

그릿과 성장 마인드셋에 따른 정신적 안녕감의 차이: 잠재 프로파일 분석*

Exploring the Variations in Mental Well-Being: Grit and Growth Mindset Using Latent Profile Analysis

1차원고접수: 2024.04.10. 수정원고접수: 2024.08.19. 최종게재결정: 2024.09.21.

김유니¹ · 정하은² · 양수진³

^{1,2}이화여자대학교 심리학과,

석사 수료

³이화여자대학교 심리학과, 부교수

Kim, Uni¹

Jeung, Haeun²

Yang, Sujin³

^{1,2,3}Dept. of Psychology, Ewha
Womans University

국문초록 본 연구는 그릿과 성장 마인드셋을 기반으로 한 잠재 프로파일을 확인하고, 각 유형 간 정신적 안녕감에 차이가 있는지 알아보고자 하였다. 이에 19~31세까지의 대학생 535명(남 240명, 여 295명)을 대상으로 K-그릿, 성장 마인드셋, 정신적 안녕감 척도를 포함해 온라인 자기보고식 설문조사를 실시한 후, 잠재 프로파일 혼합모형 분석을 실시하였다. 그 결과 총 4개의 프로파일이 도출되었으며, 도출된 잠재 집단은 다음과 같다: (i)그릿(K-GRIT)의 세 하위 요인인 노력-지속성, 열정-즐거움, 열정-의미와 성장 마인드셋이 모두 평균을 상회하는 '성장지향형(15.5%)', (ii)모든 점수가 평균 수준인 '평균형(55.8%)', (iii)모든 점수가 평균을 하회하는 '저성장형(23.3%)', (iv)모든 점수가 다른 잠재 집단에 비해 가장 낮으면서 열정-의미가 특히 낮은 '의미결여형(5.4%)'. 4개의 잠재군별 정신적 안녕감에서도 차이가 유의하였는데, 그릿과 성장 마인드셋이 높을수록 정신적 안녕감이 높았으며, 특히 '의미결여형'의 전반적인 정신적 안녕감이 가장 낮았다. 이는 자신의 목표에 의미를 부여하는 것이 정신적 안녕감에 중요함을 시사하며, 대학생의 정신건강 증진을 위한 개입 방안을 모색하기 위한 기초를 마련했다는 데 의의가 있다.

주요어 그릿, K-GRIT, 성장 마인드셋, 정신적 안녕감, 잠재 프로파일 분석

Abstract This study aims to identify latent profiles using indicators of K-Grit (persistence-effort, passion-enjoyment, passion-meaning) and growth mindset. Furthermore, we test whether these profiles differ in mental well-being. An online self-report survey was conducted with 535 college students aged 19-31 (240 males, 295 females), assessing K-Grit, growth mindset, and mental well-being. A 3-step latent profile analysis revealed four profiles: Growth-Oriented(15.5%; above-average scores in all factors), Average(55.8%; all scores at the mean level), Low-Growth(23.3%; all scores below average), and Meaning-Deficient(5.4%; all scores are the lowest in general, especially the lowest passion-meaning). Significant differences were found in mental well-being among the four latent groups, with higher levels of grit and growth mindset associated with greater mental well-being. In particular, the Meaning-Deficient profile revealed the lowest overall well-being. Our findings emphasize the necessity of finding purpose and meaning in one's life to promote better mental well-being. This study lays the foundation for developing intervention strategies aimed at enhancing the mental health of college students.

Keywords grit, K-grit, growth mindset, mental well-being, latent profile analysis

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

UN에서 발간하는 세계행복보고서(world happiness report)에 따르면, 2023년 기준 우리나라의 행복 지수(happiness score)는 6점으로, 전체 137개국 중 57위지

만 OECD 국가들 가운데에서는 최하위권인 것으로 나타났다(Helliwell, Huang, Norton, Goff, & Wang, 2023). 또한 서울대 행복연구센터에서 2018년에 진행한 일상생활의 행복을 점수화한 '안녕지수'의 조사 결과, 20대의 안녕지수는 10점 만점 중 5.06점으로 가장 낮았으며, 30대가 5.12점으로 두 번째로 낮았다(권연수, 2019). 이러한 결과는 우리나라 국민, 특히 성인 초기 개인의 안

* 본 논문은 2023년 한국인간발달학회 추계학술대회에서 포스터 발표한 내용을 수정·보완한 것임.

Corresponding to 양수진 (Yang, Sujin)

이화여자대학교 심리학과, 부교수 (Dept. of Psychology, Ewha Womans University) E-mail. sujinyang@ewha.ac.kr

Copyright © 2024 The Korean Association of Human Development. All rights reserved.

녕감이 낮으며, 행복한 삶을 누리지 못하고 있다는 사실을 방증함과 동시에 초기 성인들의 낮은 행복감을 증진시키기 위한 노력이 필요함을 시사한다.

한국 대학생과 일반 성인을 대상으로 한 행복 경험에 대한 토착문화심리학적 연구에 따르면(구재선, 김의철, 2006), 가장 강하고 빈번한 불행 경험 중 하나로 ‘학업적·직업적 실패’가 꼽혔다. 한편, 한국인이 경험하는 행복감의 주요한 원천으로는 직업에서의 성취감이나 개인의 내적 특성(예: 행복에 대한 긍정적 신념, 가치관, 태도, 자기효능감, 성격 등) 등이 조사되었다(구재선, 서은국, 2011; 박영신, 김의철, 2009; 현경자, 2004). 이는 한국의 사회·문화적 틀 안에서 성인 초기 개인이 경험하는 불행과 행복의 영역이 분리된 것이 아니라 ‘직업적 정체성’이라는 영역에서 서로 얽혀 있음을 의미한다. 또한 개인의 행복과 안녕감에 있어 인구통계학적 특성보다 개인의 심리적 특성이 중요하게 작용함(구재선, 서은국, 2011)을 고려하면, 개인의 내적 특성 간 복잡하고 미묘한 관계성을 이해하는 것이 중요할 것이다. 그릿과 성장 마인드셋은 성취와 높은 관련성을 보이는 변인이자 목표 추구 및 달성에 필요한 개인의 내적 자원으로, 두 변인의 조합은 성취와 실패가 행복에 기여하는 바가 큰 한국의 문화 속에서 개인의 안녕감에도 중요한 영향을 미칠 것으로 예상된다. 이에 본 연구는 잠재 프로파일 분석을 사용하여, 목표의 성취와 실패에 관여하는 개인의 성격적 특성인 그릿과 지능에 대한 성장적 태도인 성장 마인드셋의 관계성을 확인하고, 각 잠재군 간 정신적 안녕감에 나타나는 차이를 확인하고자 한다.

그릿(grit)은 최근 주목받고 있는 개념으로, 장기적인 목표를 향한 끈기와 열정으로 정의되는 성격 특성이다(Duckworth, Peterson, Matthews, & Kelly, 2007). 이는 목표 달성 과정에서 실패나 역경에 직면하더라도 계속 노력하는 경향성인 ‘노력의 꾸준함’과, 목표와 흥미를 쉽게 바꾸지 않고 장기적으로 유지하는 ‘흥미의 지속성’이라는 2가지 요인으로 구성된다. 한편, 본 연구에서는 기존 그릿 척도의 측정학적 및 정의적 한계를 보완하여 최근에 개발 및 타당화한 한국형 그릿 척도(K-GRIT)

(이수란, 안태영, 박서단, 양수진, 2021)를 사용하고자 한다. 지금까지 그릿 연구에 주로 사용되어 온 척도는 그릿 원칙도(GRIT-O)와 단축형 그릿 척도(GRIT-S)로, 앞서 설명하였듯 ‘노력의 꾸준함’과 ‘흥미의 지속성’ 2가지 하위 요인으로 구성된다. K-GRIT의 요인 구조는 기존 그릿 척도의 2요인 구조에서 나타난 여러 한계점, 특히 흥미의 지속성 요인의 낮은 내적 신뢰도와 예측력(강문선, 양수진, 2019; Datu, Valdez, & King, 2016), 그리고 열정 개념이 제대로 변별되지 않는 문제(김정은, 이수란, 양수진, 2018; 임효진, 2017)를 극복하고자 한 것이다. 이와 같은 기존 그릿 척도의 문제는 흥미의 지속성 문항들이 그릿 개념으로 설명하고자 하는 열정의 특성을 제대로 반영하지 못함을 시사한다. 특히 이러한 한계는 그릿이 처음 개발된 서구보다 집단주의적인 문화권에서 더 두드러진다(김정은, 양수진, 2021; Yoshitsu & Nishikawa, 2013).

