

한국판 행복추구경향 척도 타당화: 대학생 을 대상으로*

김 경 민¹⁾

임 정 하²⁾

고려대학교 가정교육과

본 연구는 한국 대학생을 대상으로 한국판 행복추구경향 척도를 타당화하기 위해 수행되었다. 서울시 소재 5개 대학교 학생 412명을 대상으로 하였다. 질문지법을 이용해 자료를 수집하였다. 수집된 자료를 이용해 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석, 상관분석, 신뢰도 분석을 실시하였다. 주요 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 한국판 행복추구경향 척도는 타당도가 확보된 것으로 나타났다. 구성타당도를 알아보기 위해 탐색적 요인분석을 실시한 결과, 즐거움추구경향 6문항, 의미추구경향 6문항, 몰입추구경향 4문항, 총 16문항으로 나타났다. 한국판 행복추구경향 3요인 모형의 타당성을 알아보기 위해 확인적 요인분석을 실시한 결과, 모형적합도 지수가 모두 적합한 것으로 나타났다. 둘째, 대학생의 행복추구경향과 심리적 안녕감과 상관을 분석한 결과 비교적 높은 관련성이 나타나, 한국판 행복추구경향 척도가 적절한 준거타당도를 보이는 것으로 확인되었다. 셋째, 한국판 행복추구경향 척도는 신뢰도가 확보된 것으로 나타났다. 내적 일치도, 반분 신뢰도, 문항-총점간 상관이 비교적 높게 나타나 바람직한 수준임이 확인되었다. 본 연구에서 한국판 행복추구경향 척도의 타당도와 신뢰도를 확인함으로써 향후 행복 관련 연구에 기초 도구로 활용될 수 있을 것이다.

주요어 : 대학생, 행복추구경향, 척도 타당화, 즐거움, 의미, 몰입

* 본 논문은 2012년도 인간발달학회 추계학술대회 포스터발표 논문임.

1) 고려대학교 대학원 가정학과 아동학전공, 박사과정

2) 교신저자 : 고려대학교 가정교육과, 부교수 (E-mail : jhlim@korea.ac.kr)

I. 서론

인간은 누구나 행복한 삶을 원한다. 어떻게 하면 행복하게 살 수 있는가에 대한 의문은 철학자, 종교가, 윤리학자, 정치가들로부터 평범한 시민들에 이르기까지 모든 사람들이 그 해답을 찾으려 고민하는 공통된 주제이다. 많은 철학자들은 모든 인간을 행동하게 하는 궁극적 동기는 행복의 추구라고 여겨왔다. 즉 행복은 인간이 본질적으로 추구하는 최고의 가치인 것이다.

과학적 연구방법과 측정도구의 발달, 그리고 20세기 긍정심리학의 대두로 심리학자들 역시 어떻게 하면 행복한 삶을 살 수 있는가에 대해 관심을 가지게 되었다(Boehm & Lyubomirsky, 2011). 이에 대해 Peterson, Park과 Seligman(2005)은 인간이 행복을 추구할 수 있는 방법으로 즐거움추구경향, 의미추구경향, 몰입추구경향을 제시하였다.

즐거움추구경향의 근원은 아리스토텔레스가 주장한 쾌락주의에 있다(Peterson et al., 2005). 쾌락주의는 즐거움의 최대화와 고통의 최소화를 최고의 선으로 생각하는 것이다(김현경, 2003). 에피쿠로스의 쾌락주의는 사람의 만족, 마음의 평정, 자기만족으로서의 행복을 강조하였는데, 여기서는 쾌락의 개념을 광범위하게 받아들여 신체적 감각의 쾌락뿐만 아니라 고통의 부재도 쾌락이라고 하였다(장혜정, 2011). 쾌락주의에서 말하는 진정한 행복은 고통으로부터 벗어나 마음의 평정을 유지하여 스스로 만족하는 상태이다. 즐거움추구경향은 긍정적인 정서를 많이 느낄 수 있는 삶을 추구하는 경향이다. 즐거움추구경향

이 높은 사람들은 행복의 가장 중요한 요소가 긍정적인 정서의 경험이라고 생각하고 그들 삶의 주요 목표로 즐거움을 추구한다. 여기서 즐거움은 그 자체로 성취감과 생동감을 주고 지속적인 영향력을 가지며 개인의 가능성과 잠재력을 확장하는 데 기여한다(김희정, 2009). 즉 즐거움추구경향이 높은 사람들은 원하는 어떠한 욕구든 충족되어 즐거움이 유발되는 것을 행복이라고 간주한다.

의미추구경향의 근원은 아리스토텔레스가 지향한 자기실현적 행복에 있다(Peterson et al., 2005). 여기서 진정한 행복이란 내적 자기에 대해 충실한 삶을 추구하는 것으로, 자신의 미덕을 확인하고 그것을 개발하여 삶의 의미를 발견하는 것이다. 의미추구경향은 삶과 행위로부터 소중한 의미를 발견하고 자신보다 더 크고 중요한 것을 위해 기여하는 삶을 살고자 하는 경향이다. Seligman(2002)은 인간이 즐거움 속에서 열정적인 삶을 살더라도 의미를 발견할 수 없으면 진정한 행복을 느끼기 어렵다고 하였다. 의미추구경향이 높은 사람들은 자신의 강점을 계발하고 실현시켜 봉사하고 기여하는 삶을 사는 것을 행복이라고 여긴다.

