

중학생의 희망 및 공감과 행복감과의 관계

Relationships among Hope, Empathy and Happiness of Middle School Students

김영희*, 고태순**

대진대학교 아동학과*, 신한대학교 유아교육과**

Young-Hee Kim(yhkim@daejin.ac.kr)*, Tae-Soon Koh(kts@shinhan.ac.kr)**

요약

본 연구에서는 중학생의 희망 및 공감과 행복감 간의 관계를 분석하고자 하였다. 중학교 2학년 남녀 학생 383명을 연구대상으로 하였으며, 수집된 자료는 SPSS WINDOWS 18.0 프로그램을 이용하여 t검증, Pearson의 상관분석과 단계적 분석방법을 이용한 회귀분석을 실시하였다. 연구 결과는 다음과 같다, 첫째, 중학생의 행복감은 희망과 공감 수준에 따라 유의미한 차이가 있었다. 즉 희망 및 공감 수준이 높은 중학생이 희망과 공감 수준이 낮은 중학생보다 높은 행복감을 나타냈다. 둘째, 중학생의 행복감은 희망 및 공감과 정적인 상관관계가 있었다. 셋째, 주도사고, 공감적 관심, 관점취하기가 중학생의 행복감을 설명하는 유의한 예측변인이었다. 본 연구결과는 중학생의 행복감을 증진시키기 위해 개인의 긍정적인 내적 변인인 희망과 공감 수준을 높이기 위한 방안을 고려해야 함을 시사하고 있다.

■ 중심어 : | 희망 | 공감 | 행복감 | 중학생 |

Abstract

This study investigated the relationships among hope, empathy and happiness of middle school students. The participants were 383 second year middle school students. The data were analyzed using t-test, Pearson's Correlation Analysis and Stepwise Multiple Regression Analysis with SPSS WINDOWS 18.0. The results of this study were as follows: (1) There were significant differences in middle school students' happiness according to the level of hope and empathy. That is, the students who had high levels of hope and empathy had higher happiness than those with a low level of hope and empathy. (2) There were significant positive correlations among hope, empathy and happiness of middle school students. (3) Agency thinking, empathic concern, perspective-taking were significant variables in predicting the happiness of middle school students. The results of this study suggest the need to consider methods to increase a middle school students' hope and empathy, which are examples of an individual's positive inner variables, that enhance the middle school students' happiness.

■ keyword : | Hope | Empathy | Happiness | Middle School Student |

1. 서론

최근 웰빙(well-being)에 대한 관심이 높아지면서 개인의 행복, 심리적 안녕, 삶의 만족 등이 주요 연구주제가 되고 있다. 이러한 흐름은 그동안 인간의 문제에 대

해 주로 교정이나 치료 차원에서 접근해 온 관점에서 벗어나 개인이 가진 자원, 긍정적인 특성과 장점을 개발하여 삶에 적용하고자 하는 긍정심리학의 개념이 반영된 결과[1]로써, 최근의 연구자들은 행복을 포함한 심리적 건강의 근원에 대해 새롭게 관심을 갖기 시작했으

접수일자 : 2014년 09월 02일

수정일자 : 2014년 09월 30일

심사완료일 : 2014년 09월 30일

교신저자 : 고태순, e-mail : kts@shinhan.ac.kr

며, 희망과 공감 등 개인이 지닌 긍정적 특성에 주목하고 있다.

‘생활에서 충분한 만족과 기쁨을 느끼어 호뭇함 또는 그러한 상태’[2]를 뜻하는 행복은 모든 인간에게 있어 삶의 궁극적 목표가 되는 가치이며, 삶의 과정에서 끊임없이 추구되는 심리적 상태라 할 수 있다. 행복한 사람은 더 건강하고 활동적인 삶을 영위하며, 더 쉽게 결정할 수 있고, 이 세상을 좀 더 안전하게 느낀다[3]. 또한 친구들과 친밀한 관계를 맺고, 폭 넓은 대인관계를 가지며, 낙천적이고 긍정적으로 사고하고 행동하며[4], 스트레스를 잘 이겨내고, 자신의 직무에도 만족을 느낀다[5]. 이러한 사실을 통해 행복은 다양한 측면에서 개인의 삶에 긍정적으로 기여함을 알 수 있다.

