성향 감사 척도에서 감사의 대상을 구분할 수 있도록 문항을 수정 후 성향적으로 개인적 감사와 사회적 감사를 인식하는 정도가 어떻게 다른지를 측정하였다.

이 연구에서 측정한 개인적 감사는 부모님과 가까운 친구와 같이 대인관계적 차원에서 느끼는 감사이며, 사회적 감사는 한국사회가 나에게 제공한 것에 대한 긍정적 인식을 의미한다. 부모 관련 6문항, 친구 관련 6문항, 한국 사회 관련 6문항으로 측정하였으며 수정된 문항은 다음과 같다. '부모님/친구/한국사회(에) 감사할 거리들이 매우 많다', '내가 지금까지 부모님/친구/한국사회(에) 감사했던 모든 것들을 목록으로 작성한다면, 그 길이가 매우 길어질 것이다', '부모님/친구/한국사회에 대해서 생각해볼 때, 감사할 것들이 별로 없다', '나는 부모님/친구/한국사회(에)께 고마움을 느낀다', '나이가 들어갈수록, 지금까지 나를 위해 부모님/친구/한국사회(이)가 해주신 것/제공해준 것들에 대해 더욱더 고마움을 느낀다', '지금까지 부모님/친구/한국사회(이)가 나를 위해 해주(신) 것들에 고마움을 느낀 적이 별로 없다'. 개인적 감사는 부모와 친구에 대한 문항들 총 12문항의 평균값을 계산했으며, 사회적 감사는 한국사회 총 6문항의 평균값을 계산하였다. 각 진술문에 동의하는 정도를 7점 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 7점: 매우 그렇다)로 측정하였다. 이 연구에서 개인적 감사의 cronbach's $\alpha = .85$, 사회적 감사에서 $\alpha = .91$

이었다. 개인적 감사와 사회적 감사 점수가 높을수록 각 영역에서 감사성향이 높은 것을 의미한다.

삶의 만족과 한국 사회 만족

이 연구에서는 개인적 차원에서 삶의 만족도를 자신의 소망과 실제 성취한 것을 비교하여 자신의 인생을 얼마나 만족스럽게 여기는지, 주어진 삶의 상황에 대해 어떻게 생각하는지에 대한 주관적인 인식이라 정의한다(Lyubomisky, 2001; Diener et al., 1985). 이를 측정하기 위해 Diener, Emmons, Larsen & Griffin(1985)이 개발하고 조명환과 차경호(1998)가 번역한 5개 항목(예: 대체로 내 생활은 이상적이다)의 SWLS(The life satisfaction with life scale)를 활용했다. 7점 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 7점: 매우 그렇다)로 측정하였다. 이 연구에서 얻은 cronbach's $\alpha = .86$ 이었다.

일반적으로 사회만족도는 개인의 사회적 접촉(contact)과 사회적 연결망(social network)에 대해 얼마나 만족하는가로 좀 더 포괄적인 의미로 정의한다. 하지만 이 연구에서 사회만족도는 '한국 사회'에 대한 만족도로 국한하여, 한국인으로서 현재 삶의 터전으로 살아가는 한국사회에 얼마나 만족하는지를 의미한다. 기존 척도에는 이를 측정하는 척도가 부재하여 연구자가 두 항목('나는 한국사회에 대해서 만족한다', '나는 한국인으로서 많은 혜택을 받았다')을 만들어서 측정했다. 7점 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 7점: 매우 그렇다)로 측정하였고, 이 연구에서 얻은 cronbach's $\alpha = .77$ 이었다. 삶의 만족과 사회만족은 평균 점수가 높을수록 만족도가 높은 것을 의미한다.

성격

Goldberg(1992)가 개발한 Big-Five 척도를 사용해서 성격을 측정했다. 이 척도는 5가지 성격요인 즉, 외향성, 우호성, 성실성, 정서 안정성, 그리고 경험에 대한 개방성을 15문항으로 9점

척도를 이용하고 측정한다. 각 요인별 예시 문항들을 살펴보면 '외향성: 내성적인-외향적인', '우호성: 비협조적인-협조적인', '성실성: 체계적이지 않은-체계적인', '정서 안정성: 불안해 하는-여유있는', '경험에 대한 개방성: 분석적이지 않은-분석적인'이 있다. 이 연구에서 외향성은 cronbach's $\alpha = .83$, 우호성은 cronbach's $\alpha = .81$, 성실성은 cronbach's $\alpha = .79$, 안정성은 cronbach's $\alpha = .78$, 경험에 대한 개방성 cronbach's $\alpha = .77$ 이었다. 하위 요인별 평균 점수가 높을수록 해당 요인 성향이 높은 것을 의미한다.

개인주의-집단주의

Triandis & Gelfand(1998)가 개발한 개인주의-집단주의 척도를 사용했다. 이 척도는 총 16개의 문항으로 구성되어 있다. 개인주의와 집단주의는 수직적 대 수평적 차원으로 세분화되어 있으나 이 연구에서는 한국인을 대상으로 동일한 문화권 내 개인의 사회문화적 가치 차이를 측정하였기 때문에 수직과 수평적 차원을 구분하지 않고 개인주의와 집단주의로만 구분하여 사용하였다. 집단주의 문항에서는 "내 소망을 희생하더라도 가족을 돌보는 것이 내 의무이다"와 "나는 타인들과 협력할 때 기쁘다"와 같은 8개의 문항이 포함된다. 개인주의 문항에는 "경쟁은 자연의 이치이다", "타인으로부터 독립된 나 개인의 정체성은 나에게 매우 중요하다"와 같은 9개의 문항이 포함된다. 각 진술문에 동의하는 정도를 5점(1점: 전혀 그렇지 않다, 5점: 상당히 그렇다) 리커트 척도로 측정한다. 이 연구에서 cronbach's $\alpha = .67$ 이었다. 개인주의 문항들은 역문항 처리하여 개인주의-집단주의 점수 평균이 높을수록 집단주의 성향이 높은 것이다.

분석적-종합적 사고

이 연구에서는 Choi, Koo & Choi(2007)가 개발한 분석적-종합적 사고 척도를 활용했다. 이 척도는 '우주에 있는 모든 것은 어떻게든 서로 관련 있다'와 같은 24 문항으로 이루어져 있다. 문

항 중 '세상의 모든 현상은 예측할 수 있는 방향으로 움직인다'와 같이 분석적 사고를 측정하는 문항들은 역문항 처리하였다. 각 진술문에 동의하는 정도를 7점 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 7점: 매우 그렇다)로 측정한다. 이 연구에서 얻은 cronbach's $\alpha = .79$ 이었다. 평균점수가 높을수록 종합적 사고 경향성이 높은 것을 의미한다.

절차 및 분석

이 연구는 오프라인과 구글 서베이를 활용한 온라인 설문조사로 진행하였다. 자료 분석은 SPSS 버전 25를 활용하였으며, 구조모형 분석 전에 기술통계를 통해 주요 변인들의 평균을 확인하였고, 상관분석을 통해 주요 연구 변인 간 관련성을 살펴보았다. 최종적으로 연구 변인 간의 인과관계 검증을 위해 차원별로 세 번의 구조모형분석을 실시하였다. 첫째, 만족도 차원에서 삶의 만족도와 한국 사회 만족도가 감사에 어떤 영향을 주는지 살펴보았다. 둘째, 개인적 차원에서 감사특질, 성격5요인이 감사에 어떤 영향을 주는지 살펴보았다. 셋째, 사회문화적 차원에서 집단주의와 종합적 사고경향성이 감사에 어떤 영향을 주는지 살펴보았다.

결 과

기술통계와 상관관계

이 연구에서 측정된 주요 변인들의 평균, 표준편차를 표 2에 제시하였다. 이 표에서 보듯이, 모든 측정치에서 평균은 중간값보다는 좀 더 큰 것으로 나타났다. 왜도와 첨도를 알아본 결과, West, Finch와 Curran(1995)이 제시한 정규분포의 기준에 의하면 적용된 모든 변인은 왜도가 2보다 작고 첨도가 7보다 작아 정규분포의 가정을 충족시키고 있다.

주요 변수 간 상관관계를 분석하였다. 표 2에서 보듯이, 거의 대부분 변수 간 상관관계가 통계적으로 유의미했다. 다중공성선을 파악하기 위해서 다중회귀분석을 통해 VIF가 10을 넘는지 확인하였다. 그 결과 모든 측정 변수가 1을 약간 넘는 정도로 낮아 문제가 되지 않았다.

구조방정식에서는 구조모형의 분석을 통해 변수 간의 영향력을 살펴보기 전에 선행적으로 연구모형에 포함된 개념들이 적절하게 추정되고 있는지에 대한 평가되어야 한다. 따라서 총 세 개의 연구 모형에 포함된 삶의 만족, 사회 만족, 감사 성향, 성격, 집단주의, 종합적 사고 변수들의 측정모형 분석을 각 모형별(만족도차원 변인-감사, 개인적차원 변인-감사, 사회문화적 차원 변인-감사)로 실시하였다. 하나 이상의 계수가 큰 오차를 보이거나, 음의 오차분산(negative error variance)이 있거나 과도하게 비합리적인 추정계수 사이에 매우 높은 상관관계($\pm .90$ 이상)가 있는지 확인하였다. 그 결과 모든 측정 모형에서 가정에 위배되는 추정치는 발견되지 않아 모든 가정을 충족시켰다.

모형 1: 감사와 삶의 만족

측정모형 분석

개인적 감사, 사회적 감사, 삶의 만족, 사회 만족에 대한 측정모형의 적합도는 $\chi^2 = 283.555$ ($p < .001$)로 통계적으로 유의한 것으로 나타났지만 통계량은 사례 수에 민감하기 때문에 모형과 자료의 불일치를 지나치게 추정하는 특성이 있다. 따라서 그 외 다른 적합도 지수를 살펴보았다. 설명력과 간명성을 고려하여 TLI, CFL, RMSEA의 적합도를 함께 고려한 결과, TLI = .955, CFI = .966, RMSEA = .061로 나타나 만족할 만한 수준인 것으로 확인되었다. 측정 모형 분석 결과, 개인적 감사, 사회적 감사, 삶의 만족, 사회 만족 잠재변수에서 측정변수에 이르는 경로는 유의수준 .001에서 모두 유의한 것으로 나타났다.