따라서 흥미를 가지는 활동의 방향, 목적성, 정서적 즐거움 및 활동에 대한 가치와 의미 판단을 포함하는 K-GRIT은, 한국의 문화적 맥락에서 그릿 개념을 더 정확히 측정할 수 있을 것으로 기대된다. K-GRIT은 기존 그릿 척도의 ‘노력-지속성’ 외에 ‘열정-즐거움’과 ‘열정-의미’라는 새로운 하위 요인을 추가한 3요인 구조로 되어 있다. 이는 한국의 문화적 특성을 반영하여 기존 척도의 열정 구인을 재정의한 것이다. 구체적으로, ‘노력-지속성’은 목표를 장기간 유지하고 그를 위해 꾸준한 노력을 기울이는 것을, 새롭게 추가된 ‘열정-즐거움’은 자신이 선택한 목표를 즐겁고 매력적으로 느끼는 정도를, ‘열정-의미’는 목표를 개인적으로 가치 있고 의미 있게 여기는 정도를 의미한다. Vallerand(2012)에 따르면, 열정은 개인이 좋아하고 중요하게 생각하며, 정기적으로 시간과 노력을 투자하는 활동에 대한 강한 끌림으로 정의된다. 이때 열정-즐거움은 열정의 정서적인 측면을 반영하는 요인이며, 열정-의미는 열정을 가지는 활동이나 목표에 대한 목적성과 가치를 반영하는 요인이다.

최근 K-GRIT의 하위 요인 간 예측경로와 삶의 의미와의 관계를 살펴본 연구에서, 그릿의 발달 경로와 성숙 단계에 따라 삶의 의미 수준이 다를 수 있음이 확인

되었다(김한샘, 박소영, 양수진, 2024). 이때 열정-즐거움은 노력-지속성을 예측하며, 노력-지속성은 열정-의미를 예측하였다. 또한 열정-즐거움은 의미발견과 의미추구 모두 예측하지 못하였으나, 노력-지속성은 의미발견만을, 열정-의미는 둘 모두를 예측하였다. 이러한 결과를 그릿이 삶의 의미를 매개로 정신적 안녕감을 높일 수 있다는 선행 연구(김예본, 양수진, 2021)와 함께 고려해 본다면, 그릿의 세 하위 요인의 발달 수준이 상이할 뿐만 아니라 정신적 안녕감에도 서로 다른 영향력을 가질 수 있어, 각 하위 요인을 살펴볼 필요가 있음을 시사한다.

선행연구에 따르면, 그릿은 학업적 성취나 진로 적응처럼 수행과 성취 영역에 긍정적으로 작용하는 요인(이정림, 권대훈, 2016; 하혜숙, 임효진, 황매향, 2017)임과 동시에, 심리적인 적응에도 긍정적인 영향을 줄 수 있다. 여러 선행연구에서는 그릿이 높을수록 긍정 정서와 행복을 더 많이 경험하고 정신적 안녕감 수준이 높음(정지혜, 양수진, 2019; 황예은, 양수진, 2020; Singh & Jha, 2008) 반면, 우울 및 불안, 심리적 소진은 더 적게 경험하는 것(진예민, 김다혜, 양수진, 2021; Dam, Perera, Jones, Haughey, & Gaeta, 2019)으로 나타났다. 한편 그릿은 ‘타인의 안녕감에 기여하고자 하는 의도’를 목적으로 내포하는 변인으로, 그릿이 높은 사람들은 더 친사회적인 경향이 있다(Duckworth, 2016). 류영주와 양수진의 연구(2017)에서 그릿이 친사회적 행동을 통해 삶의 만족도를 예측하였는데, 이는 그릿이 사회적 안녕감에 긍정적으로 기여할 수 있음을 보여준다. 그릿과 사회적 안녕감 간의 관계를 입증한 연구가 적기는 하나 국내 선행 연구에서 그릿은 사회적 안녕감을 정적으로 예측하였다(정지혜, 양수진, 2019). 이러한 결과는 그릿이 삶의 질과 전반적인 정신적 안녕감에 기여하는 요인임을 시사하기에, 그 관계를 폭넓게 파악해 볼 필요가 있다.

성장 마인드셋(growth mindset)은 노력이나 학습을 통해 지능이나 성격 같은 인간의 특성을 변화시킬 수 있다는 믿음으로, 인간의 특성이 변하지 않는다는 고정 마인드셋과 반대된다(Dweck, 2012). 이는 실패와 역경

등 부정적인 사건의 영향력에 대해 완충제 역할을 하며(Burnette, Knouse, Vavra, O'Boyle, & Brooks, 2020). 학업과 같이 특정 영역에서의 성취와 관련이 높다(Good, Aronson, & Inzlicht, 2003). 성장 마인드셋이 높은 경우 우울과 불안, 스트레스 등을 덜 경험(Burnette et al., 2020)하는 반면, 삶의 만족도가 높으며, 심리적 안녕감 같은 적응적인 특성들은 더 많이 경험(Herdian, Qingrong, & Nuryana, 2024)하는 것으로 보고되어 심리적 적응에도 기여하는 변인임이 밝혀졌다. 또한 선행 연구들을 통해 성장 마인드셋이 높을수록 정신적 안녕감 역시 높을 것으로 예상해 볼 수 있다(Ortiz Alvarado, Rodriguez Ontiveros, & Ayala Gaytan, 2019; Zhao, Du, Li, Wu, & Chi, 2021).

그릿과 성장 마인드셋은 개념적으로 목표 달성을 위한 과정에 필요한 개인의 내적 자원이라는 점에서 서로 연결되며, 성격 특성인 그릿과 인지적 특성인 성장 마인드셋은 서로 영향을 주고받는 복합적인 관계를 가진다(백서영, 임효진, 류재준, 2020). 성장 마인드셋은 타고난 유전적 능력에 의해 제한되기보다는 개인의 노력을 통해 변화가 가능하다고 믿는 태도와 사고를 포괄하는 의미 체계다(Blackwell, Trzesniewski, & Dweck, 2007). 성장 마인드셋을 가지는 경우 스스로 능력을 향상시킬 수 있다고 믿는 만큼 목표를 향해 노력과 헌신을 유지하는 경향이 있으며(Duckworth & Eskreis-Winkler, 2013), 이는 어려움에 직면해도 목표를 지속적으로 추구하는 그릿이 높을 수 있음을 시사한다. Duckworth (2016)는 그릿의 발달을 돕고 예측하는 변인으로 성장 마인드셋을 제안하며, 능력이 변화될 수 있다는 믿음이 장기적인 목표 추구를 지속하게 만든다고 설명했다. 이러한 주장은 다양한 실증 연구를 통해 지지되고 있으며(권대훈, 2018; 이수란 등, 2021; 이정림, 권대훈, 2016), 두 변인 간 높은 정적 상관뿐 아니라(서은희, 김은영, 2020; Park, Tsukayama, Yu, & Duckworth, 2020; Sigmundsson, Haga, & Hermundsdottir, 2020), 구조방정식 모델링, 중재연구 및 종단 연구를 통해 인과관계 또한 확인되고 있다(Park et al., 2020; Tang, Wang, Guo, & Salmela-Aro, 2019; Yeager & Dweck, 2020;

Zhao et al., 2018).

그릿과 성장 마인드셋은 목표 달성이나 성취와 긴밀하게 관련되어 있으면서 동시에 한국인의 행복과 안녕감에도 중요한 개인 내적 특성이다. 따라서 성취와 실패에 작용하는 그릿과 성장 마인드셋이 개인 안에서 어떻게 복합적으로 작용하는지 확인할 필요가 있다. 일례로 진예민 등의 연구(2021)에서는 2요인 구조를 가진 그릿 원척도(Grit-O)와 열정 마인드셋을 이용하여 잠재 프로파일 분석을 하였을 때, 비교적 높은 열정성장 마인드셋과 낮은 그릿의 조합을 가진 ‘성장 표류형’ 집단이 확인된 바 있다. 해당 집단은 우울과 불안이 높으며, 행복 수준과 진로 적응성이 낮은 집단으로 나타났다. 이는 K-GRIT과 성장 마인드셋을 지표변수로 한 본 연구 또한 다양한 잠재군 도출이 가능하다는 것과, 동시에 각 잠재군 간 정신적 안녕감에도 일정한 차이가 있을 수 있음을 시사한다.