행복의 유지는 모든 인간발달 과정에서 중요하지만, 특히 급변하는 사회 속에서 학업 및 미래에 대한 부담감, 부모 및 또래와의 갈등, 기성세대와의 세대차이 등 다양한 문제들로 인해 불안, 스트레스, 갈등이 고조되는 시기인 청소년기에 불안과 같은 부정적 감정과 스트레스를 해소하고 변화된 환경에 적절하게 적응하기 위해 행복감과 같은 긍정적 감정을 유지하고 증진시키는 것은 더욱 필요하다 하겠다. 하지만 우리 사회에서 끊임 없이 발생하는 청소년 학교폭력, 가출, 정신질환, 비행과 자살 등의 현상들을 비추어 볼 때, 지금의 청소년들은 그리 행복해 보이지 않는다. 실제로 최근 조사에 따르면 우리나라 청소년이 느끼는 행복감이 OECD 국가 중에서 가장 낮게 나타났다[6]. 교육과 생활양식 면에서는 조사 국가 중에 최상위였던 점이나 물질적 행복과 보건 및 안전 영역도 평균보다 높았다는 보고는 앞선 결과와 더욱 대비를 이룬다[42]. 따라서 이들의 건강한 적응을 돕고 행복을 높이기 위한 노력이 절실하다. 청소년기가 인생에서 단순히 스쳐가는 하나의 과정이 아니라 독특한 요구와 도전을 함축하는 시기이기 때문에 특별한 관심이 더욱 필요하다[7]는 점을 감안할 때 가정, 학교, 사회가 함께 위기에 처한 우리나라 청소년의 행복에 대해 더 많은 관심을 가지고 살펴보는 것이 요구된다. 이는 미래의 건강한 사회를 대비하기 위해서도 중요한 일일 것이다.

이에 본 연구에서는 생애 주기 상 부모의 보호가 절

대적으로 필요한 아동에서 자족적이고 독립적인 생활을 영위하는 성인으로 성장하는 과도기에 있는 청소년, 그 중에서도 초기 청소년인 중학생을 대상으로 그들의 행복감에 영향을 미치는 요인에 대해 알아보고자 한다. 고등학생은 성인 초기로 접어들면서 신체·정서적으로 안정되고 자아정체성이 확립되며 현실 수용이 커지는 반면, 중학생은 자아가 미성숙하여 인격의 통합이 불안정하고 신체·정서적으로 보다 불안정한 시기이기 때문에[8] 중학생의 행복에 대한 관심이 더욱 필요하고 이에 대한 연구가 보다 중요하다고 보았기 때문이다.

비교적 최근에 연구되고 있는 청소년의 행복에 관한 연구[8-12]에서는 청소년이 느끼는 행복과 관련된 변인을 주로 다루며, 연구결과 행복감은 개인 외적인 삶의 여건과 경험이 긍정적인 것이었는가에 따라 결정되기도 하지만 경험에 대한 지각과 해석, 삶의 가치관과 태도, 심리적 특성 등의 개인 내적 요인들과도 관련이 있는 것으로 나타났다. 개인 외적인 조건보다 심리 내적 상태가 개인이 느끼는 행복과 더 연관성이 있으며, 행복한 삶을 살아가는데 더 중요하다고 밝혀지기도 하였다[11][13].

이처럼 행복감에 영향을 미치는 요인으로 거론된 개인의 내적 특성 중 중학생이 느끼는 행복과 깊은 관련이 있을 것으로 예측되는 특성은 희망이다. ‘앞일에 대하여 어떤 기대를 가지고 바람’, 또는 ‘앞으로 잘될 수 있는 가능성’[2]을 의미하는 희망은 스트레스나 역경에 직면해서 좌절하기보다는 도전하여 긍정적으로 해결할 다양한 방법을 모색하는 대처자원[14]으로, 개인의 삶의 질을 결정하는 주요 요인이라 하겠다. 희망은 한 개인의 변화를 촉진하며, 심리적·신체적 건강을 유지하고 증진하는 등의 긍정적인 결과를 도출하고[15], 이 외에도 긍정적인 정서 및 유연한 긍정적 사고[16][17], 적극적이고 적응적인 대처방식[18], 다양한 대인관계[19] 등과 밀접한 관계가 있다. 이러한 사실은 새로운 도전과 위기를 겪는 청소년에게 있어 희망이야말로 변화에 적응하며 여러 난관을 극복하고 행복을 느끼면서 미래를 향해 움직일 수 있게 하는 원동력이 됨을 기대하게 만든다. 하지만 국내에서 수행된 연구에서는 희망과 관련하여 행복감의 유사 개념인 안녕감을 주로 다루고 있

으며, 희망과 행복감의 관계를 직접적으로 조사한 연구는 찾기 어렵다. 물론 희망과 안녕감에 관한 선행연구[20-22]를 통해 희망이 청소년의 행복감과도 밀접한 관련이 있고 행복감에 중요한 영향을 미칠 것으로 예측되지만, 이를 확인할 필요가 있다. 게다가 청소년을 대상으로 안녕감을 다룬 선행연구[20][23]도 주로 고등학생을 대상으로 희망의 영향을 설명하고 있는 점을 고려할 때, 초기 청소년인 중학생을 대상으로 희망과 행복감의 관계를 검증하는 것이 더욱 요구된다. 고등학생을 대상으로 한 연구결과를 발달 상 다른 요구와 심리적 특성을 지닌 중학생에게 바로 적용할 수 있는가라는 일반화의 문제가 있기 때문이다.

