

청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서
사회적지지의 매개효과

Mediating Effect of Social Support on the effect of
Adolescents' Gratitude Disposition on Happiness

이 명 희•김 청 송•최 은 정

경기대학교 행정복지상담대학원 상담심리학과 석사•

경기대학교 청소년학전공 교수•경기대학교 청소년학전공 초빙교수

Lee, Myoungheui•Kim, Chungsong•Choi, Eunjung

Kyonggi University Graduate School of Public Administration and Welfare Counseling, M.A.
in Counseling Psychology•Kyonggi University Adolescent Science, Professor•Kyonggi
University Adolescent Science, Visiting Professor, Corresponding Author

청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 매개효과¹⁾

Mediating Effect of Social Support on the effect of Adolescents' Gratitude Disposition on Happiness

이 명 희*2)·김 청 송**3)·최 은 정***4)

Lee, Myoungheui*·Kim, Chungsong**·Choi, Eunjung***

국 문 요 약

본 연구는 청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 매개효과를 알아보고자 하였다. 이를 위해 경기도에 소재한 고등학교 남·여학생을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 총 371부를 최종 분석에 사용하였다. 연구결과 첫째, 감사성향, 사회적지지, 행복감 변인들 간에 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 둘째, 청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 매개효과를 확인한 결과 부분매개효과가 있었으며, 간접효과의 유의성 검증에서도 통계적으로 유의하였다. 이러한 결과는 감사성향이 떨어지거나 낮은 청소년에게 감사성향을 높일 수 있도록 지원하고, 자신에게 중요한 타인들로부터 사회적지지를 받고 있다는 인식이 높아져서 행복감이 증진된다면 건강한 성장과 적응으로 이어질 수 있음을 시사하는 것으로 해석할 수 있다. 이러한 본 연구의 목적과 결과를 바탕으로 본 연구의 시사점과 제언 및 추후연구의 방향 등을 논의하였다.

주제어: 청소년, 감사성향, 행복감, 사회적지지

- 1) 본 연구는 제 1저자의 석사학위논문을 수정·보완한 것임.
- 2) 경기대학교 행정복지상담대학원 상담심리학과 석사
- 3) 경기대학교 청소년학전공 교수
- 4) 경기대학교 청소년학과전공 초빙교수, 교신저자

I. 서론

청소년(adolescence)이란 용어는 라틴어 ‘adolescere’로 성장하다(to grow up) 또는 성숙에 이른다(to come to maturity)는 의미에서 비롯되었으며 이 시기가 신체적, 심리적, 사회적 성장이 급속하게 진행되는 전환기적 의미를 암시하고 있다(Neilsen, 1991). 청소년기는 신체, 인지, 정서, 사회, 성격 등 전 영역에서 비약적인 발달이 일어나고, 자아정체감을 형성하는 시기이다. 동시에 정서적으로 안정되고 균형적인 성장을 성공적으로 이루는 것이 중요한 발달과업이며, 건강한 아동에서 바람직하고 행복한 성인으로의 삶을 위한 도전과 기회의 시기임이 강조되고 있다(김청송, 2022).

행복(happiness)의 사전적 의미는, ‘욕구가 충족되어 충분한 만족과 기쁨을 느끼는 상태’(민중 국어사전, 2001)이다. 욕구와 욕망이 충족되어 부족함을 느끼지 않고, 생활 전반에 걸쳐 지속적으로 느낄 수 있는 만족감, 마음의 평안, 충만함과 같은 긍정적인 정서를 ‘행복감’이라고 한다(박숙경, 2002; Watson & Clark, 1984). 긍정심리학의 주창자인 Seligman(2002)은 행복은 유전적으로 타고난 것이 아니라 배우고 노력하여 함양할 수 있으며, 누구나 스스로 기쁨과 유쾌함이 있는 삶으로 이끌어갈 내면적 힘이 있다고 희망의 메시지를 전하였다. 또한 자신의 약점이나 단점보다는 대표 강점과 미덕을 알아차림으로써 자신을 믿고, 즐거운 기분으로 일에 몰입하면서 삶의 가치와 의미를 발견할 때 진정한 행복을 누린다고 하였다. 행복에 대한 과학적 접근이 이루어진 것은 비교적 최근의 일이지만 행복은 모든 사람에게 공통적인 주요 관심사이다.

최근 심리학계에서는 행복에 관한 연구가 증가하고 있고 행복이 연구주제로 많이 선정되고 있다. ‘2021년 제12차 어린이·청소년 행복지수 국제비교연구’에 따르면, 우리나라 청소년의 행복감지수는 경제협력개발기구(OECD) 22개 회원국 중 최하위를 기록하였다(연세대학교 사회발전연구소, 2021). 이러한 통계적 동향은 우리나라의 청소년들이 다른 국가의 청소년들보다 심리적, 정서적으로 느끼는 어려움은 많고 행복감 수준이 낮음을 실증적으로 보여 주는 것이라 할 수 있다. 또한 교급이 올라갈수록 행복수준이 떨어지는데 초등학생의 경우 고학년으로 올라갈수록 행복수준이 감소하는 것으로 나타났다(조성연, 신혜영, 최미숙, 최혜영, 2008). 김신영과 백혜정(2008)의 연구에서도 중학생보다 고등학생의 행복감지수가 더 낮으며, 13-24세까지의 청소년 중에서 고등학생(16-18세)의 삶의 질이 가장 낮게 나타났다. 한국보건사회연구원에 따르면 2021년 기준 한국인의 전체 행복지수 역시 OECD 38개국 중 32위를 차지하여 최하위 권에 속해 있는 것으로 나타나고 있다(한국보건사회연구원, 2023).

특히, 우리나라 고등학생의 경우는 치열한 입시제도와 과열된 경쟁으로 인해 겪게 되는 긴장과 스트레스는 날이 갈수록 심각해지고 있다(신미, 전성희, 유미숙, 2012). 즉, 학령이 올라갈수록 학업부담이 가중되어 심리적 여유가 없고, 지금보다는 미래를 위해 행복을 유예하고 있다고 해석할 수 있다. 또한 최근 세계적 COVID-19 유행으로 인해 학업 및 대인관계와 소통의 결핍이 삶의 만족도를 전반적으로 더욱 낮아지게 하는 계기가 되었다(도은영, 이국희, 2021). 이는 청소년들이 밝고 건강하게 성장해야 하는 시기에 급변하는 경제·정보·사회·문화 속에서 미래를 향한 기대나 희망을 가지기보다는 삶의 목표와 방향을 잃고 갈등하고 방황하는 경우가 늘고 있다는 것을 의미한다(노혜숙, 2008).

이처럼 심각한 스트레스 상황에서도 청소년들이 행복감을 유지할 수 있는 것은 어떤 상황이나 사건에서 자신의 신념을 믿고 자기주도적인 선택과 결정으로 부정적 사고와 행동으로의 진행을 통제하며 사건을 긍정적으로 재해석할 수 있는 능력이 있는 덕분에 가능하다(Tedeschi & Calhoun, 2004). 따라서 청소년이 자신에 대한 긍정적 인식, 자신에 대한 깊이 있는 이해와 자신의 목표를 이룰 수 있다는 믿음의 의미인 자신감(Lyubomirsky, 2007)과 청소년에게 자율적인 판단과 결정, 행동을 권장하여 그들의 내재적 동기와 행복감을 증진시킬 수 있는 자기통제(Jang, Reeve, Ryan, & Kim, 2009), 생활 전반에 걸쳐 지속적으로 느낄 수 있는 만족감, 마음의 평안, 충만함과 같은 긍정정서가 행복감의 하위변인으로 예측할 수 있다(박숙경, 2002).

청소년의 행복감을 증진시킬 수 있는 또 다른 요인으로 감사를 들 수 있다(최은정, 김청송, 2019). 감사(gratitude)는 도움 받은 사람이 도움을 받은 후에 도움을 제공한 사람의 덕분이라고 우호적으로 느끼는 공감의 정서이며, 자신에게 도움을 준 사람이나 대상, 사건, 행동에 대한 가치와 의미를 인정함은 물론 긍정적인 정서적 연결감을 갖게 하고 그러한 정서를 표현하는 적응적인 행동 경향성을 가진다(노지혜, 이민규, 2005). 감사는 단순한 감정이 아니라 행복에서 핵심적인 역할을 하는 괄목할 만한 요인 중 하나라고 보았고(Emmons, 2007), 삶의 만족 및 인지적, 정서적, 심리적 안녕감과 밀접한 관련이 있는 것으로 간주되었다(Watkins, 2004). 일상생활에서 감사를 자주 경험하는 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 즐거움이나 삶에 대한 만족도 수준이 높아지고, 부정적 사건에서도 긍정적 의미를 도출하여 어떤 어려움 속에서도 감사할 것을 찾아내는 감사 역량은 풍요로운 삶을 영위할 수 있게 한다(Emmons & Shelton, 2002).

