

한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 타당화*

신 문 혜

인천대학교 / 박사

이 지 연†

인천대학교 / 교수

본 연구는 Louis, Wood, Lockwood, Ho와 Ferguson(2018)의 긍정도식척도(The Young Positive Schema Questionnaire; YPSQ)를 한국판으로 타당화 하는 데 목적이 있다. 예비연구에서 수도권에 거주하는 성인 185명의 YPSQ 예비척도 설문자료로 탐색적 요인분석을 실시하였다. 이 과정을 통해 원척도와 달리 한국판 긍정도식척도(YPSQ)는 12요인 구조의 49문항으로 구성되었으며 높은 신뢰도를 나타내었다. 또한, 검사-재검사 신뢰도로 시간적 안정성도 확인되었다. 다음으로 수도권에 거주하는 성인 460명의 자기 보고식 설문자료를 가지고 타당도를 확인하였다. 먼저 한국판 YPSQ와 YSQ의 상관관계로 구성타당도를 확인하였고, 또한 감사 성향(K-GO-6), 삶의 만족도(SWLS), 정서적 고통(DASS-21), 5요인 성격특성(BFI) 과의 상관분석으로 수렴타당도를 실시하였다. 그리고 한국판 YPSQ가 YSQ를 넘어 준거 변인들에 대한 독립적인 설명력을 갖는지에 대한 증분타당도를 검증하여, 한국판 긍정도식척도(YPSQ)와 초기부적응도식 질문지(YSQ)가 정신건강을 측정하는 서로 다른 개별적인 척도임을 확인하였다. 위 결과들은 한국판 긍정도식척도(YPSQ)가 개인의 초기적응도식(EAS)을 잘 측정할 수 있는 유효한 도구임을 나타내었다. 끝으로 본 연구의 의의와 제한점, 후속 연구에 대해 제언하였다.

주요어 : 긍정도식척도, 초기부적응도식, 긍정심리, 강점, 척도 타당화

* 본 연구는 신문혜(2020)의 인천대학교 박사학위논문 ‘한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 타당화 연구’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 이지연, 인천대학교 일반대학원 교육학과 교수, 인천시 연수구 아카데미로 119(송도동)
Tel : 032-835-8176, E-mail : becoming@inu.ac.kr

심리도식치료에서는 심리도식이 적응/긍정적 도식과 부적응/부정적 도식으로 나누어진다고 보았고(McGinn & Young, 1996; Young, Klosko, & Weishaar, 2003), 심리적 부적응을 이해하는 초기부적응도식(Early Maladaptive Schema; EMS)에 대응하는 도식을 초기적응도식(Early Adaptive Schema; EAS)이라 하였다(Lockwood & Perris, 2012). 초기적응도식(EAS)은 초기부적응도식과 마찬가지로 자신과 타인과의 관계에 관한 기억, 인지, 신념, 신체적 감각 및 신경 생물학적 반응으로 구성되며, 시간이 지나도 잘 변하지 않는 특성을 지닌다. 그리고 개인의 핵심적 정서욕구들이 주 양육자에 의해 아동기와 청소년기에 충족되면 긍정적 기능과 적응적 행동 성향으로 나타나게 된다. 반면 초기부적응도식(EMS)은 아동기와 청소년기에 주 양육자에 의해 개인의 핵심적 정서욕구들이 충족되지 않았을 때 역기능적이고 만성적인 성격 문제들로 연결된다(Louis et al., 2018; Young et al., 2003).

Young(1990)에 의해 개발된 심리도식치료는 대상관계, 애착 이론, 계슈탈트 치료 등을 통합시켜 전통적인 인지행동치료를 확장한 심리치료로, 성격장애나 만성적인 심리장애를 가진 이들의 인지 양상과 주제를 목록화하고 핵심적 심리적 주제들로 유형화하여 5개의 범주, 18개의 도식으로 구성하였고 이를 초기부적응도식(EMS)이라 하였다. 심리도식치료는 개인의 부적응 도식을 식별하고, 이를 극복하도록 돕는 데 초점을 둔다. 이 과정에서 초기부적응도식 질문지(Young Schema Questionnaire)는 필수적인 부분으로 초기 사례개념화를 돕고 내담자의 회기 진행 상황을 추적하며 다시 점검된다(Louis et al., 2018; Young et al., 2003). 초기부적응도식은 국내에서도 대인관계, 성격장

애(성격 병리), 우울, 심리적 부적응 등에 관한 임상, 경험적 연구들(구성희, 채규만, 2013; 권은영, 황순택, 2017; 길영란, 박미란, 이지연, 2016; 김순화, 이은희, 2018; 양동석, 2012; 정연재, 2019; 조성호, 2001, 2002; 하용수, 2008)로 이어졌다. 연구들에서 초기부적응도식은 개인의 정신 병리를 설명할 수 있으며, 우울, 불안, 적대감 등의 주요 정서 증상과 편집성, 경계선 등의 주요 성격장애에 관한 이론적 입장에 맞는 임상적 설명력을 지니고 있음이 확인되었다(조성호, 2002). 또한, 연구들을 통해 개인의 심리도식의 안정성이 확인되었고(양동석, 2012), 스트레스 상황에서 활성화되어 일상의 부적응을 가져오므로 개인의 초기부적응도식의 특성에 따른 치료적 접근이 필요함이 시사되었다(정연재, 2019).

그러나 긍정심리학이 정신 병리 문제에 있어 부정적인 것의 감소를 넘어 행복을 예측하고, 심리적 장애 등을 줄여가는 데 있어 부정적인 측면을 줄이는 것보다 긍정적인 측면을 높이고 강화하는 것이 더 성공적일 수 있음이 확인되면서(Geraghty, Wood, & Hyland, 2010), 개인의 부적응적인 인지 패턴과 경험을 반복하게 하고 정신 병리와 관련이 되는 초기부적응도식에 대응되는, 즉, 개인의 적응적이고 건강한 정신건강을 설명할 수 있는 초기적응도식(EAS)에 대한 관심과 필요성이 대두되었다(Louis et al., 2018).

이에 Louis 등(2018)은 20대~50대의 성인을 대상으로 아시아 4개국인 마닐라(필리핀), 방갈로(인도), 싱가포르, 쿠알라룸푸르(말레이시아)와 미국 서부지역에서 데이터를 수집하여 부모의 양육 패턴과 핵심적 정서욕구, 그리고 초기부적응도식과 초기적응도식 사이의 이론적 연관을 기반으로 하여 개인의 적응적인 심리 속성