정신적 안녕감(mental well-being)은 Keyes 등(2008)이 제안한 개념으로, 삶에서 행복감을 느끼고, 심리적으로 기능하며, 사회 구성원으로서도 기능할 수 있는 종합적인 상태를 의미한다. 먼저, 정서적 안녕감은 삶에 대한 만족감과 행복감, 긍정 정서에 기반한 평가이다. 이는 삶에 대한 만족이 높고, 긍정적 정서를 많이 느끼면서 부정적 정서는 적은 상태로, 정서적인 요인과 삶에 대한 만족이라는 인지적 판단 과정을 포함하는 개념이다(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). 심리적 안녕감은 개인이 자신의 삶에서 잠재력을 발휘하고 자기를 실현하며, 완전히 기능하는 정도에 기반한 평가를 나타내는 것으로, 개인은 자신의 잠재력을 제대로 발휘하고 자기실현을 이룰 수 있을 때 행복감을 느낀다(Ryff, 1989). 마지막으로 사회적 안녕감은 개인이 사회적인 삶에서 얼마나 잘 적응하고 사회적으로 기능하는지에 대한 평가를 말한다(Keyes, 1998). 이처럼 정신적 안녕감은 행복, 안녕감에 대한 다양한 이론과 개념들을 종합하여 고안된 것으로, 개인의 안녕감을 보다 통합적으로 볼 수 있는 정신건강의 지표이다(임영진, 고영진, 신희천, 조용래, 2012).

그릿과 성장 마인드셋은 개인 내적 자원으로서 심리

적 적응에 긍정적으로 작용하며, 성취와 관련이 높은 것으로 알려진 변인들로 직업적 성취가 행복에 중요하게 기여하는 한국의 문화적 특성상(구재선, 서은국, 2011; 박영신, 김의철, 2009) 개인의 행복에 큰 영향을 미칠 수 있다. 이는 높은 수준의 그릿과 성장 마인드셋을 가진 개인이 보다 향상된 정신적 안녕감을 경험할 가능성이 있음을 의미한다. 성인 초기는 미래 삶의 기반을 마련하는 중요한 시기라는 점에서, 이 시기의 정신건강을 강화할 수 있는 방안을 모색하는 것이 필수적이다. 특히, 그릿과 성장 마인드셋은 실패나 위기 상황에 활용할 수 있는 중요한 내적 자산으로 작용하며, 개입을 통한 변화 가능성 또한 높기에(Blackwell et al., 2007; Santos et al., 2022) 이를 함양하기 위한 개입을 고안하는 것이 효과적일 수 있다. 따라서, 본 연구에서는 두 구인의 특성을 바탕으로 형성될 수 있는 다양한 잠재 집단을 확인하고, 이들 집단 간 정신적 안녕감에 어떠한 차이가 있을지 종합적으로 살펴보고자 한다. 구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

2. 연구문제

연구문제 1. 한국형 그릿과 성장 마인드셋에 따른 잠재 프로파일이 존재하는가?

연구문제 2. 각 프로파일 유형 간 정신적 안녕감에 차이가 있는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 19세 ~ 31세 대학생을 대상으로 대한민국 전역에서 자기 보고식 온라인 설문 조사를 통해 자료를 수집하였으며, 총 615명의 자료 중 불성실한 응답과 중복 응답 59명, 미성년 응답자인 18세 21명을 제외한 535명 자료가 최종적으로 사용되었다. 분석 대상의 평균연령은 22.2세($SD = 2.29$)였으며, 이 중 남성은 240

명(44.9%), 여성은 295명(55.1%)이었다. 학년별 빈도는 1학년 88명(16.4%), 2학년 138명(25.8%), 3학년 132명(24.7%), 4학년 164명(30.7%), 5 ~ 6학년 13명(2.4%)로 나타났다.

2. 측정도구

1) 그릿

그릿 수준을 측정하기 위해 이수란 등(2021)이 개발 및 타당화한 한국형 그릿 척도(K-GRIT)를 사용하였다. 본 척도는 노력-지속성 10문항(예: ‘나는 일단 어떤 생각이나 계획에 사로잡히면 지속적으로 관심을 유지한다.’), 열정-즐거움 5문항(예: ‘나는 이 활동을 하는 과정이 즐겁다.’), 열정-의미 5문항(예: ‘나는 이 활동을 하는 것에 의미를 느낀다.’)으로, 총 3요인의 20문항으로 구성되어 있다. 모든 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’의 5점 Likert 척도로 평정되었으며, 점수가 높을수록 그릿이 높다는 것을 의미한다. 이수란 등의 연구(2021)에서 문항 간 내적합치도에 의한 Cronbach's α 는 요인별 .84 ~ .91이었으며, 본 연구에서는 전체 문항 .92, 노력-지속성 .87, 열정-즐거움 .91, 열정-의미 .84로 나타났다.

2) 성장 마인드셋

성장 마인드셋을 측정하기 위해 Dweck(1986)의 지능의 암묵적 이론을 바탕으로 안도희, 김옥분과 표경선(2005)이 수정 및 개발한 문항 중 고정 마인드셋을 측정하는 4문항(예: ‘나는 열심히 노력해도 능력은 쉽게 바꿀 수 없다고 생각한다.’)과 성장 마인드셋을 측정하는 4문항(예: ‘나는 열심히 노력하면 능력이 훨씬 높아질 것이라고 생각한다.’)을 사용하였다. 모든 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’의 5점 Likert 척도로 평정되었다. 성장 마인드셋 총점은 고정 마인드셋을 역채점한 후 합산하여 산출하며, 점수가 높을수록 성장 마인드셋이 높음을 의미한다. 본 연구에서 문항 간 내적합치도에 의한 Cronbach's α 는 전체 .92, 성장 마인드셋 .87, 고정 마인드셋 .91로 나타났다.

3) 정신적 안녕감

정신적 안녕감을 측정하기 위해 Keyes 등(2008)이 개발한 정신적 웰빙 척도(Mental Health Continuum Short Form: MHC-SF)를 임영진 등(2012)이 번역 및 타당화 한 한국판 정신적 웰빙 척도(K-MHC-SF)를 사용하였다. 본 척도는 정서적 안녕감 3문항(예: ‘삶에 흥미를 느꼈다.’), 사회적 안녕감 5문항(예: ‘나는 사회에 공헌할 만한 능력을 지니고 있다고 느꼈다.’), 심리적 안녕감 6문항(예: ‘내 삶이 방향감이나 의미를 갖고 있다고 느꼈다.’)으로 총 3요인의 14문항으로 구성되어 있다. 모든 문항은 ‘전혀 없음(0점)’에서 ‘매일(5점)’의 6점 Likert 척도로 평정되었으며, 점수가 높을수록 안녕감이 높다는 것을 의미한다. 임영진 등의 연구(2012)에서 전체 문항의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .93이었으며, 하위 요인별 내적 합치도는 정서적 안녕감 .88, 사회적 안녕감 .81, 심리적 안녕감 .90으로 나타났다. 본 연구에서 전체 문항 간 내적합치도에 의한 Cronbach's α 는 .91이었으며, 하위 요인별로는 정서적 안녕감 .92, 사회적 안녕감 .74, 심리적 안녕감 .84로 나타났다.

3. 연구 절차

본 연구는 Y대학교 윤리심의위원회(Institutional Review Board; IRB)의 승인을 받아 수행되었다(IRB No. 201903-HR-1421-02). 자료수집은 데이터 수집 전문업체에 의뢰하였으며, 2020년 1월 11일부터 1월 18일까지 온라인 설문조사를 진행하였다. 참여를 희망하는 대상에게 설문지의 설명문을 통해 연구의 목적 및 참여 방법에 대해 안내하였다. 더불어 자발적인 의사에 따라 참여가 이루어지며, 응답 내용의 비밀이 보장됨과 설문 참여 중 자유롭게 중단이 가능함을 고지하여 윤리적 문제에 관해 설명하였다. 이에 동의한 경우에 한해 설문이 진행되었으며, 수집된 615명의 자료 중 불성실한 응답 및 중복 응답자 59명, 미성년 응답자 21명을 제외하고 총 535명의 자료를 분석에 사용하였다.

4. 자료 분석

본 연구 자료는 SPSS 25.0과 Mplus 8.3 프로그램을 사용하여 다음과 같은 방법으로 분석하였다. 첫째, 주요 변인 간의 기술통계 및 상관분석을 실시하였다. 둘째, 그릿과 성장 마인드셋의 각 차원이 어떠한 유형으로 나타나는지 잠재 집단의 수를 파악하고, 유형별 정신적 안녕감의 수준 차이를 확인하기 위해 Wald χ^2 검증(DU3STEP)을 이용한 잠재 프로파일 분석(latent profile analysis)을 실시하였다. DU3STEP은 먼저 종속변수가 포함되지 않은 모형을 추정하고, 각 개인이 속할 가능성이 가장 높은 잠재유형을 추정한 후, 종속변수를 보조변수(auxiliary variable)로 투입하여 잠재 유형별 평균과 분산의 차이를 검증하는 3단계 절차를 일원화한 분석 방법이다(Asparouhov & Muthén, 2014). 종속변수를 보조변수로 사용하는 경우 잠재유형의 분류와 종속변수의 분석을 분리할 수 있어 모델의 안정성이 향상되며, 종속변수의 영향을 받지 않은 더 순수한 프로파일 추정이 가능하다는 이점이 있다.