감사성향(grateful disposition)은 감사함을 느끼기 쉬운 성향인 정서적 특질이며 개인차를 보이는 비교적 지속적이며 안정적인 특성으로 성격의 한 영역으로 볼 수 있다(권선중, 김교현, 이홍석, 2006; 김청송, 최은정, 2019; Watkins, Woodward, Stone, & Kolts., 2003). 따라서

감사성향은 감사를 경험하기 쉬운 정서적 기질로 감사성향이 높은 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 긍정적 성향이 더 높은 것으로 나타났다(김홍순, 송민경, 김청송, 2012; Wood et al., 2008). 특히 청소년들은 감사성향이 높아질수록 삶에 대한 만족 수준이 높아지고(Froh, Bono, & Emmons, 2010), 긍정 정서를 많이 느끼게 되며, 이러한 긍정 정서는 행복감을 증진시킨다고 하였다(노혜숙, 신현숙, 2008). 또한 감사성향은 행복감을 더 많이 느끼게 해주는 반면 우울과 스트레스는 더 낮게 만들기 때문에(Wood et al., 2008), 그리고 낙담적인 상황에서도 적절한 대처방식을 떠올리도록 촉진시켜 난관을 극복하는 능력을 갖게 만들기 때문에(Watkins, 2013), 감사성향이 높을수록 긍정적인 정서는 물론 행복감과 높은 상관성이 있음을 알 수 있다. 그러므로 선행연구들을 종합해 보면 감사성향이 높으면 개인 삶의 만족과 사회생활 만족도가 높고, 원만한 대인관계를 맺고 유지할 수 있으며, 청소년의 행복감에도 긍정적 영향을 미치는 중요한 변인으로 예측할 수 있다.

행복감은 삶에 있어서 결정되어 주어지는 것이 아닌 지속적으로 추구해 나가는 과정이다. 특히 청소년의 경우 가장 가깝고 중요한 타인이 되는 또래, 가족, 교사로부터 많은 영향을 받게 되고, 이에 따라 행복감을 인식하게 된다고 한다(전혜리, 2007). 따라서 청소년들의 행복감에 영향을 미치는 다양한 요인들 중에서도 또래, 가족, 교사를 중심으로 한 사회적지지(social support)는 일관되게 청소년의 심리적, 사회적 발달에 매우 중요한 요인으로 강조되고 있다. 중학교 남녀 청소년을 대상으로 청소년의 기질이 행복감에 미치는 영향에서 부모, 친구, 교사는 사회적지지의 매개효과로서 작용하고 있고(윤경희, 2017), 간호대학생의 학업 스트레스와 대학생활적응에서도 사회적지지는 매개효과로 작용하고 있음을 보여 주고 있다(서명자, 2020). 또한 청소년이 지각한 부모 자율성지지와 행복감 간의 관계에서 친구 및 교사관계의 매개효과를 보고한 연구도 제시되었다(최수은, 2023). 이렇게 사회적지지가 매개효과를 지니는 이유는 청소년이 부모, 친구, 교사 등으로부터 정서적지지, 평가적지지, 정보적지지, 물질적지지 등을 통해 감사함을 느끼고 정서적 유대감을 강화하기 때문이므로 본 연구 역시 사회적지지의 매개효과에 주목하고자 하였다.

사회적지지는 청소년의 발달 시기에 있어 사회에 대한 적응력 향상과 정서적·신체적 발달에 중요한 영향을 미치고, 타인들과 상호작용에서 스트레스를 줄이고 심리적인 적응을 돕는 요인으로 작용하고 있다. 같은 맥락으로 사회적지지는 상호간 유대감을 형성하는데 이 유대감을 따뜻하고 든든한 응원과 지지로 인식한 청소년은 가족과 가정의 울타리 밖의 세상을 탐험하는 데에 안전한 느낌과 용기를 갖게 한다(Barber, 1997). 청소년이 사회적지지를 높게 지각할수록 자신감 있게 적응행동을 하고(김애경, 2003), 실패를 경험하더라도 극복하는 회복탄력적인 기능이 있으며(남영옥, 2008; Barrera, 1981), 학교생활에서 진취적이고

적극적인 활동을 하게 된다. 또한 사회적지지가 청소년의 발달과 환경적응에 도움이 되고, 힘들고 어려운 시기를 잘 이겨 나가게 하는 요인으로 밝혀졌으며(Fredrickson & Branigan, 2005), 사회적지지를 충분히 받은 청소년은 자신의 미래에 더 긍정적인 기대를 하게 되고 미래에 대한 확신을 통해 행복을 느낄 수 있게 된다(Schneider, 2001). 이처럼 청소년들에 대한 사회적지지는 자신감과 자기조절감을 발달시켜 청소년 문제의 부정적인 방향으로의 진행을 적응적 방향으로 전환시킴으로써 행복감에 기여할 수 있음이 확인되고 있다(신주연, 이기학, 이윤아, 2005).

국내외 연구에서 청소년의 행복감에 영향을 미치는 사회적지지원으로는 또래, 가족, 교사 등 환경적 요인에 관한 연구가 이루어지고 있고(Piko & Hamvai, 2010), 그들과의 상호작용을 통해 정서적 친밀감과 사회적지지를 얻고, 자기에 대한 통제감뿐만 아니라 환경에 대한 통제감을 형성하여 청소년의 심리적으로 건강한 발달과 적응에 중요한 역할을 한다고 볼 수 있다(김명숙, 1994). 이와 같이 대부분의 청소년은 또래, 가족, 교사로부터 직·간접적인 영향을 많이 받고, 긍정적인 관계를 통해서 행복을 느낄 수 있다(조은정, 2014). Cassel(1976)은 의미 있는 사회관계망에서 이탈하여 사회적지지가 결여되면 건강이나 안녕 상태가 약해진다고 보고하여 사회적지지의 중요성을 강조하였다. 중고등학생을 대상으로 사회적지지의 영향력을 알아본 연구에서 심리적 안녕감에 사회적지지가 정적 상관관계를 보인다고 보고하고 있다(문은식, 2002). 또한 청소년들에 대한 사회적지지는 스트레스 감소 및 긍정적인 관계를 이룰 수 있도록 도우며(김수리, 2007), 청소년 문제의 부정적인 영향을 완화시키고 행복감에 기여할 수 있는 중요한 자원임을 발표하였다(추이현, 2002).

청소년에게 사회적지지원 중에서 특히 또래요인이 다른 요인들보다 더 큰 영향력을 보인다(이수천, 전준현, 2009). 또래관계에 따른 행복에 대한 연구에서 또래관계를 긍정적으로 지각하고 긴밀하게 느낄수록 더 행복한 것으로 나타났으며(곽금주, 1995), 자신을 이해해주고 공감해 줄 또래친구가 있을수록 행복을 더 많이 느낀다는 보고를 통해서도 확인할 수 있었다(허영선, 2009). 청소년들이 또래집단과 어울리지 못하는 경우 건전한 자아 발달보다는 스트레스 해소에 더 많은 에너지를 소비하고, 이는 비행이나 일탈행동으로 이어지기도 한다고 조사되었다(조주영, 정상철, 2007). 또래로부터 높은 지지를 받으면 사회적 불만족이 낮아지며 심리적 안녕감이 높아지고, 또래지지가 청소년의 긍정적 정서에 중요하다고 보고하였다(김혁주, 2016).

청소년은 가정에서 부모를 중심으로 한 여러 가족구성원들과의 지지적 관계를 통해 안정감 있고 건강한 성장 발달을 해나간다. 가족지지를 많이 받는 청소년은 위험한 상황을 선택하는 것을 감소시키고 저지하는 것으로 나타났으며(Chapman, Denholm, & Wyld, 2008),

가족지지가 학교를 포함한 일상생활에서 긍정적인 삶을 선택할 가능성이 높음을 시사하고 있다. 남영옥과 한상철(2007)의 연구에서도 가족의 사회적지지는 청소년 폭력행동의 가장 강력한 보호요인이 된다고 보았으며, 부모와의 친밀도가 높을수록 가족의 지지가 많을수록 행복감이 높다고 하였다(허영선, 2009). 그러므로 청소년이 가족과의 관계를 원만하게 유지되고 가족을 긍정적으로 지각할수록 주관적 안정감이 높다고 보고하였으며, 가족지지가 높고 가족과의 관계가 친밀할수록 행복감이 높은 것으로 나타났다(이정미, 2006; 허승연, 2009).