표 2. 주요 변수들 기술통계 및 상관관계 (n = 314)

변인명 (척도범위)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
준거 변인	1. 개인적 감사 (1-7점)											
	2. 사회적 감사 (1-7점)	.230**										
예측 변인	3. 삶의 만족 (1-5점)	.264**	.350**									
	4. 사회 만족 (1-5점)	.170**	.681**	.390**								
	5. 감사 성향 (1-7점)	.549**	.409**	.533**	.297**							
	6. 외향성 (1-9점)	.224**	0.083	.127*	0.059	.293**						
	7. 우호성 (1-9점)	.230**	.160**	0.050	.149**	.261**	.310**					
	8. 성실성 (1-9점)	.129*	.120*	.269**	.131*	.218**	.179**	.347**				
	9. 정서적 안정성 (1-9점)	.267**	.177**	.298**	.197**	.195**	.242**	.253**	.230**			
	10. 경험에 대한 개방성(1-9점)	.124*	.121*	.271**	.113*	.218**	0.091	.181**	.546**	.251**		
	11. 집단주의 (1-5점)	.460**	.233**	0.007	.249**	.228**	.114*	.322**	0.079	.166**	0.012	
	12. 통합사고 (1-7점)	.329**	-0.006	.241**	0.031	.289**	0.070	0.057	.152**	0.028	.227**	0.033
평균 (SD)	5.75 (0.97)	3.54 (1.30)	4.01 (1.23)	3.45 (1.27)	5.46 (0.98)	5.23 (1.85)	6.30 (1.55)	6.11 (1.67)	5.38 (1.64)	5.99 (1.53)	3.52 (0.57)	4.94 (0.61)
왜도	-0.921	0.144	0.04	0.311	-0.417	-0.041	-0.763	-0.546	-0.151	-0.764	-0.295	0.154
첨도	0.816	-0.389	-0.516	0.283	-0.099	-0.879	0.327	-0.140	-0.460	0.733	0.566	-0.173

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

구조모형 분석

구조모형 분석 결과, 구조모형의 적합도는 $\chi^2 = 315.445(p < .001)$, $df = 131$, $TLI = .946$, $CFI = .959$, $RMSEA = .067$ 로 나타나 필요한 요구적합도를 충족시켰으며 경로계수는 그림 1과 표 3과 같다. 분석 결과를 구체적으로 살펴보면, 개

인적 삶의 만족은 개인적 감사와 사회적 감사에 정적(+)으로 영향을 미치는 것으로 나타났으며 통계적으로 개인적 감사($\beta = .278, p < .001$)와 사회적 감사($\beta = .15, p = .001$)로 분석되었다. 즉, 개인의 삶의 만족이 높을수록 개인적 감사와 사회적 감사가 높아지는 것으로 나타났다.

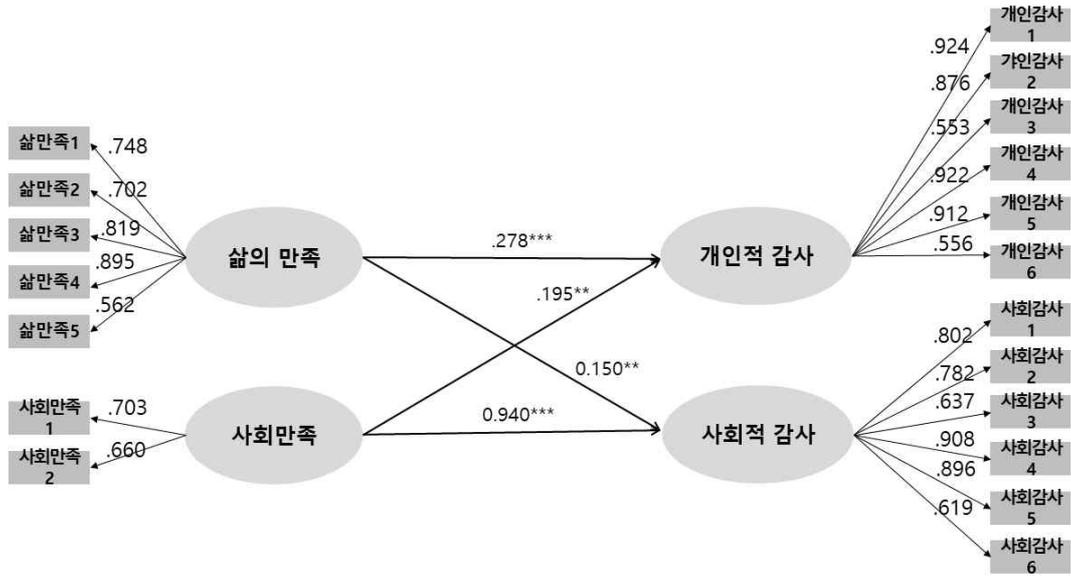


그림 1. 모형1: 만족도 변인과 감사 구조모형

표 3. 모형1: 최종 구조모형 경로분석 결과

측정변수	Estimate		SE	CR
	B	β		
삶의 만족 → 개인적 감사	0.286	0.278	0.066	4.362***
삶의 만족 → 사회적 감사	0.183	0.150	0.056	3.278**
사회 만족 → 개인적 감사	0.215	0.195	0.066	3.232**
사회 만족 → 사회적 감사	1.216	0.940	0.147	8.246***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

그에 반해, 사회만족은 개인적 감사($\beta = .195, p < .001$)와 사회적 감사($\beta = 0.94, p < .001$) 모두 정적(+)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 사회만족이 높을수록 개인적 감사가 높아지며, 사회적 감사도 높아지는 것을 알 수 있다.

요약하면 삶의 만족도와 한국사회 만족도는 개인적 감사와 사회적 감사 모두에 정적인 영향을 미쳤다. 하지만, 두 가지 차원의 감사에 미치는 영향력은 서로 다르게 나타났다. 삶의 만족

도는 개인적 감사에 더 큰 영향을 미치고, 한국 사회 만족도는 사회적 감사 수준에 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

모형2: 감사와 개인적 변인

측정모형 분석

감사성향, 성격5요인(외향성, 우호성, 성실성, 정서적 안정성, 경험에 대한 개방성), 개인적 감사, 사회적 감사에 대한 초기 측정 모형의 적합

도는 $\chi^2 = 1425.174 (p < .001)$, $df = 436$, $TLI = .816$, $CFI = .839$, $RMSEA = .085$ 로 나타나 모형이 적합하지 않은 것으로 확인되었다. 이에 표준화된 요인적재량이 0.5미만인 감사3, 감사6 측정변수와 SMC가 0.4 미만인 우호성1, 성실성1, 안정성3, 경험에 대한 개방성3, 개인적 감사3, 개인적 감사 5, 개인적 감사6, 사회적 감사3 측정변수를 제거하였다. 최종 모형의 적합도는 $\chi^2 = 453.639 (p < .001)$, $df = 202$, $TLI = .929$, $CFI = .944$, $RMSEA = .063$ 로 나타나 만족할 만한 수준인 것으로 확인되었다. 확인적 요인분석 결과, 개인적 감사, 사회적 감사, 감사 성향, 외향성, 정서적 안정성 잠재변수에서 측정변수에 이르는 경로는 유의수준 .05에서 유의한 것으로 나타났다.

구조모형 분석

구조모형 분석 결과, 구조모형의 적합도는 $\chi^2 = 453.838 (p < .001)$, $df = 203$, $TLI = .929$, $CFI = .943$, $RMSEA = .063$ 로 나타나 필요한 요구적합도를 충족시켰으며 경로계수는 그림 2와 표 4와 같다. 분석 결과를 구체적으로 살펴보면, 감사 성향은 개인적 감사와 사회적 감사에 정적(+)으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 감사 성향이 높을수록 개인적 감사($\beta = .542, p < .001$)가 높아지는 것으로 나타났다. 또한 감사 성향이 높을수록 사회적 감사($\beta = .480, p < .001$)가 높아지는 것으로 분석되었다. 성격(5요인) 중 외향성은 사회적 감사($\beta = -.148, p < .001$)에 부적(-)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 개인적 감사에는 통계적으로 유의한 영향력을 주지 않는 것으로 분석되었다. 정서적

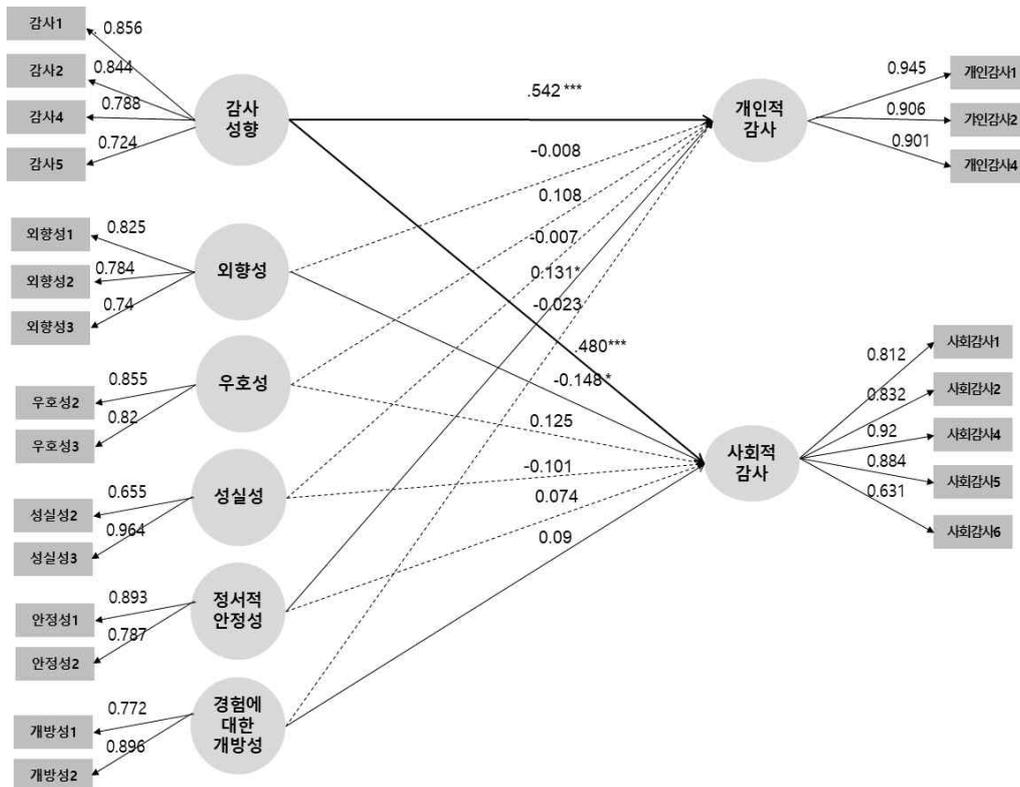


그림 2. 모형2: 개인적 변인과 감사 구조모형

표 4. 모형2: 최종 구조모형 경로분석 결과

측정변수	Estimate		SE	CR
	B	β		
감사 성향 → 개인적 감사	0.490	0.542	0.056	8.785***
감사 성향 → 사회적 감사	0.513	0.480	0.073	7.053***
외향성 → 개인적 감사	-0.005	-0.008	0.043	-0.121
외향성 → 사회적 감사	-0.116	-0.148	0.056	-2.073*
우호성 → 개인적 감사	0.082	0.108	0.059	1.393
우호성 → 사회적 감사	0.112	0.125	0.076	1.471
성실성 → 개인적 감사	-0.004	-0.007	0.049	-0.084
성실성 → 사회적 감사	-0.072	-0.101	0.064	-1.127
정서적 안정성 → 개인적 감사	0.078	0.131	0.036	2.144*
정서적 안정성 → 사회적 감사	0.052	0.074	0.046	1.133
경험에 대한 개방성 → 개인적 감사	-0.016	-0.023	0.047	-0.335
경험에 대한 개방성 → 사회적 감사	0.072	0.090	0.060	1.189

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

안정성은 개인적 감사($\beta = .131, p < .001$)에 정적(+)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 사회적 감사에는 통계적으로 유의한 영향력을 주지 않는 것으로 분석되었다.

