한국심리학회지 : 여성
The Korean Journal of Woman Psychology
2016, Vol. 21, No. 3, 511-536

감사성향, 배우자에 대한 감사표현과 중년기 부부의 결혼만족도, 행복감의 관계*

정 영 숙† 김 선 미

부산대학교 심리학과

본 연구는 중년기 부부 185쌍을 대상으로 감사표현과 감사성향이 남편과 아내 자신의 결혼만족도와 행복감에 어떤 영향을 미치는지, 상대배우자의 결혼만족도와 행복감에 어떤 영향을 미치는지 알아보았다. 남편은 아내에 비해 감사표현 중 '보답행동'과 '내적반성'을 더 많이 표현하고, 상대배우자가 자신에게 감사표현을 더 많이 한다고 지각하여 감사표현의 지각과 실행에서 남편과 아내 간에 차이가 있었다. 남편과 아내의 감사표현이 본인과 상대배우자의 결혼만족도에 미치는 영향에 관한 회귀분석 결과, 남편의 결혼만족도를 설명하는 가장 강력한 변인은 아내로부터 받은 감사표현인 반면, 아내의 결혼만족도에 가장 설명량이 높은 변인은 자신이 남편에게 표현한 감사였다. 남편과 아내의 행복감에는 본인의 감사성향이 가장 큰 영향을 주는 것으로 나타났으며, 감사표현은 거의 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 남편과 아내의 상대로 향한 감사표현과 상대로부터 받았다고 지각하는 감사표현의 유형을 조합해 두 집단으로 구분하여 비교한 결과, 아내의 경우에는 남편에게 받았다고 느끼는 감사표현보다 자신이 남편에게 표현한 감사가 더 많았던 집단이 자신이 표현한 감사에 비해 남편이 감사표현을 더 많이 받았다고 보고한 집단보다 결혼만족도가 더 높았다. 남편의 경우에는 두 집단 간에 차이가 없었다. 본 연구 결과를 토대로 감사표현은 부부관계를 증진시킬 수 있는 유용한 변인이 될 수 있음과 감사성향은 행복감과 관련된 변인임을 논의하였다.

주요어 : 감사표현, 감사성향, 결혼만족도, 행복감, 부부쌍

---

* 본 논문은 석사학위 논문을 수정 보완한 것임.

† 교신저자 : 정영숙, 부산대학교 심리학과, 부산광역시 금정구 부산대학로 63번길 2(장전동)
Tel : 051-510-2135, E-mail : yschong@pusan.ac.kr

www.kci.go.kr

부부는 사회를 구성하는 기본 단위로 가장 가까우면서 가장 먼 관계일 수 있고, 가장 사랑하면서 가장 미워할 수 있는 양면성을 지니고 있다(최재율, 1988). 부부관계는 여러 다른 인간관계 중 매우 밀접하고, 복잡하며, 지속적으로 변화하고 성장하는 역동적 관계로(조선경, 1989), 결혼만족도나 개인의 행복에 부부간의 소통과 배려, 정서적 지원이 매우 중요한 역할을 한다(박은아, 2003; 유시순, 2009; Walker & Luszcz, 2009).

급속한 고령화와 수명 연장으로 부부 시기도 길어지고 있다. 이와 더불어 이혼 연령층도 점차 늦추어지고 있다. 2008년부터 우리나라 남성과 여성의 이혼 연령층이 40대 이후로 급격하게 증가하고 있는데(통계청, 2014), 특히 혼인 기간 20년 이상 부부의 이혼이 지속적으로 증가하고 있으며, 30년 이상 된 부부의 이혼율도 매우 높아졌다는 점은 중년기 이후에도 조화로운 부부관계는 여전히 중요함을 보여주는 것이라 하겠다.

신혼에서 시작된 부부관계는 중년기에 접어들면서 새로운 계기를 맞게 된다. 중년기는 자신을 돌아보고 내부적인 성숙이 일어나는 시기이며, 자녀의 독립에 따른 가족의 재구조화, 남성과 여성에 대한 역할 변화 등으로 노부모와 성인자녀에 대한 이중 부양부담이 증가할 뿐만 아니라 질병, 사망 등에 직면하기 시작하는 시기이다(박연화, 2011; 이은아, 2006; Harkins, 1978; Troll, 1982). 중년기에 겪게 되는 이러한 갈등과 변화로 인해 중년기는 인생의 동반자인 배우자의 역할이 새롭게 중요한 시기가 된다. 배우자로부터 긍정적인 평가를 받고, 공감적인 태도를 통해서 지지를 받는 사람들이 그렇지 않은 사람에 비해 결혼만족도가 높다는 결과가 이를 지지해준다(Cobb, Davila & Bradbury, 2001; Matthews, Conger, & Wichrama, 1996). 부부가 서로에게 감사를 자주 표현하고, 원활한 의사소통을 통해 교감이 많을수록 부부관계는 증진될 것이다. 감사표현은 부부관계처럼 친밀한 관계에서 매우 필요한 특성이다. Johnson, Amoloza 및 Booth (1992)는 배우자에 대한 존중을 나타내는 감사표현이 결혼생활의 원동력이 된다는 것을 보여주었다. Gottman과 Silver(1999)의 연구에서도 상대를 존중하고 감사를 표현하는 것이 성공적 결혼에 중요한 요소로 지적되고 있다.

서로에 대해 감사하고 표현하는 것이 인간관계, 특히 친밀한 인간관계에 중요함에도 불구하고 우리나라에서 감사표현에 관한 연구가 부족했던 것은 감사표현에 대한 동서양의 차이에서 찾을 수 있다. 서양 문화권에서는 언제든 쉽게 “Thank You”라는 말을 하는 것이 생활 속에 자리 잡은 기본적인 에티켓이자 보편화된 양식이다. 반면에 동양 문화에서는 긍정 정서를 표현하는 것에 있어서 매우 소극적인 경향을 지니고 있다. 한국을 포함하여 동아시아 문화권에서는 쾌락, 즐거움과 같은 긍정 정서 경험보다 좌절과 같은 정서를 인내하고, 감내하는 것에 더 큰 가치를 둔다(최상진, 정태연, 2001). 또한 행복감을 표현하는 것을 미숙하고 이기적으로 평가하는 등, 긍정정서를 경험하고 표현하는 것에 소극적인 경향이 있다(Dinener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). 이러한 분위기에서 매우 가까운 부부간에 서로에게 감사하다는 표현은 매우 인색해질 수 있다.

한국인 부부를 상대로 한 감사표현에 관한 연구는 김아슬(2013)의 연구가 유일하다고 할 수 있다. 김아슬(2013)은 한국 중년부부를 대상으로 배우자에게 감사를 표현하기 위해 어떤 말을 했으며, 그때 어떤 생각이 들었으며,

www.kci.go.kr

감사를 전달하기 위해 어떤 행동을 했는지에 대한 다양한 응답을 얻어, 합의적 질적 분석과 탐색적 요인 및 확인적 요인 분석을 통해 신뢰롭고 타당한 5가지 요인을 발견하였다. 김아슬(2013)에 따르면, 부부간에 나타나는 감사표현의 5가지 영역은 '애정표현', '배려 및 존중', '보답행동', '내적 반성', 및 '언어적 표현'으로, 애정표현에는 배우자에게 고마움을 느낄 때 안아주거나, 손을 잡거나, 팔짱을 끼는 행동이 포함된다. 배려 및 존중에는 고마움을 느낄 때 배우자가 마음 편히 쉴 수 있게 해주거나, 배우자를 아끼고 사랑하는 마음을 갖는 것 등이 포함된다. 배우자에 대한 고마움을 느낄 때 표현하는 보답행동에는 비싸지 않은 작은 선물을 하거나, 함께 외식을 하거나, 돈을 주는 것 등이 포함된다. 배우자에게 고마움을 느낄 때의 반응으로 내적 반성에는 배우자를 참 좋은 사람이라고 다시 한 번 깨닫거나, 그동안 잘 못해줘서 미안한 마음이 들거나, 앞으로 더 잘하리라는 다짐을 하는 것 등이 포함된다. 그리고 언어표현에는 배우자에게 사랑한다고 말하거나, 문자나 SNS메시지를 보내는 것 등이 포함된다. 한국인 부부의 감사표현과 결혼만족도 간에 정적 상관을 보고한 김아슬(2013)의 연구는 실제 기혼 남녀를 대상으로 한 연구이지만 부부의 쌍 자료가 아니라는 제한점이 있다. 본 연구는 중년부부를 남편과 아내의 쌍 자료로 측정하여, 남편과 아내 간에 감사표현에 차이가 있는지, 그리고 감사표현이 결혼만족도와 행복감과 어떤 관계가 있는지 살펴보고자 하였다. 먼저 관계촉진 요인으로서 감사성향과 감사표현을 살핀 후, 감사성향, 감사표현과 행복감과의 관계를 살펴보기로 하겠다.

관계촉진 요인으로서 감사성향과 감사표현

감사의 사전적 의미는 '고마워하는 특성이나 상태, 호의에 보답하려는 의도'로 설명하며, 우리말 사전에서는 '고마움을 나타내는 인사' 또는 '고맙게 여기는 마음'으로 정의하고 있다(국립국어원, 2008). 감사(gratitude)의 어원은 호의를 뜻하는 라틴어 'gratia'와 기쁘게 함을 뜻하는 라틴어 'gratus'에서 시작되었다. 이 두 개의 라틴어 어원에서 파생된 감사(gratitude)는 친절함, 은혜, 고마움, 관대함, 선물, 대가성 없이 무엇을 얻는 것, 상부상조의 미덕 등과 같은 의미를 내포하고 있다(Emmons, 2007). 감사는 오랫동안 인간의 보편적 덕목이며, 문화와 시대를 초월하여 인간이 기본적으로 갖추어야 할 미덕으로 간주되어 왔다(Emmons & McCullough, 2003). 기독교, 이슬람교, 유대교 및 불교를 포함한 동·서양의 종교에서도 감사는 개인이 갖추어야 할 핵심 덕목으로 강조되고 있다(Emmons & Crumpler, 2000). 인류 보편적이고, 종교적인 덕목으로 이어져 온 감사는 긍정심리학에 대한 관심이 높아지면서 새롭게 주목받고 있는 주제 중 하나이다.