III. 결과 및 해석

1. 주요 변인의 기술통계 및 상관분석

잠재 프로파일 분석을 진행하기에 앞서, 잠재 프로파일 분석에 사용되는 주요 변인의 기술통계 및 상관분석을 실시하였다. 분석 결과, 모든 변인들의 왜도의 절댓값이 3 이하(.14 ~ .88), 첨도의 절댓값이 10 이하(.03 ~ 1.30)로, 정규성 가정이 충족되었다(Kline, 2011). 상관관계를 살펴보면, 모든 변인 간 상관관계가 정적으로 유의한 것으로 나타났다. 구체적인 기술통계치와 상관분석 결과는 표 1에 제시하였다.

2. 한국형 그릿과 성장 마인드셋에 따른 잠재 프로파일 유형

1) 잠재 프로파일 분류 기준

K-그릿과 성장 마인드셋에 따른 잠재 프로파일의 분류를 위해 잠재 프로파일의 개수를 2개에서 5개까지 늘려가며 모형 적합도 지수를 확인하였다. 본 연구에서는 정보 지수와 분류 질, 모형 비교, 하위집단별 비율, 해석 가능성을 종합적으로 고려하였다. 먼저, 정보 적합도 지수의 경우 AIC(Akaike Information Criteria)와

표 1. 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석

(N = 535)

	1	1-1	1-2	1-3	2	3	3-1	3-2	3-3
1. K-GRIT	1								
1-1. PER	.88***	1							
1-2. E	.77***	.43***	1						
1-3. M	.85***	.60***	.62***	1					
2. GM	.37***	.34***	.24***	.35***	1				
3. MWB	.60***	.51***	.48***	.52***	.33***	1			
3-1. EWB	.46***	.33***	.45***	.41***	.22***	.82***	1		
3-2. PWB	.63***	.56***	.46***	.56***	.35***	.94***	.71***	1	
3-3. SWB	.47***	.42***	.36***	.39***	.29***	.87***	.55***	.71***	1
평균	3.64	3.52	3.66	3.88	3.92	3.42	3.64	3.56	3.13
표준편차	.58	.63	.80	.70	.72	.69	.90	.75	.75
왜도	-.64	-.54	-.41	-.88	-.72	-.40	-.58	-.50	-.14
첨도	.99	.32	-.18	1.30	.47	.25	-.13	.35	.03

주. 노력-지속성 = PER, 열정-즐거움 = E, 열정-의미 = M, 성장 마인드셋 = GM, 정신적 안녕감 = MWB, 정서적 안녕감 = EWB, 심리적 안녕감 = PWB, 사회적 안녕감 = SWB.

*** $p < .001$.

BIC(Baysian Information Criteria)는 그 값이 작을수록 더 좋은 모형임을 의미한다(Muthén & Muthén, 2000). 두 번째로, 잠재 집단 분류의 질을 나타내는 Entropy는 1에 가까울수록 분류가 적합함을 뜻한다. 세 번째로, LMR-LRT(Lo-Mendell-Rubin adjusted Likelihood Ratio Test)와 BLRT(Parametric Bootstrapped Likelihood Ratio Test)는 잠재 프로파일이 k개인 모형과 k-1개인 모형을 비교하는 모형 간의 차이 검증 결과이다. 이때 p 값이 유의할 경우 잠재 집단을 k-1개보다 k개로 분류하는 모형이 더 우수함을 뜻하며, k개인 모형을 선택한다. 일반적으로 정보 지수의 BIC와 BLRT가 표본 수, 모형 구조 등 다양한 조건에서 일관적으로 우수한 검증력을 가지는 것으로 보고된다(Nylund, Asparouhov, & Muthén, 2007; Tein, Cox, & Cham, 2013). 마지막으로 하나의 집단에 분류되는 최소 비율은 5% 이상이어야 적합하다(Muthén, 2004). 더불어, 이러한 양적 지표와 함께 모형의 유용성이나 해석 가능성, 이론적인 근거 등의 질적인

검토를 종합하여 최종 의사 결정을 할 수 있다(Muthén, 2003; Quirk, Nylund-Gibson, & Furlong, 2013).

AIC와 BIC가 가장 낮은 다섯 개의 잠재 집단 모형은 집단별 최소 비율이 5% 이하로 나타났기 때문에 제외하였으며, 세 개의 잠재 집단 모형은 LMR-LRT 결과가 유의수준 .05 수준에서 유의하지 않아 제외하였다. 남은 두 모형 중 전반적인 모형 적합도 지수와 모형의 해석 가능성을 종합적으로 고려한 결과, 4개의 잠재 프로파일로 분류하는 것이 가장 적절하다고 판단하였다. 구체적인 모형 적합도 지수는 표 2에 제시하였다.

2) 잠재 프로파일의 특성

최종적으로 결정된 그릿과 성장 마인드셋에 따른 잠재 프로파일의 양상은 그림 1에 제시하였다. 각 잠재 집단의 특성을 바탕으로 잠재 집단을 명명하였으며, 주요 변인에 대한 각 잠재 집단별 기술통계치는 표 3에 제시하였다.

표 2. 잠재 프로파일 분류를 위한 모형 적합도 지수

모형	정보 지수			분류 질	모형 비교		하위집단별 최대/최소 비율 (%)
	AIC	BIC	ADBIC		LMR-LRT	BLRT	
2	5673.997	5729.667	5688.401	0.820	0.00	0.00	79.8 / 20.2
3	5525.466	5602.547	5545.049	0.737	0.05	0.00	49.9 / 7.6
4	5437.183	5535.676	5462.666	0.817	0.00	0.00	55.8 / 5.4
5	5415.092	5534.995	5446.114	0.842	0.07	0.00	54.0 / 1.0

주. LMR-LRT와 BLRT는 p 값을 제시하였음.

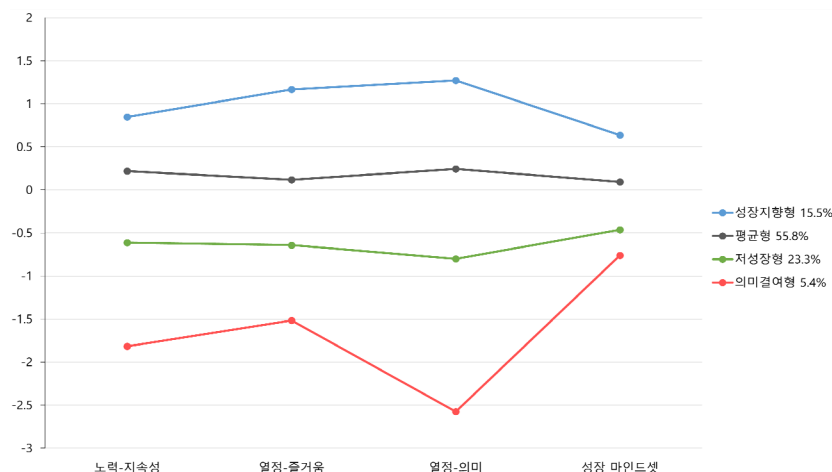


그림 1. 잠재 프로파일 양상

첫 번째 유형(15.5%)은 그릿의 하위 요인과 성장 마인드셋의 수준이 모두 평균을 상회하는 점수를 보였는데, 목표를 향한 끈기와 열정이 강하고 노력을 통해 성장할 수 있다고 믿는 특성을 가졌기에 ‘성장지향형’으

로 명명하였다. 두 번째는 모든 점수가 평균 수준에 해당하는 유형으로 ‘평균형’으로 명명하였으며, 가장 많은 인원(55.8%)이 이 유형에 속했다. 반면 세 번째는 그릿과 성장 마인드셋의 모든 점수가 평균을 밑도는

표 3. 잠재 프로파일 유형별 기준 변수들의 기술통계치

(N = 535)

	성장지향형 (n = 83, 15.5%)		평균형 (n = 298, 55.8%)		저성장형 (n = 125, 23.3%)		의미결여형 (n = 29, 5.4%)	
	M	S.E.	M	S.E.	M	S.E.	M	S.E.
노력-지속성	.85	.13	.22	.07	-.61	.09	-1.82	.20
열정-즐거움	1.17	.09	.12	.05	-.64	.14	-1.52	.18
열정-의미	1.27	.05	.24	.05	-.80	.10	-2.58	.15
성장 마인드셋	.64	.12	.09	.06	-.46	.11	-.76	.22

주. 변인의 값을 표준화 점수로 변환하여 제시하였음.