을 측정할 수 있는 긍정도식척도(The Young Positive Schema Questionnaire; YPSQ)를 14개 긍정도식과 56문항으로 개발하였다. 14개의 긍정도식은 정서적 충족(Emotional Fulfillment), 성공(Success), 공감적 배려(Empathic Consideration), 기초 건강과 안전/낙관성(Basic Health and Safety/Optimism), 정서개방과 자발성(Emotional Openness and Spontaneity), 자기자비(Self-Compassion), 건강한 경계/발달된 자기(Healthy Boundaries/Developed Self), 사회적 소속(Social Belonging), 건강한 자기통제/자기 훈육(Healthy Self-Control/Self-Discipline), 현실적 기대(Realistic Expectations), 자기지향(Self-Directedness), 건강한 자기관심/자기돌봄(Healthy Self-Interest/ Self-Care), 안정 애착(Stable Attachment), 건강한 자기신뢰/유능감(Healthy Self-Reliance/Competence)이다. 개발 과정에서 초기부적응도식 질문지(YSQ-S3; Young & Brown, 2005)의 초기부적응도식(EMS)과 초기적응도식(EAS)의 대응구조를 확인하면서 초기부적응도식의 대부분은 초기적응도식과 대응구조를 나타내었지만, 4개의 초기부적응도식(결함, 복종, 비판주의, 불신)은 대응구조가 보이지 않았다. 이처럼 부적응 도식의 수가 더 많다는 것은, 긍정적인 정보보다는 부정적인 정보에 더 주의를 기울이고 이를 배우고 사용하는 부정편향(Vaish, Grossmann, & Woodward, 2008)이 존재함을 보여주는 것으로, 유아의 사회적 참조와 도식들의 초기 형성과정에서 부적응 도식이 긍정적 도식보다 미묘하게 더 많은 영향을 줄 수 있다는 것을 나타내고 있다 (Ito, Larsen, Smith, & Cacioppo, 1998; Louis et al., 2018). 또한, 이 결과는 정신건강과 정신병리가 동일한 차원의 양극단이 아닌 완전히 독립적인 차원으로 이해되듯이(Keyes, 2002), 초기적응도식과 초기부적응도식이 개별적으로

형성된다는 것을 보여주는 것이기도 하다. 이는 초기적응도식들이 함께 결합하고, 초기부적응도식들이 같이 모이게 되지만 초기적응도식과 초기부적응도식의 경험들은 다른 형태에 의해서 모이는 별도의 구조임을 보여준다. 하지만 초기적응도식의 존재와 강도가 대응되는 초기부적응도식의 강도를 반대적으로 낮게 할 수도 있을 것이라 예상할 수도 있다. 그러나 개인은 초기적응도식과 함께 초기부적응도식을 동시에 경험할 수도 있고 그 반대의 경우도 마찬가지이며, 이것은 초기부적응도식의 강도가 감소한다고 해서 초기적응도식이 반드시 증가할 것이라는 것을 의미하지 않는다. 따라서 개인이 자기 자신과 세상에 대해서 여러 가지 모순된 신념을 동시에 가질 수도 있음을 보여준다. 이에 개발과정에서 초기적응도식을 대응하는 초기부적응도식의 극적인 반대가 아닌 개별적인 도식으로 예측하고, 긍정도식척도(YPSQ)가 대응되는 초기부적응도식 질문지(YSQ)를 넘어 독립적인 설명력을 갖는지에 대한 증분타당도(incremental validity)를 입증하여, YPSQ와 YSQ가 정신건강을 개별적으로 측정하는 서로 다른 척도라는 것이 확인되었다(Louis et al., 2018).

그리고 Louis 등(2018)은 개인의 감정과 행동들은 그 순간에 어떤(둘 중의 하나) 도식이 활성화되는가에 달려있으므로, 치료자가 개인들의 중요한 주제에 대해 전체적인 이해를 원한다면 개인의 긍정도식과 부적응 도식을 별개로 측정하고 두 심리도식의 상대적 강도를 평가하는 것이 중요하다고 보았다. 이는 긍정과 부정은 상호의존적이므로 완전한 이해를 위해서는 긍정과 부정의 두 요소 간 역동적인 상호작용을 정밀하게 분석할 필요가 있다고 설명하는 긍정심리학의 관점(Aspinwall &

Staudinger, 2002)과도 유사하다. Louis 등(2018)은 부정적인 측면과 긍정적인 측면을 같이 이해하는 것의 중요성을 강조하면서, 개발된 긍정도식척도(YPSQ)로 초기부적응도식과 긍정도식이 어떻게 상호작용하여 개인의 적응 기능에 영향을 미치는지를 설명할 수 있게 되면 심리도식치료와 광범위한 연구들에 균형 잡힌 접근들이 이루어 질것으로 기대하였다. 이상은 개인의 긍정적인 자원이자 강점인 초기적응도식을 측정하는 긍정도식척도(YPSQ)가 증상의 경감과 문제의 해결에 초점을 둔 전통적인 심리치료와 달리, 정신병리가 없는 상태를 넘어 정신적으로 행복한 상태에 도달을 목표로 하는 긍정심리학의 취지에 부합하는 과학적이고 유효한 도구로 사용될 수 있음을 예상하게 한다.

긍정심리치료는 주로 긍정 상태와 긍정 특질을 중심으로 하면서(Seligman, 2002), 이를 측정할 수 있는 심리적 안녕감(PWBS), 정신적 웰빙 척도(MHC-SF), 감사(GQ-6), 삶의 만족도(SWLS), 긍정심리치료척도(PPTI), 성격강점검사(CST) 등이 개발되어 국내에서도 타당화 되었다. 하지만 지금까지 타당화 된 긍정심리척도들은 인간의 보편적인 긍정 상태와 긍정 특질을 정의하고 측정하는 한계를 지닌다. 긍정 특질에 관한 CST도 인간을 이롭게 하는 덕목과 보편적인 가치관에 부합되는 강점들로 개인을 설명하고 있다. 그러나 개개인은 유사한 환경 자극을 경험하더라도 그 자극의 의미는 개인마다 다르게 해석될 수 있다. 그러므로 개인의 주관적 심리 세계에 접근하기 위해서는 개인의 도식, 자기와 타인(혹은 세상)에 대해 가지고 있는 내용과 방식을 파악하는 것이 필요하다(유성진, 권석만, 2008). 따라서 개인의 어린 시절의 경험이 자신과 타인과의 관계

에 관한 기억, 인지, 신념, 신체 감각 등으로 구성되어, 예측 가능성과 확실함을 제공하며 익숙하기에 시간이 지나도 잘 변하지 않는 특성이 있는 심리도식(Lockwood & Perris, 2012; Young et al., 2003), 즉, 개인의 현재 적응의 기원을 보여주는 초기적응도식(EAS)을 측정하는 도구가 필요하다고 보았다. 최근 독일어로 번역되어 일반군에 비해 정신과 환자군에 EAS가 덜 활성화될 수 있음을 밝힌 연구(Paetsch et al., 2020)를 제외하고는 YPSQ와 관련한 경험적 연구를 국내외에서 찾기 어렵다. 이에 본 연구에서는 영문판 YPSQ를 번안하여 한국판 타당화를 진행하고자 하였다. 여러 실증적 연구에서 긍정적 특성을 측정하는 성격강점들은 감사와 삶의 만족도, 심리적 안녕감, 긍정 정서 등과 정적상관을 나타내었고, 우울 등의 부정 정서와는 부적 상관을 보였다(김지영, 권석만, 2015; 임영진, 2010; 윤성민, 2011). 반면, 초기부적응도식은 우울, 불안과 정적 상관을 나타내었다(조성호, 2002; Lee, Choi, Rim, Won, & Lee, 2015). 그리고 스트레스의 경우는 누적되어 부적절한 방향으로 반복 표출될 때에 심리적 부적응과 정신 병리로 발전되었다(이지영, 권석만, 2006). 또한 Louis 등(2018)의 연구에서 긍정도식은 감사, 삶의 만족도 그리고 긍정적인 특성이 지닌 우호성, 개방성, 성실성, 외향성과는 정적 상관을 나타내었고 부정적 특성을 지닌 초기부적응도식, 신경증, 우울, 불안, 스트레스와는 부적 상관을 나타내었다. 따라서 Louis 등(2018)이 개발 시 사용한 척도들, 5요인 성격특성(BFI), 감사 성향(GQ-6), 정서적 고통(DASS-21), 삶의 만족도(SWLS), 초기부적응도식(YSQ)을 사용하여 구성, 수렴, 증분 타당도를 진행하는 과정에서 YPSQ와 각 준거 변인과의 상관관계를 살펴보면 긍정적인 특성이

있는 감사 성향, 삶의 만족도, 우호성, 개방성, 성실성, 외향성은 정적 상관을 나타내고, 부정적 특성이 있는 정서적 고통(우울, 불안, 스트레스)과 초기부적응도식은 YPSQ와는 부적 상관을 나타낼 것으로 예상하였다. 더불어 문화적, 대상적 차이 등으로 인해 원개발자가 제시한 요인구조와는 다른 요인구조나 문항 등이 구성될 수 있음을 염두에 두었다.

