

## 한글판 의미 만들기 척도(K-MMS)의 타당화

양 나 연 이 수 정\*

고려대학교

본 연구는 한글판 의미 만들기 척도(Meaning-making Scale; K-MMS)를 타당화 하고, 의미 만들기 와 관련이 깊은 삶의 의미, 삶의 목적, 삶의 지향성 등과의 상관관계를 통해 수렴 및 변별 타당도를 검증하는 데 목적이 있다. 먼저, 기존의 의미 만들기 척도가 국내 이용에 적합한지 판단하고 모형 적합도를 검증하기 위해 확인적 요인분석(confirmatory factor analysis)을 실시 하였다. 이때, 문항 정화 가이드라인에 따라 판단적 기준(judgmental criteria)과 통계적 기준 (statistical criteria)을 고려하여 한 문항을 제거한 6문항으로 구성된 모델 그리고 7문항으로 구성된 원척도 모델 간의 모형 적합도 비교를 통해 최종 문항의 수를 확정하였다. 총 300명의 참여자(여자 134명, 남자 166명)가 본 연구에 참여하였고, 분석 결과 7문항으로 구성된 기존 척도 개발 연구와는 다르게 6문항으로 구성된 단일요인 모형이 적합한 것으로 도출되었다. 마지막으로, 의미 만들기 와 관련 있는 척도들과의 상관관계 분석을 통해 수렴 및 변별타당도를 검증하였다. 나아가 본 연구의 함의와 제한점 및 향후 연구에 대한 필요성을 논의하였다.

주요어 : 의미 만들기, 의미, 척도 타당화, 확인적 요인분석, 신뢰도

---

\* 교신저자 : 이수정, 고려대학교 교육학과 박사과정, 서울시 성북구 안암로 145 고려대학교 사범대학본관 312A호, E-mail : note405@daum.net

어느 누구든 한번쯤은 살아가면서 ‘의미’에 대해 생각해본 적이 있을 것이다. 의미에 대한 개념은 인간사에서 다양한 학문을 통해 오래전부터 주목 받는 요소 중 하나였다. 플라톤은 인간을 ‘의미를 찾는 존재’라고 말하며 인간이 삶 속에서 의미를 끊임없이 추구하는 존재임을 강조하였고(Hamilton & Cairns, 1961), 니체는 허무주의가 만연한 사회 속에서 ‘신은 죽었다’라는 표현으로 사람들에게 삶의 의미를 추구하는 역동적인 과정의 필요성을 주장하였으며(Nietzsche, 1882/1974), 빅터 프랭클은 심리치료 장면에서 내담자가 의미를 발견할 수 있도록 돕는 의미치료(logotherapy)를 개발함으로써 변화와 고통 속에서 의미를 능동적으로 찾는 과정을 강조하였다(Frankl, 1959). 이처럼 다양한 학자들을 통해 적저된 의미의 중요성은 정신건강이 대두되는 현대 사회에 접어들며 그 중요성이 더 두드러지게 되었다.

이와 같이 과거부터 주목 받았던 의미(meaning)에 이어, 최근에는 이러한 의미를 정립하도록 도와주는 의미 만들기(meaning-making)에 초점이 맞춰지고 있다. 의미 만들기는 개인이 변화를 맞닥뜨린 상황을 대처하는데 도움을 주는 변인으로써(Park, 2010), 개인이 가지고 있던 포괄적 의미와 가치를 바탕으로 인지 및 정서적인 과정을 거쳐 변화에 대처하는 것을 뜻한다(Bower, Kemeny, Taylor, & Fahey, 1998; Park & Folkman, 1997). 선행 연구에서는 의미가 개인이 전반적으로 지각하고 있는 포괄적인 개념의 의미를 뜻하는 반면, 의미 만들기는 개인의 가치에 근거하여 상황에 대한 의미를 부여해 나가는 역동적이고 창조적인 과정이라고 강조하며 의미와의 차이점을 두었다(Park, 2010; Van den Heuvel, Demerouti, Schreurs, Bakker, & Schaufeli, 2009).

정리하여 말하자면, 의미 만들기는 가치에 기반한 숙고(value-based reflection)를 통해 의식적으로 도전적이거나 모호한 상황을 통합해 나가는 과정을 뜻한다(Van den Heuvel et al., 2009).

의미 만들기의 역할은 여러 분야에서 강조되고 있다. 진로분야에서 Savickas(2005, 2011)는 변화하는 세계에 맞춰 적응적으로 진로를 설계하기 위해서는 자신이 경험한 사건들에 의미를 부여하며 진로를 만들어 나가는 것이 중요하다고 강조하였다. 즉, 전체 구조물이 여러 하위 요소가 쌓여 형성되는 것처럼 진로 이야기를 구성하기 위해서는 개인이 경험한 사건들에 대해 스스로 의미를 만들어가는 것이 필요하다는 것이다.

애도 관련 연구에서는 의미 재구성 모델(the meaning reconstruction model)이 주목을 받고 있다(Gillies & Neimeyer, 2006). 의미 재구성 모델은 한 개인이 의미 있는 타인과 사별한 뒤 받는 스트레스로 인해 삶의 의미를 상실할 때, 현재 지각하는 의미 수준이 상실 전 의미와의 불일치로 이어지고, 이러한 불일치를 줄이기 위해 의미 만들기가 진행된다고 설명한다(Braun & Berg, 1994; Gillies & Neimeyer, 2006). 선행 연구를 통해 의미 만들기는 죽음을 통한 상실과 같은 고통스러운 상황에서도 개인의 적응적인 대처방식을 촉진한다고 밝혀져(심미성, 2006; 조명숙, 2012; Park & Folkman, 1997) 의미 만들기가 개인이 맞닥뜨린 상황을 극복할 수 있도록 돕는 긍정적 변인 역할을 하는 것으로 확인되었다.

의미 만들기는 개인이 스트레스를 대처하는데 유용한 변인으로도 활용되고 있다. 스트레스 대처를 위해 개발된 Park(2010)의 의미 만들기 모델(the meaning-making model)의 메커

니즘을 살펴보면, 개인이 살아오며 겪은 많은 사건들을 통해 형성된 전반적 의미(global meaning)와 스트레스를 유발시키는 사건을 맞닥뜨릴 때 생기는 상황적 의미(situational meaning)가 불일치하여 차이가 발생할 때, 이러한 차이를 감소시키기 위해 의미 만들기(meaning-making)가 발생한다. 이 상황에서 개인은 의미 만들기 노력을 통해 전반적 의미와 상황적 의미 간의 차이를 줄이고자 노력하는데, 이 과정에서 새로운 의미를 구성하고, 상황에 대한 의미를 재검토하고, 삶의 의미가 되찾거나 의미가 변화하며, 이해와 수용이 이루어지는 과정을 통해 의미가 생성(meaning-made)된다. 정리하여 말하면, 의미 만들기(meaning-making)를 통해 의미가 만들어지고(meaning-made), 이러한 과정이 개인이 가지고 있는 전반적 의미(global meaning)에 영향을 미친다는 것이다(Park, 2010). 즉, 의미 만들기는 의미라는 결과에 다다르기 위한 과정이라고 할 수 있다.

선행 연구에서는 의미 만들기가 개인에게 긍정적인 심리적 자원으로 활용되는 것으로 나타났다. 예를 들어, 의미 만들기는 더 나은 정서 및 사회적 안녕감을 예측하고(Boehmer, Luszczynska, & Schwarzer, 2007), 개인의 성장과 자존감을 향상시켜주며(Hayes, Beevers, Feldman, Laurenceau, & Perlman, 2005), 개인이 긍정적 재평가를 이용하고, 목표 중심의 문제 중심적 대처를 활용하며, 영적인(spiritual) 믿음과 경험을 활성화하도록 도모함으로써(Park & Folkman, 1997) 개인의 심리적인 적응에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라, 복합외상 생존자(complex-trauma survivors)를 대상으로 진행된 의미 만들기 연구에서는 그들이 의미 만들기를 통해 자기비난으로 이

어지던 비난을 학대자에게 돌리고, 동시에 개인 및 영적 성장을 경험하는 것으로 나타나 복합외상 생존자의 심리적 적응을 돕는 결과가 도출되었다(Abraham, 2016). 이와 더불어, 의미 만들기가 암환자의 자존감, 낙관성, 자기 효능감을 향상 시켜주는 등(Lee, Cohen, Edgar, Laizner, & Gagnon, 2006) 극한 스트레스 상황에서도 긍정적인 방향으로 심리적인 도움을 주는 것으로 나타났다.

