

## 성인 초기 청년들의 그릿과 정신적 안녕감: 진로소명과 취업스트레스의 매개효과\*

정 지 혜

양 수 진\*

이화여자대학교 심리학과

본 연구는 구조방정식 모형 검증을 통해 그릿이 정서적, 심리적, 사회적 안녕감 각각에 미치는 영향을 살펴보고자 하였으며, 각각의 관계에서 진로소명과 취업스트레스가 매개변인으로 작용하는지 확인하고자 하였다. 미취업 성인 초기 청년 363명을 대상으로 설문조사를 실시하였고, 연구 대상에 적합하고 성실하게 응답한 339명(남 155명, 여 184명)의 자료를 최종 분석에 사용하였다. 분석 결과, 그릿은 정서적, 심리적, 사회적 안녕감을 직접적으로 예측하였으며 진로소명은 그릿과 심리적, 사회적 안녕감의 관계를, 취업스트레스는 그릿과 정서적, 심리적, 사회적 안녕감의 관계를 매개하였다. 본 연구는 성인 초기 발달단계에 놓인 청년들에게 미래 지향적인 목표의 설정과 이를 달성하고자 끈기 있게 노력하는 그릿이 이들의 행복감을 증진시키는 요인으로 작용하며, 그 과정에서 진로결정 과업을 좀 더 건강하고 적응적으로 성취할 수 있음을 확인하였다. 이러한 결과를 바탕으로 주체적으로 자신의 미래 목표를 설정하며 미래를 위한 발판을 마련하는 성인 초기 청년들에게 그릿의 발달과 고취의 필요성이 시사되며, 본 연구를 통해 이를 위한 실증적인 자료를 마련하고자 한다.

주요어 : 성인 초기, 그릿, 진로소명, 취업스트레스, 정신적 안녕감

\* 본 논문은 정지혜(2019)의 석사학위논문을 수정·보완한 것임.

† 교신저자 : 양수진, 이화여자대학교 심리학과, (03760) 서울특별시 서대문구 이화여대길 52

E-mail : sujinyang@ewha.ac.kr

2019년도 3월 기준 15세-29세의 일을 희망하는 잠재경제활동인구와 단시간 근로를 하고 있지만 취업을 희망하는 시간관련 추가취업가능자를 포함한 청년층 확장실업률은 25.1%에 육박하여 2015년도 이후 가장 높은 수치를 보였다(통계청, n.d.). 이처럼 일자리를 찾으려는 우리나라 청년들의 고충은 오랜 기간 동안 지속되어 왔으며, 매년 심화되고 있는 청년취업난은 현재 우리 사회의 가장 심각한 사회문제가 되고 있다. 청년들이 취업시장에 진입하기 전부터 대학생들 고민 순위로 ‘졸업 후 진로’를 1위로 꼽는 것으로 보아 이러한 현실이 이들의 진로결정에 대한 불안감 및 스트레스를 가중시키는 것으로 볼 수 있다(교육부, 2017).

진로결정은 성인 초기의 주요한 발달과업이며(Havighurst, 1948), 진로는 다양한 직업을 탐색 및 선택하는 것뿐만 아니라 진로나 미래계획에 개인적인 의미를 부여하는 것을 포함하는 총체적인 과정이다(Savickas, 2002). 발달과업을 성공적으로 성취할 때에는 개인의 안녕감 증진이 뒤따르지만(장휘숙, 2009; Schulenberg, Bryant, & O'Mally, 2004), 국내 청년들은 ‘스펙 쌓기에 몰두하여 진로에 의미를 부여하지 못하고(윤영란, 2007), 직업 선택의 기준으로 연봉과 안정성을 우선시 하며(정우희, 김혜원, 2017) 총체적인 의미부여 과정이 생략된 진로 결정과정을 거치고 있다. 이는 진로결정에 대한 부정적인 사고와 스트레스 및 위기감을 형성하며 청년들의 낮은 안녕감을 초래한다(조혜정, 2013). 따라서, 진로결정을 앞둔 성인 초기 청년들의 낮은 안녕감에 대한 사회적 관심과 대책 마련이 시급하며, 이를 위해 본 연구는 미취업 청년들을 대상으로 보다 다각적인 개념의 정신적 안녕감(mental well-being)을 살펴보고자 한다.

‘웰빙(well-being)’은 삶의 질, 행복, 안녕감 등의 다양한 개념으로 해석되고 있으며 개인의 안녕감을 정의하고 측정하는 방법 또한 여러 학자들에 의해 다양하게 제안되고 있다. 그 중 정신적 안녕감(mental well-being)은 최근에 주목받고 있는 정신건강 지표로 이를 개념화한 Keyes와 동료들(2008)은 정신건강을 정신병리가 없는 상태로 바라보는 기존의 관점과는 차별화된 새로운 관점에서 제시하였다. 즉, 이들의 정신건강 이론은 정신건강을 정신병리가 없는 상태를 일컫는 좁은 의미로 볼 것이 아니라, 자신의 삶 속에서 행복을 느끼고 심리적으로도 기능할 수 있으며, 사회적인 구성원으로서도 적응하고 기능할 수 있는 통합적인 상태로 살펴봐야한다고 주장하였다. 이에 Keyes와 동료들(2008)은 기존의 행복 이론들을 따라 정신적 안녕감을 정서적, 심리적 그리고 사회적 안녕감으로 구성하여 보다 다양한 안녕감 지표들의 모색을 가능하게 하였다.

정신적 안녕감을 구성하는 첫 번째 지표인 정서적 안녕감(emotional well-being)은 Diener (1984)의 주관적 안녕감에서 유래하는 것으로 개인의 긍정정서 경험과 삶에 대한 만족감에 기반한 평가이다. 주관적 안녕감은 ‘헤도닉(hedonic) 웰빙’이라고도 불리는데, 이는 행복을 측정하는 데 지나치게 정서적 측면만을 강조하며 즐거움을 극대화하는 반면, 불가피한 고통은 최소화하는 쾌락주의를 반영하기 때문이다. 둘째, 심리적 안녕감(psychological well-being)은 개인이 자신의 삶을 평가할 때 자기를 실현하는 기능적인 요소를 중요시하는 자기실현적 행복 이론에서 유래하며 이를 제안한 Ryff(1989)는 개인이 삶 안에서 자신의 잠재력을 발견하고 이를 제대로 실현할 수 있을 때 행복감을 느낀다고 주장하였다. 즉, 심리적 안

녕감은 개인의 삶 속에서 이루어지는 잠재적인 역량의 발휘와 기능 정도에 기반한 평가이다. 마지막으로 사회적 안녕감(social well-being)은 행복의 기준으로 개인이 누리는 행복이 아닌 개인이 속해 있는 공동체나 사회의 번영을 살피는 지표이다. Keyes(1998)는 행복이 개인의 번영뿐만 아니라 개인이 사회에 속해 있음을 느끼고 사회적으로 기능하고 있으며, 그 사회가 번성할 때 경험되는 것이라고 보았다. 이처럼 정신적 안녕감은 개인의 기능성뿐만 아니라 개인이 속한 사회의 유능성에 대한 평가를 함께 다루고 있다는 점에서 주관적인 정서 및 기분 평정에 주안점을 둔 여타의 행복 측정 도구들과 차별된다. 즉, 정신적 안녕감은 선행 도구들의 한계점을 보완하고, 개인의 안녕감을 보다 통합적이고 다각적으로 측정한다는 장점을 가진다(임영진, 고영건, 신희천, 조용래, 2012).

본 연구는 청년들의 안녕감을 증진시킬 수 있는 변인으로 최근에 그 중요성이 대두되고 있는 그릿(grit)을 살펴보고자 한다. 그릿은 Duckworth와 동료들(2007)에 의해 제안된 개념으로 역경이나 어려움에도 불구하고 장기적인 목표를 달성하기 위해 계속해서 나아가는 힘을 의미한다. 그릿은 목표를 향한 노력의 꾸준함(perseverance of effort) 그리고 흥미의 지속성(consistency of interest)으로 구성되는 비인지적인 성격 특성인데, 노력의 꾸준함은 행동적 측면의 인내(perseverance)에 해당하며 장기적인 목표를 향해 나아가는 과정에서 어려움을 맞이하더라도 포기하지 않고 노력을 계속하는 경향성이다. 한편, 흥미의 지속성은 동기적 측면의 열정(passion)에 해당하며, 목표를 달성하기 위해 나아가면서 목표를 향한 흥미를 잃지 않고 이를 일관되게 지속하는 경향성이다

(Duckworth et al., 2007).

그릿은 처음 다양한 영역에서 성공한 사람들에게 공통적으로 발견된 능력으로 주목을 받았으며(Duckworth, 2016), 특히 성취에 영향을 미치는 지능이나 재능, 그리고 기타 인구통계학적 변인들의 영향력을 통제하고도 개인의 직업현장, 군대근무 등 다양한 생활영역에서 낮은 중도 탈락률을 예측하고 학업 및 직업 분야에서의 성공적인 수행을 일으키는 요인으로 밝혀졌다(Duckworth et al., 2007; Eskreis-Winkler et al., 2014; Robertson-Kraft & Duckworth, 2014). 이처럼 그릿이 객관적인 성취를 일으키는 개인의 긍정적인 성격특성임이 반복적으로 증명됨에 따라 그릿의 발달을 연구하려는 시도들이 최근에 많이 이루어지고 있다. Duckworth(2016)는 그릿을 발달시키는 가장 중요한 환경적 요소로 부모를 꼽았으며 그릿이 과거 양육경험 또는 부모와의 애착에 의해 형성될 수 있는 특성이라고 주장하였다. 즉, 성장과정 동안의 개인의 실패와 극복 경험뿐만 아니라 역경을 이겨낼 수 있도록 돕는 적절한 애정과 통제를 제공하는 권위적 양육 방식(authoritative parenting) 그리고 주변인의 정서적 지지가 그릿 발달을 촉진시킨다고 하였다. 이는 실증연구로 입증되기도 하였는데, 선행연구에서 불안애착과 회피애착은 그릿과 부적 상관을 보였으며(Mandelbaum, 2016), 구조적 관계 검증결과, 부모와의 안정애착은 그릿을 정적으로 예측하기도 하였다(강문선, 양수진, 2019). 종합하자면, 과거의 실패와 역경 극복 경험뿐만 아니라 그 과정을 이겨내도록 지지해주는 양육환경이 제공될 때 개인은 고난과 역경에 대한 부정적인 반응을 조절할 수 있고, 따라서 이에 좌절하지 않고 장기적인 목표를 계속해서 추구해 나가는 '그릿'을 발달하는 것

으로 볼 수 있다(강문선, 양수진, 2019).