감사는 타인이 자신에게 행한 이타적 노력을 인식하고 고마움을 느끼는 긍정적 정서를 근간에 두고 있다(Emmons, 2007; Rosenberg, 1998; Watkins, Grimm, & Kolts, 2004). 즉, 감사는 호의를 베푼 사람으로부터 가치 있는 무엇인가를 받는 수혜자가 되었을 때 경험하게 되는 긍정 정서라 할 수 있다(McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001). Lazarus와 Lazarus(1994)는 감사를 '공감적 정서'로 분류하였는데, 이는 감사가 호의를 베푼 사람의 긍정적인 의도를 느낄 때 발생한다는 것을 강조

www.kci.go.kr

하는 것이다. 상대방에 대한 감사는 수혜자의 친사회적 행동을 촉진하며(Bartlett & DeSteno, 2006; Grant & Gino, 2010; Tsang, 2006), 관계 만족도와 높은 상관을 보임으로써(Fincham, Paleari, & Regalia, 2002), 사회적 유대를 돕는 개인의 자원이 될 수 있음을 보여준다(Fredrickson, 2004).

감사의 기능에 관한 선행 연구들은 감사 성향에 주목하고 있다. 감사성향(dispositional gratitude)은 상대방의 행동으로 인하여 자신이 도움을 받았다는 것을 인지하고 이를 고마워하는 일반화된 경향성이다(McCullough, Emmons & Tsang, 2002). McCullough 등(2002)은 이 정의를 바탕으로 척도를 개발하여 감사성향을 다른 특질과 구분되는 하나의 특질로 확인하였다. 이후에 Emmons와 McCullough(2003)는 감사성향을 "정서, 태도, 도덕적 덕성, 습관, 성격적 특질, 또는 대처 반응"으로 확장하였다.

감사성향이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람에 비해 긍정적 특성을 더 많이 가지고 있으며, 삶의 만족도와 안녕감이 높은 것으로 나타났다(김유리, 이희경, 2012; 김홍순, 2011; 소은희, 신희천, 2011; 조한나, 정영숙, 2011; Fredrickson, Tugade, Waugh, & Larkin, 2003; Wood, Maltby, Gillett, Linley, & Joseph, 2008). 감사성향이 대인관계와 개인의 안녕감에 미치는 영향을 살펴본 연구에서 감사성향은 유연한 대인관계, 친사회적 행동 및 영성과 정적 관계가 있으며, 스트레스와 우울 및 불안, 질투심이나 물질주의적 태도와는 부적관계를 보여주었다(McCullough et al., 2002).

감사성향이 여러 심리적 지표와 정적 관계를 보이지만, 감사를 느낀다는 것과 그것을 상대방에게 표현하는 것은 다른 문제일 수 있다. 감사는 느끼는 것에 그치지 않고 이를 표현하여 상대방에게 전달할 때 대인관계 증진의 효과를 가져 온다. Lambert와 Fincham(2011)은 연인관계나 친구관계에서 일관되게 감사함을 자주 표현하는 것이 관계에 대한 지각을 변화하게 하고, 실제로 긍정적인 상호관계 작용을 이끌어낼 수 있음을 보고하였다. 감사표현은 유대감을 강화시키고, 사회적 지지를 얻는 데 도움이 되는 것으로 나타났으며(Emmons & Shelton, 2005), 감사표현으로 타인에게 호의를 베푼 제공자는 그 선행이 강화되어 미래에 다시 이타적인 도움 행동을 할 가능성이 높아진다(Bartlett & DeSteno, 2006; McCullough et al., 2001; Tsang, 2006). 즉, 감사표현은 감사할 일을 제공한 사람의 친절 행동을 더욱 촉진할 수 있다(Bennett, Ross, & Sunderland, 1996; Bernstein & Simmons, 1974; Clark, 1975; Clark, Northrop, & Barkshire, 1988; Goldman, Seever & Seever, 1982; McGovern, Ditzin, & Taylor, 1975; Moss & Page, 1972). 반면에 감사표현을 하지 않을 경우는 관계가 악화될 수 있다. 감사표현을 하지 않는 것은 관계 악화를 초래할 수 있다는 것은 대인관계를 유지, 발전시키기 위해서는 감사표현이 중요한 역할을 하고 있다는 것을 시사한다(Robert, 2004).

감사표현은 감사를 느낀 것을 행동으로 표현 하는 것이기 때문에 상대에게 호의를 베푸는 행동을 강화 시킬 수 있다(Bartlett & DeSteno, 2006; Grant & Gino, 2010; Tsang, 2006). 이러한 상호작용을 통하여 대인관계에서 감사표현은 관계를 강화하고, 관계만족도를 연쇄적으로 증가시킬 수 있다(Algoe, Gable & Maisel, 2010). 또한 감사표현은 감사를 표현하는 사람뿐만 아니라 이것을 받는 사람의 행복감도 증가한다(Diener, Colvin, Pavot & Allman, 1999). 이처럼 감사를 표현하는 것은 대인관계

www.kci.go.kr

의 증진뿐만 아니라 개인 모두에게 행복감을 증진시킬 수 있는 요인으로서 중요하다는 것을 알 수 있다.

결혼만족도는 여러 학자들에 의해 결혼행복(marital happiness), 결혼적응(marital adjustment), 결혼의 질(marital quality), 결혼안정성(marital stabiity), 결혼성공(marital succession) 등의 여러 가지 개념으로 혼재되어 사용되고 있지만(김나영, 2011), 일반적으로 결혼생활의 전반에 걸쳐서 부부가 느끼는 주관적인 감정상태와 태도를 말한다(Burr, 1971; Roach, Frazier, & Bowden, 1981; Spanier, 1976). 결혼만족도는 감사성향이 높을수록 높아지는데, 감사를 느끼는 것에만 그치지 않고 감사표현을 하였을 때 결혼만족도는 크게 증가하는 것으로 나타났다(김아슬, 2013). 이는 결혼만족도에 감사표현이 중요한 영향 요인임을 말해준다.

감사표현은 가족관계에서 중요한 기능을 할 수 있음을 알 수 있다(Billingsley, Lim, Caron, Harris, & Canada, 2005). 부부가 서로에게 감사를 표현하였을 때 관계가 더 향상된 것으로 나타난 바 있다(Schramm, Marshall & Harris, 2005). 25년 이상 결혼생활을 유지한 부부를 대상으로 결혼만족도에 미치는 요인들을 살펴본 Sharlin(1996)의 연구에서 감사가 가장 중요한 요인 중 하나로 드러났다. 이는 최근의 연구결과와도 일치하는 것으로, 감사가 부부관계를 증진시키는 것에 도움을 줄 수 있는 중요한 요인임을 시사한다(Algoe, Haidt, & Gable, 2008).

감사를 표현하는 것이 결혼만족도를 증가시키고(Schramm *et al.*, 2005), 상처받고 소원해진 관계를 회복시킬 수 있다(Gottman & Notarius, 2002). 배우자에게 감사를 표현하는 것은 배우자를 인정하고 존중한다는 의미를 전달하게 되며, 더 나아가 자신이 상대방으로부터 배려받았음을 전달하는 것이 되기 때문에 결혼생활에 긍정적 영향을 미치게 될 것이다(Gordon, Arnette, & Smith, 2011).

감사성향, 감사표현과 행복감과의 관계

행복을 측정하는 한 지표는 주관적 안녕감이다. 주관적 안녕감이 삶의 만족, 긍정 정서 그리고 부정 정서의 세 가지 요소로 구성되어 있다는 생각은 여러 연구들에 의해 확인되고 있다(Bryant & Verhoff, 1982; Compton, Smith, Cornish, & Qualls, 1996; Lucas, Diener, & Suh, 1996).

감사나 감사표현이 행복을 증진시킬 수 있는 몇 가지 이유들이 제안되고 있다. 첫째, 과거의 경험에 대한 긍정적 회상인 감사는 현재의 즐거움을 이끌어 내고, 향후 긍정적 미래를 예견하는데 도움이 된다는 것이다(Bryant, 2003). 둘째, 상대방에게 감사표현을 함으로써 자신의 가치와 자기존중감이 증가하며, 감사하는 능력은 부적 경험을 긍정적으로 해석하는데 도움을 준다(Lyubomirsky, 2001). 감사하는 사람은 자신보다 타인이 나에게 준 혜택과 지지에 대해 초점을 맞추는데, 이런 생각은 자신의 가치와 자존감을 높이는 역할을 하는 것으로 알려져 있다(Watkins, 2004). 셋째, 감사표현은 도움행동을 강화시키며, 베푸는 행위와 그에 대한 감사를 주고받으면 인간관계가 친밀해진다(Lyubomirsky, 2001). 넷째, 감사를 표현하면 타인과 자신을 비교하는 것이 억제되어 상향비교하지 않게 된다(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). 그리고 감사는 쾌락적응을 억제하는 기능을 한다는 것이다. 쾌락적응이란 처음에는 기쁨을 주던 것들이 시간이 흐름에 따

www.kci.go.kr

라서 더 이상 기쁨으로 작용하지 않고 당연한 것처럼 여겨지는 것이다. 감사는 우리가 가지고 있는 긍정적 자원들을 당연시 하지 않게 함으로써 쾌락에 적응하는 것을 억제하는 효과가 있다고 할 수 있다(Lyubomirsky, 2001).

삶의 만족도(life satisfaction)는 자신이 소망하는 바와 실제 성취한 것을 전반적으로 비교하여 자신의 인생을 얼마나 만족스럽게 느끼는지 주관적으로 평가하는 과정이다(Lubomirsky, 2001). 감사를 통해 타인과의 상향비교가 억제되면 상대적으로 삶의 만족도도 증가할 수 있다. 또한 감사라는 긍정 정서는 부정정서를 차폐하는 기능을 한다. 따라서 감사를 많이 느끼는 사람은 부정적인 정서가 덜 지속되어 삶의 만족도가 높아질 수 있다(Watkins, Woodward, Stone & Kolts, 2003). 감사를 증진시키는 프로그램에 참여한 사람들은 삶의 만족도가 증진되는 것으로 나타나 감사의 긍정적 기능을 보여주었다(채중민, 2008).

감사관련 선행연구들은 감사가 긍정 정서와 삶의 만족감과는 정적 관계를, 그리고 부정정서와는 부적 관계를 일관되게 보이고 있다(김유리, 이희경, 2012; Emmons & McCullough, 2003; Kendler, Jacobson, Prescott, & Neale, 2003; McCullough, 2001; Watkins, Woodward, Stone, & Kolts, 2003). 뿐만 아니라 감사는 신체 건강에도 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다(Wood, Joseph, & Maltby, 2008).

