

영아-걸음마기 자녀를 둔 초산모의 그릿과 행복감의 관계: 삶의 의미와 양육효능감의 매개효과

Received: April 15, 2021

Revised: July 15, 2021

Accepted: August 30, 2021

박주하¹, 배유진¹, 양수진²

이화여자대학 심리학과/ 학생¹, 이화여자대학 심리학과/ 교수²

교신저자: 양수진
이화여자대학 심리학과,
서울시 서대문구 이화여대길 52

E-MAIL:
sujin.yang@ewha.ac.kr

**The Relationship between First-Time Mother's
Grit and Happiness: The Mediation Effects of Meaning of Life
and Parental Self-Efficacy in Mothers of Infants and Toddlers**

Jooha Park¹, Eujin Bae¹, Sujin Yang²

Department of Psychology, Ewha Women's University/ Student¹

Department of Psychology, Ewha Women's University/ Professor²

© Copyright 2021.
The Korean Journal of
Developmental Psychology.
All Rights Reserved.



* 이 논문은 2019년
한국발달심리학회
연차학술대회에서 포스터 발표한
내용을 수정 보완한 것임.

ABSTRACT

본 연구는 초산모를 대상으로 그릿이 행복의 예측변인으로 작용하는지를 알아보고, 나아가 그 기저 기제로 삶의 의미와 양육효능감의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀 한 명을 둔 전업주부 217명을 대상으로 자기보고식 설문 자료를 수집하였다. 분석 결과, 각 변인들은 모두 유의미한 정적 상관을 나타냈으며, 그릿과 행복감의 관계에서 의미발견과 양육효능감의 단순 매개와 이중 매개효과가 모두 유의하였다. 그러나 의미추구의 경우, 의미발견을 통한 삼중 매개효과만 유의하게 나타났다. 본 연구는 부모생애주기 상 육아에 대한 신체적 부담이 가장 크며, 산후 우울과 같은 위험 요인이 높은 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 양육하는 초산모들에게 그릿이 행복감을 고양시킬 수 있는 구인임을 보여주었다. 이로써 본 연구는 개인의 장기적 목표가 실현되는 학업 및 직업현장 뿐 아니라 삶과 생활의 영역으로 전이 활성화될 수 있는 그릿의 가능성은 확인하였다 는 점에서 의의를 지닌다.

주요어 : 초산모, 그릿(Grit), 삶의 의미, 양육효능감, 행복감

임신과 출산은 여성에게 생명에 대한 신비와 기쁨을 경험하는 통로임과 동시에 육아라는 새로운 과업에 대한 혹독하고 고단한 신체적, 심리적 부담감을 유발한다(문혁준, 2004). 인구보건복지협회의 2015년 저출산 인식 설문조사에서는 기혼여성의 33.7%가 산후우울증으로 인한 자살 충동을 느꼈다고 보고했다(이소영 등, 2017). 산후우울은 자존감과 자기효능감을 떨어뜨려 어머니 역할에 부정적인 영향을 미치고 아기의 인지적·정서적 발달에 악영향을 줄 수 있어 출산 후 여성들의 적응을 방해하는 중요한 요인이다(Barr, 2008; Logsdon et al., 2006). 특히, 초산모들은 육아에 대한 지식과 경험의 부족으로 인한 어려움이 많은데다가(박영아, 2005), 만 0-2세 영아-걸음마기는 장시간 보호와 돌봄이 필요하기 때문에 양육자의 부담이 배가 된다. 이러한 이유로 영아-걸음마기 자녀를 둔 어머니들의 행복감을 높이는 변인들을 모색하고 이를 간 관계를 종합적으로 확인할 필요가 있다.

1998년 Martin Seligman에 의해 소개된 뒤로 대중적인 관심과 함께 심리학의 새로운 연구 동향으로 주목받고 있는 긍정심리학은 부모 대상 연구에서도 괄목할만한 성과를 이끌어내고 있다(김도란, 김정원, 2008). 부모의 긍정적인 심리특성에 대한 탐색은 효과적인 양육을 위한 자원으로 작용할 수 있어 관심이 증가되고 있는 실정이다. 특히, 어머니의 행복감은 유아의 행복감과 정적인 관계를 가질 뿐만 아니라 유아의 자아탄력성과 자기조절력 및 자녀와의 안정애착 발달에도 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다(김민정, 김정원, 2010; 김진이, 2018; 조부월, 2017; 이용희, 오선진, 2018). 행복한 어머니는 어린 자녀의 필요에 민감하고 반응적이며, 긍정적인 양육을 할 가능성이 높다. 긍정적인 양육은 자녀를 행복하게 돌볼 수 있게 해주고

부모와 자녀가 안정적이고 긍정적인 관계를 형성하게 하며 궁극적으로는 건강한 유아발달을 이끈다(김진이, 2018; 한명숙, 2012; Biddulph, 2004; Thompson, 1998). 나아가 Trute와 동료들(2011)은 어머니의 긍정 정서가 육아에서 오는 만성적인 스트레스의 부정적 영향을 상쇄시킨다고 밝히면서 어머니의 긍정적 정서가 심리적 대처자원이 될 수 있다고 제안하였다. 이는 행복이라는 긍정 정서로 인한 심리적 자원이 사고와 행동 영역뿐 아니라 자녀와 가족을 비롯한 주변 사람들과의 긍정적인 상호작용 영역으로 확장되고 구축되어 장기적으로는 친사회적 행동 및 개인의 정신건강에 기여하는 정적 감정의 확장-구축 이론(Broden-and-Build Theory: Fredrickson, 1998; 2001; 2005)에 상응하는 결과이다. 이처럼 긍정적 정서의 확장-구축 이론(Fredrickson, 1998; 2001; 2005)은 행복이 긍정적 결과를 이끄는 과정을 설명한다. 이 이론에 따르면, 긍정정서는 개인의 인식을 확장하고 신체적, 심리적, 사회적 자원을 구축하게 하여 부정적 사건이나 정서의 영향을 약화시킨다. 긍정정서 경험을 통해 구축된 심리자원은 이후 행복을 증가시키고 우울증상을 감소시키며 개인의 성장과 발전을 이끌 수 있다(Fredrickson et al., 2008). 이러한 점을 종합하면, 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 양육하는 초산모들의 행복감 고양은 첫 출산 후 경험하기 쉬운 산후 우울이나 양육 스트레스를 상쇄시켜 개인을 보호할 수 있다. 초산모의 역할 적응과 자녀와의 애착 및 발달에도 긍정적인 영향을 줄 수 있어 이와 관련한 연구의 필요성이 대두된다.

그렇다면 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 양육하는 초산모의 행복도를 높일 수 있는 예측요인은 무엇일까? 그릿은 Duckworth와 동료들(2007)에 의해 제안된 개념으로, 역경이나 어려움 속에서도

장기적인 목표를 향해 노력과 흥미를 지속하는 개인의 성향이자 비인지적 성격특성을 의미한다. 그릿의 특성은 성격의 5요인 중 성실성이나 자기통제와 비슷하지만 Duckworth와 동료들(2007)은 그릿이 보다 장기적인 관점에서 일관된 목표와 흥미를 유지한다는 부분에서 차별성을 지닌다고 언급하였다.

그릿은 발휘되는 영역에 제한을 두지 않으며, 개인이 장기적으로 목표를 세워 노력을 기울이는 많은 분야의 경계를 넘어 작용한다(Jackson, 2017). Duckworth와 동료들(2007)은 이를 영역일반적 그릿의 특성이라 설명하였다. 다시 말해 그릿은 스포츠 선수나 예술가와 같은 특수한 영역의 종사자 뿐 아니라, 학생, 군인, 직장인, 학자, 의료종사자 등 영역과 분야의 제한이 없으며(예: Eskreis-Winkler et al., 2014), 초등학생부터 중·노년 등 다양한 연령대(예: 임효진 등, 2016; 최효선, 양수진, 2018; 안태영 등, 2020; 황예은, 양수진, 2020)와 동·서양의 서로 다른 국가와 인종(예: Datu et al., 2017), 그리고 학교, 직장, 군대, 영어철자 경시대회, 결혼생활, 우울과 같은 임상적 맥락(예: Datu et al., 2018) 등 상황에 대한 차별성이 없이 일반적으로 적용됨을 뜻한다. Duckworth가 개발한 그릿 척도 역시 개인이 목표로 한 분야와 상관없이 전역적 사용이 가능하도록 되어 있다. 이를 뒷받침하는 결과로 Eskreis-Winkler와 동료들(2014)은 그릿이 남성의 결혼생활 유지와 같은 삶의 일반적 경험에 대해서도 예측력을 가진 것을 확인하였고, 나아가 그릿은 개인의 성취 영역과 일반적 삶의 영역에도 동시적으로 작용될 수 있다고 보았다. 한편, Cormier와 동료들(2019)은 체육 특기생을 대상으로 한 연구결과를 기반으로, 스포츠라는 개인의 관심 영역에서 발휘되는 그릿이 학업 영

역이나 삶의 전역에서 발휘되는 그릿보다 유의미하게 높음을 보고하며, 그릿에 대한 영역특수적 접근을 강조하였다. 정리하면, 그릿은 삶의 다양한 영역에서 발휘되지만, 개인이 열정과 끈기를 보이는 분야, 즉, (상위) 목표와 관련된 특정 영역에서 집중적으로 발휘 될 때에는 영역특수적으로 작용하게 됨을 의미한다.