표 4. 잠재 프로파일 유형에 따른 종속변수의 평균과 표준오차

(N = 535)

	성장지향형 (n = 83, 15.5%)	평균형 (n = 298, 55.8%)	저성장형 (n = 125, 23.3%)	의미결여형 (n = 29, 5.4%)
	M (S.E.)	M (S.E.)	M (S.E.)	M (S.E.)
정서적 안녕감	4.52 (.07)	3.68 (.06)	3.17 (.10)	2.76 (.17)
심리적 안녕감	4.42 (.06)	3.67 (.04)	3.01 (.07)	2.58 (.15)
사회적 안녕감	3.65 (.10)	3.24 (.04)	2.67 (.07)	2.48 (.15)

표 5. 잠재 프로파일에 따른 종속변수의 차이 검증 결과

(N = 535)

종속변수	기준 집단	비교 집단	종속변수의 차이 검증 X ² (p-value)
정서적 안녕감	성장지향형	평균형	86.478*** (.000)
		저성장형	122.224*** (.000)
		의미결여형	94.081*** (.000)
	평균형	저성장형	15.893*** (.000)
		의미결여형	27.711*** (.000)
	저성장형	의미결여형	4.295* (.038)
Overall test			201.755*** (.000)
심리적 안녕감	성장지향형	평균형	109.098*** (.000)
		저성장형	226.955*** (.000)
		의미결여형	124.782*** (.000)
	평균형	저성장형	66.497*** (.000)
		의미결여형	48.395*** (.000)
	저성장형	의미결여형	26.194* (.013)
Overall test			293.049*** (.000)
사회적 안녕감	성장지향형	평균형	12.636*** (.000)
		저성장형	63.701*** (.000)
		의미결여형	42.370*** (.000)
	평균형	저성장형	39.834*** (.000)
		의미결여형	24.360*** (.000)
	저성장형	의미결여형	1.306 (.253)
Overall test			95.476*** (.000)

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

특성을 보여 ‘저성장형’으로 명명하였으며, 전체 인원 중 23.3%가 이에 속했다. 마지막으로, 네 번째 유형(5.4%)은 모든 점수가 다른 유형에 비해 낮았는데, 그 중에서도 열정-의미가 매우 낮았다. 따라서 해당 유형은 열정-의미가 유독 낮은 특성을 반영하여 ‘의미결여형’으로 명명하였다.

3. 잠재 프로파일 유형에 따른 종속변수의 차이검증 결과

K-그릿과 성장 마인드셋에 따른 잠재 프로파일 유형에 따라 정신적 안녕감의 하위 요인에 차이가 있는지 확인하기 위해 종속변수의 평균과 표준오차를 구하고 χ^2 차이 검증을 실시하였다. 잠재 집단별 종속변수의 평균과 표준오차는 표 4에, 차이 검증 결과는 표 5에 제시하였다.

분석 결과, 잠재 집단에 따라 정신적 안녕감의 하위 요인에 유의한 차이가 존재하였다. 그릿과 성장 마인드셋 수준이 높을수록 정신적 안녕감이 높았으며, 모든 점수가 가장 낮으면서 열정-의미가 특히 낮은 집단에서 전반적인 정신적 안녕감이 가장 낮은 것으로 나타났다. 구체적으로, 전반적인 안녕감 수준은 성장지향형이 다른 세 잠재 집단보다, 평균형이 저성장형 및 의미결여형보다 유의하게 높았다($p < .001$). 저성장형은 정서적 및 심리적 안녕감이 의미결여형보다 유의하게 높았으나($p < .05$), 사회적 안녕감의 차이는 유의하지 않았다($p > .05$).

IV. 논의 및 결론

본 연구는 대학생의 한국형 그릿과 성장 마인드셋의 조합에 따라 4개의 서로 다른 특성을 보이는 잠재 집단이 존재함과 각 집단 간 전반적인 정신적 안녕감에 차이가 있음을 확인하였다. 잠재 프로파일 분석을 통해 확인한 4개의 잠재군에 대한 주요 결과 및 의의는 다음과 같다.

첫 번째 유형은 ‘성장지향형(15.5%)’으로, 그릿의 하위 요인과 성장 마인드셋의 수준이 모두 평균을 상회하는 점수를 보였다. 이들은 자신이 의미 있게 여기고 즐거움을 느끼는 목표를 성취하기 위해 지속적으로 노력을 기울이며, 그러한 노력을 바탕으로 더욱 성장할 수 있다고 믿는 집단으로 볼 수 있다. 그릿과 성장 마인드셋이 목표 달성 과정에서 개인이 열정과 노력을 유지할 수 있도록 하는 동시에 성취 경험을 바탕으로 서로 상호작용하며 강화될 수 있다는 점을 고려하면, 성장지향형의 경우 자신의 충분한 성취를 경험하고, 그를 토대로 더 높은 그릿과 성장 마인드셋을 발달시켰을 가능성이 있다.

또한 성장지향형은 가장 높은 정서적, 심리적, 사회적 안녕감 수준을 보인 가장 적응적인 집단이다. 성장지향형이 보이는 특성은 도전적인 상황에서도 끈질기게 목표를 향해 나아가게 하며, 역경을 극복하는 데에 도움이 될 것이다. 지속적인 노력과 끈기는 다양한 영역에서 더 높은 성취로 연결되고, 나아가 삶에서 더 많은 만족감과 행복으로 이어질 수 있다. 이는 한국 사회에서 성취 경험과 자기효능감 같은 내적 특성이 개인의 행복에 크게 기여한다는 선행 연구들(구재선, 김의철, 2006; 박영신, 김의철, 2009)과도 일맥상통한다.

두 번째는 ‘평균형(55.8%)’으로 그릿의 하위 요인과 성장 마인드셋 모두 평균 수준에 해당하는 점수를 나타냈으며, 전체 중 가장 많은 인원이 이 집단에 속했다. 이는 모든 기준 변수에서 평균 수준을 보인 것으로, 연구 대상자들의 연령상 특징이 반영된 결과일 수 있다. 성인 초기는 정체성을 확립했다기보다는 아직 탐색해 나가는 시기이므로, 자신의 내적인 특성에 대한 이해가 부족하기 때문에 긍정이나 부정의 방향이 아닌 ‘보통이다’와 같은 중립적인 응답을 하여 초기 성인기에 속하는 이들의 과반수가 평균형으로 분류되었을 가능성이 있다.

평균형은 저성장형 및 의미결여형에 비해 전반적인 안녕감 수준이 유의하게 높았으나, 성장지향형과 비교하면 유의하게 낮았다. 그릿과 성장 마인드셋의 점수가 평균이라는 것은 그들이 자신의 능력과 가능성을 활용

하는 데 있어 더욱 적응적인 방향으로 발전할 수도 있고, 반대로 부적응적인 방향으로 발달할 수도 있음을 의미한다. 따라서 가장 많은 인원이 포함된 일반적인 특성을 보이는 집단이 안녕감을 더욱 향상할 수 있도록, 정체성을 충분히 탐색할 기회를 제공하며 자신의 심리적 특성을 이해하고 스스로에 대해 긍정적인 확신을 가질 수 있게 도울 필요가 있을 것이다.

세 번째 유형은 모든 점수가 평균을 밑도는 집단으로 ‘저성장형(23.3%)’으로 명명하였다. 이들은 성장지향형과는 대조적으로 노력을 통해 변화할 수 있다는 믿음과 자신이 추구하는 목표의 의미가 다소 낮고, 그 목표 달성을 위한 과정에서 즐거움을 느끼지 않으며, 지속적으로 노력하는 것에 어려움을 겪을 가능성이 있다. 저성장형의 경우 두 번째로 많은 인원이 속하는데, 그릿과 성장 마인드셋이 높을수록 성취 경험이 많은 경향이 있음을 고려할 때(이정림, 권대훈, 2016; Duckworth et al., 2007; Good et al., 2003), 이들은 평균형과 유사하게 자신의 정체성을 탐색해 나가는 과정에 있으면서 성공 경험이 평균형보다 적을 수 있다. 성공 경험은 성장 마인드셋의 발달에 중요한 요소이기에(Boaler, 2013; Yeager & Dweck, 2012), 성장 마인드셋의 기반이 될 수 있는 성취 경험이 부족하면 자신의 능력에 대해 믿음을 갖기 어려워지고, 원하는 것에 대한 끈기와 흥미 또한 발달하지 못했을 가능성이 있다. 이는 긍정적인 결과들을 반복적으로 경험하며 강화된 결과로써 연령이 증가함에 따라 그릿이 증가한다는 Duckworth 등(2007)의 설명과도 맥을 같이할 수 있다. 저성장형은 의미결여형보다 정서적 및 심리적 안녕감은 유의하게 높으나, 다른 두 집단에 비해서는 전반적인 안녕감 수준이 낮기에 보다 다양한 영역에서 정체성을 탐색하고 성취를 경험하며 내적 자원을 증가시킬 수 있도록 지원이 필요한 집단이다.