끝으로, 몰입추구경향은 Csikszentmihalyi (1990)가 제시한 몰입의 개념에서 나왔다. 그는 몰입을 어떤 활동에 깊이 파고들거나 빠진 심리적 상태라고 보았다. 몰입 상태에서는 평소와 다른 독특한 심리적 특성이 나타나는데, 시간이 빨리 가고 특정 활동에 집중하고 있으며 무아감을 경험하고 몰입 경험을 마친 후에는 활력이 생긴다고 하였다. 몰입경험은 내적으로 동기화된 행동에 의해 이루어지며,

그 자체만으로도 자기충족적인 성격을 지닌다(Csikszentmihalyi, 1997). 뿐만 아니라 몰입 경험은 활동에 대한 몰입, 이 활동이 특별하다는 느낌, 자신이 살아있고 해낼 수 있다는 느낌, 자신이 하고 싶은 일이라는 느낌, 자신이 누구인지 깨닫는 느낌을 준다(Waterman, 1990). 몰입추구경향은 몰입을 통해 자신의 성격적 강점과 잠재력을 최대한 발휘하여 자기실현을 이루고자 하는 경향이다. 몰입추구경향이 높은 사람들은 새로운 도전과제에 대해 개방적이고, 높은 수준의 과제난이도 속에서도 지속적으로 활동에 참여하고 몰입 경험에 머무른다. 이들은 매사에 열정적으로 몰입하여 자신의 잠재력을 실현시키는 것을 행복이라고 생각한다.

Peterson 등(2005)은 미국 성인을 대상으로 행복추구경향 척도를 개발하였고, 각각의 행복추구경향은 실제로 존재하는 구인으로 서로 양립할 수 있으며 세 가지 행복추구경향이 높을수록 삶의 만족도가 증가한다고 하였다. 또한 행복추구경향은 학교생활 만족(Gabriele, 2008), 주관적 안녕감(Chen, 2010; Giannopoulos & Vella-Brodrick, 2011; Park, Peterson, & Ruch, 2009; Vella-Brodrick, Park, & Peterson, 2009), 심리적 안녕감(김경민, 임정하, 2012), 삶의 만족도(Peterson, Ruch, Beermann, Park, & Seligman, 2007; Proyer, Annen, Eggimann, Schneider, & Ruch, 2012) 등 행복과 관련된 변인들과 관련성이 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과들은 세 가지 행복추구경향이 실제 행복 수준과 관계가 있음을 알려준다.

Lyubomirsky, Sheldon과 Schkade(2005)는 행복과 관련된 요인에 대한 연구들을 분석한

결과, 행복을 결정하는 주요 요인들로 상황, 기준점, 의지적 활동이 있다고 하였다. 상황(circumstances)은 행복과 관련된 외적 요인으로 나이, 성별, 사회계층 등이 이에 해당된다. 기준점(set point)은 유전의 영향을 받는 특질로 기질, 성격 등이 이에 해당된다. Lykken과 Tellegen(1996)은 대다수의 사람들이 일시적으로 긍정적 또는 부정적 정서를 경험한 후에 되돌아오는 특정 수준인 기준점을 가지고 있다고 하면서 행복에 미치는 유전의 영향력을 설명하였다. 의지적 활동(intentional activity)은 개인의 동기와 의지에 따라 선택한 자발적 활동 요인으로 긍정적 사고, 목표설정 및 달성, 용서, 감사성향 등이 해당된다. Lyubomirsky 등(2005)은 특히 이들 세 요인 중 의지적 활동의 중요성을 강조하였다. 즉 인간의 의지와 노력으로 행복수준이 달라질 수 있다는 것이다. 행복추구경향은 의지적 활동의 대표적인 예가 되므로, 이에 대해 연구하는 것은 행복해질 수 있는 방법을 제시하는 데 기여할 수 있다고 생각된다.

이상과 같이 행복추구경향에 관한 기존의 연구들은 사람이 행복을 추구하는 방식에 관한 연구에 기초 자료를 제공해 주고 있다. 국내에서는 행복추구경향의 세 가지 하위요인 각각에 대한 연구들이 주를 이루고 있어, 세 가지 행복추구경향을 함께 살펴볼 수 있는 측정도구는 부족한 실정이다. 황재원과 김계현(2009)은 Peterson 등(2005)이 개발한 행복추구경향 원척도를 번안하여 한국 대학생을 대상으로 내용타당도 검증을 거쳐 사용함으로써 국내의 행복추구경향에 대한 초기 연구에 발판을 마련하였다. 하지만 행복추구경향 원척

도를 그대로 번안하여 사용하는 데에는 제한점이 있는 것으로 판단된다. 행복추구경향 척도의 타당화에 관한 기존의 연구들(Peterson et al., 2005; Vella-Brodrick et al., 2009)은 서양 문화권에서 수행되었다. 미국 성인을 대상으로 한 연구(Peterson et al., 2005)에서는 3요인 18문항 모델이 가장 적합한 것으로 나타났으나, 다만 성인을 대상으로 실시한 연구(Chen, Tsai, & Chen, 2010)에서는 몰입추구경향에서 한 문항이 제외된 3요인 17문항 모델이 가장 적합한 것으로 나타났다. 행복은 개인이 속한 문화적 배경과도 연관 된다는 점을 미루어 볼 때(Lu & Gilmour, 2006), 미국 성인을 대상으로 개발된 척도를 한국인에게 적용하는 데는 다소 무리가 있다고 판단된다. 한국사회는 집단주의 성향을 보이며 개인주의 성향이 적게 나타나는 사회이다. 개인주의 성향이 많이 나타나는 사회에서는 자율성, 독립성, 사생활에 대한 권리, ‘나’의식을 중시여기는 반면, 집단주의 성향이 많이 나타나는 사회에서는 안정적인 우정, 대인간 정서적 유대, 집단의 결정, ‘우리’의식을 중시 여긴다(김민경, 2012). 이러한 가치관은 행복을 추구하는 방식에도 영향을 미칠 것으로 판단된다. 개인주의 성향이 많이 나타나는 사회의 구성원들은 행복을 추구하기 위해 개인의 성장에 초점을 두지만, 집단주의 성향이 많이 나타나는 사회에서는 개인 보다는 집단의 성장과 구성원간의 유대를 우선시하는 사회 분위기가 행복을 추구하는 방식에 영향을 미칠 수 있기 때문이다. 한국인의 행복추구경향을 이해하기 위해서는 한국판 행복추구경향 척도에 대한 경험적 자료를 바탕으로 심리측정학적 정보를 파악할 수

있는 추후 연구가 필요한 실정이다.