YPSQ는 내담자들의 만성적이고 쉽게 변하지 않는 부정적 편향 경향을 다른 초점을 통해 이해하고 줄여 가는 데 도움이 될 것이다. 또한, 초기부적응도식(YSQ)과 함께 사용되어 내담자가 부모, 주 양육자로부터 받지 못한 핵심적 정서욕구와 받은 핵심적 정서욕구를 확인하고 부모에 대한 양가적 마음을 이해하면서, 개인의 강점과 자원들을 확인하고 문제 해결을 돕는 초기 사례개념화의 도구로 사용될 수 있기를 기대하였다.

방 법

연구 대상

본 연구는 20대~50대 초의 성인을 대상으로 하였다. 원척도 YPSQ가 성인을 대상으로 개발된 척도이기에 한국판 타당화 과정에서도 동일하게 대상을 성인으로 선정하여 연구를 진행하였다. 예비연구를 위해 2019년 6월 동안 서울, 경기, 인천에 거주하는 성인 남녀 191명을 대상으로 한국판 긍정도식척도 예비설문을 지필 검사로 실시하였고 독해에 어려움 없음과 가독성을 확인하였다. 이 중 누락되거나 불성실한 응답이 있는 자료를 제외하고 최종적으로 성인 185명의 자료를 사용하였다. 남

자 71명(38.4%), 여자 114명(61.6%)이며 연령은 20대 88명(47.6%), 30대 32명(17.3%), 40대 32명(17.3%), 50대 33명(17.8%)으로 평균 33.8세였고, 이 중 51명(평균 26세)에게는 4주 간격으로 검사-재검사를 실시하였다. 그리고 본연구를 위해 한국판 YPSQ의 타당도 확인을 위한 준거 척도로 자기 보고식 설문을 구성하여, 2019년 7월~8월 동안 서울, 인천, 경기도에 거주하는 성인 475명을 대상으로 지필 검사와 온라인 설문지를 실시하였다. 불성실한 응답을 제외하고 최종적으로 성인 460명의 자료를 사용하였다. 남자 215명(46.7%), 여자 245명(53.3%)이고 연령은 20대 172명(37.4%), 30대 99명(21.5%), 40대 99명(21.5%), 50대 90명(19.6%)으로 평균 36.1세였다.

연구 절차

먼저 원개발자(Dr. Louis)에게 연구 목적과 대상 등의 정보를 제공하고, YPSQ의 한국판 타당화에 대한 허가를 받았다. 이후 원척도를 번역하고, 이중 언어자인 석사 이상 연구자 2명이 척도 원문을 접하지 않은 상태에서 한글 번안본을 역 번역하였다. 그리고 상담심리 박사과정 2인과 교수 1인이 원문과 역번역된 척도를 비교하면서 척도 번안의 의미 등을 확인하는 수정과정을 반복하여 한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 예비설문을 구성하였다. 예비연구에서는 성인 185명의 예비설문지 자료로 문항분석과 탐색적 요인분석을 실시하여 요인구조와 신뢰도를 확인하였다. 또한, 이 중 51명에게는 4주 간격으로 검사-재검사를 진행하였다. 그리고 본연구에서는 성인 460명의 자료를 사용하여, 예비연구에서 확인한 요인구조의 안정성을 확보하고자 확인적 요인분석을

통해 구조의 모형 적합도를 확인하였고, 한국판 YPSQ의 타당도를 검증하였다.

측정 도구

긍정도식척도(YPSQ) 예비 척도

Louis 등(2018)이 개발한 영문판 긍정도식척도(YPSQ)를 번안하여 구성된 예비척도를 사용하였다. 14개의 하위 도식(정서적 충족 5문항, 성공 5문항, 공감적 배려 4문항, 낙관성/기본 안전 5문항, 정서개방 4문항, 자기자비 3문항, 건강한 경계/발달된 자기 3문항, 사회적 소속 5문항, 건강한 자기통제/훈육 4문항, 현실적 기대 4문항, 자기지향 4문항, 자기관심/돌봄 3문항, 안정애착 4문항, 자기신뢰/유능감 3문항)으로 총 56문항이며, 각 문항은 1점(나와 완전히 다름)에서 6점(완벽히 나와 일치)까지로 6점 Likert 척도로 측정하였다. 점수의 총합이 높을수록 해당 도식이 높다는 것을 의미한다. Louis 등(2018)의 연구에서 각 도식의 Cronbach's α 는 정서적 충족 .85, 성공 .93, 공감적 배려 .81, 낙관성/기본 안전 .87, 정서개방/자발성 .87, 자기자비 .81, 건강한 경계/발달된 자기 .78, 사회적 소속 .92, 건강한 자기통제/훈육 .80, 현실적 기대 .85, 자기지향 .82, 자기관심/돌봄 .76, 안정 애착 .86, 자기신뢰/유능감 .85였고, 본 예비 연구에서 Cronbach's α 는 정서적 충족 .97, 성공 .94, 공감적 배려 .85, 낙관성/기본 안전 .89, 정서개방/자발성 .90, 자기자비 .84, 건강한 경계/발달된 자기 .76, 사회적 소속 .94, 건강한 자기통제/훈육 .85, 현실적 기대 .85, 자기지향 .88, 자기관심/돌봄 .83, 안정 애착 .90, 자기신뢰/유능감 .84이다.

초기부적응도식(YSQ)

Young(1990)이 개발하고 이미엘(2006)이 번안한 YSQ-S의 15개 도식과 Young과 Brown(2005)의 YSQ-S3에 새롭게 포함된 초기부적응도식(차별, 승인/인정추구, 부정성/비관주의)을 연구자가 번안하고, 이중 언어 연구자 2인의 역번역 등의 과정을 거쳐 문항을 구성하여, 총 18개의 초기부적응도식을 측정하였다. 본 척도는 각 5문항, 총 90문항이며 6점 Likert 척도로 점수의 총합이 높을수록 해당 도식이 높다는 것을 의미한다. 이를 측정하는 예시문항은 '나를 보살펴주거나, 고민을 나누거나, 내 일에 깊은 관심을 가져준 사람은 없었다(정서적 결핍).', '가까운 사람들이 내 곁을 떠난 것 같은 두려움 때문에 더 매달리게 된다(유기/불안정).', '사람들이 날 이용할 거라고 느낀다(불신/학대).', '나는 어느 곳에서든 잘 어울리지 못한다(사회적고립/소외).', '내 결점을 알고 나면, 아무도 나를 사랑해주지 않을 것 같다(결함/수치심).', '일이나 성취 면에서 나는 남들에 비해 능력이 뒤쳐진다(실패).', '혼자서는 일상 생활에서 부딪히는 난관을 헤쳐 나갈 자신이 없다(의존/무능감).', '무언가 좋지 않은 일이 일어날 것 같은 느낌을 떨칠 수가 없다(위험/질병취약성).', '내 또래의 다른 사람들과 달리, 나는 부모님으로부터 분리되어 있지 못하다(융합/미발달된 자기).', '내 마음대로 했다가는 문제만 생길 것 같은 기분이다(복종).', '가까운 사람들은 결국 내가 돌봐야 하는 처지에 놓이게 되는 경우가 많다(자기희생).', '타인에게 내 감정을 표현하는 것이 당황스럽다(정서적 억제).', '나는 내가 하는 모든 일에 최선을 다해야 한다. 최선을 다하지 않는 것을 받아들일 수 없다(엄격한 기준/과잉비판).', '강요를 당하거나 원하는 것을 방해받게 되면, 정말이지