다음으로, 희망과 함께 청소년의 행복감에 영향을 미칠 것으로 예측한 개인의 긍정적 특성은 공감이다. 인간은 기본적으로 다른 사람과의 긍정적인 관계 속에서 행복을 느끼게 되는데 다른 사람들과의 관계를 잘 유지하기 위해서는 무엇보다도 다른 사람의 입장에서 생각해 보고 그 사람이 경험하는 감정적인 상태를 이해하는 공감능력이 중요하기 때문이다. 특히 청소년기는 일생 중 또래와의 친밀감이나 대인관계 욕구가 가장 큰 시기로[24], 이 시기에 사회적 관계가 급속하게 확대되며 또래와의 관계에 더욱 흥미를 갖게 되기 때문에 사회적 상호작용을 촉진시켜 주는 공감능력은 어느 시기보다 행복감에 크게 작용할 것으로 생각된다.

희망이 개인의 목표 및 그와 관련된 인지적 사고과정을 포함하는 긍정적인 특성이라면, 공감은 인지적, 정서적, 의사소통의 측면으로 구성되는 복합적인 차원의 특성이다[21]. 공감과 행복감의 관계에 대한 연구[25-27]에서는 대체로 공감이 행복감과 상관관계가 있으며, 행복감에 직간접적으로 영향을 미치는 주요 변인임을 보고하고 있다. 그러나 이들 연구는 대학생이나 초등학생을 대상으로 했다는 제한이 있으므로 본 연구의 관심대상인 중학생의 행복감에 미치는 영향에 대해서 살펴볼 필요가 있을 것이다.

앞서 살펴보았듯이, 지금까지 국내에서 이루어진 희망 및 공감 관련 연구들은 우리나라 청소년의 행복을 이해하는데 유용한 시사점을 제공하지만, 성인이나 대학생들을 대상으로 한 연구에 비해 청소년, 특히 청소년

초기에 속하는 중학생을 대상으로 한 연구는 상대적으로 미흡한 실정이다. 또한 희망 및 공감과 행복감의 관계를 따로 살펴본 연구가 대부분이며, 이들 두 변인이 함께 행복감과 어떤 관계를 가지고 행복감에 미치는 영향이 어떠한지를 직접 확인한 연구는 찾아보기 어려우므로 이에 대한 실증적인 연구가 필요하다고 하겠다. 따라서 본 연구에서는 중학생을 대상으로 희망 및 공감과 행복감 간의 관계를 규명함으로써 보다 긍정적인 관점에서 행복감을 증진시킬 수 있는 방안에 대해 논의하고자 한다. 이에 따른 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 중학생의 희망 및 공감 수준에 따라 행복감은 차이가 있는가?

연구문제 2. 중학생의 희망 및 공감과 행복감 간의 상관관계는 어떠한가?

연구문제 3. 중학생의 희망 및 공감이 행복감에 미치는 영향은 어떠한가?

II. 연구 방법

1. 연구대상

본 연구는 경기 지역의 중학교에 재학 중인 2학년 남녀 학생을 대상으로 실시하였다. 2개 학교를 직접 방문하여 총 410명에게 설문을 실시하였으며, 이 중 불성실하게 응답된 자료를 제외하고 최종적으로 383명을 연구대상으로 선정하였다. 성별로 살펴보면, 여학생이 212명(55.4%), 남학생이 171명(44.6%)이었다. 아버지의 학력은 대졸이 175명(45.7%)으로 가장 많았으며 그 다음으로 고졸 151명(39.4%), 대학원 이상 30명(7.7%), 전문대졸 17명(4.5%), 중졸이하 10명(2.7%)이었다. 어머니의 경우, 고졸이 206명(53.7%)으로 가장 많았고 그 다음이 대졸 128명(33.4%), 대학원 이상 20명(5.1%), 전문대졸 16명(4.3%), 중졸이하 10명(2.7%) 순이었다. 한편 가정의 경제적 수준이 보통이라고 답한 학생은 290명으로 전체 연구대상의 75.7%였으며, 잘 사는 편이라고 응답한 학생은 70명으로 18.3%, 못 사는 편이라고 답한 학생은 전체 학생 중 23명으로 6%인 것으로 나타났다.

2. 측정도구

2.1 희망

Snyder 등[16]이 개발한 특성 희망척도와 Snyder 등 [17]이 개발한 상태 희망척도를 강이영[28]이 종합하여 번안하고, 김택호[29]가 수정·보완한 척도를 사용하였다. 이 척도는 원래 3개 하위 요인(주도사고 요인, 경로 사고 요인, 중립 요인)으로 구성되었으나, 본 연구에서는 채점에서 제외되는 중립 요인 문항을 제외하고 경로 사고, 주도사고의 2개 하위 요인을 측정하는 14문항으로 구성하였다. 여기에서 경로사고(pathways thinking)는 자신이 원하는 목표를 달성하기 위해 가능한 방법들을 생각해낼 수 있다는 지각을 측정하며, 주도사고(agency thinking)는 목표달성을 위해 다양한 경로들을 사용할 수 있다는 지각이나 믿음을 측정한다. Likert식 5점 척도로서 점수가 높을수록 희망수준이 높다는 것을 나타낸다. 본 연구에서 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 경로사고 .83, 주도사고 .86, 전체 희망 .85로 나타났다.