또한 행복추구경향 원척도 중 몇 문항은 둘 이상의 요인에 관련 있는 것으로 나타났다. 예를 들어, “무엇을 할지를 선택할 때, 나는 항상 내가 그것에 몰입할 수 있는 지를 고려한다.”라는 문항은 즐거움추구경향 및 의미추구경향에 모두 밀접히 관련되었다. 이를 미루어 볼 때, 행복추구경향 척도에 대한 탐색적 요인분석과 함께 확인적 요인분석도 실시한다면 척도의 심리측정학적 특성을 더욱 정확히 파악할 수 있을 것으로 판단된다. 확인적 요인분석은 가설에 기반을 둔 모델을 평가하기에 적합하기 때문이다(Kline, 2005).

이처럼 행복추구경향 연구는 개인의 의지와 노력으로 행복 수준을 향상시킬 수 있는 방법에 관한 기초 자료를 제공할 수 있다는 의의가 있다. 하지만 그 평가도구의 사용에 있어서구에서 개발된 척도를 한국인에게 적용시키기 어렵다는 한계를 가지고 있다. 그러므로 한국 문화의 실정을 반영하여 한국인의 행복추구경향을 측정하기 위해서는 한국인을 대상으로 행복추구경향 척도의 타당화 작업이 수행될 필요가 있다.

따라서 본 연구의 목적은 우리나라 대학생들을 대상으로 행복추구경향 척도의 타당도와 신뢰도를 살펴보는 것이다. 이를 위해 본 연구에서는 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석을 실시하여 행복추구경향 척도의 구성타당도를 살펴보고, 심리적 안녕감과 상관분석을 통해 준거타당도를 살펴보고자 한다. 여러 연구들(Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995)에서 심리적 안녕감은 한 개인의 실제 행복수준을 잘 측정하는 것으로 나타나 행복추구경

향 척도의 준거타당도를 파악하기에 적합하다고 판단된다. 또한 행복추구경향 척도의 신뢰도를 알아보기 위해 내적 일치도 계수, Spearman-Brown 계수와 문항-총점간 상관을 살펴보고자 한다. 본 연구결과는 행복추구경향에 관한 나라별 비교를 가능하게 할 수 있고, 한국인의 행복추구 방식에 관한 기초 자료로 활용될 수 있을 것이다. 이러한 연구목적 달성을 위하여 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

연구문제 1. 한국판 행복추구경향 척도의 구성타당도는 적절한가?

연구문제 2. 한국판 행복추구경향 척도의 준거타당도는 적절한가?

연구문제 3. 한국판 행복추구경향 척도의 신뢰도는 적절한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 서울시 소재 5개 4년제 대학교의 대학생 412명을 대상으로 하였다. 연구대상자는 남학생 217명(52.7%), 여학생 195명(47.3%)이었고 평균연령은 23.36세($SD=2.06$)이다. 이들 중 1학년은 51명(12.4%), 2학년은 116명(28.2%), 3학년은 112명(27.2%), 4학년은 133명(32.3%)이었다.

2. 측정도구

행복추구경향

본 연구에서는 Peterson 등(2005)이 개발한 행복추구경향 질문지(Orientations to Happiness Questionnaire; OHQ)를 황재원과 김계현(2009)이 번안한 척도를 사용하여 대학생의 행복추구경향을 측정하였다. 행복추구경향 척도는 행복에 대한 추구경향을 탐색하는 것으로, 즐거움 추구경향, 의미추구경향 그리고 몰입추구경향 각각 6문항 씩 총 18문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대해서 ‘나와 아주 비슷하다(5점)’, ‘나와 비슷하다(4점)’, ‘보통이다(3점)’, ‘나와 다르다(2점)’, ‘나와 아주 다르다(1점)’까지 Likert 식 5점 척도로 응답하도록 구성되어 있다. 가능한 총점의 범위는 세 가지 하위요인 모두 6점부터 30점까지이다. 행복추구경향 척도는 점수가 높을수록 해당 하위요인의 경향이 높음을 의미한다. Peterson과 동료들(2005)이 보고한 각 요인별 내적 일치도는 즐거움추구경향 .82, 의미추구경향 .82, 몰입추구경향 .72이다.

심리적 안녕감

본 연구에서는 Ryff(1989)가 개발한 심리적 안녕감 척도(Psychological Well-Being Scale: PWBS)를 김명소, 김혜원과 차경호(2001)가 한국어로 번안한 척도를 사용하여 대학생의 심리적 안녕감을 측정하였다. 심리적 안녕감은 자신에 대해 긍정적인 태도를 가지고 자신의 다양한 면을 인지하고 받아들이는 자아수용, 다른 사람에게 관심을 기울이고 만족스러운 관계를 유지하려는 긍정적 대인관계, 자기 결정적이고 독립적인 특성인 자율성, 자신의 심리상태에 적합한 환경을 선택하고 주변 환경을 통제하는 환경에 대한 지배력, 삶에 대