연구 문제

본 연구는 오래 지속되는 친밀관계인 부부관계에서 감사표현의 중요성을 인식한 것에서 출발하였다. 부부는 지속적으로 서로에게 헌신하고 배려하는 관계로 상대방이 수고한 헌신과 희생, 그리고 배려에 대해 고마움을 느끼는 것뿐만 아니라 그것을 표현함으로써 상대방과 강한 유대감을 갖고 정서적 지원을 인식하게 된다(박은아, 2003; 유시순, 2009; Lyubomirsky, 2001; Walker & Luszcz, 2009). 특히 신혼부부의 경우 감사를 표현하는 것으로 관계가 향상됨을 보여줌으로써 배우자에게 긍정적 표현을 전달하는 것의 중요성을 시사해준다(Schramm, Marshall, & Harrisw, 2005). 또한 감사표현은 도움을 제공한 사람과 수혜자 모두의 관계만족도를 증가시키며, 감사를 표현한 사람에게 우리가 하나라는 공동체 의식을 고양시키며, 더 나아가 상대방의 안녕에 관심이 있음을 보여주는 것이 되기도 한다(Algoe, Gable, & Maisel, 2010; Lambert & Fincham, 2011). 배우자에게 감사함을 표현하는 것은 단지 상대방에게 고마움을 전달하는 것에 머물지 않는다. 배우자에 대한 감사표현은 배우자를 가치있는 존재로 인정한다는 것이 되며, 이 감사표현을 통해 상대방은 자신이 이해받았다고 느끼며 더 원활한 결혼관계를 위해 노력할 수 있다(Gordon, Arnette, & Smith, 2011). 즉, 감사표현은 관계를 강화하고, 관계만족도를 증가시킬 뿐만 아니라(Algoe, et al., 2010), 감사를 표현하는 사람의 행복감도 증가시키는 유용한 개념이 될 수 있다(Diener, Colvin, Pavot & Allman, 1999).

본 연구는 두 가지 측면에 초점을 두었다. 첫째는 부부간의 감사표현에 관한 연구는 부부쌍의 자료가 사용되어야 한다는 것이다. 부부 쌍의 자료가 필요한 것은 남편과 아내가 서로에게 행한 긍정적 행동이 자신뿐만 아니라 상대 배우자에게도 영향을 줄 것으로 가정했기 때문이다. 한국인 부부를 대상으로 한 김아슬(2013)의 연구에서는 한국인 부부간에

www.kci.go.kr

실제로 표현하는 감사표현 유형을 목록화하였지만 남편과 아내 한 편만의 자료를 사용한 제한점이 있어, 본 연구에서는 남편과 아내의 감사표현을 측정하였을 뿐만 아니라 이 감사표현에 대한 상대방의 지각 정도로 측정한 것이 선행 연구와 다른 점이라 할 수 있다. 둘째, 본 연구에서는 평균 25년간 결혼생활을 한 부부를 대상으로 배우자에 대한 감사표현과 상대방이 자신에게 보여준 감사표현의 인식 정도가 대인관계 지표인 결혼만족도 뿐만 아니라 자신의 행복감에는 어떤 영향을 주는지 살펴보고자 한 점에서 선행 연구와 차이가 있다.

요약하면, 본 연구는 오랜 기간 결혼생활을 영위한 부부를 대상으로 남편과 아내의 감사성향과 배우자에게 표현한 감사정도와 그에 대해 상대방이 지각한 감사정도가 남편과 아내 자신의 결혼만족도와 행복감에 어떤 영향을 미치는지, 그리고 상대방의 결혼만족도와 행복감에도 영향을 미칠 수 있는지 알아보고자 하였다. 본 연구에서 다루는 주요 연구문제를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 남편과 아내의 감사표현과 감사성향은 개인의 결혼만족도와 행복감과 정적 관계가 있는가?

둘째, 남편과 아내의 감사성향, 배우자에 대한 감사표현, 그리고 상대방이 지각한 배우자의 감사표현은자신과 배우자의 결혼만족도와 행복감과 어떤 관계가 있는가? 보다 구체적으로 말하자면, 남편과 아내의 감사성향, 배우자에게 표현하는 감사정도(감사표현), 상대방에게 받았다고 지각하는 감사정도(지각된 배우자의 감사표현) 중 어느 변인이 자신과 배우자의 결혼만족도와 행복감에 더 큰 영향을 주는가?

방 법

연구대상자

대도시에 거주하고 현재 결혼 생활을 유지하고 있는 40세 이상 중년기 부부 총 202쌍을 대상으로 설문조사를 실시하였다. P대학교에서 교양과목과 전공과목을 수강하는 학생들의 학부모에게 배부하여 회수하였으며, 일부 자료는 공공장소에서 설문을 실시하여 회수하였다. 설문참여는 자발적으로 이루어지도록 안내하였으며, 설문에 참여한 분들에게는 소정의 답례품을 제공하였다. 수집된 자료에서 미응답 문항이 많거나 불성실하게 응답한 17쌍의 자료를 제외하고 최종 185쌍의 자료를 분석하였다.

본 연구에 참여한 대상자들의 주요 인구통계학적 특성은 표 1에 제시되어 있다. 연구대상자의 평균 연령은 남편은 53.98세, 아내는 51.03세이었다. 결혼 기간은 평균 약 25년이었다. 소득수준은 200만 원에서 400만 원 사이가 가장 많았다. 교육수준은 고등학교 졸업이 155명, 대학교 졸업이 152명이었다.

측정도구

자신의 감사표현과 상대의 감사표현의 지각

감사표현을 측정하기 위해 김아슬(2013) 연구에서 탐색적 및 확인적 요인분석을 통해 최종 확정된 부부 감사표현 척도를 사용하였다. 이 척도는 결혼생활을 하면서 배우자에게 고마움을 느낄 때 표현하는 26가지 내용으로 구

www.kci.go.kr

표 1. 연구대상자의 주요 인구통계학적 특성

		남편 (n=185)	아내 (n=185)
연령	40-44세	5 (2.7)	9 (4..9)
	45-49세	28 (15.1)	66 (35.7)
	50-54세	71 (38.4)	71 (38.4)
	55-59세	53 (28.7)	27 (14.6)
	60-64세	20 (10.8)	10 (5.4)
	65세이상	8 (4.3)	2 (1.0)
결혼 기간	1-10년	3 (1.6)	12 (6.4)
	10-14년	6 (3.1)	10 (41.0)
	15-19년	11 (5.9)	76 (6.6)
	20-24년	74 (40.3)	51 (27.6)
	25-29년	54 (29.3)	22 (11.8)
	30-34년	23 (12.6)	12 (6.4)
	35-39년	11 (5.9)	0 (0.0)
	40년-	2 (1.1)	2 (1.1)
소득	100만	7 (3.8)	7 (3.8)
	100-200	30 (16.2)	46 (24.9)
	200-300	42 (22.7)	41 (22.2)
	300-400	44 (23.8)	28 (15.1)
	400-500	21 (11.4)	28 (15.1)
	500만-	38 (20.5)	34 (18.4)
교육 수준	초졸	1 (0.5)	3 (1.6)
	중졸	9 (4.9)	12 (6.5)
	고졸	68 (36.8)	87 (47.0)
	대졸	80 (43.2)	72 (38.9)
	대학원졸	27 (14.6)	10 (5.4)

괄호 안은 % 임.

성되어 있다. 감사표현의 유형에는 애정표현(예. 안아준다, 뽀뽀한다, 손을 잡거나 팔짱을 낀다 등), 배려 및 존중(예, 배우자가 마음 편히 쉴 수 있게 해준다, 배우자를 아끼고 사랑하는 마음을 갖는다 등), 보답행동(예, 비싸지 않은 작은 선물을 한다, 외식한다, 돈을 준다 등), 내적 반성(예, 내 배우자는 참 좋은 사람이라고 다시 한 번 깨닫는다, 잘 못해줘서 미안한 마음이 든다, 앞으로 더 잘해야지 다짐한다 등), 그리고 언어표현(예, 사랑한다고 말한다, 문자나 SNS메시지를 보낸다 등)의 5가지 유형이 있다. 감사표현으로서 애정표현은 상대 배우자에게 적극적 관심을 행동으로 표현하거나 스킨쉽을 하는 것으로 이 영역에는 7개 문항이 포함되어 있다. 배려 및 존중은 감사표현으로서 배우자를 위해 노력하는 것을 나타내는 것으로 이 영역에는 6개의 문항이 포함되어 있다. 보답행동은 감사한 것에 대해 물질적으로 보상을 제공하는 것으로, 이 영역에 해당하는 문항은 4개이다. 내적 반성은 배우자에 대한 감사를 자각하는 것으로 이 영역에 속하는 문항은 5개이었다. 끝으로 언어적 표현은 감사한 마음을 언어로 직접 표현하는 것으로 여기에 속하는 문항은 4개이었다. 본 연구에 사용된 감사표현을 측정하는 문항은 총 26개이며, 각 문항은 5점 척도로 구성되어 있다. 김아슬(2013)의 척도에서 배우자에게 표현한 감사표현의 신뢰도 계수는 .94이었고, 배우자로부터 받았다고 지각한 감사표현의 신뢰도 계수는 .95로 나타났다.

본 연구에서 26개 영역에 대해 두 가지 종류의 질문을 하였다. 한 질문은 자신이 배우자에게 고마울 때 해당 행동을 얼마나 하는지를 묻는 것으로 남편과 아내가 상대방에게 표현한 감사정도(감사표현 실행)를 측정하기 위한 질문이었다. 나머지 한 질문은 배우자가 당신에게 고마움을 느낄 때 해당행동을 얼마

www.kci.go.kr

나 하는지를 묻는 것으로 남편과 아내가 상대방의 감사표현을 얼마나 지각하고 있는지(지각된 상대방의 감사표현)를 측정하기 위한 질문이었다. 본 연구에서 감사표현 실행점수의 신뢰도 Cronbach's α를 보면, 남편의 감사표현 실행은 .92, 남편이 지각한 아내의 감사표현은 .93, 아내의 감사표현의 실행은 .94, 아내가 지각한 남편의 감사표현은 .95로 내적신뢰도가 매우 높은 것으로 나타났다.