전업주부에게 있어 가정이라는 영역도 여타의 직업 영역과 마찬가지로 영역특수적인 그릿의 발휘가 필요하다. 초산모에게 육아를 잘 하는 능력과 기술은 생득적이거나 자동적으로 하루아침에 얻어질 수 있는 것이 아니다. 직업 영역에서 새로운 업무를 익히기 위한 연수와 교육이 필요한 것처럼, 가정과 가족구성원에 대한 돌봄 행동 전반도 배움과 적용, 계획적인 수행, 지속적인 관심, 그리고 끊임없는 노력이 요구된다. 또한 양육은 퇴직의 개념이 없는 부모 생애주기 상 중요한 과업 중 하나로, 그 과정에는 다양한 역경 상황이 존재한다. 이에 본 연구는 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 둔 전업주부 초산모에게 가정이라는 영역은 열정을 가지고 끈기 있게 지속하는 힘인 영역특수적인 그릿이 발휘될 수 있는 곳으로 보고, 초산모의 그릿이 갖는 개인의 행복에 대한 설명력을 매개모형 설정을 통해 확인해보고자 하였다.

Duckworth와 동료들(2007)은 초기에 그릿이 노력의 꾸준함(perseverance of effort)과 흥미의 지속성(consistency of interest)이라는 두 개의 구인으로 구성된다고 제안하였다. 그러나 최근 Datu 와 동료들(Datu et al., 2017)은 집단주의 문화에 맞도록 상황에 대한 적응성 개념을 추가하여 기존의 그릿 개념으로 확장해서 적용하였다. 상황에 대한 적응성은 변화된 환경에서 변화를 수용하며 도전을 기대하고, 새롭게 등장한 어려움을 극복해내

는 것을 의미한다(Datu et al., 2017). 아기가 탄생한 환경적 변화는 초산모들에게 있어 유연하고 적응적인 대처가 필요한 만큼 본 연구에서는 3요인으로 구성된 그릿의 개념을 조작적 정의로 채택하였다. 또한, 그릿의 삼원척도를 사용함으로써 초산모들이 현재 변화된 상황적 요구나 자신의 역할의 변화에 대한 수용과 적응능력이 상당 부분 반영되도록 하였다.

나아가 그릿은 성취뿐만 아니라 주관적 안녕감과 삶에 대한 만족 및 행복감을 예측하는 영향력을 가진 변인이다(Jin & Kim, 2017; Vainio & Daukantaite, 2016). 그릿은 삶에서 경험하는 역경의 순간들을 잘 견딜 수 있게 하며, 부정적인 상황에 대해서도 긍정적으로 해석할 수 있는 관점의 전환을 제공함으로써(Islubi 등, 2016) 삶의 만족도와 주관적 안녕감의 상승효과도 불러온다(Datu et al., 2016; Li et al., 2018).

이전 연구들에서 그릿은 학업적·직업적 성취를 유의하게 예측하는 변인으로 간주되었다. 따라서 대부분의 선행연구들은 장기적-목표나 성취수준이 명확한 대학생(Datu et al., 2021)이나 다양한 영역의 전문인과 직장인(Suzuki et al., 2015)을 중심으로 이루어졌다. 그러나 양육과 같이 구체적인 성취나 성공의 기준이 명시되지 않는 분야라 할지라도, 성장 단계에서 개인에게 요구되는 발달 과업을 이루는 일에는 부단한 노력과 관심이 필요하다(Erikson, 1968; Havighurst, 1953). 특히, 전 생애주기의 단계에 따라 요구되는 과업들의 성취는 다음 발달 단계로의 만족스럽고 적응적인 이행을 가능하게 한다는 점에서 그 중요성이 부각된다. 일례로, 양육은 어린아이가 어른으로 성장하기까지 장기간의 돌봄과 지원을 지속적으로 제공하는 것으로, 이는 부모 생애주기 상 중요한 과업이자 목표

로 인식되고 있다(장휘숙, 2009). 특히, 최근과 같이 자녀양육에서 어머니의 역할수행에 대한 부담이 증가되고 양육이 정보와 지식의 경쟁이 된 상황을 고려해보았을 때(김보성 등, 2015), 양육과업의 성취를 위해 필요한 내적자원 중의 하나로 그릿을 상정할 수 있다. 이에 본 연구에서는 양육에서의 신체적·심리적 부담이 증가된 상황에서도 전업주부 초산모의 그릿이 행복감에 영향을 줄 수 있는지를 검증하고자 하며, 이는 그릿 개념을 공고히 하고 확장하는데 기여할 수 있을 것이다.

초산모의 행복을 높이는 예측변인으로서의 그릿이 작동하는 기제는 무엇일까? 아기의 탄생은 어머니의 삶에서 커다란 환경적 변화를 불러온다. 즉, 양육과 돌봄이라는 새로운 역할의 수용과 함께 다양한 요구들에 반응하며 끊임없이 고군분투해야 함을 의미한다. 이는 초산모에게 성장의 경험을 만들 수 있을 뿐만 아니라(Sawyer & Ayers, 2009), 육아라는 새로운 과업이 주어진 상황에서도 삶의 의미와 유능감을 추구하는 시도로 이어지게 된다. 본 연구는 그릿과 행복과의 관계를 매개하는 변인으로 삶의 의미에 두 구성요인(의미추구와 의미발견)과 양육효능감을 잠정적으로 상정하고, 이중 및 삼중 매개효과를 확인해보고자 하였다.

삶의 의미는 Frankl(1959)이 삶에 대한 목표를 가지는 것이라고 개념화하면서부터 심리학 분야에서 관심의 대상이 되었다. 하지만 삶의 의미가 추상적이고 모호한 데다가 다차원적인 구성개념이기 때문에(박선영, 권석만, 2012), 개념상의 혼란이 있었던 것이 사실이다. Steger와 동료들(2006)에 따르면, 삶의 의미는 '삶이 의미 있다고 주관적으로 느끼는 의미발견(presence of meaning)'과 '삶에서 의미를 찾으려는 지향에 해당하는 의미추구(search for meaning)' 이렇게 두 가지 차원으로

구성된다. 의미발견은 일상의 문제를 초월하는 목적이나 사명감이 있다고 느끼는 것에 해당하며 (Steger et al., 2008), 의미추구는 무엇이 자신의 삶을 의미 있게 만들지에 대한 이해를 위해 노력하는 열망에 해당한다(Steger et al., 2006). 두 구성 요인에 관한 연구결과는 혼재되어 있으나 대부분의 연구에서 의미발견은 안녕감 및 정신건강지표와 정적으로 상관되며 의미추구는 정신건강지표와 부적으로 상관되거나 상관이 없는 것으로 나타났다 (Steger et al., 2006). 이는 삶의 의미를 추구하는 과정에서 결과가 좋지 못하거나 이루는 바를 성공하지 못하면 오히려 심리적 괴로움이 심화될 수 있기 때문이다(정미영, 2009, Samman, 2007). 하지만 이러한 양상은 동서양의 문학에 따라 차이가 있는데 서양권에서는 의미발견과 의미추구를 구분하면서 상호배타적인 것으로 보는 경향이 있지만, 동양권에서는 의미발견과 의미추구가 연결된 것으로 상호교환적인 것으로 본다(Steger et al., 2006). 이러한 이유로 인해 동양권에서는 의미추구의 부정적인 면이 덜 두드러진다. Steger 등(2006)은 삶의 의미에 대한 보다 정교한 연구를 수행하기 위해서는 서로 독립적인 이론적 및 경험적 유연성을 지닌 두 개의 변인에 해당하는 의미추구와 의미발견을 구분할 필요가 있다고 제안하였다. 특히, 의미발견을 하지 못한 채 의미추구만 할 경우에는 부정적인 결과가 따를 수 있고(Steger et al., 2006; Davis et al., 2000), 의미추구가 의미발견을 매개할 경우 안녕감이 높아지는 것으로 나타났다(정주리, 이기학, 2007; 유성경, 김유진, 2015). 따라서 본 연구에서도 삶의 의미를 구성하는 두 개의 변인을 구분하여 진행하였고 의미추구가 의미발견으로 이어진다는 다른 선행연구들의 결과를 기반으로 의미추구에서 의미발견으로 가는 경로 역시 설정하였다.