한 목적과 방향감을 가지고 있는 삶의 목적, 자신을 잘 알고 단점을 극복하며 잠재력을 키워나가려는 개인적 성장으로 구성되어 있다. 심리적 안녕감 척도는 자아수용 8문항, 긍정적 대인관계 7문항, 자율성 8문항, 환경에 대한 지배력 8문항, 삶의 목적 7문항, 개인적 성장 6문항으로 총 6개 하위요인, 44문항으로 구성되어 있고 이들 척도의 점수를 합산하여 심리적 안녕감 점수로 사용한다. 각 문항에 대해서 ‘매우 그렇다(6점)’, ‘그렇다(5점)’, ‘약간 그렇다(4점)’, ‘약간 그렇지 않다(3점)’, ‘그렇지 않다(2점)’, ‘전혀 그렇지 않다(1점)’까지 Likert 식 6점 척도로 응답하도록 구성되어 있다. 점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높음을 의미한다. 김명소, 김혜원과 차경호(2001)는 전체 심리적 안녕감의 내적 일치도를 .89로 보고하였고, 확인적 요인분석을 통해 살펴본 결과 6가지 요인을 포함하는 모델이 심리적 안녕감을 설명하는 데 적합한 모델임을 입증하였다. 본 연구에서 전체 심리적 안녕감의 내적 일치도는 .91로 나타났으며, 하위요인별로는 자아수용 .81, 긍정적 대인관계 .79, 자율성 .74, 환경에 대한 지배력 .72, 삶의 목적 .77, 개인적 성장 .70으로 나타났다.

3. 연구절차

본 연구는 서울시에 소재하고 있는 5개 4년제 대학교의 대학생 430명을 대상으로 진행되었다. 총 430부의 질문지를 배부하였고 회수된 질문지 421부(97.91%) 중 응답이 누락되었거나 불성실한 응답이 있는 자료를 제외한 412부(95.81%)를 자료분석에 사용하였다.

4. 자료분석

한국판 행복추구경향 척도의 타당도 검증을 위해 자료분석은 PASW 18.0과 AMOS 18.0 프로그램을 이용하였다. 첫째, 구성타당도 검증을 위해 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석을 실시하였다. 둘째, 준거타당도 검증을 위해 행복 수준을 평가하기에 적합하다고 판단되는 심리적 안녕감과 상관분석을 실시하였다. 셋째, 한국판 행복추구경향 척도의 신뢰도 검증을 위해 하위영역별 내적 일치도, 반분신뢰도, 문항-총점간 상관을 산출하였다.

III. 연구결과

1. 한국판 행복추구경향 척도의 구성타당도

먼저, 탐색적 요인분석을 하기에 적절한 자료인지 확인하였다. 그 결과, KMO 값이 .82, Bartlett의 구형성 검정값이 유의한 수준 ($X^2(120)=1425.85$, $p<.001$)으로 나타나 탐색적 요인분석을 하기에 적합하다고 판단하였다. 탐색적 요인분석에서는 주축 요인분석과 Varimax 회전 방식을 이용하여 각 요인의 특성을 살펴보았다. 요인 추출을 위한 기준은 특정 문항의 요인부하계수가 .30 이상이고 다른 요인에 대한 요인부하계수의 차이가 .10 이상인 경우로 하였다(Floyd & Widamann, 1995). 스크리 검사결과와 해석가능성을 고려하여 요인의 수를 3개로 두고 직교회전 후 요인구조를 산출하였고, 각 요인 내 요인부하량이 .30 미만이거나 다른 요인에 대한 요인

부하계수의 차이가 .10 이상이 되지 않는 두

문항, 4번(나는 내 기술과 능력에 도전할 수 있는 상황을 추구한다)과 9번(무엇을 할지를 선택할 때, 나는 항상 내가 그것에 몰입할 수 있는 지를 고려한다)을 제거하였다. 최종적으로 의미추구경향 6문항, 즐거움추구경향 6문항, 몰입추구경향 4문항, 총 16문항이 추출되었고, 이들 세 요인의 총 설명분산은 46.32%로 나타났다. 구체적으로 살펴보면 다음과

같다.

첫 번째 ‘의미추구경향’ 요인은 삶과 행위로 부터 소중한 의미를 발견하고 자신보다 더 크고 중요한 것을 위해 기여하는 삶을 살고자 하는 경향으로 여기에는 6개 문항이 속하였다. 이들 문항의 요인적재량은 .803에서 .497로 나타났다. 요인 1의 고유치는 4.05로 나타났으며, 전체 변량의 25.33%를 설명하였다. 두 번째 ‘즐거움추구경향’ 요인은 긍정적인 정서를 많

표 1. 한국판 행복추구경향 척도의 탐색적 요인분석 결과 (N=412)

	문항내용	요인1 (의미)	요인2 (즐거움)	요인3 (몰입)
11	나는 세상을 좀 더 나은 곳으로 만들고자 하는 책임감을 가지고 있다.	.803	.051	.038
12	나의 삶은 지속적인 의미를 가지고 있다.	.716	.190	-.028
2	나는 보다 숭고한 목적을 위해서 살고 있다.	.680	.075	.166
14	내가 하는 일은 사회에 중요하다.	.673	.234	.050
17	나는 의미 있는 인생이 무엇이고, 그 큰 그림에 어떻게 나를 맞춰야 할지 생각하는데 많은 시간을 보낸다.	.552	.194	.025
5	무엇을 할지를 선택할 때, 나는 항상 그것이 다른 사람들에게 이익이 될지를 고려한다.	.497	.105	.148
16	나는 감각들을 자극하는 일들을 하는 것을 좋아한다.	.058	.718	.063
18	나에게 좋은 인생은 곧 유쾌한 인생이다.	.142	.717	.029
13	무엇을 할지를 선택할 때, 나는 항상 그것이 즐거울지를 고려한다.	.243	.630	.033
8	나는 행복감을 느끼기 위해서 애쓴다.	.256	.572	.056
3	나는 인생이 제공하는 기쁨을 뒤로 미루기에는 인생은 너무 짧다.	.062	.534	.225
15	나는 이 진술문에 동의한다. “인생은 짧다 - 디저트부터 먼저 먹자.”	.097	.484	.089
7	나는 항상 내가 하는 일에 아주 푹 빠진다.	.095	.115	.812
6	일할 때나 놀 때나, 나는 대체로 몰입해서 하기에 나 자신을 의식하지 못한다.	.028	.086	.807
10	나는 내 주변에서 일어나고 있는 일에 의해서 주의가 거의 흐트러지지 않는다.	.185	.011	.621
1	내가 무엇을 하고 있든 간에, 시간은 매우 빨리 지나간다.	.008	.158	.544
	고유치	4.05	1.85	1.51
	설명변량(%)	25.33	11.54	9.45
	누적변량(%)	25.33	36.87	46.32