감사성향

감사성향을 측정하기 위해 McCullough 등(2002)이 개발하여 권선중, 김교헌, 이홍석(2006)이 타당화한 한국판 감사성향 척도(K-GQ-6)를 사용하였다. 감사성향은 감사의 강도(긍정적 사건에 대해 감사를 보다 강하게 느끼는 것), 빈도(감사를 보다 자주 느끼는 것), 범위(삶의 여러 가지 영역에서 감사를 느끼는 것), 밀도(한 가지 긍정적 사건에 대해 여러 사람들에게 감사를 느끼는 것)를 고려한 7점 척도의 6개 문항으로 구성되어 있다. 감사성향을 측정하는 문항에는 "내 삶에는 감사할 거리들이 많다", "나는 여러 사람들에게 고마움을 느낀다" "지금까지 내가 만난 사람이나 상황에 고마움을 느낀 적이 별로 없다(역채점)" 등이 포함되어 있다. 권선중 등(2006)의 연구에서 얻어진 한국판 감사성향 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α는 .85이었으며, 본 연구에서 감사성향 신뢰도 Cronbach's α는 남편의 감사성향은 .89, 아내의 감사성향 .87 로 권선중 등(2006)의 연구와 유사한 신뢰도 수준을 나타내었다.

결혼만족도

결혼생활에 대한 만족 정도를 측정하기 위해 신뢰도가 높은 Norton(1983)의 부부관계의 질 지표(Quality Marriage Index)를 장춘미(2001)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 Norton(1983)이 기존의 결혼만족 질문지들의 항목을 종합하여 6개의 평가적 문항으로 개발한 것이다. 각 문항은 5점 Likert척도로 구성되어 있다. 이 척도에 속하는 문항으로 "우리의 부부 연대는 강하다", "우리는 좋은 결혼생활을 하고 있다", "나는 정말로 내가 배우자와 운명을 같이하는 한 팀을 이루었다고 느낀다" 등이 있다. 장춘미(2001)의 연구에서 결혼만족도의 신뢰도 Cronbach's α는 남편의 경우 .96, 아내의 경우 .97로 높은 신뢰도를 나타내었는데, 본 연구에서도 이와 유사하게 결혼만족도의 신뢰도 Cronbach's α는 남편의 경우 .94, 아내의 경우 .95로 매우 높게 나타났다.

주관적 안녕감(행복감)

일반적으로 주관적 안녕감은 Diener(1984)의 제안에 따라 높은 삶의 만족감, 빈번한 긍정적 정서의 경험, 낮은 부정적 정서의 경험으로 측정된다. 주관적 안녕감을 측정하기 위해 본 연구에서는 서은국과 구재선(2011)이 개발한 단축형 행복 척도(COncise Measure Of Subjective Well-Being: COMOSWB)를 사용하였다. 서은국과 구재선(2011)은 한국인의 정서를 잘 반영하고 문화의 특수성과 보편성 간의 균형을 유지하는 행복 측정치를 만들고자 COMOSWB를 개발하였다. 이 척도는 주관적 안녕감의 핵심 요소인 삶의 만족, 긍정적 정서, 부정적 정서를 측정하는 총 9개의 문항으로 구성되어 있다. 삶의 만족을 측정하는 문항으로는 "나는 내 삶의 개인적 측면에 대해 만족한다", "나는 내 삶의 관계적 측면에 대해서 만족한다", "나는 내가 속한 집단에 대해서

www.kci.go.kr

만족한다" 문항이 있었다. 긍정적 정서를 재는 문항은 '즐거움', '행복함', '편안함'이, 부정적 정서를 재는 문항은 '짜증', '부정적 기분', '무기력함'이 있었다. 각 문항은 7점 Likert식 척도로 측정되었다. 전체 행복 점수는 삶의 만족과 긍정적 정서의 응답 총점에서 부정적 정서의 응답을 뺀 점수로 계산하였다. 서은국과 구재선(2011)의 연구에서 단축형 행복 척도의 신뢰도 Cronbach's α는 온라인 조사에서 .83, 개별조사에서 .86 로 나타났으며, 본 연구에서 행복감 신뢰도 Cronbach's α는 남편의 경우 .90. 아내의 경우 .87로 나타났다.

결 과

감사표현과 감사성향에서 남편과 아내의 차이

본 연구에서 사용된 주요 변인에서 남편과 아내의 점수 평균을 표 2에 제시하였다. 먼저 남편과 아내 본인이 배우자에게 고마움을 느낄 때 얼마나 표현을 하는지 측정한 감사표현 점수를 보면, 전체적으로는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 그러나 감사표현의 하위요인들에서는 남편과 아내 간에 차이가 있는 것으로 나타났다. 남편은 아내에 비해 상대방에게

표 2. 배우자에 대한 남편/아내의 감사표현, 배우자로부터 받았다고 지각한 감사표현, 감사성향, 결혼만족도 및 행복감의 평균과 표준편차

변인		남편 (N=185)	아내 (N=185)	*paired-t*
배우자에 대한 감사표현	전체	3.05(.68)	2.97(.64)	1.08
	애정표현	2.61(.88)	2.56(.86)	.58
	배려 및 존중	3.37(.75)	3.51(.69)	-1.81
	보답행동	2.69(.79)	2.51(.74)	2.20*
	내적반성	3.80(.98)	3.47(.83)	3.48**
	언어적 표현	2.52(.80)	2.53(.74)	-.13
배우자에게 받았다고 지각한 감사표현	전체	3.05(.68)	2.84(.70)	2.99**
	애정표현	2.75(.86)	2.62(.85)	1.49
	배려 및 존중	3.52(.72)	3.21(.79)	3.80**
	보답행동	2.69(.80)	2.58(.82)	1.23
	내적반성	3.53(.93)	3.30(.89)	2.39**
	언어적 표현	2.64(.80)	2.31(.79)	4.00**
감사성향		5.46(.93)	5.76(.79)	-3.27**
결혼만족도		3.82(.73)	3.55(.83)	3.37**
행복감		4.72(1.02)	4.92(.87)	-1.97*

*p<.05, **p<.01

www.kci.go.kr

감사하여 물질적인 보상을 제공하는 '보답행동'과 배우자에 대한 감사를 지각하는 '내적반성'이 더 높음을 알 수 있다[$t(184)=2.20$, $p<.05$; $t(184)=3.48$, $p<.01$]. 애정표현, 배려 및 존중, 그리고 언어적 표현에서는 남편과 아내 간에 차이가 없는 것으로 나타났다.

남편과 아내가 상대방으로부터 받았다고 지각하는 지각된 상대배우자의 감사표현의 전체 점수에서 차이가 있었다. 즉, 아내보다는 남편이 상대방이 자신에게 고마움을 더 표현했다고 지각하였다[$t(184)=2.99$, $p<.01$]. 하위 요인들을 살펴보면, 남편들은 아내가 자신에게 고마움을 표현하기 위해 '배려 및 존중', '내적반성' 그리고 '언어적 표현'을 더 많이 한 것으로 지각하였다[$t(184)=3.80$, $p<.01$; $t(184)= 2.39$, $p<.01$; $t(184)=4.00$, $p<.01$]. 이 결과는 남편과 아내가 표현하고 지각하는 감사표현에서 차이가 있음을 알 수 있다.

감사성향에서는 남편보다 아내가 더 높았으며[$t(184)=-3.27$, $p<.01$], 행복감 역시 남편보다 아내가 더 높은 것으로 나타났다[$t(184)=-1.97$, $p< .05$]. 표 2에서 보는 바와 같이, 결혼만족도는 남편이 아내보다 더 높은 것으로 나타났다[$t(184)=3.37$, $p<.01$].

주요 변인들의 상관

남편과 아내의 배우자에 대한 감사표현, 지각된 배우자의 감사표현, 감사성향, 결혼만족도, 행복감 간의 상관관계가 표 3에 제시되어 있다.

표 3을 보면, 전체적으로 모든 변인들이 정적 상관을 보인다. 그런데 상관 양상을 살펴보면 약간 차이가 있다. 남편의 결혼만족도는 남편의 감사표현 실행이나 남편이 지각한 아내의 감사표현과 비교적 높은 상관을 보이는 반면[$r(183)=.57$, $p<.01$; $r(183)=.64$, $p<.01$], 감사성향과는 상대적으로 낮은 상관을 보이고

표 3. 배우자에 대한 감사표현, 지각된 배우자의 감사표현, 감사성향, 결혼만족도, 행복감의 상관

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
남편	1. 남편 감사표현 실행										
	2. 남편이 지각한 아내의 감사표현	.75**									
	3. 남편 감사성향	.36**	.33**								
	4. 남편 결혼만족도	.57**	.64**	.31**							
	5. 남편 행복감	.36**	.46**	.54**	.46**						
아내	6. 아내 감사표현 실행	.62**	.73**	.30**	.56**	.39**					
	7. 아내가 지각한 남편의 감사표현	.67**	.64**	.31**	.52**	.37**	.80**				
	8. 아내 감사성향	.23**	.33**	.30**	.22**	.18*	.32**	.23**			
	9. 아내 결혼만족도	.47**	.55**	.32**	.63**	.42**	.72**	.65**	.34**		
	10. 아내 행복감	.25**	.29**	.23**	.23**	.41**	.36**	.33**	.42**	.40**	

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

www.kci.go.kr

있다[r(183)=.31, p<.01]. 그러나 행복감과의 관계는 다르다. 남편의 행복감과 가장 높은 상관을 보이는 것은 오히려 감사성향이었다[r(183)=.54, p<.01]. 남편이 지각한 아내의 감사표현은 남편의 행복감과도 비교적 높은 상관을 보임으로써 남편의 경우 아내로부터 감사하다는 표현을 많이 받을수록 결혼만족도가 높고, 행복감도 높음을 보여주고 있다.

아내의 경우도 남편과 마찬가지로, 대부분의 변인이 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 그러나 남편 자료와는 차이가 있었다. 아내의 결혼만족도와 가장 높은 정적 상관을 보이는 변인은 자신이 남편에게 실행한 감사표현으로[r(183)=.72, p<.01], 남편에게서 아내가 자신에게 표현해준 감사가 높은 상관을 보인 것과는 차이가 있다. 이는 아내의 경우에는 자신이 남편에게 감사표현을 많이 할수록 결혼만족도가 증가한다는 의미이다. 아내의 행복감과 상관이 높은 변인은 감사성향으로 남편의 경우와 유사한 양상을 보여주었다[r(183)=.42, p<.01].