그릿과 삶의 의미와의 관련성은 여러 연구를 통해 확인되고 있다. 행복 지향성의 유형 중에서 의미나 참여를 추구하는 사람들의 그릿이 높았고 (Von Culin et al., 2014), 그릿은 삶의 의미 차원들인 의미추구 및 의미발견과 정적으로 관련되는 것으로 밝혀졌다(Datu et al., 2018). 그릿은 삶의 의미의 높은 지각 수준과 관련성을 지니며(Hill et al., 2016), 쾌락적인 활동보다 의미 있는 삶을 추구하는 것과 관련되는 것으로 나타났다(Von Culin et al., 2014). 따라서 그릿은 삶의 의미에 긍정적인 영향을 주는 요인이라고 예측된다.

많은 선행연구는 삶의 의미가 자기효능감에 영향을 미치는 주요 요인으로 보고하고 있다(허지연, 손은정, 2009, Blackburn & Owens, 2015). 즉, 삶의 의미가 개인의 행동을 설정하는 가치체계로 작용함에 따라 삶의 목적을 계발하고 가치 있는 행동을 하도록 이끌기 때문에 이를 통해 자기효능감을 느낄 수 있는 것이다(Steger et al., 2006). 이처럼 삶의 의미는 삶의 목적이나 방향을 발견하게 해주고 효능감을 제공하며 역경에 직면 시 그 고통에 의미를 부여함으로써 고통에 대처하도록 돋는다 (Baumeister, 1991). 또한, 삶의 의미는 안녕감이나 행복감에 기여하는 중요한 변인이기도 하다 (King & Napa, 1998; Scollon & King, 2004). 삶의 의미가 높은 성인이 삶에서 더 큰 만족감과 긍정정서를 경험하는 것으로 밝혀져(한경훈 등, 2017; Steger et al., 2011), 선행연구들을 근거로 삶의 의미는 초산모의 행복감에도 긍정적인 영향을 줄 수 있을 것으로 예측된다.

만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 양육하는 것은 초산모들에게는 상당한 도전이고 역경일 수 있다. 왜냐하면, 영아기와 걸음마기 시기는 의사소통 능력이나 정서조절 능력이 미흡한 데다가(하경용,

2011) 신체적 움직임과 환경탐색이 활발해지고 자율적 행동이 증가함에 따라 양육자의 부담감과 좌절감이 커질 수 있는 시기이기 때문이다(손수민, 2012; 이송은, 박성연, 2012). 이 시기 어머니들은 다른 연령대 자녀를 둔 부모에 비해 낮은 양육효능감을 지니며(Corapci & Wachs, 2002), 초산모의 경우에는 이 시기 자녀와 원만한 상호작용이 힘들고 문제 상황에 대한 적절한 대처가 이루어지지 못하여(임혜경, 1998), 양육에 대한 어려움과 부담감이 증가될 수 있다. 따라서 영아-걸음마기 자녀를 둔 초산모들이 양육에 자신감과 효능감을 가질 수 있도록 하는 것은 매우 중요하다.

자기효능감은 자신의 능력에 대한 신념을 바탕으로 하며 긍정적인 심리자원인 그릿과 관련성을 지닌다(이혜원 등, 2017). 그 중에서 양육효능감은 Bandura(1997)의 자기효능감 이론에 기반하여 자녀의 발달과 행동에 영향을 미칠 수 있는 부모 자신의 능력에 대한 신념이나 지각을 의미한다(Coleman & Karraker, 1998). 즉, 자녀 양육과 관련된 어려움이나 문제를 잘 해결할 수 있는 부모로서의 능력에 대한 지각인 것이다(Johnston & Mash, 1989). 양육효능감과 그릿 간의 관련성을 직접적으로 다룬 연구는 없다 해도 탁정화 등(2017)이 예비유아교사들의 그릿경험에 대한 개념적 구조를 밝힌 연구에 따르면, 그릿경험의 대부분이 개인에게 주어진 역할을 중심으로 이루어지면서 효능감으로 이어지는 것으로 나타났다. 이는 효능감이 '주어진 역할의 측면'에서 그릿과 높은 관련성을 갖는 것을 의미하므로 그릿과 양육효능감 또한 정적인 관련성을 가질 것으로 예측하였다. 또한, 어머니의 양육효능감은 행복감에 긍정적인 영향을 미치며(연은모, 최효식, 2017), 부모로서의 삶의 행복을 예측할 뿐만 아니라(Coleman & Karraker,

1998) 심리적 안녕감과 결혼만족도에도 중요한 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다(Hudson et al., 2001). 이러한 점으로 미루어, 처음 부모가 된 초산모에게 부모역할을 수행하는 데 있어 양육효능감은 매우 중요하며 이는 부모로서의 만족감을 이끌고 부모의 삶의 질 전반에 영향을 미침으로써 (Hudson et al., 2001), 초산모의 행복감에 긍정적인 영향을 줄 것으로 기대된다.

엄마가 된다는 것은 고되지만 기쁜 삶의 사건으로 장기적 목표를 향한 개인성향으로서의 그릿은 양육이라는 새로운 과업에 대한 해석과 의미발견의 계기를 제공함으로써(Datu et al., 2018) 궁극적으로 초산모의 행복감을 증가시킬 수 있다. 그것은 의미발견이나 의미추구와 같은 삶의 의미를 매개로 개인 성장의 동력이자 자원으로 작용할 수 있다 (Sawyer & Ayers, 2009). 이는 양육에 대한 대처자원인 효능감 확보와(Teti & Gelfand, 1991) 새롭게 부여된 역할에 대한 인식이 요구되는 상황 아래에서도 그릿이 행복감과 같은 긍정적인 심리적 변화로 이어질 수 있음을 의미한다(Wells, 1999).

지금까지의 논지를 종합하면, 본 연구에서는 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 둔 초산모를 대상으로 긍정심리 변인인 그릿과 행복감의 관계를 확인하고, 그 기저 기제로 삶의 의미와 양육효능감의 매개효과를 검증하고자 하였다. 본 연구에서 제시하는 연구 문제는 다음과 같다.

연구 문제 1. 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 둔 초산모의 그릿이 행복감을 예측하는가?

연구 문제 2. 초산모의 그릿과 행복감의 관계를 삶의 의미(의미추구와 의미발견)와 양육효능감이 각각 단순매개를 비롯하여 순차적으로 이중 및 삼중

매개 하는가?

방 법

연구대상

본 연구는 전국에 거주하고 있는 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 둔 초산모를 대상으로 설문 조사를 실시하여 260명의 자료를 수집하였다. 이 중 초산모에 해당하지 않거나 자녀의 연령이 만 2세를 벗어난 경우, 그리고 불성실한 응답 29명을 제외하였다. 또한, 현재 육아 휴직 중에 있는 어머니 14명 역시 제외하여 최종적으로 217명($M=31.3$ 세, $SD=9.1$)의 응답을 분석 자료로 사용하였다. 따라서 참여자들은 모두 2017년 6월 이후 출생의 첫 아이($M=14.4$ 개월, $SD=6.8$)를 기르는 초산모이자 전업 주부로 구성되었다. 응답한 초산모 80.2%의 학력은 대졸(고졸 8.8%, 기타 11.1%)이다.

연구도구

삼원 그릿

본 연구에서는 초산모의 그릿을 측정하기 위하여 Datu 등(2017)이 개발하고 한국판으로 번안 및 타당화(정지혜 등, 2018)한 삼원 그릿 척도(TMGS: Triarchic Model of Grit Scale)를 사용하였다. 따라서 Short Grit Scale (Duckworth & Quinn, 2009)의 흥미 지속성과 노력의 꾸준함에 더하여, 집단주의 문화 특성을 반영한 상황 적응력(adaptability to situations)을 평가하는 질문들이 추가되었다(Datu et al., 2018).