2.2 공감

Davis[30]가 개발한 성인용 대인관계 반응척도(Interpersonal Reactivity Index)를 김성은[31]이 청소년에 맞게 번안·수정한 척도를 사용하였다. 이 척도는 원래 관점 취하기, 공감적 관심, 개인적 고통, 상상하기의 4개 하위 요인으로 구성되었지만, 본 연구에서는 관점 취하기, 공감적 관심, 상상하기의 3개 요인을 측정하는 21문항으로 제작하였다. 여기에서 관점취하기(perspective-taking)란 다른 사람의 입장이나 관점을 취해보려는 경향을 의미한다. 공감적 관심(empathic concern)은 불행한 사람에 대해 관심을 가지며 동정을 느끼는 경향을 뜻하고, 상상하기(fantasy)는 허구적인 상황 속에서 느낌을 상상해보는 경향을 나타낸다. Likert식 5점 척도로서 점수가 높을수록 공감능력이 높다는 것을 나타낸다. 본 연구에서 척도의 신뢰도는 관점취하기 .66, 공감적 관심 .61, 상상하기 .88, 전체 공감 능력 .85로 나타났다.

2.3 행복감

Arygle, Martin과 Crossland[32]가 제작한 옥스포드 행복검사(Oxford Happiness Inventory)를 Hills와 Arygle[33]이 29문항 Likert식 척도로 수정한 것을 사용하였다. 원래는 6점 척도로 제작되었으나 본 연구에서는 5점 척도로 구성하여 사용하였다. 점수가 높을수록 행복 정도가 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 나타난 척도의 신뢰도는 .89였다.

3. 자료분석

수집된 자료는 SPSS WINDOWS 18.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다. 연구대상의 일반적 배경을 알아보기 위해 빈도와 백분율을 구했으며, 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 또한 연구문제의 분석을 위해 t검증, Pearson의 상관분석과 단계적 분석방법을 이용한 다중 회귀분석을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 중학생의 희망 및 공감 수준에 따른 행복감의 차이

희망 및 공감 수준에 따라 행복감에 차이가 있는지 알아보기 위해 희망 및 공감 점수의 총합이 낮은 하위 25%의 집단과 총합이 높은 상위 25%의 집단을 구분하여 t검증을 실시하였다. 검증결과, 중학생의 행복감은 희망 및 공감 수준에 따라 유의미한 차이가 나타났다. 즉 희망 및 공감 수준이 높은 중학생이 희망 및 공감 수준이 낮은 중학생보다 높은 행복감을 보였다[표 1].

표 1. 희망 및 공감 수준에 따른 행복감 차이

변인	희망		공감		
	하위 집단	상위 집단	하위 집단	상위 집단	
행복감	<i>N</i>	92	104	85	96
	<i>M</i>	87.10	104.09	87.95	100.39
	<i>SD</i>	13.15	13.07	11.62	14.44
	<i>t</i>	-9.06***		-6.41***	

*** $p < .001$

2. 중학생의 희망 및 공감과 행복감과의 상관 관계

행복감은 희망 및 공감과 어떠한 관련이 있는지 알아보기 위해 상관관계 분석을 실시하였다. 분석결과, 중학생의 행복감은 희망의 하위 요인인 주도사고 및 경로사고와 유의한 정적 상관이 있었으며($r=.58, p<.001$; $r=.49, p<.001$), 또한 공감의 하위 요인인 관점 취하기, 공감적 관심, 상상하기 모두와도 유의한 정적 상관을 나타냈다($r=.30, p<.001$; $r=.33, p<.001$; $r=.27, p<.001$) [표 2].

표 2. 중학생의 희망 및 공감과 행복감의 상관관계

변인	1	2	3	4	5	6
1		.65***	.58***	.23***	.17***	.17***
2			.49***	.39***	.29***	.32***
3				.30***	.33***	.27***
4					.36***	.41***
5						.39***
6						
희망	1. 주도사고 2. 경로사고		3. 행복감	공감	4. 관점취하기 5. 공감적 관심 6. 상상하기	

*** $p < .001$

3. 중학생의 행복감에 대한 희망 및 공감의 영향

중학생의 희망 및 공감이 행복감에 미치는 영향을 알아보기 위해 행복감을 종속변인으로 하고, 희망과 공감의 하위 요인을 독립변인으로 하여 단계적 중다회귀분석을 실시하였다[표 3]. 우선 회귀분석의 적용 적합성을 알아보기 위하여 Durbin-Watson 계수를 산출한 결과 1.86으로 2에 가깝게 나타나 측정치간의 독립성을 확인