청소년기 행복감 수준에 관한 이미리(2003)의 연구에서는 청소년이 교사와의 유대감과 신뢰감이 있다고 인식할수록 행복감을 느낀다고 강조하였으며, 문은식(2002)은 교사와의 관계가 우호적이고 지지적일수록 그들의 학업적·사회적·정서적 적응행동·학업동기, 심리적 안녕도 긍정적이라고 보고하였다. 교사의 지지는 학생들의 연령에 따라 약간씩 차이를 보였는데, 초등학생의 경우 교사지지가 생활만족도를 결정하는 가장 중요한 변인이었고 중학생의 경우에도 교사의 역할이 중요하나 고등학생의 경우는 교사의 영향이 적은 대신 부모지지, 특히 아버지의 지지가 중요한 것으로 나타났다(박영신 외, 2000). 일반적으로는 교사로부터 지지를 받는다고 지각할수록 청소년들은 학교생활에 적응적이고 적극적인 행동을 하게 되고(김기오, 서정교, 2009), 스트레스는 더 잘 이겨내는 것으로 나타나고 있다(김의철, 박영신, 광금주, 1998).

감사성향과 행복감 및 사회적지지의 관계를 살펴보면, Lyubomirsky(2008)는 개인의 행복감 증진의 효과를 알아보기 위한 행복개입 실험을 통해 감사성향이 중요한 요인으로써 행복감을 증진시킬 수 있음을 보고하였다. Emmons과 McCullough(2003)에 의하면 정기적으로 감사 경험을 기록한 집단이 긍정적인 정서나 행복감이 높고 우울과 같은 부정적인 정서가 적다는 사실을 보고하였다. 국군간호사관학교 1학년 생도들을 대상으로 감사증진프로그램을 8회기 시행하였을 때 통제집단에 비해 실험집단에서 생도들의 행복감이 증가하고 학교생활적응이 더 높았음이 보고되었다(김희경, 심현옥, 문숙남, 이정민, 2014). 또한 감사성향은 긍정적인 감정을 많이 느끼게 하여 행복을 증진시키는 핵심요인이며, 청소년의 행복감을 증진시킬 수 있음이 확인되고 있다(노혜숙, 신현숙, 2008).

사회적지지, 특히 청소년의 경우 가장 가깝고 중요한 타인이 되는 또래, 가족, 교사로부터 많은 영향을 받게 되고 이에 따라 행복감을 인식하게 되는 것으로 알려져 있다. Gilligan과 Huebner(2002) 역시 사회적 관계 속에서 개인이 사회적지지를 지각하는 정도가 높을수록 긍정적인 생각을 더 많이 하게 되며 자신감, 행복감을 증진시킨다고 하였다. 따라서 청소년이 사회적지지를 많이 받고 있다고 지각할수록 긍정적인 정서를 많이 느끼게 되면서 행복감에 매개효과를 미치는 것으로 나타나고 있으며(노혜숙, 신현숙, 2008), 청소년의

성격과 심리적 행복감과 관계에서도 부모, 친구, 교사의 사회적지지가 매개효과를 지니고 있음을 보여주고 있다(윤경희, 2017). 또한 청소년의 자기효능감과 행복과의 관계에서 사회적 지지의 매개효과를 보여주었다.

청소년들을 대상으로 감사성향과 사회적지지의 관계를 직접 밝혀주는 선행연구는 미흡하지만 청소년들의 감사성향과 사회적지지는 청소년의 심리적, 신체적 적응과 성장에 긍정적인 기능을 한다는 점에서 중요하다(노지혜, 이민규, 2005; Emmons & McCullough, 2003). 감사성향은 지각된 사회적지지를 증가시키는 데 매우 효과적이고, 사회적 관계 속에서 개인이 사회적지지를 지각하는 정도가 높을수록 더 큰 행복감을 누릴 수 있다(Cohen & Wills, 1985). 또한 감사성향이 높은 사람은 타인의 호의적인 관심과 배려를 고맙게 여기므로 행복감이 고양되고(Wood et al., 2009), 진심으로 표현된 감사는 사회적인 결속을 촉진하는 효과가 있으므로 사회적지지를 많이 지각하게 하여 행복감을 높이는데 기여한다(Adler & Fagley, 2005).

이상의 선행연구들을 종합하면 청소년의 감사성향은 개인의 긍정적인 정서 특질로 이를 향상시킬 경우 행복감이 증진될 것으로 예측된다. 사회적지지 역시 청소년 시기에 일상생활에서 경험하는 부정적 영향에 대한 완충기능을 하고, 긍정적 효과를 증대시켜 청소년의 행복감에 매개효과를 미치는 중요한 예측 변인임을 시사한다. 특히 청소년이 자신을 둘러싼 환경과 주변으로부터 사회적지지를 많이 받고 있다는 것을 잘 지각할수록 행복감은 더 커질 것으로 추측된다. 따라서 본 연구에서는 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지가 매개효과가 있을 것이라 예측하고 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 감사성향, 행복감과 사회적지지 간의 상관관계는 어떠한가?

연구문제 2. 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지는 매개효과가 있는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 2022년 경기도 S시 지역 고등학생을 모집단으로 설정하였다. 표집방법으로는 편의표본추출법(convenience sampling methods)을 이용하였고, 표집대상으로 고등학교 1학년과 2학년 남·여 학생 총 395명의 표본을 추출하였다. 본 연구의 설문조사에 앞서 고등학생 50명을 대상으로 예비조사(pre-test)를 실시하였고, 예비조사 결과를 중심으로 설문지를 보완·수정 후 본 조사를 실시하였다. 설문방식은 경기도 S시 지역의 고등학교에

사전 협조를 구한 뒤 연구자가 해당 학교를 직접 방문하여 진행하였고, 학교장의 협조를 받아 재학 중인 고등학생 1학년과 2학년까지의 남·여학생을 대상으로 참여 동의를 얻은 후 연구자가 학생들에게 설명하고, 학생들이 직접 설문지를 작성하는 방식으로 조사를 진행하였다. 또한 연구윤리를 위해 학생들에게 연구목적과 내용을 설명하고 동의를 구한 후 익명으로 설문지를 작성하게 하였다. 배포된 설문지 총 395부 중 회수된 설문지는 383부였으며 회수된 설문지 중에서 결측자료 12부를 제외한 최종 371부를 최종 분석에 사용하였다. 최종 연구대상 특성은 <표 1>과 같다.

<표 1> 최종 연구대상 특성(빈도분석) (N=371)

분류	항목	유목	빈도(명)	백분율(%)
인구 사회학적 특성	성별	남학생	180명	48.5%
		여학생	191명	51.5%
		계	371명	100%
	학년	고등 1학년	252명	67.9%
		고등 2학년	119명	32.1%
		계	371명	100%

2. 측정도구

1) 감사성향 척도

본 연구의 감사성향을 측정하기 위해서 McCullough과 Emmons 및 Tsang(2002)이 개발한 감사성향 척도(Gratitude Questionnaire-6: GQ-6)를 권선중 등(2006)이 번안하여 타당화한 한국판 감사성향 척도(Korean version of Gratitude Questionnaire-6: K-GQ-6)를 사용하였다. 감사특질의 강도(긍정적 사건에 대해 감사를 보다 강하게 느끼는 것)와 범위(삶의 여러 가지 영역에서 감사를 느끼는 것)를 고려하여 39개의 예비문항을 만든 후 요인분석을 통해 단일 요인으로 이루어진 6문항을 ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 많이 그렇다’로 7점 Likert 척도로 측정한다(문항 예: 내 삶에는 감사할 거리들이 매우 많다). 부정적 문항인 3, 6번이며, 점수가 높을수록 감사성향이 높음을 의미한다. 권선중 등(2006)의 연구에서 Cronbach's α 는 .85였고, 본 연구에서 감사성향 척도의 Cronbach's α 계수는 .88로 나타났다.