이 느낄 수 있는 삶을 추구하는 경향으로 여기에는 6개 문항이 속하였다. 이들 문항의 요인적재량은 .718에서 .484로 나타났다. 요인2의 고유치는 1.85로 나타났으며, 전체 변량의 11.54%를 설명하였다. 세 번째 ‘몰입추구경향’ 요인은 몰입을 통해 자신의 성격적 강점과 잠재력을 최대한 발휘하여 자기실현을 이루고자 하는 경향으로 여기에는 4개 문항이 속하였다. 이들 문항의 요인적재량은 .812에서 .544로 나타났다. 요인3의 고유치는 1.51로 나타났으며, 전체 변량의 9.45%를 설명하였다. 직교회전 후 산출된 최종 요인구조와 요인부하량은 표 1에 제시된 바와 같다.

다음으로, 한국판 행복추구경향 척도의 구조를 알아보기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 확인적 요인분석의 목적은 한국판 행복추구경향 척도의 표본을 통해 얻어진 3요인 모델에 대하여 개념적으로도 타당성을 가지는지를 판단하기 위한 것이다. 탐색적 요인분석에서 도출된 3요인 16문항 모델에 대한 적합도를 검증하기 위해 모형이 자료와 부합되는지를 상대적으로 평가하는 상대적 적합도 지수 중 GFI, TLI, CFI 값과 절대적으로 평가하는 절대적 적합도 지수 중 RMSEA 값을 살펴 보았다. 일반적으로 GFI, TLI, CFI 값은 0과 1 사이이며, 0.9 이상이면 모델 적합도가 좋은

것으로 간주되고, RMSEA 값을 평가할 때에는 대략적인 기준으로 0.05 이하이면 좋은 적합도고, 0.05~0.08 사이이면 양호한 적합도로, 0.08~0.10이면 적합도가 보통인 것으로 평가할 수 있다(홍세희, 2000). AIC는 두 개 이상의 모델을 비교하는 데 사용되는 것으로 AIC 값이 작을수록 좋은 적합도를 의미한다(우종필, 2012). 이 때 본 연구의 탐색적 요인분석에서 얻어진 3요인 16문항 모델 외에도 미국 성인 845명을 대상으로 한 Peterson과 동료들(2005)의 연구에서 도출된 3요인 18문항 모델과 단일요인 모델의 가능성에 대해서도 탐색하여 가장 적합한 모델을 선택하고자 하였다. 표 2에 제시된 바와 같이, 3요인 16문항으로 구성된 모델이 가장 적합한 모델로 나타났다 ($X^2(101)=168.281$, GFI=.951, TLI=.940, CFI=.949, RMSEA=.040). 확인적 요인분석 결과 나타난 모형은 그림 1에 제시되어 있다.

2. 한국판 행복추구경향 척도의 준거타당도

한국판 행복추구경향 척도의 준거 타당도를 알아보기 위해 행복 수준을 평가하는 도구 중 하나인 심리적 안녕감과 행복추구경향과의 상관을 분석하였다.

그 결과 행복추구경향 세 요인 모두 심리적

표 2. 한국판 행복추구경향 척도 모형의 적합도 ($N=412$)

모델	df	X^2	GFI	TLI	CFI	RMSEA		AIC
						LO90	HI90	
1요인	135	648.528	.820	.617	.662	.089	.104	720.528
3요인 18문항	132	267.109	.930	.897	.911	.041	.059	345.109
3요인 16문항	101	168.281	.951	.940	.949	.029	.051	238.281

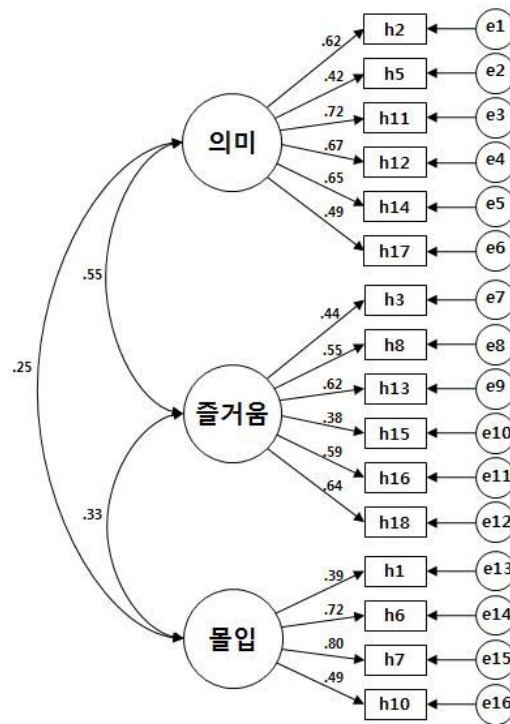


그림 1. 한국판 행복추구경향 척도 구조 모형

안녕감과 정적 상관관계(즐거움 $r=.39, p<.001$; 의미 $r=.43, p<.001$; 몰입 $r=.40, p<.001$)가 나타났다. 또한 세 가지 행복추구경향은 심리적 안녕감의 모든 하위요인들과도 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다(표 3 참조). 이처럼 한국판 행복추구경향 척도의 준거타당도는 매우 높은 수준인 것으로 확인되었다.