표 3. 중학생의 행복감에 대한 희망 및 공감의 영향

모형	변수	B	S.E	β	R^2	F
1	(상수)	56.44	2.80		.36	196.83***
	주도사고	1.79	.13	.60***		
2	(상수)	37.15	4.30		.41	123.76***
	주도사고	1.66	.13	.56***		
	공감적 관심	.94	.16	.24***		
3	(상수)	31.73	4.81		.42	85.65***
	주도사고	1.60	.13	.53***		
	공감적 관심	.80	.17	.20***		
	관점 취하기	.41	.17	.11*		

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

하였다. 또한 독립변인들 간의 다중공선성이 존재하는지 파악하기 위해 분산팽창요인(VIF)을 산출한 결과 1.07~1.19로 다중공선성의 기준인 10보다 작게 나타나 독립변인들 간에 다중공선성이 없는 것으로 나타났다.

분석결과, 먼저 1단계 분석에서 주도사고($\beta=.60, p<.001$)가 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다($F=196.83, p<.001$). 2단계 분석에서는 주도사고($\beta=.56, p<.001$)와 공감적 관심($\beta=.24, p<.001$)이 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며($F=123.76, p<.001$), 3단계 분석에서는 주도사고($\beta=.53, p<.001$)와 공감적 관심($\beta=.20, p<.001$) 및 관점 취하기($\beta=.11, p<.05$)가 행복감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다($F=85.65, p<.001$). 종합해보면, 주도사고가 행복감의 일차적인 예측변인이며, 공감적 관심, 관점 취하기 순으로 행복감을 예측하고 있음을 알 수 있다. 중학생의 행복감을 예측하는 요인의 설명력을 살펴본 결과, 주도사고의 설명력이 36%로 나타났으며, 공감적 관심이 추가되어 5%의 설명력이 증가되었다. 또한 관점 취하기가 추가되어 1%의 설명력이 증가되어 이들 요인들의 행복감에 대한 총 설명력은 42%인 것으로 나타났다 [표 3].

IV. 논의 및 결론

본 연구에서 나타난 결과를 중심으로 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 중학생의 행복감은 희망 및 공감 수준에 따라 유의한 차이가 나타났다. 즉 어떤 일의 결과에 대해 밝은 전망을 가진 희망 수준이 높은 중학생이 희망 수준이 낮은 중학생보다, 그리고 다른 사람의 입장에서 생각해 보고 그 사람이 경험하는 감정적 상태를 이해하는 공감능력이 높은 중학생이 공감능력이 낮은 중학생보다 더 행복하다고 지각하였다. 이러한 결과는 희망과 공감 수준이 모두 높은 중학생이 다른 3개 집단의 중학생들보다 높은 안녕감을, 그리고 희망과 공감 수준이 모두 낮은 중학생이 다른 3개 집단의 중학생들보다 낮은 안녕감을 나타낸 연구 결과[34]와 일맥상통한다 하겠다.

희망 수준이 높은 중학생의 행복감이 희망 수준이 낮은 중학생에 비해 높게 나타난 것은 희망이 자신의 미래 모습에 대해 긍정적인 상을 갖게 하여 사소한 일상에 의미와 목적의식을 부여하게 하고, 낙관적인 마음 상태를 갖도록 유도함으로써[35] 일상의 다양한 스트레스로부터 스스로를 보호하도록 하고, 현재 진행하고 있는 일을 지속할 수 있도록 도우며[36], 실패를 경험하고 역경에 부딪혔을 때에도 회피적으로 대처하기보다는 적극적으로 대처하고 현실에 대하여 긍정적이고 진취적 자세를 가지도록 하여 궁극적으로 보다 높은 행복감을 보이는 것이라 생각된다. 한편 상호간 관계의 질을 결정하는 공감능력의 수준이 높은 중학생이 공감 수준이 낮은 중학생보다 더 높은 행복감을 나타낸 것은 공감을 통해 부모, 교사, 또래 등과 친밀한 관계를 맺고 그 관계 속에서 인정, 수용, 지지를 받으면 중학생은 자신이 사랑받고 있다고 인식하는 등 긍정적인 삶의 경험을 하게 되어 나아가 행복하다고 느끼게 되는 것으로 볼 수 있다.

둘째, 중학생의 희망 및 공감과 행복감 간의 상관관계를 알아본 결과, 중학생의 행복감은 희망의 하위 요인인 주도사고 및 경로사고, 그리고 공감의 하위 요인인 관점 취하기, 공감적 관심, 상상하기 모두와 유의한 정적 상관이 있었다. 구체적으로, 자신이 원하는 목표를 달성하기 위해 가능한 방법들을 생각해낼 수 있고 목표 달성을 위해 다양한 경로들을 사용할 수 있다고 높게 지각할수록, 그리고 다른 사람의 입장이나 관점을 더

잘 취하고 불행한 사람에 대해 동정심이나 관심을 가지며 상상적인 상황에 자신을 더 잘 전이시킬수록, 중학생이 느끼는 행복감은 컸다. 이러한 결과는 청소년의 희망이 안녕감과 밀접한 관련이 있다는 연구[20-22][37], 그리고 공감은 행복감 내지 안녕감과 정적으로 유의한 상관관계가 있다는 연구[21][22][26][27]의 결과를 지지하는 것이다.