참을 수가 없다(특권의식/옹대성).’, ‘먼 훗날의 목표를 위해 눈앞의 만족이나 즐거움을 참아 내기가 매우 어렵다(부족한 자기통제/훈련).’, ‘만약 내가 실수를 했다면 나는 벌을 받아야 한다(처벌).’, ‘다른 사람들이 나에게 관심을 많이 주지 않으면 난 내가 덜 중요하다 느낀다(승인/인정추구).’, ‘뭔가 좋은 일이 일어나면 이어서 나쁜 일들이 생길까봐 걱정한다(부정성/비관주의).’가 있다. 이미엘(2006)의 연구에서 Cronbach's α 는 정서적 결핍 .91, 유기/불안정 .87, 불신/학대 .86, 사회적 고립/소외 .93, 결함/수치심 .93, 실패 .94, 의존/무능감 .90, 위협/질병취약성 .86, 융합/미발달된 자기 .92, 복종 .89, 자기희생 .75, 정서적 억제 .83, 엄격한 기준/과잉비판 .84, 특권의식/옹대성 .73, 부족한 자기통제/훈련 .86 이었고, 본 연구에서 Cronbach's α 는 정서적 결핍 .92, 유기/불안정 .92, 불신/학대 .90, 사회적 고립/소외 .94, 결함/수치심 .95, 실패 .94, 의존/무능감 .89, 위협/질병취약성 .85, 융합/미발달된 자기 .91, 복종 .91, 자기희생 .83, 정서적 억제 .89, 엄격한 기준/과잉비판 .86, 특권의식/옹대성 .83, 부족한 자기통제/훈련 .89였고 새롭게 변안한 도식의 경우 처벌 .87, 승인/인정추구 .84, 부정성/비관주의 .90이다.

5요인 성격특성(Big Five Inventory; BFI)

John과 Srivastava(1999)가 개발하고 김지현, 김복환, 하문선(2011)이 간편형 한국어 BFI로 타당화한 척도를 사용하였다. 우호성은 타인과 편안하고 조화로운 관계를 유지하는, 외향성은 사람을 사귀고 상호작용을 원하면서 사교적인, 성실성은 사회적 규칙 및 규범을 준수하고 책임을 완수하는, 개방성은 지적 자극과 변화, 다양성을 선호하는 정도를, 신경증은

어떤 상황에서 쉽게 흥분하고 강한 정신적 반응을 보이는 정도를 의미한다. 각 3문항, 총 15문항으로 5점 Likert이고 부정적 진술문은 역점수로 환산한다. 점수가 높을수록 해당 특성의 성향이 높음을 의미한다. 예시문항으로 ‘나는 사려 깊고 거의 모든 사람에게 친절한 사람이다(우호성).’, ‘나는 수다스러운 사람이다(외향성).’, ‘나는 일을 완벽하게 하는 사람이다(성실성).’, ‘나는 활발한 상상력을 가진 사람이다(개방성).’, ‘나는 쉽게 침울해지는 사람이다(신경증).’가 있다. 김지현 등(2011)의 연구에서 간편형 한국어 BFI의 Cronbach's α 는 우호성 .67, 외향성 .74, 개방성 .82, 성실성 .75, 신경증 .75이었고, 본 연구에서는 Cronbach's α 는 우호성 .73, 외향성 .79, 개방성 .87, 성실성 .76, 신경증 .82이다.

정서적 고통(DASS-21)

Lovibond와 Lovibond(1995)가 개발한 DASS-21의 한국어판(Lee et al., 2019)을 DASS 홈페이지(<http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/>)에서 다운받아 사용하였다. 하위 영역인 우울, 불안, 스트레스는 각 7문항, 총 21문항으로 4점 Likert로 측정되며, 점수가 높을수록 각 정서적 고통이 심하다는 것을 의미한다. 예시문항으로 ‘어떤 것에도 긍정적인 감정을 느낄 수가 없었다(우울).’, ‘입이 바짝 마르는 느낌이 들었다(불안).’, ‘내가 하는 일에 방해가 되는 것을 용납할 수 없었다(스트레스).’가 있다. Lee 등(2019)의 연구에서 Cronbach's α 는 우울 .81, 불안 .84, 스트레스 .85였고, 본 연구에서 Cronbach's α 는 우울 .95, 불안 .94, 스트레스 .93이다.

삶의 만족도(SWLS)

Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)가 개발한 것을 이은경(2005)이 번안한 것을 사용하였다. 총 5문항으로 7점 Likert로, 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높음을 의미한다. 예시문항으로 ‘나는 대체로 내 이상에 가까운 생활을 하고 있다.’가 있다. 이은경(2005)의 연구에서 Cronbach's α 는 .85였고, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .92이다.

감사 성향(K-GQ-6)

McCullough, Emmons와 Tsang(2002)이 개발하고 권선중, 김교현, 이홍석(2006)이 표준화한 K-GQ-6를 사용하였다. 총 6문항, 7점 Likert이며, 점수가 높을수록 감사성향이 높다는 것을 의미한다. 예시문항으로 ‘내 삶에는 감사할거리들이 매우 많다’가 있다. 권선중 등(2006)의 연구에서 Cronbach's α 는 .85였고, 본 연구에서 Cronbach's α 는 .91이다.

자료 분석

예비연구에서는 문항분석으로 평균이 극단값으로 치우친 문항, 표준편차가 작은 문항, 문항-전체 간 상관, 문항 제거 시 내적합치도, 문항 간 상관 등으로 문항의 양호도를 종합적으로 검토하였다. 문항 간 상관은 .80 이상, 문항-전체 간 상관은 .30 이하를 평가 기준으로 보았다. 그리고 예비문항의 내적합치도(Cronbach's α)를 산출하였고, 한국어로 번안된 YPSQ의 요인구조를 확인하기 위해 먼저 수집된 자료가 요인분석에 적합한지를 KMO값(Kaiser-Meyer-Olkin Measure)과 Bartlett의 구형성으로 확인하였다. 요인추출은 최대우도법을 사용하여 공통요인을 분석하고, 요인의 의미

를 더 확인하기 위하여 요인회전법으로 요인간의 상관을 가정하는 사각회전인 프로맥스(Promax)를 사용하였으며(노형진, 2014), 또한, 요인구조의 적절성을 결정하기 위해 고유값 1 이상인 고유치(eigen value), Scree 도표, 설명량과 요인부하량이 .40 이상 등의 문항을 확인하면서 요인구조와 문항을 구성하였다. 자료 분석은 SPSS 21.0을 사용하였다.