부부의 감사표현, 감사성향과 결혼만족도 및 행복감과의 관계

남편과 아내의 감사표현, 감사성향과 결혼만족도와의 관계

남편과 아내가 배우자에게 실행한 감사표현과 남편과 아내가 지각한 상대 배우자의 감사표현, 감사성향, 그리고 결혼만족도 간에 높은 정적 상관을 보였다. 이를 토대로 남편과 아내의 감사표현, 상대방으로부터 받았다고 지각한 감사표현, 감사성향이 남편과 아내의 결혼만족도에 미치는 영향을 살펴보기 위해 설명량이 높은 순으로 모형에 변인들을 순차적으로 투입하고 설명량의 증가가 유의하지 않은 변인들은 모형에서 배제하는 방식인 단계적 투입(stepwise)방법을 사용하여 회귀분석을 실시하여 그 결과를 표 4와 표 5에 제시하였다.

표 4를 보면, 남편의 결혼만족도에 대한 회귀 분석 결과, 남편이 지각한 아내의 감사표현은 남편의 결혼만족도를 41% 설명하는 것으로 나타났고[F(1,183)=129.07, p<.001], 아내의 결혼만족도가 추가될 경우 남편의 결혼만족도는 그 설명량이 52%까지 증가하였다[F(2,182)=102.29, p<.001]. 반면에 남편의 행복감과 남편의 감사표현 실행이 추가될 경우 3% 증가하여 설명량은 55%가 되었다[F(4,180)=55.78, p<.001]. 회귀 분석결과, 남편의 결혼 만족도에 가장 예측력이 높은 변인은 남편이 아내로부터 받은 감사표현이며, 남편의 감사성향은 결혼만족도에는 영향을 미치지 않는다는 것을 알 수 있다.

아내의 결혼만족도에 영향을 미치는 예측변인들에 대한 단계적 회귀 분석결과는 표 5에 제시되어 있다. 아내의 결혼만족도에 영향을 미치는 변인들의 양상은 남편과는 다름을 알 수 있다. 표 5에서 보는 바와 같이, 아내의 결혼만족도에 가장 영향을 많이 끼치는 요인은 아내가 남편에게 하는 감사표현의 실행이었다. 아내의 감사표현은 아내의 결혼만족도를 52%를 설명하는 것으로 나타나 자신이 배우자에게 실행하는 감사표현이 매우 큰 영향을 미치는 변인임을 알 수 있다[F(1,183)=197.92, p<.001]. 여기에 남편의 결혼만족도가 추가적으로 투입될 경우 아내의 결혼만족도의 설명량은 59%로 증가하였다[F(2,182)=136.16, p<.001]. 아내의 행복감과 아내가 지각한 남편의 감사표현이 더 투입될 경우 결혼만족도의

www.kci.go.kr

표 4. 남편의 결혼 만족도에 대한 예측변인들의 단계적 중다회귀분석 결과

종속변인	단계	예측변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
남편 결혼 만족도	1	남편이 지각한 아내의 감사표현	.64	11.36***	.41		129.07***
	2	남편이 지각한 아내의 감사표현	.41	6.86***			102.29***
		아내의 결혼만족도	.40	6.68***	.52	.11	
	3	남편이 지각한 아내의 감사표현	.37	5.93***			
		아내 결혼만족도	.37	6.06***			71.30***
		남편의 행복감	.12	2.21**	.54	.02	
	4	남편이 지각한 아내의 감사표현	.25	3.13***			
		아내 결혼만족도	.36	5.88***			55.78***
		남편의 행복감	.12	2.22**			
		남편의 감사표현	.16	2.18**	.55	.01	

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

표 5. 아내의 결혼 만족도에 대한 예측변인들의 단계적 중다회귀분석

종속변인	단계	예측변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
아내 결혼 만족도	1	아내의 감사표현	.72	14.06***	.52		197.92***
	2	아내의 감사표현	.52	9.33***			136.16***
		남편 결혼만족도	.34	6.02***	.59	.07	
	3	아내의 감사표현	.48	8.31***			
		남편 결혼만족도	.33	6.00***			97.76***
		아내 행복감	.14	3.00**	.61	.02	
	4	아내의 감사표현	.56	8.06***			
		남편 결혼만족도	.38	6.34***			75.59***
		아내 행복감	.15	3.07**			
		아내가 지각한 남편의 감사표현	-.14	-2.02*	.62	.01	

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

설명량은 각각 2%와 1% 증가하여 총 62%가 되었다[F(4,180)=75.59, p<.001]. 아내의 감사성향은 자신의 결혼만족도에는 영향을 주지 않는 것으로 나타났다. 회귀분석 결과, 아내의 결혼만족도는 자신이 남편에게 표현한 감사가 가장 예측력이 높은 변인으로 나타났는데, 이는 아내가 남편에게 감사표현을 많이 할수록 아내는 결혼에 대해 만족한다는 것을 의미한다.

www.kci.go.kr

남편과 아내의 감사표현, 감사성향과 행복감과의 관계

먼저 남편의 행복감에 대한 예측변인들의 단계적 회귀분석 결과(표 6), 남편의 행복감에 가장 크게 영향을 주는 것은 감사성향으로 남편의 행복감의 29%를 설명하는 것으로 나타났다[$F(1,183)=75.54$, $p<.001$]. 남편의 결혼만족도가 추가될 경우 남편의 행복감의 총설명량은 38%로 증가하였다[$F(2,182)=57.69$, $p<.001$]. 여기에 아내의 행복감이 추가될 경우 남편의 행복감의 설명량은 44%로 증가하였으며[$F(3,181)=48.90$, $p<.001$], 아내의 감사성향이 추가될 경우 46%로 설명량이 증가하였다[$F(4,180)=38.60$, $p<.001$]. 남편의 감사표현이 추가될 경우는 설명량은 47%가 되었다[$F(5,179)=32.91$, $p<.001$].

아내의 행복감에 대한 영향을 줄 수 있는 변인들에 대한 단계적 회귀분석 결과(표 7), 아내의 행복감을 가장 크게 설명하는 변인은 감사성향으로 아내의 행복감의 18%를 설명하는 것으로 나타났다[$F(1,183)=40.69$, $p<.001$]. 여기에 남편의 행복감을 추가할 경우 29%로 11%의 설명량이 증가하였다[$F(2,182)=38.66$, $p<.001$]. 아내의 결혼만족도가 투입될 경우 아내의 행복감의 설명량은 32%로 증가하였다[$F(3,181)=28.46$, $p<.001$]. 아내의 행복감 분석 결과, 남편의 행복감과 마찬가지로 설명력이

표 6. 남편의 행복감에 대한 예측변인들의 단계적 중다회귀분석

종속변인	단계	예측변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
남편 행복감	1	남편 감사성향	.54	8.69***	.29		75.54***
	2	남편 감사성향	.43	7.17***			57.69***
		남편 결혼만족도	.32	5.33***	.38	.09	
	3	남편 감사성향	.39	6.66***			48.90***
		남편 결혼만족도	.27	4.71***			
		아내 행복감	.25	4.42***	.44	.06	
	4	남편 감사성향	.41	7.03***			38.60***
		남편 결혼만족도	.28	4.91***			
		아내 행복감	.30	4.95***			
		아내 감사성향	-.13	-2.17*	.46	.02	
	5	남편 감사성향	.40	6.80***			32.91***
		남편 결혼만족도	.18	2.63***			
		아내 행복감	.29	4.80***			
		아내 감사성향	-.16	-2.60**			
		남편 감사표현	.18	2.43*	.47	.01	

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

www.kci.go.kr

표 7. 아내의 행복감에 대한 예측변인들의 단계적 중다회귀분석

종속변인	단계	예측변인	β	t	R^2	ΔR^2	F
아내 행복감	1	아내 감사성향	.42	6.37***	.18		40.69***
	2	아내 감사성향	.36	5.74***			
		남편 행복감	.34	5.49***	.29	.11	38.66***
	3	아내 감사성향	.31	4.83***			
		남편 행복감	.28	4.16***			28.46***
		아내 결혼만족도	.17	2.44*	.32	.03	

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

가장 높은 변인은 자신의 감사성향임을 알 수 있다.

남편과 아내가 표현한 감사와 배우자로부터 받은 감사 조합에 따른 결혼만족도와 행복감

남편과 아내가 배우자에게 표현한 감사실행과 상대 배우자가 자신에게 표현한다고 지각한 감사(지각된 배우자의 감사표현)가 호혜적이지 않을 수 있다. 배우자로부터 자신이 한 고마운 일에 대해 감사표현을 받지 못하면서 자신은 배우자에게 감사함을 표현하는 것이 결혼만족이나 행복감에 부정적 영향을 미칠 것인지, 아니면 상대방의 감사에 관계없이 자신이 감사표현을 하는 것만으로도 결혼에 대해 만족하고 행복할 수 있는지를 탐색할 필요가 있다.

이를 위해 남편과 아내 자신이 상대배우자에게 한 감사표현 정도와 상대배우자가 자신에게 표현한다고 지각한 감사표현의 차이를 계산하여 남편과 아내를 각각 두 집단으로 분류하였다. 집단 분류를 위해 자신이 감사표현을 더 많이 하는 집단(자신의 감사표현 > 지각된 배우자의 감사표현)과 배우자로부터 감사표현을 더 많이 받는 집단(자신의 감사표현 < 지각된 배우자의 감사표현)의 두 집단으로 구분하였다. 표 8에는 남편과 아내별로 두 집단의 결혼만족도와 행복감의 평균이 제시되어 있다.

남편의 경우 아내의 지각에 비해 자신이 더 많이 감사표현을 하고 있다고 보고한 집단은 105명, 자신의 감사표현보다 아내로부터 더 많이 감사표현을 받고 있다고 보고한 집단은 67명이었다. 아내의 경우 남편의 지각에 비해 자신이 더 많이 감사표현을 하고 있다고 보고한 집단은 77명, 자신의 감사표현보다 남편으로부터 감사표현을 더 많이 받고 있다고 보고한 집단은 96명이었다.