삼원 그릿 척도는 총 10문항으로, 흥미의 지속성

3문항(예시: “나는 종종 목표를 세우지만, 나중에 그들과는 다른 일을 하곤 한다.”, 역문항), 노력의 꾸준함 3문항(예시: “나는 내가 시작한 것은 뭐든지 끝낸다.”), 상황 적응력 4문항(예시: “나는 내 삶에 찾아오는 새로운 기회들을 감사히 여긴다.”)으로 구성되어 있다. 흥미의 지속성 요인은 모두 부정문으로 이루어져 있어 역채점 한 점수를 총점에 반영하였다. 따라서 삼원 그릿 척도의 점수가 높다는 것은 전체적인 그릿 수준이 높음을 의미한다. 모든 문항들은 5점 likert 척도(1=그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 평정되었고, 본 연구에서의 전체 신뢰도(Chronbach's α)는 .74로 나타났다. 하위 요인의 내적 합치도는 흥미의 지속성 .61, 노력의 꾸준함 .72, 상황적응력 .69이다.

삶의 의미

삶의 의미는 원두리 등(2005)이 번안 및 타당화를 한 삶의 의미 설문지(MLQ: Meaning in Life Questionnaire, Steger et al., 2006)를 사용하였다. 삶의 의미 척도는 삶에서 의미를 찾으려는 동기를 뜻하는 의미추구 5문항(예시: “나는 내 삶의 중요성을 느끼도록 해주는 것들을 늘 찾고 있다.”)과, 삶이 의미 있다고 느끼는 주관적인 경험을 뜻하는 의미발견 5문항(“나는 내 삶의 분명한 목적의식을 가지고 있다.”), 총 열 문항으로 구성되어 있다. 모든 문항은 7점 likert 척도(1=전혀 아니다, 7=언제나 그렇다)로 표기하도록 하였으며, 높은 점수는 각각 삶의 의미를 추구하고 발견하는 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 내적 합치도는 의미추구 .89, 의미발견 .86으로 나타났다.

양육효능감

만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 둔 초산모의 양

육효능감을 측정하기 위하여, Gross와 Rocissano (1988)가 개발한 걸음마기 돌봄 질문지(TCQ: Toddler Care Questionnaire)를 이경하와 서소정 (2009)이 '양육효능감'이라는 명칭으로 번역하여 타당화한 척도를 사용하였다. 평상시 자녀를 양육하는 데 있어 느끼는 행동에 대해 자신의 모습을 가장 잘 나타내는 모습을 likert 척도 5점으로 표기하게 하여(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다) 평가를 실시하였다. 척도의 높은 점수는 어머니의 높은 양육효능감을 나타낸다.

해당 척도의 문항들은 구체적으로 의사소통 능력, 교육, 건강하게 기르는 능력 그리고 발달지원의 네 하위 요인으로 나누어진다. 자녀와의 의사소통 효능감을 묻는 질문은 "나는 아이가 어떤 상황에서 화를 내는지 알고 있다." 등의 12문항으로 이루어져 있고, 자녀의 교육에 대한 효능감은 "나는 아이의 교육과 생활지도에 있어 어떤 방식이 효과적인지 알고 있다."와 같은 8항목의 질문들로 이루어져 있다. 자녀를 건강하게 기르는 능력을 평가하기 위한 문항은 9항목으로, "나는 아이가 힘들어 하지 않고 잠을 자게 할 수 있다." 등의 질문이 포함되어 있고, 마지막 발달지원에 있어 어머니의 효능감은 "나는 아이의 연령과 발달에 어떤 장난감이 적절한지 알고 있다."와 같은 질문으로 평가되었다. 다만, 6번 문항("나는 아이에게 화장실 훈련을 할 수 있다.")은 요인 부하량이 .40이하이므로 이경하 (2009)의 번역본에서는 6번을 제외한 총 36문항을 사용하였다.

본 연구에서의 전체 신뢰도는 .94이며 각 하위 요인별 내적 합치도는 의사소통 .88, 교육 .83, 건강하게 기르는 능력 .75, 발달지원 .85이다.

초산모의 행복감

본 연구에서는 타당화된 단축형 행복 척도(서은국 & 구재선, 2011)를 사용하여 초산모의 행복감을 조사하였다. 행복감은 삶의 만족도와 긍정 정서의 점수를 합한 뒤 부정정서의 점수를 감하는 방식으로 측정되었다. 단축형 행복 척도는 삶의 만족도를 측정하기 위하여, 개인적 성취, 성격, 건강 등을 포함한 삶의 개인적 측면과 주위 사람들과의 관계에 대한 측면, 그리고 직장과 지역사회를 포함하는 집단적 측면으로 구분하였고, 참가자들은 구분된 삶의 각 측면에서 얼마나 만족감을 느끼는지를 7점 likert 척도로 응답하였다(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다).

다음으로 긍정, 부정정서를 평가하기 위해, 참가자들은 최근 한 달 동안의 경험을 바탕으로 제시되는 감정들을 얼마나 자주 느꼈는지 응답하도록 지시받았다. 각 정서 요인은 7점 likert 척도로 주어졌고(1=전혀 느끼지 않았다, 7=매우 느꼈다), 점수가 높을수록 초산모의 행복감 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 내적 합치도는 삶 만족도 .85, 긍정정서 .86, 부정정서 .85이다.

자료분석

본 연구에서는 SPSS 25를 사용하여 측정 도구의 신뢰도를 분석하고 기술통계와 상관분석을 실시하였다. 그리고 PROCESS macro(v.3.5)를 사용하여, 초산모의 그릿과 행복감 사이에서 삶의 의미의 두 차원이 단순 매개 효과를 나타내는지와 삶의 의미와 양육효능감의 이중 및 삼중 매개 효과가 나타나는지를 분석하였다. 또한, 어머니의 행복에 영향을 미칠 수 있는 가정 경제수준과 초산모의 교육수준, 그리고 남편을 포함하여 베이비시터와 남편이

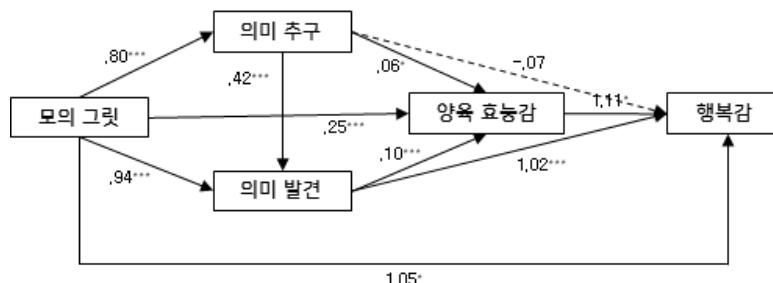


그림 1. 연구 결과 모형

외 다른 가족의 육아 도움 여부를 통제 변인으로 설정하였다. 표본 수를 10,000개로 하는 부스트래핑 방법을 활용하여, 신뢰구간 95%에서의 매개 효과와 간접효과의 유의성을 검증하였다.

결과

기술통계 및 상관분석

먼저 주요 변인들의 기술통계 분석을 통하여 초

산모의 그릿, 의미추구, 의미발견, 양육효능감, 행복감의 평균과 표준편차를 산출하였고, 정규성 가정 충족 여부를 확인하기 위해 각 변인들의 왜도와 첨도를 확인하였다. 왜도는 절대값 3.0 이상, 첨도는 절대값 10.0 이상인 경우에 정규성 가정을 위반하는 것으로 간주하는 Kline(2005)의 기준에 근거하여 본 연구의 변인들은 정규성 가정을 만족하는 것으로 판단하였다. 주요 변인들의 상관 분석 결과, 초산모의 그릿과 의미추구 및 의미발견, 양육효능감, 행복감은 모두 유의한 정적 상관이 있음을 확인하였다($p < .01$). 변인 간 기술통계와 상관 분석의

표 1. 기술통계 및 상관분석($N=217$)

	1	2	3	4	5
삼원그릿	1				
의미추구	.38**	1			
의미발견	.56**	.56**	1		
행복감	.43**	.31**	.53**	1	
양육효능감	.50**	.42**	.51**	.42**	1
<i>M</i>	3.36	5.24	5.02	18.06	3.90
SD	.45	1.02	1.11	9.41	.45
왜도	.21	-.60	-.24	-.43	.23
첨도	.52	.44	-.54	.19	.07

** $p < .01$

결과는 표 1에 제시되어 있다.