셋째, 주도사고, 공감적 관심, 관점 취하기가 중학생의 행복감을 유의하게 설명하는 예측변인이었다. 구체적으로 예측변인의 설명력을 살펴보면, 주도사고의 설명력이 36%로 나타났으며, 공감적 관심이 추가되어 5%의 설명력이 증가되었다. 또한 관점 취하기가 추가되어 1%의 설명력이 증가되어 이들 변인들의 행복감에 대한 총 설명력은 42%인 것으로 나타났다. 이러한 결과는 저소득 가정 아동의 심리적 안녕에 대해 희망과 공감은 유의미한 예측 변인이 아닌 것으로 나타난 연구 결과[21]와 상이하다. 그러나 이현진의 연구[22]에서 또래관계에 상관없이 희망은 청소년의 심리적 안녕감에 영향을 미치는 중요한 변인이며 공감도 부분적이지만 작용하고, 또한 주도사고와 관점취하기가 각각 심리적 안녕감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타난 것과 같은 맥락이라 하겠다. 희망과 공감의 영향에 대한 상반되는 결과에 대해선 추후에 더 많은 검증이 필요하리라 하겠다.

본 연구결과를 통해 행복감에 가장 큰 영향력을 갖는 설명변인은 주도사고이며, 따라서 중학생의 행복감을 증진시키기 위해 무엇보다도 희망, 특히 주도사고를 개발하는 것이 중요함을 알 수 있다. 이러한 결과는 주도사고가 부적응 문제를 더 잘 예언한다는 Cramer와 Dyrkacz의 연구결과[38]와 같은 맥락으로 이해할 수 있다. 뿐만 아니라 공감, 특히 공감적 관심과 관점 취하기를 높이는데 주력하는 것 역시 중요하다는 것을 알 수 있다. 기존의 연구[20][22][37][39]가 본 연구의 결과를 부분적으로 뒷받침해 준다.

한편, 본 연구는 중학생의 행복감에 영향을 미치는 변인으로 희망과 공감을 함께 분석함으로써 그들의 행복감에 대한 이해를 도모하였다는 점에서 의의가 있으며, 본 연구에서 밝혀진 결과는 중학생의 행복을 높이

기 위해 노력하는 부모나 교사들에게 시사하는 바가 있다 하겠다. 즉 연구결과 희망과 공감은 중학생이 느끼는 행복과 밀접한 관련이 있으며, 또한 그들의 행복감을 예측할 수 있는 중요 지표인 것으로 밝혀졌는데, 이러한 결과를 통해 행복을 증진시키기 위해서는 희망이나 공감과 같은 긍정심리학적 요인에 보다 초점을 맞추는 것이 필요함을 확인하였다. 따라서 자신과 주변 환경의 다양한 변화로 인해 다양한 스트레스와 위협에 노출되기 쉬운 청소년 시기에 희망이나 공감과 같은 긍정적 특성을 개발하여 스트레스에 대처하고 위기상황들을 극복하며 나아가 삶 속에서 자신의 능력을 최대한 발휘하면서 행복을 느끼며 살아갈 수 있도록 도움을 주는 방향의 접근이 필요함을 알 수 있다.

마지막으로 본 연구의 결과를 토대로 추후연구를 위해 제언을 하면 다음과 같다. 먼저, 본 연구는 경기 지역의 2개 중학교에 재학 중인 2학년 남녀 학생을 대상으로 했으며, 따라서 지역적으로나 연구대상의 연령에 있어서도 제한적이라는 한계를 지닌다. 발달은 사회·문화적 영향을 받고, 행복감은 개인적 경험과 그에 따른 심리적 결과, 개인이 속한 집단의 다양한 특성 등에 따라 다르다는 점을 고려할 때, 청소년기라고 하더라도 중학생 시기와 고등학생 시기에 따라 행복감 및 이에 영향을 미치는 요인이 다를 수 있고, 다양한 사회·문화적 배경이 서로 다른 영향을 미칠 수 있으므로 추후에는 다양한 지역과 연령에 대한 실증적인 연구와 더불어 연령에 따른 변화를 살피는 연구가 필요할 것이다.

둘째, 본 연구에서는 중학생의 행복감에 영향을 미칠 것으로 예측되는 변인으로 개인 내적 변인인 희망과 공감을 살펴보았는데 이들 변인들은 행복감을 전체적으로 설명하기에는 한계가 있다. 본 연구에서도 희망과 공감의 총 설명력은 42%인 것으로 나타났는데, 이를 감안하면 행복감을 설명할 수 있는 다양한 변인들에 대한 폭넓은 연구가 지속적으로 수행될 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 모든 변인을 자기보고식 질문지를 통해 측정하였다. 이는 응답의 바람직성이나 주관성이 개입되었을 가능성이 있으므로, 후속연구에서는 부모와 교사의 보고를 참고하는 등 다각적으로 연구함으로써 결과의 타당성을 높이는 방법을 고려할 필요가 있다.