사회적 감사에 외향성이 부적(-)인 영향을 준 이유는 구조모형 분석에서 종속변인에 대한 외향성의 설명력이 다른 변인들로 인해 낮아졌기 때문이다. 구조모형 분석 전 실시하였던 상관분석에서 외향성과 개인적 감사와 사회적 감사의 상관관계가 정적(+)으로 나타났다. 이를 고려하면, 이 결과는 선행 연구결과와 상반된 새로운 결과라기보다 성격5요인보다 개인적 감사와 사회적 감사와 상관이 높았던 일반적 감사 성향이 모형에 추가되어 모형 경로에서 설명값을 많이 가져가 나타나는 통계적 현상으로 볼 수 있다.

요약하면 감사 성향은 개인적 감사와 사회적 감사에 정적인 영향을 주는 주요 변인이며, 성격5요인은 전반적으로 개인적·사회적 감사에 크게 영향을 주지 않았으나, 성격5요인 중 외향

성은 사회적 감사에 영향을 끼치고, 정서적 안정성은 개인적 감사에 영향을 끼치는 변인으로 확인되었다.

모형3: 감사와 사회문화적 변인

측정모형 분석

집단주의, 종합적 사고, 개인적 감사, 사회적 감사에 대한 초기 측정 모형의 적합도는 $\chi^2 = 3459.940(p < .001)$, $df = 897$, $TLI = .631$, $CFI = .650$, $RMSEA = .095$ 로 나타나 모형이 적합하지 않은 것으로 확인되었다. 이에 요인적재량이 .05 이상인 종합적 사고11, 종합적사고13-15 측정변수와 표준화된 요인적재량이 0.5미만인 종합적 사고22 측정변수, 마지막으로 SMC가 0.4미만인 집단주의 3, 집단주의4, 집단주의7, 집단주의8, 집단주의11, 집단주의 12, 종합적 사고18 측정변수를 제거하였다. 최종 측정모형의 적합도는 $\chi^2 = 923.219(p < .001)$, $df = 619$, $TLI =$

.947 CFI = .956, RMSEA = .04로 나타나 만족할 만한 수준인 것으로 확인되었다. 이후 확인적 요인분석 결과, 개인적 감사, 사회적 감사, 삶의 만족, 사회 만족 잠재변수에서 측정변수에 이르는 경로는 유의수준 .01에서 모두 유의한 것으로 나타났다.

구조모형 분석

결과에 대한 구조모형의 적합도는 $\chi^2 =$

828.355 ($p < .001$), $df = 612$, TLI = .962 CFI = .969, RMSEA = .034로 나타나 필요한 요구적합도를 충족시켰으며 경로계수는 그림 3과 표 5와 같다. 분석 결과를 구체적으로 살펴보면, 집단주의는 개인적 감사($\beta = .650, p < .001$)와 사회적 감사($\beta = .336, p < .001$) 모두 정적(+)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 집단주의가 높을수록 개인적 감사와 사회적 감사가 높아지는 것으로 분석되었다. 종합적 사고는 개

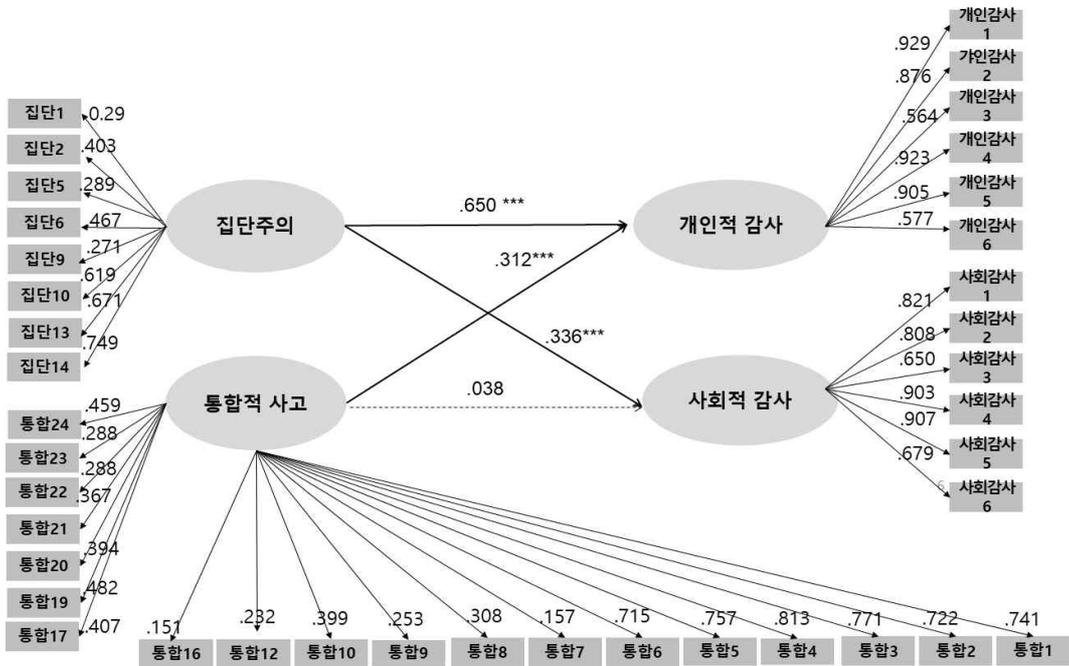


그림 3. 모형3: 사회문화적 변인과 감사 구조모형

표 5. 모형3 최종 구조모형 경로분석 결과

측정변수	Estimate		SE	CR
	B	β		
집단주의 → 개인적 감사	1.931	0.650	0.428	4.514***
집단주의 → 사회적 감사	1.215	0.336	0.320	3.794***
종합적 사고 → 개인적 감사	0.741	0.312	0.193	3.840***
종합적 사고 → 사회적 감사	0.109	0.038	0.171	0.640

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

인적 감사에 정적(+)으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .312, p < .001$). 그에 반해 사회적 감사에는 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 즉, 종합적 사고가 높을수록 개인적 감사는 높아지지만 사회적 감사는 높아지지 않는 것으로 확인되었다.

요약하면 개인적 감사와 사회적 감사에 미치는 집단주의와 종합적 사고의 영향력은 다른 것으로 나타났다. 집단주의는 사회적 차원의 감사보다 개인적 차원의 감사에 더 큰 정적인 영향을 끼치며, 종합적 사고는 예상과 달리 사회적 차원의 감사에 영향을 주지 않고, 개인적 감사에만 정적인 영향을 주었다.

논 의

연구 1에서는 감사를 개인적 감사와 사회적 감사로 구분하여 각 감사에 영향을 미치는 변인을 차원별로 살펴보았으며, 세 가지 주요 결과는 이와 같다. 첫째, 개인의 삶에 대한 만족감은 개인적 감사와 사회적 감사 모두에게 정적인 영향을 주었으며, 개인적 감사에 대한 영향력이 상대적으로 더 큰 것으로 나타났다. 이와 마찬가지로 한국 사회 만족은 사회적 감사 뿐 아니라 개인적 감사에 정적인 영향을 주었으며, 한국 사회 만족도는 개인적 감사보다 사회적 감사에 더 큰 영향력을 주었다.

기존 선행연구에서는 감사가 삶의 만족에 긍정적인 영향을 끼친다는 것을 보여준다(Adler et al., 2005; McCullough et al., 2002; Watkins et al., 2003; Wood et al., 2008). 구체적으로 감사하는 사람은 자신이 가진 것에 대해 감사하며 타인이 가진 것과 상향비교를 하지 않기 때문에 삶의 만족도가 증진될 수 있다(Diner et al., 1999). 또한 감사 표현과 실천은 타인으로부터 받은 도움이 얼마나 많은지에 대해 생각할 수 있게 해주고, 자신이 이룬 것에 대해 깨달아 개인으로 하여금 삶의 만족감을 더 느낄 수 있도록 도와준다

(Bryant, 2003). 이러한 연구들은 감사가 삶의 만족감을 증진시킨다는 것을 시사한다. 이와 대조적으로 본 연구1에서는 삶과 사회에 대한 만족도가 높을수록 개인적 감사와 사회적 감사가 높아진다는 것을 밝혔다(모형1). 즉 내 삶과 내가 살고 있는 사회에 만족할수록 내 주변 사람들에 대한 개인적 감사와 사회에 대한 감사가 증가한다. 이러한 결과를 종합하면, 감사와 삶·사회 만족은 선순환 구조를 가질 수 있다. 감사가 삶의 만족도를 향상시킨다는 선행연구 결과들을 상기하면, 이렇게 증진된 개인적·사회적 감사는 다시금 삶과 사회에 대한 만족도를 높일 수 있을 것이다. 이는 우리의 웰빙과 직결되는 감사를 증진시키기 위해선 개인적 삶의 만족도 뿐만 아니라 한국 사회 만족도 증진이 중요하다는 것을 시사한다. 어떻게 하면 만족과 감사의 선순환 메커니즘을 만들 수 있는지 그 구체적인 조건에 대해서는 추후 인과관계 추론이 가능한 실험 연구를 통해 밝힐 필요가 있다.

둘째, 감사 성향은 개인적 감사와 사회적 감사 모두에게 정적 영향을 주었으며, 성격5요인 중 외향성과 정서적 안정성만이 개인적·사회적 감사에 영향을 주었다. 구체적으로 외향성은 사회적 감사에 부적인 영향을 주었고, 정서적 안정성은 개인적 감사에 정적인 영향을 주었다. 이때 외향성과 사회적 감사의 부적 관계는 외향성이 실제로 선행연구와 달리 사회적 감사에 부적(-)영향을 주는 것이 아니라, 모형 설계상 개인적 감사와 사회적 감사에 더 큰 영향력을 주는 감사 성향 변인으로 인해 설명력이 떨어져 나타난 현상으로 설명하는 것이 더 적절하다.

정서적 안정성은 사회적 감사가 아닌 개인적 감사에만 정적인 영향력을 준 것으로 나타났다. 선행연구에서 사회적 감사와 개인적 감사를 구분하지 않고 성격과 감사의 관련성을 측정하였다. 이를 비추어 볼 때, 이 연구 결과는 감사의 층위를 구분함으로써 성격변인의 영향력을 보다 구체적으로 확인한 것이라 볼 수 있다. 하지만 이 연구의 결과는 정서적 안정성이 왜 개인적

감사에만 영향을 주는지, 그 이유를 명확하게 설명하지 못한다. 따라서 추후 연구를 통해 그 이유를 밝히는 것이 필요하다. 감사는 문화적, 사회적 층위가 있으며 문화적, 사회적 규범에 의해 바뀔 수 있다는 점을 고려하면(Sommers & Kosmitzki, 1988; Brody, 1993; Gordon et al., 2004), 사회적 감사는 개인적 변인보다는 사회문화적 차원의 변인에 더 큰 영향을 받을 수 있다고 유추해 볼 수 있다. 이는 사회적 감사에 성격과 개인적 차원의 변수보다 다른 변수가 더 중요할 수 있다는 것을 시사한다.