그러나 애도 및 스트레스 관련 의미 만들기 선행연구에서는 의미 만들기를 양적으로 측정 가능한 척도가 없다는 점이 큰 한계점으로 남았다. 우선 여러 질적 논문에서 의미 만들기라는 개념에 대해 연구했지만(Hayes et al., 2005; Park, 2011) 각 논문마다 의미 만들기를 다른 방법으로 측정했기 때문에 연구 결과를 통합하여 해석하고 일반화하기 어려운 측면이 있었다. 예를 들면, 선행 연구에서는 개방형 질문 등을 통해 질적 연구방법으로 참가자에게 의미 만들기에 대해 물어보았는데(Armour, 2003; Uren & Wastell, 2002) 개방형 질문으로 의미 만들기를 측정하는 것은 개인 변인 차에 영향을 받기 때문에 집단이 가지고 있는 의미 만들기의 공통적인 특성을 확인하는데 한계가 있었다. 뿐만 아니라, 통일되지 않은 다양한 척도로 의미 만들기 변인을 측정함으로써 다음과 같은 문제점을 지니고 있었다. 예를 들어, 선행 연구에서는 삶의 의미 척도, 삶의 목적 척도, 삶의 지향성 검사, 스트레스 대처 척도, 복합비에 척도 등 의미 만들기를 측정하는 것이 아닌 의미 만들기과 유사한 다른 변인을 측정하는 척도를 사용함으로써 연구자가 의미 만들기의 조작적 정의를 개별적으로 해석하였다(Lichtenthal, Currier, Neimeyer, & Keesee, 2010; Park, Edmondson, Fenster, & Blank, 2008;

Prigerson et al., 1995; Shear & Essock, 2002). 예를 들면, Boehmer 등(2007)과 Park(2008)이 진행한 연구에서는 의미 만들기를 측정하기 위해 긍정적 재평가, 긍정적 재구성 및 수용 등을 측정하는 COPE 척도의 일부를 사용하였는데, 해당 척도는 의미 만들기를 측정하기 위해 개발된 척도가 아니기 때문에 의미 만들기의 고유한 특성을 측정하기 어렵다는 점에서 한계점을 지니고 있다고 볼 수 있다. 이전 연구에서도 의미 만들기를 측정하기 위해 다른 유사 변인을 측정하는 척도를 이용한다면 의미 만들기를 제대로 측정하지 못한다는 점을 한계점으로 지적한 만큼(Park, 2010), 해당 분야에서 안정적이고 일관적인 연구 진행을 위해 표준화된 심리측정 척도(standardized psychometric measure) 개발의 필요성이 제기되었다.

한편, Van den Heuvel 등(2009)은 변화하는 직업 상황에서 의미 만들기의 중요성이 강조되고 있다고 하며 이를 측정하기 위해 의미 만들기 척도(the meaning-making scale)를 개발하였다. 그들은 사람들이 의미를 부여할 때 “속고하며, 의미 있는 결과에 대해 집중하는 경향성”이 있다는 것을 확인하고, 최근에 조직의 변화를 겪은 네덜란드 직장인을 대상으로 하여 단일요인 7문항으로 구성된 의미 만들기 척도를 개발하였다. Van den Heuvel과 그의 동료들(2009)은 의미 만들기가 개인이 삶을 살아가는 과정에서 어떠한 사건을 맞닥뜨렸을 때, 개인의 목표와 가치를 기반으로 일어난 일에 대해 되돌아보는 시간을 적극적으로 갖고, 그 일에 대한 의미를 만들고자 노력하며, 또한 그 되돌아보는 과정이 본인의 삶을 의미 있게 만드는데 도움을 준다고 믿는 일련의 과정이라고 보았다. 뿐만 아니라 한 개인이 본인의 삶이 의미 있다고 지각하는지, 그리고 삶에서

어떠한 요소들이 본인에게 가치가 있고, 또 어떠한 요소들이 자신의 삶을 의미 있게 만드는지 인지하는 것 또한 의미 만들기 과정의 중요한 부분으로 보았다.

Van den Heuvel 등(2009)이 개발한 의미 만들기 척도를 사용한 실증연구를 살펴보면 의미 만들기는 조직이 변화하는 상황에서 중요한 역할을 하는 것으로 나타났다. 선행연구에서 의미 만들기는 종사자가 일에 대해 적극적인 태도를 가지는 것과 관련이 있고, 그들의 적응적 행동을 예측하며, 직업성공을 촉진하는 자원으로 활용된다고 보고되었다(Van den Heuvel et al., 2009; Van den Heuvel, Demerouti, Bakker, & Schaufeli, 2013). 또한 의미 만들기는 직장인 스스로가 업무에 변화를 주며 일의 의미를 만들어 나가는 잡 크래프팅(job crafting) 전략으로써 직업 역할 중요성(occupational role salience)에 관계없이 잡 크래프팅과 의미 만들기가 긍정적으로 관련이 있는 것으로 나타났다(Petrou, Bakker, & Van den Heuvel, 2017).

이처럼 의미 만들기는 진로, 애도, 스트레스 등 개인이 변화를 지각하는 상황에서 의미를 정립하고 적응할 수 있도록 돕는 것으로 보고되고 있다. 하지만 앞서 설명했던 Park(2010)이 개념적으로 정의한 의미 만들기과 Van den Heuvel과 그의 동료들(2009)이 정의한 의미 만들기 개념 사이에 다소 차이가 있다. Park(2010)은 의미 만들기(meaning-making) 과정과 이를 통해 만들어지는 의미 존재(meaning-made)를 단계적으로 구분하며 의미를 만들어 나가는 과정만을 의미 만들기로 정의하였다. 반면, Van den Heuvel 등(2009)은 의미 만들기 과정 뿐만 아니라 의미의 개념에 포함되는 삶을 의미 있게 지각하는 것 또한 의미 만들기의 일부분으로 고려하여 포함하였다. Van den Heuvel

등(2009)의 연구에서는 “나는 나의 삶이 의미 있다고 느낀다(I feel my life is meaningful)”는 문항을 포함하여 의미 만들기 척도를 구성하였다. 이러한 척도 구성은 Park(2010)의 개념적 정의와는 다소 상이하며, 과거 연구에서 의미 만들기 활동이 반드시 의미로 이어지는 것이 아니라 연구 결과(Park, 2010)가 존재하기 때문에 해당 문항이 척도에 포함되어야 하는지에 대한 검증이 필요하다고 볼 수 있다. 최근 Wieland, Durach, Kembro와 Treiblmaier(2017)는 문항 정화(scale purification) 가이드라인을 제시하며 판단적 기준(judgmental criteria)과 통계적 기준(statistical criteria)을 고려하여 문항을 제거할 수 있다고 하였는데, 이에 따라 본 연구에서는 의미 만들기에 대한 개념적 정의의 차이를 바탕으로 Van den Heuvel 등(2009)이 개발한 7문항과 의미 존재(meaning-made)에 해당되는 “나는 나의 삶이 의미 있다고 느낀다(I feel my life is meaningful)” 문항을 제외한 6문항의 모형 적합도를 비교하고자 한다.

한편, 국내에서 이유진(2015)은 대학생과 청소년이 혼합정서를 경험할 때 의미 만들기가 우울, 불안 등 부정적인 심리 증상을 예측함과 동시에 심리적응을 돕는 지를 확인하기 위해 Van den Heuvel 등(2009)의 의미 만들기 척도를 번역-역번역 과정을 거쳐 사용하였다. 연구 결과, 의미 만들기는 긍정 및 부정 정서를 느낄 때 우울 수준의 감소를 예측하는 것으로 나타났는데, 해당 연구에서는 번역 과정에서 다음과 같은 한계점이 발견되었다. 예를 들면, 번역된 해당 척도에서는 ‘self-reflection’을 ‘자기반성’이라고 번역하였는데, 기존 연구에서 ‘self-reflection’은 성찰의 의미로 사용되었을 뿐만 아니라(Van den Heuvel et al., 2009) 다른 과거 연구에서 자기성찰 등으로도 번역되어

사용되는 경우도 있었기 때문에(황주연, 정남운, 2010) 본 연구에서는 용어의 타당성을 다시 한 번 확인할 필요가 있다고 보았다. 뿐만 아니라, 해당 연구에서는 모형 적합도를 확인하지 않는 등 타당화 작업이 이루어지지 않은 채 척도가 이용되었기 때문에 제한점이 있었다. 따라서 본 연구에서는 이러한 한계점을 개선하고자 ‘self-reflection’ 등 문항에서 이용된 용어의 정의에 주의를 기울이며 한글판 의미 만들기 척도를 번안하고, 동시에 국내 표본을 기준으로 척도의 타당성을 검증하고자 한다.

