

장기목표를 달성하는 힘: 그것이 높은 사람들이 보이는 미래시간조망에서의 특성*

오 아 량 손 땅 우 이 수 란†

연세대학교 심리학과

백석대학교 교육대학원

본 연구에서는 장기목표와 관련된 그릿의 특성을 밝히고자 하였다. 그릿이 '장기목표'에 대한 끈기와 열정으로 정의됨에도 불구하고, 그릿과 장기목표를 구체적으로 살펴본 연구는 거의 전무하다. 따라서 본 연구는 미래에 대해 가깝거나 멀게 지각하는 주관적인 시간지각이 현재 행동에 영향을 미칠 수 있음을 보여주는 미래시간조망 이론을 적용하여 그릿 수준이 높은 사람들이 객관적으로 더 먼 장기목표를 추구하면서도 이를 심리적으로 더 가깝게 지각하고 있는지를 검증하고자 하였다. 이 때, 그릿과 유사한 개념으로 알려진 성실성이 장기목표 설정 및 지각에서 어떤 차이를 보이는지 함께 살펴보았다. 이를 위해 대학생 120명에게 본인의 장기목표가 달성될 수 있는 시점의 나이와 목표까지 남은 시간의 길이를 표시하도록 하였다. 위계적 회귀분석 결과, 그릿은 성실성의 영향력을 통제했을 때도 유의하게 장기목표까지의 객관적 거리와 심리적 거리를 예측하였지만, 성실성은 장기목표에 대한 시간지각을 모두 예측하지 못하였다. 이러한 결과는 그릿이 장기적인 목표를 추구한다는 점에서 성실성과 구별되는 개념이라는 선형연구의 결과를 지지하고 있으며, 장기목표를 꾸준히 달성해나가는 것으로 알려진 그릿의 특성을 시간지각 측면에서 확인하였다는 함의를 갖는다.

주요어 : 그릿, 미래시간조망, 성실성, 장기목표, 주관적 시간지각

* 본 연구는 2019년도 한국연구재단의 지원을 받아 수행되었음(NRF-2018S1A5A2A03038021).

[†] 교신저자: 이수란, 백석대학교 교육대학원, 서울 서초구 방배로 9길 23 방배동

Tel: 02-2123-3548, E-mail: suranlee@bu.ac.kr

대부분의 사람들이 목표를 세우고, 이를 이루고 싶어 하지만 실제 목표를 달성하는 것은 그렇게 쉽지 않다. 특히, 목표가 먼 미래의 것일 수록 목표달성을 도달하기 위해 꾸준히 계획을 세우고 실천하는 것은 더욱 어렵다. 달성하기까지 많은 시간이 소요될수록 목표를 추구하는 과정에서 많은 유혹에 저항해야하기 때문이다 (Baumgardner & Crothers, 2009). 하지만 누군가는 먼 미래의 목표라 할지라도 꾸준히 노력해서 이를 이루어내고, 또 다른 누군가는 작심삼일에 그치는 모습을 보인다. 이러한 차이는 어디에서 비롯되는 것일까?

최근 심리학자들은 이러한 차이를 그릿(Grit)으로 설명하고 있다. 그릿은 장기적인 목표에 대한 끈기와 열정으로 정의되는데, 그릿 수준이 높은 사람들은 장기목표를 추구하는 과정에서 실패나 역경을 겪어도 흥미를 잃지 않고 지속적으로 노력을 기울이며 열심히 도전하는 특성을 지닌다 (Duckworth Peterson, Matthews & Kelly, 2007). 지난 몇 년간의 국내외 연구들은 그릿이 보이는 다양한 효과를 검증하였다. 그릿은 학교 장면 뿐만 아니라 직업장면에서도 개인의 탁월한 수행을 예측하는 변인으로 알려져 있는데, 학생들의 높은 학업성취, 교육만족도, 낮은 중퇴율뿐만 아니라 (Rojas, Usher & Toland, 2012; 주영주, 김동심, 2016; Eskreis-Winkler, Shulman, Beal & Duckworth, 2014), 직장에서의 낮은 이직률, 조직 시민행동, 직업윤리에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다 (Eskreis-Winkler et al. 2014; 이유진, 신용환, 박지영, 손영우, 2018; Meriac, Slifka & Labat, 2015).

특히, 그릿은 “장기목표”를 달성할 수 있는 힘을 설명한다는 점에 대해서 주목받고 있다. 하지만 기존의 연구들은 그릿이 다양한 맥락의 성취에 긍정적인 영향을 미친다는 것을 밝히는 데에만 집중되어 있다. 그릿 수준이 높은 사람들이 추구하는 “장기목표”란 어떤 것인지, 실제로 그릿 수준이 높은 사람들이 “장기적인” 목표를 추구하고 있는지, “장기목표”에 대하여 어떤

한 태도를 지니고 있기에 오랜 시간 동안 지속적으로 노력할 수 있는지 등에 대해서는 경험적인 연구가 거의 전무한 실정이다. 그것이 장기 목표를 설정하고 끝까지 노력하는 힘으로 정의되는 것이라면, 이를 가능하게 하는 매커니즘을 이해하는 것이 중요하다. 그것이 오랜 기간 동안 먼 미래의 목표에 대하여 집중적으로 노력을 투입할 수 있는 비결은 무엇일까?

본 연구는 장기목표를 추구해나가는 것으로 알려진 그릿의 특성을 밝히고자 하였다. 가장 먼저, 그릿이 장기적인 목표와 관련이 있는지 검증하기 위하여 목표를 상대적으로 길게 설정하고 있는지를 확인하고자 하였다. 그릿 수준이 높을수록 더 먼 미래의 목표를 설정하는 것을 확인함으로써 실제로 그릿이 장기목표와 관련이 있는 개념임을 검증할 수 있을 것으로 예상하였다. 다음으로 오래동안 꾸준하게 목표를 추구해나갈 수 있도록 돋는 특성이 무엇인지 알아보기 위하여 미래 목표까지의 심리적 거리감을 확인하였다. 미래에 대한 시간지각은 목표를 추구해나가는 동기와 밀접한 관련이 있다. 그릿 수준이 높은 사람이 객관적으로 먼 미래의 목표일지라도 이를 상대적으로 짧게 지각하고 있음을 밝히는 것은 장기목표를 꾸준하게 추구해나가는 사람과 그렇지 못하는 사람의 차이를 설명하는 하나의 가능성성이 될 수 있기 때문이다.

미래시간조망이론

같은 길이의 시간이라도 누군가는 매우 길게 느끼는 반면, 누군가는 매우 짧게 느낀다. Bejan(2019)은 이러한 현상을 마음시간(mind time)으로 정의하였다. 인간에게는 객관적으로 측정할 수 있는 물리적 시계시간(clock time)과 마음으로 느끼는 마음시간(mind time)이 따로 존재하는데, 이 중 물리적 시계시간보다는 마음의 시간이 시간을 지각하는 데에 큰 영향을 준다는 것이 그의 설명이다. 사람에 따라 다르게 경험되는 주관적인 시간 지각은 오래전부터 인간의

동기에 영향을 미치는 중요한 요인으로 알려져 왔다(De volder lens 1982). Nuttin(1985)이 제안한 미래시간조망이론(future time perspective theory)은 이러한 주관적인 시간지각이 인간의 동기에 영향을 미치는 과정을 설명한다.

미래시간조망이론은 미래에 대한 개인의 인지적인 관점을 여러 차원에서 설명하는데, Husman과 Shell(2008)은 유인, 확장성, 속도, 관련성이라는 4가지의 차원으로 미래시간조망이론을 설명하였다. 유인(valence)은 미래의 목표를 중요하고 가치 있게 생각하는 정도이며, 관련성(connectedness)은 현재의 특정 행동을 미래의 목표와 관련짓는 능력이며, 속도(speed)는 목표까지 남은 시간이 빠르게 흘러간다고 지각하는 정도이고, 확장성(extension)은 자신의 사고를 먼 미래까지 투영할 수 있는 정도이다.

사람들은 미래의 목표나 계획을 세울 때 일반적으로 고려할 수 있는 시간적 범위(habitual time space)를 각각 다르게 지니고 있다. 즉, 습관적으로 미래를 짧게 내다보고 몇 개월 단위의 짧은 목표를 세우는 사람이 있는가하면, 먼 미래를 내다보고 몇 년에 걸친 장기목표를 세우는 사람도 있는 것이다. 자신이 일반적으로 생각할 수 있는 미래 시간 영역 내에 일어나는 사건은 상대적으로 가깝고 현재의 활동과 관련이 높다고 여기며 중요하다고 느끼는 반면, 사고할 수 있는 미래시간 영역 이상으로 먼 미래에 일어나는 사건에 대해서는 상대적으로 멀고 현재의 활동과는 관련이 없으며 덜 중요하다고 느끼게 된다. 따라서 미래를 짧게 내다보는 사람에게는 장기목표가 대체로 자신이 생각할 수 있는 시간 영역 밖의 사건이기 때문에 더 멀고 현재와의 관련성이 떨어지며 중요하지 않다고 느끼는 반면, 습관적으로 먼 미래의 목표를 세워오던 사람에게는 장기목표가 자신이 생각하는 미래 시간 영역 내의 사건일 확률이 높기 때문에 대체로 멀지 않으며, 현재와 더욱 관련되어 있고 중요하다고 느끼는 것이다.

이때 주로 가까운 미래를 내다보고 먼 미래

에 대해서는 매우 멀고 중요하지 않다고 느끼는 사람들을 “짧은 미래시간조망”을 지녔다고 하며, 주로 먼 미래를 내다보고 먼 미래라도 가깝고 중요하다고 느끼는 사람들을 “긴 미래시간조망”을 지녔다고 한다. 다시 말해, 같은 시간적 거리의 목표라 하더라도 개인이 어떤 시간조망을 지녔는지에 따라 서로 다른 심리적 거리감(psychological distance)을 경험하게 되고, 미래 목표에 대해서 다른 태도를 지니게 되는 것이다. 예를 들어, 의대를 졸업하기 위해 7년이 남아있다고 가정했을 때 긴 미래시간조망을 지닌 학생은 짧은 미래시간조망을 지닌 학생에 비하여 7년 후의 미래를 상대적으로 더 가깝게 느끼기 때문에, 현재의 행동들이 미래의 성취에 더욱 직접적인 영향을 줄 것이라 믿게 된다.