이중매개 및 삼중매개 효과 분석

Process macro의 model 80번(Hayes, 2018)에 매개변인 간의 경로(의미추구→의미발견)를 추가적으로 설정한 연구모형을 분석한 결과, 초산모의 그릿이 행복감에 미치는 직접 효과가 통계적으로 유의하였다($B = 1.05, p < .05$). 더불어, 그릿에서 의미추구($B = .80, p < .001$), 의미발견($B = .94, p < .001$), 양육효능감($B = .25, p < .001$)으로 가는 모든 경로를 비롯하여 의미추구에서 의미발견($B = .42, p < .001$), 양육효능감에서 행복($B = 1.11, p < .05$)으로 가는 경로도 정적으로 유의하게 나타났다.

삶의 의미와 양육효능감의 매개효과의 유의성을 검증하기 위하여, 표본 수 10,000개로 부스트래핑을 실시하였고 95% 신뢰구간의 상한값과 하한값 사이에 0을 포함하지 않는 경우 통계적으로 유의하

다고 판단하였다(Preacher & Hayes, 2004). 그 결과 의미추구를 단순매개로 한 간접효과와, 의미추구와 양육효능감을 순차적으로 매개하는 간접효과를 제외한 모든 단순 매개, 이중 매개 및 삼중매개 효과가 유의하였다. 즉, 초산모의 그릿이 의미발견을 거쳐 행복감에 이르는 매개 경로($B = .96, 95\% CI [.49, 1.49]$)와, 양육효능감을 거쳐 행복감에 이르는 각각의 매개 경로($B = .28, 95\% CI [.03, .61]$)가 모두 유의하여 단순 매개 효과가 검증되었다. 또한, 초산모의 그릿이 의미추구와 의미발견을 순차적으로 거쳐 행복감에 이르는 경로($B = .34, 95\% CI [.14, .64]$)와 의미발견과 양육효능감을 순차적으로 거쳐 행복감에 이르는 경로($B = .11, 95\% CI [.01, .23]$)도 역시 유의하여 이중 매개의 효과가 확인되었다. 끝으로, 초산모의 그릿이 의미추구를 거쳐 의미발견, 그리고 양육효능감을 통해 행복감에 이르는 삼중매개 효과 역시 유의하였다($B = .04, 95\% CI [.004, .10]$).

표 2. 어머니의 그릿과 행복감 관계에서 삶의 의미와 양육효능감의 이중매개 및 삼중매개 효과검증

경로	<i>B</i>	<i>SE</i>	95% CI	
			lower	Upper
총효과 (모의 그릿 → 행복감)	1.72	.36	1.06	2.47
직접효과 (모의 그릿 → 행복감)	1.05	.51	.06	2.05
모의 그릿 → 의미추구 → 행복감	-.06	.19	-.41	.33
모의 그릿 → 의미발견 → 행복감*	.96	.26	.49	1.49
모의 그릿 → 양육효능감 → 행복감*	.28	.15	.03	.61
모의 그릿 → 의미추구 → 의미발견 → 행복감*	.34	.13	.14	.64
모의 그릿 → 의미추구 → 양육효능감 → 행복감	.06	.04	-.001	.15
모의 그릿 → 의미발견 → 양육효능감 → 행복감*	.11	.06	.01	.23
모의 그릿 → 의미추구 → 의미발견 → 의미발견 → 양육효능감 → 행복감*	.04	.03	.004	.10

($N=217$, Bootstrap=10,000) 주. 유의한 경로는 *진하게 표시

논 의

본 연구는 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 양육하고 있는 초산모에게 장기적 목표를 향한 개인 성향에 해당하는 그릿이 행복감을 증가시키는 요인으로 작용하는지를 살펴보고자 하였다. 특히, 그릿과 행복감의 관계에서 삶의 의미와 양육효능감이 기저 기제로 작용하는지를 알아보았다. 본 연구에서 설정한 연구가설을 중심으로 살펴본 결과에 대한 해석과 논의는 다음과 같다.

먼저, 그릿은 행복감과 유의한 정적 상관관계를 보였으며, 행복감을 직접적으로 예측하였다. 이러한 결과는 그릿이 삶의 만족도와 주관적 안녕감 및 심리적 웰빙에 정적인 영향을 미치며(최효선, 양수진, 2018; Datu et al., 2016), 그릿이 전반적으로 삶에 있어서 행복을 예측하는 영향력을 가진 변인(Vainio & Daukantaite, 2016)이라는 선행연구들의 결과를 지지한다. 즉, 그릿은 성취와 관련된 부분뿐만 아니라 심리적인 행복감도 증진시킬 수 있는 요인이다. 특히, 양육으로 쉽게 지칠 수 있는 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 양육하는 초산모들이 우울과 같은 부정적인 심리상태에 빠지지 않도록 행복감과 같은 긍정적인 정서를 함양하는 것은 매우 중요할 수 있다. 이전 연구들에 따르면, 그릿은 실패나 역경에도 불구하고 장기적 목표에 대해 지속적인 노력과 흥미를 유지하는 개인성향으로서 성취를 이끄는 선행변인이라고 밝혀져 왔다(Duckworth et al., 2017; Duckworth et al., 2009). 본 연구는 그릿의 영향력이 기존에 널리 알려져 왔던 성취 지향적인 영역을 넘어서서 초산모와 같이 인생에서 중요하지만 힘겨울 수 있는 양육이란 과업의 부담이 높은 시기에도 궁극적으로 행복감과 같은 긍정적인 정서를 이끌 수 있다는 것을

밝혔다는 점에서 큰 의의를 갖는다. 육아는 성취영역과는 달리 성공과 실패의 결과가 중요하지 않을 뿐더러 그 판단기준 역시 매우 주관적이고 결과 자체보다는 과정이 더욱 중시되는 영역이다. 왜냐하면 육아는 꽤 긴 시간 동안 이루어지는 과정으로 돈과 시간의 투자와 집약적인 정서적 노력이 필요한데다가(Hays, 1996) 부모-자녀의 관계성이 중요한 영역이기 때문이다. 따라서 양육이 일상생활의 많은 부분을 차지하게 되는 시기에 있는 전업주부 초산모들에게도 그릿이 행복감과 같은 긍정적인 정서를 경험하도록 이끄는 선행변인으로 작용한다는 점에 주목해야한다. 이는 그릿의 긍정적인 영향력이 객관적인 성취나 수행에 대한 평가가 수반되지 않는 다양한 영역에도 적용되고 발휘될 수 있다는 것을 시사하며 이는 그릿의 긍정적인 영향력을 더욱 공고히 해줄 수 있기 때문이다.

두 번째 연구가설을 중심으로 살펴보면, 초산모의 그릿은 삶의 의미와 양육효능감을 거쳐 행복감에 영향을 미치는 단순 매개를 비롯하여 이중 및 삼중 매개효과 역시 발견되었다. 이는 엄마라는 역할이 새롭게 주어진 초산모의 상황에서 그릿은 삶에 대한 의미를 발견하도록 촉진하고 기여함을 의미한다(Datu et al., 2018). 더불어 그릿은 부모가 되면서 이전과는 역할이 달라진 삶의 전환점에서 양육이라는 힘든 역할의 무게에도 불구하고 삶의 의미를 발견하는 과정을 촉진하고 나아가 삶에 대한 행복감을 경험하도록 이끄는 것으로 나타났다. 그릿이 삶의 의미의 발견에 영향을 미치는 것이 중요한 이유는 아무리 힘든 과정이라고 해도 그것이 의미가 있다고 간주하면 우리는 기꺼이 그 과정을 즐기면서 충분히 지낼 수 있기 때문이다. 선행연구를 통해 성공적 수행과 깊은 관련이 있는 것으로 보고된 그릿은(Duckworth et al., 2007) 삶의 의

미의 발견과 양육효능감을 통해 초산모가 행복감을 경험하도록 하는데 조력하는 변인으로 밝혀졌다. 결과적으로 장기적 목표달성을 위한 끈기와 열정으로 포기하지 않는 힘의 원천인 그릿은 성취영역이 아닌 양육영역에서도 개인이 효능감을 경험할 수 있는 많은 기회와 상황을 형성해주는 것이다. 게다가 효능감은 자신의 능력에 대한 신념을 바탕으로 행동을 지속할 수 있도록 지원하기 때문에(이혜원 등, 2017) 그릿과는 상보적 관계이다. 그릿이 삶의 의미를 거쳐 양육효능감에 영향을 주는 것은 초산모들의 양육스트레스를 줄이는데 도움이 될 수 있기에 중요하다고 볼 수 있다. 또한, 높은 수준의 양육효능감을 가질수록 자녀양육 과정의 어려움을 더 잘 극복하고 편안함을 느껴(Coleman & Karraker, 1998) 궁극적으로 행복감을 경험할 가능성이 높다. 즉, 그릿은 양육효능감이 길러질 수 있는 여건을 마련해주고, 양육효능감은 양육과 관련된 문제해결을 통해 양육자로 하여금 편안함과 행복감을 경험할 수 있게 해준다. 더불어, 의미발견과 양육효능감의 이중 매개효과는 육아에 대한 부담이 증가된 초산모들의 그릿이 삶의 의미를 창출하고 양육 관련 문제 해결에 대한 지각을 높여 궁극적으로 행복을 증진하는 것으로 이해할 수 있다.