셋째, 집단주의는 개인적·사회적 감사에 정적인 영향을 주었으며, 종합적 사고 경향성은 개인적 감사에만 정적인 영향을 주었다. 집단주의는 독립적인 자기 구성, 교환 관계, 태도, 그리고 개인적인 목표를 강조하는 개인주의와 달리 상호의존적인 자기 구조, 공동체 관계, 규범, 그리고 집단 내 목표를 강조한다(Triandis, 1995). 집단주의는 내집단과의 조화와 정서적 애착에 대한 경험을 중요시하게 생각하기에(Triandis, 1995; Markus & Kitayama, 1991), 개인의 성취에도 타인의 노고와 도움을 인정하고 고마움을 느낄 가능성이 높을 수 있다. 따라서 상호의존적인 사람들이 사회와 대인관계를 보다 긍정적이고 가치 있는 것으로 간주하여 부모, 친구, 더 나아가 사회에 대한 더 많은 고마움을 느낄 수 있다.

이에 반해, 종합적 사고는 개인적인 감사만을 예측했다. 종합적 사고는 세상의 모든 요소들이 서로 연관되어 있다고 생각하는 경향이다(Choi et al., 2007). 종합적 사고는 사건에 대한 주의(attention)를 전체에 두며, 객체와 사건 간의 관계에 집중하고 사건의 변화를 순환적으로 지각하는 경향성을 갖는다. 또한 사건의 원인을 맥락적 측면에서 찾는 경향이 더 크다(Choi et al., 2007; Nisbett et al., 2001). 따라서 모든 요소가 어떻게든 서로 연결되어 있다고 생각하는 종합적 사고 경향성이 높은 사람들은 타인에게 더 많은 감사를 느낄 수 있을 것이다. 흥미로운 것

은 종합적 사고가 사회적 감사에는 영향력을 끼치지 못했다는 것이다. 이는 종합적 사고가 사람들이 더 폭넓게 생각하고 더 많은 유대감을 느끼게 하지만 사회적 감사까지 확장되지 않는다는 것을 의미할 수 있다. 이를 바탕으로, 한국인의 종합적 사고의 경계선은 가족과 친구들에게만 한정적이라는 가능성을 제시해볼 수 있다. 실제로 한국인들의 종합적 사고는 본인과 관련 있는 가족, 친구 관계에 국한되어 있는 것인지 이에 대해서는 추후 연구에서 더 밝혀져야 한다. 이렇게 추가적인 연구 결과들이 확보된다면, 본 연구의 결과는 감사 증진 방안을 고안하는데 기초 자료로 활용될 수 있을 것이다.

연구 2

연구 2에서는 주변 상황과 맥락에 따라 변화할 수 있는 감사의 상태적 특성을 고려하여 일상생활 속 감사 경험을 탐색하고, 삶과 한국 사회 만족도, 개인적·사회문화적 특성의 수준에 따라 감사 경험의 차이가 있는지 살펴보았다. 감사 경험은 개인적 감사와 사회적 감사 그리고 초월적 감사로 구분되었다. 연구1에서는 일반 감사 성향 측정 척도 문항을 수정하여 개인적·사회적 감사 성향을 측정하였으나, 초월적 감사는 감사 대상이 특정치 않았기에 한정된 문항을 가지고 측정하기에 한계가 있어 측정하지 않았다. 하지만 다이어리 연구를 통해서 신과 자연, 삶과 일상, 문화예술기술 등에 대한 감사 경험이 수집되어 감사층위 개념에 따라 초월적 감사로 분류하였다.

방 법

연구 참여자

연구2에서는 일상생활 속에서 경험하는 감사

수집이 일차적 목적이며, 개인 및 사회문화적 특성이 이런 감사경험에 어떤 영향을 주는지 알아보는 것이 최종 목적이다. 이에 새로운 연구 대상을 모집할 수도 있었지만 연구 참여자 모집 및 연구도구 측정의 효율성을 위해 연구 1에 참여한 사람 중에서 지원자를 받았다. 연구 2에 지원한 65명(남 = 31명, 47.7%, 여 = 34명, 52.3%)이 참여하였다. 참여자들의 평균 나이는 23.02세였으며($SD = 3.15$), 직업은 학생 60명(92.3%), 사무/기술직 2명(3.1%), 기타 3명(4.6%)이었다.

연구 절차

연구1에서 진행한 설문조사 이후 곧바로 연구 2를 진행할 경우 연구 결과에 영향을 줄 수 있기 때문에 한 달 후 연구2를 진행하였다. 참여자들에게 2주 동안 매일 오전 9시에 감사 다이어리 링크를 보내어 감사 경험을 수집하였다. 참여자들은 언제든지 자유롭게 해당 링크에 접속하여 자신이 하루 동안 경험한 감사를 다이어리에 기록하였다. 이때 감사 경험을 자유기입 방식으로 기록하는 것은 참여자들이 감사 경험을 기재하는 것을 잊어버릴 수 있는 위험이 있지만, 일정 시간마다 감사 경험을 기록하도록 상기시키는 것은 때로 특정 경험을 감사 경험으로 생각하도록 유도할 수 있는 위험도 있다. 그래서 이 연구에서는 자유기입 방식을 선택했다. 다이어리를 기록할 때는 언제, 어디서, 누구에게 감사를 느꼈는지 기록하고 그 이유를 기술하도록 요청했다. 2주 후 참여자들에게 소정의 사례비(2만 원)를 지급하였다.

측정 도구

연구1에서 사용했던 삶의 만족도와 한국 사회 만족도, 감사 성향(일반적 감사성향, 개인적 감사 성향, 사회적 감사성향), 성격5요인, 집단주의와 분석적-종합적 사고 경향성을 사용하였다.

분석 방법

연구 참여자들은 연구1에서 이미 부여 받은 개인식별 ID로 다이어리를 작성했다. 이후 개인 식별ID를 활용하여 개인별 감사 경험의 데이터를 분류하였다. 수집된 감사 경험은 범주화 작업을 통해 선행연구에 기반을 두어 개인적 감사, 사회적 감사, 초월적 감사로 분류하였다.

연구2의 최종적 목적은 삶과 한국 사회 만족도, 개인적·사회문화적 특성의 수준에 따라 감사 경험의 차이 여부를 확인하는 것이다. 이에 참여자들의 피로도를 고려하여, 연구2에서는 주요 연구 변인들을 반복 측정하지 않고 연구1에서 측정된 변인들을 결과 분석에 활용했다. 연구2 참여자들의 평균값을 기준으로 평균보다 높으면 상, 낮으면 하 집단으로 구분한 후 교차분석을 통해 집단 간 유형별 감사 경험의 빈도 차이가 있는지를 확인하였다.

감사 경험 응답은 코딩은 다음과 같이 진행하였다. 먼저 데이터 전처리 과정으로 ID별로 응답을 분류하였다. 작성된 감사 기록에 감사 대상이 여럿인 경우 같은 ID로 하나씩 채코딩하여 다수의 감사 대상에 대한 빈도분석을 가능하게 하였다.

결 과

일상생활 속 감사 대상

연구2에서 수집된 감사 경험들은 초월적 감사, 개인적 감사, 사회적 감사로 범주화 되었다. 예를 들면, 초월적 감사는 자연 환경, 신, 운이 좋은 상황에 대한 감사였다. 개인적 감사는 본인, 가족, 친구, 선후배에 대한 감사였다. 사회적 감사는 사회구성원, 사회제도 및 시설에 대한 감사였다.

표 6에 제시한 일상생활 속 감사를 느낀 대상을 살펴보면, 개인적 감사 698건(48.2%)으로 비

표 6. 일상생활 속 감사 경험 빈도

구분/대분류	빈도(%)	분류/중분류	빈도(%)
초월적 감사	583(40.3)	신과 자연	341(23.5)
		삶과 일상	150(10.4)
		문화예술기술	92(6.4)
개인적 감사	698(48.2)	친밀한 관계	371(25.6)
		사회적 관계	250(17.3)
		자기 자신	77(5.3)
사회적 감사	167(11.5)	사회구성원	123(8.5)
		사회제도 및 시설	44(3.0)
전체	1,448(100)		

율이 가장 높았으며, 초월적 감사가 583건(40.3%), 사회적 감사 167건(11.5%) 순으로 나타났다. 사회적 감사는 다른 개인적 감사와 초월적 감사와 달리 그 비율이 상당히 낮게 나타났다. 구체적으로 살펴보면 개인적 감사에서 친밀한 관계에서 느끼는 비율이 371건(25.6%)으로 가장 높았으며, 사회적 관계는 250건(17.3%), 그리고 자신에게 느끼는 고마움과 감사는 77건(5.3%)으로 나타났다. 초월적 감사는 신과 자연에 대한 감사가 341건(23.5%)으로 나타났으며, 삶과 일상에 대한 감사함이 150건(10.4%), 문화예술기술에 대한 감사가 92건(6.4%)으로 나타났다. 사회적 감사는 사회구성원에 대한 감사 123건(8.5%), 사회제도 및 시설에 대한 감사 44건(3.0%)으로 상대적으로 낮은 비율로 나타났다.

일상생활 속에서 사람들은 개인적 감사 중 친밀한 관계에서 감사를 많이 느꼈으며, 초월적 감사에서는 신과 자연에 대한 감사의 비율이 높았다. 사회적 감사는 감사 경험 중 비율이 가장 낮았으며, 사회적 감사를 느끼는 경우 개인과 직접적인 관계를 맺고 있지 않지만 이 사회가 작동해나갈 수 있게 해주는 사회구성원에 대한 감사가 상대적으로 높게 나타났다. 이를 통해 사람들은 개인적 감사, 초월적 감사에 비해 사

회적 감사를 현저히 덜 경험한다는 것을 알 수 있다.

만족도 집단에 따른 감사 경험의 차이

삶의 만족도에 따라 경험하는 감사의 대상의 비율 차이를 검증하기 위해 교차표를 산출하였다(표 7 참조). 그 결과, 전반적으로 삶의 만족도가 높은 참여자들이 낮은 참여자들에 비해 총 감사경험 비율이 상대적으로 높으며, 모든 감사 유형(개인적, 사회적, 초월적)에서 '하집단보다 상집단에서 감사 경험 비율이 높은 것으로 나타났다. 삶의 만족도에 따라 경험하는 감사 대상의 차이의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 카이제곱 검증을 실시한 결과, $\chi^2 = 3.123$, $p = .210$ 로 통계적으로 유의성이 나타나지 않았다.