긴 미래시간조망은 더 먼 미래를 위해 현재 어떠한 행동을 해야 하는지에 대한 죄표를 제공하고 있어 목표를 이루기 위한 더 나은 행동을 하도록 유도하는 역할을 하는 것이다. 미래시간조망이론이 개인에게 어떤 영향을 미치는지에 대한 메타분석 결과, 긴 미래시간조망을 지닌 사람들일수록 더 높은 학점을 받았으며, 약물과 같은 건강을 해치는 행동을 덜 했고, 삶에 대한 만족도와 행복감이 높았다(Kooij, Kanfer, Betts & Rudolph, 2018).

미래시간조망이 개인의 목표설정 및 현재의 행동에 미치는 영향은 다양한 연구를 통하여 확인되어 왔다. De Volder와 Lens(1982)는 객관적으로 먼 미래에 있는 목표를 추구하는 것이 현재 행동에 긍정적인 영향을 미칠 수 있음을 보여준다. 고등학생을 대상으로 실험한 결과, 중간고사 성적이 높고, 학습을 오래 지속하는 학생일수록 단기적인 목표나 현재의 목표 보다는 장기적 목표의 가치와 효용성을 중요하게 생각하고 있었다. Peetz, Wilson과 Strahan(2009)는 목표까지 남은 객관적인 시간뿐만 아니라, 주관적으로 개인이 지각하는 시간적 거리 또한 사람들의 동기에 영향을 미친다는 것을 확인하였다. Peetz 등(2009)에 따르면 미래 목표까지 느껴지는 시간적

거리감이 개인의 동기, 행동에 영향을 미치며 실제 성취에도 영향을 미친다고 한다. 구체적으로는 2주 후에 있을 중간고사까지 남은 시간이 길다고 느꼈던 학생일수록 낮은 점수를 받은 반면, 남은 시간이 짧다고 느꼈던 학생일수록 더 좋은 점수를 받았으며, 약 4년 후의 졸업이라는 미래 목표지점까지의 시간을 짧게 지각한 집단 일수록 현재 시점에서의 학업에 대한 동기가 높게 나타났다. 이는 미래 목표에 대한 주관적 시간지각이 현재의 태도 및 행동에 영향을 미친다는 것을 확인한 연구였다.

Bashir, Wilson, Lockwood, Chasteen과 Alisat(2014)는 미래에 대한 심리적 거리감이 행동에 대한 동기를 높이는 것뿐만 아니라 즉각적인 행동도 유도한다는 사실을 확인하였다. 참가자들에게 10년 후의 기후변화에 대한 문구를 읽게 한 후, 10년 후의 미래에 대한 심리적 거리를 조작하였을 때 미래를 가깝게 느끼는 집단이 미래를 멀게 느끼는 집단에 비하여 친환경 행동에 대한 동기가 높아졌을 뿐만 아니라, 일주일 후 친환경적인 행동의 빈도가 실제로 높아진 것 또한 확인하였다.

그릿과 목표까지의 시간적 거리감

사람들은 시간적으로 먼 보상보다는 가까운 보상을 더 가치 있게 여긴다. 시간이 지남에 따라 미래의 보상에 대한 가치감이나 기대감이 줄어들기 때문이다(Loewenstein & Prelec, 1992; Chapman, 1996). 그렇기 때문에 보상을 얻기까지 남은 시간이 길수록 이를 얻고자하는 동기는 점차 감소하게 되는 것이다. 하지만 그릿이 높은 사람들은 오랜 기간 동안 목표를 향해 꾸준히 나아가는 모습을 보인다. Duckworth 등(2007)은 그릿과 다른 유사개념들을 나누는 차이가 단기적인 목표에 대한 열정이 아니라 장기적인 목표에 대한 흥미와 지구력(stamina)이라고 말하기도 하였다.

그릿의 핵심적인 특성인 지속성과 꾸준함을

가능하게 하는 원동력은 무엇일까? 앞서 설명한 미래시간조망이론이 그 대답이 될 수 있다. 다시 말해, 그릿 수준이 높은 사람들은 자신의 미래 목표까지의 시간적 거리감 지각에 있어서 그릿이 낮은 사람들과 구별되는 특성을 가지고 있을 것이라 예측할 수 있다. 그릿 수준이 높은 사람들은 장기적인 미래의 목표에 초점을 두고 있는데, 이는 진 미래시간조망과 개념적으로 유사하다. 즉, 그릿 수준이 높은 사람들이 긴 미래시간조망을 가지는 경향이 있고, 이 때문에 미래의 목표도 비교적 가깝게 느끼면서 행동의 동기를 유지할 가능성이 있음을 추론할 수 있다.

앞서 설명한 것처럼 미래에 대한 시간지각은 행동의 동기에 큰 영향을 주는 것으로 알려져 있다. 선행연구에 따르면 목표까지의 심리적 거리감이 오랜 기간 목표를 추구하도록 돋는 동기에 영향을 미친다고 한다(Bashir et al., 2014; Liberman & Förster, 2008; Peetz et al., 2009; Simon, Vansteenkiste, Lens & Lacante, 2004). Simon 등(2004)은 먼 미래를 조망하고 이를 시간적으로 가깝게 지각할수록 현재의 행동에 대한 도구성(instrumentality)이 높아지고 이것이 동기를 유발하여 학습 및 수행능력의 효과성을 높이고 꾸준하게 지속할 수 있도록 만드는 것이라고 설명하였다. 또한 Liberman과 Förster(2008)는 목표까지의 심리적 거리감이 가까울수록 목표를 성취할 가능성을 높게 평가하고, 현재 행하는 행동의 중요성을 높게 인지하기 때문에 궁극적으로 더 높은 동기와 성과를 보일 수 있는 것이라고 설명하고 있다.

미래시간조망과 그릿의 관계에 대한 연구는 미비한 실정이지만, 몇몇 선행연구들을 통하여 이러한 관계를 추론해볼 수 있다. Armstrong, Lingen, Lourens과 Chen(2018)은 그릿을 강화하는 전략 중 하나로 미래에 대한 시간조망이 작용함을 질적 연구를 통해 밝혔다. 이들은 도전적인 환경 속에서 지속적으로 혁신을 추구해야하는 최고혁신책임자(Chief innovation officer)와 최고정

보관리책임자(Chief information officer)들을 인터뷰하여 그것이 높은 사람들의 행동에 영향을 미치는 인지 및 정서적 과정을 밝히면서 그것 모델에 대한 새로운 관점을 제공하였다. 결과를 통해 총 6개의 전략이 그것의 행동에 영향을 주고 있음을 확인하였으며, 이 중 하나가 바로 미래지향적인 생각이었다. 먼 미래의 목표에 가치를 두고 이를 이루기 위해 현재의 행동에 동기를 부여하는 과정을 통해 힘든 상황에서도 목표를 추구해나갈 수 있었던 것이다

그것은 목표에 대한 꾸준함과 열정이라는 높은 동기를 지니는 개념으로 알려져 왔다. 그것이 미래시간조망능력과 관련이 있다는 선행연구와 미래에 대한 시간지각이 개인의 동기에 큰 영향을 준다는 선행연구를 토대로, 그것의 높은 동기에 영향을 주는 것은 미래에 대한 시간지각 요인이 될 것이라 예측할 수 있다. 그것의 수준에 따라 목표에 대한 시간지각이 다르게 나타남을 밝히는 것은 그것의 어떠한 특성들이 끈기와 열정과 같은 높은 동기를 지니도록 만드는지 예측할 수 있는 근거를 제공할 것이다.

본 연구를 통해 장기목표까지 남은 시간에 대한 지각과 그것의 관계를 밝혀, 그것이 어떠한 과정을 통하여 장기목표를 달성해나갈 수 있었던 것인지 확인해보고자 한다. 이를 위해 목표를 먼 미래까지 투영할 수 있는 정도와 목표까지의 심리적 거리감이 그것에 따라 다르게 나타날 것이라는 가설을 세우고 검증하였다.

성실성과 그것

그것과 유사한 심리적 개념들에 대한 논란은 여전히 존재한다. 특히 그것은 개념적으로 성격 5요인(Big five) 중 성실성(Conscientiousness)과 유사하다고 알려져 있는데, 성실성은 ‘하기 싫은 상황에서도 일을 시작하고 끝마치는 능력’ 그리고 ‘꾸준히 방향성을 지니고 성취하는 태도’를 담고 있는 개념이므로 그것의 개념 중 끈기라는 특성과 중복되기 때문에 보인다(임효진, 2017;

Costa & McCrae, 1992). 많은 연구들이 두 변인 사이의 높은 상관을 보고하고 있으며(Duckworth & Quinn, 2009; Meriac, Slifka & LaBat, 2015; Suzuki, Tamesue, Asahi & Ishikawa, 2015), 그것과 관련된 지난 문헌들을 메타 분석한 결과도 성실성과의 높은 상관을 보고하였다(Credé, Tynan & Harms, 2017). 몇몇 선행연구들은 성실성을 통제했을 때에 그것이 성취 관련 변인들을 예측하지 못했다고 보고하면서, 그것과 성실성이 이름만 다른 같은 변인일 수 있다는 ‘jingle-jangle fallacy(Kelley, 1927)’의 의문도 제기하고 있다 (Credé et al., 2017; Ivcevic & Brackett, 2014). 성실성은 일반적인 지능을 뛰어넘어 개인의 성취를 예측하며(Poropat, 2009), 학교 장면에서의 높은 성취뿐만 아니라(Chamorro-Preuzic & Furnham, 2003; Noftle & Robins, 2007), 직장 장면에서 몰입이나 직업윤리와 같은 긍정적인 행동 및 성취를 예측하는 주요한 변인이라는 점에서 그것과 매우 유사하다(Barrick & Mount, 1991; Suzuki et al., 2015). 하지만 동시에 두 개념 간의 차이를 확인하는 연구들도 존재한다. 그것은 성실성을 통제한 후에도 학생들의 높은 학점을 예측하였으며 (Duckworth & Quinn, 2009), 고등학생의 높은 모의고사 성적(이수란, 손영우, 2013), 직장에서의 낮은 이직률(Eskreis-Winkler et al., 2014), 높은 조직시민행동(이유진 등, 2018)을 예측하였다는 연구들이 있다.