본연구에서는 예비연구에서 확인한 요인구조의 안정성을 확보하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. AMOS 21.0을 사용하여 최대우도법으로 측정모형에 대한 모수치를 추정하고 요인분석을 실시하였고, 모형의 적합도를 평가하기 위해 χ^2 값 외에 표본 크기에 비교적 덜 민감한 상대적 적합지수인 CFI, TLI와 절대적 적합도 지수인 RMSEA등을 사용하였다. TLI, CFI는 .90 이상일 때, RMSEA는 .05 이하면 좋은 적합도이고, .80 이하이면 보통의 적합도이다(홍세희, 2000). 다음으로 한국판 YPSQ와 준거 관련 척도들과의 구성, 수렴타당도를 확인하기 위해 pearson 상관분석을 실시하였다. 구성타당도의 경우는 원척도 YPSQ가 YSQ와의 대응구조를 기반으로 개발되었으므로 두 척도 간에 유의한 부적 상관을 나타내면 구성타당도가 확인되었다고 할 수 있다. 또한, 증분타당도를 검증하고자 모든 준거 변인들을 종속 변인으로, YSQ와 YPSQ를 예언 변인으로 위계적 회귀분석을 실시하여 한국판 긍정도식(YPSQ)이 초기부적응도식(YSQ)이 설명하는 변량을 넘어 독립적인 설명량을 갖는지를 확인하였다.

결 과

예비연구: 문항분석과 탐색적 요인분석

문항의 평균은 3.27~4.37로 극단 값이 없었고, 표준편차는 0.989~1.399로 값이 .5 이상으로 분포되었다. 문항-전체 간 상관에서 .30 이하의 문항은 없었고 상관계수는 .325~.737이었다. 문항 간 상관에서 상관계수 .8이상을 보이는 문항7과 문항8, 그리고 문항32를 삭제하였다. 다시 예비 53문항을 분석했을 때 .8 이상의 높은 상관을 보이는 문항들은 없었고, 예비 53문항의 전체 Cronbach's α 는 .97이었다. 다음으로 YPSQ의 53문항으로 탐색적 요인분석(EFA)을 실시하였다. KMO값은 문항 변수

간의 상관관계에 따른 다른 변수에 의해 설명되는 정도를 나타내며 1에 가까울수록 표본의 상관행렬이 요인분석에 적합함을 의미하므로, .80 이상이면 양호한 값으로 볼 수 있고(김계수, 2010), Bartlett 값은 $p < .05$ 일 때 적절하다. 표 1과 같이 KMO=.918, Bartlett=7587.720($p < .001$)로 나타나 요인분석이 가능한 자료라고 확인되었다. 요인분석 결과 고유치가 1 이상인 요인 12개가 전체 변량의 74.65%를 설명하였고, 스크리 도표에서도 12개요인 이후로 고유 값이 차이가 나지 않았다. 표 2에 결과를 제시하였다.

각 구성개념을 잘 설명하는 문항을 선정하

표 1. KMO와 Bartlett의 구형성 검정

표준형성 적절성의 Kaiser-Meyer-Olkin 측도		.918
Bartlett의 구형성	근사 카이제곱	7587.720
	자유도/유의확률	1378/.000

표 2. 한국판 YPSQ의 요인구조와 신뢰도 (N=185)

영문판	한국판	문항	신뢰도	요인											
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
자기 지향	자기 추구/지향	43		1.059	.040	-.001	-.107	-.040	-.033	.040	-.189	-.008	-.020	-.038	-.014
		44		.782	-.182	.192	-.053	-.190	-.009	-.040	-.054	.059	.195	.023	.017
		45	.87	.659	.016	-.041	.059	-.058	.084	-.098	.087	-.034	-.002	.089	.089
		46		.781	.133	-.036	.006	-.208	.118	.047	-.041	.057	.045	.056	-.035
		47		.470	.016	-.102	.151	.032	.055	.098	.253	-.083	-.011	-.106	-.145
자기 관심		48		.355	.055	-.062	.170	.118	.190	.055	.169	-.066	-.012	-.108	-.108
		49		.125	.000	-.030	.234	-.129	.177	.173	.312	.012	-.219	.016	.173
		1		-.013	.883	.043	-.059	.105	.004	.111	-.189	-.036	-.020	.040	.067
정서적 충족	정서적 충족	2		.110	.719	.204	-.068	-.011	-.086	.087	.070	-.027	-.008	.058	-.056
		3	.92	-.090	.839	.027	.013	.004	.071	.044	-.005	-.020	.027	.011	.060
		4		-.002	.586	-.075	.067	-.014	-.079	.012	.230	.020	.048	.060	-.053
		5		.107	.711	-.035	.121	-.077	-.025	-.008	.150	.034	-.006	-.043	-.098

표 2. 한국판 YPSQ의 요인구조와 신뢰도 (N=185)

(계속 1)

영문판	한국판	문항	신뢰도	요인											
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
		15		.041	.046	.793	-.137	.114	.064	.019	-.016	-.029	-.124	.098	-.059
낙관성/기본 안전	낙관성/기본 안전	16		-.125	.097	.783	.091	.072	.049	-.031	-.100	.110	-.123	.022	.017
		17	.87	-.134	.028	.544	.166	-.199	.038	-.015	.255	.140	-.005	.034	.060
		18		.186	.065	.703	.074	-.014	-.017	-.080	.143	-.014	.026	-.188	-.101
		19		.178	-.165	.554	.255	.067	-.042	.178	-.130	-.131	.136	-.129	-.005
안정 애착	안정 애착	50		-.019	.149	.086	.885	-.076	.029	-.012	-.110	-.009	-.103	.007	.016
		51	.89	-.013	-.105	.039	1.027	.080	-.061	-.010	-.116	-.046	-.062	.063	-.029
		52		.072	.072	.038	.747	-.034	-.017	.012	-.154	-.027	.093	.036	.031
		53		-.149	.008	.025	.637	.085	-.058	.046	.078	.130	.147	.029	-.099
사회적 소속	사회적 소속	30		-.136	.070	.035	.036	.874	-.056	-.026	.009	-.096	.024	.038	-.009
		31	.91	-.108	.022	.036	-.087	1.004	.019	.010	.047	-.131	-.033	.048	.004
		33		-.084	-.032	-.043	.060	.671	.026	.119	.047	.164	.120	-.054	.016
		34		-.041	-.081	.072	.164	.663	.030	.154	-.150	.123	.088	.001	.004
공감적 배려	공감적 배려	11		-.106	-.059	.007	.174	-.088	.707	-.018	.135	.117	.024	-.058	-.053
		12	.84	-.116	-.051	.067	-.021	-.056	.781	.082	.026	-.078	.032	.050	.157
		13		.333	.002	.064	-.077	.083	.843	-.084	-.314	-.031	-.005	-.020	-.094
		14		-.013	.064	-.030	-.188	.047	.615	.163	-.027	.037	-.029	.173	.087
정서 개방	정서 개방	20		.061	.008	.247	-.075	.068	-.027	.637	.101	-.067	-.027	.061	.028
		21	.89	.118	-.111	.058	-.065	.125	.122	.650	.248	-.107	-.082	.052	-.061
		22		-.037	.132	-.061	-.035	.023	.008	.833	-.068	.090	.048	-.025	.027
		23		-.090	.213	-.129	.196	-.042	.009	.704	-.096	.136	.123	-.162	.058
성공	성공	6		-.014	-.055	-.004	-.045	.085	-.054	-.027	.856	-.037	.070	-.028	.002
		9	.88	-.058	-.024	.062	-.171	-.024	-.144	.030	.903	.078	.025	.089	.067
		10		-.089	.144	-.005	-.100	-.039	.028	.042	.962	-.116	.053	-.045	-.034
건강한 자기 통제	건강한 자기 통제	35		-.018	-.011	-.008	-.043	.084	.180	-.145	.331	.567	.060	-.067	-.068
		36	.82	.156	.088	-.026	-.195	.104	.147	-.064	-.063	.634	.069	.003	.027
		37		-.072	-.041	.033	.147	.063	.047	-.007	.088	.707	-.129	-.066	-.015
		38		.015	-.038	.044	-.018	-.242	-.166	.182	-.200	.925	-.008	.217	-.035
자기 자비	자기 자비	24		.206	-.037	-.112	-.144	.050	-.003	.107	.069	.075	.765	.054	-.105
		25	.82	-.029	-.001	-.089	.084	.022	.006	.030	.116	-.081	.854	.045	.004
		26		-.008	.171	.132	-.024	.071	.041	-.113	-.084	-.057	.486	.148	.098