표 3. 한국판 행복추구경향 척도와 심리적 안녕감의 상관분석 ($N=412$)

		심리적 안녕감						
		자아 수용	대인 관계	자율성	환경 지배력	삶의 목적	개인적 성장	전체
행복 추구 경향	즐거움	.36**	.38**	.33**	.32**	.31**	.38**	.39**
	의미	.41**	.15**	.28**	.36**	.43**	.32**	.43**
	몰입	.33**	.12*	.38**	.36**	.35**	.30**	.40**
	전체	.52**	.25**	.43**	.47**	.51**	.43**	.58**

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

표 4. 한국판 행복추구경향 척도의 신뢰도 ($N=412$)

	하위요인	Cronbach α	반분 신뢰도	문항-총점간 상관
행복	의미추구경향	.76	.75	.82**
추구	즐거움추구경향	.71	.70	.76**
경향	몰입추구경향	.70	.70	.60**

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

3. 한국판 행복추구경향 척도의 신뢰도

한국판 행복추구경향 척도의 하위요인인 의미추구경향, 즐거움추구경향, 몰입추구경향의 내적 일치도는 모두 .70 이상이었고, Spearman-Brown 계수도 .70 이상으로 나타났다. 또한 최종적으로 선정된 문항들의 문항-총점 간 상관도 모두 .60을 넘어 내적 일관성이 양호하였다. 이상으로 볼 때 본 척도의 신뢰도는 대체로 높은 것으로 나타났다(표 4 참조).

IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 대학생을 대상으로 한국판 행복추구경향 척도의 타당도와 신뢰도를 알아보고자 하였다. 한국판 행복추구경향 척도의 타당도를 산출하기 위하여 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석을 통한 구성타당도, 그리고 심리적 안녕감과 상관분석을 통한 준거타당도를 검증하였다. 또한 한국판 행복추구경향 척도의 신뢰도를 산출하기 위해 내적 일치도 계수, Spearman-Brown 계수와 문항-총점간 상관을 산출하였다. 연구결과를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 탐색적 요인분석과 확인적 요인분석

결과, 한국 대학생의 행복추구경향은 의미추구경향, 즐거움추구경향, 몰입추구경향의 3요인으로 구성되었다. 행복추구경향이 세 가지 하위요인으로 구성된 것은 미국 성인(Peterson et al., 2005), 중국 대학생(Chen, 2010)과 대만 대학생(Chen et al., 2010)을 대상으로 한 선행 연구들과 같은 결과이다. 또한 이들 각 행복추구경향 간 관련성이 있었지만, 세 가지 행복추구경향이 확실히 구분되는 요인으로 나타난 것은 서양 문화권에서 실시한 기존의 연구 결과(Peterson et al., 2005; Peterson et al., 2007; Ruch, Harzer, Proyer, Park, & Peterson, 2010)와 일맥상통한다. 한국인에게도 세 가지 행복추구경향은 구별되는 요인이고 동시에 추구할 수 있는 것으로 해석할 수 있다. 이러한 결과는 행복 수준을 높이기 위한 프로그램을 개발할 때, 의미와 즐거움 및 몰입을 추구하는 내용이 포함되어야 한다는 것을 알려준다.

한국판 행복추구경향 척도에서는 미국 성인을 대상으로 개발된 척도(Peterson et al., 2005) 중 몰입추구경향 문항에서 두 문항이 제거되었다. 자신의 기술과 능력에 도전할 수 있는 상황을 추구한다("I seek out situations that challenge my skills and abilities.")는 문항의 경우 번역 과정에서 그 의미가 잘 전달되지 않아 몰입추구경향을 측정하기 어려웠던 것으로 판

단된다. 이는 중국 대학생을 대상으로 한 연구(Chen, 2010)와 일치한다. 혹은 연구대상의 특성이 반영된 결과라고 생각할 수도 있다. 대학에 다니는 기간은 자신의 재능을 발견하고 능력을 키워나가는 시기이다. 특히 한국 대학생은 대학교에 입학하면서 입시 위주의 주입식 교육에서 벗어나 처음으로 자신에 대해 생각해 보는 시간을 가지게 되기 때문에 아직 자신이 가지고 있는 기술이나 능력을 발견하지 못했을 수도 있다. 이러한 대학생의 특성을 고려해 볼 때 자신의 기술과 능력에 도전하는 상황을 추구하는 것이 몰입추구경향이라고 보기는 다소 어려웠던 것으로 판단된다. 이는 한국 대학생은 진로나 취업에 대한 고민 때문에 자신이 잘 할 수 있는 것이 무엇인지에 대해서는 생각해 볼 시간적 여유가 부족하고(이숙정, 2011), 많은 학생들이 자신의 적성은 고려하지 않은 채 자격증 공부나 시험 공부 등 학습 관련 활동에만 몰입하려고 한다는 선행 연구결과(정은이, 2012)와 비슷한 맥락에 있다.