그것과 성실성의 관계에 대한 선행연구 결과가 혼재되어 있는 것은 대부분의 연구들이 그것의 가장 중요한 개념인 장기목표에 초점을 두지 않고 단순히 성취정도와 같은 결과적 변인에만 초점을 두고 연구를 진행했기 때문으로도 해석할 수 있다. Eskreis-Winkler 등(2014)은 그것이 단순히 눈앞의 흥미로운 일에 대해 몰입하는 것이 아니라, 상당히 먼 미래의 목표를 이루기 위해 열심히 나아가는 개인의 특성이며 바로 이점이 성실성과의 가장 큰 차이라고 말하고 있다. 하지만 참가자들이 보유한 서로 다른 목표를 통합하는 하나의 실험 과제를 제시하기 어렵다는 한

계로 인해 대부분의 연구들은 GPA나 SAT점수, 업무성과 등 단기적이고 일괄적인 목표를 통해 성취를 측정해왔다. 본 연구는 바로 이러한 한계가 그릿과 성실성의 차이를 명확히 밝히기 힘들게 만들었다고 판단하여, 참가자들이 각자 추구하는 장기목표에 초점을 맞추고 그릿과 성실성의 차이를 확인해보고자 하였다. Credé(2018)는 앞으로 그릿 연구가 나아갈 가장 중요한 방향 중 하나가 바로 성실성과의 차이를 명확히 밝히는 것이라고 논하기도 하였는데, 이에 맞추어 본 연구는 경험적 검증을 통해 실제로 그릿이 성실성과 서로 다른 원동력을 지니고 있는 개념임을 밝히고자 하였다.

연구가설

본 연구에서는 그릿의 특성을 두 가지 차원에서 밝히고자 하였다. 첫째로 목표를 설정하는 기간이 상대적으로 긴가를 확인함으로써 그릿이 장기목표와 관련이 있는 개념임을 밝히고자 하였다. 다음으로 장기목표 달성을 위해 꾸준히 노력하는 것으로 알려진 그릿의 특성을 심리적 거리감 측면에서 확인하고자 하였다. 이 때, 장기목표를 설정하는 기간이나 장기목표까지의 심리적 거리감이 성실성이나 그릿 수준에 따라 다르게 나타나는지 확인하고자 하였다.

선행연구에 따르면 그릿은 미래지향적 특성과 관련이 있는 것으로 알려져 있지만(Armstrong et al., 2018; 권대훈, 2016), 실제로 그릿의 수준에 따라 미래를 더 멀리 조망하고 심리적으로 가깝게 느끼는가에 대해 경험적으로 확인한 연구는 많지 않다. 이를 검증하기 위하여 가장 먼저 그릿이 높은 사람일수록 시간적으로 더 먼 미래의 목표를 추구한다는 것을 확인하고자 장기목표까지의 객관적 거리를 측정하였다. 참가자들에게 각자 추구하는 장기목표에 대해 생각하도록 한 후에, 현재 나이부터 장기목표가 이루어지는 시점의 나이 차를 통해 객관적인 거리를 측정하였다. 구체적으로, 높은 수준의 그릿을

지니고 있을수록 현재 시점에서 더 멀리 떨어진 장기목표를 추구할 것이라 예상하였다(가설 1).

다음으로 그릿 수준에 따라서 미래에 대한 거리감 지각에 어떤 차이가 있는지 확인하기 위하여 장기목표까지의 심리적 거리감을 살펴보고자 하였다. 시간조망이론에서 밝히고 있는 바와 같이, 오랜 기간 하나의 목표를 위해 꾸준히 노력하기 위해서는 목표까지의 거리가 길게 느껴지는 것보다 짧게 느껴질 때 지속적인 동력을 가질 수 있을 것으로 예상하였다. 따라서 높은 수준의 그릿을 지니고 있을수록 장기목표까지의 심리적 거리감을 더 짧게 느낄 것이라 예상하였다(가설 2).

끝으로 성실성은 그릿에 비해 장기목표에 대한 지각과 관련이 적은 개념임을 검증하고자 하였다. 따라서 그릿은 성실성에 비해 장기목표까지의 객관적인 시간 및 심리적 거리감을 인식하는데 더 밀접한 관련이 있을 것으로 예상하였다(가설 3). 또한, 그릿과 상관이 높은 성실성을 통제한 후에도 그릿은 장기목표까지의 객관적인 시간 거리와 심리적 거리 모두와 유의한 관련이 있을 것이라 예상했다(가설 1, 2). 본 연구의 가설을 정리하면 다음과 같다.

가설 1-1. 그릿 수준이 높을수록 현재 시점에서 더 멀리 떨어진 장기목표를 추구할 것이다.

가설 1-2. 성실성을 통제한 후에도 그릿 수준이 높을수록 더 먼 미래의 목표를 추구할 것이다.

가설 2-1. 그릿 수준이 높을수록 장기목표까지의 심리적 거리를 더 짧게 지각할 것이다.

가설 2-2. 성실성을 통제한 후에도 그릿 수준이 높을수록 장기목표까지의 심리적 거리를 더 짧게 지각할 것이다.

가설 3. 그릿은 성실성에 비해 장기목표까지의 객관적인 시간 및 심리적 거리감을 인식하는데 더 밀접한 관련이 있을 것이다.

방 법

연구 대상

본 연구는 4년제 대학교에 재학 중인 학부생을 대상으로 진행되었으며, 연구에 필요한 대상자 수는 G*Power 3.1프로그램을 이용하여 산출하였다. 효과크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .95, 2 개의 예측변수로 다중 선형 회귀분석을 위한 표본 수를 산출한 결과 연구에 필요한 최소 표본 크기는 107명이었다. 불성실한 답변을 고려하여 총 125명이 참가하였다. 이 중, 일부 질문에 응답하지 않은 5명의 자료를 제외하고 최종 120명의 자료를 사용했다. 최종 분석에 포함된 참가자는 남성 43명, 여성 77명이었으며, 전체 평균 연령은 23.34세($SD = 2.04$) 였다. 참가자들은 모든 과제를 완료한 후에 보상으로 실험 참가 크레딧을 부여받았다.

연구 절차

본 연구는 해당 기관의 심리학과 연구윤리 위원회(DRC) 및 생명윤리심의위원회(IRB)의 검토 및 승인을 받고 진행되었으며, 참가자들의 동의를 얻은 뒤 진행하였다. 심리학 실험 참가 시스템을 통해 자발적으로 연구 참여 의사를 밝힌 참가자들에게는 개인차에 따른 미래 목표 인식차이를 알아보는 것으로 연구 목적을 소개하였다. 참가자들은 실험실에 도착한 후 가장 먼저 연구의 목적과 함의 및 참가자의 권리에 대하여 안내되어있는 설명문을 읽고 동의서에 서명하였다.

본 연구는 총 3가지의 과제로 이루어져 있었으며, 약 40분 동안 진행되었다. 첫째로 참가자들은 나이와 성별에 관한 기본적인 인구통계학적 질문과 그릿과 성실성 척도로 구성된 설문지를 약 5분간 작성하였다. 다음으로 목표, 장기목표, 단기목표에 대한 정의를 읽은 후, 본인만의 장기목표, 단기목표에 대하여 깊게 생각할 시간

을 제공하였다. 이때, 목표란 내가 무엇인가 성취하고자 하는 것으로 정의되었으며, 장기목표는 상대적으로 먼 미래에 내가 성취하고자 하는 목표로, 단기목표는 장기목표를 위해 필요한 단계이자 상대적으로 짧은 기간 내의 목표라고 정의되었다. 참가자들이 자신의 목표를 깊게 생각하지 않고 불성실하게 참여하는 것을 막기 위하여 장기목표, 단기목표를 구체적으로 적도록 한 후, 각 목표를 설정한 이유에 대해서도 적도록 하였다.

세 번째 과제부터는 컴퓨터를 이용하여 실시되었다. 그림 1과 같이, 참가자들은 13인치 화면과 함께 구두로 과제에 대한 설명을 전달받았다. 가장 먼저 참가자들에게 화면 속에 보이는 검은색 인생선에 대하여 설명하였다. 선의 끝과 끝은 현재 시점부터 마지막 죽는 시점, 즉 남은 인생의 길이를 의미한다는 정확한 정의를 안내한 후에, 앞서 생각한 본인의 단기목표와 장기목표가 앞으로 인생의 어느 시점쯤 달성될 수 있는 것인지 생각하고, 그 시점까지 화면 하단의 점선을 늘리도록 하였다. 이후 단기목표가 이루어지기 까지 남은 개월 수와 장기목표가 이루어지는 해당 시점의 나이를 적어서 제출하도록 하였다(그림 2). 모든 장기목표에 대한 과제는 단기목표에 대한 과제를 실시한 후에 일괄적으로 시행되었다.