나아가, 그것은 개인의 기능 수준뿐만 아니라 심리적인 건강을 도모하고 삶에 대한 만족감을 포함한 개인의 행복감 증진에도 긍정적인 역할을 하는 것으로 보고되었다(Jin & Kim, 2017; Singh & Jha, 2008; Vainio & Daukantaite, 2016). 구체적으로 살펴보면, 그것이 높은 사람은 심리적인 소진과 우울을 적게 경험하는 반면(Datu et al., 2018; Salles, Cohen, & Mueller, 2014), 긍정정서를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(정현, 장성배, 탁진국, 2018). 또한, 그것은 연령과 상관없이 삶 만족도를 예측하였다(최효선, 양수진, 2018; Singh & Jha, 2008). 그것이 심리적 안녕감 증진에 미치는 영향은 국외와 국내의 일부 연구들에서 확인되기도 하였는데(김유민, 2018; 류현숙, 김지영, 2019; 이선영, 2018; Vainio & Daukantaite, 2016), 그것은 심리적 안녕감의 구성요인인 자율성을 예측하였으며(Jin & Kim, 2017) 스웨덴 성인들의 심리적 안녕감도 예측하는 것으로 나타났다(Vainio & Daukantaite, 2016). 최근 국내에서 이루어진 선행연구에서 그것은 직장인들의 낙관성과 심리적 안녕감 간의 관계를 부분매개하였으며(이선영, 2018), 성인 초기 청년들의 심리적 안녕감을 예측하기도 하였다(김유민, 2018).

한편, 그것과 사회적 안녕감 간의 관계를 실증적으로 입증한 연구는 아직 미비한 상황이다. 그러나 개인의 행동이 집단의 목표에 의해 결정되며, 개인이 속한 사회의 행복이 자신의 행복으로 귀결되는 집단주의 사회에 속한 우리나라에서(김주엽, 2004; 이정은, 유지영, 2018) 그것과 사회적 안녕감 간의 관계를 입증할 필요성이 있다. 그것과 사회적 안녕감의 관계 또한 선행연구를 통해 추측해 볼 수

있는데, 그것이 높은 사람은 자신과 자신의 삶뿐만 아니라 자신이 살고 있는 세상에 대해 보다 긍정적인 태도와 기대를 가진다(Von Culin et al., 2014). 또한, 그것이 높은 사람이 개인이 속한 공동체 및 사회 안에서 더 적극적으로 기능함은 경험적으로 확인된 결과로, 선행연구에 의하면 그것이 높은 학생들이 학교활동과 봉사활동에 더 많이 참여하며(Holbein et al., 2018), 청소년기의 그것은 이후 성인기의 투표 행동을 예측하기도 하였다(Hillygus, Holbein, & Snell, 2016). 즉, 그것이 높은 사람이 자신이 속한 공동체 또는 사회의 번영을 위해 더 적극적으로 기여하며, 그것이 이러한 친사회적인 행동을 통해 삶 만족도에 이르는 것으로 보아(류영주, 양수진, 2017) 그것이 사회적 안녕감 또한 예측할 것으로 보인다.

이처럼 그것이 긍정적인 삶의 질에 영향을 미치는 요인임은 확실하나(최효선, 양수진, 2018), 국내에서는 학업 또는 직업과 같은 특정 분야에서의 성공적인 수행을 일으키는 그것의 효과성 연구가 주를 이루고 있으며(임효진, 2018), 그것과 안녕감 간의 관계를 살펴본 연구는 아직 많이 부족한 상황이다(김정은, 이수란, 양수진, 2018). 또한 Jin과 Kim(2017)이 국내 성인 초기 남녀를 대상으로 그것과 안녕감의 관계를 살펴본 결과, 그것은 삶 만족도를 직접적으로 예측하지 못하였으며 기본심리 욕구인 유능감이 이 관계를 완전 매개하는 것으로 나타나 그것과 개인의 안녕감을 예측하는 매커니즘에 대해서도 추가적인 연구가 필요해 보인다. 이에 그것과 다양한 심리적 건강 및 안녕감 지표들의 관계를 체계적이고 통합적으로 모색할 필요성이 대두되며, 이에 따라 본 연구는 정신적 안녕감을 구성하는 정서

적, 심리적, 사회적 안녕감에 미치는 그림의 독립적인 영향력을 확인하고 그 기제를 밝히고자 한다. 특히 그림이 청년들의 적응적인 진로발달을 돕는 성격특질임을 밝힌 선행연구를 통해(강명희, 윤성혜, 김도희, 류다현, 2016) 그림이 진로결정 과업을 성취해야 하는 청년들의 안녕감을 증진시키는 데에 있어 어떤 진로관련 변인이 매개변인으로 작용하는지 알아보고자 한다.

그림과 안녕감의 관계를 설명할 수 있는 첫 번째 매개변인으로 진로소명이 있다. 소명(calling)은 본래 성직자가 성직자로서의 역할을 다하기 위해 초월적 존재인 신으로부터 부름을 받았다는 기독교적인 개념에서 출발하였으나, 이후 세속적인 직업에도 적용되는 직업의식 및 가치로 개념이 확장되어 사용되었다(Dik & Duffy, 2009). 소명 연구의 시초로 알려진 Dik과 Duffy(2009)는 소명을 자신의 일을 함에 있어서 개인적인 충만감을 경험하고 일을 통해 사회적으로도 헌신하도록 이끄는 목적의식으로 보았으며, 이를 초월적 부름(transcendent summons), 목적/의미(purpose/meaning) 그리고 친사회적 지향성(prosocial motivation)으로 구성되는 다차원적인 개념으로 보았다. 초월적 부름은 개인의 진로에 대해서 외적인 원천으로부터 오는 부름을 받았다고 지각하는 것으로 종교적 영성과 상응하는 것으로 볼 수 있다. 다음으로 목적/의미는 개인이 자신의 진로 안에서 목적 또는 의미를 추구하거나 진로를 통해 삶의 목적 또는 의미를 실현한다고 믿는 것으로 이는 기쁨, 열정, 자발성을 유발한다. 마지막으로 친사회적 지향은 타인지향적인 가치와 목적을 지니는 것으로 자신의 진로를 통해 타인이나 개인이 속한 사회의 안녕감 또는 공익에 기여하고 있다고 느끼는 것이다(Dik &

Duffy, 2009).

이러한 진로소명은 일을 하고 있는지의 여부와 상관없이 개인의 안녕감을 증진시킬 수 있는 것으로 나타났다(Duffy, Allan, & Bott, 2012; Torrey & Duffy, 2012). 구체적으로 살펴보면, 진로소명은 삶에서 의미를 추구하고 발전하도록 할 뿐만 아니라(정은선, 김정수, 한정희, 2017; Duffy, Allan, & Bott, 2012) 높은 삶 만족도(Duffy, Allan, & Bott, 2012; Torrey & Duffy, 2012)와 심리적 안녕감을 예측하기도 하였다(이미희, 김광수, 김태선, 2017; 함성수, 고현석, 장성화, 2018). 나아가 진로발달과정에 놓인 청년들을 대상으로 진로소명이 안녕감에 이르는 경로를 살펴본 선행연구에서는 진로소명이 높은 대학생들이 높은 진로결정몰입(박미경, 김은하, 2016), 진로에 대한 긍정적인 태도인 진로태도성숙(서희연, 안희준, 이혜주, 2018) 그리고 진로결정자기효능감을 매개로 하여 삶 만족도가 높은 것으로 나타났다(신지민, 이은경, 양난미, 2015). 즉, 진로소명은 일을 하고 있지 않은 청년들로 하여금 미래의 일에 대한 기대감을 키우고, 이들의 진로발달을 촉진하여 현재에 적응적으로 기능하도록 돕는 등 정서적, 기능적으로 폭 넓은 영향을 미쳐 이들의 안녕감을 증진시키는 것으로 볼 수 있다(Duffy, Allan, & Bott, 2012).

한편, 그림은 진로소명을 구성하는 목적/의미와 친사회적 지향성을 예측하는 요인으로(Duckworth, 2016), 일 안에서 개인적 및 사회적인 목적을 추구하는 직업의식인 진로소명에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 선행연구에 의하면, 그림이 높은 사람은 단순한 즐거움 추구보다 의미를 추구하며(Von Culin et al., 2014), 개인이 놓인 상황에 상관없이 친사회적인 지향성을 더 많이 보인다(Fleeson et al.,

2014). 그것이 친사회적인 행동을 유의미하게 예측함을 경험적으로 확인한 류영주와 양수진(2017)의 선행연구 결과가 이를 뒷받침한다. 또한, 그것은 진로결정 및 행동을 성공적으로 수행할 수 있는 진로동기(윤성혜, 유지원, 유영란, 2017) 그리고 진로에 대한 호기심과 자신감을 내포하는 진로적응성에 긍정적인 영향을 미치며(한주원, 2018) 진로에 대한 보다 긍정적인 가치와 동기의 형성을 돕는다. 진로결정을 어렵게 하는 개인의 내적 혹은 환경적 및 외적인 진로장벽의식이 소명의식을 낮춘다는 선행연구를 고려했을 때(김영빈, 함은혜, 김태선, 2018), 목표를 향한 그것의 발휘가 이러한 진로장벽을 낮출 뿐만 아니라 진로 안에서 개인적 및 사회적인 목적의식을 발견하고 추구하도록 도와 진로소명 발달에 영향을 미치며, 궁극적으로 청년들의 안녕감을 증진시킬 것으로 예상할 수 있다.