반면, 삶의 의미의 또 다른 차원을 구성하는 의미추구를 거치는 단순 매개효과와 의미추구와 양육효능감을 통해 행복감으로 이르는 순차적 이중 매개효과는 유의하지 않았다. 의미추구는 의미발견으로 이어질 때에만 행복감에 이르는 순차적 삼중 매개효과가 유의하게 나타났다. 이것은 의미추구의 경우, 의미발견과는 다르게 의미를 추구하는 욕구와 동기가 반드시 행복을 담보하는 것은 아니라는 선행연구 결과와 연결되는 지점이다(Steger et al.,

2006). 즉, 목적 지향적인 의미추구는 그 욕구의 충족 및 귀결 양상에 따라 주관적으로 경험할 수 있는 행복이나 안녕감에도 차이가 있을 수 있음을 의미한다(정미영, 2009, Samman, 2007). 특히 삼중 매개는 선행연구들의 결과와 일치하는 양상으로, 유성경과 김유진(2015)의 연구에서도 의미추구는 주관적 안녕감과 심리적 안녕감에 직접적인 영향을 미치지 못했지만, 기본 심리 욕구의 충족 혹은 의미발견과 같은 간접경로를 통해 개인의 안녕감을 높이는 것으로 나타나 본 연구의 결과와 맥을 같이한다. 따라서, 의미만을 추구한다고 해서 행복으로 귀결되는 것은 아니며, 추구된 의미가 의미의 발견으로 연결된 후 다시 유능감으로 이어졌을 때에야 비로소 행복감으로 연결될 수 있음을 시사한다.

다음으로 본 연구가 갖는 의의를 살펴보면, 다음과 같다.

첫째, 직무나 학업과 같은 성취 및 직업 관련 영역에서 주로 수행되었던 기존 그릿 연구들과 달리 본 연구는 양육과업의 중요성이 부각되는 만 0-2 세의 영아-걸음마기 자녀를 둔 전업주부 초산모들을 대상으로 가정 영역에서 발휘되는 그릿의 특성을 확인하였다. 양육과업은 뚜렷한 성취수준이 측정되지 않고 결과물에 대한 객관적인 평가나 직접적인 경쟁은 없으나 끊임없는 도전과 좌절이 반복되는 장기적인 여정에 해당한다. 본 연구의 첫 번째 의의는 이렇게 고될 수도 있는 “육아”라는 부모 생애주기의 과업을 성취해야하는 초산모들의 행복감을 증가시킬 수 있는 변인이 무엇일까에 대한 답을 제공하였다는 점이다. 본 연구에서는 인생에서 새로운 국면에 접어든 초산모의 상황에서도 그릿이 행복감과 같은 긍정정서에 영향을 미칠 수 있는 변인임을 검증하였다. 즉, 양육의 부담이 증가되는

상황에서도 그릿은 성취영역에서와 유사하게 긍정적인 (정서) 결과를 이끄는 효과를 지닌다는 것을 밝혔다. 본 연구는 나아가 그릿의 활용성을 넓히고 그릿의 긍정적 효과에 관한 이해 역시 도모했다는 점에서도 가치가 있다.

둘째, 초산모를 대상으로 그릿과 행복감의 관계에서 중요한 매개변인을 확인하고 그 기저 기제를 밝힘으로써 초산모의 행복감을 증진시킬 수 있는 개입 프로그램을 설계할 수 있는 기반을 마련해주었다는 점에서 의의를 지닌다. 더욱이 저출산이 심각한 문제로 떠오르는 요즈음 양육과정에서 어머니들의 행복감을 높이는 것은 한편으로는 출산을 증가를 이끌 수 있는 간접적인 방법이 될 수 있을 것으로 기대된다.

셋째, 초산모를 대상으로 영역특수적 그릿의 역할과 기능을 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 이제까지의 선행연구는 학업이나 직장, 결혼생활유지, 진로 영역에서 그릿을 다루었는데, 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 둔 초산모들의 그릿이 출산 후 처음으로 어머니가 된 역할의 전환기에 효율적으로 대처할 수 있는 내적 자원임을 확인하였다.

그 외에 본 연구의 제한점 및 후속 연구에서 고려해야할 점 몇 가지를 언급하자면 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 양육하는 초산모라는 특정 집단을 대상으로 가정이라는 영역에서 발휘되는 그릿과 그 영향력을 평가하였다. 그러나 모든 전업주부 초산모들이 양육이나 돌봄을 공통된 (상위) 목표로 두지 않을 수 있다. 이에 양육영역에 대한 영역특수적 그릿의 발휘 여부를 좀 더 명확하게 보기 위해서, 전업주부 초산모들이 가지고 있는 구체적인 (상위) 목표에 대한 확인과 더불어 양육에 대한 영역특수적 그릿을 평가할 수 있는 척도를 개발하여 비교검증을 해

볼 필요가 있겠다.

둘째, 만 0-2세 영아-걸음마기 자녀를 돌보는 것이 육아에 대한 부담은 더 크지만 만 4-11세 유·아동을 돌보는 것보다 더 의미가 있고 삶의 만족도가 더 높은 데 비해 청소년을 돌보는 것은 부모에게 가장 큰 스트레스이고 이 시기 부모들은 덜 행복하다고 보고한다(Meier et al., 2018). 어떻게 보면 본 연구는 만 0-2세 영아를 돌보는 초산모들을 대상으로 했기 때문에 다른 연령대의 자녀들을 양육하고 있는 양육자들에 비해 삶의 의미나 만족도를 경험하고 있는 수준이 더 높았을 수 있다. 따라서 4세 이후 유·아동이나 청소년을 양육하는 부모까지 대상을 확대하여 추후 연구를 진행하는 것이 필요할 것으로 보인다. 자녀 연령이 달라짐에 따라 각 변인들의 수준과 그 영향력이 다른지를 횡단 연구를 통해서 보거나, 장기적으로 그 영향력이 달라지는 것을 종단적으로 본다면 보다 많은 유용한 정보를 얻을 수 있을 것으로 생각된다. 생애 주기 관점에서도 영유아기, 아동기, 청소년기 자녀를 둔 어머니가 각기 경험하는 부담감과 정서가 다르기 때문에 횡단 및 종단연구를 통해 자녀의 연령대 별로 각 변인들의 영향력을 살펴보는 것은 매우 흥미로울 수 있다.

셋째, 본 연구에서 설정한 대부분의 변인 간 관계는 다수의 선행연구에 기반하였다. 그러나 기존 선행연구들 중에는 삶의 의미가 그릿에 영향을 미친다고 제안하거나(Duckworth, 2016), 효능감을 신념으로 그릿을 행동양상으로 간주하고 신념이 행동에 영향을 미친다고(Dweck, 2017) 보는 입장 역시 존재한다. 이 같은 변인관계의 방향성 즉 인과 관계의 검증은 종단연구를 통해 확인해볼 수 있다. 따라서 후속연구에서는 상기 해당 변인들을 대상으로 본 연구에서 상정한 변인 관계에 대한 역의

관계에 대한 가능성을 검증하는 종단연구를 제안한다.

넷째, 본 연구에서 사용된 양육효능감 척도는 만 12개월에서 36개월에 해당하는 걸음마기 아동을 대상으로 하는 양육효능감 척도이다. 따라서 본 연구의 대상이었던 만0-11개월 영아를 양육하는 어머니들에게는 적절하지 않은 질문유형이 있었을 수도 있다는 제한점을 지닌다. 이에 후속연구에서는 만1세 미만의 영아까지도 포함하는 양육효능감 척도의 사용을 제안한다.

다섯째, 삶의 의미 수준에 있어서 출산 전에도 그것이 높았던 어머니들이 삶의 의미 수준 역시 높았을 가능성이 있다. 따라서 이에 대한 해석의 명료성을 위해서는 출산 전과 후를 비교하여 그린 수준과 삶의 의미를 추구하는 경향성에서의 변화를 확인하는 후속연구를 제안한다.