집단간의 평균차이 검증을 실시한 결과, 남편의 경우, 자신이 감사표현을 많이 한 집단(집단 1)과 아내가 자신의 감사표현을 많이 지각한 집단(집단 2) 간에 결혼만족도의 차이가 없었다. 그러나 아내의 결혼만족도는 집단 간의 차이가 있었다. 아내 자신이 감사표현을 더 많이 한 집단(집단 3)이 남편이 지각한 감사표현이 더 많은 집단(집단 4)의 평균이 유의하게 더 높았다[F(1,170)=3.74, p<.05]. 이 결과는 남편의 경우에는 자신이 감사를 많이 표현

www.kci.go.kr

표 8. 배우자에 대한 남편/아내의 감사표현과 지각된 배우자의 감사표현의 차이에 따른 집단별 결혼만족도와 행복감의 평균과 표준편차

	남편		아내	
	집단 1 (n=105)	집단 2 (n=67)	집단 3 (n=77)	집단 4 (n=96)
	남편 자신의 감사표현이 더 많은 집단	아내가 지각한 감사표현이 더 많은 집단	아내 자신의 감사표현이 더 많은 집단	남편이 지각한 감사표현이 더 많은 집단
결혼 만족도	23.00 (4.36)	22.76 (4.7)	22.04 (5.14)	20.57 (4.79)
행복감	41.77 (7.57)	43.15 (9.20)	44.47 (8.11)	44.36 (7.49)

주 집단1: 남편의 감사표현 > 아내가 지각한 남편의 감사표현
집단2: 남편의 감사표현 < 아내가 지각한 남편의 감사표현
집단3: 아내의 감사표현 > 남편이 지각한 아내의 감사표현
집단4: 아내의 감사표현 < 남편이 지각한 아내의 감사표현

하는 것과 아내가 남편에 감사표현이 많다고 지각한 경우 차이가 없으나, 아내의 경우에는 아내 자신이 남편에게 감사표현을 더 많이 할 때 결혼만족도가 높음을 보여줌으로써 남편과 아내의 양상에 차이가 있음을 알 수 있다. 남편과 아내의 행복감 비교에서는 집단간에 유의한 차이가 나타나지 않았다.

논 의

긍정심리학의 대두와 함께 인간의 긍정적 덕목으로서 감사에 관한 연구가 시작되고 있다. 본 연구는 타인이 자신에게 행한 이타적 노력을 인식하는 긍정 정서에 토대를 둔 감사가 사회적 유대를 촉진하는 자원이 될 수 있다는 제안을 토대로 출발하였다(Bartlett & DeSteno, 2006; Emmons, 2007; Fredrickson, 2004; Grant & Gino, 2010; McCullough et al., 2001; Rosenberg, 1998; Watkins, Grimm, & Kolts, 2004). 감사는 일상생활에서 모두에게 필요한 것이지만, 가장으로서 수고하는 남편과 자녀를 양육하고 가족의 삶을 관리하는 아내의 수고에 대해 서로가 고마움을 느끼고 표현하는 부부간의 감사표현은 행복하고 조화로운 부부관계를 위해 매우 필요한 요소일 것이다.

감사표현이 일상화되어 있지 않은 우리나라에서 부부가 서로에게 고마움을 느낄 때 어떤 표현을 하는지, 그리고 감사표현이 결혼만족도에 도움이 되는지를 살핀 연구로는 김아슬(2013)의 연구가 있지만 이는 남편과 아내 쌍 자료가 아니기 때문에 남편의 감사표현이 아내의 결혼만족도나 행복에 어떤 영향을 미치는지를 살피는 데는 한계가 있었다. 본 연구는 결혼 기간이 평균 25년인 부부를 대상으로 남편과 아내 쌍 자료를 통해 남편과 아내의 감사표현이 본인의 결혼만족도과 행복감뿐만 아니라 상대방의 결혼만족도와 행복감에도 영향을 줄 수 있는지 살펴보았다. 본 연구에서 결혼만족도와 행복감 두 가지를 종속변인으로

www.kci.go.kr

사용한 것은 감사표현이 부부관계 지표의 하나인 결혼만족도에 영향을 줄 뿐만 아니라 본인의 행복과도 관계가 있는지를 살피기 위해서였다.

먼저 감사성향과 배우자에 대한 감사표현은 남편과 아내 모두 결혼만족도와 행복감과 정적 관계를 보임으로써 감사성향과 감사표현은 모두 관계를 촉진하고 개인의 행복감에 긍정적 영향을 주는 변인이 될 수 있음을 지지해 준다(Algoe et al., 2008; Diener, Colvinm, Pavot, & Allman, 1991; Lambert & Dollahite, 2008). 감사성향과 감사표현이 남편과 아내 모두에게 긍정적 영향을 주는 요인으로 나타났지만 주요 변인의 정도에서는 일부 차이가 있는 것으로 나타났다. 감사표현 전체 정도에서는 남편과 아내의 차이가 없었지만, 감사표현 중 '보답행동'과 '내적 반성'은 남편이 아내보다 더 많이 표현하는 것으로 나타났다. 한국 남편이 배우자에게 감사를 표현할 때 아내에 비해 내적 반성이 많다는 것은 성역할과 문화적 배경에서 이해될 수 있다. 감사표현으로서 내적 반성은 배우자에게 고마움을 느낄 때 배우자를 참 좋은 사람이라고 다시 한 번 깨닫거나, 자신에게 잘해주는 것에 고마우면서 그동안 자신이 상대에게 하지 못한 것이 상기되어 미안한 마음이 들거나, 그래서 앞으로 배우자에게 더 잘하겠다는 일종의 비언어적이며 간접적인 감사표현 방식이라 할 수 있다(김아슬, 2013). 문화에 따라 친밀한 관계에서 감사를 표현하는 방식의 차이를 살핀 연구에서 미국 대학생들은 주로 언어와 행동을 이용한 직접적인 행동으로 감사를 표현하는 반면에 중국 대학생들은 내적 반성이나 정서적 지지와 같은 비언어적이고 간접적인 방식을 사용하는 것으로 보고되었다(Bello, Brandau-Brown, Zhang, & Ragsdale, 2010). 한국 문화권에서 남성은 여성에 비해 감사를 직접적으로 표현하기보다는 내적 반성과 같은 간접적인 방식을 사용하고 말이나 행동으로 직접적 표현을 주저할 가능성이 있다. 특히 본 연구에 참여한 경상도 중년 남성들의 경우 아내에게 고맙다는 표현을 직접하는 것이 더욱 어색할 수 있다. 지역과 문화에 따라 감사표현이 다를 수 있음을 감안하여 후속 연구에서는 문화적 가치에 따른 부부간의 감사표현 방식에 관한 연구가 진행될 필요가 있을 것이다.

본 연구에서 남편이 아내보다 결혼만족도가 높은 것으로 나타났는데 이는 일반적으로 남편이 아내보다 결혼만족도가 높다는 선행 연구결과들과 일치한다(이정은, 이영호, 2000; Atkinson, 1980, Locksley, 1980). 남편과 아내의 결혼만족도를 자신이 배우자에게 나타내는 감사표현과 상대 배우자로부터 받았다고 지각하는 감사표현과 연계시키는 것은 흥미롭다. 배우자에 대한 감사표현은 비슷한데 상대방으로부터 받았다고 지각하는 감사표현에서 남편과 아내의 차이가 있다는 결과는 흥미로운 논쟁거리를 제공해준다. 만약 남편이 아내만큼 배우자에게 감사표현을 한다면 아내는 남편이 자신에게 고마움을 잘 표현한다고 지각해야 한다. 그런데 상대 배우자가 자신에게 표현한 감사를 지각하는 정도에서 아내가 남편보다 더 낮았다. 이에 대해 두 가지 가능성이 있다. 남편이 아내에게 고마움을 느낄 때 감사표현을 적게 하고서도 자신은 많이 했다고 느낄 가능성이 있다. 다른 한 가지는 아내는 남편이 자신에게 고마움을 표현했음에도 불구하고 그것을 감사의 표현으로 인식하지 못했을 가능성이 있다.

남편과 아내의 감사표현이 본인과 상대 배

www.kci.go.kr

우자의 결혼만족도에 긍정적 영향을 미치는지 살펴본 결과에서도 남편과 아내는 달랐다. 남편의 결혼만족도를 설명하는 가장 강력한 변인은 아내로부터 감사표현을 받은 것(지각된 배우자의 감사표현)으로 나타났으며, 아내에게 표현한 남편의 감사표현은 남편의 결혼만족도에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 반면에, 아내의 결혼만족도에 가장 설명량이 높은 변인은 자신이 남편에게 표현한 감사(감사표현의 실행)이었다. 아내의 경우 남편에게 감사표현을 많이 할수록 결혼만족도가 높아진다는 결과는 김아슬(2013)의 결과와 일치한다. 감사를 드러내어 표현하는 것은 여성의 성역할에 적합한 행동이다. 따라서 아내의 경우 남편에게 감사를 많이 표현하는 것은 여성이자 아내로서의 역할에 부합되기 때문에 결혼만족도에 큰 영향을 미쳤을 수 있다. 또한 아내가 남편에게 감사표현을 많이 한다는 것은 그만큼 남편이 아내에게 긍정적 행동을 더 많이 했을 가능성도 있다. 즉, 아내의 감사표현이 많을수록 결혼만족도가 높은 것은 아내가 남편으로부터 긍정적 행동을 많이 받았기 때문에 이것이 결혼만족도를 높이고 감사표현도 많이 하도록 만들었을 가능성이 있다. 남편의 경우에는 아내로부터 감사표현을 받고 있다고 지각하는 것이 자신의 결혼만족도가 가장 많이 설명하는 강력한 변인으로 나타났는데, 한 가지 가능성은 남편은 아내로부터 자신이 베푼 호의에 대한 감사표현을 받음으로써 자신이 인정받고 있다는 인식으로 인해 결혼만족도가 높아질 가능성이 있다.

본 연구에서 결혼만족도와 관련하여 나타난 특이한 결과로 아내가 지각한 남편의 감사표현(남편이 아내에게 표현했다고 아내가 지각하는 감사표현 정도)은 아내의 결혼만족도에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다는 점이다. 남편이 아내에게 감사표현을 많이 하는 것이 왜 아내의 결혼만족도를 낮출 수 있을까? 아직 정확한 가설을 세우는 것은 어렵지만, 한 가지 가능성은 남편의 감사표현이 많다는 것은 아내가 실제로 남편을 위해 많은 수고와 배려, 그리고 희생을 했을 수 있다는 것이다. 남편이 아내에게 고마움을 느끼는 만큼 아내에게는 힘든 일이 되었을 수 있다. 남편과 아내의 감사표현과 지각된 배우자의 복잡한 관계에 관해서는 추후 연구가 필요할 것이다.