표 2. 한국판 YPSQ의 요인구조와 신뢰도 (N=185) (계속 2)

영문판	한국판	문항	신뢰도	요인											
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
건강한 경계	자기 분화 / 자립	27		-.169	-.097	.340	-.101	-.127	.079	.041	.139	.034	.265	.476	-.081
		28		-.113	.105	-.012	.313	.047	.216	-.252	.029	-.146	.139	.446	.017
		29	.80	-.008	.083	-.047	-.019	.035	.014	-.012	-.081	.132	.061	.634	.015
		54		.371	-.033	-.066	.171	.133	-.055	-.006	-.031	.097	-.066	.463	-.092
		55		.303	.077	-.027	.105	.220	-.156	-.055	.212	.069	-.115	.386	-.100
		56		.206	-.103	-.156	.244	-.028	.007	.116	.111	-.034	-.047	.348	.197
현실적 기대	현실적 기대	39		.185	-.068	.057	.001	.167	-.023	-.103	.010	.251	-.065	.000	.488
		40	.82	-.022	-.002	-.081	-.041	-.036	.073	.071	.004	-.069	-.038	.007	.971
		41		.379	.019	.046	.068	-.003	-.107	-.032	.057	-.071	.275	-.072	.447
		42		.328	.117	.134	-.032	.175	-.111	-.119	.218	.093	-.028	-.116	.239
	고유치		20.220	3.163	2.507	2.129	2.030	1.732	1.569	1.471	1.316	1.305	1.109	1.017	
	누적(%)		38.15	44.19	48.85	52.86	56.70	59.96	62.92	65.70	68.18	70.64	72.73	74.65	
	회전계합		13.46	12.46	10.51	14.05	12.92	8.35	9.37	14.28	8.88	8.31	6.53	6.18	
	12요인 총 49문항		전체 신뢰도(Cronbach's α)=.96					검사-재검사 신뢰도=.83							

기 위해 요인부하량 .4 이상, 다른 요인과 이중의 높은 부하량을 보이는 문항들을 확인하여 .4 이하의 요인부하량을 보이는 문항42, 문항48, 문항49와 문항56을 삭제하였다. 그러나 문항55의 경우에는 .386으로 수용가능하다고 여겨 삭제하지 않았다. 문항들을 삭제하고 요인구조를 살펴보면 원칙도와 다르게 자기지향(문항 43, 44, 45, 46)과 자기관심(문항47)이 1개의 요인으로 묶였으며 또한, 건강한 경계(문항 27, 28, 29)와 자기신뢰(문항 54, 55)가 새롭게 1개의 요인으로 구성되었다. 이외 다른 10개의 요인은 원칙도 하위 요인과 같게 문항들이 구성되어 총 12개의 요인구조가 확인되었다. 이는 원개발자가 처음 제시한 14요인 구조와 다르므로 이론적 배경과 의미적으로 본 결과의 요인구조가 무리가 없는지를 문항 내용으로 살펴보았다. 먼저 자기지향43. 다른

사람들이 나를 어떻게 생각하는지 보다 내가 나를 어떻게 생각하느냐가 더 중요하다, 46. 다른 사람이 알지 못하더라도 나는 내 자신의 성취에 가치를 둔다)은 타인의 승인이나 인정 등에 맞추기보다 자신이 중요하게 생각하는 것, 가치에 중심을 두고 스스로에게 진실하게 향하고 있음을, 그리고 자기관심(47. 난 열심히 일도 하면서 여유와 즐거움을 위한 시간도 배분한다)은 자신의 욕구와 만족을 충족시키면서 사회적 관계를 유지할 수 있음을 의미한다. REBT 치료에서 자기관심은 ‘자기 자신에 관심을 두며 진실하고 타인을 위하여 자학적으로 자신을 희생시키지 않으며, 자신에게 적절히 몰입하면서 자유를 누릴 수 있다’로, 그리고 자기지향은 ‘자신에 대한 타인의 행동이나 지지를 좋아하나 매번 요구하지 않으며, 자기 삶에 책임감을 지니고 자기 문제를 독립

적으로 해결할 능력이 있다'로 정의하며 정서적으로 건강한 사람의 기준이며 상담의 목표가 될 수 있다고 보았다(Ellis & Dryden, 1997). 이에 새로운 요인 명을 자신의 가치와 욕구를 추구하면서 자기 방향성을 가지고 진정한 자기감과 자존감을 유지하는 선택을 해 나갈 수 있음을 의미하는 '자기추구/지향'으로 부여하였다. 그리고 건강한 경계(27. 나는 내 인생을 구축하며 살아왔다. 부모와 부모의 문제들에 지나치게 관련되지 않았다. 28. 나의 부모님이 나를 통해 인생을 살고자 한다고 느끼지 않는다. 그들은 내가 내 삶을 살게 해주었다)는 부모와의 분리를 이루어 발달된 자기를 갖추고 자신의 삶을 살고 있음을, 자기신뢰(54. 일상의 기능에 있어 나는 나 자신을 독립적이고 자립적인 사람이라고 생각한다. 55. 일상의 많은 문제들을 내가 해결할 수 있다고 생각한다)는 스스로를 독립적인 존재로 인식하면서 자립적으로 문제를 해결해 나갈 수 있다고 여기는 것이다. 구성된 새로운 요인이 부모로부터의 심리적 독립과 일상에서의 자립을 의미한다고 보았고, 이 개념이 부모와의 정서적 융합에서 벗어나 자신을 분리 독립시키고 자기 정체감 형성과도 관련이 되는 Bowen(1978)의 '자기분화'와 유사하다고 생각되어 '자기분화/자립'이라고 명명하였다. 자기분화는 '한 개인이 가족으로부터의 정서적 융합에서 서서히 벗어나 자신의 자주성을 확립하는 과정'으로, 높은 자기분화 수준은 갈등상황에서도 합리적 사고로 감정을 다스려 효율적 대처할 수 있고, 대인관계 측면에서도 자신과 타인을 분리하는 능력을 가지고 확고한 자아를 토대로 자신의 일관된 신념과 독립성을 지닌 채 타인과 적절한 거리를 유지하여 원만한 대인 관계를 가질 수 있다. 즉, 부모와의 경계를 적절히 하면서

자발적이고 자연스러운 자기를 인식하면서 자기 삶의 중심을 가지고, 자립/유능감을 지니게 된다. 이상의 탐색적 요인분석 결과로 한국판 긍정도식척도(YPSQ)는 12요인 구조의 49문항으로 구성되었다. 전체 Cronbach's α 는 .96이었고, 4주 간격으로 실시한 검사-재검사의 신뢰도는 .83($p < .001$)으로 유의미하여 한국판 YPSQ의 시간적 안정성이 확인되었다. 위 결과를 표 2에 제시하였다.