단기목표까지의 객관적 거리는 해당 목표를 이루어기까지 남은 개월 수로 측정하였으며, 장기목표까지의 객관적 거리는 장기목표가 이루어지는 해당 시점의 나이에서 참가자의 현재 나이를 뺀 값으로 계산하였다. 또한 목표가 달성되는 시점까지 늘린 점선의 길이를 목표까지의 객관적 거리로 나눔으로써 단기목표와 장기목표까지의 심리적 거리를 계산하였다. 이는 목표까지 느껴지는 거리감과 목표까지 남은 년 수를 나누는 것으로, 참가자들이 같은 1개월이나 1년을 몇cm의 길이로 지각하는지 구체적인 수치를 제시함으로써 참가자들 간 상대적인 비교를 가능하게 한다. 이후 과제를 수행하면서 생각했던

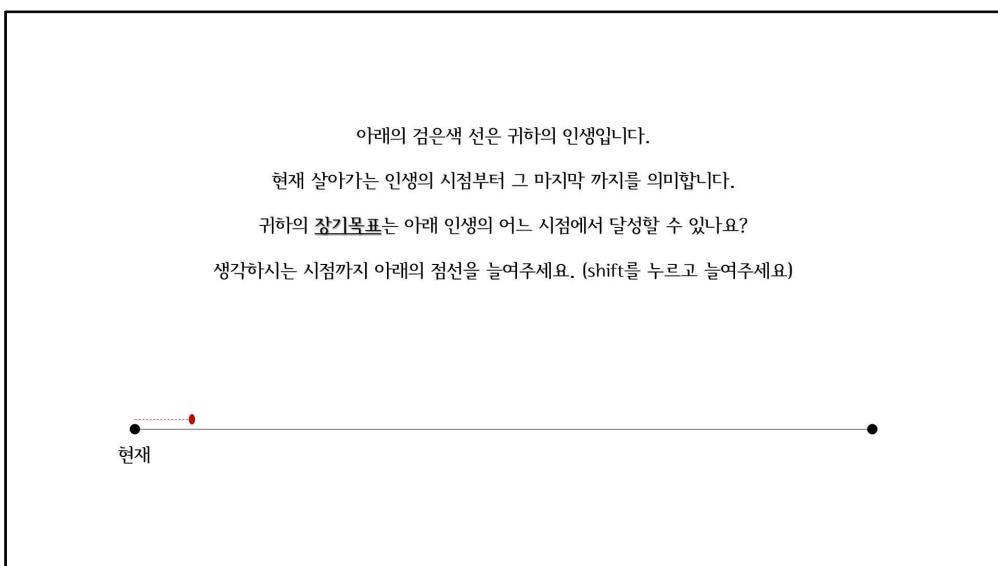


그림 1. 장기목표까지의 거리를 측정하기 위하여 사용된 화면. 검은색 선은 현재부터 마지막 순간 까지를 의미하는 인생선이며, 참가자들은 장기목표가 이루어 질 것이라 생각하는 시점까지 점선을 늘었다.

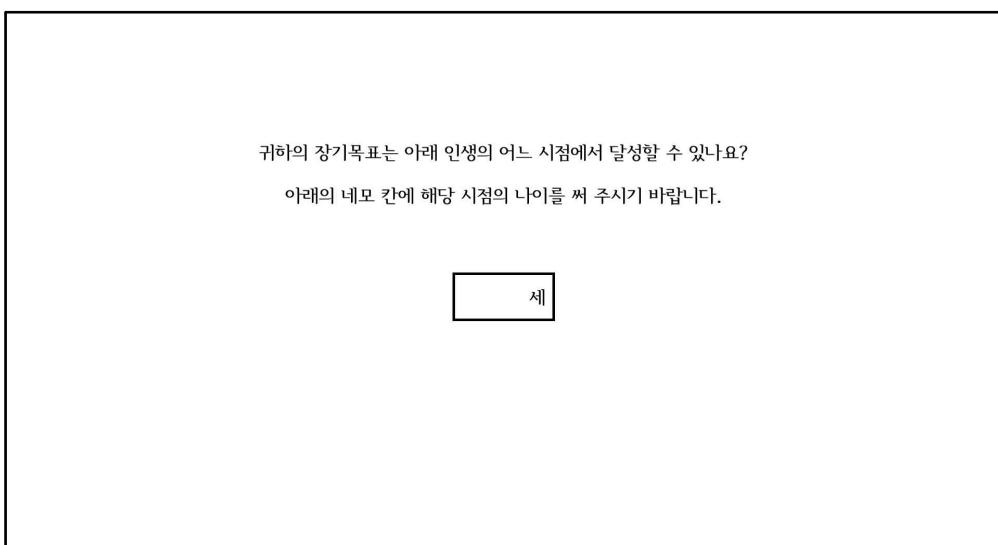


그림 2. 장기목표가 이루어지는 나이를 측정하기 위해 사용된 화면

죽는 시점의 나이를 적고, 연구자가 찍은 점에
서부터 5cm라고 생각되는 거리만큼 일자로 선을
표시한 후에 연구는 종료되었다. 과제의 진행
순서는 모든 참가자에게 동일하게 적용되었다.

모든 과제를 종료한 후에는 사후 설명서를 통해
연구의 본 목적에 대해 설명하였다.

측정 및 실험 도구

그릿

그릿은 Duckworth와 Quinn(2009)¹⁰이 타당화한 간편척도(Short Grit Scale; Grit-S)를 하혜숙, 임효진, 황매향(2015)이 수정, 번안한 척도를 사용하였다. 간편척도(Grit-S)는 원척도의 12문항 중 문항-총점 상관이 상대적으로 낮았던 4가지 문항을 제외한 총 8문항으로 구성되어 있다. 이 척도는 장기목표에 대한 인내에 해당하는 노력의 지속성(perseverance of effort) 4문항(예: “나는 시작한 것은 끝까지 끝장을 본다.”), 장기목표에 대한 열정에 해당하는 관심의 일관성(consistency of interest) 4문항(예: “나는 목표를 세우지만 나중에 그것과는 다른 일을 하곤 한다.”)으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘1점 = 전혀 아니다 - 5점 = 매우 그렇다’의 Likert식 척도로 응답하도록 되어 있다. Duckworth와 Quinn(2009)이 타당화한 간편척도(Grit-S)의 문항내적 합치도는 α 는 .73에서 .83사이를 나타냈으며, 본 연구에서 분석한 그릿 전체 문항에 대한 내적 일치도는 .71 이었다.

성실성

본 연구에서는 NEO-PI-R(McCrae & Costa, 1992) 이론에 근거하여 하대현, 황해익, 남상인(2008)이 번안 및 타당화한 성격 5요인에서 성실성 요인을 측정하는 문항을 사용하였다. 성실성은 총 60문항으로 구성되어 있으며, 자기 유능감(예: “일을 성공적으로 해내는 방법을 잘 안다.”), 정돈(예: “벗은 옷은 반드시 옷걸이에 다시 걸어 놓는다.”), 책임(예: “복장이나 명찰과 같은 규정을 잘 지키지 않는다.”), 성취지향(예: “어떤 일을 잘 해내야 마음이 편하다.”), 자율(예: “오늘 해야 할 일을 미루지 않는다.”), 신중(예: “덤벙대지 않는다.”)의 6개 하위 요인으로 이루어져 있다. 각 문항은 ‘1점 = 전혀 아니다 - 4점 = 매우 그렇다’의 Likert식 척도로 응답하도록 되어 있다. 하대현 등(2008)¹¹ 중, 고등학생

을 대상으로 한 연구에서 성실성의 문항내적 합치도는 .94, .93으로 매우 높았다. 본 연구에서 분석한 성실성 전체 문항에 대한 내적 일치도는 .91이었다.

장기목표까지의 거리

참가자들이 추구하는 장기목표까지의 거리를 알아보기 위해 컴퓨터로 Microsoft의 파워포인트 프로그램을 사용하였다. 모든 참가자들은 13인치 1920x1980 FHD 화면으로 과제를 수행하였으며, 과제 완료 후 개인을 식별할 수 없는 참가자 번호와 함께 저장되었다. 장기목표까지의 거리는 장기목표까지의 객관적 거리, 장기목표까지의 심리적 거리 두 가지로 측정되었다.

장기목표까지의 객관적 거리. 장기목표까지의 객관적 거리는 현재부터 장기목표까지 남은 실제적인 년 수로 정의된다. 참가자들은 자신의 장기목표가 이루어지는 시점의 나이를 직접 숫자로 표시하였고, 이 나이에서 현재의 나이를 뺀 값으로 장기목표까지의 객관적 거리를 계산하였다. 구체적인 공식은 다음과 같다.

장기목표까지의 객관적 거리 = 장기목표가 이루어지는 시점의 나이 - 현재 시점의 나이

장기목표까지의 심리적 거리. 장기목표까지의 심리적 거리는 현재부터 장기목표까지 남은 시간에 대한 주관적인 거리감으로 정의된다. 개념에 맞는 측정을 위하여, 개인의 남은 인생을 기준으로 현재부터 목표지점까지의 거리를 어느 정도로 지각하는지 확인하였다. 이때 장기목표가 이루어지는 주관적인 시점을 표시하도록 하기 위하여 Longitudinal Aging Study Amsterdam (LASA) main interview에서 사용되었던 방식을 활용하였다(Buiting et al., 2012; Thijssen, Wiegersma, Deeg & Janssen, 2014). 참가자들은 선분의 양쪽 끝에 ‘현재 시점’부터 ‘마지막 죽는 시점’이 기입된 25cm의 선분을 제공받은 후, 현재 시점부

터 목표가 이루어지는 시점까지의 거리를 점선으로 표시하였다. 이때 참가자들이 놀린 선분의 길이를 목표를 이루기까지 남은 실제적인 년 수(객관적 거리)로 나눔으로써 장기목표까지의 심리적 거리를 측정하였다.

본 연구는 서로 다른 시점의 장기목표를 지난 사람들을 대상으로 진행되므로, 단순히 목표까지의 거리감을 떨다, 가깝다로 측정하게 되면 개인들의 상대적인 거리감 비교가 힘들게 된다. 따라서 장기목표까지의 객관적 거리에 대한 선분 길이의 비율을 통하여 똑같은 시간(예: 10년)이라도 어떤 사람이 더 짧게 느끼고 길게 느끼는지 수치로 확인이 가능하도록 하였다 (Zauberan, Kim, Malkoc & Bettman, 2009).

장기목표까지의 심리적 거리 = 장기목표가 이루어지는 시점까지의 선분 길이 / 장기목표까지의 객관적 거리

단기목표까지의 거리

장기목표까지의 거리를 측정하는 것과 동일한 방법을 통하여 단기목표까지의 거리를 측정하였다.

단기목표까지의 객관적 거리. 단기목표까지의 객관적 거리는 현재부터 단기목표까지 남은 실제적인 개월 수로 정의된다. 참가자들은 자신의 단기목표가 이루어지는 시점까지 남은 개월 수를 숫자로 표시하였다. 단기목표는 짧은 기간 내의 목표이므로 장기목표와는 달리 개월 수를 통하여 목표까지의 거리를 측정하였다.

단기목표까지의 심리적 거리. 단기목표까지의 심리적 거리는 현재부터 단기목표까지 남은 시간에 대한 주관적인 거리감으로 정의된다. 장기목표까지의 심리적 거리를 측정하는 방법과 동일하게 선분의 길이를 단기목표까지의 객관적 거리로 나누어 측정하였다.