더불어, 본 연구에서는 의미 만들기 척도의 수렴 및 변별 타당도(convergent and discriminant validity)를 검증하기 위해 기존 연구에서 의미 만들기를 측정하기 위해 사용되었던 의미 만들기과 유사한 변인들과의 상관관계를 살펴보고자 한다. 검증을 위해 과거 의미 만들기 연구에서 의미 만들기과 근접한 개념을 측정하기 위해 이용되었던 삶의 의미, 삶의 목적, 삶의 지향성, 그리고 긍정적 재평가 등을 포함한 인지적 정서조절전략을 함께 측정하고자 한다(Boehmer et al., 2007; Janoff-Bulman & Frantz, 1997; Park, 2010; Park et al., 2008). 원 척도를 개발한 Van den Heuvel 등(2009)의 연구에 의하면 의미 만들기는 삶의 의미, 삶의 지향성(낙관성), 그리고 정서조절전략의 하위요인인 긍정적 재평가와 정적 관계가 있는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라, 의미 만들기는 인지적인 접근을 통해 성장 및 적응으로 도달하기 때문에 부정적인 정서에 매몰되는 반추와 차이가 있는 것으로 나타났다(Nolen-Hoeksema, 2000; Van den Heuvel et al., 2009). 따라서 본 연구에서는 해당 변인들과 의미 만들기의 상관관계를 분석하여 수렴 및 변별 타당도를 검

증하고자 한다.

정리하면, 본 연구는 의미 만들기 척도를 한국어로 번안하여 모형 적합도를 통해 타당성을 검증하고, 이후 의미 만들기와 관련된 변인들과의 상관관계를 분석하여 수렴 및 변별 타당도를 검증하고자 한다. 의미 만들기 척도를 번안하고 타당도를 검증한다면 의미 만들기와 관련된 국내 양적 연구에 기여할 것으로 기대된다.

## 방 법

### 연구 대상

본 연구는 수도권 4년제 대학교의 교양 강의를 수강하는 학생들을 대상으로 진행되었다. 교양 강의 수업에서 연구 참여점수로 추가 점수 1점을 원하는 학생들에게 자유롭게 연구 참여를 권하였으며, 참여를 원하는 학생들은 1주일 동안 온라인 설문을 통해 자유롭게 설문 참여하였다. 총 300명이 본 연구에 참여하였고, 연구 참여자의 만 나이는 평균 20.76세 ( $SD=2.03$ )였으며, 여자 134명(44.7%), 남자 166명(55.3%)이 참여하였다. 참여자의 전공을 살펴보면 인문계열 58명(19.3%), 사회계열 57명(19.0%), 자연계열 37명(12.3%), 공학계열 68명(22.7%), 사범계열 14명(4.7%), 기타 전공은 66명(22.0%)이었다. 학년은 1학년 133명(44.3%), 2학년 90명(30.0%), 3학년 45명(15.0%), 4학년 이상 32명(10.7%)이었다.

### 측정 도구

의미 만들기 척도(Meaning-making Scale;

### MMS)

의미 만들기를 측정하기 위해 Van den Heuvel과 그의 동료들(2009)이 개발한 의미 만들기 척도(MMS)를 한국어로 번안한 후 사용하였다. 번역에 앞서 척도개발자에게 한국어 버전 타당화에 대한 동의를 구했다. 연구자들을 제외한 총 9명이 문항 번역 작업에 참여하였으며, 원척도의 번역-역번역 과정은 다음과 같이 진행하였다. 먼저, 연구자 외 4명(석사과정 3명, 박사과정 1명)의 상담전공 이중 언어자가 개별적으로 영어 척도를 한국어로 번역하였다. 그 후 연구자들과 상담전공 박사가 번역된 문항들을 검토한 뒤, 문헌 조사 내용을 고려하며 번역된 문항들을 통합시켰다. 이후, 이전 과정에 참여하지 않은 2명(석사과정 1명, 박사과정 1명)의 상담전공 이중언어자가 번역된 한국어 문항을 영어로 역번역하였다. 마지막으로 이전 과정에 참여하지 않은 또 다른 2명의 외국인(상담전공 석사과정 1명, 교육심리전공 석사 1명)이 역번역한 영어 문항과 원문항의 일치성을 판정한 후, 최종 문항을 확정하였다. 본 척도는 총 7문항(예시 문항: *내 삶에서 일어나는 일들에 대해 되돌아보는 시간을 적극적으로 갖는다*이고, 한 개의 역문항 *나는 내가 겪는 일들에 대해 의미를 부여하지 않는 것을 선호한다*)을 포함하고 있으며, 리커트 6점 척도(1= 전혀 그렇지 않다, 6= 매우 그렇다)로 평정된다. 신뢰도 계수는 Van den Heuvel 등(2009)의 연구에서 .78로 나타났고, 본 연구에서는 .74로 나타났다.

### 삶의 의미척도(Meaning in Life

### Questionnaire; MLQ)

본 척도는 Steger, Frazier, Oishi와 Kaler(2006)가 개발하고, 원두리, 김교현, 권선중(2005)이

번안하여 타당화한 척도로서, 의미존재와 의미 추구, 총 두 개의 하위요인으로 구성되어 있다. 의미존재의 예시문항으로는 ‘나는 내 삶의 의미를 이해하고 있다’가 있으며, 의미추구의 예시 문항으로는 ‘나는 내 삶의 의미를 찾고 있다’가 있다. 총 10문항 중에 1개의 역문항이 있고, 리커트 7점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다)로 평정된다. 타당화를 검증한 척도의 신뢰도 계수는 두 하위요인 모두 .88로 보고되었고(원두리 외, 2005), 본 연구에서 신뢰도 계수는 의미존재는 .88, 의미추구는 .90로 나타났다.

**삶의 목적 척도(Purpose in Life; PIL)**

Crumbaugh와 Maholik(1964)가 삶의 목적을 가지고 만족하며 살아가고 있는지를 측정하기 위해 개발한 본 척도는 Namkung(1980)이 한국어로 번안하고 이정지(1995)가 수정하였다. 본 연구에서는 이정지(1995)가 수정한 척도를 사용하였다. 본 척도는 10개의 역문항을 포함한 총 20문항으로 구성되어 있고, 리커트 7점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다)로 평정되며, 점수가 높을수록 목표를 가지고 의미 있는 삶을 산다고 지각하는 것을 의미한다. 예시 문항으로는 ‘나의 삶은 날마다 새롭다’와 ‘나에게는 인생의 목표가 전혀 없다(역문항)’가 있다. Reckers와 Cousins(1979)의 연구에서는 신뢰도 계수가 .78이었고, 본 연구에서는 .87로 나타났다.

**삶의 지향성 검사(Life Orientation**

**Test-Revised; LOT-R)**

본 척도는 Scheier와 Carver(1985)가 개발하고, 신현숙, 류정희, 이명자(2005)가 번안한 척도로서 낙관성과 비관성 두 개의 하위요인과 검사

의 의도를 파악하지 못하도록 추가된 문항으로 구성되어 있다. 총 10문항이며, 리커트 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=많이 그렇다)로 평정된다. 낙관성의 예시 문항으로는 ‘나는 내 미래에 대해 늘 낙관적이다’가 있으며, 비관성의 예시 문항으로는 ‘내게 뭔가 일이 잘못 될 것만 같다’가 있다. 신현숙 등(2005)의 연구에서 낙관성의 내적 신뢰도 계수는 .65, 비관성의 내적 신뢰도 계수는 .60으로 나타났고, 본 연구에서 낙관성의 신뢰도 계수는 .71, 비관성의 신뢰도 계수는 .72로 나타났다.