저성장형의 전반적인 안녕감 수준이 성장지향형과 평균형보다 유의하게 낮은 것은 그릿과 성장 마인드셋이 전반적인 정신적 안녕감에 중요한 역할을 함을 보여준다. 이는 대학생들의 그릿과 성장 마인드셋을 향상시킬 수 있는 개입의 필요성을 강조하는 결과이다. 특히 이들

의 낮은 그릿과 성장 마인드셋이 성취 경험의 부족에 기인할 수 있고 개인의 성취가 행복 경험을 촉진한다는 점을 고려하면, 성취 가능한 목표를 설정할 수 있도록 도와주는 것이 필요할 수 있다(현경자, 2004). 앞서 언급한 것처럼 성장 마인드셋은 성공 경험을 바탕으로 능력 향상을 이루고, 그 발전한 능력을 근거로 하여 강화될 수 있다. 이는 목표 달성을 위해 더욱 노력하게 함으로써 그릿을 향상시킬 수 있고, 또 다른 성취 경험으로 이어지면서 안녕감의 증가로 연결될 수 있을 것이다.

마지막으로 주목할 만한 유형은 ‘의미결여형(5.4%)’으로, 그릿의 세 하위요인과 성장 마인드셋의 점수가 모두 다른 유형에 비해 낮게 나타났는데, 열정-의미가 유독 낮았다. 이들은 노력을 통해 더욱 발전할 수 있다고 믿으며 목표 달성을 위해 노력하고 그 과정에서 즐거움을 느끼지만 그 수준이 다른 집단보다 낮고, 목표의 가치와 의미는 특히 부족할 수 있다. Duckworth (2016)에 따르면 자신이 좋아하는 일을 스스로 선택하고 계속하고자 결정할 수 있을 때 그 목표에 대한 흥미가 그릿으로 발달할 수 있다. 하지만 우리나라와 같이 사회적 관계나 기준을 중시하는 동양 문화권에서는 개인의 목표가 그 자신의 선택과 흥미가 아닌 가족이나 또래 등 주변인, 또는 더 넓은 사회의 기대와 가치를 반영하기도 한다(King, McInerney, & Watkins, 2012; Markus & Kitayama, 2014). Markus와 Kitayama(1991)는 이를 ‘상호의존적 자아관’이라고 설명하며, 동양 문화권에서는 자아를 타인과의 관계 속에서 정의하는 경향이 있다고 주장했다. 따라서 의미결여형 집단에서 나타난 특성은 이들이 설정한 목표가 스스로 중시하는 가치와 의미보다는 그에게 중요한 타인이나 사회적 기대에 기반한 것이기 때문일 수 있다.

의미결여형은 전반적인 정신적 안녕감이 가장 낮은 것으로 나타났다. 사회적 안녕감의 경우 저성장형과의 차이가 유의하지는 않으나, 이들은 전반적인 안녕감에 가장 취약한 집단으로 보인다. 자기결정성 이론에 따르면, 모든 인간은 자율성, 유능성, 관계성이라는 세 가지 기본 심리 욕구를 가지고, 이 기본 심리 욕구를 충족하였을 때 비로소 최적의 발달과 행복, 안녕을 경험할 수

있다(이명희, 김아영, 2008; Ryan & Deci, 2000). 자율성은 주체적으로 자신의 의지와 선택에 따라 행동하는 것을 말하며, 유능성은 사회 환경과의 상호작용 속에서 자신의 능력을 충분히 발휘할 수 있다고 느끼는 것을, 관계성은 타인과의 연결감 및 소속감을 의미한다. 한편 동양 문화권에서는 사회적 조화와 일치를 중시하는 경향이 있으며(Kim & Markus, 1999), 목표 달성 활동은 사회적 압력과 그에 대한 개인적 의무감으로 내재화될 수 있다(Iyengar & DeVoe, 2003). 이는 개인의 목표가 사회적 가치와 기대에 부합하도록 설정되는 경향이 있으며, 이들에게 목표 달성을 위한 활동은 자율적으로 내재화되기보다 사회적 또는 대인관계적 압력을 통해 내재화되었을 가능성이 있음을 시사한다.

즉 이들의 선택은 내재적 동기보다는 의무감과 사회적 기대를 충족시키려는 욕구에서 비롯될 수 있다. 의사 결정에 영향을 미치는 외부 요인과 외적 동기는 개인의 만족감과 즐거움을 방해하며, 궁극적으로 자율성에 대한 욕구를 충족시키기 어렵게 만들 수 있다. 자신의 행동에 어떠한 목적과 의미가 있음을 이해하면 목표를 향한 지속성을 강화하여 안녕감을 높이는 데 기여할 수 있다(Baumeister & Vohs, 2002). 목표에 의미가 부재하면 목표 달성에 필요한 활동에 대한 적극적인 참여와 노력이 어려워지고, 이는 자신의 능력을 충분히 발휘하지 못하는 결과로 이어져 유능감을 저해할 가능성이 있다. 마지막으로, 의미 있는 삶을 사는 것은 자신이 속한 공동체나 사회 같은 더 큰 차원에 기여하게 함으로써, 긍정적인 사회적 관계를 촉진하거나 더 높은 목적의식과 연결되어 자신을 발전시킬 수 있게 한다(Duckworth, Steen, & Seligman, 2005; Seligman, 2002). 하지만 의미결여형 집단은 자신이 하는 일에서 깊은 의미를 찾지 못하기 때문에, 타인과의 관계에서도 깊이 있는 연결감을 경험하기 어려울 수 있으며, 이는 관계성 욕구의 충족을 낮출 수 있다.

사람들은 자신이 하고 싶고 의미를 느끼는 일을 할 때 행복을 느낀다(구재선, 서은국, 2011). 의미결여형 집단의 낮은 안녕감은 다른 집단과 달리 열정-의미가 유독 낮은 데에 기인할 수 있다. 이는 기본 심리 욕구의

충족을 방해하여 자기결정성을 획득하지 못하게 만들었을 수 있으며, 안녕감을 영위하는 것을 저해할 가능성이 있다. 이러한 결과는 가치를 부여하고 의미 있게 여기는 목표를 가지는 것이 개인의 삶에서 행복감을 더 많이 경험하고, 자기실현을 하며 한 개인으로서 적응적으로 기능하는 데에 중요함을 강조한다. 따라서 의미결여형에게는 자신이 진정으로 원하는 목표를 탐색하고 추구할 수 있는 환경과 기회를 마련해 주는 것이 필요할 수 있다.

본 연구는 성장 마인드셋에 비해 상대적으로 더 낮은 수준의 그릿을 가진 새로운 잠재 집단을 발견했다는 데에 의의가 있다. 선행연구들에 따르면 그릿과 성장 마인드셋의 관계는 성장 마인드셋이 그릿을 예측하며 한 변인이 높을수록 다른 변인도 높은 것으로 알려져 있으나, 그릿의 하위 요인 수준에서 성장 마인드셋과 함께 살펴보면 그렇지 않은 개인들이 존재할 수 있다. 이는 낮은 그릿과 높은 성장 마인드셋을 가지는 집단이 존재할 수 있다는 진예민 등의 연구(2021) 결과와 맥을 같이하며, 의미결여형의 발견을 통해 성장 마인드셋이 그릿을 예측하는 단순한 관계가 아니라 두 변인은 보다 복잡한 관계를 가진다는 것을 확인하였다.

이러한 결과는 본 연구에서 열정 구인을 재정의한 K-GRIT 척도를 사용함으로써 표본의 특성을 잘 평가할 수 있었기 때문이다. 서양은 개인의 목표가 자신의 선택과 흥미를 반영할 가능성이 높은 데 반해 동양에서는 개인의 목표라 할지라도 주변의 기대를 반영할 수 있으므로(King et al., 2012; Markus & Kitayama, 2014), 그 방향성을 고려할 필요가 있다. 기존 그릿 척도에서 열정에 대응하는 ‘흥미의 지속성’을 K-GRIT 척도에서 ‘열정-의미’와 ‘열정-즐거움’으로 재정의한 것은 흥미를 느끼는 활동의 방향, 목적성, 정서적 즐거움 및 활동에 대한 가치와 의미 판단을 내포한다. 이는 한국의 문화적 특성을 더 잘 반영하기에, 중요한 타인이나 사회의 기대에 기반한 목적을 설정하여 열정-의미가 특히 낮은 집단이 발견됐을 가능성이 있다.