본연구: 확인적 요인분석과 타당도 검증

탐색적 요인분석 확인된 한국판 YPSQ의 요인구조가 새로운 다른 집단에서도 확인되는지를 알아보기 위해 AMOS 21.0을 사용하여 구조방정식 분석과정에서 최대우도법으로 측정 모형에 대한 모수치를 추정하고 요인분석을 실시하였다. 먼저 모형의 적합도를 평가하기 위해 χ^2 값 외에 표본 크기에 비교적 덜 민감한 상대적 적합지수인 CFI(Comparative Fit Index), TLI(Tucker Lewis Index)와 절대적 적합도 지수인 RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation) 등을 사용하였다. TLI, CFI는 .90 이상일 때, RMSEA는 .05 이하이면 좋은 적합도이고 .80 이하이면 보통의 적합도이다(홍세희, 2000). 12요인 모형은 $\chi^2(df=1061, N=460)=2475.524, p < .001, TLI=.901, CFI=.910, RMSEA(90\% \text{ 신뢰구간})=.054(.051 \sim .057)$ 으로 한국판 YPSQ의 12요인 구조가 본연구의 자료와도 잘 부합하는 것으로 나타났다. 표 3에 제시하였다. 그리고 잠재변인들이 12개의 측정 변인들을 적절히 구인하는지 살펴보기 위해 확인적 요인분석(CFA)을 실시하였다. 표준화된 경로계수와 모수추정 결과를 표 4에 제시하였다.

확인적 요인분석의 결과, 측정 변수에 대한

표 3. 한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 모형 적합도(N=460)

	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA(90% 신뢰구간)
12요인 모형	2475.524	1061	.901	.910	.054(.051~.057)

표 4. 한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 최종 문항과 모수 추정 결과(N=460)

하위 요인	문항	Estimate		표준 오차	t	
		B	β			
정서적 충족	→ 1	대부분의 경우, 나의 욕구와 감정에 주목하며 나를 이해해주고 내 말에 귀를 기울이는 사람들이 있었다.	1.000	.854		
	→ 2	내 인생의 대부분 동안, 나는 누군가에게 특별하다고 느꼈다.	1.083	.851	.046	23.317***
	→ 3	대체적으로, 나에게서 따뜻함과 보호 그리고 애정을 주는 사람들이 있었다.	1.062	.884	.043	24.913***
	→ 4	내가 원하는 그녀/그는 나의 약점을 알더라도 나를 계속 사랑할 것이다.	1.037	.744	.055	18.819***
	→ 5	내가 의지할 수 있는 가까운 사람이 언제나 내 옆에 있다는 것을 안다.	1.070	.807	.050	21.364***
성공	→ 6	나는 일(혹은 학교)에 있어서 대부분의 사람들만큼 똑똑하다.	1.000	.821		
	→ 9	직장(혹은 학교)에 관한 한 나는 보통 다른 사람들만큼이나 혹은 더 잘한다.	1.005	.855	.050	20.286***
	→ 10	성취를 했을 때, 나는 나 자신이 유능한 사람이라고 생각한다.	0.957	.826	.049	19.539***
공감적 배려	→ 11	내가 원하는 것은 할 수 없고 다른 사람들의 결정을 따라야할 때에, 내 뜻을 고집하지 않고 그것을 받아들일 수 있다.	1.000	.751		
	→ 12	그룹 내에서 내 뜻이 받아들여지지 않더라도 괜찮다.	0.982	.773	.062	15.740***
	→ 13	누군가에게 무언가를 요구하고 대답이 “아니오”일 때, 대개 내 방식대로 밀어붙이지 않고 편하게 받아들인다.	1.004	.785	.063	15.967***
	→ 14	나의 기대와 다를지라도 다른 사람의 바람들을 존중한다.	0.928	.768	.059	15.661***
낙관성 / 기본 안전	→ 15	나는 일반적으로 안정적이고 안전하다고 느낀다; 나에게 나쁜 일(심각한 경제적 어려움, 질병, 낯선 이의 해코지 또는 치명적인 사건 등)은 일어나지 않을 것이다.	1.000	.780		
	→ 16	나는 보통 내가 어떤 위협에도 있지 않고 상황이 괜찮아질 것이라고 느낀다.	1.003	.840	.052	19.437***
	→ 17	미래에 살아갈 충분한 돈을 갖게 될 것이고 모든 것을 잃을까 걱정하지 않을 확신이 있다.	1.053	.762	.061	17.253***
	→ 18	언제나 걱정을 할 필요는 없다; 일들이 대체로 잘 풀린다.	1.069	.849	.054	19.692***
	→ 19	난 보통 결정을 내리는 것에 대해 느긋하다; 만약 내가 틀렸다 해도 끔찍한 일이 일어날 것이라고 걱정하지는 않는다.	0.964	.746	.057	16.824***

표 4. 한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 최종 문항과 모수 추정 결과(N=460) (계속 1)

하위 요인	문항	Estimate		표준 오차	t	
		B	β			
정서 개방	→ 20	내 감정을 보여줄 때, 내가 아끼는 사람들은 나를 표현력이 있는 자발적인 사람으로 본다.	1.000	.820		
	→ 21	내게 중요한 사람들은 내가 마음을 열고 편안하게 나의 감정을 보여줄 수 있는 사람으로 본다.	1.039	.867	.047	21.958***
	→ 22	내가 원할 때, 다른 사람들에게 내 감정을 표현하는 것이 편하다.	1.077	.839	.051	20.948***
	→ 23	내가 원할 때, 다른 사람들에게 나의 긍정적인 감정(외모, 호감 가는 사람애기 등)을 표현하는 것이 편안하다.	1.018	.804	.052	19.721***
자기 자비	→ 24	실수를 했을 때, 내가 벌을 받아야한다고 생각하지 않는다. 나를 용서할 수 있다.	1.000	.839		
	→ 25	실수했다더라도, 나 자신을 관대하게 대하면서 나에게 기회를 주고자 한다.	1.052	.882	.051	20.777***
	→ 26	어떤 것에 실패했다더라도, 그것에 대한 고통을 받아야한다고 느끼지 않는다.	0.870	.698	.054	16.036***
자기 분화 / 자립	→ 54	일상의 기능에 있어 나는 나 자신을 독립적이고 자립적인 사람이라고 생각한다.	1.000	.823		
	→ 55	일상의 많은 문제들을 내가 해결할 수 있다고 생각한다.	0.980	.860	.047	20.983***
	→ 27	나는 내 인생을 구축하며 살아왔다. 부모와 부모의 문제들에 지나치게 관련되지 않았다	0.547	.468	.055	10.023***
	→ 28	나의 부모님이 나를 통해 인생을 살고자 한다고 느끼지 않는다. 그들은 내가 내 삶을 살게 해주었다.	0.645	.519	.057	11.246***
	→ 29	나는 대부분의 내 또래들처럼 부모로부터 분리되어 독립적인 사람이 될 수 있었다.	0.619	.500	.057	10.791***
사회적 소속	→ 30	나는 대체로 모임들에 속해 있다고 느낀다.	1.000	.806		
	→ 31	나는 대체로 사람들과 잘 어울린다.	0.934	.842	.045	20.826***
	→ 33	일반적으로 내가 다른 사람들과 함께 있을 때 내가 원하는 것처럼 다른 사람들에게 받아들여지고 있다고 느낀다.	0.918	.888	.041	22.440***
	→ 34	내가 함께 있고 싶은 만큼 다른 사람들과 연결되어 있다고 느낀다.	0.929	.867	.043	21.708***
건강한 자기 통제	→ 35	나는 대체로 나의 결심들을 지킨다.	1.000	.797		
	→ 36	반복적이거나 지루한 일을 완성하도록 스스로를 훈련시킬 수 있다.	1.032	.794	.058	17.677***
	→ 37	목표에 도달치 못할 경우, 나는 지속하면서 쉽게 포기하지 않는다.	1.060	.790	.060	17.583***
	→ 38	나는 장기목표를 달성하기 위해 즉각적인 만족이나 즐거움들을 대부분 희생하는 편이다.	0.959	.664	.067	14.386***