**인지적 정서조절전략 척도(Cognitive**

**Emotion Regulation Questionnaire; CERQ)**

인지적 정서조절전략을 측정하기 위해 Garnefski, Kraaij와 Spinhoven(2001)이 개발하고, 안현의, 이나빈 주혜선(2013)이 타당화한 척도를 사용하였다. 본 척도는 9개의 하위요인(수용, 균형 있게 바라보기, 긍정적 재초점, 해결 중심 사고, 긍정적 재평가, 자기비난, 파국화, 타인비난, 반추)으로 이루어져 있으며, 리커트 5점 척도(1=거의 그렇지 않다, 5=거의 항상 그렇다)로 평정된다. 원척도는 각 하위요인이 4문항씩 총 36문항으로 구성되어 있으나 본 연구에서는 안현의 등(2013)의 연구에서 타당화를 통해 한 문항을 제거한 총 35문항으로 구성된 척도를 사용하였다. 각 하위요인의 예시 문항은 다음과 같다. 수용(‘그 일이 일어났다는 사실을 받아 들여야 한다’), 균형 있게 바라보기(‘나는 그 일이 그만하길 다행이라고 생각한다’), 긍정적 재초점(‘그 일과 아무 상관 없는 즐거운 일을 생각해본다’), 해결 중심적 사고(‘그 상황에 대처할 수 있는 최선의 방법을 생각한다’), 긍정적 재평가(‘그 문제의 긍정적인 측면을 찾아본다’), 자기비난(‘기본적으로

그 일의 원인이 분명히 나한테 있다고 생각한다), 파국화(‘그 상황이 얼마나 끔찍했는지 계속 생각한다’), 타인비난(‘나는 그 일이 다른 사람 잘못이라고 생각한다’), 반추(‘나는 내가 겪었던 일에 대한 생각과 감정에 빠져있다’). 신뢰도 계수는 안현의 등(2013)의 연구에서는 .63에서 .89이었고, 본 연구에서는 .63에서 .88로 나타났다.

를 확인하기 위해 AMOS 21.0으로 확인적 요인분석을 실시하였다. 다음으로 의미 만들기와 관련 있는 다른 변인들과의 상관 분석을 보기 위해 SPSS 21.0을 이용하였다.

## 결 과

### 확인적 요인분석

#### 자료분석

우선 기초 통계와 요인 분석을 위해 SPSS 21.0을 이용하였고, 모형 적합도(goodness-of-fit)

확인적 요인분석을 위해 원칙도 7문항(Vanden Heuvel et al., 2009)과 “나는 나의 삶이 의미있다고 느낀다(I feel my life is meaningful)”

표 1. 한글판 의미 만들기 척도(K-MMS)의 확인적 요인분석 적합도 지수

모형	$\chi^2$	df	NFI	TLI	CFI	RMSEA
7문항	108.44	14	.77	.68	.79	.15
6문항	27.71	9	.92	.90	.94	.08

주. NFI = Normed Fit Index; TLI = Tucker Lewis Index; CFI = Comparative Fix Index; RMSEA = Root-mean-square Error of Approximation

표 2. 한글판 의미 만들기 척도(K-MMS)의 최종 문항

번호	문항 내용	신뢰도
1	내 삶에서 일어나는 일들에 대해 되돌아보는 시간을 적극적으로 갖는다. (I actively take the time to reflect on events that happen in my life.)	.72
2	나는 무엇이 내 삶을 의미 있게 만드는지 이해하고 있다. (I have an understanding of what makes my life meaningful.)	
3	나는 내가 겪는 일들에 대해 의미를 부여하지 않는 것을 선호한다.* (I prefer not to think about the meaning of events that I encounter.*)	
4	힘든 일이 생기면, 나는 이 일이 나에게 왜 일어났는지 그 의미를 빨리 살펴보고곤 한다. (When difficult things happen, I am usually quick to see the meaning of why they happen to me.)	
5	나 자신을 돌아보는 것은 내 삶을 의미 있게 만드는 데 도움을 준다. (Self-reflection helps me to make my life meaningful.)	
6	나는 내가 가치 있다고 여기는 활동과 사건들에 적극적으로 집중한다. (I actively focus on activities and events that I personally find valuable.)	

주. \* = 역문항

문항을 제외한 6문항을 비교 검증하였다. 모형 적합도를 평가하기 위하여  $\chi^2$ , NFI, TLI, CFI, 그리고 RMSEA를 측정하였다.  $\chi^2$ 를 제외한 나머지 네 지수는 표본 크기에 덜 민감하고, 특히 TLI 및 RMSEA는 적합도와 함께 모형의 간명성을 고려하는 평가 기준이기 때문에(홍세희, 2000; Hooper, Coughlan, & Mullen, 2008) 함께 측정하였다. NFI, TLI 및 CFI의 경우, .90 이상이면 좋은 적합도로 간주하고, RMSEA는 .08 미만이면 괜찮은 적합도로 고려하며, .08 이상부터 .10 미만은 보통 수준의 적합도로 간주한다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009; 홍세희, 2000; MacCallum, Browne, & Sugawara, 1996). 표 1에서 나타난 결과와 같이, 본 연구에서는 7번 문항을 제거한 총 6문항으로 구성된 모형의 구조가 더 좋은 적합도를 보였다. 따라서 본 연구에서는 6문항으로 구성된 단일 요인 모형을 최종적으로 채택하였다.

#### 수렴 및 변별 타당도 분석

의미 만들기과 다른 변인들의 상관관계를 분석한 결과표는 표 3에 제시하였다.

상관관계를 살펴보았을 때, 의미 만들기는 삶의 의미의 하위요인인 의미 존재( $r=.47$ )와 의미 추구( $r=.49$ ), 삶의 목적( $r=.37$ ), 낙관성( $r=.24$ ), 인지적 정서조절전략의 하위요인 중 긍정적인 변인에 해당하는 수용( $r=.26$ ), 해결 중심 사고( $r=.38$ ), 긍정적 재평가( $r=.27$ )와 유의한 정적 상관을 보였다. 반면, 부정적인 변인에 해당하는 비관성( $r=-.24$ ), 파국화( $r=-.12$ ), 타인 비난( $r=-.15$ )과는 부적 상관을 보였다. 한편, 의미 만들기는 부정적인 변인에 해당하는 반추( $r=.27$ )와 유의한 정적 상관을 보였다. 그러나 의미 만들기는 삶의 목적, 낙관성과 정적

상관을 보인 반면, 반추는 삶의 목적( $r=-.19$ ), 낙관성( $r=-.20$ )과 부적 상관을 보여 두 변인간의 차이가 있는 것으로 나타났다. 전반적인 상관관계를 살펴보면, Van den Heuvel 등(2009)의 연구결과에서 의미 만들기가 낙관성, 긍정적 재평가, 삶의 의미와 정적 상관을 보인 것과 동일한 결과가 나타났다.

## 논 의

본 연구의 목적은 Van den Heuvel 등(2009)이 개발한 의미 만들기 척도(MMS)를 한국어(K-MMS)로 번안하고 타당도를 검증하는 것이었다. 이를 위해 영어 원척도를 번역-역번역 과정을 통해 한국어로 번안하였고, 확인적 요인분석을 통해 척도의 타당도를 검증하였다. 이후 의미 만들기과 관련 변인과의 상관관계를 분석하여 수렴 및 변별 타당도를 살펴보았으며, 본 연구의 결과는 다음과 같다.