2) 행복감 척도

Arygle, Martin과 Crossland(1989)가 제작한 옥스퍼드 행복검사(oxford happiness inventory [OHI])를 Hill과 Arygle(2002)가 29문항 6점 Likert식 척도로 수정하였고 허승연(2009)이 청소년용 질문지로 번안한 것을 사용하였다. 이 척도의 전체 문항수는 29개이고 ‘전혀 그렇지 않다’의 1점에서 ‘매우 그렇다’의 4점까지 Likert 4점 평정척도로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 행복을 느끼는 정도가 높다는 것을 의미한다(문항 예: 나는 내 인생에서 보람을 상당히 느낀다). 이 척도의 제작 당시의 Cronbach's α 계수는 .90이었고(Hill & Arygle, 2002), 허승연(2009)의 연구에서는 Cronbach's α 계수는 .93이었으며, 본 연구의 Cronbach's α 계수는 .90으로 나타났으며 하위요인의 Cronbach's α 계수는 자신감 .90, 자기통제 .81, 긍정정서 .75로 나타났다.

3) 사회적지지 척도

본 연구에서는 Dubow과 Ulman(1989)이 개발한 사회적지지 척도(Social Support Appraisal Scale; SSAS), 박지원(1985)과 김명숙(1994)의 사회적지지평가척도를 이경주(1997)에 의해 수정 보완된 척도를 사용하였다. 이 척도의 구성은 또래지지(문항 예: 친구들이 나를 좋아한다), 가족지지(문항 예: 우리 가족은 나의 말을 잘 들어준다), 교사지지(문항 예: 나는 선생님과 매우 가깝다)를 각각 5문항씩 총 15문항을 측정하고 있다. ‘전혀 그렇지 않다’의 1점에서부터 ‘매우 그렇다’의 5점까지 Likert 5점 평정척도이며 점수가 높을수록 사회적지지가 높음을 의미한다. 이경주(1997)연구에서는 Chronbach's α 는 .81였다. 연구의 신뢰성에 적합하지 않은 교사지지의 1문항(12번)을 제거한 후 Cronbach's α 계수는 .96로 나타났으며, 하위요인의 Cronbach's α 계수는 또래지지 .92, 가족지지 .94, 교사지지 .85로 나타났다.

3. 분석방법

본 연구에서는 청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 매개효과를 검증하기 위하여 다음과 같은 방법과 순서에 따라 자료의 분석을 진행하였다. 첫째, SPSS 20.0 통계 패키지프로그램을 활용하였다. 연구대상자의 인구사회학적 특성을 파악하기 위해 빈도분석을 실시하였으며, 신뢰도를 확인하기 위하여 설문 문항의 문항내적 합치도인 Cronbach's α 계수를 확인하였다. 둘째, 모든 자료는 기술통계 분석을 통하여 산포도를 확인하기 위하여 평균(M)과 표준편차(SD), 최소값, 최대값을 확인하였고, 정규분포성을 알아보기 위하여 각 측정 변인들의 왜도(Skewness) 및 첨도(Kurtosis)를 확인하였다. 셋째, 측정변인 간의 상관관계를 확인하기 위하여 Pearson 적률상관관계 분석을 실시하였다. 넷째, 청소년이 지각

하는 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 매개효과를 알아보기 위하여 Baron과 Kenny(1986)의 매개회귀분석 3단계(Three-Step Mediated Regression Analysis)를 통계적 방법으로 활용하였다. 또한 매개효과의 유의성 검증을 위해 Sobel-test를 실시하였다.

III. 연구결과

1. 주요변인의 기술통계

연구대상자들을 통하여 얻은 자료 분석을 기술통계로 알아보았다. 먼저 측정변인들의 산포도를 알아보기 위해 평균(M)과 표준편차(SD), 최소값, 최대값을 확인하였고, 정규분포성 여부를 확인하기 위하여 왜도(Skewness)와 첨도(Kurtosis)를 통해 알아본 결과는 <표 2>와 같다.

감사성향 중심경향성을 살펴보면 최소값 1.67점에서 최대값 7.00점에 $M=5.44$ 점, $SD=\pm 1.03$ 으로 나타났으며, 정규분포성의 결과는 $S=-.657$, $K=.210$ 으로 정규분포성의 충족요건에 부합되었다.

사회적지지 중심경향성을 보면 최소값 1.00점에서 최대값 5.00점에 $M=3.73$ 점, $SD=\pm .56$ 으로 나타났으며, 정규분포성의 결과는 $S=-.563$, $K=1.394$ 로 정규분포성의 충족에 부합되었다. 또한 하위요인도 또래지지의 $M=3.92$ 점, $SD=\pm .69$, 가족지지의 $M=3.94$ 점, $SD=\pm .86$, 교사지지의 $M=3.58$ 점, $SD=\pm .70$ 으로 나타났으며, 정규분포성의 결과는 또래지지의 $S=-.579$, $K=1.229$, 가족지지의 $S=-.805$, $K=.512$, 교사지지의 $S=-.478$, $K=1.144$ 로 정규분포성의 충족에 부합되었다. 이를 통해 연구대상자인 고등학생들은 사회적지지에서 가족지지가 비교적 높은 것으로 나타났다.

행복감의 중심경향성을 살펴보면 최소값 1.69점에서 최대값 3.93점에 $M=2.97$ 점, $SD=\pm .38$ 로 나타났으며, 정규분포성의 결과는 $S=-.045$, $K=-.053$ 으로 정규분포성의 충족에 부합되었다. 또한 하위요인도 자신감의 $M=2.44$ 점, $SD=\pm .59$, 자기통제의 $M=3.57$ 점, $SD=\pm .35$, 긍정정서의 $M=2.91$ 점, $SD=\pm .53$ 으로 나타났으며, 정규분포성의 결과는 자신감의 $S=.273$, $K=-.374$, 자기통제의 $S=-1.136$, $K=1.200$, 긍정정서의 $S=-.161$, $K=-.411$ 로 정규분포성의 충족에 부합되었다. 이를 통해 연구대상자인 고등학생들은 행복감에서 자기통제가 비교적 높은 것으로 나타났다. 변인의 정규분포성의 여부 확인을 위하여 왜도 및 첨도의 절대값이 각각 2와 7을 넘지 않을 때, 정규분포성의 여부를 충족한다는 의견에 따라 산출된 결과가 모두 부합한다고 보았다.

<표 2> 주요 변인의 기술통계

(N=371)

변인(하위요인)	평균	표준편차	최소값	최대값	왜도	첨도
감사성향	5.44	1.03	1.67	7.00	-.657	.210
사회적지지	3.73	.56	1.00	5.00	-.563	1.394
또래지지	3.92	.69	1.00	5.00	-.579	1.229
가족지지	3.94	.86	1.00	5.00	-.805	.512
교사지지	3.58	.70	1.00	5.00	-.478	1.144
행복감	2.97	.38	1.69	3.93	-.045	-.053
자신감	2.44	.59	1.08	4.00	.273	-.374
자기통제	3.57	.35	2.18	4.00	-1.136	-1.200
긍정정서	2.91	.53	1.33	4.00	-.161	-.411

2. 변인간의 상관관계

본 연구에서는 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 매개효과를 살펴보기 전에 선행연구를 통해 확인한 독립변인, 종속변인, 매개변인의 상관관계를 확인하기 위하여 변인과 하위요인들을 Pearson 적률상관관계 분석을 실시한 결과는 <표 3>과 같다. 첫째, 독립변인인 감사성향은 종속변인 행복감과 상관관계는 유의한 정적상관관계 $r=.614, p<.01$ 로 나타났다. 이는 고등학생의 감사성향과 행복감은 통계적으로 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 감사성향이 클수록 행복감이 향상될 수 있음을 예측할 수 있는 결과이다.

둘째, 독립변인인 감사성향과 매개변인인 사회적지지 간의 상관관계는 유의한 정적상관관계 $r=.513, p<.01$ 로 나타났다. 이는 고등학생의 감사성향과 사회적지지 변인은 통계적으로 유의한 정적상관관계에 있다는 것으로 감사성향이 클수록 사회적지지를 많이 받고 있다고 지각한다는 것을 예측할 수 있는 결과이다.

셋째, 매개변인인 사회적지지와 종속변인인 행복감 간의 관계는 유의한 높은 정적상관관계 $r=.598, p<.01$ 로 나타났다. 이는 사회적지지와 행복감은 통계적으로 유의한 정적상관관계에

있다는 것으로, 사회적지지를 많이 받고 있다고 생각할수록 행복감이 높아질 수 있음을 예측할 수 있는 결과이다.