단기목표까지의 심리적 거리 = 단기목표가 이루어지는 시점까지의 선분 길이 / 단기목표까지의 객관적 거리

기타 변인

이 외에 장기목표까지의 거리를 측정하는 데에 영향을 미칠 가능성 있는 변수들도 같이 측정하였다.

죽기까지 남은 나이. 참가자마다 죽는 시점에 대한 생각이 다른데, 인생의 마지막까지 남은 거리가 장기목표까지의 거리를 인식하는 데에 영향을 미칠 가능성도 존재한다(Bashir et al., 2014). 예를 들어 앞으로 40년을 더 살 것이라고 생각하는 사람과 60년을 더 살 것이라고 예상하는 사람은 같은 25cm의 인생선이라도 다르게 지각할 가능성이 있는 것이다. 따라서 그릿과 성실성 수준에 따라 죽기까지 남은 나이의 차이가 있는지, 이것이 장기목표까지의 거리를 측정하는 데에도 영향을 미칠 가능성이 있는지를 살펴보기 위하여 죽는 시점에 대한 나이도 작성하도록 한 후, 죽는 시점의 나이에서 현재의 나이를 빼고 측정하였다.

거리 지각 능력. 사람마다 거리를 지각하는 능력은 다르다. 현재 시점부터 장기목표가 이루어질 수 있는 시점까지 선을 놓려 보고하는 과정에서, 개인에 따른 거리 지각 능력이 영향을 미치는지 알아보았다. 참가자들은 연구자가 찍은 점에서부터 수평으로 5cm라고 생각되는 길이 만큼 표시하였고, 연구자는 그 길이를 측정하여 보고하였다.

분석방법

SPSS Window ver. 25.0을 사용하여 기술통계, 신뢰도, 상관분석, 위계적 회귀분석을 실시하였다. 기술통계 분석을 통해 표본의 전체적인 특징을 파악하였으며, 이후 상관분석과 위계적 회

귀분석을 통해 가설을 검증하였다. 가설 1, 2, 3을 검증하기 위해서 그것, 성실성과 장기목표까지의 객관적 거리, 심리적 거리 사이의 상관을 분석하였으며, 이후 성실성을 통제한 후에도 그것이 장기목표까지의 거리와 관련이 있는지 확인하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 또한 그것과 단기목표까지의 거리가 관련이 있는지 확인하기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다.

결과

본 연구에서는 그것이 높은 사람들이 목표설정 및 시간 지각의 측면에서 어떤 특성을 보이는지 살펴보았다. 연구 대상자들의 일반적인 특성은 표 1과 같다. 가설을 검증하기 이전에, 본 연구는 미래시간조망이론의 가정에 기반해 가설

을 세웠기 때문에 이 가정이 반복 검증되는지 확인하였다. 즉, 먼 미래시간조망을 지닌 사람들이 같은 시간적 거리에 놓여있는 미래목표에 대해 심리적으로 더 가깝게 지각하는지 확인하였다. 이 가정을 검증하기 위해 상관분석을 통해 장기목표까지의 객관적 거리와 심리적 거리의 관계를 살펴보았다. 두 변인은 유의한 부적 상관을 보였으며($r = -.54$, 표 2), 장기목표까지의 선분길이와 기대수명을 모두 통제한 후에도 유의한 상관을 보였다($r = -.66$). 장기목표까지의 객관적 거리가 길다는 것은 더 먼 미래까지 조망하여 목표를 설정하는 것을 의미하며, 장기목표까지의 심리적 거리가 짧다는 것은 같은 시간적 거리에 놓여있는 목표에 대해 심리적으로 더 가깝게 느끼고 있음을 의미한다. 따라서 먼 미래의 목표를 추구하면서 미래에 대한 심리적 거리감을 짧게 지각한다는 기준의 미래시간조망이론의 가정은 확인되었다.

표 1. 기술통계

변인	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>Max</i>	<i>Min</i>
참가자 나이	120	23.34	2.04	28.00	20.00
그것	120	3.19	.54	4.38	1.88
성실성	120	2.97	.27	3.68	2.38
장기목표까지의 객관적 거리	120	20.03	13.05	78.00	1.00
장기목표까지의 심리적 거리	120	.74	.44	3.43	.25
장기목표가 이루어지는 시점까지의 선분 길이	120	11.78	5.26	25	1.97

표 2. 주요 변인 간 상관관계

변인	1	2	3	4	5
1. 그것	1	.54**	.20*	-.24*	.12
2. 성실성		.54**	1	.02	-.14
3. 장기목표까지의 객관적 거리			.20*	1	-.54**
4. 장기목표까지의 심리적 거리				1	-.16
5. 장기목표가 이루어지는 시점까지의 선분 길이					1

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

또한 장기목표까지의 거리를 측정하는 데에 영향을 미칠 가능성이 있는 변수들의 영향을 확인하였다. 그 결과, 죽기까지 남은 나이는 그릿, 성실성, 장기목표까지의 객관적 거리나 심리적 거리와 유의한 상관이 없는 것으로 나타났으며($r = .10, p = .30; r = .05, p = .62; r = .03, p = .72; r = -.06, p = .53$), 개인의 거리지각능력 또한 주요 변인들과 유의한 관련이 없었다($r = .05, p = .82; r = .23, p = .24; r = .08, p = .69; r = -.02, p = .94$). 구체적으로 위계적 회귀분석을 통해 확인한 결과, 죽기까지 남은 나이는 그릿과 성실성의 수준에 영향을 받지 않았으며($\beta = .10, p = .30; \beta = .05, p = .62$), 장기목표까지의 객관적 거리나 심리적 거리 또한 죽기까지 남은 나이가 많고 적음에 영향을 받지 않았다($\beta = .03, p = .72; \beta = -.06, p = .53$). 개인의 거리지각능력 또한 그릿과 성실성의 수준에 영향을 받지 않았고($\beta = .05, p = .82; \beta = .23, p = .24$), 목표에 대한 객관적 거리나 심리적 거리도 개인의 거리지각능력에 영향을 받지 않았다($\beta = .08, p = .69; \beta = -.02, p = .94$).

다음으로 본 연구의 3가지 가설을 검증하였다. 가장먼저, 성실성을 통제한 후에도 그릿 수

준이 높을수록 현재 시점에서 더 멀리 떨어진 장기목표를 추구할 것이라는 가설 1-1, 1-2를 검증하였다. 표 2는 주요 변인들 사이의 상관을 나타내고 있다. 주요 변인들의 관계를 살펴보면, 그릿은 장기목표까지의 객관적 거리와 유의한 정적 상관을 보이고 있었다($r = .20, p < .05$). 위계적 회귀분석을 진행하기 위하여 장기목표까지의 객관적 거리를 종속변인으로 두고, 1단계로 죽기까지 남은 나이와 성실성을 투입하고, 2단계로 그릿을 투입하였다. 그 결과, 그릿이 투입된 모형 2는 유의하게 종속변인을 예측하였으며, 모형 1보다 종속변인을 5% 더 설명하였다, $R^2(1, 116) = 6.26, \beta = .27, p < .05$ (표 3).

둘째로, 성실성을 통제한 후에도 그릿 수준이 높을수록 장기목표까지의 심리적 거리를 더 깊게 지각할 것이라는 가설 2-1, 2-2를 검증하였다. 상관분석 결과, 그릿은 장기목표까지의 심리적 거리와 유의한 부적 상관을 나타냈다($r = -.24, p < .05$, 표 2). 이후 위계적 회귀분석을 통해 장기목표까지 심리적 거리를 종속변인으로 두고, 1단계로 죽기까지 남은 나이와 성실성을 투입한 후 2단계로 그릿을 투입하였다. 그 결과, 모형 2에서 그릿은 종속변인을 유의하게 예측하였으며

표 3. 장기목표까지의 객관적 거리를 종속변인으로 둔 위계적 회귀분석

예측 변인	비표준화 계수		표준화 계수			ΔR^2
	B	SE B	β	t	P	
1단계						
(상수)	13.19	18.56		.71	.48	.00
죽기까지 남은 나이	.07	.20	.03	.35	.73	
성실성	.68	4.42	.01	.15	.88	
2단계						
(상수)	16.06	18.19		.88	.38	.052
죽기까지 남은 나이	.03	5.15	.01	.15	.88	
성실성	-6.31	5.15	-.13	-1.23	.22	
그릿	6.49	2.59	.27	2.50*	.01	

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

표 4. 장기목표까지의 심리적 거리를 종속변인으로 둔 위계적 회귀분석

예측 변인	비표준화 계수		표준화 계수		P	ΔR^2
	B	SE B	β	t		
Step1						
(상수)	1.66	.62		2.66	.01	
죽기까지 남은 나이	-.00	.01	-.05	-.56	.58	
성실성	-.22	.15	-.14	-1.49	.14	
Step2						
(상수)	1.58	6.15		2.56	.01	
죽기까지 남은 나이	-.00	.01	-.04	-.39	.70	
성실성	-.02	.17	-.01	-.13	.90	
그릿	-.19	.09	-.23	-2.11*	.04	

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

모형 1에 비해서 설명변량이 유의하게 1.4% 증가하였다, $R^2(1, 116) = 4.47$, $\beta = -.23$, $p < .05$. (표 4).

마지막으로 그릿이 성실성보다 장기목표까지의 객관적인 시간 거리와 심리적 거리감과 더 강하게 관련되어 있을 것이라는 가설3을 검증하였다. 상관분석 결과를 살펴보면 성실성은 장기목표까지의 객관적 거리와 심리적 거리 모두와 유의한 상관을 보이지 않았다($r = .02$, $p = .87$; $r = -.14$, $p = .13$). 가설 1을 검증하기 위하여 진행된 위계적 회귀분석 결과에서 모형1의 죽기까지 남은 나이와 성실성은 장기목표까지의 객관적 거리를 유의하게 예측하지 못했지만($\beta = .03$, $p = .73$; $\beta = .01$, $p = .88$), 그릿이 투입된 모형 2는 종속변인을 유의하게 예측하였다, $R^2(1, 116) = 6.26$, $\beta = .27$, $p < .05$.(표 3). 또한 가설 2를 검증하기 위하여 진행된 회귀분석 결과에서도, 모형 1에서 죽기까지 남은 나이와 성실성은 장기목표까지의 심리적 거리를 유의하게 예측하지 못하였지만($\beta = -.05$, $p = .58$; $\beta = -.14$, $p = .14$), 모형 2에서 그릿은 종속변인을 유의하게 예측하였다, $R^2(1, 116) = 4.47$, $\beta = -.23$, $p < .05$.(표 4).