우선 본 연구를 통해 한글판 의미 만들기 척도(K-MMS)는 7문항으로 구성된 원척도(Van den Heuvel et al., 2009)와 다르게 총 6문항으로 최종 확정되었다. 해당 문항 제거는 Wieland와 그의 동료들(2017)이 제안한 문항 정화(scale purification) 가이드라인에 해당하는 판단적 기준(judgmental criteria)과 통계적 기준(statistical criteria)을 고려하며 진행하였다. 판단적 기준으로 볼 때, 서론에서 언급하였듯이 제거된 한 문항 “나는 나의 삶이 의미 있다고 느낀다(I feel my life is meaningful)”는 의미 만들기가 완료된 이후 생기는 의미 존재(meaning-made)에 해당하는 개념으로, 가치에 기반한 속고를 통해 의식적으로 도전적이거나 모호한 상황을 통합해 나가는 과정(Van den Heuvel et al.,

표 3. 의미 만들기와 관련 변인의 상관관계 (N=300)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1 의미 만들기	-														
2 삶의 의미-의미 존재	.47 <sup>***</sup>	-													
3 삶의 의미-의미 추구	.49 <sup>***</sup>	.53 <sup>***</sup>	-												
4 삶의 목적	.37 <sup>***</sup>	.70 <sup>***</sup>	.46 <sup>***</sup>	-											
5 삶의 지향성-낙관성	.24 <sup>***</sup>	.45 <sup>***</sup>	.31 <sup>***</sup>	.54 <sup>***</sup>	-										
6 삶의 지향성-비관성	-.24 <sup>***</sup>	-.51 <sup>***</sup>	-.37 <sup>***</sup>	-.63 <sup>***</sup>	-.58 <sup>***</sup>	-									
7 CERQ-수용	.26 <sup>***</sup>	.16 <sup>**</sup>	.16 <sup>**</sup>	.21 <sup>***</sup>	.16 <sup>**</sup>	-.08	-								
8 CERQ-균형있게 바라보기	.10	.14 <sup>*</sup>	.20 <sup>***</sup>	.19 <sup>**</sup>	.22 <sup>***</sup>	-.16 <sup>**</sup>	.28 <sup>***</sup>	-							
9 CERQ-긍정적재초점	.09	.17 <sup>**</sup>	.14 <sup>*</sup>	.16 <sup>**</sup>	.20 <sup>**</sup>	-.15 <sup>**</sup>	.09	.33 <sup>***</sup>	-						
10 CERQ-해결중심사고	.38 <sup>***</sup>	.36 <sup>***</sup>	.34 <sup>***</sup>	.32 <sup>***</sup>	.25 <sup>***</sup>	-.21 <sup>***</sup>	.42 <sup>***</sup>	.26 <sup>***</sup>	.14 <sup>*</sup>	-					
11 CERQ-공정적재평가	.27 <sup>***</sup>	.36 <sup>***</sup>	.19 <sup>**</sup>	.37 <sup>***</sup>	.30 <sup>***</sup>	-.22 <sup>***</sup>	.47 <sup>***</sup>	.46 <sup>***</sup>	.20 <sup>***</sup>	.44 <sup>***</sup>	-				
12 CERQ-자기비난	.02	-.21 <sup>***</sup>	-.03	-.28 <sup>***</sup>	-.23 <sup>***</sup>	.30 <sup>***</sup>	.10	.06	-.10	-.04	-.05	-			
13 CERQ-파국화	-.12 <sup>*</sup>	-.31 <sup>***</sup>	-.16 <sup>**</sup>	-.46 <sup>***</sup>	-.32 <sup>***</sup>	.41 <sup>***</sup>	-.11	-.20 <sup>**</sup>	-.03	-.20 <sup>**</sup>	-.32 <sup>***</sup>	.43 <sup>***</sup>	-		
14 CERQ-타인비난	-.15 <sup>*</sup>	-.11	-.05	-.18 <sup>**</sup>	-.00	0.05	-.15 <sup>*</sup>	-.01	.07	.02	-.14 <sup>*</sup>	-.15 <sup>*</sup>	.25 <sup>***</sup>	-	
15 CERQ-반추	.27 <sup>***</sup>	-.04	.09	-.19 <sup>**</sup>	-.20 <sup>**</sup>	.16 <sup>**</sup>	.15 <sup>**</sup>	-.05	-.06	.12 <sup>*</sup>	-.00	.40 <sup>***</sup>	.42 <sup>***</sup>	.01	-

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

2009)을 뜻하는 의미 만들기와 개념적으로 다르기 때문에 질적 평가를 진행하였을 때 맥락 상 척도가 측정하고자 하는 변인과 다른 측면이 있다고 판단하여 문항을 삭제하였다. 아울러 통계적 기준으로 보면, 7문항의 모형 적합도와 6문항의 모형 적합도를 비교하였을 때 6문항 모형 적합도가 더 적합한 것으로 나타나 최종적으로 6문항을 채택하였다. 이와 같은 연구 결과는 Park(2010)이 개발한 의미 만들기 모델(the meaning-making model)과도 상응한 결과를 보여주었다. Park(2010)의 의미 만들기 모델에서는 의미 만들기(meaning-making)를 통해 의미 존재(meaning-made)가 이루어지고 이러한 과정이 개인이 가지고 있는 종합적 의미(global meaning)에 영향을 미친다고 설명하는데, 원 척도에서 삭제된 문항 또한 의미 존재에 해당하는 개념을 설명하기 때문에 의미 만들기와는 구별된다고 보았다. 정리하자면, 의미 만들기는 맞닥뜨린 상황에 대한 이해를 촉진시키고, 개인의 목표와 가치를 변화된 환경에 반영하여 연결 지을 수 있도록 도와준다고 볼 수 있다.

둘째, 번역 과정을 통해 원척도 문항에서 설명하고자 한 내용에 더 근접한 문항을 도출하였다. 기존 원척도를 번역하여 사용한 이유진(2015)의 연구에서는 ‘자기반성은 내 삶을 의미 있게 만들도록 한다(Self-reflection helps me to make my life meaningful)’라고 번역하였지만, 본 연구에서는 ‘나 자신을 돌아보는 것은 내 삶을 의미 있게 만드는데 도움을 준다’로 번역하였다. Van den Heuvel과 그의 동료들(2009)은 연구에서 ‘reflection’을 의미의 경험을 선행하는 숙고 과정에 집중하는 활동이라고 강조하였다. 사전적 정의로 ‘reflection’은 숙고 혹은 심사숙고를 뜻하고, ‘self-reflection’은 자기반성

혹은 자아성찰을 뜻하는데, ‘성찰’은 사전적 의미로 ‘자기의 마음을 반성하고 살핌’을 뜻한다(국립국어원, 2017). 하지만 Van den Heuvel 등(2009)은 ‘reflection’을 반성의 의미로 사용하지 않았기 때문에 본 연구에서는 자기반성 혹은 자아성찰이라는 단어 선택이 부적절하다고 판단하였고, 이에 숙고의 뜻을 지닌 ‘되돌아보는 것’이라는 표현을 선택하였다. 따라서 본 척도에서 번안된 문항이 원 척도가 설명하고자 하는 내용과 더욱 근접한 의미를 지니고 있다고 볼 수 있다.

셋째, 수렴 및 변별 타당도를 분석하기 위해 상관분석을 실시한 결과, Van den Heuvel 등(2009)의 연구 결과와 같이 의미 만들기는 삶의 의미, 긍정적 삶의 지향성(낙관성), 긍정적 재평가와 .24에서 .49 사이의 정적인 상관관계를 보였으며, 더불어 삶의 목적과도 정적인 상관관계를 보였다. 변인들 간의 관계를 자세히 살펴보면, 의미 만들기는 삶에서 일어나는 사건들에 집중하며 의미를 만들어가는 과정을 측정하는 반면, 긍정적 삶의 지향성, 삶의 의미와 삶의 목적은 더 추상적이고 포괄적인 측면에서 삶의 의미를 지각하는 수준을 측정한다는 점에서 차이를 보였다. 다시 정리하자면, 의미 만들기는 단순히 의미의 존재 여부를 측정하기 보다는 가치에 기반하여 의미를 만들어가는 생산적인 과정을 측정한다고 볼 수 있다. Folkman(2013)은 의미 만들기를 역경에 대처하기 위해 상황의 의미를 재해석하는 대처 과정으로 정의하였는데, 본 연구에서도 이러한 정의와 일관되게 의미 만들기과 긍정적 재평가 사이에 정적인 관계가 있는 것으로 나타났다.