본 연구의 한계점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 한국형 그릿과 성장 마인드셋을 기준으

로 잠재 프로파일을 확인한 결과, 전체 인원 중 절반 이상인 55.8%가 평균형에 속하는 것으로 나타났다. 이는 해당 집단이 더 세분될 수 있는 가능성을 제시한다. 또한 평균형 집단이 모든 기준 변인에서 평균 수준에 해당하고, 성장지향형과 저성장형 집단이 평균을 상회 및 하회하는 특성을 보이고 있어 세 집단에 대한 설명이 부족할 수 있다. 그릿과 성장 마인드셋은 성취 경험과 관련이 있으며(이정림, 권대훈, 2016), 성취 경험은 자기효능감의 주요 원천이다(Bandura, 1977). 또한 자기효능감은 더 높은 긍정 정서, 삶의 만족 등 심리적 적응과 관련되는 변인으로, 이를 향상시키기 위한 개입 연구가 많이 진행되어왔다(Luszczynska, Scholz, & Schwarzer, 2005; Prestwich et al., 2014). 그릿의 하위 요인 및 성장 마인드셋과 함께 잠재 프로파일을 분류한다면, 각 변인들의 조합에 따라 집단이 어떻게 세분될 수 있는지, 그리고 집단별 정신적 안녕감의 차이를 살펴봄으로써 대학생들의 정신건강 함양을 위한 전략에 대해 보다 구체적으로 접근할 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구의 대상은 대학생으로 한정되어 있어 연구 결과를 다른 연령층으로 일반화하는 데에 한계가 있다. Duckworth 등의 연구(2007)에 따르면 그릿은 연령이 높아질수록 증가한다는 특성이 있으므로, 추후 연구에서는 다른 연령대를 대상으로 결과에서 연령에 따라 어떠한 차이가 있는지 검증해 볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 개인의 특성을 단일 시점에 측정한 횡단 연구로서 변인 간의 인과관계를 보장하지 않는다. 그릿과 성장 마인드셋은 개인 내적 변인으로, 시간이 지남에 따라 변화할 가능성이 있다. 이에 후속 연구에서는 종단 연구를 통해 그릿 및 성장 마인드셋과 정신적 안녕감의 변화 추이를 파악하고, 변인들 간의 인과관계를 명확히 살펴볼 수 있을 것이다.

그럼에도 본 연구에서는 LPA를 이용해 K-GRIT의 하위 요인과 성장 마인드셋의 수준에 따라 4개의 잠재 집단이 존재한다는 것을 발견했으며, 각 집단별 정신적 안녕감에 유의한 차이가 있음을 확인하였다. 이를 통해 그릿과 성장 마인드셋의 복합적인 관계를 파악하였으며, 정신적 안녕감과 관계를 조사함으로써 안녕감이

취약한 집단의 특성을 밝혔다는 데 의의가 있다. 이를 바탕으로 그들에게 적절하고 효과적인 개입 전략을 개발하기 위한 초석을 마련하는 데 도움이 될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 강문선, 양수진 (2019). 대학생의 부모애착과 삶의 만족도의 관계에서 조화·강박열정과 그릿(Grit)의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 발달*, 32(2), 79-101.
<https://doi.org/10.35574/KJDP.2019.06.32.2.79>
- 구재선, 김의철 (2006). 한국인의 행복 경험에 대한 토착문화 심리학적 접근. *한국심리학회지: 사회문제*, 12(2), 77-100.
- 구재선, 서은국 (2011). 한국인, 누가 언제 행복한가. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 25(2), 143-166.
<https://doi.org/10.21193/kjspp.2011.25.2.008>
- 권대훈 (2018). 성장 마인드셋, 미래시간조망, 그릿과 지연의 관계. *아시아교육연구*, 19(3), 725-744.
<https://doi.org/10.15753/aje.2018.09.19.3.725>
- 권연수 (2019. 4. 12). 한국인 행복지수 ‘60대’ 최고 20대 ‘최저’, 행복감 높은 도시와 낮은 도시는? *디지털조선일보*. https://digitalchosun.dizzo.com/site/data/html_dir/2019/04/12/2019041280081.html에서 2023년 12월 26일 인출
- 김예본, 양수진 (2021). 중년기 전업주부의 그릿과 정신적 안녕감의 관계에서 삶의 의미와 위기감의 매개효과. *사회과학연구논총*, 37(2), 5-31.
<https://doi.org/10.16935/ejss.2021.37.2.001>
- 김정은, 양수진 (2021). 그릿(Grit)과 열정은 변별되는가? 다집단요인분석을 이용한 비교문화 연구. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 27(4), 411-434.
<https://doi.org/10.20406/kjcs.2021.11.27.4.411>
- 김정은, 이수란, 양수진 (2018). 한국형 그릿(Grit) 특성에 대한 고찰: 높은 그릿집단의 다차원적 유형 연구. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 24(2), 131-151.
<https://doi.org/10.20406/kjcs.2018.5.24.2.131>
- 김한샘, 박소영, 양수진 (2024). 한국형 그릿(K-GRIT) 척도의 하위 요인 간 구조적 예측경로와 삶의 의미와의 관계. *미래청소년학회지*, 21(2), 97-115.
<https://doi.org/10.34244/JFOYS.2024.21.2.5>
- 류영주, 양수진 (2017). 내재적·친사회적 동기와 삶 만족도의 관계에서 그릿(Grit)과 친사회적 행동의 매개효과. *한국심리학회지: 발달*, 30(4), 93-115.
- 박영신, 김의철 (2009). 심리적, 관계적, 경제적 자원: 한국인

- 의 행복에 어떠한 영향을 미치는가. *한국심리학회지: 사회문제*, 15(1), 95-132.
- 백서영, 임효진, 류재준 (2020). 성장 마인드셋과 학습 관련 변인에 대한 메타분석. *아시아교육연구*, 21(2), 641-668.
<https://doi.org/10.15753/aje.2020.06.21.2.641>
- 안도희, 김옥분, 표경선 (2005). 대학생의 지적능력에 대한 신념, 목적설정 및 학습접근책 간의 관계모형 탐색. *한국교육*, 32(4), 3-27.
- 이명희, 김아영 (2008). 자기결정성이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(4), 157-174.
<https://doi.org/10.21193/kjspp.2008.22.4.010>
- 이수란, 안태영, 박서단, 양수진 (2021). 한국형 그릿 척도 (The Korean Version of GRIT: K-GRIT) 개발 및 타당화: 측정학적 문제와 개념적 본질을 중심으로. *한국심리학회지: 일반*, 40(3), 351-387.
<https://doi.org/10.22257/kjp.2021.9.40.3.351>
- 이정림, 권대훈 (2016). 통제소재, 마인드셋, 그릿, 학업성취 간의 구조적 관계 분석. *청소년학연구*, 23(11), 245-264.
<https://doi.org/10.21509/KJYS.2016.11.23.11.245>
- 임영진, 고영진, 신희천, 조용래 (2012). 정신적 웰빙 척도 (MHC-SF)의 한국어판 타당화 연구. *한국심리학회지: 일반*, 31(2), 369-386.
- 임효진 (2017). 그릿의 최근 연구동향과 재개념화의 필요성. *교육심리연구*, 31(4), 663-681.
<https://doi.org/10.17286/KJEP.2017.31.4>
- 정지혜, 양수진 (2019). 성인 초기 청년들의 그릿과 정신적 안녕감: 진로소명과 취업스트레스의 매개효과. *한국심리학회지: 발달*, 32(3), 37-59.
<https://doi.org/10.35574/KJDP.2019.09.32>
- 진예민, 김다혜, 양수진 (2021). 성인진입기 대학생의 그릿-열정 마인드셋 유형에 따른 잠재프로파일분석: 집단별 심리특성 및 진로적응성 차이. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 27(2), 167-189.
<https://doi.org/10.20406/kjcs.2021.5.27>
- 하혜숙, 임효진, 황매향 (2017). 학업적응에서 끈기(Grit)와 목표의식, 성실성, 탄력성의 역할. *상담학연구*, 18(1), 371-388.
<https://doi.org/10.15703/kjc.18.1.201702.371>
- 현경자 (2004). 한국인이 느끼는 행복의 근원과 주제에 대한 종단적 탐색. *정신건강과 사회복지*, 18, 60-100.
- 황예은, 양수진 (2020). 중년 근로자의 그릿과 정신적 안녕감: 삶의 의미와 은퇴불안의 매개효과. *인간발달연구*, 27(1), 163-184.
<https://doi.org/10.15284/kjhd.2020.27.1.163>
- Asparouhov, T., & Muthén, B.(2014). Auxiliary variables in mixture modeling: Three-step approaches using Mplus. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 21(3), 329-341.
<https://doi.org/10.1080/10705511.2014.915181>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2002). The pursuit of meaningfulness in life. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 608-618). New York: Oxford University Press.
- Blackwell, L. S., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007). Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: A longitudinal study and an intervention. *Child Development*, 78(1), 246-263.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.00995.x>
- Boaler, J. (2013). Ability and mathematics: The mindset revolution that is reshaping education. *FORUM*, 55(1), 143-152.
<https://doi.org/10.2304/forum.2013.55.1.143>
- Burnette, J. L., Knouse, L. E., Vavra, D. T., O'Boyle, E., & Brooks, M. A. (2020). Growth mindsets and psychological distress: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 77, 101816.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101816>
- Dam, A., Perera, T., Jones, M., Haughey, M., & Gaeta, T. (2019). The relationship between grit, burnout, and well-being in emergency medicine residents. *AEM Education and Training*, 3(1), 14-19.
<https://doi.org/10.1002/aet2.10311>
- Datu, J. A. D., Valdez, J. P. M., & King, R. B. (2016). Perseverance counts but consistency does not! Validating the short grit scale in a collectivist setting. *Current Psychology*, 35, 121-130.
<https://doi.org/10.1007/s12144-015-9374-2>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Duckworth, A. L. (2016). *Grit: The power of passion and perseverance* (Vol. 234). New York: Scribner.
- Duckworth, A. L., & Eskreis-Winkler, L. (2013). True grit. *The Observer*, 26(4), 1-3. Retrieved January 6, 2024, from <https://upenn.app.box.com/ALDtruegrit>
- 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.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Duckworth, A. L., Steen, T. A., & Seligman, M. E. (2005).