넷째, 희망과 공감의 하위 요인 중 주도사고, 공감적 관심, 관점 취하기가 중학생의 행복감을 설명하는 요인으로 나타난 연구결과를 토대로, 추후에는 중학생의 행복감을 높이기 위해 이 요인들을 향상시킬 수 있는 프로그램에 대한 모색이 필요할 것이다. 긍정심리학에서는 인간은 누구나 행복 수준을 보다 높은 수준으로 향상시킬 수 있다고 보며[12], Lyubomirskyh[40]도 행복 수준은 고정된 것이 아니며 의도적인 활동에 주안점을 두어 노력하면 얼마든지 향상시킬 수 있음을 강조한 것에서 그 근거를 찾을 수 있다. 이기범[41] 역시 한국의 교육문화와 아동·청소년의 행복에 관한 연구에서 행복하게 살 수 있는 역량, 즉 '행복역량'이 교육을 통해 개발되어야 한다고 주장하였다. 이에 따라 본 연구에서 중학생의 행복감에 유의하게 영향을 미치는 것으로 밝혀진 주도사고, 공감적 관심, 관점 취하기 등을 높이기 위한 프로그램의 개발과 시행, 그리고 그 효과에 대한 실증적 연구가 이루어지길 기대한다.

참 고 문 헌

- [1] 김연화, "아동·청소년의 일상 스트레스 및 자아탄력성과 행복감과의 관계", 청소년학연구, 제17권, 제12호, pp.287-307, 2010.
- [2] http://stdweb2.korean.go.kr/search/List_dic.jsp
- [3] M. Argyle, *The Psychology of Happiness*, New York: Routledge Press, 2001.
- [4] E. Diener and M. E. P. Seligman, "Very Happy People," *Psychological Science*, Vol.13, No.1, pp.81-84, 2002.
- [5] R. Veenhoven, "Is Happiness Relative?," *Social Indicators Research*, Vol.24, pp.1-34, 1991.
- [6] <http://news.donga.com/3/all/20130504/54898670/1>
- [7] 윤종대, 정철규, 윤필규, 노미라, "중학생의 여가활동 참여유형이 학교생활 적응과 심리적 행복감에 미치는 영향", 한국여가레크리에이션학회지, 제33권, 제2호, pp.125-134, 2009.
- [8] 김예진, *중학생의 부모-자녀관계와 행복감의 관*

- 계에서 감사성향의 매개효과, 숙명여자대학교 석사학위논문, 2012.
- [9] 김청송, “청소년의 행복결정요인에 관한 연구”, 한국심리학회지: 건강, 제14권, 제3호, pp.649-665, 2009.
- [10] 이은경, “청소년의 행복관련 요인에 대한 연구: 정신건강 측면을 중심으로”, 한국청소년복지학회 춘계학술대회 자료집, pp.71-95, 2007.
- [11] 허승연, 청소년의 행복에 영향을 미치는 생태체계 변인, 숙명여자대학교 박사학위논문, 2009.
- [12] M. E. P. Seligman, *Authentic Happiness*. New York: Fress Press, 2002.
- [13] E. Diener, E. M. Suh, R. E. Lucas, and H. L. Smith, “Subjective Well-being: Three Decades of Progress,” *Psychological Bulletin*, Vol.125, pp.276-302, 1999.
- [14] 조현주, “희망이 생활스트레스와 정신병리, 삶의 만족도에 미치는 영향”, 한국심리학회지: 임상, 제29권, 제3호, pp.839-852, 2010.
- [15] 김진희, 초기 청소년이 지각하는 가족기능과 희망의 관계-부자유친성정의 조절효과를 중심으로, 고려대학교 석사학위논문, 2013.
- [16] C. R. Snyder, C. Harris, J. R. Anderson, S. A. Holleran, L. M. Irving, S. T. Sigmon, L. Yoshinobu, J. Gibb, C. Langelle, and P. Harney, “The Will and the Ways: Development and Validation of an Individual -differences Measure of Hope,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.60, pp.570-585, 1991.
- [17] C. R. Snyder, B. Hoza, W. E. Pelham, M. Rapoff, L. Ware, M. Danovsky, L. Highberger, H. Rubinstein, and K. J. Stahl, “The Development and Validation of the Children’s Hope Scale,” *Journal of Pediatric Psychology*, Vol.22, pp.399-421, 1997.
- [18] S. E. Taylor and D. A. Armour, “Positive Illusions and Coping with Adversity,” *Journal of Personality*, Vol.64, pp.873-898, 1996.
- [19] C. R. Snyder, J. Cheavens, and S. T. Michael, Hoping, In C. R. Snyder(Ed.), *Coping: The Psychology of What Works* (pp.205-231), New York: Oxford University Press, 1999.
- [20] 김남희, 희망과 사회적지지, 대처방식이 심리적 안녕감에 미치는 영향, 가톨릭대학교 석사학위논문, 2006.
- [21] 이용철, 희망, 공감, 사회적 지지가 저소득 가정 아동의 심리적 안녕감에 미치는 영향, 계명대학교 석사학위논문, 2009.
- [22] 이현진, 희망과 공감이 청소년의 심리적 안녕감에 미치는 영향 또래관계를 중심으로, 가톨릭대학교 석사학위논문, 2007.
- [23] 김택호, 김재환, “청소년의 탄력성 발달과정에서 희망과 삶의 의미의 효과”, 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제16권, 제3호, pp.465-490, 2004.
- [24] 이옥형, *청소년심리학*, 집문당, 2006.
- [25] 김여흠, 이윤주, “대학생의 행복감에 영향을 미치는 사회불안, 공감, 사회적 기술, 분노표현양식, 대인관계만족에 대한 구조 방정식 모델검증”, 상담학연구, 제14권, 제3호, pp.1587-1604, 2013.
- [26] 조훈미, 초등학생의 공감능력, 친사회적 행동 및 행복감의 관계, 충남대학교 석사학위논문, 2012.
- [27] 최영아, 아동의 공감 능력과 의사소통 능력이 또래관계와 행복감에 미치는 영향, 대전대학교 석사학위논문, 2012.
- [28] 강이영, 상담과정 희망척도의 개발과 적용, 성균관대학교 박사학위논문, 2002.
- [29] 김택호, 희망과 삶의 의미가 청소년의 탄력성에 미치는 영향, 한양대학교 박사학위논문, 2004.
- [30] M. H. Davis, “A Multidimensional Approach to Individual Differences in Empathy,” *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, Vol.10, p.85, 1980.
- [31] 김성은, 학생의 감정공명과 학업성적, 학급내 사회성, 학교에 대한 태도와의 관계에 관한 연구, 중앙대학교 석사학위논문, 1997.
- [32] M. Argyle, M. Martin, and J. Crossland,