남편과 아내의 행복감에 영향을 주는 요인에 관한 분석 결과는 결혼만족도 양상과는 차이가 있었다. 감사표현이 결혼만족도에 큰 영향을 미치는 것과는 달리 남편과 아내의 행복감에는 감사표현은 거의 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 반면에 남편과 아내의 행복감에는 본인의 감사성향이 가장 큰 영향을 주는 것으로 나타났는데, 이는 자신이 상대방으로부터 도움을 받은 것에 대해 고마워하는 감사성향이 행복에 도움이 되는 긍정적 특질이라는 제안을 지지해준다(Emmons & McCullough, 2003; Fredrickson, 2004; McCullough et al., 2001, 2002). 이 결과는 감사성향이 삶의 만족감과 안녕감에 긍정적 영향을 미침을 보고한 많은 선행 연구 결과와 일치한다(김유리, 이희경, 2012; 김홍순, 2011; 소은희, 신희천, 2011; 조한나, 정영숙, 2011; Fredrickson et al., 2003; Wood et al., 2008).

부부간의 감사표현이 남편과 아내의 결혼만족도에는 지대한 영향을 주는 반면 행복감에는 영향을 거의 주지 않는다는 결과, 그리고 감사성향은 남편과 아내의 행복감에 지대한 영향을 준다는 결과는 긍정적 자질로서 감사

www.kci.go.kr

표현과 감사성향의 기능적 차별성에 대한 검토가 필요함을 보여준다. 감사표현은 특히 대인관계에서 중요한 변인이 될 수 있다(김아슬, 2013; Billingsley et al., 2005; Schramm et al., 2005). 감사표현이 대인관계에 중요한 변인이 될 수 있는 것에는 고마움을 표시함으로써 상대에게 호의를 더 베풀 수 있게 하여 관계를 강화하고, 결과적으로 관계만족도를 증진시킬 가능성이 높기 때문일 것이다(Algoe et al., 2010; Bartlett & DeSteno, 2006; Grant & Gino, 2010).

남편과 아내는 배우자에게 감사를 표현하기도 하고 상대방으로부터 감사하다는 표현을 받기도 한다. 부부간에 주고받는 감사표현의 차이 양상에 따라 결혼만족도에 차이가 있을까? 남편과 아내의 상대로 향한 감사표현(감사표현의 실행)과 상대로부터 받았다고 지각하는 감사표현(지각된 상대의 감사표현)의 유형을 두 가지로 구분하여 집단 간 비교를 한 결과 남편과 아내의 양상에 차이가 있었다. 남편의 경우에는 아내로부터 받았다고 지각하는 감사표현보다 자신이 감사표현을 더 많이 한다고 보고한 집단이나 반대로 자신의 감사표현보다 아내로부터 받은 감사표현이 더 많다고 보고한 집단 간에 결혼만족도의 차이가 없었다. 그러나 아내의 경우에는 남편에게 받았다고 느끼는 감사표현보다 자신의 감사표현이 더 많은 집단이 자신의 표현보다 남편이 더 많은 감사표현을 받았다고 보고한 집단보다 결혼만족도가 더 높았다. 이는 회귀분석 결과와 일치하는 결과이다. 왜 아내에게는 자신이 남편으로부터 받은 것보다 자신이 남편에게 실행한 감사표현이 더 중요한 것일까? 아마도 아내가 감사표현이 많다는 것은 그만큼 남편으로부터 실제로 도움이나 배려를 받았을 가능성을 생각해볼 수 있다. 이런 관계에 관해서는 추가적 연구가 필요할 것이다.

본 연구의 결과를 종합해보면, 부부간의 감사표현은 부부간의 유대감을 증진시킬 수 있는 유용한 관계증진 변인임을 시사한다. 본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 부부쌍을 대상으로 수행한 연구라는 점이다. 부부처럼 친밀한 관계에서 남편과 아내가 표현한 감사는 서로에게 영향을 줄 수 있다. 그러나 선행 연구는 남편의 감사표현이 아내에게 아내의 감사표현이 남편에게 어떤 영향을 주는지를 살피지 못하였다(김아슬, 2013). 본 연구에서는 남편과 아내의 감사표현이 상대방의 결혼만족도에 영향을 줄 수 있음을 확인하였다.

본 연구의 의의 중 하나는 감사성향과 감사표현의 기능에서 차이점을 발견하였다는 점이다. 본 연구에서 감사표현은 관계의 질, 여기서는 결혼만족도에 영향을 주는 변인으로 확인되었다. 이는 대인관계에서 감사표현의 중요성을 지적한 선행 연구와 맥을 같이 하며(Algoe et al., 2010; Diener et al., 1999), 특히 가족관계에서 감사표현을 중시한 연구자들의 제안과도 일치한다(Algoe et al., 2008; Billingsley et al., 2005; Schramn et al., 2005; Sharlin, 1996). 이에 반해 감사성향은 행복감에 영향을 주는 변인으로 확인되었다. 감사성향이 행복감과 관련이 있는 것은 감사성향이 상대방에게 고마움을 느끼는 일반화된 성향으로 긍정적 특질의 하나로 볼 수 있기 때문일 것이다(Emmons, 2007; McCullough et al., 2002). 감사성향과 감사표현의 기능이 다를 수 있다는 지적은 이전부터 있었다(Geist & Gilbert, 1996). 본 연구는 관계향상을 위해서는 고마움을 표현하는 것의 중요성을 보여주었으며, 향후 결혼생

www.kci.go.kr

활을 위한 프로그램 개발에 필요한 기초자료가 될 수 있기를 기대한다.

마지막으로 본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제안은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 특정 대도시에 거주하는 40세 이상의 부부를 대상으로 감사표현에 관한 연구를 하였다. 한국의 지역에 따라 부부간 감사표현에서 차이가 있을 수 있으므로 한국 부부의 특성을 파악하기 위해서는 지역의 범위를 확장하여 보완할 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 중년기 부부를 대상으로 연구하였다. 평균연령이 증가하면서 노년기가 길어지고 있기 때문에 향후에는 인생 시기에 따라 신혼 초기의 부부, 중년기 부부, 그리고 노년기 부부를 구분하여 부부간의 감사표현의 기능을 연구할 필요가 있을 것이다. 즉, 결혼 기간에 따라 부부간의 감사표현의 양상에 차이가 있는지, 그리고 신혼과 중년기 그리고 노년기 부부에게서 감사표현이 결혼만족도와 행복에 미치는 영향에서 차이가 있는지를 비교해볼 수 있을 것이다.

셋째, 본 연구의 대상자는 아내의 직업에 따른 통제나 분류를 하지 않았다는 한계가 있다. 직장이 있는 아내와 전업주부의 경우 감사표현에서 차이가 있을 수 있다. 부부의 맞벌이가 늘어나는 사회적 변화에 맞추어 추후 연구에서는 아내의 경제능력이나 직업 유무에 따른 부부간 감사표현의 양상과 효과를 탐색해 볼 필요가 있을 것이다. 또한 본 연구에 사용된 부부 쌍 자료는 심리학 과목을 듣는 학생들에게 설문지를 제공한 후 학생들이 부모에게 응답을 얻는 간접적 방식으로 얻어진 자료로 응답의 한계성을 지니고 있다. 향후에는 연구자가 직접 부부 자료를 수집하여 얻어진 자료의 신뢰성을 높일 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구에서는 부부 커플의 자료를 이용하여 감사표현이 부부 적응에 도움이 되는 유용한 개념임을 확인하고, 결혼만족도와 개인의 안녕감에 감사표현과 감사성향이 다르게 기능한다는 점, 그리고 남편과 아내의 감사표현의 실행과 상대 배우자로부터 받았다고 지각하는 감사표현의 차이 양상에 따라 결혼만족도에 미치는 영향이 다름을 밝혔다는 점에서 그 의의가 있다고 하겠다.

끝으로 심리학 분야에서 비교적 뒤늦게 조명받기 시작한 개념인 감사표현이 앞으로 좀 더 명확한 개념적 정리와 경험적 연구를 통하여 부부관계의 이해를 넓히고 소통을 이끌어내는 유용한 개념으로 활용할 수 있기를 기대해 본다.

참고문헌

국립국어원 (2008). 표준국어대사전. 두산동아.

김나영 (2011). 중년기 부부 애착 유형에 따른 결혼만족도와 주관적 안녕감. 부산대학교 대학원 석사학위논문.

김아슬 (2013). 감사표현이 결혼만족도에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위논문.

권선중, 김교현, 이홍석 (2006). 한국판 감사성향 척도(K-GQ-6)의 신뢰도 및 타당도. 한국심리학회지: 건강, 11(1), 177-190.

김유리, 이희경 (2012). 감사성향이 안녕감과 우울에 미치는 영향: 인지적 정서 조절 전략을 매개로. 학생생활연구. 25. 19-35.

김홍순 (2011). 청소년 행복에 관한 감사조절모형의 연구. 경기대학교 일반대학원 박사학위논문.

박은아 (2003). 단독가구 남녀노인의 부부간 의

www.kci.go.kr

사소통·의사결정 참여 및 가정생활만족도. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.

박연화 (2011). 중년기 성인의 노화불안과 죽음에 대한 태도. 부산가톨릭대학교 생명과학대학원 석사학위논문.

서은국, 구재선 (2011). 단축형 행복 척도(COMOSWB) 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 25(1), 96-114.

소은희, 신희천 (2011). 감사가 주관적 안녕감에 미치는 영향: 대인관계 기본 심리적 욕구 만족의 매개 효과. 상담학연구, 12(1), 159-175.

유시순 (2009). 여성 노인의 결혼만족도에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 임상사회사업연구, 6(1), 123-140.

이은아 (2006). 중년기 남녀의 성역할 정체감과 부부갈등 및 심리적 적응의 관계. 한국가족자원경영학회지, 10(1), 107-126.

이정은, 이영호 (2000). 개인특성, 스트레스 및 부부간 의사소통과 결혼만족도의 관계. 한국심리학회지: 임상, 19(3), 531-548.

장춘미 (2001). 스트레스가 결혼만족에 미치는 영향: 부부의 지지 및 갈등해결행동을 중심으로. 서울여자대학교 대학원 박사학위논문.

조선경 (1989). 의사소통을 위한 부부관계강화프로그램. 계명대학교 대학원 석사학위논문.

조한나, 정영숙 (2011). 여성노인의 감사성향과 그 기능의 탐색. 한국심리학회지: 발달, 24(4), 163-188.

채중민 (2008). 감사하기가 행복감 향상에 미치는 효과. 고려대학교 대학원 석사학위논문.

최상진, 정태연 (2001). 인고에 대한 한국인의 심리: 긍정적 보상기대와 부정적 과실상계를 중심으로. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 7(2), 21-38.

최재율 (1988). 가족사회학. 광주: 전남대출판부.

통계청 (2014). 2014 혼인 이혼 통계. 통계청.