또한 의미 만들기과 반추의 관계를 살펴보면, 의미 만들기는 반추와 정적 상관관계를

보였다. 비록 의미를 도출하기 위해 과거를 돌아보는 것과 과거를 반복적으로 돌아보는 반추는 과거를 돌아본다는 측면에서 공통적인 특성이 존재하지만, 두 변인은 다음과 같은 차이가 존재한다. 반추는 문제에 대한 해결에 도달하지 못한 채 부정적인 정서에 매몰되어 반복적이고 침습적으로 생각을 하는 특성을 지니는 반면, 의미 만들기는 인지적인 접근을 통해 해결 방안에 도달하고자 하는 점에서 차이가 있다(Michael & Snyder, 2005; Nolen-Hoeksema, 2000; Van den Heuvel et al., 2009). 본 연구 결과에서는 의미 만들기가 삶의 목적, 삶의 지향성과 정적인 관계가 있는 반면, 반추는 이들 변인과 부적인 관계를 맺고 있어 차이를 보였는데, 이는 의미 만들기와 반추에서 활용되는 되돌아보는 행동의 과정이 다르다는 것을 시사한다. 의미 만들기의 경우, 개인이 자신이 겪은 일을 되돌아보고 그 사건이 자신에게 주는 의미가 무엇인지 생각하며 결국 그 사건에 대한 의미를 만들도록 돕는다. 반면, 반추는 자신의 겪은 일을 계속 되풀이하여 생각하며 부정적인 사고의 흐름에 갇히게 되어 지난 일을 후회하는 부정적인 생각을 반복적으로 하는 것을 뜻한다. 즉, 자신이 경험한 일을 돌아보는 측면은 의미 만들기와 반추 모두 갖고 있는 공통적인 요소이지만 두 변인의 과정과 결과는 다르다는 것을 의미한다. 그러나 본 연구 결과에서는 어떤 과정을 통해 이러한 차이가 나타나는 지 탐색하는 것에 한계가 있었기 때문에 추후 연구에서 어떠한 정서, 인지, 행동적 과정으로 인해 의미 만들기와 반추가 차이를 보이는지 살펴볼 필요가 있을 것이다.

한편, Van den Heuvel 등(2009)의 연구와는 달리 본 연구에서는 의미 만들기와 수용 사이

에 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 연구 참여자의 연령대 및 직업의 차이로 인해 도출된 것으로 추론해볼 수 있다. Van den Heuvel 등(2009)의 연구에서는 최근에 조직에서의 변화를 겪은 직장인이 연구에 참여했지만 본 연구에서는 대학생들이 참여하였다. 본 연구와 동일하게 대학생을 대상으로 연구를 진행한 García-Alandete(2015)의 연구에서도 수용과 의미 만들기가 정적인 상관관계를 보였는데, 본 연구 결과와 종합하여 보면 직업 혹은 당면한 상황의 차이가 의미 만들기와 수용과의 관계에 다른 영향을 미칠 수 있음을 시사하였다. 과거 연구에서 수용이 의미 만들기가 완료된 이후에 발생하는 의미 존재(meaning made)의 보편적인 유형으로 제시된 만큼(Parkenham, 2007; Park 2011에서 재인용) 향후 연구에서는 연구 참여자의 특성에 따라 해당 변인 간의 상관의 차이가 발생하는지 추가적으로 살펴보는 것이 필요하다.

본 연구의 한계점은 다음과 같다. 첫째, 본 척도는 의미 만들기의 수준을 측정하는 척도이지만 의미 만들기 과정이 단계적으로 이루어지는지 등을 파악하기가 어려운 점이 있다. 즉, 의미 만들기를 통해 의미 존재로 가는 과정이 선형(linear)으로 이어지는지를 파악하는데 한계가 있었다. 따라서 추후 연구에서는 의미 만들기를 종단으로 측정하여 의미 만들기 과정을 통해 긍정적인 심리적 변인들이 어떻게 변화하는지를 살펴봄으로써 의미 만들기가 다른 변인들과 어떠한 관계를 가지고 있고, 어떠한 경로를 통해 긍정적인 변인으로 활용될 수 있을 지 파악한다면 의미 만들기 구성 개념에 대한 더 깊은 이해를 도모할 수 있을 것으로 기대된다.

둘째, 본 연구에서는 대학생 집단에 한하여

연구가 진행되었기 때문에 표본에 대한 한계가 있었다. 본 연구 결과에서 의미 만들기와 수용 간의 관계가 연구 참여자의 특성이 다른 기존 선행 연구와 다른 결과를 보인만큼, 추후 진행되는 연구에서는 청소년, 성인, 노인 등 다양한 연령 및 집단을 대상으로 연구를 진행하여 본 연구 결과와 동일한 결과가 나타나는지 확인해 볼 필요가 있을 것이다.

본 연구의 함의점은 다음과 같다. 첫째, 타당화 작업을 거친 의미 만들기 척도가 국내에서도 이용 가능해졌다. 국외에서 직업 및 진로 분야 연구를 위해 개발된 의미 만들기 척도는 주로 진로 맥락에서 이용되었다(Van den Heuvel et al., 2009; Van den Heuvel et al., 2013; Petrou et al., 2017). 타당화된 본 척도를 이용한다면 국내 진로 분야에서 의미 만들기를 이용한 양적 연구의 폭을 넓힐 수 있을 것이다. 아울러 국외에서 진행된 애도 및 스트레스 관련 연구에서는 의미 만들기 개념에 대한 강조는 있었으나 의미 만들기 척도가 아닌 의미 만들기과 비슷한 개념을 가진 변인을 측정하는 다른 척도들로 의미 만들기를 측정하였기 때문에 의미 만들기를 제대로 측정하지 못한 것이 한계로 남았다(Boehmer et al., 2007; Farran, Miller, Kaufman, & Davis, 1997; Hayes et al., 2005; Park, 2010). 그뿐만 아니라 국내에서도 애도 및 스트레스 분야에서 의미 만들기 척도를 사용한 연구가 부족한 실정이기 때문에 본 척도를 활용한다면 관련 분야뿐만 아니라 의미 만들기 과정이 요구되는 다양한 분야에서 양적연구를 확대할 수 있을 것으로 기대된다.

둘째, 본 연구 결과가 상담 장면에 주는 함의점은 다음과 같다. 우선 진로상담 장면을 보면, 진로구성주의 상담에서 상담자는 내담

자가 자신이 경험한 사건에 의미를 부여하며 진로 이야기를 구성해 나갈 수 있도록 촉진하는 역할을 하기 때문에(Savickas, 2002) 상담자는 의미 만들기 척도를 이용하여 내담자가 의미 만들기 과정을 거치고 있는지 확인할 수 있다. 뿐만 아니라 심리상담 장면, 특히 스트레스 및 애도 상황에서 의미 만들기는 내담자가 맞닥뜨린 고통스러운 상황에 대해 긍정적으로 재평가를 내릴 수 있도록 하므로(Park & Folkman, 1997) 이 과정에서 상담자는 내담자의 심리적 적응을 돕기 위해 현재 내담자가 처한 상황에 대처하기 위해 의미 만들기를 실행하고 있는지 확인하는 데 본 척도를 이용할 수 있을 것이다. 즉, 진로 및 심리상담 장면에서 내담자가 당면한 사건에 대해 의미 만들기를 하고 있는지 확인함으로써 내담자의 심리적 건강을 향상시키고 심리적 적응을 도모시킬 수 있도록 상담의 방향성을 조정하는데 도움이 될 것이다. 아울러 만약 내담자의 의미 만들기 수준이 높다면 내담자가 현재 의미 만들기를 하고 있다는 것을 뜻하므로 내담자의 의미 만들기 과정이 심리적 적응으로 이어질 수 있도록 의미 만들기 과정을 지속적으로 유지시키고 긍정적인 의미를 만들어낼 수 있도록 독려하는 것이 필요할 것이다. 반면 내담자의 의미 만들기 수준이 낮은 경우, 내담자의 전반적 의미 수준과 상황적 의미 수준의 차이를 살펴볼 필요가 있을 것이다. 만약 내담자의 전반적 의미와 상황적 의미 수준이 크게 차이가 없다면, Park(2010)의 의미 만들기 모델에서 설명하듯이 내담자가 맞닥뜨린 상황에 대해 스트레스를 받지 않을 가능성이 있기 때문에 의미와 관련된 개입을 하지 않는 것이 바람직할 수도 있다. 반면 전반적 의미 수준과 상황적 의미 수준에서 차이가 존재한다면

내담자가 이 상황을 겪은 이후에 무의미함을 느끼는지 점검하는 것이 필요하다. 내담자가 무의미함을 느끼지만 문제가 없다고 보고한다면 의미를 부여하는 것이 반드시 심리적 적응을 의미하는 것은 아니기 때문에(예: Davis, Wortman, Lehman, & Silver, 2010) 다른 개입을 시도하는 것이 내담자에게 도움이 될 수 있다. 반면, 내담자가 무의미함, 공허감 등 부정적 정서를 느낀다면 의미 만들기가 심리적 적응에 어떻게 긍정적인 영향을 끼치는지(예: Nolen-Hoeksema & Larson, 2013), 그리고 내담자의 상황에서 의미 만들기를 통해 의미를 정립할 있도록 도와준다면 내담자의 심리적 적응 및 성장에 도움을 줄 수 있을 것으로 기대된다.