또한 무엇을 할지를 선택할 때 항상 자신이 몰입할 수 있는지를 고려한다("In choosing what to do, I always take into account whether I can lose myself in it.")는 문항의 경우 문화적 배경의 차이로 인해 한국인의 몰입추구경향을 측정하기 어려웠다고 판단된다. 조창희(2011)에 따르면 유교의 영향을 받은 동양인은 자기 실현, 자아완성과 몰아(沒我)를 중시하는 자기 충족형 즐거움을 추구한다고 하였다. 즉, 한국인에게 있어 어떠한 선택을 할 때 몰입할 수 있을까를 고민하는 것은 자기충족형 즐거움을 추구하는 방법 중 하나일 수도 있다. 독일인

을 대상으로 한 연구(Ruch et al., 2010)에서도 이 문항은 문화적 차이로 인해 몰입추구경향만으로 보기 어렵다고 나타났던 결과와 같은 맥락에 있다. 행복해지기 위해 몰입을 추구하는 방법에 있어서도 문화적 차이가 있다. 개인주의 문화를 가진 서양 사람들의 경우 개인적 성취와 만족을 충족시키는 데 몰입하려 하지만, 집단주의 문화를 가진 동양 사람들은 가족과 공동체의 관계에 중점을 두고 이와 관련된 활동에 몰입하여 행복을 추구하려 한다(김윤태, 2010). 그렇기 때문에 한국인에게 있어서 특정한 일을 시작하기에 앞서 본인이 몰입할 수 있는지를 생각하는 것은 행복해지기 위해 몰입을 추구하는 방법이라고 보기 어려울 수 있다.

둘째, 행복을 추구하는 경향이 응답자들이 보고한 행복 수준과 관련 있는지 살펴보기 위해 행복추구경향과 심리적 안녕감과 관련된 성을 분석하였다. 심리적 안녕감은 자기를 있는 그대로 수용하고, 긍정적인 대인관계를 유지하며, 자신의 행동을 독립적으로 조절할 수 있고, 주위 환경에 대한 통제력이 있으며, 삶의 목적이 있고, 자신의 잠재력을 실현시키려는 동기가 있는 상태이다(Ryff, 1995). 상관 분석 결과 즐거움, 의미, 몰입을 통해 행복을 추구할수록 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 이는 행복추구경향이 주관적 안녕감(황재원, 김계현, 2009), 주관적 행복감(Chen et al., 2010), 삶의 만족도(Vella-Brodrick et al., 2009)와 같은 행복 수준과 정적 상관이 있다는 기존 연구를 지지하는 결과이다. 따라서 새로운 발달과업을 수행하며 인간관계, 취업 등의 스트레스를 받을 수 있는 대학생들이 즐거움, 의

미 또는 몰입을 추구하여 심리적 안녕감을 향상시킬 수 있도록 도와주는 대책 마련이 필요하다고 생각한다.

본 연구에서는 의미추구경향, 몰입추구경향, 즐거움추구경향 순으로 심리적 안녕감 전체와 높은 관련성이 나타났다. 이러한 결과는 의미추구경향과 몰입추구경향이 즐거움추구경향보다 삶의 만족도와 더 높은 상관을 보인다는 결과와 일맥상통한다(Peterson et al., 2007). 또한 의미추구경향이 대학생의 심리적 안녕감과 가장 높은 상관을 보인 것은 허지연의 연구(2007)에서 다른 시기보다 청년기에 새로운 목표를 성취하려는 소망과 의미 있는 미래를 예상하는 소망이 강하게 나타난다는 결과와 같은 맥락에 있다. 대학생들은 대학교에 입학하기 전까지 대학입시만을 강조하는 교육환경 속에서 학습에 대한 목표만을 가지고 있어, 인생의 의미에 대해서는 생각해 볼 시간이 없었을 수 있다. 그렇기 때문에 대학생이 되어서는 성숙한 성인기의 발달과업을 성취하기 위해 자신의 강점을 확인하고 발달시켜 삶의 의미를 발견하려고 노력하는 것으로 해석된다.

셋째, 한국판 행복추구경향의 신뢰도를 알아보기 위해 내적 일치도 계수, 반분 신뢰도 계수, 문항-총점간 상관을 산출하였다. 각기 다른 방법으로 신뢰도를 산출하는 것은 측정의 일관성에 대해 다양한 정보를 제공해 주기 때문에 필요하다. 이를 통해 본 척도의 신뢰도 계수가 만족할만한 수준이라고 판단된다.

종합하면, 본 연구결과와 논의를 바탕으로 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다. 한국인의 행복추구경향은 3요인 16문항으로 측정하는 것이 가장 적절하며, 행복추구경향은 행복 수

준을 예측하는 변인이라고 볼 수 있다.

끝으로, 본 연구에서는 연구대상 표집을 서울 지역으로 제한하였고 대학생만을 대상으로 연구를 수행하여 연구결과를 성인에게 일반화하는 데에는 다소 어려움이 있을 것으로 생각된다. 보다 다양한 인구사회학적 특성을 고려한 변인을 포함시키지 못한 부분은 추후 연구를 통해 보완되어야 한다. 그리고 본 연구는 행복추구경향을 알아보기 위해 자기보고식 질문지를 사용하였다. 후속연구에서는 행복을 추구하는 방식과 실제 행복 수준의 관계를 재검증하기 위해 직접 행동을 측정하거나 동료 보고 형식의 연구를 수행할 필요가 있다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구에서 한국판 행복추구경향 척도의 타당도와 신뢰도를 분석한 것은 향후 행복 관련 연구 중 개인의 의지와 노력으로 행복 수준을 향상시킬 수 있는 방식에 관한 연구에 기초 자료가 될 것으로 여겨진다.