<표 3> 주요 변인 간 상관관계 (N=371)

	A	B	b1	b2	b3	C	c1	c2	c3
A	1								
B	.513**	1							
b1	.488**	.822**	1						
b2	.381**	.853**	.510**	1					
b3	.404**	.746**	.536**	.461**	1				
C	.614**	.598**	.579**	.468**	.459**	1			
c1	.576**	.592**	.571**	.446**	.454**	.928**	1		
c2	.225**	.179**	.140**	.206**	.140**	.527**	.230**	1	
c3	.597**	.562**	.592**	.399**	.431**	.802**	.752**	.115**	1

A. 감사성향
 B. 사회적지지, b1=또래지지, b2=가족지지, b3=교사지지
 C. 행복감, c1=자신감, c2=자기통제, c3=긍정정서

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

3. 사회적지지의 매개효과 검증

청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 전반적인 매개효과를 알아보기 위해 행복감을 종속변인으로 매개변인을 사회적지지로 하여 분석하였다. 본 연구에서는 매개효과를 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 매개회귀분석 3단계(Three-Step Mediated Regression Analysis)를 활용하였다. 이에 매개효과 검증을 위해서는 다음의 과정이 선행되어야 한다.

제1단계에서는 독립변인이 매개변인에 유의한 영향을 미치는 관계에 있어야 하며, 제2단계에서도 독립변인이 종속변인에 유의한 영향을 미치는 관계에 있어야 한다. 그리고 제3단계에서는 독립변인과 매개변인을 동시에 투입한 상태에서 매개변인은 종속변인에 통계적으로 유의한 영향을 미쳐야 하며, 회귀계수의 비교에서는 제3단계의 독립변인 값이 2단계 값보다 작아야 한다. 이때 독립변인과 종속변인의 효과가 통계적으로 유의하지 않으면 완전매개효과가 있다고 본다. 그러나 독립변인과 종속변인 그리고 독립변인과 매개변인 및 종속변인

관계가 함께 통계적으로 유의하면 부분매개효과가 있다고 결론 내릴 수 있다.

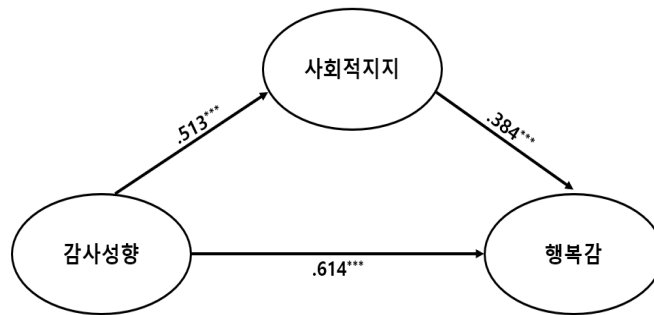
청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 전반적인 매개효과를 검증하기 위해 분석을 실시한 결과는 <표 4> 및 <그림 1>과 같다.

<표 4> 사회적지지의 매개효과 검증

종속변인	사회적지지(모형1)			행복감(모형2)			행복감(모형3)		
	β	t	p	β	t	p	β	t	p
독립변인									
상수		16.238	.000		20.088	.000		11.174	.000
감사성향	.513***	11.495	.000	.614***	14.934	.000	.417***	9.560	.000
사회적지지							.384***	8.803	
R ²		.264			.377			.485	
Adj.R ²		.262			.375			.482	
F-value		132.137			223.017			173.364	
p		.000			.000			.000	

경로	간접효과	Sobel-test	p
감사성향 → 사회적지지 → 행복감	.073	7.017	.000

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



주. * $p < .05$. *** $p < .001$

<그림 1> 사회적지지의 간접 매개효과 모형

<표 4>와 <그림 1>을 살펴보면 모형 1에서 감사성향은 사회적지지에 $\beta=.513, p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤다. 모형 2에서 감사성향은 행복감에 $\beta=.614, p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤다. 모형 3에서 독립변인과 종속변인을 동시에 투입한 결과 감사성향은 $\beta=.417, p<.001$, 사회적지지는 $\beta=.384, p<.001$ 로 행복감에 유의한 영향을 미쳤으며, 감사성향의 β 값이 최초 .513에서 .417, $p<.001$ 로 감소하였다. 또한 감사성향과 사회적지지의 관계가 통계적으로 유의하고, 감사성향과 사회적지지 그리고 행복감의 관계가 통계적으로 유의하기 때문에 사회적지지는 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 부분매개효과가 있다는 것을 확인하였다. 끝으로 감사성향과 행복감 간의 사회적지지의 영향력을 간명하게 검증하기 위하여 1단계 비표준화 계수 B값 .281과 표준오차 값 .024, 3단계 비표준화 계수 B값 .263과 표준오차 값 .030를 넣어 Sobel-test를 실시한 결과 $Z=7.017$ 이었다. 그리고 Sobel-test 값이 +1.96보다 크거나 -1.96보다 작으면 매개효과가 유의한 것이므로 본 연구의 Sobel-test 검증에서 통계적으로 유의하게 나타나 부분매개효과는 검증되었다.

한편, 사회적지지의 각 하위요인별 또래지지, 가족지지, 교사지지의 매개효과 결과는 다음과 같다.

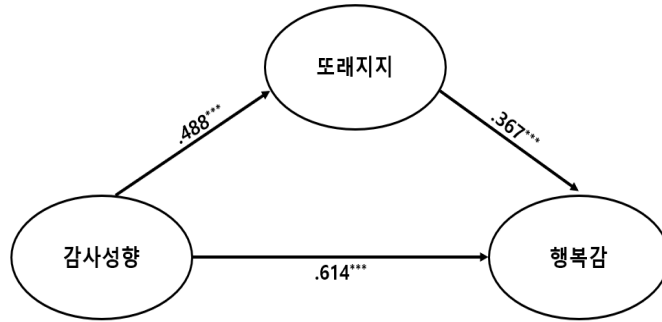
1) 또래지지의 매개효과 검증

감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 또래지지의 매개효과를 검증하기 위하여 분석을 실시한 결과는 <표 5>, <그림 2>와 같다.

<표 5> 또래지지의 매개효과 검증

종속변인	또래지지(모형1)			행복감(모형2)			행복감(모형3)		
	β	<i>t</i>	<i>p</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
상수		12.516	.000		20.088	.000		13.740	.000
감사성향	.488***	10.728	.000	.614***	14.934	.000	.435***	10.092	.000
또래지지							.367***	8.523	
R^2	.238			.377			.479		
Adj. R^2	.236			.375			.477		
F-value	115.082			223.017			169.473		
<i>p</i>	.000			.000			.000		
	경로			간접효과			Sobel-test		<i>p</i>
	감사성향 → 또래지지 → 행복감			.067			6.634		.000

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



<그림 2> 또래지지의 매개효과 모형

이를 살펴보면 모형 1에서 감사성향은 또래지지에 $\beta=.488$, $p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤다. 모형 2에서 감사성향은 행복감에 $\beta=.614$, $p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤다. 모형 3에서 감사성향과 또래지지를 동시에 투입한 결과 감사성향은 $\beta=.435$, $p<.001$, 또래지지는 $\beta=.367$, $p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤으며, 감사성향의 β 값이 최초 .488에서 .435, $p<.001$ 로 감소하였다. 또한 감사성향과 또래지지의 관계가 통계적으로 유의하고, 감사성향과 또래지지 그리고 행복감의 관계가 통계적으로 유의하기 때문에 또래지지는 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 부분매개효과가 있다는 것을 확인하였다. 끝으로 감사성향과 행복감 간의 또래지지의 영향력을 간명하게 검증하기 위하여 1단계 비표준화 계수 B값 .329와 표준오차 값 .031, 3단계 비표준화 계수 B값 .204와 표준오차 값 .024를 넣어 Sobel-test를 실시한 결과 $Z=6.634$ 이었다. 따라서 Sobel-test 검증에서 통계적으로 유의하게 나타나 부분매개효과는 검증되었다.