한국 사회 만족도에 따라 경험하는 감사의 대상의 비율 차이를 검증하기 위해 교차표를 산출하였다. 그 결과, 전반적으로 한국 사회만족도가 높은 참여자들이 낮은 참여자들에 비해 총 감사경험 비율이 상대적으로 높으며, 모든 감사 유형(개인적, 사회적, 초월적)에서 '하집단보다 상집단에서 감사 경험 비율이 높은 것으로 나타났다. 한국 사회 만족도에 따른 경험하는 감

표 7. 만족도 집단에 따른 감사 경험의 차이

단위: 빈도(%)

만족도 차원	집단유형 (n=65)	감사 유형			전체
		초월적 감사	개인적 감사	사회적 감사	
삶의 만족도	상(n=31)	359(24.8)	396(27.3)	97(6.7)	852(58.8)
	하(n=34)	224(15.5)	302(20.9)	70(4.8)	596(41.2)
한국 사회 만족도	상(n=27)	395(27.3)	398(27.5)	96(6.6)	889(61.4)
	하(n=38)	188(13.0)	300(20.7)	71(4.9)	559(38.6)

사 대상의 차이의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 카이제곱 검증을 실시한 결과, $\chi^2 = 16.657, p < .001$ 수준으로 유의하게 나타났다. 즉, 한국 사회 만족도 ‘상’집단과 ‘하’집단이 경험하는 감사 대상의 차이가 있다고 볼 수 있다.

한국 사회 만족도에 따른 감사경험의 차이 패턴을 살펴보면, 한국 사회 만족도가 높은 사람과 낮은 사람 모두 개인적 감사 > 초월적 감사 > 사회적 감사 순으로 비율이 높게 나타났다. 구체적으로 초월적 감사는 ‘상’집단(395건, 27.3%)과 ‘하’집단(188건, 13.0%)간의 차이가 약 14.3%로, ‘상’집단의 초월적 감사빈도가 ‘하’집단에 비해 약 2.1배 정도 높게 나타났다. 개인적 감사의 경우, ‘상’집단(398건, 27.5%)과 ‘하’집단(300건, 20.7%)간의 차이가 약 6.8% 정도로, 개인적 감사의 빈도가 ‘상’집단이 ‘하’집단에 비해 1.3배 정도 더 높게 나타났다. 사회적 감사의 경우, 감사성향 ‘상’집단(96건, 6.6%)과 ‘하’집단(71건, 4.9%)의 비율 차이는 1.7%로 다른 감사에 비해 낮게 나타났다.

개인적 변인 집단에 따른 감사 경험의 차이

감사성향에 따라 경험하는 감사의 대상의 비율 차이를 검증하기 위해 교차표를 산출하였다(표 8 참조). 그 결과, 전반적으로 감사성향이 높은 참여자들이 낮은 참여자들에 비해 일상생활 속에서 감사 경험의 빈도가 더 높으며, 모든 감사 유형(개인적, 사회적, 초월적)에서 ‘하’집단보

다 ‘상’집단에서 감사 경험 비율이 높은 것으로 나타났다. 감사성향에 따른 경험하는 감사 대상의 차이의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 카이제곱 검증을 실시한 결과, $\chi^2 = 25.247, p < .001$ 수준으로 유의하게 나타났다. 즉, 감사 성향 ‘상’집단과 ‘하’집단이 경험하는 감사 대상의 차이가 있다고 볼 수 있다.

감사성향에 따른 감사경험의 차이 패턴을 살펴보면, ‘상’집단에서는 초월적 감사 > 개인적 감사 > 사회적 감사 순으로 비율이 높았으며, ‘하’집단에서는 개인적 감사 > 초월적 감사 > 사회적 감사 순으로 비율이 높았다. 구체적으로 초월적 감사는 ‘상’집단(408건, 28.2%)과 ‘하’집단(175건, 12.1%)간의 차이가 16.1%로, ‘상’집단의 초월적 감사 빈도가 ‘하’집단에 비해 약 2.3배 이상 높게 나타났다. 개인적 감사의 경우, ‘상’집단(395건, 27.3%)과 ‘하’집단(303건, 20.9%)간의 차이가 약 6.4%로, ‘상’집단의 개인적 감사 빈도가 ‘하’집단에 비해 약 1.3배 정도 나타났다. 사회적 감사의 경우, 감사성향 ‘상’집단(98건, 6.8%)과 ‘하’집단(69건, 4.8%)의 비율 차이는 2%로, ‘상’집단의 사회적 감사 빈도가 ‘하’집단에 비해 1.4배 정도 차이가 나타났다.

외향성에 따라 경험하는 감사대상의 비율 차이를 검증하기 위해 교차표를 산출하였다(표 8 참조). 그 결과, 외향성 점수가 높은 참여자들이 낮은 참여자들에 비해 일상생활 속에서 감사 경험의 빈도가 더 높으며, 모든 감사 유형(개인적, 사회적, 초월적)에서 ‘하’집단보다 ‘상’집단에서

표 8. 개인적 차원에 따른 감사 경험의 차이

단위: 빈도(%)

개인적 차원	집단유형 (n=65)	감사 유형			전체	
		초월적 감사	개인적 감사	사회적 감사		
감사 성향	상(n=29)	408(28.2)	395(27.3)	98(6.8)	901(62.2)	
	하(n=36)	175(12.1)	303(20.9)	69(4.8)	547(37.8)	
외향성	상(n=36)	376(26.0)	408(28.2)	115(7.9)	899(62.1)	
	하(n=29)	207(14.3)	290(20.0)	52(3.6)	549(37.9)	
우호성	상(n=28)	324(22.4)	316(21.8)	88(6.1)	728(50.3)	
	하(n=37)	259(17.9)	382(26.4)	79(5.5)	720(49.7)	
성격5요인	성실성	상(n=35)	364(25.1)	365(25.2)	100(6.9)	829(57.3)
		하(n=30)	219(15.1)	333(23.0)	67(4.6)	619(42.7)
	안정성	상(n=38)	331(22.9)	371(25.6)	95(6.6)	797(55.0)
		하(n=27)	252(17.4)	327(22.6)	72(5.0)	651(45.0)
경험에 대한 개방성	상(n=21)	249(20.6)	361(29.9)	85(7.0)	695(57.5)	
	하(n=35)	247(20.4)	223(18.4)	44(3.6)	514(42.5)	

감사 경험 비율이 높은 것으로 나타났다. 외향성에 따른 경험하는 감사 대상의 차이의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 카이제곱 검증을 실시한 결과, $\chi^2 = 8.608, p = .014$ 수준으로 유의하게 나타났다. 즉, 외향성 ‘상’집단과 ‘하’집단이 경험하는 감사 대상의 차이가 있다고 볼 수 있다.

외향성에 따른 감사경험의 차이 패턴을 살펴보면, ‘상’집단과 ‘하’집단 모두 감사 경험의 비율은 개인적 감사 > 초월적 감사 > 사회적 감사 순으로 높게 나타났다. 구체적으로 초월적 감사는 ‘상’집단(376건, 26.0%)과 ‘하’집단(207건, 14.3%)간의 차이가 11.7% 정도, ‘상’집단의 초월적 감사 빈도가 ‘하’집단에 비해 약 1.8배 이상 높게 나타났다. 개인적 감사의 경우, ‘상’집단(408건, 28.2%)과 ‘하’집단(290건, 20.0%)간 차이는 8.2%로 약 1.4배정도로 다른 감사에 비해 낮게 나타났다. 사회적 감사의 경우, 외향성 ‘상’집단(115건, 7.9%)과 ‘하’집단(52건, 3.6%)의 비율

차이는 4.3%로, ‘상’집단의 사회적 감사 빈도가 ‘하’집단에 비해 빈도는 약2.2배 정도 차이가 나타났다. 연구2에서 나타난 외향성과 감사의 관계는 연구1에서 외향성이 사회적 감사에 부적 영향을 주는 결과와 상반되는데, 이는 연구1의 결과가 통계적 절차로 인한 결과임을 다시금 지지해준다.

우호성에 따른 감사경험 대상의 비율 차이를 검증하기 위해 교차표를 산출하였다(표 8 참조). 그 결과, 우호성 점수가 높은 참여자들이 낮은 참여자들에 비해 개인적 감사를 제외한 사회적 감사와 초월적 감사 경험의 빈도가 높은 것으로 나타났다. 우호성에 따른 경험하는 감사 대상의 차이의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 카이제곱 검증을 실시한 결과, $\chi^2 = 13.929, p < .001$ 수준으로 유의하게 나타났다. 즉, 우호성 ‘상’집단과 ‘하’집단이 경험하는 감사 대상의 차이가 있다고 볼 수 있다.

우호성에 따른 감사경험의 차이 패턴을 살펴

보면, '상'집단 감사 경험의 비율은 초월적 감사 > 개인적 감사 > 사회적 감사 순으로 높게 나타났다. 이에 반해 '하'집단 감사 경험의 비율은 개인적 감사 > 초월적 감사 > 사회적 감사 순으로 높게 나타났다. 구체적으로 초월적 감사는 '상'집단(324건, 22.4%)과 '하'집단(259건, 17.9%) 간의 차이가 4.5% 정도, '상'집단의 초월적 감사 빈도가 '하'집단에 비해 약 1.3배 이상 높게 나타났다. 개인적 감사의 경우, '하'집단(382건, 26.4%)과 '상'집단(316건, 21.8%) 간 차이는 4.6%로 약 1.2% 정도로 다른 감사에 비해 낮게 나타났다. 사회적 감사의 경우, '상'집단(88건, 6.1%)과 '하'집단(79건, 5.5%)의 비율 차이는 0.6%로, 집단 간 차이가 크게 나타나지 않았다.

성실성에 따른 감사경험 대상의 비율 차이를 검증하기 위해 교차표를 산출하였다(표 8 참조). 그 결과, 성실성 점수가 높은 참여자들이 낮은 참여자들에 비해 일상생활 속에서 감사 경험의 빈도가 더 높으며, 모든 감사 유형(개인적, 사회적, 초월적)에서 '하'집단보다 '상'집단에서 감사 경험 비율이 높은 것으로 나타났다. 성실성에 따른 경험하는 감사 대상의 차이의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 카이제곱 검증을 실시한 결과, $\chi^2 = 13.888$, $p < .001$ 수준으로 유의하게 나타났다. 즉, 성실성 '상'집단과 '하'집단이 경험하는 감사 대상의 차이가 있다고 볼 수 있다.

성실성에 따른 감사경험의 차이 패턴을 살펴보면, '상'집단과 '하'집단 모두 감사 경험의 비율은 개인적 감사 > 초월적 감사 > 사회적 감사 순으로 높게 나타났다. 구체적으로 초월적 감사는 '상'집단(364건, 25.1%)과 '하'집단(219건, 15.1%)간의 차이가 10.0% 정도, '상'집단의 초월적 감사 빈도가 '하'집단에 비해 약 1.7배 이상 높게 나타났다. 개인적 감사의 경우, '상'집단(365건, 25.2%)과 '하'집단(333건, 23.0%)간 차이는 2.2%로 약 1.1배 높게 나타났으나 그 차이는 다른 감사에 비해 낮게 나타났다. 사회적 감사의 경우, '상'집단(100건, 6.9%)과 '하'집단(67건,

4.6%)의 비율 차이는 2.3%로, '상'집단의 사회적 감사 빈도가 '하'집단에 비해 빈도는 약 1.5배 정도 차이가 나타났다.