추가적으로 그릿 수준에 따라 단기목표까지의 거리에 대한 지각 또한 달라지는지 확인하는 것은 그릿이 장기적인 목표를 설정하고 지속적으로 노력을 투입하여 목표를 향해 나아가는 것과 고유하게 관련되어있는 개념임을 보여주는 주요한 지표가 될 수 있으므로, 단기목표까지의 거리에 대한 지각 또한 분석하였다.

가장먼저 그릿 수준에 따라 단기목표를 설정하는 기간에 차이가 나는지 확인하기 위하여 위계적 회귀분석을 진행하였다. 단기목표까지 남은 개월 수를 의미하는 단기목표까지의 객관적 거리를 종속변인으로 두고, 1단계로 죽기까지 남은 나이와 성실성을 투입한 후 2단계로 그릿을 투입하였다. 그 결과 그릿, 성실성, 죽기까지 남은 나이 모두 단기목표까지의 객관적 거리를 예측하지 못하였다($\beta = -.04$, $p = .73$; $\beta = -.05$, $p = .65$; $\beta = -.15$, $p = .12$).

다음으로는 단기목표까지의 심리적 거리를 종속변인으로 두고, 성실성과 죽기까지 남은 나이를 통제한 후 그릿의 효과를 살펴보았다. 이 또한 그릿, 성실성, 죽기까지 남은 나이 모두 단기목표까지의 심리적 거리를 예측하지 못하였다($\beta = -.09$, $p = .45$; $\beta = -.10$, $p = .41$; $\beta =$

-.02, $p = .83$).

논 의

그릿이 탁월한 성취를 예측한다는 것을 보여주는 여러 연구들은 그릿이 장기목표를 달성할 수 있는 힘이라는 점을 강조하고 있지만, 실제로 그릿과 장기목표의 관계에 대해서는 밝혀진 바가 많지 않았다. 이러한 연구문제를 바탕으로, 본 연구에서는 그릿과 장기목표 사이의 관계를 경험적으로 살펴보고, 동시에 성실성을 그릿의 근본적인 차이를 밝히고자 하였다. 미래 시간에 대한 인지적인 지각이 현재의 행동에 주요한 영향을 준다는 선행연구의 결과를 토대로, 그릿 수준에 따라 장기목표에 대한 시간적 거리감 지각이 다르게 나타날 것이라 예상하고 연구를 진행하였다. 현재나이부터 장기목표를 이루는 시점의 나이차로 장기목표까지의 객관적 거리를 측정하였으며, 장기목표가 이루어지는 시점까지 그린 선의 길이를 통해 심리적 거리를 측정하였다.

먼저, 본 연구에서는 그릿 수준이 높을수록 현재 시점에서 더 멀리 떨어진 장기목표를 추구할 것이며, 성실성을 통제한 후에도 그릿 수준에 따라 장기목표까지의 객관적 거리가 영향을 받을 것이라 예상하였다. 상관분석 결과 그릿 점수와 장기목표까지의 객관적 거리 사이에 유의한 정적 상관이 나타났으며, 위계적 회귀분석을 통해 성실성을 통제한 후에도 장기목표까지의 객관적 거리를 유의하게 예측한다는 가설 1을 검증하였다. 이는 그릿 수준이 높은 사람들은 현재 시점에서 더 먼 장기목표를 추구하는 모습을 보이지만, 성실성은 장기목표를 설정하는 것과는 관련이 낮음을 밝히는 결과이다. 그릿 수준에 따라 추구하는 목표의 시간적 거리가 다르게 나타나는 것은 목표 설정 기간이 개인의 특성에 따라 다르게 나타났던 선행연구의 결과와 일치한다(Lens, Paixao & Herrera, 2009; De Volder & Lens, 1982).

다음으로 장기목표까지 남은 거리에 대한 주관적인 시간지각이 그릿 수준에 따라 다르게 나타나는지 확인하였다. 그릿과 장기목표까지의 심리적 거리는 유의한 부적 상관을 보였으며 성실성을 통제한 후에도 유의하게 종속변인을 예측하였다. 또한 성실성과 달리 그릿 수준이 높을수록 같은 시간적 거리의 미래라 할지라도 심리적으로 더 가깝게 느낀다는 것도 확인하였다. 이는 가설 2를 지지하는 결과이다. 선행연구에 따르면, 사람들은 목표에 가깝다고 느낄수록 이를 더욱 현실적으로 느끼며 그 유용가치를 높게 지각한다(Husman & Lens, 1999). 특히 목표에 대한 유용가치를 얼마나 근접하게 느끼느냐는 학습 및 동기에 중요한 영향을 미친다(우연경, 김성일, 봉미미, 2014). 그릿이 높은 사람들이 시간적으로 먼 미래의 목표를 상대적으로 가깝게 지각한다는 본 연구의 결과는, 목표를 향해 꾸준히 나아가도록 하는 그릿의 원동력이 목표에 대한 시간지각이 될 수 있음을 시사한다.

그릿의 결과와는 반대로, 성실성은 장기목표까지의 객관적 거리, 심리적 거리 모두와 유의한 상관을 보이지 않았다. 위계적 회귀분석에서도 성실성은 장기목표까지의 객관적 거리뿐만 아니라 심리적 거리에 대해서도 유의하게 예측하지 못하였다. 따라서 가설 3은 지지되었다. 그릿과 성실성의 상관이 유의하게 정적으로 높음에도 불구하고, 장기목표에 대한 거리감에 있어서는 서로 상이한 결과를 보인 것이다. 이는 객관적으로 더 먼 미래를 추구함과 동시에 목표까지 남은 거리를 멀지 않다고 느끼는 시간지각이 그릿과는 관련이 있지만 성실성과는 관련이 낮음을 보여주는 결과이다. 성실성은 지능을 뛰어넘어 탁월한 성취를 예측하며(Barrick & Mount, 1991; Judge, Higgin, Thoresen & Barrick, 1999; Judge, Klinger, Simon & Yang, 2008), 성취까지 이르는 과정에서 노력을 많이 투입하는 공부 전략이나 끈기 있는 공부 습관을 지녀야 하는 등의 매커니즘을 보이고 있다는 점에서 그릿과 유사하다(Corker, Oswald & Donnellan, 2012). 그럼에도

두 변인이 장기목표에 대한 시간지각을 다르게 한다는 것은 현재 행동에 동기를 부여하는 두 변인의 원동력이 근본적으로 다르다는 것을 의미한다고 볼 수 있다. 이는 그것이 단기적인 목표가 아닌 장기적인 목표를 추구한다는 점에서 성실성과 차이가 난다고 주장하는 선행연구의 결과를 지지하는 것이다(Duckworth et al., 2007; Eskreis-Winkler et al., 2014).

또한 그것 수준에 따라 단기목표까지의 객관적 거리 및 심리적 거리에 대한 지각이 달라지지 않음을 확인하였다. 이는 그것이 장기목표와 고유하게 관련되어 있는 개념임을 보여주는 중요한 지표로 해석될 수 있다.

연구의 함의

그것이 어떠한 장기목표를 설정하고 이에 대하여 어떠한 태도를 지니고 있는가에 대하여 확인하였던 본 연구는 그것의 특성을 이해하는 데에 도움을 주었다는 점에서 의의를 갖는다. 결과에 따르면, 성실성과 앞으로의 기대수명을 통제하였을 때 그것이 1점 올라갈수록 6.49년 더 먼 장기목표를 설정하고 있었으며, 1년이라는 같은 시간의 길이를 0.19cm 더 가깝게 지각하고 있었다. 이러한 결과를 토대로 그것 수준에 따라 장기목표 설정 기간과 장기목표까지의 시간적 거리감이 인지적으로 다르게 지각되고 있음을 알 수 있다. 본 연구를 통하여 그것이 높은 사람들이 실제로 얼마나 먼 장기목표를 추구하고 있는지, 장기목표에 대하여 어떻게 인지하고 있는지 확인할 수 있었다.

둘째로 본 연구는 장기목표라는 개념에 초점을 두고 그것과 성실성의 차이를 확인하였다는 점에서 의의를 갖는다. 그것은 성실성과 유사한 측면을 지니고 있다. 두 변인은 모두 높은 성취를 예측하며 공부시간과 유의한 정적 상관을 보이고 있다는 점에서 유사한 속성을 공유하고 있다(이수란, 손영우, 2013). 성실성을 통제한 후에 그것이 더 이상 높은 수행을 예측하지 못하였음

을 보여주는 선행연구들의 결과는 그것이 성실성과 차이가 나지 않는 개념임을 주장한다(Credé et al., 2017; Ivcevic & Brackett, 2014).

하지만 그것이 성실성을 뛰어넘지 못한다는 선행연구들은 장기적인 목표나 결과변인에 초점을 두지 않고 단기적인 GPA점수만을 토대로 학업성취를 측정하였다(Ivcevic & Brackett, 2014). 또한 Credé 등(2017)의 메타분석 연구에서도 기존의 연구들이 장기적인 목표에 초점을 두고 성취를 살펴본 것인지, 단기적인 GPA만을 측정하여 성취를 살펴본 결과인지를 구분하지 않고 단순히 GPA만을 성취의 지표로 삼아 그것과 성실성의 차이를 확인하였다. 반면, 그것이 성실성을 뛰어넘어 높은 수행을 예측하고 있음을 보여주었던 선행연구들은 고등학생들의 모의고사 점수와 중간 및 기말고사 성적 모두를 1년 동안 수집하였으며(이수란 등, 2013), 육군사관학교 학생들이 약 6주간의 혹독한 여름 훈련을 무사히 마치는 비율을 통해 그것과 수행의 관계를 측정하였다. 따라서 두 변인의 관계에 대하여 살펴본 선행연구 결과가 혼재되어 나타나고 있는 것은 기존의 연구들이 장기적인 목표가 아닌 단기적인 목표를 사용하여 수행을 측정하였기 때문으로 해석할 수 있다.