2) 가족지지의 매개효과 검증

감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 가족지지의 매개효과를 검증하기 위하여 분석을 실시한 결과는 <표 6>, <그림 3>과 같다. 이를 살펴보면 모형 1에서 감사성향은 가족지지에 $\beta=.381$, $p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤다. 모형 2에서 감사성향은 행복감에 $\beta=.614$, $p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤다. 모형 3에서 감사성향과 가족지지를 동시에 투입한 결과, 감사성향은 $\beta=.509$, $p<.001$, 가족지지는 $\beta=.274$, $p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤으며, 감사성향의 β 값이 최초 .381에서 .409, $p<.001$ 로 증가하였다. 또한 감사성향과 가족지지의 관계가 통계적으로 유의하고, 감사성향과 가족지지 그리고 행복감의 관계가 통계적으로 유의하기 때문에

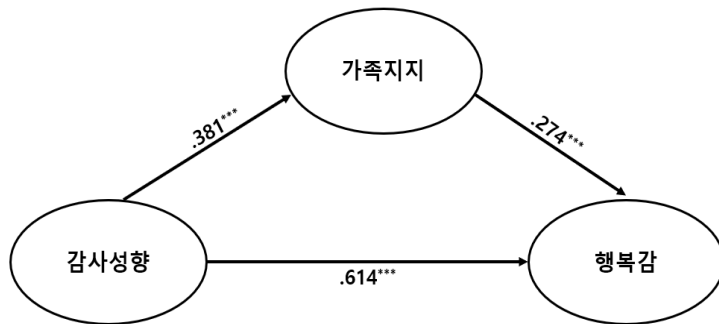
가족지지는 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 부분매개효과가 있다는 것을 확인하였다. 끝으로 감사성향과 행복감 간의 가족지지의 영향력을 간명하게 검증하기 위하여 1단계 비표준화 계수 B값 .320과 표준오차 값 .040, 3단계 비표준화 계수 B값 .122과 표준오차 값 .019를 넣어 Sobel-test를 실시한 결과 Z=5.007이었다. 따라서 Sobel-test 검증에서 통계적으로 유의하게 나타나 부분매개효과가 검증되었다.

<표 6> 가족지지의 매개효과 검증

종속변인	가족지지(모형1)			행복감(모형2)			행복감(모형3)		
	β	t	p	β	t	p	β	t	p
상수		9.850	.000		20.088	.000		15.884	.000
감사성향	.381***	7.923	.000	.614***	14.934	.000	.409***	12.080	.000
가족지지							.274***	6.491	.000
R ²	.145			.377			.441		
Adj.R ²	.143			.375			.438		
F-value	62.774			223.017			145.004		
p	.000			.000			.000		

경로	간접효과	Sobel-test	p
감사성향 → 가족지지 → 행복감	.039	5.007	.000

p<.01, *p<.001.



<그림 3> 가족지지의 매개효과 모형

3) 교사지지의 매개효과 검증

감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 교사지지의 매개효과를 검증하기 위하여 분석을

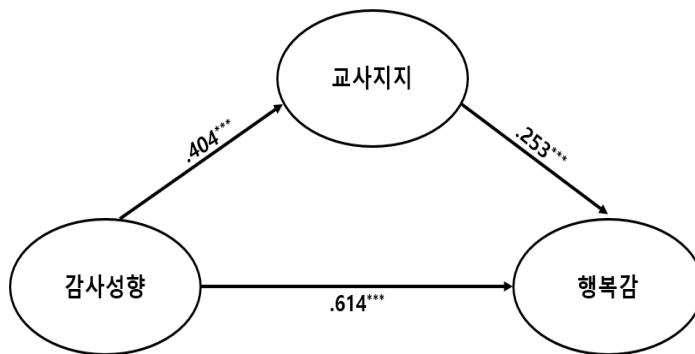
실시한 결과는 <표 7>, <그림 4>와 같다. 이를 살펴보면 모형 1에서 감사성향은 교사지지에 $\beta=.404$, $p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤다. 모형 2에서 감사성향은 행복감에 $\beta=.614$, $p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤다. 모형 3에서 감사성향과 교사지지를 동시에 투입한 결과, 감사성향은 $\beta=.512$, $p<.001$, 교사지지는 $\beta=.253$, $p<.001$ 로 유의한 영향을 미쳤으며, 감사성향의 β 값이 최초 .404에서 .512, $p<.001$ 로 증가하였다. 또한 감사성향과 교사지지의 관계가 통계적으로 유의하고, 감사성향과 가족지지 그리고 행복감의 관계가 통계적으로 유의하기 때문에 가족지지는 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 부분매개효과가 있다는 것을 확인하였다.

<표 7> 교사지지의 매개효과 검증

종속변인	교사지지(모형1)			행복감(모형2)			행복감(모형3)		
	β	t	p	β	t	p	β	t	p
상수		11.582	.000		20.088	.000		14.932	.000
감사성향	.404***	8.471	.000	.614***	14.934	.000	.512***	11.899	.000
교사지지							.253***	5.881	.000
R^2		.163			.377			.430	
Adj. R^2		.161			.375			.427	
F-value		71.762			223.017			138.955	
p		.000			.000			.000	

경로	간접효과	Sobel-test	p
감사성향 → 교사지지 → 행복감	.038	4.761	.000

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



<그림 4> 교사지지의 매개효과 모형

끝으로 감사성향과 행복감 간의 교사지지의 영향력을 간명하게 검증하기 위하여 1단계 비표준화 계수 B값 .276과 표준오차 값 .033, 3단계 비표준화 계수 B값 .139과 표준오차 값 .024를 넣어 Sobel-test를 실시한 결과 $Z=4.761$ 이었다. 따라서 Sobel-test 검증에서 통계적으로 유의하게 나타나 부분매개효과는 검증되었다.

IV. 결론 및 논의

본 연구는 청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 상관관계와 사회적지지의 매개효과와 유의성을 검증한 것으로 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 감사성향과 사회적지지와 행복감 간의 상관관계 결과를 살펴보면 감사성향과 사회적지지, 행복감의 변인들은 서로가 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 청소년들이 일상생활에서 감사성향이 높고, 사회적지지원들에게 다양한 지지를 받고 있다고 지각할수록 행복감이 높다는 것으로 해석될 수 있다. 이는 감사성향이 사회적지지에 대한 인식을 증가시키는데 매우 효과적이고(McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001), 지각된 사회적지지가 청소년의 행복감에 기여하고 있다는 연구(명수정, 2011)와 일치하는 결과이다. 또한 청소년들에게 사회적지지와 행복감은 개인의 자신감, 자기통제, 긍정적 정서, 자기만족을 증가시켜 학교생활에 잘 적응하게 한다는 연구결과(Meehan, Durlak, & Bryant, 1993)와도 연결하여 생각해볼 수 있다. 즉, 본 연구에서는 학교생활 적응에 관한 내용들을 살펴보는 않았지만 청소년의 사회적지지와 행복감은 바람직한 학교생활을 이끄는 주요한 변인임을 시사한다고 볼 수 있다.

둘째, 청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 매개효과를 확인하였다. 이러한 결과는 감사성향이 행복감에 직접적으로 영향을 미치고 감사성향이 사회적지지를 통해 행복감에 간접적으로도 영향을 미친다는 것을 의미한다. 이는 사회적지지원이 청소년들에게 행복감을 증진하는 역할을 하여 정서적으로 안정되고 균형적으로 성장을 할 수 있도록 지원하는 것으로 해석될 수 있다. 같은 맥락에서 감사성향과 행복감 간의 관계에서 지지유형의 사회적지지가 영향을 미친다는 노혜숙(2008)의 연구와 맥을 같이한다고 볼 수 있다. 즉, 고등학생의 감사성향과 사회적지지는 상호작용함으로써 행복감에 직·간접적인 매개효과를 주고 있어 감사성향과 사회적지지가 높을수록 행복감을 높일 수 있다고 볼 수 있다. 사회적지지 유형에서도 또래지지, 가족지지, 교사지지 역시 감사성향과 상호작용함으로써 행복감에 영향을 준다는 점에서 청소년들의 감사성향과 사회적지지는 중요한 변인임을 확인할 수 있었다.

본 연구결과를 토대로 본 연구의 의의를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 국내에서 진행된 행복감과 관련된 많은 연구는 개인내적 특성과 대인관계, 가족요인, 학교환경 등을 살펴보는 쪽으로 접근했다면 본 연구에서는 청소년의 행복감을 향상시키기 위한 변인으로 감사성향과 사회적지지의 영향과 관계를 다시 한번 확인하고 살펴볼 수 있는 기초자료를 마련했다는 것에 의의를 둘 수 있다.

둘째, 청소년의 행복감을 향상시키기 위해서는 감사성향이라는 개인내적인 특성뿐만 아니라 심리적·물리적·정보적 등과 같은 사회적 지지체계를 확인했으므로 청소년들에게 감사성향과 사회적지지 체계를 확인하고 이를 확대해줄 필요가 있음을 시사해 주었다. 이를 통해 청소년들이 보다 건강하고 행복한 청소년기를 보낼 수 있도록 긍정적인 영향을 줄 수 있을 것으로 판단된다.