Happiness as a Function of Personality and Social Encounters, In J. P. Forgas and J. M. Innes(Eds), *Recent Advances in Social Psychology; An International Perspective* (pp.189-203), North-Holland: Elsevier, 1989.

[33] P. Hills and M. Argyle, "The Oxford Happiness Questionnaire: An Compact Scale for the Measurement of Psychological Well-being," *Personality and Individual Differences*, Vol.33, pp.1073-1082, 2002.

[34] 이희경, "중학생의 희망과 공감 하위집단에 따른 심리적 안녕감의 차이", *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 제19권, 제3호, pp.751-766, 2007.

[35] J. L. Kurtz and S. Lyubomirsky, Towards a Durable Happiness, In S. J. Lopez and J. G. Rettew(Eds.), *The Positive Psychology Perspective Series(4)*(pp.21-36), Westport, CT. Greenwood Publishing Group, 2008.

[36] M. F. Scheier and C. S. Carver, "On the Power of Positive Thinking: The Benefits of Being Optimistic," *Current Directions in Psychological Science*, Vol.2, pp.26-30, 1993.

[37] C. R. Snyder, "Hope and Other Strengths: Lessons from Animal Farm," *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol.23, No.5, pp.624-627, 2004.

[38] K. M. Cramer and L. Dyrkacz, "Differential Prediction of Maladjustment Scores with the Snyder Hope Subscales," *Psychological Reports*, Vol.83, pp.1035-1041, 1998.

[39] N. Park, C. Peterson, and M. E. P. Seligman, "Strengths of Character and Well-being," *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol.23, No.5, pp.603-619, 2004.

[40] S. Lyubomirsky, *The How of Happiness: A Scientific Approach to Getting the Life You Want*, New York: Pinguin Press, 2007.

[41] 이기범, "한국의 교육문화와 아동·청소년의 행

복", *한국청소년연구*, 제20권, 제1호, pp.365-392, 2009.

[42] 정은선, 이자영, "부모 양육태도, 사회적 지지 및 강인성이 자녀의 주관적 행복감에 미치는 영향", *한국콘텐츠학회논문지*, 제13권, 제9호, pp.204-215, 2013.

저자 소개

김 영 희(Young-Hee Kim)

정회원



- 1996년 2월 : 숙명여자대학교 아동복지학과(이학박사)
- 1997년 3월 ~ 현재 : 대진대학교 아동학과 교수

<관심분야> : 아동심리, 아동상담, 놀이

고 태 순(Tas-Soon Koh)

정회원



- 2007년 2월 : 성균관대학교 아동학과(철학박사)
- 2008년 3월 ~ 현재 : 신한대학교 유아교육과 조교수

<관심분야> : 아동심리, 유아 교육, 부모교육, 놀이