어머니의 행복감이 왜 그렇게 중요할까? 그 이유는 어머니를 비롯한 부모의 삶의 질은 자녀의 행복감과도 깊은 관련성을 갖기 때문이다. 우리 사회에서 건강한 자녀의 양육과 자녀들의 행복감을 향상시키는 것이 중요하다면 자녀를 양육하고 있는 양육자의 행복감에 주의를 기울이고 이들의 행복감을 향상시키는 방법을 모색하는데 더 많은 관심을 기울일 필요가 있다. 근래 긍정심리학의 강세와 더불어 삶의 질을 중시하는 분위기에서 자녀의 성장과 발달을 최선의 상태로 이루고 나아가 자녀를 양육하는 어머니의 행복감도 향상시킨다면 이는 매우 가치 있는 일이 될 것이다. 따라서 여섯째, 추후 연구에서는 본 연구에서 밝혀진 기제를 활용한 프로그램 개발에 대한 연구가 이루어진다면 많은 양육자들의 긍정적 정서 함양에 매우 실질적인 도움을 줄 수 있을 것으로 생각된다. 본 연구결과를 기반으로 한 프로그램의 예를 들면, 자녀 돌봄이 주

가 된 생활 속에서도 목표의식을 높이고 관련된 활동에 대한 흥미를 유발할 수 있는 사고 훈련, 엄마로서의 현재 삶속에서 의미를 발견하는 연습, 그리고 양육기술훈련을 통해 효능감을 높일 수 있는 활동들로 구성할 수 있다.

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

참고문헌

- 김도란, 김정원 (2008). 유아의 행복감과 부모의 행복감간의 관계연구. *열린유아교육연구*, 13(6), 311-333.
- 김민정, 김정원 (2010). 어머니의 행복감과 유아의 애착안정성 및 또래유능성간의 관계 연구. *유아교육.보육복지연구*, 14(2), 5-28.
- 김진이 (2018). 유아의 행복감, 어머니 행복감과 양육행동, 가족환경 변인들 간의 관계연구. *한국영유아보육학회*, 109, 53-77.
- 문혁준 (2004). 취업모와 비취모의 양육스트레스. *대한가정학회지*, 42(11), 109-122.
- 박선영, 권석만 (2012). 삶의 의미에 대한 이론적 고찰과 임상적 함의. *한국심리학회지: 일반*, 31(3), 741-768.
- 서은국, 구재선 (2011). 단축형 행복 척도 (COMOSWB) 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 25(1), 96-114
- 손수민 (2012). 영아기 자녀를 둔 취업모와 비취업

- 모의 양육 스트레스 비교와 관련변인에 관한 연구. **미래유아교육학회지**, 19(1), 331-357.
- 안태영, 박서단, 양수진 (2020). 그릿은 어떻게 길러지고 사회화되는가? 지각된 부모의 실패마인드셋 및 부모의 학업기대, 그리고 대학생의 실패내성의 관계를 중심으로. **한국심리학회지: 발달**, 33(2), 103-121.
- 이송은, 박성연(2012). 영아기 자녀를 둔 어머니의 양육지식, 양육수행귀인 및 부모역할 인식과 그에 따른 양육행동. **인간발달연구**, 19(2), 131-149.
- 연은모, 최효식 (2017). 유아 자녀를 둔 부모의 양육효능감, 행복감과 자녀의 사회적 유능감간 관계. **학습자중심교과교육연구**, 17(14), 197-216.
- 원두리, 김교현, 권선중 (2005). 한국판 삶의 의미 척도의 타당화 연구. **한국심리학회지: 건강**, 10(2), 211-225.
- 유성경, 김유진 (2015). 삶의 의미추구와 주관적, 심리적 안녕감의 관계에서 의미발견 및 기본심리욕구 충족의 매개효과. **상담학연구**, 16(2), 53-75.
- 이경하 (2009). **어머니의 양육지식, 양육스트레스, 양육효능감이 영아 발달에 미치는 영향**. 경희대학교 석사학위논문.
- 이경하, 서소정 (2009). 영아 및 어머니의 사회인구적 특성 변인, 어머니의 양육지식, 양육효능감, 양육스트레스가 영아발달에 미치는 영향. **대한가정학회지**, 47(3), 87-102.
- 이소영, 임지영, 홍진표 (2017). **산후정신건강증진을 위한 지원방안연구**. 한국보건사회연구원, 연구보고서 2017-8.
- 이슬비, 배은희, 손영우, 이수란 (2016). 부정적 피드백의 완충제, 투지(Grit): 부정적 피드백에 대한 정서 반응에 투지가 미치는 영향. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 30(3), 25-45.
- 이용희, 오선진 (2018). 어머니의 행복감, 교사-유아 친밀관계, 유아 자아존중감이 유아의 자기조절력에 미치는 영향. **열린유아교육학회**, 23(3), 53-73.
- 이혜원, 탁정화, 이미란 (2017). 예비유아교사의 그릿 군집유형에 따른 성격 5요인과 자기효능감의 차이. **유아교육연구**, 37(3), 249-268.
- 임혜경 (1998). **신생아 발달사정 시범이 초산모의 모아상호작용에 미치는 영향**. 연세대학교 박사학위논문.
- 임효진, 하혜숙, 황매향 (2016). 초등학생의 끈기(Grit), 자기효능감, 성취목표, 학업적 자기조절의 구조적 관계. **교육과학연구**, 47(3), 43-65.
- 장휘숙 (2009). 성인초기의 발달과업과 행복의 관계. **한국심리학회: 발달**, 22(1), 19-36.
- 정미영 (2010). **삶의 의미 발견과정에 관한 연구: 의미추구, 의미발견, 사생관 및 가치관을 중심으로**. 한양대학교 박사학위논문.
- 정주리, 이기학 (2007). 의미발견을 통한 의미추구와 주관적 안녕감의 모형 검증: 문제해결 책임감과 긍정적 재해석을 매개로. **상담학연구**, 8(4), 1309-1321.
- 정지혜, 류영주, 김정은, 최효선, 양수진 (2018). 성인진입기 대학생을 대상으로 한 한국판 삼원그릿 척도(Korean-Triarchic Model of Grit Scale) 타당화 연구. **한국심리학회 학술대회 자료집**, 291-291.
- 조부월 (2017). 어머니의 정서지능 및 행복감과 유아의 자아탄력성과의 관계. **미래유아교육학회지**, 24(1), 91-115.

- 최효선, 양수진 (2018). 고등학생의 여가활동과 삶의 만족도의 관계에서 그릿과 긍정심리자본의 매개효과. *한국심리학회지: 발달*, 31(2), 105-123.
- 탁정화, 이미란, 이혜원. (2018). 예비유아교사의 그릿경험에 대한 개념도 연구. *유아교육연구*, 38(5), 309-330.
- 하경용 (2011). 만 2세 영아의 또래간 갈등에서 교사의 개입 전략과 교사의 개입전략에 따른 영아의 상호작용 전략 분석. *한국교원교육연구*, 28(1), 291-312.
- 한경훈, 김병조, 노수림 (2017). 삶의 의미가 미래 시간조망에 미치는 영향: 정적정서와 부적정서의 매개효과. *사회과학연구*, 28(1), 41-60.
- 한명숙 (2012). 어머니의 행복감 및 자아분화와 어머니-자녀 상호작용과의 관계. *생태유아교육연구*, 11(3), 57-76.
- 허지연, 손은정 (2009). 청년기와 중년기 집단에서의 삶의 의미와 심리적 안녕감간의 관계: 자기효능감과 지각된 사회적 지지를 매개변인으로. *한국사회과학연구*, 28(2), 105-128.
- 황예은, 양수진 (2020). 중년 근로자의 그릿과 정신적 안녕감: 삶의 의미와 은퇴불안의 매개효과. *인간발달연구*, 27(1), 163-184.
- Barr, J. A. (2008). Postpartum depression, delayed maternal adaptation, and mechanical infant caring: A phenomenological hermeneutic study. *International Journal of Nursing Studies*, 45(3), 362-369.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of Life*. NY, US: Guilford Press.
- Biddulph, S. (2004). *The secret of happy children*. NY, US: Marlowe & Company.
- Blackburn, L., & Owens, G. P. (2015). The effect of self efficacy and meaning in life on posttraumatic stress disorder and depression severity among veterans. *Journal of Clinical Psychology*, 71(3), 219-228.
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (1998). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future implications. *Developmental Review*, 18(1), 47-85.
- Corapci, F., & Wachs, T. D. (2002). Does parental mood or efficacy mediate the influence of environmental chaos upon parenting behavior? *Merrill-Palmer Quarterly*, 48(2), 182-201.
- Cormier, D. L., Dunn, J. G. H., & Dunn, J. C. (2019). Examining the domain specificity of grit. *Personality and Individual Differences*, 139, 349-354.
- Datu, J. A. K., King, R. B., Valdez, J. P. M., & Eala, M. S. M. (2019). Grit is associated with lower depression via meaning in life among Filipino high school students. *Youth & Society*, 51(6), 865-876.
- Datu, J. A. D., McInerney, D. M., Zemojtel-Piotrowska, M., Hitokoto, H., & Datu, N. D. (2021). Is Grittiness Next to Happiness? Examining the Association of Triarchic Model of Grit Dimensions with Well-Being Outcomes. *Journal of Happiness Studies*, 22, 981-1009.
- Datu, J. A. D., Yuen, M., & Chen, G. (2017).