셋째, 청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지가 갖는 매개연구의 중요성을 확인하고 규명한 것이다. 이는 사회적지지가 청소년의 스트레스를 줄이고 긍정적인 감정을 형성하게 하여 행복감을 경험하도록 이끌어 줄 수 있음을 보여주는 것이다. 또한 청소년의 사회적지지원 중 또래, 가족, 교사와의 좋은 관계가 행복감에 미치는 중요한 요인으로 본다면 감사성향은 물론 사회적지지를 향상시킬 수 있는 방법과 수단을 강구하는 효과적인 방향성을 찾는 데 도움이 될 것으로 판단 된다.

본 연구결과를 바탕으로 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 이론적인 측면에서 보면 사회적지지원의 매개효과 변인을 하위유형별로 좀 더 확대하여 알아볼 필요가 있고, 감사성향이 개인의 유전적인 측면을 많이 받고 있다는 점에서 청소년들의 감사성향이 하루아침에 높아지는 것이 아니므로 평소 감사성향을 꾸준히 높여줄 수 있는 이론적 실천적 연구가 더욱 필요할 것으로 사료된다. 둘째, 정책적인 측면에서 보면 청소년의 사회적지지원은 그들의 행복감에 중요한 변수로 작용하고 있다. 이에 자녀를 올바르게 이해하고 지원할 수 있는 부모교육과 함께 교사의 전문성, 또래친구의 우정과 협력을 바탕으로 접근하는 또래관계 증진 프로그램 등을 보급하여 청소년들의 행복감 향상을 제고할 수 있는 학교단위나 지역단위의 프로그램 운영이 필요할 것으로 보인다.

한편, 본 연구는 다음과 같은 제한점을 가지고 있다. 첫째, 본 연구는 경기도의 인문계 고등학교 학생들만을 대상으로 연구하였으므로 연구의 결과를 일반화시키는 데는 한계가 있다. 따라서 추후연구를 통해 중학생뿐만 아니라 지역별로 표집을 좀 더 확대하여 연구를 해보아야 할 것으로 생각된다. 또한 본 연구에서는 성차에 따른 결과를 알아보지 않았기 때문에 추후연구에서는 성차를 중심으로 한 차이를 알아볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 각 변인을 측정하기 위해 자기보고식 척도만을 사용하였기 때문에 변수 간의 관계가 실제와

다르게 작용할 수 있으므로 이를 보완할 수 있는 방안을 마련하여 추후연구를 통해 다시 살펴볼 필요가 있다. 셋째, 청소년의 행복감에 영향을 미치는 변인들은 감사성향과 사회적지지 외에도 다양하므로 행복감을 고양할 수 있는 또 다른 주요 변인을 찾아 논리적 이론적 타당성을 바탕으로 이를 적용해보는 것은 창의적인 추후연구가 될 수 있을 것으로 보인다. 본 연구에서는 사회적지지의 요인을 또래, 가족, 교사지지로 알아보았으나 청소년의 사회적지지원으로 작용할 수 있는 또 다른 변인이 있을 수 있으므로 이에 주목하여 추후연구를 진행할 필요가 있을 것으로 생각된다. 넷째, 본 연구는 Baron과 Kenny(1986)의 3단계 매개분석을 사용한 석사학위논문을 수정 보완한 것이므로, 추후 학술연구에서는 Process Macro나 구조방정식 모형을 활용한 분석을 통해 보다 좀 더 정확한 결과를 얻어야 할 것으로 생각된다. 다섯째, 코로나 시대를 겪으면서 사회적 지지나 감사성향, 행복감 등에 다소 변화가 있었다고 예측되는바 추후연구에서는 관련 선행연구의 탐색도 필요할 것으로 판단된다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 청소년의 감사성향이 행복감에 미치는 영향에서 사회적지지의 매개효과를 하위요인별로 살펴보았다는 점, 이와 관련된 선행연구들의 결과를 재차 확인해볼 수 있었다는 점, 그리고 본 연구결과를 통해 청소년의 행복감을 증진시킬 수 있는 감사성향과 사회적지지를 확인하는 하나의 기초 자료를 마련했다는 점은 본 연구가 갖는 큰 의의라 할 수 있다.

■ 참고 문헌

- 곽금주 (1995). KLSSA 검사에 의한 청소년기 삶의 만족도. 한국심리학회지, 사회문제, 2(1), 5-16
- 권선중, 김교현, 이홍석 (2006). 한국판 감사성향척도(K-GQ-6)의 신뢰도 및 타당도. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 11(1), 177-190.
- 김기오, 서정교 (2009). 고등학생의 여가스포츠 참가와 사회적지지 및 학교생활 적응의 관계. 한국스포츠 사회학회지, 22(3), 125-140.
- 김명숙 (1994). 아동의 사회적지지와 부적응과의 관계. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 김수리 (2007). 부모지지, 진로결정, 자기효능감 및 역기능적 진로사고가 청소년의 진로발달에 미치는 영향. 홍익대학교 대학원 박사학위논문.
- 김신영, 백혜정 (2008). 한국청소년행복지수 개발연구. 한국사회학, 42(6), 140-173.
- 김애경 (2003). 부모의 갈등 및 사회적지지와 내외통제력이 초기 청소년의 자아존중감에 미치는 영향. 청소년학연구, 10(1), 9-20.
- 김의철, 박영신, 곽금주 (1998). 한국 청소년의 생활만족도와 스트레스 형성요인: 도시와 농촌 청소년을 중심으로. 한국심리학회지, 건강, 3(10), 79-101.
- 김청송 (2018). 청소년의 자기효능감과 행복과의 관계에서 사회적 지지의 매개효과. 청소년학연구, 25(4), 177-197.
- 김청송 (2022). 현대청소년심리 및 상담 제2판. 싸이엔북스.
- 김청송, 최은정 (2019). 청소년의 감사성향과 행복과의 관계에서 낙관성의 매개효과. 청소년학연구, 26(3), 175-195.
- 김혁주 (2016). 사회적 지지가 청소년의 심리적 안녕감에 미치는 영향: 개인특성의 매개효과와 성별의 조절효과를 중심으로, 조선대학교 박사학위논문.
- 김홍순, 송민경, 김청송 (2012). 청소년의 행복과 심리적 특성과의 관계에서 감사성향과 사회적지지의 중재모형. 한국심리학회지, 건강, 17(1), 253-270.
- 김희경, 심현옥, 문숙남, 이정민 (2014). 감사증진프로그램이 생도들의 감사성향, 행복감, 학교생활적응에 미치는 영향. 군진간호연구, 32(2), 69-81.
- 남영옥 (2008). 일반청소년과 시설청소년의 사회적지지와 학교적응 비교. 미래청소년학회지, 5(1), 145-164.
- 남영옥, 한상철 (2007). 청소년폭력 예방을 위한 보호요인들의 영향력 탐색. 청소년상담연구, 15(1), 78-89.