본 연구 결과를 바탕으로 한 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 의미 만들기 와 다양한 변인 간의 관계를 살펴보는 것이 필요하다. 선행 연구에서 의미 만들기는 효과적인 대처 활동(Park, Folkman, & Bostrom, 2001; Park & Folkman, 1997)으로서 우울 수준을 감소시키고 동시에 성장과 자존감을 증진시키고(Hayes et al., 2005; Park et al., 2001), 더 나은 정서 및 사회적 안녕감을 예측하는 등 심리적인 변인에 긍정적인 영향을 끼치는 것으로 나타났다(Boehmer et al., 2007). 따라서 국내에서도 본 척도를 이용한 횡단 및 종단 연구를 통해 의미 만들기가 다른 심리적 변인들과 어떠한 관계를 보이는지 검증한다면 의미 만들기 와 해당 변인들 간의 관계에 대해 더 심도 있게 파악할 수 있을 것으로 기대된다.

둘째, 종단 연구를 통해 의미 만들기가 의미로 이어지는 과정, 그리고 의미 만들기가 의미로 이어진 이후에 어떠한 심리적 적응 혹은 성장 변인으로 이어지는 지를 살펴보는 것

이 필요하다. Park(2010)은 의미 만들기 모델(the meaning-making model)을 통해 의미 만들기가 의미 존재로 넘어가게 되면 개인이 더 나은 심리적인 적응 수준을 보인다고 하였으며, 추가적으로 의미는 개인에게 긍정적인 영향을 끼친다고 하였다. 따라서 추후 연구를 통해 관련 경로를 파악한다면 의미 만들기가 어떠한 경로를 통해 의미와 긍정적인 변인으로 이어질 수 있는지 구체적으로 파악할 수 있을 것이다. 예를 들어, 선행 연구에서는 의미를 찾은 사람들은 더 높은 수준의 심리적 안녕감(Affleck, Allen, Tennen, McGrade, & Ratzan, 1985; Bonebright, Clay, & Ankemmann, 2000), 자아통제감(Ryff, 1989), 행복감(Debats, Van der Lubbe, & Wezeman, 1993), 그리고 더 큰 삶의 만족감을 느끼는 것으로 보고되었다(Steger, Kashdan, Sullivan & Lorentz, 2008). 의미는 긍정적인 심리적 변화를 이끌어주는 것뿐만 아니라, 개인이 일에 더 몰입할 수 있도록 돕고(Bonebright et al., 2000), 개인적 자원과 대처 능력을 향상 시켜주는 등(Park & Helgeson, 2006) 개인의 전반적인 웰빙과 자원적인 변인에 긍정적인 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 또한 의미를 높게 지각하는 경우, 부정 정서(Chamberlain & Zika, 1988), 불안, 우울감, 및 우울증(Debats, Van der Lubbe, & Wezeman, 1993; Park et al., 2001), 자살 사고와 약물 남용(Harlow, Newcomb, & Bentler, 1986; Reker, 1997) 수준이 낮은 것으로 나타나 의미가 부정적인 요인들 또한 경감시켜 주는 역할을 하는 것으로 나타났다. 따라서 종단 연구를 통해 의미 만들기가 의미와 다른 심리적인 변인으로 가는 경로를 파악할 수 있다면 의미 만들기의 영향과 방향성을 명확하게 파악하고 의미 만들기의 역할을 더 심도 있게 이해할

수 있을 것으로 기대된다.

마지막으로, 의미 만들기가 필요하거나 활용될 수 있는 환경 혹은 집단 내에서 연구를 진행하는 것 또한 필요하다. 과거 연구에서는 의미 만들기가 직장인의 변화에 대한 적응적인 태도와 직업성장에 정적인 영향을 끼치고 (Van den Heuvel et al., 2009), 우울증 내담자의 우울 및 PTSD 수준을 경감시킴과 동시에 성장과 자존감을 향상 시키는 것으로 나타났다 (Hayes et al., 2005; Phelps et al., 2008). 더불어, 암을 이겨낸 사람들에게는 반추 사고를 경감시키고 외상 후 성장, 삶의 의미, 정당한 세상에 대한 믿음 회복을 하는 데에 도움을 줌으로써 궁극적으로 심리적 적응을 할 수 있도록 도움을 주고(Lepore & Helgeson, 1998; Park et al., 2008), 사별로 인해 상실을 경험한 사람에게는 문제 중심적 대처 수준과 유의한 상관을 보임과 동시에 우울 수준과 복합 애도 수준을 경감시키는데 도움을 주는 등(Currier, Holland, & Neimeyer, 2006; Nolen-Hoeksema, McBride, & Larson, 1997; Yang, 2017) 긍정적인 영향을 끼치는 것으로 보고되었다. 따라서 추후 연구에서는 다양한 특정 집단에 의미 만들기가 어떠한 영향을 끼치는지 탐색하는 것 또한 집단의 특성과 특정 환경에서 의미 만들기가 어떻게 활용되는 지를 이해하는 데 유용할 것으로 기대된다.

### 참고문헌

국립국어원 (2017). 표준국어대사전. <http://www.korean.go.kr>.  
 김주환, 김민규, 홍세희 (2009). 구조방정식 모형으로 논문쓰기. 커뮤니케이션북스.

신현숙, 류정희, 이명자 (2005). 청소년의 낙관성과 비관성. *한국심리학회지: 학교*, 2(1), 79-97.  
 심미성 (2006). 스트레스 완충자원으로서 삶의 의미의 역할. *가톨릭대학교 석사학위논문*.  
 안현의, 이나빈, 주혜선 (2013). 한국판 인지적 정서조절전략 척도(K-CERQ)의 타당화. *상담학연구*, 14(3), 1773-1794.  
 원두리, 김교현, 권선중 (2005). 한국판 삶의 의미척도의 타당화 연구. *한국심리학회지: 건강*, 10(2), 211-225.  
 이유진 (2015). 대학생과 청소년의 혼합정서 경험과 의미 만들기에 따른 심리적응. *가톨릭대학교 박사학위 논문*.  
 이정지 (1995). 의미간호요법이 정신질환자의 자아존중감, 생의 목적과 의미발견 및 희망에 미치는 효과. *경북대학교 박사학위논문*.  
 조명숙 (2012). 외상적 사별 경험에 따른 병적 애도 증상에서 의미만들기와 사건중심성의 효과. *가톨릭대학교 박사학위논문*.  
 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정 기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 161-177.  
 황주연, 정남운 (2010). 상담자 자기성찰 (Self-Reflection)에 대한 고찰. *한국심리학회지: 일반*, 29(2), 241-263.  
 Abraham, R. J. (2016). *Meaning-making in adult survivors of complex trauma: A narrative analysis* (Unpublished doctoral dissertation). Wheaton College, Wheaton, IL.  
 Affleck, G., Allen, D. A., Tennen, H., McGrade, B. J., & Ratzan, S. (1985). Causal and control cognitions in parents' coping with chronically ill children. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 3(3), 367-377.

- Armour, M. (2003). Meaning making in the aftermath of homicide. *Death Studies*, 27(6), 519-540.
- Boehmer, S., Luszczynska, A., & Schwarzer, R. (2007). Coping and quality of life after tumor surgery: Personal and social resources promote different domains of quality of life. *Anxiety, Stress & Coping*, 20(1), 61-75.
- Bonebright, C. A., Clay, D. L., & Ankenmann, R. D. (2000). The relationship of workaholism with work-life conflict, life satisfaction, and purpose in life. *Journal of Counseling Psychology*, 47(4), 469-477.
- Bower, J. E., Kemeny, M. E., Taylor, S. E., & Fahey, J. L. (1998). Cognitive processing, discovery of meaning, CD4 decline, and AIDS-related mortality among bereaved HIV-seropositive men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(6), 979-986.
- Braun, M. J., & Berg, D. H. (1994). Meaning reconstruction in the experience of parental bereavement. *Death Studies*, 18(2), 105-129.
- Chamberlain, K., & Zika, S. (1988). Measuring meaning in life: An examination of three scales. *Personality and Individual Differences*, 9(3), 589-596.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200-207.
- Currier, J. M., Holland, J. M., & Neimeyer, R. A. (2006). Sense-making, grief, and the experience of violent loss: Toward a mediational model. *Death Studies*, 30(5), 403-428.
- Davis, C. G., Wortman, C. B., Lehman, D. R., & Silver, R. C. (2010). Searching for meaning in loss: Are clinical assumptions correct? *Death Studies*, 24(6), 497-540.
- Debats, D. L., Van der Lubbe, P. M., & Wezeman, F. R. (1993). On the psychometric properties of the Life Regard Index (LRI): A measure of meaningful life: An evaluation in three independent samples based on the Dutch version. *Personality and Individual Differences*, 14(2), 337-345.
- Farran, C. J., Miller, B. H., Kaufman, J. E., & Davis, L. (1997). Race, finding meaning, and caregiver distress. *Journal of Aging and Health*, 9(3), 316-333.
- Folkman, S. (2013). Stress: Appraisal and coping. In Tumer, J. R., & Gellman, M. (Eds.), *Encyclopedia of behavioral medicine* (pp. 1913-1915). New York, NY: Springer.
- Frankl, V. E. (1959). *Man's search for meaning: An introduction of logotherapy*. New York, NY: Washington Square.
- García-Alandete, J. (2015). Does meaning in life predict psychological well-being? *The European Journal of Counselling Psychology*, 3(2), 89-98.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Gillies, J., & Neimeyer, R. A. (2006). Loss, grief, and the search for significance: Toward a model of meaning reconstruction in bereavement. *Journal of Constructivist Psychology*, 19(1), 31-65.