안정성에 따른 감사경험 대상의 비율 차이를 검증하기 위해 교차표를 산출하였다(표 8 참조). 그 결과, 안정성 점수가 높은 참여자들이 낮은 참여자들에 비해 일상생활 속에서 감사 경험의 빈도가 더 높으며, 모든 감사 유형(개인적, 사회적, 초월적)에서 '하'집단보다 '상'집단에서 감사 경험 비율이 높은 것으로 나타났다. 성실성에 따른 감사 경험 대상의 차이의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 카이제곱 검증을 실시한 결과, $\chi^2 = 1.945$, $p = .378$ 수준으로 유의하지 않게 나타났다. 즉, 안정성 '상'집단과 '하'집단이 경험하는 감사 대상의 차이가 있다고 볼 수 없다.

경험에 대한 개방성에 따라 경험하는 감사대상의 비율 차이를 검증하기 위해 교차표를 산출하였다(표 8 참조). 그 결과, 경험에 대한 개방성 점수가 높은 참여자들이 낮은 참여자들에 비해 일상생활 속에서 감사 경험의 빈도가 더 높으며, 모든 감사 유형(개인적, 사회적, 초월적)에서 '하'집단보다 '상'집단에서 감사 경험 비율이 높은 것으로 나타났다. 경험에 대한 개방성에 따른 감사 대상 차이의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 카이제곱 검증을 실시한 결과, $\chi^2 = 18.976$, $p < .001$ 수준으로 유의하게 나타났다. 즉, 경험에 대한 개방성 '상'집단과 '하'집단이 경험하는 감사 대상의 차이가 있다고 볼 수 있다.

경험에 대한 개방성에 따른 감사경험의 차이 패턴을 살펴보면, '상'집단 감사 경험의 비율은 개인적 감사 > 초월적 감사 > 사회적 감사 순으로 높게 나타났다. 이에 반해 '하'집단 감사 경험의 비율은 초월적 감사 > 개인적 감사 > 사회적 감사 순으로 높게 나타났다. 구체적으로 초월적 감사는 '상'집단(249건, 20.6%)과 '하'집단(247건, 20.6%)간의 차이가 0.2% 정도, '상'집단의 초월적 감사 빈도와 '하'집단의 초월적 감사

빈도는 큰 차이가 나타나지 않았다. 개인적 감사의 경우, '상'집단(361건, 29.9%)과 '하'집단(223건, 18.4%)간의 차이가 11.5% 정도, '상'집단의 개인적 감사 빈도가 '하'집단에 비해 약 1.6배 이상 높게 나타났다. 사회적 감사의 경우, '상'집단(85건, 7.0%)과 '하'집단(44건, 3.6%)의 비율 차이는 3.4%로, '상'집단의 사회적 감사 빈도가 '하'집단에 비해 약 1.9배 정도 차이가 나타났다.

사회문화적 변인 집단에 따른 감사 경험의 차이

집단주의에 따라 경험하는 감사대상의 비율 차이를 검증하기 위해 교차표를 산출하였다(표 9 참조). 그 결과, 전반적으로 집단주의가 높은 참여자들이 낮은 참여자들에 비해 일상생활 속에서 감사 경험의 빈도가 더 높으며, 모든 감사 유형(개인적, 사회적, 초월적)에서 '하'집단보다 '상'집단에서 감사 경험 비율이 높은 것으로 나타났다. 집단주의에 따른 경험하는 감사 대상의 차이의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 카이제곱 검증을 실시한 결과, $\chi^2 = 7.018, p < .001$ 수준으로 유의하게 나타났다. 즉, 집단주의 '상'집단과 '하'집단이 경험하는 감사 대상의 차이가 있다고 볼 수 있다.

집단주의에 따른 감사경험의 차이 패턴을 살펴보면, '상'집단에서는 초월적 감사 > 개인적 감사 > 사회적 감사 순으로 비율이 높았으며, '하'집단에서는 개인적 감사 > 초월적 감사

> 사회적 감사 순으로 비율이 높았다. 구체적으로 초월적 감사는 '상'집단(376건, 26.0%)과 '하'집단(207건, 14.3%)간의 차이가 11.7%로 '상'집단의 초월적 감사 빈도가 '하'집단에 비해 약 1.8배 정도 높게 나타났다. 개인적 감사의 경우, '상'집단(367건, 25.3%)과 '하'집단(331건, 22.9%)간의 차이가 약 2.4%정도로 나타났다. 사회적 감사의 경우, 집단주의 '상'집단(105건, 7.3%)과 '하'집단(62건, 4.3%)의 비율 차이는 3.0%로, '상'집단의 사회적 감사 빈도가 '하'집단에 비해 약 1.7배 이상 높게 나타났다.

종합적 사고에 따라 경험하는 감사대상의 비율 차이를 검증하기 위해 교차표를 산출하였다(표 9 참조). 그 결과, 전반적으로 종합적 사고가 높은 참여자들이 낮은 참여자들에 비해 일상생활 속에서 감사 경험의 빈도가 더 높으며, 모든 감사 유형(개인적, 사회적, 초월적)에서 '하'집단보다 '상'집단에서 감사 경험 비율이 높은 것으로 나타났다. 종합적 사고에 따른 경험하는 감사 대상의 차이의 통계적 유의성 여부를 판단하기 위해 카이제곱 검증을 실시한 결과, $\chi^2 = 59.154, p < .001$ 수준으로 유의하게 나타났다. 즉, 종합적 사고 '상'집단과 '하'집단이 경험하는 감사 대상의 차이가 있다고 볼 수 있다.

종합적 사고에 따른 감사경험의 차이 패턴을 살펴보면, '상'집단에서는 초월적 감사 > 개인적 감사 > 사회적 감사 순으로 비율이 높았으며, '하'집단에서는 개인적 감사 > 초월적 감사 > 사회적 감사 순으로 비율이 높았다. 구체적으로

표 9. 사회문화적 차원에 따른 감사 경험의 차이 단위: 빈도(%)

사회문화적 차원	집단유형 (n=65)	감사 유형			전체
		초월적 감사	개인적 감사	사회적 감사	
집단주의	상(n=28)	376(26.0)	367(25.3)	105(7.3)	848(58.6)
	하(n=37)	207(14.3)	331(22.9)	62(4.3)	600(41.4)
종합적 사고	상(n=32)	414(28.6)	356(24.6)	83(5.7)	853(58.9)
	하(n=33)	169(11.7)	342(23.6)	84(5.8)	595(41.1)

로 초월적 감사는 ‘상’집단(414건, 28.6%)과 ‘하’집단(169건, 11.7%)간의 차이가 16.9%로 ‘상’집단의 감사비율이 ‘하’집단에 비해 약 2.4배 이상 높게 나타났다. 개인적 감사의 경우, ‘상’집단(356건, 24.6%)과 ‘하’집단(342건, 23.6%)간의 차이가 약 1.0%정도 나타났다. 사회적 감사의 경우, 종합적 사고 ‘상’집단(83건, 5.7%)과 ‘하’집단(84건, 5.8%)의 비율 차이는 약 0.1%로 다른 감사유형에 비해 상당히 낮게 나타났다.

논 의

연구2에서는 일상생활 속 감사 경험의 세 가지 유형(개인적 감사, 사회적 감사, 초월적 감사)을 발견하였다. 만족도 차원, 개인적 차원과 사회문화적 차원의 변인 수준에 따라 ‘상’집단과 ‘하’집단으로 구분하여 집단 간 감사 경험의 차이를 확인하였다. 변인 수준에 따라 구분된 집단 간 감사 경험의 차이는 이와 같다.

첫째, 전반적으로 각 변인들의 점수가 높은 ‘상’집단이 ‘하’집단 보다 감사 경험의 빈도가 높았다. 만족도 차원(삶, 사회), 개인적 차원(감사성향, 성격), 사회문화적 차원(집단주의, 종합적 사고)에서 점수가 높은 집단이 점수가 낮은 집단보다 감사의 빈도가 더 높게 나타났다. 기존 연구를 살펴보면, 높은 감사성향의 사람들이 일상에서 감사를 더 강하게, 자주 경험하며, 다양한 삶의 영역에서, 그리고 한 사건과 관련된 여러 대상에게 감사를 느낀다는 것을 알 수 있다(McCullough et al., 2002). 이 연구에서는 선행 연구에서 밝힌 감사성향 뿐 아니라 만족도 차원(삶과 사회에 대한 만족도), 개인적 차원(감사성향, 성격), 사회문화적 차원(집단주의, 종합적 사고 경향성)의 변인들이 일상생활에서 감사 경험 빈도를 높일 수 있다는 것을 추가적으로 더 밝혔다.

둘째, 전반적으로 ‘상’집단에서는 초월적 감사의 비율이 높고, ‘하’집단에서 개인적 감사의 비

율이 높은 것으로 나타났다. 만족도 차원(한국 사회 만족도), 개인적 차원(감사성향, 성격), 사회문화적 차원(집단주의, 종합적 사고)에서 ‘하’집단으로 분류된 경우, ‘상’집단에 비해서 개인적 감사의 비율이 높은 것으로 나타났다. 그에 반해 ‘상’집단에서는 ‘하’집단에 비해 초월적 감사의 비율이 높은 것으로 나타났다. 이를 통해 삶의 만족감과 성격을 제외한 한국 사회 만족도, 감사성향, 집단주의, 종합적 사고 경향성이 높은 사람일수록 일상생활에서 개인적 감사를 넘어 초월적 감사를 더 많이 경험한다는 것을 알 수 있다.

셋째, 사회적 감사의 비율은 ‘상’집단과 ‘하’집단 모두 상대적으로 매우 낮게 나타났다. 흥미롭게도, 만족도 차원, 개인적 차원, 사회문화적 차원에서 점수가 높은 집단임에도 불구하고 사회적 감사에 대한 경험 빈도는 ‘하’집단과 크게 차이 나지 않았으며, ‘상’집단과 ‘하’집단 모두 개인적 감사와 초월적 감사에 비해 사회적 감사의 경험 빈도가 매우 낮게 나타났다. 이는 일상생활 속에서 한국 사회에서 사람들이 사회적 감사를 거의 느끼지 않고 살아간다는 것을 의미한다. 이러한 결과가 나타난 이유 중 하나로 사회와 사회구성원에 대한 사회적 연결감 부재의 가능성이 있을 수 있다. 사회적 감사와 사회적 연결감의 메커니즘에 대해서는 추후 연구가 더 필요하다.