그것과 안녕감의 관계를 설명할 수 있는 또 다른 매개변인으로 취업스트레스가 있다. 취업스트레스(job-seeking stress)는 취업관련 문제로 인하여 신체적 및 심리적 평형상태의 불균형을 경험하고 위기, 긴장감 또는 불안을 느끼는 상태이다(고영희, 박윤희, 2018). 이처럼 스트레스는 개인의 항상성(homeostasis) 유지를 위협하여 다양한 심리적 및 신체적 문제를 야기하고 개인의 심리적 및 주관적 안녕감을 위협하는 요인으로 지속적으로 연구되어왔다(김미영, 2017; 한금상, 서경현, 2015). 특히 진로결정이라는 발달과업을 성취해야 하는 성인 초기 청년들에게 과도한 취업스트레스는 우울, 불안과 같은 부정적인 정서 및 심리상태를 유발하며 이들의 안녕감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 선행연구를 살펴보면, 구조적 관계 검증결과, 대학생들의 취업스트레스는 우

울을 직접적으로 예측하였으며(심지은, 안하얀, 김지혜, 2011; 최진오, 2017), 우울, 문제성 음주와 함께 자살생각에 영향을 미치는 것으로 확인되었다(윤명숙, 이효선, 2012). 또한, 취업스트레스는 그 자체로도 그리고 학업성적, 인간관계 등의 스트레스와 함께 삶 만족도에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(이형순, 이재창, 2018; 임세현, 2013). 취업스트레스와 심리적 안녕감의 관계도 경험적으로 확인되었는데, 대학생들의 취업스트레스는 심리적 안녕감을 부적으로 예측하였으며, 특히 희망은 취업스트레스와 심리적 안녕감의 관계를 부분매개하는 것으로 나타났다(김미영, 2017). 이 외에도 취업스트레스가 대학생활부적응과 같은 사회적인 맥락에서의 어려움을 예측한다는 연구를 통해(이가영, 최태월, 이용선, 2015; 황명주, 2018) 취업스트레스가 사회적 안녕감에도 부정적인 영향을 미칠 것으로 보여진다. 이러한 취업스트레스는 특히 국내 청년들이 대학에 입학하면서부터 당면하게 되는 장기적인 스트레스이기 때문에(김성경, 2003) 이들의 취업스트레스를 낮출 수 있는 요인의 모색이 매우 필요하다.

그것의 발휘는 청년들이 당면하고 있는 취업스트레스를 낮추는 데에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 스트레스는 변화나 문제에 적절히 대응하지 못하고 동기가 좌절되거나 위협될 때 나타나는데(김정호, 2000), 그것이 높은 사람은 목표추구과정 속에서 실패와 도전을 열정과 끈기로 극복하여 높은 자기효능감을 보고하며(이혜원, 탁정화, 이미란, 2017), 스트레스를 더 적게 지각한다(권대훈, 2018; 신여울, 구민주, 박다운, 2018). 또한 미래지향 목표를 추구하는 대학생들이 낮은 취업스트레스를 보인다는 선행연구 결과를 통해(박인주,

2018) 미래에 이루고자 하는 상위의 목표를 세우고 이를 달성하고자 끈기 있게 노력하는 그릿이 취업스트레스를 낮추는 내적 역량으로 작용할 것으로 보인다. 나아가, 그릿은 진로결정과 관련된 과제들을 성공적으로 수행할 수 있다는 긍정적인 자기신념인 진로결정자기효능감을 예측하며(강명희, 윤성혜, 김도희, 류다현, 2016), 이런 인지적 요인이 낮은 취업스트레스로 이어질 때(김석일, 양성지, 2018; 이미선, 2017) 청년들의 안녕감 증진이 뒤따를 것으로 예상할 수 있다.

이러한 선행연구들을 고려하여 본 연구에서는 성인 초기 청년들의 그릿이 정신적 안녕감을 구성하는 정서·심리·사회적 안녕감에 직접적인 영향을 미치며, 이 관계를 진로소명 그리고 취업스트레스가 매개할 것으로 가정하였다. 즉, 청년들의 목표를 향해 나아가게 하는 비인지적인 능력인 그릿( grit)의 발휘가 일에 대한 열정과 목적의식인 진로소명을 통해 이들의 정서·심리·사회적 안녕감 각각에 영향을 미칠 뿐만 아니라, 과도한 취업경쟁 속에서 이들이 당면하고 있는 취업스트레스를 통해 정서·심리·사회적 안녕감 각각에 영향을 미칠 것으로 예상된다.

본 연구의 목적은 다음과 같다.

첫째, 그릿이 정신적 안녕감(정서적, 심리적, 사회적 안녕감 지표)에 영향을 미치는가?

둘째, 진로소명이 그릿과 정신적 안녕감(정서적, 심리적, 사회적 안녕감 지표) 간의 관계를 매개하는가?

셋째, 취업스트레스가 그릿과 정신적 안녕감(정서적, 심리적, 사회적 안녕감 지표) 간의 관계를 매개하는가?

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 미취업상태를 “파트타임/아르바이트를 제외하고 특정 직장에 소속되어 고정적인 임금을 받지 않는 상태”로 정의하여 현재 미취업상태인 전국의 성인 초기 청년들(만 18세~29세) 363명을 대상으로 자기보고식 온라인 설문조사를 실시하였다. 온라인 설문조사는 각종 대학교 커뮤니티 사이트에서 2019년 3월 25일부터 4월 15일까지 약 3주간 진행되었다. 수집된 자료 중 진로소명과 취업스트레스를 측정하는 연구목적에 따라 ‘귀하는 진로선택 및 취업에 대해 생각해본 적이 있습니까?’라는 설문항목에 ‘아니요’라고 응답한 설문 14부와 설문문항에 불성실하게 응답한 설문 10부, 총 24부(6.6%)를 제외한 339명(연령  $M=22.6$ ,  $SD=2.7$ )의 자료를 최종 분석에 사용하였다. 남성은 155명(45.7%), 여성은 184명(54.3%)이었으며 연령은 만 18-20세가 87명(25.7%), 만 21-23세가 130명(38.3%), 만 24-26세가 90명(26.5%) 그리고 만 27-29세가 32명(9.4%)이었다. 학력사항은 대학교 재학이 237명(69.9%), 휴학이 33명(9.7%), 수료자 17명(5.0%) 그리고 졸업이 52명(15.3%)이었다.

### 측정도구

#### 정신적 안녕감(정서적, 심리적, 사회적 안녕감)

정서적, 심리적, 사회적 안녕감을 측정하기 위해 Keyes 등(2008)이 개발한 정신적 웰빙 척도(Mental Health Continuum-Short Form: MHC-SF)를 임영진과 동료들(2012)이 타당화한

한국판 정신적 웰빙 척도(K-MHC-SF)를 사용하였다. 본 척도는 정서적 웰빙 3문항(예: '행복감을 느꼈다'), 심리적 웰빙 6문항(예: '매일의 생활에서 내가 해야 할 책임들을 잘 해내고 있다고 느꼈다'), 사회적 웰빙 5문항(예: '공동체(사회집단이나 이웃 같은)에 소속되어 있다고 느꼈다')의 총 14문항을 포함하며 각 문항은 6점 Likert식 척도로 평정한다. 구조방정식 분석을 위하여 요인 당 최소 3개 이상의 지표 변수가 있어야 하는 '세 개의 지표변수 규칙(three-indicator rule)'에 따라(김수영, 2016) 요인 알고리즘을 통한 문항묶음 방법을 실시하여 심리적 안녕감과 사회적 안녕감 각각을 3가지 하위요인으로 재구성하였다. 본 연구에서 정서적 안녕감의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .91이었으며, 심리적 안녕감은 .89, 사회적 안녕감은 .77로 나타났다.

### 그릿

그릿을 측정하기 위해 Duckworth와 동료들(2007)의 오리지널 그릿 척도(Original Grit Scale: Grit-O)를 이수관과 손영우(2013)가 번안한 척도를 사용하였다. 본 척도는 총 12문항으로 열정 6문항(예: '나는 종종 목표를 세우지만, 나중에 그것과는 다른 일을 하곤 한다')과 인내 6문항(예: '나는 내가 시작한 것은 뭐든지 끝낸다')으로 구성되며 각 문항은 5점 Likert식 척도로 평정한다. 세 개의 지표변수 규칙에 따라(김수영, 2016) 요인 알고리즘을 통한 문항묶음 방법을 실시하여 그릿을 4가지 하위요인(열정1, 열정2, 인내1, 인내2)으로 재구성하였다. 본 연구에서 전체 내적합치도는 .75였으며, 열정은 .67, 인내는 .78로 나타났다.

### 진로소명

진로소명을 측정하기 위해 Dik과 동료들(2008)이 개발한 소명 척도(Calling and Vocation Questionnaire: CVQ)를 심예린과 유성경(2012)이 타당화한 한국판 소명 척도(CVQ-K)를 사용하였다. 본 척도는 총 12문항으로 초월적 부름 4문항(예: '나는 내가 현재 하고 있는 분야의 일에 부름을 받았다고 믿는다'), 목적/의미 4문항(예: '나는 나의 진로를 삶의 목적에 이르는 길로 본다') 그리고 친사회적 지향 4문항(예: '내 진로의 가장 중요한 측면은 다른 사람의 필요를 충족시켜주는 것을 돕는 역할에 있다')으로 구성되며 각 문항은 4점 Likert식 척도로 평정한다.