장기목표에 대한 시간적 거리 지각이 그것의 수준에 따라 다르게 나타나지만 성실성과는 관련이 낮다는 이번 연구의 결과는 그것이 성실성을 뛰어넘어 높은 수행을 예측한다는 선행연구를 지지한다(이수란, 손영우, 2013; Duckworth et al., 2007; Duckworth & Quinn, 2009). 본 연구는 그것이 개념적으로 단기적인 사건이 아닌 장기적인 목표에 몰입하고 나아간다는 점에서 성실성과 개념적으로 차이가 난다는 주장을 확장하여 연구를 통해 검증하였다는 점에서 의의가 있다.

한계 및 후속연구 제언

본 연구는 미래시간조망이론을 바탕으로 그

럿과 장기목표에 대한 시간지각 사이의 관계를 밝혀 그럿 수준이 높을수록 더 먼 미래의 목표를 설정하며 목표까지의 거리를 상대적으로 짧게 지각하는 경향이 있음을 확인하였다. 선행연구에서는 미래시간조망이 그럿에 영향을 주고 있음을 밝혔지만(권대훈, 2016), 횡단적 자료를 사용하고 있기 때문에 두 변인의 관계에 대해 명확히 밝히는 데에는 한계가 있었다. 따라서 후속연구에서는 그럿과 미래시간조망능력의 인과관계 여부 및 그 방향성에 대한 추가적 검증이 필요할 것이다.

또한 본 연구는 목표에 대한 시간지각 측면에서 그럿의 특성을 확인하였을 뿐, 이것이 실제로 목표를 위해 더 꾸준히 노력하거나 목표를 실제로 더 많이 달성한다는 점을 직접적으로 확인하지 못하였다는 한계가 있다. 이에 관하여 후속연구에서는 목표에 대한 동기나 목표추구행동의 빈도 등을 측정하여 그럿의 시간지각 특성이 실제 동기와 행동에도 영향을 미치는지 확인하는 것이 필요하다.

다음으로, 연구에서 사용된 측정도구의 한계가 있다. 장기목표까지의 심리적 거리를 측정하기 위하여 목표가 이루어지는 지점까지 점선을 그리도록 하였고, 이후 선분의 길이를 실제 객관적 거리로 나누었다. 이는 사람들이 장기 목표에 대하여 저마다 다른 객관적 거리를 지니고 있는 상태에서 상대적인 비교가 가능하도록 해준다. 본 연구에서 사용된 측정법은 주관적인 길이에 대한 상대적 비교를 시도하였던 Zauberman 등(2009)이 사용한 방법을 차용하였다. 하지만 이에 대한 타당성이 명확하게 검증되지 않았다는 한계가 있으며, 동시에 장기목표까지의 객관적인 거리에 영향을 받기 때문에 객관적 거리와 심리적 거리의 매개효과나 간접효과도 확인해보기 힘들다는 한계가 있다. 따라서 후속 연구에서는 '2년 후'와 같이 특정한 시간대를 선정한 후, 지금부터 2년 후까지 얼마나 멀다고 느껴지는지에 대하여 짧다(1)~멀다(7)와 같은 척도나 선분 등 기준의 심리적 거리감 측정방법을

활용하여 측정할 필요가 있다.

네 번째로는 표집의 한계가 있다. 본 연구는 자신의 목표에 최대한 집중할 수 있는 환경에서 통제된 크기의 화면으로 선분의 길이를 측정하기 위하여 직접 연구실에 방문하는 연구방식을 채택하였다. 이 때문에 연구 표집에 있어서는 특정 대학의 학생들만 참여했다는 한계가 있다. 표본의 성실성 점수를 살펴보면 표준편차가 .27로 변산이 적은 편이었으며, 최소값이 2.38로 성실성이 4점 척도임을 고려할 때 비교적 높은 성실성 집단에 해당될 가능성이 있다. 성실성과 그럿이 차별적인 설명량을 보인다는 것은 선행 연구들을 통해 일관적으로 확인되어 왔으나 (Duckworth & Quinn, 2009; 이수란, 손영우, 2013; Eskreis-Winkler et al., 2014; 이유진 등, 2018), 표집의 한계를 보완하기 위하여 후속연구에서는 전국단위의 무선표집 또는 온라인 표집을 통해 다양한 표본이 포함될 수 있도록 연구를 진행할 필요가 있다.

다섯 번째로 본 연구는 장기목표까지의 거리를 짧거나 길게 지각하는 데에 영향을 미치는 다른 변인들과의 관계를 확인하지 못하였다는 한계도 지니고 있다. 미래 시간을 지각하는 데에 있어서 목표에 대한 가시성 정도나 보상에 대한 기대감, 목표의 가치, 목표에 대한 자발적 동기 등 다양한 변인들이 영향을 미칠 수 있다 (Vansteenkiste et al., 2004). 따라서 후속 연구에서 장기목표에 대한 거리감 지각에 영향을 미치는 변인들을 고려하여, 장기목표와 그럿사이의 관계를 보다 정확하게 파악할 수 있을 것으로 기대된다.

또한 미래시간조망의 여러 차원들 중 확장성과 속도 차원에만 초점을 맞추어 연구를 진행하였다는 점에서 한계가 있다. 선행연구에 따르면 그럿뿐만 아니라 성실성 또한 미래시간조망과 유의한 상관을 보이는 변인으로 보고되어 왔다 (Thoms & Blasko, 2004; Betts, 2013). 본 연구에서는 미래시간조망이론을 설명하는 4가지 차원들 중 확장성과 속도 차원에 초점을 맞추어 연구를

진행하였으므로, 후속연구를 통하여 다른 두 차원에 대해서도 성실성과 그릿의 차이가 나타나는가에 대한 검증이 필요할 것이다.

다음으로, 본 연구에서는 사람들이 지니는 다양한 목표를 가정하지 않고 가장 추구하고자 하는 한가지의 목표에 대하여 시간적 거리감을 측정하였다. 최근 연구를 통해 다중목표상황 또한 중요한 이슈임을 알 수 있다(이현주, 신종호, 2009). 높은 성취뿐만 아니라, 좋은 교우관계, 가족관계, 성공적인 동아리 활동 등 다양한 목표들을 동시에 추구하고자 하는 다중목표 상황은 단일목표 추구 상황보다 더욱 효과적인 자기조절을 필요로 할 수밖에 없다(Muraven, Tice, & Baumeister, 1998). 이러한 점을 감안하여 앞으로의 연구에서는 단일목표 중심의 연구가 아닌 다중목표를 추구하는 상황과 그릿의 관계에 대한 연구로 확장하여 수행할 필요가 있다.

마지막으로 낙관성이 본 연구의 결과에 미쳤을 가능성 또한 검토해볼 필요가 있다. 낙관성이 그릿과 관련이 있는 개념이라는 사실은 선행연구들을 통하여 밝혀져 왔다(Duckworth & Eskreis-Winkler, 2013; Tuckwiller & Dardick, 2018). 하지만 낙관성이 시간지각과 관련이 있다는 연구는 부족하다. 특히 목표에 대한 심리적 거리감이 낙관성에 영향을 받는다는 것은 아직 검증되지 않았다. 따라서 후속연구에서는 낙관성을 통제함으로써 목표설정과 목표까지의 심리적 거리에서의 차이가 온전히 그릿의 차이에 의한 것인지를 확인할 필요가 있다.

추가적으로 후속연구를 통하여 그릿 수준에 따라 장기목표의 종류나 성격이 달라지는지 확인하는 것 또한 의미 있는 연구가 될 것이다. 목표의 구체성, 실현 가능성, 종류 등이 그릿의 수준에 따라 다르게 나타나는지 확인할 필요가 있다. Peetz 등(2009)의 연구에서는 목표까지 가깝게 느끼도록 조작한 집단은 목표를 과정중심으로 구체적으로 기술한 반면, 목표까지 멀게 느끼도록 조작한 집단은 목표를 결과중심으로 기술하고 있음을 확인하였다. 본 연구를 통하여

그릿 수준이 높을수록 시간적으로 더 먼 목표를 지니고 있음을 확인하였으므로, Peetz 등(2009)의 결과를 응용하여 과연 그릿 수준이 높은 사람들이 지니고 있는 목표의 종류는 어떤 것일지 확인해볼 수 있을 것이다. 또한, 그릿 수준에 따른 목표 종류의 차이가 목표에 대한 동기에도 영향을 미치는지도 살펴볼 수 있을 것이다.

저자 소개

오아량은 현재 연세대학교 심리학과 산업 및 조직심리학 석사과정에 있으며, 연구 관심사로는 동기, 목표 설정, 조직 문화 등이 있다.

손영우는 현재 연세대학교 심리학과에 교수로 재직 중이며, 연구 관심사로는 일의 의미, 소명, 전문성 개발 등이 있다.

이수란은 현재 백석대학교 교육대학원에 교수로 재직 중이며, 연구 관심사로는 코칭, 전문성 발달 등이 있다.

참고문헌

- 권대훈 (2016). 통제소재, 미래시간조망, 그릿 (grit)과 자연의 관계 분석. *교육학연구*, 54, 21-43.
- 이수란, 손영우 (2013). 무엇이 뛰어난 학업성취를 예측하는가?. *한국심리학회지: 학교*, 10(3), 349-366.
- 이유진, 신용환, 박지영, 손영우 (2018). 투지(Grit)가 조직시민행동에 미치는 영향. *한국심리학회지: 산업 및 조직*, 31(1), 327-352.
- 이현주, 신종호 (2009). 다중목표 추구 상황에서 목표간 관계가 자기조절 학습행동에 미치는 영향. *교육심리연구*, 23(2), 261-278.