종합 논의

이 연구에서는 개인적·사회적 웰빙과 밀접한 관련이 있는 감사에 대해 보다 통합적으로 이해하고자 감사의 층위를 구분하여, 감사에 영향을 끼치는 변인에 대해 다차원적으로 탐색하였다. 더 나아가 일상생활 속에서 감사 경험의 유형을 탐색하고, 개인적·사회문화적 특성에 따라 감사 경험의 차이가 있는지 살펴보았다.

연구1과 연구2의 결과를 종합하면, 감사는 초월적 감사, 개인적 감사, 사회적 감사로 구분될 수 있다. 각 감사에 영향을 미치는 변인들의 영향력은 다르게 나타났다. 개인적 삶의 만족도, 한국 사회 만족도, 감사 성향, 성격, 집단주의와 종합적 사고가 높은 사람일수록 일상생활에서 전반적인 감사 경험이 많다는 것을 알 수 있다. 한국 사회 만족도, 감사성향, 성격, 집단주의, 종합적 사고가 높은 사람일수록 일상생활에서 개인적 감사를 넘어 초월적 감사를 더 많이 경험한다. 흥미롭게도, 감사 경험에 영향을 주는 변인들의 점수가 높다하더라도 한국 사람들은 일상생활 속에서 사회적 감사를 거의 느끼지 않고 살아간다. 추후 연구를 통해 우리가 사회적 감사를 잘 경험하지 못하는 이유가 무엇인지, 사회적 감사를 증진시키는 조건들은 무엇인지 밝혀야 한다.

이 연구는 다음과 같은 한계점을 가진다. 첫째, 타당화된 사회적 감사 척도를 사용하지 못했다. 사회적 감사를 측정하는 타당화된 척도의 부재로 인해 이 연구에서는 사회적 감사를 측정하기 위해 한국판 감사성향 척도(K-GQ6)의 문항을 수정하여 활용하였다. 다이어리 연구 결과를 살펴보면, 사회적 감사로 사회 제도 뿐 아니라 사회 구성원에 대한 내용이 나타났다. 만약, 사회구성원에 대해 묻는 문항을 구성하여 측정했다면 사회적 감사에 대해 보다 정확하게 측정이 가능했을 것이다. 또한 본 연구에서 측정했던 감사 성향과 개인적 및 사회적 감사 사이의 관련성은 공통 방법 편향으로 인해 부풀려졌을 가능성이 있기에 결과 해석에 유의해야한다. 추후 타당한 척도 개발 및 다양한 층위의 감사 조건을 밝힐 수 있는 실험을 통해 인과적인 해석이 가능한 연구 자료를 확보하는 것이 중요하다.

둘째, 연구1에서 측정도구의 부재로 초월적 감사를 측정하지 않아 연구2에서 나타난 초월적 감사에 영향을 끼치는 변인의 영향력에 대한 분석을 하지 못하였다. 연구1에서는 개인적 웰빙과 사회적 웰빙에 초점을 맞춰 감사를 개인적

감사와 사회적 감사로 구분하여 연구를 진행하였다. 이후 연구2에서 다이어리를 통해 탐색적으로 감사 경험을 분류하다보니 개인적 감사, 사회적 감사, 초월적 감사에 대한 범주가 명확하게 나타났다. 다이어리 연구 결과를 기반으로 먼저 척도 개발 연구가 시행되었다면, 개인적·사회적·초월적 감사 척도에 대한 타당성을 확보하면서 감사에 대해 양적·질적인 측면에서 통합적으로 설명할 수 있었을 것이다.

셋째, 연구의 표본이 대부분 대학생에 한정되어있으며, 연구1과 연구2 참여자가 중복되기 때문에 연구 결과를 일반화하기에 어려움이 있다. 특히 감사 경험은 연령에 따라 달라질 수 있다. 감사는 개인적, 사회적, 초월적 감사 유형으로 구분되며, 초월적 감사의 경우 자기를 초월한 상태로 나아가 나와 타인, 나와 더 큰 세계를 연결할 수 있는 자기를 의미하는 자기초월성(Bauer & Wayment, 2008; Dambrun & Ricard, 2011; Neff, 2003; Neff, 2011)과 관련이 있을 수 있다. 이러한 감사와 관련된 자기초월성은 주로 연령이 증가하면서 발달하는 특징이 있다(Tornstam, 2011). 따라서 연령에 따른 감사경험의 차이가 존재할 수 있기 때문에 추후 연구에서는 연령별 감사경험의 차이를 살펴보는 것이 필요하다.

이러한 한계점에도 불구하고, 이 연구의 시사점은 이와 같다. 첫째, 감사 층위를 구분하고 영향을 미치는 변인을 다차원적으로 탐색함으로써 감사에 대한 이해의 지평을 넓혔다. 또한 한국인들의 일상생활 속 감사 대상을 분류하고 개인 및 사회문화차에 따라 감사 경험을 비교 분석함으로써, 감사 경험이 다르다는 것을 밝혔다.

둘째, 양적 연구와 질적 연구를 병행하여 감사에 대한 통합적인 이해를 제시하였다. 양적연구 참여자들을 대상으로 다이어리 연구를 진행하여, 연구1에서 얻은 데이터와 다이어리 연구 자료를 통합적으로 분석하고 해석하였다. 일상생활 속에서 피상적으로 표현되는 감사 표현에서 감사의 대상을 구분하여 감사의 의미를 찾

고, 만족도, 개인적 차원, 사회문화적 차원의 변인과 연결시켜 감사경험의 차이를 살펴보았다는 점에서 의의가 있다.

셋째, 개인의 웰빙 및 사회적 웰빙을 위한 다차원적인 감사 증진 전략의 필요성을 보여주었다. 다양한 차원의 감사를 증진시키기 위해서는 각 차원의 다양한 전략들이 필요하다. 단지 개인의 웰빙뿐 아니라 사회적 웰빙 증진을 위해서는 사회적 감사의 증진이 필수적이다. 하지만 연구2 결과를 살펴보면 참여자들은 감사에 영향을 주는 개인적, 사회문화적 변인 차이와 상관없이 사회적 감사를 거의 경험하지 못했다. 이는 사회에 대한 불만족으로 이어질 수 있기 때문에 주요하게 다뤄야할 문제이다. 연구1 결과에 따르면, 사회적 감사는 삶의 만족, 감사 성향, 성격과 같은 개인적 차원의 변인 뿐 아니라 한국 사회 만족, 사회문화적 차원의 변인의 영향력이 중요하다는 것을 알 수 있다. 앞으로 어떻게 하면 사회적 감사를 증진시키는 사회적 환경을 마련할 수 있는지, 그 조건에 대한 연구가 더 필요하다.

이 연구는 개인적·사회적 웰빙과 밀접한 관련이 있는 감사에 대해 보다 통합적으로 이해하고자 감사의 층위를 구분하여, 감사에 영향을 끼치는 변인에 대해 다차원적으로 탐색하였다. 또한 일상 속 ‘감사합니다’, ‘고맙습니다’라는 피상적인 감사표현에서 감사 대상에 대한 체계적인 분석을 통해 감사의 의미를 찾고 개인적 변인과 사회적 변인과의 관련성을 밝혀냈다. 즉, 이 연구는 삶과 한국 사회 만족도, 개인의 성향, 사회문화적인 사고방식의 차이에 따라 우리가 주로 경험하는 감사도 달라질 수 있다는 것을 보여주었다. 추후 한국사회에서 세 가지 감사 유형 중 유독 사회적 감사가 적은 이유에 대해서 사회문화적 환경 및 조건에 따라 사회적 감사 경험이 어떻게 달라지는지를 살펴봄으로써 사회적 감사를 증진시키는 방안에 대한 구체적인 논의가 필요하다.

저자소개

서예지는 중앙대학교 심리학과 사회 및 문화심리 전공 박사수료 하였으며, 사회문제, 사회통합, 사회적 연결감, 친사회적 행동, 감사와 관련된 주제를 연구하고 있다.

안정민은 중앙대학교 심리학과 사회 및 문화심리 전공 박사수료 하였으며, 사회문제, 정당성 지각, 사회적 정의, 체제정당화와 관련된 주제를 연구하고 있다.

정태연은 중앙대 심리학과 교수로 재직하고 있으며, 한국인의 성인발달과 대인관계, 한국의 사회문제에 관련된 주제를 연구하고 있다. 저서로는 「사회심리학」(2016), 「심리학, 군대 가다」(2016) 등이 있다.

참고문헌

- 권선중, 김교현, 이홍석 (2006). 한국판 감사 성향 척도 (k-gq-6)의 신뢰도 및 타당도. 한국심리학회지 건강, 11(1), 177-190.
- 노지혜, 이민규 (2012). 한국판 감사 척도의 타당화. 한국심리학회: 임상, 31(1), 329-354.
- 손술, 서경현 (2014). 대학생의 감사 성향과 심리적 웰빙 간의 관계: 대인관계 유능성의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 19(2), 619-635.
- 신현숙 (2007). 연구논문: 글쓰기에 표현된 청소년의 감사대상과 감사이유의 성차와 발달적 차이. 청소년학연구, 14(5), 125-147.
- 조명환, 차경호 (1998). 삶의 질에 대한 국가간 비교. 서울: 집문당.
- Adler, M., & Fagley, N. (2005). gratitude: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. *Journal of Personality*, 73(1), 79-114.

- doi: 10.1111/j.1467-6494.2004.00305.x
- Algoe, S. B., & Haidt, J. (2009). Witnessing excellence in action: The 'other-praising' emotions of elevation, gratitude, and admiration. *The Journal of Positive Psychology, 4*(2), 105-127. doi: 10.1080/17439760802650519
- Bartlett, L., & DeSteno, D. (2006). Gratitude and prosocial behavior: Helping when it costs you. *Psychological Science, 17*, 319-325 p.
- Bauer, J. J., & Wayment, H. A. (2008). The psychology of the quiet ego. Transcending self-interest: Psychological explorations of the quietego. In H. A. Wayment & J. J. Bauer (Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (pp. 137-147). Washington: APA.
- Bennett, L., Ross, M. W., & Sunderland, R. (1996). The relationship between recognition, rewards and burnout in AIDS caring. *Aids care, 8*(2), 145-154. doi: 10.1080/09540129650125830.
- Berg, P., Sanders, J., Maussen, S., & Kemperman, A. (2021): Collective self-build for senior friendly communities. Studying the effects on social cohesion, social satisfaction and loneliness, *Housing Studies*, doi: 10.1080/02673037.2021.1941793
- Bernstein, D. M., & Simmons, R. G. (1974). The adolescent kidney donor: The right to give. *The American journal of psychiatry, 131*(12), 1338-1343.
- Brislin, R. W., & Lo, K. D. (2006). Culture, personality and people's uses of time: Key interrelationships. *Comprehensive handbook of personality and psychopathology, 44-64*.
- Brody, L. R. (1993). On understanding gender differences in the expression of emotion. In S. L. Ablon., D. Brown., E. J. Khantzian., J. E. Mack (Eds) *Human Feelings: Explorations in Affect Development and Meaning* (pp.87-121). NJ:The Analytic Press.
- Bryant, F. B.(2003). Savoring Beliefs Inventory(SBI):A scale for measuring beliefs about savoring. *Journal of Mental Health,1 2*(2), 175-196. doi: 10.1080/0963823031000103489
- Chen, L., Chen, M., Kee, Y., & Tsai, Y. (2009). Validation of the gratitude questionnaire (GQ) in Taiwanese undergraduate students. *Journal of Happiness Studies, 10*(6), 655-664.
- Choi, I., Dalal, R., Kim-Prieto, C., & Park, H. (2003). Culture and judgment of causal relevance. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*, 46-59. doi: 10.1037/0022-3514.84.1.46
- Choi, I., Koo, M., & Choi, J. A. (2007). Individual differences in analytic versus holistic thinking. *Personality and Social Psychology Bulletin, 33*(5), 691-705. doi: 10.1177/0146167206298568
- Choi, I., Nisbett, R. E., & Norenzayan, A. (1999). Causal attribution across cultures: variation and universality. *Psychological Bulletin, 125*, 47-63
- Clark, H. B., Northrop, J. T., & Barkshire, C. T. (1988). The effects of contingent thank-you notes on case managers visiting residential clients. *Education and Treatment of Children, 11*(1), 45-51.
- Cohen, A. B. (2006). On gratitude. *Social Justice Research, 19*, 254-276. doi: 10.1007/s11211-006-0005-9
- Dambrun, M., & Ricard, M. (2011). Self-centeredness and selflessness: A theory of self-based psychological functioning and its consequencesfor happiness. *Review of General Psychology, 15*(2), 138-157. doi: 10.1037/a0023059
- Delmelle, E. C., Haslaouer, E. & Prinz, T. (2013) social satisfaction, commuting and neighborhoods, *Journal of transport Geography, 30*, 110-116. doi: 10.1016/j.jtrangeo.2013.03.006
- Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators

- of subjective well-being and ill-being. *Journal of Happiness Studies*(7), 397-404.
doi: 10.1007/s10902-006-9000-y
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Diener, M., & Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 851-864. doi: 10.1037/0022-3514.69.5.851
- Diener, E., Suh E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. doi: https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276
- Eisenberg, N., Duckworth, A. L., Spinrad, T. L., & Valiente, C. (2014). Conscientiousness: Origins in childhood?. *Developmental psychology*, 50(5), 13. doi: http://dx.doi.org/10.1037/a0030977
- Emmons, R. A., & Mishra, A. (2011). Why gratitude enhances well-being: What we know, what we need to know. In Sheldon, K. M., Kashdan, T. B., & Steger, M. (eds) *Designing positive psychology: Taking stock and moving forward*, (pp.248-262). doi: 10.1093/acprof:oso/9780195373585.003.0016
- Emmons, R., & McCullough, M. (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. doi: 10.1037/0022-3514.84.2.377
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical transactions: Biological Sciences*, 359(1449), 1367-1377.
- Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological science*, 13(2), 172-175.
doi: https://www.jstor.org/stable/40063861
- Frijda, N. H., & Sundararajan, L. (2007). Emotion refinement: A theory inspired by Chinese poetics. *Perspectives on Psychological Science*, 2(3), 227-241.
doi: https://www.jstor.org/stable/40212204
- Goldberg, L. R. (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological assessment*, 4(1), 26-42.
- Gordon, A., Musher-Eizenman, D., Holub, S., & Dalrymple, J. (2004). What are children thankful for? an archival analysis of gratitude before and after the attacks of september 11. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(5), 541-553. doi: 10.1016/j.appdev.2004.08.004
- Graziano, W., JensenCampbell, L., & Hair, E. (1996). Perceiving interpersonal conflict and reacting to it: The case for agreeableness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(4), 820-835. doi: 10.1037//0022-3514.70.4.820
- Komter, A. E. (2004). Gratitude and Gift Exchange. In Emmons & McCullough (eds). *The psychology of gratitude*. (pp.195-212). NY: Oxford University
- Lambert, N. M., Fincham, F. D., Stillman, T. F., & Dean, L. R. (2009). More gratitude, less materialism: The mediating role of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 4(1), 32-42. doi: 10.1080/17439760802216311
- Lin (2014). A higher-Order Gratitude Uniquely Predicts Subjective Well-Being: Incremental Validity Above the Personality and a Single Gratitude. *Social Indicators Research*. 119(2), 909-924. doi: 10.1007/s11205-013-0518-1
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56(3), 239-249.
doi: 10.1037/0003-066X.56.3.239

- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological review*, *98*(2), 224-253. doi: 10.1037/0033-295X.98.2.224
- McCullough, M., Emmons, R., & Tsang, J. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, *82*(1), 112-127. doi: 10.1037//0022-3514.82.1.112
- McCullough, M., Tsang, J., & Emmons, R. (2004). Gratitude in intermediate affective terrain: Links of grateful moods to individual differences and daily emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, *86*(2), 295-309. doi: 10.1037/0022-3514.86.2.295
- Miller, J. G. (1984). Culture and the development of everyday social explanation. *Journal of Personality and Social Psychology*, *46*, 961-978.
- Morris, M. W., & Peng, K. (1994). Culture and cause: American and Chinese attributions for social and physical events. *Journal of Personality and Social Psychology*, *67*(6), 949-971. doi: 10.1037/0022-3514.67.6.949
- Neff, K. D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of unhealthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, *2*(2), 85-101. doi: 10.1080/15298860390129863
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, *5*(1), 1-12
- Neto, F. (2007). Forgiveness, personality and gratitude. *Personality and Individual Differences*, *43*(8), 2313-2323.
- Nisbett, R. E., Peng, K., Choi, I., & Norenzayan, A. (2001). Culture and systems of thought: Holistic versus analytic cognition. *Psychological Review*, *108*, 291-310.
- Norenzayan, A., Choi, I., Nisbett, R. E. (2002). Cultural similarities and differences in social inference: evidence from behavioral predictions and lay theories of behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *28*, 109-120.
- Nowak, M. A., & Roch, S. (2007). Upstream reciprocity and the evolution of gratitude. *Proceedings of the royal society: Biological Sciences*, *274*(1610), 605-610. doi: 10.1098/rspb.2006.0125
- Roberts, B. W., Jackson, J. J., Fayard, J. V., Edmonds, G., & Meints, J. (2009). Conscientiousness. In Leary, M. R., & Hoyle, R. H. (Eds.). *Handbook of individual differences in social behavior*. Guilford Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, *52*, 141-166. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Saucier, G., & Goldberg, L. R. (1998). What is beyond the big five? *Journal of Personality*, *66*, 495-524.
- Sommers, S., & Kosmitzki, C. (1988). Emotion and social context: An American—German comparison. *British Journal of Social Psychology*, *27*(1), 35-49. doi: 10.1111/j.2044-8309.1988.tb00803.x
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological bulletin*, *134*(1), 138-161. doi: 10.1037/0033-2909.134.1.138
- Steindl-Rast, D. (2004). Gratitude as thankfulness and as gratefulness. In Emmons & McCullough (eds). *The psychology of gratitude* (pp. 282-289). NY: Oxford University. doi: 10.1093/acprof:oso/9780195150100.003.0014
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundation and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, *15*, 93-10. doi: <https://www.jstor.org/stable/20447194>

- Tornstam, L. (2011). Maturing into gerotranscendence. *Journal of Transpersonal Psychology, 43*(2), 166-180.
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism & collectivism*. CO: Westview press.
- Triandis, H. C., & Gelfand, M. J. (1998). Converging measurement of horizontal and vertical individualism and collectivism. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(1), 118-128. doi: 10.1037/0022-3514.74.1.118
- Tsang, J. (2006). Gratitude and prosocial behaviour: An experimental test of gratitude. *Cognition & Emotion, 20*(1), 138-148. doi: 10.1080/02699930500172341
- von Hippel, W., Henry, J. D., & Matovic, D. (2008). Ageing and social satisfaction: Offsetting positive and negative effects. *psychology and aging, 23*, 435-439. doi: http://dx.doi.org/10.1037/0882-7974.23.2.435
- Watkins, P. C. (2013). *Gratitude and the good life: Toward a psychology of appreciation*. Berlin: Springer Science & Business Media. doi: 10.1007/978-94-007-7253-3
- Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 31*(5), 431-451. doi: 10.2224/sbp.2003.31.5.431
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies, In R.H. Hoyle(Ed), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and application*, Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review, 30*(7), 890-905. doi: 10.1016/j.cpr.2010.03.005
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2008). Gratitude uniquely predicts satisfaction with life: Incremental validity above the domains and facets of the five factor model. *Personality and Individual Differences, 45*(1), 49-54. doi: 10.1016/j.paid.2008.02.019
- 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. doi: 10.1016/j.paid.2008.11.012
- Wood, A. M., Maltby, J., Gillett, R., Linley, P. A., & Joseph, S. (2008). The role of gratitude in the development of social support, stress, and depression: Two longitudinal studies. *Journal of Research in Personality, 42*(4), 854-871. doi: 10.1016/j.jrp.2007.11.003

1 차원고접수 : 2022. 10. 08.
수정원고접수 : 2023. 04. 26.
최종게재결정 : 2023. 07. 17.

Personal and socio-cultural factors influencing gratitude experience

Yeji Seo

Jungmin Ahn

Taeyun Jung

Department of Psychology, Chung-Ang University

This study investigated personal and socio-cultural factors that influence gratitude experience (Study 1), identified different types of gratitude experiences in everyday life, and whether there are differences in gratitude experience based on life, Korean social satisfaction, and personal and socio-cultural characteristics (Study 2). In Study 1, 314 participants (127 men, 186 women, 1 anonymous; age $M = 24.38$, $SD = 5.52$, range: 18-49) completed tests to assess life and Korean social satisfaction, gratitude disposition (tendency), personal and societal gratitude, personality (Big Five), individualism-collectivism, and analytical-integrated thinking. Amos was then used to perform a structural model analysis. As a result, both life and Korean social satisfaction influenced personal and social gratitude positively. Among the five personality characteristics, extroversion had a negative impact on social gratitudes and emotional stability had a negative impact on personal gratitudes, with gratitude disposition having a static impact on both. The greater the collectivism, the greater the personal and Korean social satisfaction and the greater the integrated thinking tendency, the greater the personal appreciation. In Study 2, 65 participants (male = 31; female = 34; age $M = 23.02$, $SD = 3.15$) were asked to keep a diary on their gratitude experience for two weeks. As a result, gratitude experiences were classified as personal, social, or transcendent. Overall, the 'upper' group had a higher frequency of gratitude experience than the 'lower' group due to higher variable scores. Regardless of the degree of factors, however, the frequency of social gratitudes was quite low. When the forms of gratitude experiences in everyday life are considered together, the influence of variables by dimension varies depending on the type of gratitude. These findings imply that multimodal psychosocial intervention is required to increase gratitude, which is linked to both social and personal well-being.

Keywords: Personal gratitude, social gratitude, transcendent gratitude, life satisfaction, social satisfaction, personality BIG5, collectivism, and holistic thinking