한편, 본 척도의 초월적 부름 요인은 초월적 존재에 의한 부름과 운명이 강조되어 기존의 기독교적인 의미에서 벗어난 소명의 정의를 반영하고 있지 못하며, 한 개인의 적극적인 의지 및 내적 성찰 등 최근에 정의되고 있는 소명의식을 측정하기에 부족하다는 평가를 받은 바 있다(하유진, 최예은, 은혜영, 손영우, 2014). 또한, 본 연구에서도 종교가 기독교인 지에 따라 초월적 부름( $t=-3.81, p<.01$ )과 진로소명( $t=-2.83, p<.01$ )의 평균점수에서 유의미한 차이가 발견되었다. 이에 본 연구에서는 초월적 부름 요인을 제외하고 목적/의미와 친사회적 지향 요인만을 사용하여 진로소명을 구성하였다. 세 개의 지표변수 규칙에 따라(김수영, 2016) 요인 알고리즘을 통한 문항묶음 방법을 실시하여 진로소명을 4가지 하위요인(목적/의미1, 목적/의미2, 친사회적 지향1, 친사회적 지향2)으로 재구성하였다. 본 연구에서 전체 내적합치도는 .78이었으며, 목적/의미는 .80, 친사회적 지향은 .72로 나타났다.

### 취업스트레스

취업스트레스를 측정하기 위해서 전경구, 김교현과 이준석(2000)이 개발한 개정판 대학생용 생활스트레스 척도(Revised Life Stress Scale for College Students: RLSS-CS)의 하위요인인 ‘장래문제’ 문항(예: ‘졸업 후 취직을 못할 것 같아 걱정했다’)을 사용하였다. 이는 총 8문항이며 본 연구에서는 경험빈도를 4점 Likert식 척도로 평정하여 총점이 높을수록 취업스트레스를 자주 경험하는 것으로 보았다. 요인 알고리즘을 통해 취업스트레스를 3가지 하위요인으로 재구성하였으며 본 연구에서 전체 내적합치도는 .86으로 나타났다.

### 자료분석

수집된 자료는 SPSS 22.0 통계프로그램을 사용하여 기술통계분석과 상관분석을 진행하였다. 다음으로 Mplus 7.0 통계 프로그램을 사용하여 측정모형에 대한 확인적 요인분석과 구조모형 분석을 실시하였으며, 이후 부트스트래핑을 통해 매개효과의 유의성 검정을 실시하였다.

### 결 과

#### 기술통계

정서적 안녕감, 심리적 안녕감, 사회적 안녕감, 그림, 진로소명, 취업스트레스의 기술통계치를 확인하기 위해 점수범위, 평균과 표준편차를 산출하였다. 또한, 측정변인이 정규성 가정을 충족하는지 확인하기 위해 왜도와 첨도를 산출하여 표 1에 제시하였다. 왜도의 절대값이 3, 첨도의 절대값이 10을 넘을 때 정규성 가정에 위배되는 것으로 보는데(Kline, 2015), 이러한 기준에 근거하여 본 연구의 측정변인은 모두 정규성 가정을 충족하는 것으로 판단된다.

#### 상관분석

주요 변인들의 관련성을 확인하기 위해 상관분석을 실시한 결과, 진로소명과 취업스트레스 간의 상관( $r=-.11$ , ns)을 제외한 모든 변인들 간의 상관이 유의미하게 나타났으며 이를 표 2에 제시하였다. 세 가지 안녕감 유형들은 모두 정적 상관을 보였으며( $r \geq .60$ ,

표 1. 주요 변인들의 점수 범위와 평균 및 표준편차 (N=339)

	가능한 점수범위	점수범위	평균	표준편차	왜도	첨도
정서적 안녕감	0-15	0-15	7.95	3.19	-.22	-.59
심리적 안녕감	0-30	0-30	15.02	6.20	-.04	-.66
사회적 안녕감	0-25	0-23	10.22	4.68	.24	-.49
그림	12-60	17-57	37.56	5.86	.18	.61
진로소명	8-32	8-32	20.04	4.32	.27	.12
취업스트레스	0-24	0-24	9.49	5.36	.38	-.43

표 2. 주요 변인들의 상관분석 결과 (N=339)

	1	2	3	4	5	6
정서적 안녕감	1					
심리적 안녕감	.69**	1				
사회적 안녕감	.60**	.73**	1			
그릿	.30**	.49**	.36**	1		
진로 소명	.22**	.39**	.32**	.27**	1	
취업 스트레스	-.34**	-.40**	-.36**	-.44**	-.11	1

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

$ps < .01$ ), 안녕감 유형들과 그릿( $r \geq .30$ ,  $ps < .01$ ), 진로소명( $r \geq .22$ ,  $ps < .01$ ), 그리고 그릿과 진로소명 모두 유의미한 정적 상관을 보였다( $r = .27$ ,  $ps < .01$ ). 반면, 안녕감 유형들과 그릿은 취업스트레스와 부적 상관을 보였다( $r \leq -.34$ ,  $ps < .01$ ).

#### 측정모형의 검증

측정모형 검증에 앞서 Russell과 동료들(1998)이 제안한 문항묶음(parceling)을 이용하여 모든 척도의 잠재변인을 측정변인으로 구성하였다. 이후 모든 측정변인들이 각각의 잠재변인을 적절히 반영하는지 확인하기 위해 측정모형에 대한 확인적 요인분석을 실시하였다. 분석 결과  $\chi^2$ 값은 417.253( $df = 155$ ,  $p < .001$ ), 상대적 적합도인 CFI는 .931, 절대적 적합도인 RMSEA는 .071(90% 신뢰구간에서 .063~.079) 그리고 잔차에 기초한 SRMR은 .059로 나타났다.

한편,  $\chi^2$ 검정은 표본의 크기, 상관계수의 크기, 추정하려는 모수의 개수 등에 민감하여 연구모형이 쉽게 기각되는 특징을 가지기 때문에(김수영, 2016) CFI, SRMR, RMSEA와 같은 다양한 적합도 지수를 함께 고려하여 모형을 평가할 수 있다. 일반적으로 CFI가 .95이상이면 이상적인 적합도로 판단하며, .90이상이면 적절한 적합도, .90이하이면 좋지 않은 적합도(Bentler, 1990) 그리고 SRMR이 .08 이하이면 수용할만한 적합도로 간주한다(Hu & Bentler, 1999). 또한, RMSEA가 .05이하일 때에는 좋은 적합도, .05에서 .08 사이일 때에는 적절한 적합도, .10이상일 때에는 좋지 않은 적합도로 볼 수 있다(Browne, Cudeck, Bollen, & Long, 1993). 이와 같은 기준에 근거하여 본 연구에서 사용한 측정모형의 적합도는 전반적으로 적절한 것으로 판단된다.

측정모형의 요인부하량을 살펴보면, 정서적 안녕감의 측정변인들은 .84~.93, 심리적 안녕감의 측정변인들은 .83~.86, 사회적 안녕감의 측정변인들은 .67~.82, 그릿의 측정변인들은 .23~.80, 진로소명의 측정변인들은 .47~.83, 취업스트레스의 측정변인들은 .76~.91로 모두 통계적으로 유의미한 요인부하량을 보였다( $p < .001$ ). 일반적으로 수렴타당도는 측정변인의 요인부하량이 .40 이상일 때 확보되는 것으로 판단되기 때문에(Wang & Wang, 2012) 본 연구의 측정모형의 수렴타당도가 전반적으로 적절한 수준이라고 볼 수 있다. 그릿의 측정변인인 열정1과 열정2의 요인부하량이 .29와 .23으로 다소 낮은 값으로 나타났지만 통계적으로 유의미한 수준이었으며 열정이 그릿의 중요한 구성개념임을 고려하여(Duckworth et al., 2007) 측정변인을 제거하지 않고 구조모형 검증을 실시하였다. 또한 잠재변인들 간 상관

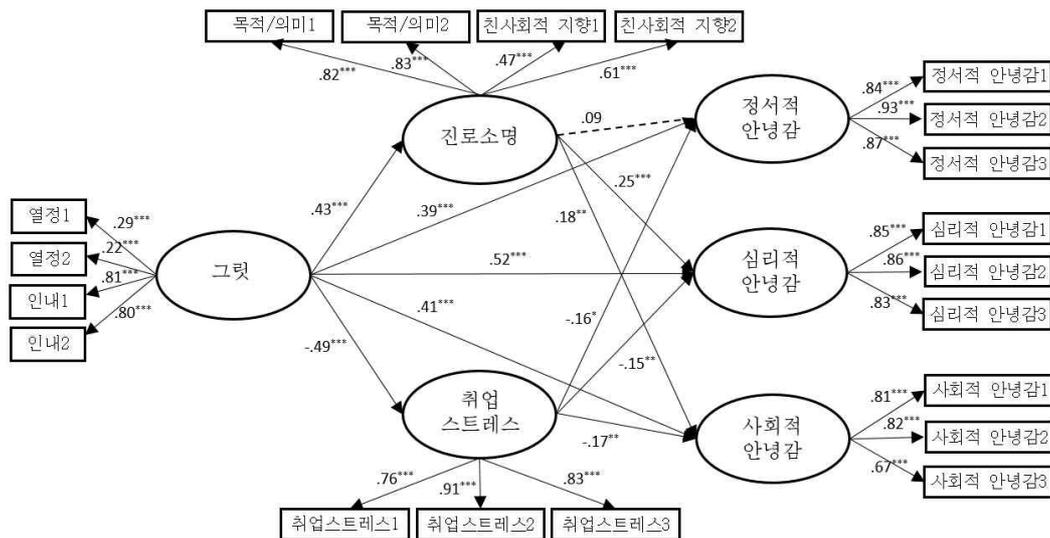
의 절대값이 .17~.85로 나타나 .90을 넘지 않았으므로 적절하다고 할 수 있다(Kline, 2015). 따라서, 본 연구에서 20개의 측정변인으로 5개의 이론적 잠재변인을 구인한 것은 타당하다고 판단된다.