Algoe, S. B., Gable, S. L., & Maisel, N. C. (2010). It's the little things: Everyday gratitude as a booster shot for romantic relationships. *Personal Relationships, 17*(2), 217-233.

Algoe, S. B., Haidt, J., & Gable, S. L. (2008). Beyond reciprocity: Gratitude and relationships in everyday life. *Emotion, 8*(3), 425-429.

Atkinson, T. (1980). Public perceptions of the quality of life. In H. J. Adler, & D. A. Brusegard (Eds.), *Perspective Canada III*. Ottawa: Statics Canada.

Bartlett, M. Y., & DeSteno, D. (2006). Gratitude and prosocial behavior: Helping when it costs you. *Psychological Science, 17*(4), 319-325.

Bennett, L., Ross, M. W., & Sunderland, R. (1996). The relationship between recognition, rewards, and burnout in AIDS caregiving. *AIDS Care, 8*(2), 145-153.

Bello, R. S., Brandau-Brown, F. E., Zhang, S., & Ragsdale, J. D. (2010). Verbal and nonverbal methods for expressing appreciation in friendships and romantic relationships: A cross-cultural comparison. *International journal of Intercultural Relations, 34*(3), 294-302.

Bernstein, D. M., & Simmons, R. G. (1974). The adolescent kidney donor: The right to give. *American Journal of Psychiatry, 13*(12), 1338-1343.

Billingsley, S., Lim, M., Caron, J. Harris, A., &

www.kci.go.kr

Canada, R.. (2005). Historical overview of criteria for marital and family success. *Family Therapy, 32*(1), 1-14.

Bryant, F. B. (2003). Savoring Beliefs Inventory (SBI): A scale for measuring beliefs about savoring. *Journal of Mental Health, 12*(2), 175-196.

Bryant, F. B., & Veroff, J. (1982). The structure of psychological well-being: A sociohistorical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 43*(4), 653.

Burr, W. S. (1971). An expansion and test of a role theory of marital satisfaction. *Journal of Marriage and Family, 33*(2), 368-372.

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.

Clark, R. D. (1975). The effects of reinforcement, punishment and dependency on helping behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin, 1*(4), 596-599.

Cobb R. J., Davila, J., & Bradbury, T. N. (2001). Attachment security and marital satisfaction: The role of positive perceptions and social support. *Personality and Social Psychology Bulletin, 27*(9), 1131-1143.

Compton, W. C., Smith, M. L., Cornish, K. a., & Qualls, D. L. (1996). Factor structure of mental health measures. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*(2), 406-413.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542-575.

Diener, E., Colvin, C. R., Pavot, W, G., & Allman (1999). The psychic cost of intense positive affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*(3), 492-503.

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.

Emmons, R. A. (2007). *Thanks!: How the New Science of Gratitude Can Make You Happier*. NY: Houghton-Mifflin.

Emmons, R, A., & Crumpler, C. A. (2000). Gratitude as human strength: Appraising the evidence. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(1), 56-69.

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 377-389.

Emmons, R. A., & Shelton, C. M. (2005). Gratitude and the science of positive psychology. In C. R. Synder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 459-471). NY: Oxford.

Fincham, E, D., Paleari, F, G., & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships, 9*(1), 23-27.

Fredrickson, B. L. (2004). Gratitude, like other positive emotions, broadens and builds. In R. A. Emmons, & M. E. McCullough (Eds.), *The Psychology of Gratitude*(pp. 145-166). NY: Oxford University Press.

Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. R. (2003). What good are

www.kci.go.kr

positive emotions in crisis? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social psychology, 84*(2), 365-376.

Geist, R. L., & Gilbert, D. G. (1996). Correlates of expressed and felt emotion during marital conflict: Satisfaction, personality, process, and outcome. *Personality and Individual Difference, 21*(1), 49-60.

Goldman, M., Seever M., & Seever, M. (1982). Social Labeling and the foot-in-the-door effect. *Journal of Social Psychology, 117*(1), 19-23.

Gordon, C. L., Arnett, R. A, & Smith, R. E. (2011). Have you thanked your spouse today?: Felt and expressed gratitude among married couples. *Personality and Individual Differences, 50*(3), 339-343.

Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2002). Marital research in the 20th century and a research agenda for the 21st century. *Family Process, 41*(2), 159-197.

Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *The Seven Principles for Making Marriage Work.* NY: Crown.

Grant, A. M., & Gino, F. (2010). A little thanks goes a long way: Explaining why gratitude expressions motivate prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 98*(6), 946-955.

Harkins, E. B. (1978). Effects of empty-nest transition on self-report of psychological and physical well-being. *Journal of Marriage and Family, 40*(3), 459-556.

Johnson, D. R., Amoloza, T. O., & Booth, A. (1992). Stability and developmental change in marital quality: A three-wave panel analysis. *Journal of Marriage and Family, 54*(3). 582-594.

Kendler, K. S., Jacobson, K. C., Prescott, C. A., & Neale, M. C. (2003). Specificity of genetic and environmental risk factors for use and abuse/dependence of cannabis, cocaine, hallucinogens, sedatives, stimulants, and opiates in male twins. *American Journal of Psychiatry, 160*(4), 687-695.

Lambert, N. M., & Dollahite, D. C. (2008). The Threefold Cord Marital Commitment in Religious Couples. *Journal of Family Issues*, *29*(5), 592-614.

Lambert, N. M., & Fincham, F. D. (2011). Expressing gratitude to a partner leads to more relationship maintenance behavior. *Emotion, 11*(1), 52-60.

Lazarus. R. S., & Lazarus. B. N. (1994). *Passion and Reason: Making Sense of Our Emotions*. NY: Oxford University Press.

Locksley, A. (1980). On the effects of wives' employment on marital adjustment and companionship. *Journal of Marriage and Family, 42*(2), 337-346.

Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*(3), 616-628.

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.

Matthews, L. S., Conger, R. D., & Wichrama, K.

www.kci.go.kr

A. (1996). Work-family conflict and marital quality: Mediating processes. *Social Psychology Quarterly, 59*(1), 62-79.

McCullough, M. E. (2001). Forgiveness: Who does it and how do they do it? *Current Directions in Psychological Science, 10*(6), 194-197.

McGovern, L. P., Ditzian J. L., & Taylor, S. P. (1975). The effect of one positive reinforcement on helping with cost. *Bulletin of the Psychonomic Society, 5*(5), 421-423.

McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(1), 112-127.

McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral effect? *Psychological Bulletin, 127*(2), 249-266.

Moss, M. K., & Page, R. A. (1972). Reinforcement and helping behavior. *Journal of Applied Social Psychology, 2*(4), 360-371.

Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and Family, 45*(1), 141-151.

Roach, A., Frazier, L., & Bowden, S. (1981). The marital satisfaction scale: Development of a measure for intervention research. *Journal of Marriage and Family, 43*(3), 537-546.

Robert, R. C. (2004). The blessing of gratitude: A conceptual analysis. In a R. A. Emmons & M. E. McCullough (Eds.), *The Psychology of Gratitude* (pp. 58-80). NY: Oxford University Press.

Rosenberg, E. L. (1998). Levels of analysis and the organization of affect. *Review of General Psychology, 2*(3), 247-270.

Schramm, D. G., Marshall, J. P., & Harris, V. W. (2005). After "I do": The newlywed transition. *Marriage and Family Review, 38*(1), 45-67.

Sharlin, S. A. (1996). Long-term successful marriages in Israel. *Contemporary Family Therapy, 18*(2), 225-242.

Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New Scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and Family, 38*(1), 15-28.

Troll, L. E. (1982). *Continuations: Adult Development and Aging.* CA: Brooks/Cole.

Tsang, J. A. (2006). Gratitude and prosocial behaviour: An experimental test of gratitude. *Cognition and Emotion, 20*(1), 138-148.

Walker, R. B., & Luszcz, M. A. (2009). The health and relationship dynamics of late-life couples: a systematic review of the literature. *Ageing and Society, 29*(4), 455-480.

Watkins, P. C. (2004). Gratitude and subjective well-being. In R. A. Emmons, & M. E. McCullough (Eds.). *The Psychology of Gratitude* (pp. 167-192). NY: Oxford University Press.

Watkins, P. C., Grimm, D. L., & Kolts, R. (2004). Counting your blessings: Positive memories among grateful persons. *Current Psychology, 23*(1), 52-67.

Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: The development of a measure of gratitude and relationship with subjective well-being. *Social Behavior and Personality, 31*(5), 431-451.

Wood, A, M., Joseph, S., & Maltby, J. (2008). Gratitude uniquely predicts satisfaction with

www.kci.go.kr

life: Incremental validity above the domains and facets of the five factor model. *Personality and Individual Differences, 45*(1), 49-54.

Wood, A. M., Maltby, J. S., 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.

1차원고접수 : 2016. 07. 26.
심사통과접수 : 2016. 09. 03.
최종원고접수 : 2016. 09. 19.

www.kci.go.kr

한국심리학회지 : 여성
The Korean Journal of Woman Psychology
2016, Vol. 21, No. 3, 511-536

Relationships among Marital Satisfaction, Happiness and Gratitude Expression in Middle-Aged Married Couples

Youngsook Chong Sunmi Kim

Department of Psychology, Pusan National University

This research aims to examine relationships among expressional gratitude, marital satisfaction and happiness in middle-aged married couples over forty years old. One hundred and eighty five couples living in Busan participated in this study. Husbands showed more gratitude expressions in 'return behavior' and 'reflection' areas than wives did. Husbands also reported that they received more gratitude expression from their wives than wives did. According to stepwise regression analysis of predicted variables on marital satisfaction, husband's perceived gratitude expression given by their wife was a robust and essential factor to explain husband's marital satisfaction. On the other hand, wives's expressed gratitude toward their husband was a major factor to predict wives' marital satisfaction. The dispositional gratitude was the most crucial factor for couple's happiness but not for marital satisfaction. Compared between perceived gratitude more group and expressed gratitude more group, wives in expressed gratitude more group toward their husbands reported more marital satisfaction than wives in perceived gratitude more group provided by husbands. In contrast, husbands in perceived gratitude more group showed more marital satisfaction than husbands in expressed gratitude more group. The results suggest that couple's expressed gratitude toward one's spouse may be a promoting variable to enhance positive relationship, wheras dispositional gratitude may be a variable that enhances happiness.

Key words : gratitude expression, dispositional gratitude, marital satisfaction, happiness, married couples

www.kci.go.kr