- 노지혜, 이민규 (2005). 나는 왜 감사해야 하는가?: 스트레스 상황에서 감사가 안녕감에 미치는 영향. 한국심리학회 연차학술발표대회 논문집 454-455.
- 노혜숙 (2008). 고등학생의 감사성향과 심리적 안녕감의 관계: 사회적지지의 매개효과. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 노혜숙, 신현숙 (2008). 청소년의 감사성향과 심리적 안녕의 관계에서 사회적지지의 매개효과. 청소년학연구, 15(2), 147-168.
- 도은영, 이국희 (2021). 코로나바이러스감염증-19(코로나-19)로 인한 사회적 거리두기가 청소년의 인지적 효율과 생활 만족도 변화 지각에 미치는 효과: 외향성과 행복에 대한 신념의 상호작용. 전북대학교 사회과학연구소, 45(3), 177- 218.
- 명수정 (2011). 중학생의 행복에 대한 사회적지지와 학업성취 및 낙성의 효과. 강원대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 문은식 (2002). 청소년의 학교생활 적응행동에 관련되는 사회·심리적 변인들의 구조적 분석. 충남대학교 대학원 박사학위논문.
- 민중서림 (2001). 민중 국어사전. 경기: 민중서림.
- 박숙경 (2002). 행복을 끌어오는 집단상담이 대학생들의 행복에 대한 자각, 행복한 사람들의 특성, 인간관계, 내적통제성 및 자아존중감에 미치는 효과. 홍익대학교 학생생활연구소, 12(1), 16-69.
- 박영신, 김의철, 정갑순, 이상미, 권혁호, 양계민(2000). 초 중 고등학생의 생활만족도 차이와 형성 및 영향. 한국심리학회지, 건강, 5(1), 94-118.
- 박지원 (1985). 사회적지지 척도를 위한 일 연구. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 서명자 (2020). 간호대학생의 학업스트레스와 대학생활적응: 사회적지지의 매개효과. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 신미, 전성희, 유미숙 (2012). 초기 청소년의 사회적 관계, 자아존중감, 삶의 만족, 학교생활적응 간의 관계분석. 아동학회지, 33(1), 81-92.
- 신주연, 이기학, 이윤아 (2005). 삶의 의미와 정서조절 양식이 청소년의 심리적 안녕에 미치는 영향. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 17(4), 1035-1057.
- 연세대학교 사회발전연구소 (2021). 2021 제12차 한국 어린이-청소년 행복지수 국제비교연구 조사 결과보고서. 서울: 한국방정환재단.
- 윤경희 (2017). 청소년의 기질이 안녕감에 미치는 영향: 사회적 지지의 매개효과. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 이경주 (1997). 청소년의 스트레스와 사회적지지 및 행동 문제. 전북대학교 대학원 석사학위논문.

- 이명희 (2023). 청소년의 감사성향과 행복감의 관계에서 사회적지지의 매개효과. 경기대학교 행정사회복지대학원 석사학위논문.
- 이미리 (2003). 청소년기 행복감 수준의 일상 맥락 변화에 따른 다양성. 한국심리학회지, 16(4), 193-209.
- 이수천, 전준현 (2009). 사회적지지가 그룹홈 청소년의 자아존중감에 미치는 영향. 한국청소년연구, 20(4), 145-186.
- 이정미 (2006). 아동이 지각한 부모 간의 갈등, 어머니의 양육행동, 사회적 지지 및 안녕감 간의 구조적 관계 분석. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 전혜리 (2007). 아동의 성격특성·사회적 지지와 심리적 안녕감과 관계. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 조성연, 신혜영, 최미숙, 최혜영 (2008). 한국의 아동은 행복한가? 전국 초등학교 2, 4, 6학년 아동을 대상으로. 한국아동학회 춘계학술대회집.
- 조은정 (2014). 아동·청소년이 지각한 사회적 지지가 행복감에 미치는 영향. 청소년문화포럼, 37, 103-126.
- 조주영, 정상철 (2007). 청소년 성장환경 체계요인에 관한 연구. 에니어그램연구, 4(1), 113-141.
- 최수은 (2023). 청소년이 지각한 부모 자율성지지와 행복감 간의 관계에서 친구 및 교사관계의 매개효과. 동아대학교 대학원 석사학위논문.
- 최은정, 김충송 (2019). 청소년의 감사성향과 행복과의 관계에서낙관성의 매개효과. 청소년학연구, 26(3), 175-195.
- 추이현 (2002). 사회적지지 및 자아존중감이 중학생의 적응행동에 미치는 영향. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 한국보건사회연구원 (2023). 사회정책 성과 및 동향 분석 기초연구.
- 허승연 (2009). 청소년의 행복에 영향을 미치는 생태체계 변인. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 허영선 (2009). 청소년이 지각한 행복감에 관한 연구. 전남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- Argyle, M., Martin, M., & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. In J. P. Forges & J. M. Innes (Eds.), Recent advances in social psychology: An international perspective (pp.189-203). North-Holland: Elsevier.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). "The moderator-Mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical consideration." Journal of Personality and Social Psychology, 51(6), 1173-1182.

- Barrera, M. (1981). Social support in the adjustment of pregnant adolescents: Assessment issue. IN B. H. Gottlieb(Ed.),. Social networks and social support. CA: Sage.
- Cassel, J. C. (1976). The contribution of the social environment to host resistance. *American Journal of Epidemiology*, 104, 107–123.
- Chapman, J. A., Denholm, C., & Wyld, C. (2008). Social support as a factor inhibiting teenage risk-taking : vews of students, parents and professionals. *Journal of Youth Studies*, 11(6), 611–627.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Dubow, E. F., & Ulman, D. G. (1989). Assessing social support in elementary sxhool children: The survey of children’s social supports. *Journal of Clinical Child Psychology*, 18(1), 52–64.
- Emmons, R. A. (2007). Thanks! How the new science of gratitude can make you happier. New York: Houghton–Mifflin.
- 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. (2002). Gratitude and the science of positive psychology. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology*, 457– 471. London: Oxford University Press.
- Fredrickson, B. L. & Branigan, C. (2005). Positive emotion broaden the scope of attention and thought–action repertoires. *Cognition and Emotion* 19(3). 313–32.
- Froh, J. J., Bono, G., & Emmons, R. (2010). Being grateful is beyond good manners: Gratitude and motivation to contribute to society among early adolescents. *Motivation and Emotion*, 34(2), 144–157.
- Gilligan, T. D., & Huebner, E. S. (2002). Multidimensional life satisfaction reports of adolescents: a multitrait–multimethod study. *Personality and individual differences*, 32(7), 1149–1155.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The oxford happiness questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well–being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073–1082.
- Jang, H., Reeve, J., Ryan, R. M., & Kim, A. (2009). Can self–determination theory explain what underlies the productive, satisfying learning experiences of collectivistically oriented Korean student? *Journal of Educational Psychology*, 101(3), 644–661.

- Lyubomirsky, S. (2007). *Practicing gratitude and positive thinking. The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want.* New York: Penguin Press.
- Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want.* New York: Penguin Press.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. (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 affect. *Psychological Bulletin*, 127(2), 249-266.
- Meehan, M. P., Durlak, J. A., & Bryant, F. B. (1993). The relationship of social support to perceived control and subjective mental health in adolescents. *Journal of Community Psychology*, 21(1), 49-55.
- Neilsen L. (1991). *Adolescence A Contemporary View(2nd)*, Florida: Harcourt Brace Jovanovich, Inc.
- Piko, B. F., & Hamvai, C., (2010). *Children and Youth Services Review*, 32(10), 1479-1482.
- Schneider, S. (2001). In search of realistic optimism: meaning knowledge, and warm fuzziness. *Journal of American Psychologist*, 54(3), 250-263.
- Seligman, M. E. P. (2002), *Authentic Happiness.* New York: Free Press.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Watkins, P. C. (2004). Gratitude and subjective well-being. *The psychology of Gratitude*, 167-192. New York: Oxford University Press.
- Watkins, P. C. (2013). *Gratitude and the Good Life: Toward a psychological of appreciation.* New York: Springer.
- 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. *An International Journal*, 31(5), 431-451.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative affectivity: The disposition to experienceaversive emotional states. *Psychological Bulletin*, 96, 465-490.
- 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.

Mediating Effect of Social Support on the effect of Adolescents' Gratitude Disposition on Happiness

Lee, Myoungheui*⁵⁾•Kim, Chungsong**⁶⁾•Choi, Eunjung***⁷⁾

Abstract

This study examined the relationship between the gratitude disposition and social support of adolescents on happiness, and set social support as a mediating variable to find out mediating effect of social support. To this end, a survey was conducted targeting male and female high school students located in Gyeonggi-do, and a total of 371 copies were used for the final analysis. As a result of the study, first, it was found that there was a significant correlation among variables of gratitude disposition, social support, and happiness. Second, as a result of confirming the mediating effect of social support in the relationship between gratitude disposition and happiness of adolescents, there was a partial mediating effect, and the significance of the indirect effect was also statistically significant. These results suggest that we can help adolescent with low gratitude dispositions to increase their gratitude dispositions. And it can be interpreted as suggesting that if the awareness of receiving social support from others important to oneself increases and the feeling of happiness increases, it can lead to healthy growth and adaptation. Based on the purpose and results of this study, the implications of this study and the direction of future research were discussed.

Key words: Adolescence, Gratitude Disposition, Happiness, Social Support

2023. 02. 28 투고, 2023. 03. 20 심사완료, 2023. 03. 27 게재확정

5) Kyonggi University Graduate School of Public Administration and Welfare Counseling, M.A. in Counseling Psychology

6) Kyonggi University Adolescent Science, Professor

7) Kyonggi University Adolescent Science, Visiting Professor, Corresponding Author