구조모형의 검증

그릿과 정서적 안녕감, 심리적 안녕감, 사회적 안녕감의 관계를 진로소명과 취업스트레스가 매개하는지 확인하기 위해 연구모형을 설정하고 이에 대한 검정을 실시하였다. 연구모형의 적합도를 확인한 결과,  $\chi^2$ 값은 418.122( $df=156, p<.001$ ), CFI는 .931, RMSEA는 .070(90% 신뢰구간에서 .062~.079) 그리고 SRMR은 .059로 나타나 본 연구의 자료가 연구모형에 잘 부합함을 확인하였다.

연구모형의 분석

연구모형의 모수 추정치와 각 경로계수의 통계적 유의성은 그림 1과 같다. 먼저 그릿에서 정서적 안녕감으로 가는 직접 경로( $\gamma=.39, p<.001$ ), 심리적 안녕감으로 가는 직접 경로( $\gamma=.52, p<.001$ )와 사회적 안녕감으로 가는 직접 경로( $\gamma=.41, p<.001$ ) 모두 정적으로 유의하였다. 또한, 그릿에서 진로소명으로 가는 경로는 정적으로 유의하였으며( $\gamma=.43, p<.001$ ), 진로소명에서 정서적 안녕감으로 가는 경로는 유의하지 않았던 반면( $\beta=.09, ns$ ), 심리적 안녕감으로 가는 경로( $\beta=.25, p<.001$ )와 사회적 안녕감으로 가는 경로( $\beta=.18, p<.01$ )는 정적으로 유의하였다. 한편, 그릿에서 취업스트레스로 가는 경로는 부적적으로 유의하였으며( $\gamma=-.49, p<.001$ ), 취업스트레스에서 정서적 안녕감으로 가는 경로( $\beta=-.16, p<.05$ ), 심리적 안녕감으로 가는 경로( $\beta=-.15, p<.01$ ) 그리고 사회적 안녕



\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$  \*\*\* $p<.001$  주. 그림에 제시된 계수는 모두 표준화된 수치임.

그림 1. 연구모형의 경로계수와 요인부하량

표 3. 연구모형의 매개효과 검증결과

경로	비표준화	표준오차	표준화	95% 신뢰구간
그릿→ 진로소명→ 정서적 안녕감	0.197	0.030	0.039	(-.019, .098)
그릿→ 취업스트레스→ 정서적 안녕감	0.379	0.038	0.076*	(.001, .150)
그릿→ 진로소명→ 심리적 안녕감	0.583	0.033	0.107**	(.042, .173)
그릿→ 취업스트레스→ 심리적 안녕감	0.405	0.030	0.075*	(.016, .133)
그릿→ 진로소명→ 사회적 안녕감	0.349	0.034	0.077*	(.011, .142)
그릿→ 취업스트레스→ 사회적 안녕감	0.378	0.038	0.083*	(.008, .158)

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

감으로 가는 경로( $\beta = -.17, p < .01$ ) 모두 부적으로 유의한 것으로 나타났다.

#### 매개효과 검증

그릿과 정서적 안녕감, 심리적 안녕감, 사회적 안녕감 간의 관계에서 진로소명과 취업스트레스 각각의 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 진행하였다(Bollen & Stine, 1990). 검증결과, 그릿에서 진로소명을 거쳐 정서적 안녕감으로 가는 경로를 제외한 모든 95% 신뢰구간이 0을 포함하지 않아 그릿과 심리적, 사회적 안녕감 간의 관계에서 진로소명의 단순매개효과와 그릿과 정서적, 심리적, 사회적 안녕감 간의 관계에서 취업스트레스의 단순매개효과가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 연구모형의 매개효과 검증 결과는 표 3에 제시된 바와 같다.

#### 논 의

본 연구는 극심한 청년취업난 속에서 청년

들의 적응적인 진로발달을 돕고 안녕감을 증진시킬 수 있는 요인으로 그릿을 살펴보고자 하였다. 이에 정신적 안녕감을 구성하는 정서적 안녕감, 심리적 안녕감, 사회적 안녕감 각각에 미치는 그릿의 독립적인 영향을 규명하고자 하였으며, 그릿과 정서적 안녕감, 심리적 안녕감, 사회적 안녕감 간의 관계에서 진로소명과 취업스트레스가 기제변인으로 작용하는지 확인하고자 하였다. 본 연구에서 설정한 연구가설을 중심으로 살펴본 주요 결과에 대한 해석과 논의는 다음과 같다.

첫째, 그릿은 정서적, 심리적 그리고 사회적 안녕감과 유의한 정적 상관관계를 보였으며, 정서적, 심리적 그리고 사회적 안녕감을 직접적으로 예측하였다. 이러한 결과는 그릿이 개인의 비인지적인 성격 특질로써 다양한 분야에서의 성공적인 수행뿐만 아니라 긍정 정서 경험 또는 높은 삶 만족도와 같은 주관적인 삶의 질을 형성하는 데에도 영향을 미친다는 선행연구들의 결과를 뒷받침하는 것이다(류영주, 양수진, 2017; 박진홍, 서현아, 김수진, 2018; Salles et al., 2014; Singh & Jha, 2008; Vainio & Daukantaite, 2016). 즉, 개인은 목표 지향적인 동기를 가지고 목표를 달성하고자

노력하는 과정에서 행복감을 느끼기 때문에 (Cantor & Sanderson, 2003), 역경이나 실패에도 불구하고 장기적인 목표를 달성하고자 노력을 지속하고 흥미를 유지하는 그림의 발휘는 다양한 측면의 안녕감을 증진시키는 개인 내적 역량으로 작용함을 알 수 있다.

둘째, 그림에서 진로소명을 통해 심리적, 사회적 안녕감으로 이어지는 단순매개효과는 유의미하게 나타났으며 이는 그림이 진로소명을 매개했을 때 심리적, 사회적 안녕감에 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 그림은 목표를 이루기 위한 노력의 지속과 열정의 유지를 통해 개인적 및 이타적인 목적성을 부여하고(류영주, 양수진, 2017), 진로에 대한 긍정적인 가치 및 동기 형성에 영향을 미치기 때문에(윤성혜, 유지원, 유영란, 2017; 한주원, 2018), 진로영역 안에서도 이러한 의미를 추구하도록 한다. 그 과정에서 진로소명이 증진될 수 있으며, 진로소명은 일에서 주도적이고 적극적인 모습을 이끌어 삶의 다양한 영역에서 적응적으로 기능하도록 돕고 개인의 심리적 및 사회적 안녕감을 증진시키는 것으로 볼 수 있다(박미경, 김은하, 2016; 함성수, 고현석, 장성화, 2018; Duffy, Allan, & Bott, 2012).

그러나 그림에서 진로소명을 거쳐 정서적 안녕감으로 가는 단순매개효과는 유의미하지 않았다. 구조모형 검증에서 진로소명에서 정서적 안녕감으로 가는 직접경로 또한 유의미하지 않게 나타났는데, 이는 진로소명이 삶 만족도를 예측한다는 선행연구들(박미경, 김은하, 2016; 정우희, 김혜원, 2017)과는 차이를 보이는 것이다. 하지만 정서적 안녕감이 긍정적 혹은 부정적 정서 상태로 삶의 질을 평가한다는 것을 고려하면(조경서, 최지혜, 2019), 진로소명과 정서적 안녕감의 관계는 선행연구

에서 확인된 진로소명과 삶 만족도의 관계와는 상이할 가능성이 존재한다. 특히, 정신적 안녕감 척도를 살펴보면, 정서적 안녕감의 평가가 “지난 한 달” 동안 느낀 흥미와 행복감에 기반하여 이루어지는 것을 볼 수 있다(임영진, 고영건, 신희천, 조용래, 2012). 이처럼 최근에 경험한 긍정정서 및 행복감을 반영하는 정서적 안녕감은 삶에 대한 인지적인 평가로 비교적 안정적인 속성을 가지는 삶 만족도와는 다른 양상을 보일 수 있다.

또한, Duffy와 동료들(2012)이 미국대학생을 대상으로 진로소명과 삶 만족도, 삶의 의미의 관계를 살펴본 결과, 진로소명은 개인의 삶에서 행복을 느끼고 이에 만족하는 것보다 삶에서 목적을 찾고 삶을 의미 있는 것으로 바라보는 ‘삶의 의미(life meaning)’와 더 큰 연관성이 있는 것으로 나타났다. 즉, 진로소명은 행복 및 긍정정서 함양보다 개인의 삶에서 목적과 의미를 추구하고 이를 이루기 위해 적극적으로 참여하는 것에 영향을 미치는 목적의식 및 가치로 볼 수 있겠다. 따라서, 진로소명이 최근의 긍정정서 경험에 의해 평가되는 정서적 안녕감을 예측하지는 못하지만, 삶의 목적 추구하고 개인의 잠재력의 실현 정도를 반영하는 심리적 안녕감 그리고 공동체 안에서의 적극적인 참여와 소속감을 반영하는 사회적 안녕감에는 영향을 미쳤을 것으로 예상된다.