- Development and validation of the Triarchic Model of Grit Scale (TMGS): Evidence from Filipino undergraduate students. *Personality and Individual Differences*, 114, 198-205.
- Datu, J. A., Yuen, M., & Chen, G. (2018). Exploring Determination for Long-Term Goals in a Collectivist Context: A Qualitative Study. *Current Psychology*, 37(1), 263-271.
- Davis, C. G., Wortman, C. B., Lehman, D. R., & Silver, R. C. (2000). Searching for meaning in loss: Are clinical assumptions correct? *Death Studies*, 24(6), 497-540.
- Dweck, C. S. (2017). *Mindset-Updated Edition: Changing the way you think to fulfil your potential*. Hachette.
- Dweck, C. S. (2017). From needs to goals and representations: Foundations for a unified theory of motivation, personality, and development. *Psychological Review*, 124(6), 689-719. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/rev0000082>
- Duckworth, A. L. (2016). *Grit: The Power of Passion and Perseverance*. Scribner. ISBN 978-1-5011-1110-5.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: perseverance and passion for long-term goals. *Journal of personality and social psychology*, 92(6), 1087-1101.
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and Validation of the Short Grit Scale (Grit - S). *Journal of Personality Assessment*, 91(2), 166-174.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton.
- Eskreis-Winkler L, Shulman E. P., Beal S. A., & Duckworth A. L. (2014). The grit effect: predicting retention in the military, the workplace, school and marriage. *Front Psychology*, 5(36), 1-12.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2(3), 300-319.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226.
- Fredrickson, B. L. (2005). Positive emotions. In C. R. Snyder & S. J. Lopez(Ed.), *Handbook of Positive Psychology* (pp.120-134). Oxford University Press.
- Fredrickson, B. L., Cohn, M. A., Coffey, K. A., Pek, J., & Finkel, S. M. (2008). Open hearts build lives: Positive emotions, induced through loving-kindness meditation, build consequential personal resources. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 1045-1062.
- Gross, D., & Rocissano, L. (1988). Maternal Confidence in Toddlerhood. *The Nurse Practitioner*, 13(3), 128-139.
- Havighurst, R. J. (1953). *Human development and education*. Longmans, Green.

- Hays, S. (1996). *The cultural contradictions of motherhood*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Hayes, A., F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis*. Guilford Press.
- Hill, P. L., Burrow, A. L., & Bronk, K. C. (2016). Persevering with positivity and purpose: An examination of purpose commitment and positive affect as predictors of grit. *Journal of Happiness Studies*, 17(1), 257-269.
- Hudson, D., Elek, M., & Fleck, M. (2001). First-time mothers and fathers transition to parenthood: Infant care self-efficacy, parenting satisfaction, and infant sex. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 24(1), 31-43.
- Jackson, A. W. (2017). Book Review "Grit: The Power of Passion and Perseverance." *Regional Business Review*, 36, 74-76.
- Jin, B., & Kim, J. (2017). Grit, basic needs satisfaction, and subjective well-being. *Journal of Individual Differences*, 38(1), 29-35.
- Johnston, C. and Mash, E. J. 1989. A measure of parenting satisfaction and efficacy. *Journal of Clinical Child Psychology*, 18(2), 167-175.
- King, L. A., & Napa, C. K. (1998). What makes a life good? *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 156-165.
- Kline, T. J. (2005). *Psychological testing: A practical approach to design and evaluation*. California, Sage Publications.
- Logsdon M. C., Wisner K. L., Pinto-Foltz M. D. (2006). The impact of postpartum depression on mothering. *Journal of Obstetric, Gynecologic, & Neonatal Nursing*, 35(5), 652-658.
- Lucas, G. M., Gratch, J., Cheng, L., & Marsella, S. (2015). When the going gets tough: Grit predicts costly perseverance. *Journal of Research in Personality*, 59(1), 15-22.
- Meier, A., Musick, K., Fischer, J., & Flood, S. (2018). Mothers' and fathers' well-being in parenting across the arch of child development. *Journal of Marriage and Family*, 80(4), 992-1004.
- Pettit, G. S., Dodge, K. A., & Brown, M. M. (1998). Early family experience, social problem solving patterns, and children's social competence. *Child Development*, 59(1), 107-120.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 36(4), 717-731.
- Russell, J. E. A. 2008. "Promoting Subjective Well-being at Work". *Journal of Career Assessment*, 16(1), 117-131.
- Samman, E. (2007). Psychological and subjective well-being: A proposal for

- internationally comparable indicators. *Oxford Development Studies*, 35(4), 459-486.
- Sawyer, A. & Ayers, S. (2009). Post-traumatic growth in women after childbirth. *Psychology and Health*, 24(4), 457-471.
- Scollon, C. N., & King, I. A. (2004). Is the good life the easy life? *Social Indicators Research*, 68(2), 127-162.
- Southwick, D. A. Tsay, C-J., & Duckworth, A. L. (2019). Grit at work. *Research in Organizational Behavior*, 39, 100-126.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
- Steger, M. F., Oishi, S., Kesebir, S. (2011). Is a life without meaning satisfying? The moderating role of the search for meaning in satisfaction with life judgments. *The Journal of Positive Psychology*, 6(3), 1-12.
- Suzuki Y, Tamesue D, Asahi K, Ishikawa Y (2015) Grit and Work Engagement: A Cross-Sectional Study. *PLOS ONE*, 10(9), 997-1012.
- Teti, D. M., & Gelfand, D. M. (1991). Behavioral competence among mothers of infants in the first year: The mediational role of maternal self-efficacy. *Child Development*, 62(5), 918-929.
- Thompson, R. A. (1998). *Early socio-personality development*. In Damon, W & Eisenberg, N (Eds.), *Handbook of child psychology* (5th ed), John Wiley & Sons, Inc.
- Trute, B., Benzie, K. M., & Worthington, C. (2012). Mother positivity and family adjustment in households with children with a serious disability. *Journal of Child and Family Studies*, 21(3), 411-417.
- Wells, D. J., Hobfoll, E. S., & Lavin, J. (1999). When it rains, it pours: The greater impact of resource loss compared to gain on psychological distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(9), 1172-1182.
- Vainio, M. M., & Daukantaite, D. (2016). Grit and different aspects of well-being: Direct and indirect relationships via sense of coherence and authenticity. *Journal of Happiness Studies*, 17(5), 2119-2147.
- Von Culin, K. R., Tsukayama, E., & Duckworth, A. L. (2014). Unpacking grit: Motivational correlates of perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Positive Psychology*, 9(4), 306-312.

**The Relationship Between First-Time Mothers'
Grit and Happiness: The Mediation Effects of Meaning of Life
and Parental Self-Efficacy in Mothers with Infants and Toddlers**

Jooha Park¹

Youjin Bae¹

Sujin Yang²

Department of Psychology, Ewha Women's University/ Student¹

Department of Psychology, Ewha Women's University/ Professor²

This study examined grit as a predictor of happiness in the first-time mothers and tested the mediating effects of the meaning of life (search for meaning and presence of meaning in life) and parental self-efficacy as the underlying mechanisms for the relationship between grit and first-time mothers' happiness. Self-reported questionnaires were collected from 217 full-time mothers with infants and toddlers aged 0-2years. The results showed that (1) all variables in the research model were positively related, and (2) all single, double, and triple mediation effects were significant, with the exception of the search for meaning. This study showed that, despite the fact that the burden of caring for young children was the greatest for first-time mothers, grit increased mothers' happiness by enhancing the meaning of life and sequentially equipped them with child-rearing efficacy. This work was significant as it was the first study to identify the positive workings of grit in the field of life, particularly for mothers who strived to fulfill their parenting role.

Keywords : first-time mother, grit, meaning of life, happiness, parental self-efficacy