- Hamilton, E., & Cairns, H. (1961). *The collected dialogues of Plato, including the letters*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Harlow, L. L., Newcomb, M. D., & Bentler, P. M. (1986). Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational factor. *Journal of Clinical Psychology, 42*(1), 5-21.
- Hayes, A. M., Beevers, C. G., Feldman, G. C., Laurenceau, J., & Perlman, C. (2005). Avoidance and processing as predictors of symptom change and positive growth in an integrative therapy for depression. *International Journal of Behavioral Medicine, 12*(2), 111-122.
- Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods, 6*(1), 53-60.
- Janoff-Bulman, R., & McPherson Frantz, C. (1997). The impact of trauma on meaning: From meaningless world to meaningful life. In M. J. Power & C. R. Brewin (Eds.), *The transformation of meaning in psychological therapies: Integrating theory and practice* (pp. 91-106). Hoboken, NJ: John Wiley.
- Lee, V., Cohen, S. R., Edgar, L., Laizner, A. M., & Gagnon, A. J. (2006). Meaning-making intervention during breast or colorectal cancer treatment improves self-esteem, optimism, and self-efficacy. *Social Science & Medicine, 62*(12), 3133-3145.
- Lepore, S. J., & Helgeson, V. S. (1998). Social constraints, intrusive thoughts, and mental health after prostate cancer. *Journal of Social and Clinical Psychology, 17*(1), 89-106.
- Lichtenthal, W. G., Currier, J. M., Neimeyer, R. A., & Keesee, N. J. (2010). Sense and significance: A mixed methods examination of meaning making after the loss of one's child. *Journal of Clinical Psychology, 66*(7), 791-812.
- MacCallum, R. C., Browne, M. W., & Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological Methods, 1*(2), 130-149.
- Michael, S. T., & Snyder, C. R. (2005). Getting unstuck: The roles of hope, finding meaning, and rumination in the adjustment to bereavement among college students. *Death Studies, 29*(5), 435-458.
- Namkung, D. (1980). *A study of the purpose in life among korean high school seniors* (Unpublished doctoral dissertation). Oregon State University, Corvallis, OR.
- Nietzsche, F. (1974). *The gay science*. (W. Kaufmann, Trans.). New York, NY: Vintage. (Original work published 1882)
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology, 109*(3), 504-511.
- Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (2013). *Coping with loss*. Mahwah, NJ: Routledge.
- Nolen-Hoeksema, S., McBride, A., & Larson, J. (1997). Rumination and psychological distress among bereaved partners. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*(4), 855-862.
- Park, C. L. (2008). Testing the meaning making model of coping with loss. *Journal of Social and Clinical Psychology, 27*(9), 970-994.

- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257-301.
- Park, C. L. (2011). Implicit religion and the meaning making model. *Implicit Religion*, 14(4), 405-419.
- Park, C. L., Edmondson, D., Fenster, J. R., & Blank, T. O. (2008). Meaning making and psychological adjustment following cancer: The mediating roles of growth, life meaning, and restored just-world beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(5), 863-875.
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, 1(2), 115-144.
- Park, C. L., Folkman, S., & Bostrom, A. (2001). Appraisals of controllability and coping in caregivers and HIV men: Testing the goodness-of-fit hypothesis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69(3), 481-488.
- Park, C. L., & Helgeson, V. S. (2006). Introduction to the special section: Growth following highly stressful life events-current status and future directions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 791-796.
- Petrou, P., Bakker, A. B., & Van den Heuvel, M. (2017). Weekly job crafting and leisure crafting: Implications for meaning-making and work engagement. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 90(2), 129-152.
- Phelps, L. F., Williams, R. M., Raichle, K. A., Turner, A. P., & Ehde, D. M. (2008). The importance of cognitive processing to adjustment in the first year following amputation. *Rehabilitation Psychology*, 53(1), 28-38.
- Prigerson, H. G., Maciejewski, P. K., Reynolds, C. F., Bierhals, A. J., Newsom, J. T., Fasiczka, A., Frank, E., Doman, J., & Miller, M. (1995). Inventory of complicated grief: A scale to measure maladaptive symptoms of loss. *Psychiatry Research*, 59(1), 65-79.
- Recker, G. T., & Cousins, J. B. (1979). Factor structure construct validity and reliability of SONG test and PIL test. *Journal of Clinical Psychology*, 35(1), 88-91.
- Reker, G. T. (1997). Personal meaning, optimism, and choice: Existential predictors of depression in community and institutional elderly. *The Gerontologist*, 37(6), 709-716.
- 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.
- Savickas, M. L. (2002). Career construction: A developmental theory of vocational behavior. In D. Brown (Ed.), *Career choice and development* (pp. 149-205). San Francisco, CA: John Wiley & Sons.
- Savickas, M. L. (2005). The theory and practice of career construction. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counselling: Putting theory and research to work* (pp. 42-70). Hoboken, NJ: Wiley.
- Savickas, M. L. (2011). *Career counseling*. Washington, DC: American Psychological Association.

- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*(3), 219-247.
- Shear, K., & Essock, S. (2002). *Brief grief questionnaire*. Pittsburgh, PA: University of Pittsburgh.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology, 53*(1), 80-93.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality, 76*(2), 199-228.
- Uren, T. H., & Wastell, C. A. (2002). Attachment and meaning-making in perinatal bereavement. *Death Studies, 26*(4), 279-308.
- Van den Heuvel, M., Demerouti, E., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2013). Adapting to change: The value of change information and meaning-making. *Journal of Vocational Behavior, 83*(1), 11-21.
- Van den Heuvel, M., Demerouti, E., Schreurs, B. H. J., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2009). Does meaning-making help during organizational change? Development and validation of a new scale. *Career Development International, 14*(6), 508-533.
- Wieland, A., Durach, C. F., Kembro, J., & Treiblmaier, H. (2017). Statistical and judgmental criteria for scale purification. *Supply Chain Management: An International Journal, 22*(4), 321-328.
- Yang, N. (2017). *Development and validation of the meaning-making scale in grief* (Unpublished master's thesis). Korea University, Seoul, South Korea.

원 고 접 수 일 : 2017. 08. 30

수정원고접수일 : 2018. 01. 12

게 재 결 정 일 : 2018. 01. 19

## Validation of the Korean Version of the Meaning-making Scale (K-MMS)

NaYeon Yang

Sujung Lee

Korea University

The current study aimed to validate the Korean version of the Meaning-making Scale (K-MMS) and to examine the concurrent and discriminant validity of the meaning-making scale with other scales: The Meaning in Life Questionnaire, the Purpose in Life Test, the Life Orientation Test-Revised, and the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. A total of 300 participants (134 females, 166 males) participated in the current study, and confirmatory factor analysis was conducted to examine the model fit of the scale. Although the original meaning-making scale consisted of seven items, a total of six items were finalized for the Korean version of the meaning-making scale after deleting one item based on the statistical and judgmental criteria for scale purification. Finally, concurrent and discriminant validity was evaluated with the other scales. Implications for practice and suggestions for future research are discussed.

*Key words* : meaning-making, meaning, scale validation, confirmatory factor analysis, reliability