셋째, 그림에서 취업스트레스를 거쳐 정서적, 심리적, 사회적 안녕감으로 가는 단순매개효과 또한 유의하였으며, 이는 그림이 취업스트레스를 매개하였을 때 정서적, 심리적, 사회적 안녕감에 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 즉, 그림은 스트레스 유발상황에도 불구하고 목표를 끈기 있게 추구하도록 하여 동기가 좌절되는 것을 예방하고 뒤따르는 스트레스 수

준을 낮추는데(권대훈, 2018; 신여울, 구민주, 박다은, 2018), 이러한 성격특성은 취업과 관련된 스트레스 상황에서도 적용되며, 취업과 관련하여 깊은 위기의식과 불안감을 느끼는 청년들의 스트레스를 감소시킬 수 있다. 한편, 이러한 취업스트레스의 감소는 이후에 안녕감을 위협할 수 있는 다양한 신체적 및 심리적인 위협요인의 발생을 예방함으로써 안녕감에 긍정적인 영향을 미치게 된다(백은주, 조규관, 2017; 심지은, 안하연, 김지혜, 2011; 윤명숙, 이효선, 2012; 이가영, 최태월, 이용선, 2015; 전해욱, 2014; 최진오, 2017). 즉, 청년들은 진로결정이라는 중대한 발달과업을 완수해야 하기에 이들의 진로개발과정은 행복과 밀접하게 연관되어 있으며, 따라서 취업에 대한 높은 불안과 스트레스는 이들의 정서적 안녕감을 저해하는 요인으로 작용한다. 또한, 성인 초기에 들어서면서 자신의 삶을 주체적으로 계획해나가며 자신의 잠재력을 발견하고 발전하는 청년들에게 취업스트레스는 무망감, 무가치감과 같은 부정적인 내적 심리상태를 일으켜 심리적 안녕감을 저해한다. 나아가, 높은 취업스트레스는 대인기피와 같은 반사회적인 증상을 유발하고 학교적응을 방해하며(이가영, 최태월, 이용선, 2015), 사회적 지지의 인식을 감소시키는 등(김중운, 지연옥, 2016) 사회적인 기능 및 안녕감에도 부정적인 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 그릿이 정신적 안녕감을 구성하는 정서적, 심리적, 사회적 안녕감에 미치는 영향을 확인함으로써 그릿이 개인의 주관적인 행복감뿐만 아니라 개인의 기능성과 개인이 속한 사회의 유능성에 기반한 안녕감에 미치는 영향까지 다각적으로 증명했다는

점에서 의의가 있다. 그릿이 개인의 심리적인 건강과 안녕감에 미치는 영향이 강조되고 있음에도 불구하고 국내에서는 그릿과 학업, 직업 영역에서의 수행과 적응과의 관계를 살펴보는 데 주력하고 있으며, 그릿과 다양한 안녕감 지표와의 관계를 종합적이고 체계적으로 살펴본 연구는 부족한 실정이다. 특히, 그릿이 사회적 안녕감에 미치는 영향의 경우, 이를 뒷받침하는 이론적 설명과 경험적 연구들은 존재하지만 그릿과 사회적 안녕감 간의 관계를 직접적으로 살펴본 연구는 아직 없다. Erikson(1963)의 심리사회적 발달이론에 따르면 성인 초기는 타인과의 친밀감을 형성해야 하는 핵심과제를 지닌다. 사회적 안녕감은 타인을 수용하는 태도, 긍정적인 관계 그리고 공동체에 대한 소속감 등으로 형성되는 긍정적인 사회관으로 이러한 심리사회적 요소를 포함하는 더욱 확장적인 의미를 갖는다(Joshanloo, Rastegar, & Bakhshi, 2012). 즉, 그릿은 개인 내적으로만 긍정적인 효과를 보이는 성격특성을 넘어서 여러 사회적 과제와 도전을 적응적으로 해결하도록 도우며, 공동체 및 지역사회에 대한 긍정적인 태도와 인식을 형성하고 개인의 삶에 보다 광범위한 영향력을 행사하는 것으로 볼 수 있다.

한편, 이러한 그릿을 타고난 기질로 바라보는 관점이 우세하지만, 최근 다양한 연구에 의해 그릿이 변화 가능한 특성임이 확인되고 있다(임효진, 2017). 예로, 자기조절력과 자기동기력을 중재요인으로 삼은 뇌교육 기반 인성프로그램을 주 1회 받았던 국내 초등학생들이 12주 후에 유의미하게 향상된 그릿을 보였다는 연구가 존재한다(신명용, 2018). Borghans와 동료들(2008)이 최근에 제안한 성격모델에 의하면, 기회, 정보, 역량 등과 같은 동기적인

요인들이 개인의 성격특성을 선행한다. 그릿의 창시자인 Duckworth(2016) 또한 그릿의 형성에 지능 또는 능력이 노력에 의해 발전할 수 있다는 신념인 성장 마인드셋(growth mindset)이 필요하다고 주장하였으며, 성장 마인드셋을 가질 때 자신의 성장을 중요시하기 때문에 목표를 추구하는 과정에서 경험하는 실패에도 굴하지 않고 계속해서 나아갈 수 있다고 하였다. 실제로 다양한 실증연구에서도 성장 마인드셋이 그릿을 정적으로 예측하는 것으로 확인되었다(권대훈, 2018; 이정림, 권대훈, 2016). 뿐만 아니라, 미래목표를 중요시하고 미래목표와 현재의 행동이 관련됨을 지각하며 이를 달성하기 위해 계획하고 행동하는 미래시간조망(future time perspective) 또한 그릿을 선행하는 요인으로 확인되었다(권대훈, 2018). 즉, 개인의 목표를 자유롭게 설정하고 이를 끝까지 추구하도록 지지하는 환경의 마련과 더불어 개인의 마인드셋, 조망, 통제소재와 같이 개인의 동기와 관련된 인지적인 개입이 이루어진다면 그릿은 변화 가능할 것으로 보인다.

둘째, 본 연구는 진로소명을 선행하는 요인으로 그릿을 확인하였으며, 그릿 안에 포함되어 있는 목적성 그리고 이타적인 속성이 이후 진로소명 형성에 영향을 미치는 과정을 밝혔다는 점에서 의의가 있다. 높은 청년실업률이 문제가 되고 있는 현대사회에서 정부는 다양한 일자리창출 프로젝트와 취업상담을 제공하고 있다. 그러나 이런 프로그램들은 단기적으로 청년들의 취업역량을 강화하는 데에만 초점을 두으로써 이후 높은 조기 이직률과 같은 사회적 현상을 낳고(한국직업능력개발원, 2015), 본질적인 해결책이 되지 못하고 있는 실정이다. 진로소명이 일에 대해 열정을 부여

하고(박수현, 이형룡, 2018) 직무만족도를 높이는 요인임을 고려할 때(노경미, 2018), 청년들의 소명의식을 발달시키기 위한 사회의 지속적인 관심과 노력이 요구된다. 따라서 진로개발 및 진로상담 현장에서 진로소명이라는 개념을 적극적으로 도입하고, 정보제공 및 진로결정에만 초점을 두는 기존의 접근에서 탈피하여 청년들로 하여금 자신에게 의미 있는 진로를 적극적으로 탐색하도록 돕는 체계적인 진로개발 프로그램 및 진로상담이 필요하겠다. 이와 더불어 미래 일에 대해 긍정적으로 동기화되어 있는 상태가 진로소명을 선행한다는 선행연구 결과를 통해(정은선, 하정희, 김정수, 2015) 국내의 청년취업난 속에서 개인적인 한계나 사회적 장벽으로 인해 좌절되고 있는 청년들의 미래 일희망(work hope)을 다시 고취시킬 수 있는 진로상담이 이루어질 필요가 있겠다.

셋째, 본 연구는 취업스트레스를 낮추는 새로운 심리적인 자원(PsyCaps)으로써 그릿의 긍정적인 역할을 확인했다는 점에서 의의가 있다. 과도한 취업경쟁 환경에 놓인 청년들의 취업스트레스가 이들의 정서적 및 기능적 영역에 미치는 부정적인 영향이 확인됨에 따라, 취업스트레스를 낮출 수 있는 내적 역량 및 외적 요인들을 탐색하는 연구들이 활발히 이루어지고 있다. 본 연구는 취업스트레스를 낮추는 그릿의 긍정적인 영향을 밝혔으며, 이는 역경이나 실패에도 불구하고 목표를 꾸준히 추구해 나아가는 힘이 계속해서 높아지는 취업의 문턱 앞에 형성되는 청년들의 위기의식과 불안함을 낮추는 심리적인 자원으로 작용할 수 있음을 시사한다.

넷째, 안녕감을 예측하는 요인들을 탐색하는 연구는 최적의 심리적 기능을 촉진하는 요

인들을 규명할 수 있다는 점에서 매우 중요한 데(고영남, 2014), 본 연구는 미래를 위한 도약 단계인 성인 초기에 놓인 연구대상의 특성을 고려하여 이들의 심리적 기능을 촉진하고 안녕감을 예측하는 요인으로 그릿, 진로소명 그리고 취업스트레스를 종합적으로 살펴봤다는 점에서 의의가 있다. 즉, 본 연구에서는 자신의 미래를 결정하기 위해 준비하는 성인 초기 단계에 위치한 청년들에게 미래지향적인 목표의 설정과 이를 달성하기 위한 인내와 열정이 이들의 행복감을 증진시키는 요인으로 작용함을 확인하였으며, 그 과정에서 청년들이 진로 결정 과업을 좀 더 건강하고 적응적으로 성취할 수 있음을 확인하였다.