참고문헌

- 김경민, 임정하 (2012). 대학생의 낙관성과 행복추구경향이 심리적 안녕감에 미치는 영향. *대한가정학회지*, 50(1), 89-101.
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념분석: 한국 성인 남녀를 대상으로. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 15(2), 19-39.
- 김민경 (2012). 대학생의 집단주의·개인주의, 가족탄력성 및 자아탄력성과 사회적응의 관계. *인간발달연구*, 19(1), 19-36.

- 김윤택 (2010). 행복지수와 사회문화적 분석. *문화경제연구*, 13(1), 23-45.
- 김현경 (2003). 아리스토텔레스 행복론에서의 자제력 없는 행동과 쾌락의 문제. 연세대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 김희정 (2009). 대학생의 긍정적 정서, 몰입, 삶의 의미가 행복감에 미치는 영향. 계명대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 우종필 (2012). 구조방정식모델 개념과 이해. 서울: 한나래출판사.
- 이숙정 (2011). 대학생의 학습몰입과 자기효능감이 대학생활적응과 학업성취에 미치는 영향. *교육심리연구*, 25(2), 235-253.
- 장혜정 (2011). 에피쿠로스의 쾌락주의 행복론 연구. 동의대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 정은이 (2012). 재미와 몰입 경험이 대학 적응에 미치는 영향. *교육문제연구*, 44, 71-99.
- 조창희 (2011). 동양적 즐거움과 그 추구방식. *동양사회사상*, 24, 5-31.
- 허지연 (2007). 청년기와 중년기 집단에서의 삶의 의미와 심리적 안녕감과 관계: 자기효능감과 지각된 사회적 지지를 매개변인으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 홍세희 (2000). 특별기고: 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정과 그 근거. *한국임상심리학회지, 임상*, 17(1), 161-177.
- 황재원, 김계현 (2009). 대학생의 행복추구경향과 주관적 안녕감과 관계. *상담한 연구*, 10(1), 57-71.
- Boehm, J. K., & Lyubomirsky, S. (2011). The promise of sustainable happiness. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (2nd ed.). New York: Oxford University Press.
- Chen, G. H. (2010). Validating the OTH scale in a Chinese sample of university students. *Social Indicator Research*, 99(3), 431-442.
- Chen, L. H., Tsai, Y. M., & Chen, M. Y. (2010). Psychometric analysis of the orientations to happiness questionnaire in Taiwanese undergraduate Students. *Social Indicators Research*, 98(2), 239-249.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper Collins: New York.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). Happiness and creativity: Going with the flow. *The Futurist*, 31(5), 8-12.
- Floyd, R. J., & Widamann, K. F. (1995). Factor analysis in the development and refinement of clinical assessment instruments. *Psychological Assessment*, 7(3), 286-299.
- Gabriele R. (2008). Orientations to happiness: Do they make a difference in a student's educational life? *American Secondary Education*, 36(2), 88-101.
- Giannopoulos, V. L., & Vella-Brodrick, D. A. (2011). Effects of positive interventions and orientations to happiness on subjective well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 6(2), 95-105.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Lu, L., & Gilmour, R. (2006). Individual-oriented

- and socially oriented cultural conceptions of subjective well-being: Conceptual analysis and scale development. *Asian Journal of Social Psychology*, 9, 36-49.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7(3), 186-189.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131.
- Park, N., Peterson, C., & Ruch, W. (2009). Orientations to happiness and life satisfaction in twenty-seven nations. *The Journal of Positive Psychology*, 4(4), 273-279.
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6(1), 25-41.
- Peterson, C., Ruch, W., Beermann, U., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *Journal of Positive Psychology*, 2, 149-156.
- Proyer, R. T., Annen, H., Eggimann, N., Schneider, A., & Ruch, W. (2012). Assessing the "Good Life" in a military context: How does life and work-satisfaction relate to orientations to happiness and career-success among Swiss professional officers? *Social Indicators Research*, 106(3), 577-590.
- Ruch, W., Harzer, C., Proyer, R. T., Park, N., & Peterson, C. (2010). Ways to happiness in German-speaking countries. *European Journal of Psychological Assessment*, 26(3), 227-234.
- 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.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revised. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Vella-Brodrick, D., Park, N., & Peterson, C. (2009). Three ways to be happy: Pleasure, engagement and meaning-Findings from Australian and US samples. *Social Indicators Research*, 90(2), 165-179.
- Waterman, A. S. (1990). Personal expressiveness: Philosophical and psychological foundations. *Journal of Mind and Behavior*, 11(1), 47-74.

1 차원고접수 : 2013. 03. 28.

수정원고접수 : 2013. 05. 17.

최종게재결정 : 2013. 06. 04.

The Validation of the Korean Version of the Orientations to Happiness Questionnaire for Korean College Students

Kim, Kyungmin

Lim, JungHa

Dept. of Home Economics Education, Korea University

The purpose of this study was to validate the Korean version of the Orientations to Happiness Questionnaire(OHQ) for college students. The participants in this study were 412 college students in Seoul. Data was analyzed using exploratory factor analyses, confirmatory factor analyses, Pearson's correlations, split-half reliability and item-total correlations. The results were as follows: 1) The construct validity of the Korean version of the Orientations to Happiness Questionnaire was supported by exploratory factor analyses and confirmatory factor analyses. There were 3 sub-factors of 16 items in the Korean version of the Orientations to Happiness Questionnaire: life of pleasure, life of meaning and life of engagement. 2) The criterion validity of the Korean version of the Orientations to Happiness Questionnaire was supported by correlation analysis with psychological well-being. 3) The reliability of the Korean version of the Orientations to Happiness Questionnaire indicated appropriate internal consistency, split-half reliability coefficient and item-total correlations. These results support both the reliability and validity of the Korean version of the Orientations to Happiness Questionnaire.

Key words : college students, orientations to happiness, validation, pleasure, meaning, engagement