- Positive psychology in clinical practice. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1(1), 629-651.
<https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144154>
- Dweck, C. S. (1986). Motivational processes affecting learning. *American Psychologist*, 41(10), 1040-1048.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.10.1040>
- Dweck, C. S. (2012). Mindsets and human nature: Promoting change in the middle east, the schoolyard, the racial divide, and willpower. *American Psychologist*, 67(8), 614-622.
<https://doi.org/10.1037/a0029783>
- Good, C., Aronson, J., & Inzlicht, M. (2003). Improving adolescents' standardized test performance: An intervention to reduce the effects of stereotype threat. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 24(6), 645-662. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2003.09.002>
- Helliwell, J. F., Huang, H., Norton, M., Goff, L., & Wang, S. (2023). World happiness, trust and social connections in times of crisis. In *World happiness report 2023* (11th ed., Chapter 2). New York: Sustainable Development Solutions Network.
- Herdian, H., Qingrong, C., & Nuryana, Z. (2024). Unlocking the power of growth mindset: Strategies for enhancing mental health and well-being among college students during COVID-19. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 43(19), 17956-17966.
<https://doi.org/10.1007/s12144-023-05342-1>
- Iyengar, S. S., & DeVoe, S. E. (2003). Rethinking the value of choice: Considering cultural mediators of intrinsic motivation. In V. Murphy-Berman & J. J. Berman (Eds.), *Cross-cultural differences in perspectives on the self* (Vol. 49, pp. 129-174). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121-140.
<https://doi.org/10.2307/2787065>
- 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.
<https://doi.org/10.1002/cpp.572>
- Kim, H. S., & Markus, H. R. (1999). Deviance or uniqueness, harmony or conformity? A cultural analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(4), 785-800.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.4.785>
- King, R. B., McInerney, D. M., & Watkins, D. A. (2012). Studying for the sake of others: The role of social goals on academic engagement. *Educational Psychology*, 32(6), 749-776.
<https://doi.org/10.1080/01443410.2012.730479>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (3rd ed.). New York: Guilford Press.
- Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The general self-efficacy scale: Multicultural validation studies. *The Journal of Psychology*, 139(5), 439-457.
<https://doi.org/10.3200/jrlp.139.5.439-457>
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224-253.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (2014). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. In *College student development and academic life* (pp. 264-293). New York: Routledge.
- Muthén, B. (2003). Statistical and substantive checking in growth mixture modeling: Comment on bauer and curran (2003). *Psychological Methods*, 8(3), 369-377.
<https://doi.org/10.1037/1082-989X.8.3.369>
- Muthén, B. (2004). Latent variable analysis: Growth mixture modeling and related techniques for longitudinal data. In D. Kaplan (Ed.), *The SAGE handbook of quantitative methodology for the social sciences* (pp. 345-368). California: SAGE.
- Muthén, B., & Muthén, L. K. (2000). Integrating person-centered and variable-centered analyses: Growth mixture modeling with latent trajectory classes. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 24(6), 882-891.
<https://doi.org/10.1111/j.1530-0277.2000.tb02070.x>
- Nylund, K. L., Asparouhov, T., & Muthén, B. O. (2007). Deciding on the number of classes in latent class analysis and growth mixture modeling: A monte carlo simulation study. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 14(4), 535-569.
<https://doi.org/10.1080/10705510701575396>
- Ortiz Alvarado, N. B., Rodriguez Ontiveros, M., & Ayala Gaytan, E. A. (2019). Do mindsets shape students' well-being and performance? *The Journal of Psychology*, 153(8), 843-859.
<https://doi.org/10.1080/00223980.2019.1631141>
- Park, D., Tsukayama, E., Yu, A., & Duckworth, A. L. (2020). The development of grit and growth mindset during adolescence. *Journal of Experimental Child Psychology*, 198, 104889.
<https://doi.org/10.1016/j.jecp.2020.104889>
- Prestwich, A., Kellar, I., Parker, R., Macrae, S., Learmonth, M., Sykes, B., Taylor, N., & Castle, H. (2014). How can self-efficacy be increased? Meta-analysis of dietary

- interventions. *Health Psychology Review*, 8(3), 270-285.
<https://doi.org/10.1080/17437199.2013.813729>
- Quirk, M., Nylund-Gibson, K., & Furlong, M. (2013). Exploring patterns of latino/a children's school readiness at kindergarten entry and their relations with grade 2 achievement. *Early Childhood Research Quarterly*, 28(2), 437-449.
<https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2012.11.002>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- 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.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Santos, I., Petroska-Beska, V., Carneiro, P. M., Eskreis-Winkler, L., Boudet, A. M., Berniell, M. I., Krekel, C., Arias, O., & Duckworth, A. (2022). Can grit be taught? Lessons from a nationwide field experiment with middle-school students. *SSRN Electronic Journal*.
<https://doi.org/10.2139/ssrn.4233803>
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness*. New York: Free Press.
- Sigmundsson, H., Haga, M., & Hermundsdottir, F. (2020). Passion, grit and mindset in young adults: Exploring the relationship and gender differences. *New Ideas in Psychology*, 59, 100795.
<https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2020.100795>
- 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.
- Tang, X., Wang, M. T., Guo, J., & Salmela-Aro, K. (2019). Building grit: The longitudinal pathways between mindset, commitment, grit, and academic outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(5), 850-863.
<https://doi.org/10.1007/s10964-019-00998-0>
- Tein, J. Y., Cox, S., & Cham, H. (2013). Statistical power to detect the correct number of classes in latent profile analysis. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 20(4), 640-657.
<https://doi.org/10.1080/10705511.2013.824781>
- Vallerand, R. J. (2012). The role of passion in sustainable psychological well-being. *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 2(1), 1-21.
<https://doi.org/10.1186/2211-1522-2-1>
- Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets that promote resilience: When students believe that personal characteristics can be developed. *Educational Psychologist*, 47(4), 302-314.
<https://doi.org/10.1080/00461520.2012.722805>
- Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2020). What can be learned from growth mindset controversies? *The American Psychologist*, 75(9), 1269-1284.
<https://doi.org/10.1037/amp0000794>
- Yoshitsu, J., & Nishikawa, K. (2013). Development of the Japanese grit scale. *Japanese Journal of Research on Emotion*, 20, 12.
<https://doi.org/10.4092/jsre.20.12>
- Zhao, S., Du, H., Li, Q., Wu, Q., & Chi, P. (2021). Growth mindset of socioeconomic status boosts subjective well-being: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 168, 110301.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110301>
- Zhao, Y., Niu, G., Hou, H., Zeng, G., Xu, L., Peng, K., & Yu, F. (2018). From growth mindset to grit in Chinese schools: The mediating roles of learning motivations. *Frontiers in Psychology*, 9, 2007.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02007>