본 연구의 한계점과 이에 따른 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 성인 초기 청년들의 그릿을 살펴본 결과, 열정의 요인부하량이 0.23과 0.29로 인내의 요인부하량에 비해 다소 낮게 나타났다. 이는 청년들이 다양한 심리적 및 사회적 변화를 경험하는 모호하고 불안정한 성인 초기 발달단계에서 오랜 기간 동안 하나의 흥미를 유지하는 것보다 여러 상황을 탐색하면서 수많은 도전을 시도하고 시행착오를 직면하게 되는 특성을 반영한 것으로 볼 수 있다. 초등학생과 대학생 집단의 그릿을 비교한 임효진(2017)의 연구에서도 열정은 초등학생 집단에서 유의미하게 높게 나타난 반면, 인내는 대학생 집단에서 유의미하게 높게 나타났다. 열정이 그릿의 중요한 구성요인임을 고려할 때, 후속연구에서는 다른 발달단계에서 나타나는 열정 요인의 요인부하량을 확인하여 발달단계별 그릿의 특성을 경험적으로 재규명할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 그릿이 진로소명의 선

행요인으로 진로소명을 형성하는 핵심적인 특성을 지니고 있음을 확인하였으며, 후속 연구에서는 그릿을 통해 진로소명을 개발하는 데까지의 추가적인 기제를 확인할 필요가 있다. 그릿이 오랜 기간 동안 누적되어 형성되는 성격 특질인 반면에 진로소명은 성장과정 중 좀 더 이후에 점진적으로 발견되는 직업의식으로 시간에 따라 형성될 수 있는 개념이다(Dobrow, 2013; Duffy & Dik, 2013). 본 연구의 결과를 기반으로 후속 연구에서는 그릿을 통해 진로소명에 영향을 미치는 요인들을 추가적으로 탐색하고 그릿에서 진로소명으로 가는 기제를 확인할 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 미취업상태인 성인 초기 청년들을 대상으로 그릿이 진로소명과 취업스트레스에 미치는 영향을 확인하였으나, 직업을 가진 성인에게도 소명의식과 다양한 스트레스 요인이 존재함에 따라 연구대상의 연령을 보다 확대하고 소명의식과 스트레스에 미치는 그릿의 긍정적인 효과를 일반화할 필요가 있다. 또한, 성인 초기에는 진로결정뿐만 아니라 정체성 성립, 친밀감 형성과 같은 개인적 및 사회적 영역에서의 과업을 성취해야 한다. 따라서, 추후연구에서는 성인 초기 청년들을 대상으로 진로발달 외의 다양한 영역에서 나타나는 그릿의 긍정적인 역할을 확인할 필요가 있다.

## 참고문헌

강명희, 윤성혜, 김도희, 류다현 (2016). 자연과학계열 대학생의 진로준비행동에 영향을 미치는 그릿, 진로결정자기효능감, 진로결과기대, 전공흥미 간의 관계 분석. 한국직

- 업교육학회, 35(4), 109-129.
- 강문선, 양수진 (2019). 대학생의 부모애착과 삶의 만족도의 관계에서 조화·강박열정과 그릿(Grit)의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 발달*, 32(2), 79-101.
- 고영남 (2014). 남녀 대학생의 주관적 안녕감에 대한 부모애착과 사회적 지지의 영향. *한국교육학연구(구 안암교육학연구)*, 20(3), 97-120.
- 고영희, 박윤희 (2018). 대학 고학년의 진로결정자기효능감과 진로성숙도가 취업스트레스에 미치는 영향. *디지털융복합연구*, 16(1), 73-83.
- 교육부 (2017). 「2017년 대학 진로교육 현황조사 결과 발표」. 세종: 교육부.
- 권대훈 (2018). 고등학교 교사의 긍정정서 및 부정정서, 그릿( grit), 스트레스, 삶의 만족간의 관계. *교원교육*, 34(3), 209-228.
- 권대훈 (2018). 성장 마인드셋, 미래시간조망, 그릿과 지연의 관계. *아시아교육연구*, 19(3), 725-744.
- 김미영 (2017). 대학생의 취업스트레스와 심리적 안녕감의 관계. *청소년학연구*, 24(6), 29-51.
- 김석일, 양성지 (2018). 체육전공 대학생들의 진로결정자기효능감, 취업스트레스 및 진로준비행동. *한국사회체육학회지*, 71, 295-307.
- 김성경 (2003). 대학신입생의 스트레스와 학교 적응에 관한 연구. *청소년학연구*, 10(2), 215-237.
- 김수영 (2016). 구조방정식 모형의 기본과 확장. 서울: 학지사.
- 김영빈, 함은혜, 김태선 (2018). 성인여성학습자의 진로장벽지각이 진로준비행동에 미치는 영향: 소명의식의 매개효과를 중심으로. *학습자중심교과교육연구*, 18(8), 803-822.
- 김유민 (2018). 지각된 부모의 양육태도와 심리적 안녕감의 관계: 그릿(Grit)과 기본심리 욕구 만족도의 매개효과. *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 김정은, 이수란, 양수진 (2018). 한국형 그릿(Grit) 특성에 대한 고찰: 높은 그릿집단의 다차원적 유형 연구. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 24(2), 131-151.
- 김정호 (2000). 스트레스의 원인으로 작용하는 동기 및 인지. *학교생활연구소*, 16, 1-26.
- 김종운, 지연옥 (2016). 대학생의 취업스트레스와 우울, 자살사고의 관계에서 사회적 지지의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 16(12), 1313-1334.
- 김주엽 (2004). 개인주의와 집단주의. *연세경영연구*, 41(1), 171-186.
- 노경미 (2018). 사회적 기업 종사원의 소명의식과 직무환경이 이직의도에 미치는 영향: 직무만족과 직무열의의 매개효과를 중심으로. *경영컨설팅연구*, 18(2), 27-36.
- 류영주, 양수진 (2017). 내재적·친사회적 동기와 삶의 만족도의 관계에서 그릿(Grit)과 친사회적 행동의 매개효과. *한국심리학회지: 발달*, 30(4), 93-115.
- 류현숙, 김지영 (2019). 간호대학생이 지각한 부모의 양육태도와 그릿이 심리적 안녕감에 미치는 영향. *한국엔터테인먼트산업학회 논문지*, 13(2), 261-269.
- 박미경, 김은하 (2016). 대학생의 진로소명이 삶의 만족도에 미치는 영향: 진로정체감과 진로결정몰입의 매개효과. *상담학연구*, 17(1), 207-225.

- 박수현, 이형룡 (2018). 호텔 직원의 직업소명 의식과 심리적 주인의식, 직무열의 및 직무성과의 구조적 영향관계. *호텔경영학연구*, 27(4), 103-122.
- 박인주 (2018). 대학생의 셀프리더십이 취업스트레스에 미치는 영향: 미래지향목표의 매개효과. *관광경영연구*, 83, 435-445.
- 박진홍, 서현아, 김수진 (2018). 예비유아교사의 그릿과 주관적 행복감의 관계에서 여가만족의 매개효과. *생태유아교육연구*, 17(3), 105-126.
- 백은주, 조규관 (2017). 대학생의 취업스트레스와 대학생활적응 간의 관계에서 스트레스 대처전략의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 17, 449-469.
- 서희연, 안희준, 이혜주 (2018). 소명의식과 삶의 만족도간의 관계. *한국심리학회 학술대회자료집*, 8, 430-430.
- 신명용 (2018). 뇌교육 기반 인성프로그램이 그릿에 미치는 영향-회복탄력성의 매개효과. *뇌교육연구*, 21, 7-37.
- 신여울, 구민주, 박다운 (2018). 보육교사의 그릿과 이직의도와의 관계에서 직무스트레스의 매개효과. *아동학회지*, 39(2), 15-26.
- 신지민, 이은경, 양난미 (2015). 대학생의 진로소명과 진로결정 자기효능감이 삶의 만족도에 미치는 영향. *사회과학연구*, 54(1), 169-194.
- 심예린, 유성경 (2012). 한국판 소명 척도(CVQ-K) 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료* 24(4), 847-872.
- 심지은, 안하연, 김지혜 (2011). 대학생의 취업스트레스와 우울간의 관계: 적응적인 인지적 정서조절 전략의 매개효과 검증. *인간이해*, 32(1), 103-118.
- 윤명숙, 이효선 (2012). 대학생의 우울, 취업스트레스가 자살생각에 미치는 영향: 문제음주의 조절효과. *청소년학연구*, 19(3), 109-137.
- 윤성혜, 유지원, 유영란 (2017). 고등학생의 학업적 자기효능감과 진로동기 간의 관계에서 그릿( grit)의 매개효과 검증. *한국직업교육학회*, 36(3), 47-66.
- 윤영란 (2007). 대학생의 진로의식에 관한 분석 연구. *교육문화연구*, 13(1), 123-168.
- 이가영, 최태월, 이용선 (2015). 대학생의 취업스트레스가 대학생활 적응에 미치는 영향. *기업경영리뷰*, 6(2), 197-209.
- 이미선 (2017). 사회복지전공대학생의 전공만족도와 취업스트레스와의 관계에서 진로결정자기효능감의 매개효과 검증. *GRI 연구논총*, 19(3), 159-182.
- 이미희, 김광수, 김태선 (2017). 초등교사의 소명의식과 심리적 안녕감과 관계: 회복탄력성의 매개효과. *한국초등교육*, 28(4), 215-229.
- 이선영 (2018). 직장인의 낙관성과 심리적 안녕감의 관계에서 열정적 끈기(그릿)의 매개효과. *아주대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 이수란, 손영우 (2013). 무엇이 뛰어난 학업성취를 예측하는가? *한국심리학회지: 학교*, 10(3), 349-366.
- 이정림, 권대훈 (2016). 통제소재, 마인드셋, 그릿, 학업성취 간의 구조적 관계 분석. *청소년학연구*, 23(11), 245-264.
- 이정은, 유지영 (2018). 정신적 웰빙이 노인의 자살위험에 미치는 영향-K-MHC-SF의 하위요인을 중심으로. *지역사회학*, 19(1), 195-219.
- 이형순, 이재창 (2018). 취업 스트레스와 자아