- 임효진 (2017). 그릿의 최근 연구동향과 재개념화의 필요성. *교육심리연구*, 31(4), 663-681. doi:10.17286/kjep.2017.31.4.04
- 우연경, 김성일, & 봉미미 (2014). 과제 유용가치의 시간적 근접성과 자기효능감의 상호작용이 흥미에 미치는 영향. *교육심리연구*, 28(1), 1-21.
- 주영주, 김동심 (2016). 영재학생의 그릿 (꾸준한 노력, 지속적 관심), 교사지원, 부모지원의 자기조절학습능력, 영재교육만족도에 대한 예측력 검증. *특수교육*, 15(1), 29-49.
- 하대현, 황해익, & 남상인 (2008). 5 요인 성격검사의 개발 및 학업, 적응, 진로 관련 준거와의 관계. *교육심리연구*, 22(3), 609-629.
- 하혜숙, 임효진, & 황매향 (2015). 끈기와 자기통제 집단수준에 따른 성격요인의 예측력 및 학교 부적응과 학업성취의 관계. *평생학습사회*, 11(3), 145-166.
- Armstrong, A., van der Lingen, E., Lourens, R., & Chen, J. Y. (2018). Towards a new model of grit within a cognitive-affective framework of self-regulation. *South African Journal of Business Management*, 49(1), 1-8. doi:10.4102/sajbm.v49i1.13
- Barrick, M. R., & Mount, M. K. (1991). The big five personality dimensions and job performance: A meta analysis. *Personnel psychology*, 44(1), 1-26. doi:10.1111/j.1744-6570.1991.tb00688.x
- Baumgardner Steve, R., & Crothers Marie, K. (2009). *Positive Psychology*.
- Bashir, N. Y., Wilson, A. E., Lockwood, P., Chasteen, A. L., & Alisat, S. (2014). The time for action is now: Subjective temporal proximity enhances pursuit of remote-future goals. *Social Cognition*, 32(1), 83-93.
- Betts, M. J. (2013). Future time perspective: Examination of multiple conceptualizations and work-related correlates (Doctoral dissertation, Georgia Institute of Technology).
- Bejan, A. (2019). Why the Days Seem Shorter as We Get Older. *European Review*, 1-8. doi:10.1017/s1062798718000741
- Buiting, H. M., Deeg, D. J., Knol, D. L., Ziegelmann, J. P., Pasman, H. R. W., Widdershoven, G. A., & Onwuteaka-Philipsen, B. D. (2012). Older peoples' attitudes towards euthanasia and an end-of-life pill in The Netherlands: 2001-2009. *Journal of Medical Ethics*, 38(5), 267-273.
- Chamorro-Premuzic, T., & Furnham, A. (2003). Personality predicts academic performance: Evidence from two longitudinal university samples. *Journal of research in personality*, 37(4), 319-338. doi:10.1016/s0092-6566(02)00578-0
- Chapman, G. B. (1996). Temporal discounting and utility for health and money. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 22(3), 771-791. doi:10.1037/e722982011-084
- Cole, S., Balceris, E., & Dunning, D. (2013). Affective signals of threat increase perceived proximity. *Psychological science*, 24(1), 34-40. doi:10.1177/0956797612446953
- Corker, K. S., Oswald, F. L., & Donnellan, M. B. (2012). Conscientiousness in the classroom: A process explanation. *Journal of Personality*, 80(4), 995-1028. doi:10.1111/j.1467-6494.2011.00750.x
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). The revised NEO personality inventory (NEO PI-R) and NEO Five-factor inventory(NEO-FFI) professional manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Credé M., Tynan M., Harms P. D. (2017). Much ado about grit: A meta-analytic synthesis of the grit literature. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113, 492-511. doi:10.1037/pspp0000102
- Credé, M. (2018). What shall we do about grit? A

- critical review of what we know and what we don't know. *Educational Researcher*, 47(9), 606-611. doi:10.3102/0013189x18801322
- De Volder, M. L., & Lens, W. (1982). Academic achievement and future time perspective as a cognitive-motivational concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(3), 566-571. doi:10.1037/0022-3514.42.3.566
- 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. doi:10.1080/00223890802634290
- 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. doi:10.1037/0022-3514.92.6.1087
- Eskreis-Winkler, L., Duckworth, A. L., Shulman, E. P., & Beal, S. (2014). The grit effect: Predicting retention in the military, the workplace, school and marriage. *Frontiers in psychology*, 5(36), 1-12. doi:10.3389/fpsyg.2014.00036
- Husman, J., & Lens, W. (1999). The role of the future in student motivation. *Educational psychologist*, 34(2), 113-125. doi:10.1207/s15326985ep3402_4
- Husman, J., & Shell, D. F. (2008). Beliefs and perceptions about the future: A measurement of future time perspective. *Learning and Individual Differences*, 18(2), 166-175. doi:10.1016/j.lindif.2007.08.001
- Ivcevic, Z., & Brackett, M. (2014). Predicting school success: Comparing conscientiousness, grit, and emotion regulation ability. *Journal of Research in Personality*, 52, 29-36. doi:10.1016/j.jrp.2014.06.005
- Judge, T. A., Higgins, C. A., Thoresen, C. J., & Barrick, M. R. (1999). The big five personality traits, general mental ability, and career success across the life span. *Personnel psychology*, 52(3), 621-652. doi:10.1111/j.1744-6570.1999.tb00174.x
- Judge, T. A., Klinger, R., Simon, L. S., & Yang, I. W. F. (2008). The contributions of personality to organizational behavior and psychology: Findings, criticisms, and future research directions. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(5), 1982-2000. doi:10.1111/j.1751-9004.2008.00136.x
- Kelley, T. L. (1927). Interpretation of Educational Measurement. World Books: Yonkers-on-Hudson, NY.
- Kooij, D. T., Kanfer, R., Betts, M., & Rudolph, C. W. (2018). Future time perspective: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 103(8), 867-893. doi:10.1037/apl0000306
- Lens, W., Paixão, M. P., & Herrera, D. (2009). Instrumental motivation is extrinsic motivation: so what???. *Psychologica*, 50, 21-40. doi:10.14195/1647-8606_50_2
- Loewenstein, G., & Prelec, D. (1992). Anomalies in intertemporal choice: Evidence and an interpretation. *The Quarterly Journal of Economics*, 107(2), 573-597. doi:10.2307/2118482
- Liberman, N., & Förster, J. (2008). Expectancy, value and psychological distance: A new look at goal gradients. *Social Cognition*, 26(5), 515-533. doi:10.1521/soco.2008.26.5.515
- Meriac, J. P., Slifka, J. S., & LaBat, L. R. (2015). Work ethic and grit: An examination of empirical redundancy. *Personality and Individual Differences*, 86, 401-405. doi:10.1016/j.paid.2015.07.009
- Muraven, M., Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1998). Self-control as a limited resource: regulatory depletion patterns. *Journal of personality*

- and social psychology, 74*(3), 774-789. doi:10.1037/0022-3514.74.3.774
- Noftle, E. E., & Robins, R. W. (2007). Personality predictors of academic outcomes: big five correlates of GPA and SAT scores. *Journal of personality and social psychology, 93*(1), 116-130. doi:10.1037/e514412014-495
- Nuttin, J., & Lens, W. (1985). Future time perspective and motivation: Theory and research method. Leuven, Belgium, & Hillsdale, NJ: Leuven University Press & Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Peetz, J., Wilson, A. E., & Strahan, E. J. (2009). So far away: The role of subjective temporal distance to future goals in motivation and behavior. *Social Cognition, 27*(4), 475-495. doi:10.1521/soco.2009.27.4.475
- Poropat, A. E. (2009). A meta-analysis of the five-factor model of personality and academic performance. *Psychological bulletin, 135*(2), 322-338. doi:10.1037/a0014996
- Rojas, J. P., Usher, E. L., & Toland, M. D. (2012). Creativity and grit as predictors of mathematics achievement in early adolescence. *Race/Ethnicity, 8*(05), 02.
- Schnall, S., Zadra, J. R., & Proffitt, D. R. (2010). Direct evidence for the economy of action: Glucose and the perception of geographical slant. *Perception, 39*(4), 464-482. doi:10.1088/p6445
- Simons, J., Vansteenkiste, M., Lens, W., & Lacante, M. (2004). Placing motivation and future time perspective theory in a temporal perspective. *Educational psychology review, 16*(2), 121-139. doi:10.1023/b:edpr.0000026609.94841.2f
- Suzuki, Y., Tamesue, D., Asahi, K., & Ishikawa, Y. (2015). Grit and work engagement: A cross-sectional study. *PLoS one, 10*(9), 1-11. doi:10.1371/journal.pone.0137501
- Thijssen, A., Wiegersma, S. B., Deeg, D., & Janssen, F. (2014). Leeftijd is meer dan een getal: subjectieve levensverwachting onder Nederlandse ouderen.
- Thoms, P., & Blasko, D. (2004). Future time perspective as a temporal anchor: Applications to organizations. *Journal of Business & Economics Research, 2*(11), 27-40. doi:10.19030/jber.v2i11.2937
- Vansteenkiste, M., Simons, J., Lens, W., Soenens, B., Matos, L., & Lacante, M. (2004). Less is sometimes more: Goal content matters. *Journal of educational psychology, 96*(4), 755-764. doi:10.1037/0022-0663.96.4.755
- Zaiberman, G., Kim, B. K., Malkoc, S. A., & Bettman, J. R. (2009). Discounting time and time discounting: Subjective time perception and intertemporal preferences. *Journal of Marketing Research, 46*(4), 543-556.

1 차원고접수 : 2019. 05. 17.

수정원고접수 : 2019. 07. 30.

최종게재결정 : 2019. 09. 05.

**The power of achieving long-term goal:
Characteristic of the gritty people based on future time perspective**

Ah-Ryang Oh

Dept. of Psychology
Yonsei University

Young-Woo Sohn

The graduate school of
Education, Baekseok University

Suran Lee

This study aimed to investigate the characteristic of grit related to long-term goal. Despite grit is defined as perseverance and passion for a long-term goal, little is known about the relationship between grit and long-term goal. Therefore, based on the theory of future time perspective, which explains the subjective temporal perception that perceives close to or far from reaching future goals could motivate the present behavior, we aimed to identify gritty people would objectively pursue further distant goals from the present, and feel more psychologically closer to the long-term goals. We also investigated how conscientiousness, which is considered a similar concept as grit, differs from grit in long-term goal setting and perception. 120 university students were asked to draw a line to a point when they would achieve their long-term goal in their life span and write down the age of that point in their life. The result showed that grit was a still significant indicator of objective distance and psychological distance to the long-term goals even when conscientiousness was controlled. However, conscientiousness was not associated with all of the time perception to the long-term goals. These findings support the result of the literatures, which argues that grit is a distinct concept from conscientiousness in pursuing long-term goals, and have the implication that we verified the characteristics of grit known to achieve long-term goals in terms of time perception.

Keywords: grit, future time perspective, conscientiousness, long-term goal, subjective temporal perception