- 존중감이 대학생의 삶의 만족도에 미치는 영향. 예술인문사회 융합 멀티미디어 논문지, 8(4), 553-562.
- 이혜원, 탁정화, 이미란 (2017). 예비유아교사의 그릿 군집유형에 따른 성격 5요인과 자기효능감의 차이. 유아교육연구, 37(3), 249-268.
- 임세현 (2013). 학생들의 스트레스, 마음챙김, 삶의 만족감의 관계에 대한 실증연구: 학년에 따른 효과. 디지털융복합연구, 11(12), 193-199.
- 임영진, 고영건, 신희천, 조용래 (2012). 정신적 웰빙 척도(MHC-SF)의 한국어판 타당화 연구. 한국심리학회지: 일반, 31(2), 369-386.
- 임효진 (2017). 그릿(Grit)의 요인구조 및 초등학생과 대학생 집단에서 나타나는 잠재평균의 차이. 교육학연구, 55(3), 87-113.
- 임효진 (2018). 그릿, 내-외재가치, 수업참여, 인지조절과 학업성취의 구조적 관계. *The SNU Journal of Education Research*, 27(3), 235-256.
- 장휘숙 (2009). 성인초기의 발달과업과 행복의 관계. 한국심리학회지: 발달, 22(1), 19-36.
- 전경구, 김교현, 이준석 (2000). 개정판 대학생용 생활 스트레스 척도 개발 연구. 한국심리학회지: 건강, 5(2), 316-335.
- 전해욱 (2014). 대학생의 취업스트레스, 성인애착, 자기표현성이 우울에 미치는 영향. 한국콘텐츠학회논문지, 14(7), 312-323.
- 정우희, 김혜원 (2017). 진로소명이 대학생들의 삶의 만족도에 미치는 영향: 사회적 지지와 계획된 우연기술의 매개효과. 청소년학연구, 24(2), 445-472.
- 정은선, 김정수, 하정희 (2017). 대학생의 낙관성, 비관성, 소명의식과 일의 의미 및 삶의 의미 간의 구조적 관계모형 검증. 청소년학연구, 24(4), 27-49.
- 정은선, 하정희, 김정수 (2015). 소명의식에 영향을 미치는 요인-낙관성, 일희망, 부모양육태도의 구조적 관계모형 검증. 한국산학기술학회 논문지, 16(1), 205-214.
- 정현, 장성배, 탁진국 (2018). 그릿(Grit)과 직무개선(Job Crafting)의 관계에서 긍정정서의 매개효과. 인적자원개발연구, 21(1), 31-51.
- 조경서, 최지혜 (2019). 장애유아 통합교육 교사의 정서적 안녕감 척도 개발 및 요인구조 확인. 특수교육연구, 26(1), 69-86.
- 조혜정 (2013). 대학생의 취업스트레스가 행복감에 미치는 영향: 사회적 지지의 조절효과. 한국청소년연구, 24(1), 157-184.
- 최진오 (2017). 대학생의 학업스트레스가 스마트폰 과의존에 미치는 영향: 취업스트레스와 우울증상의 다중매개효과. 청소년시설행경, 15(2), 65-73.
- 최효선, 양수진 (2018). 고등학생의 여가활동과 삶의 만족도의 관계에서 그릿과 긍정심리자본의 매개효과. 한국심리학회지: 발달, 31(2), 105-123.
- 통계청. 고용보조지표(청년층, 15~29세). 경제활동 인구조사. Retrieved from [http://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT\\_1DA7300AS&conn\\_path=I2](http://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1DA7300AS&conn_path=I2)에서 2019.07.01 자료 얻음.
- 하유진, 최예은, 은혜영, 손영우 (2014). 한국판 다차원적 소명척도(MCM-K)의 타당화 연구. 한국심리학회지: 산업 및 조직, 27(1), 191-220.
- 한국직업능력개발원 (2015). 신입사원의 소명의식과 직장 적응. KRIVET Issue Brief,

69.  
한금상, 서경현 (2015). 대학생의 취업스트레스와 주관적 웰빙 간의 관계: 자아탄력성의 역할을 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 20(1), 235-251.
- 한주원 (2018). 전문대학 비서학전공 대학생의 그릿(Grit)과 회복탄력성이 진로적응성에 미치는 영향. *비서·사무경영연구*, 27(4), 5-27.
- 함성수, 고현석, 장성화 (2018). 사관생도의 소명 의식이 학교생활적응에 미치는 영향. *학습자중심교과교육연구*, 18(23), 695-713.
- 황명주 (2018). The effect of job search stress of college students on suicide ideation: Mediating effect of adjustment to college. *한국사회복지조사연구*, 58, 73-100.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238-246.
- Bollen, K. A., & Stine, R. (1990). Direct and indirect effects: Classical and bootstrap estimates of variability. *Sociological Methodology*, 115-140.
- Borghans, L., Duckworth, A. L., Heckman, J. J., & Ter Weel, B. (2008). The economics and psychology of personality traits. *Journal of Human Resources*, 43(4), 972-1059.
- Browne, M. W., Cudeck, R., Bollen, K. A., & Long, J. S. (1993). Alternative ways of assessing model fit. *Sage Focus Editions*, 15(4), 136-136.
- Cantor, N., & Sanderson, C. A. (2003). Life task participation and well-being: The importance of taking part in daily life. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: Foundations of hedonic psychology* (pp. 230-243). NY: Russell Sage Foundation.
- Datu, J. A. D., King, R. B., Valdez, J. P. M., & Eala, M. S. M. (2018). Grit is associated with lower depression via meaning in life among Filipino high school students. *Youth & Society*. <https://doi.org/10.1177/0044118X18760402>.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Dik, B. J., & Duffy, R. D. (2009). Calling and vocation at work: Definitions and prospects for research and practice. *The Counseling Psychologist*, 37(3), 424-450.
- Dik, B. J., Eldridge, B. M., & Steger, M. F. (August, 2008). *Development of the Calling and Vocation Questionnaire(CVQ)*. Paper presented to the 117<sup>th</sup> Annual Convention of the American Psychological Association, Boston, MA.
- Dobrow, S. R. (2013). Dynamics of calling: A longitudinal study of musicians. *Journal of Organizational Behavior*, 34(4), 431-452.
- Duckworth, A. L. (2016). *Grit: The power of passion and perseverance*. New York, NY: Scribner.
- 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.
- Duffy, R. D., Allan, B. A. & Bott, E. M. (2012) Calling and life satisfaction among undergraduate students: Investigating mediators and moderators. *Journal of Happiness Studies*, 13(3), 469-479.
- Duffy, R. D., & Dik, B. J. (2013). Research on calling: What have we learned and where are

- we going? *Journal of Vocational Behavior*, 83(3), 428-436.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. New York: W. W. 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. *Frontiers in Psychology*, 5, 36. Retrieved from doi: 10.3389/fpsyg.2014.00036
- Fleeson, W., Furr, R. M., Jayawickreme, E., Meindl, P., & Helzer, E. G. (2014). Character: The prospects for a personality based perspective on morality. *Social and Personality Compass*, 8(4), 178-191.
- Havighurst, R. J. (1948). *Developmental tasks and education*. New York: McKay.
- Hillygus, D. S., Holbein, J. B., & Snell, S. (2016). The nitty gritty: The unexplored role of grit and perseverance in voter turnout. Retrieved from <http://ssrn.com/abstract=2675326>
- Holbein, J., Hillygus, D., Lenard, M., Gibson-Davis, C., & Hill, D. (2018). The development of students' engagement in school, community and democracy. *British Journal of Political Science*, 1-19.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Jin, B., & Kim, J. (2017). Grit, basic needs satisfaction, and subjective well-being. *Journal of Individual Differences*, 38(1), 29-35.
- Joshanloo, M., Rastegar, P., & Bakhshi, A. (2012). The Big Five personality domains as predictors of social wellbeing in Iranian university students. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(5), 639-660.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121-140.
- Keyes, C. L., Wissing, M., Potgieter, J. P., Temane, M., Kruger, A., & Van Rooy, S. (2008). Evaluation of the mental health continuum-short form(MHC - SF) in setswana speaking South Africans. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 15(3), 181-192.
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford publications.
- Robertson-Kraft, C., & Duckworth, A. (2014). True grit: Trait-level perseverance and passion for long-term goals predicts effectiveness and retention among novice teachers. *Teachers College Record*, 116(3), 1-27.
- Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 18-29.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Salles, A., Cohen, G. L., & Mueller, C. M. (2014). The relationship between grit and resident well-being. *The American Journal of Surgery*, 207(2), 251-254.
- Savickas, M. L. (2002). Career construction: A developmental theory of vocational behavior.

- In D. Brown & Associate (Eds.), *Career Choice and Development* (4th ed., pp. 149-205). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Schulenberg, J. E., Bryant, A. L., & O'Malley, P. M. (2004). Taking hold of some kind of life: How developmental tasks relate to trajectories of well-being during the transition to adulthood. *Development and Psychopathology, 16*, 1119-1140.
- Singh, K., & Jha, S. D. (2008). Positive and negative affect, and grit as predictors of happiness and life satisfaction. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 34*(2), 40-45.
- Torrey, C. L., & Duffy, R. D. (2012). Calling and well-being among adults: Differential relations by employment status. *Journal of Career Assessment, 20*(4), 415-425.
- 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. *The Journal of Positive Psychology, 9*(4), 306-312.
- Wang, J., & Wang, X. (2012). *Structural equation modeling: Applications using Mplus*. Chichester, UK: John Wiley & Sons.
- 1차원고접수 : 2019. 07. 15.  
수정원고접수 : 2019. 08. 22.  
최종게재결정 : 2019. 08. 26.

**The Relationship Between Grit and Mental Well-Being  
Among Young Adults:  
The Mediating Effects of Career Calling and Job-Seeking Stress**

**Jihye Jung**

**Sujin Yang**

Department of Psychology, Ewha Womans University

This study explored the effects of grit on emotional, psychological, and social well-being (well-being indicators that form “mental well-being”) and examined whether career calling and job-seeking stress mediate these relationships. The participants were 339 currently unemployed young adults (mean age=22.6, SD=2.7). Grit directly predicted young adults’ emotional, psychological, and social well-being. In addition, career calling significantly mediated the relationships between grit and psychological and social well-being, except that of grit and emotional well-being. Job-seeking stress mediated the relationships between grit and the three types of well-being. These results showed that not only does young adults’ grit promote various states of well-being by strengthening career calling but also by alleviating job-seeking stress. We further discussed the implications of grit for young adults who face various uncertainties and instabilities and its role in career development and the maintenance of well-being.

*Key words* : young adults, grit, career calling, job-seeking stress, well-being