표 4. 한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 최종 문항과 모수 추정 결과(N=460) (계속 2)

하위 요인	문항	Estimate		표준 오차	t	
		B	β			
현실적 기대	→ 39	자신에 대한 기대에 있어 나는 현실적인 편이다. 내가 한 것 을 만족하는 데 있어 최고여야 하는 것은 아니다.	1.000	.629		
	→ 40	나는 잘하고 싶지만 최고가 될 필요는 없다.	1.282	.715	.102	12.598***
	→ 41	나는 완벽할 필요가 없다; 나를 '충분히 좋다'라고 받아들일 수 있다.	1.602	.908	.113	14.152***
자기 추구 / 지향	→ 43	다른 사람들이 나를 어떻게 생각하는지 보다, 내가 나를 어떻 게 생각하느냐가 더 중요하다	1.000	.806		
	→ 44	내가 가치 있는 사람이라고 느끼기 위해 다른 사람의 많은 칭 찬이나 찬사가 필요하지는 않다	0.881	.741	.051	17.264***
	→ 45	사람들이 나를 좋게 생각하게 하는 것보다 난 나에게 중요한 일에 더 초점을 둔다.	0.943	.832	.047	20.107***
	→ 46	다른 사람들이 알지 못하더라도 내 자신의 성취에 가치를 둔다.	0.964	.854	.046	20.814***
	→ 47	난 열심히 일도 하면서 여유와 즐거움을 위한 시간도 배분 한다.	0.703	.605	.052	13.444***
안정 애착	→ 50	가까운 사람들이 나를 떠나거나 버리지 않을 것이라는 확신이 든다.	1.000	.832		
	→ 51	사람들이 나를 떠나지 않을 것이라 믿기에, 그들을 멀리하는 행동을 안한다.	0.980	.863	.043	22.532***
	→ 52	나를 떠나지 않을 거라는 확신이 있으므로, 나는 가까운 사람 들에게 매달리지 않는다.	0.944	.811	.046	20.501***
	→ 53	내가 아는 대부분의 사람들은 나를 배신하지 않고 나에게 충 실할 것이라고 확신한다.	0.964	.827	.046	21.108***

주. *** $p < .001$

잠재 변수의 요인부하량의 정서적 충족은 .74 ~.88, 성공은 .82~.86, 공감적 배려는 .75 ~.79, 낙관성/기본 안전은 .74~.85, 정서개방은 .80~.87, 자기분화/자립은 .47~.86, 사회적 소속은 .80~.89, 건강한 자기통제는 .66~.80, 현실적 기대는 .63~.91, 자기추구/지향은 .61 ~.85, 자기자비는 .70~.88, 안정 애착은 .81 ~.86이었고 모두 $p < .001$ 수준에서 유의미 하

였다. 자기분화/자립의 문항27의 경우는 유의성($t=10.023$)이 유의한 값이나 .468의 낮은 요인부하량을 나타내었다. 그러나 요인부하량이 .5 이하여도 .4 이상이라면 무조건 제거하기보다 이유를 찾아보는 것을 권장하고(우종필, 2012), 문항27(나는 내 인생을 구축하며 살아왔다. 나의 부모와 부모의 문제들에 지나치게 관련되지 않았다)이 새롭게 구성된 요인(자기

분화/자립)을 설명하는데 필요한 문항이라 생각되었기에 삭제하지 않았다. 표 4에 제시하였다. 그리고 표 5에 한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 하위 요인 간 상관과 신뢰도를 제시하였다. 최종 한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 전체 Cronbach's α 는 .97이었고, 정서적 충족은 .91, 성공은 .93, 공감적 배려는 .85, 낙관성/기본 안전은 .89, 정서개방은 .90, 자기자비는 .84, 자기분화/자립은 .79, 사회적 소속은 .91, 건강한 자기통제는 .85, 현실적 기대는 .81, 자기추구/지향은 .87, 안정 애착은 .90을 나타냈

다. 하위 변인 간에는 정적 상관($r=.27\sim r=.66, p<.01$)을 나타내었다.

구성타당도

표 6에서 대응되는 도식들을 살펴보면 정서적 충족과 정서적 결핍($r=-.437, p<.01$), 성공과 실패($r=-.463, p<.01$), 공감적 배려와 특권의식/웅대성($r=-.023$), 낙관성/기본안전과 위험/질병 취약성($r=-.200, p<.01$), 정서개방과 정서적 억제($r=-.248, p<.01$), 자기자비와 처벌($r=-.068$), 자기분화/자립과 의존($r=-.292, p<.01$) 및 융합

표 5. 한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 하위요인 간 상관과 신뢰도(N=460)

	YPSQ 전체	정서적 충족	성공	공감적 배려	낙관성/기본 안전	정서개방	자기자비	자기분화/자립	사회적 소속	건강한 자기통제	현실적 기대	자기추구/지향	안정 애착
1	1												
2	.752**	1											
3	.701**	.491**	1										
4	.602**	.424**	.372**	1									
5	.787**	.580**	.540**	.438**	1								
6	.750**	.657**	.475**	.395**	.561**	1							
7	.686**	.407**	.452**	.386**	.556**	.421**	1						
8	.780**	.537**	.551**	.385**	.551**	.545**	.498**	1					
9	.779**	.596**	.517**	.370**	.574**	.645**	.467**	.594**	1				
10	.712**	.448**	.456**	.373**	.513**	.457**	.411**	.547**	.558**	1			
11	.613**	.309**	.309**	.368**	.421**	.268**	.455**	.403**	.327**	.438**	1		
12	.740**	.445**	.448**	.407**	.506**	.449**	.479**	.568**	.447**	.539**	.617**	1	
13	.811**	.618**	.478**	.420**	.604**	.619**	.461**	.644**	.660**	.499**	.454**	.576**	1
평균	3.63	3.73	3.79	3.79	3.40	3.64	3.33	3.70	3.53	3.57	3.78	3.63	3.60
SD	0.71	1.03	1.01	0.84	0.98	1.02	0.97	0.91	1.01	0.93	0.98	0.96	1.04
Cronbach's α	.97	.91	.94	.85	.89	.90	.84	.79	.91	.85	.81	.87	.90

주. * $p < .05$, ** $p < .01$

주. 1. YPSQ전체, 2. 정서적 충족, 3. 성공, 4. 공감적배려, 5. 낙관성/기본안전, 6. 정서개방, 7. 자기자비, 8. 자기분화/자립, 9. 사회적 소속, 10. 건강한 자기통제, 11. 현실적 기대, 12. 자기추구/지향, 13. 안정애착

표 6. YPSQ와 YSQ의 상관과 신뢰도(N=460)

YSQ 전체	경서적 결핍	유기/불안정	불신/학대	소외/사회적 고립	결함/수치심	실배	의존/무능감	위험/질병 취약성	융합/미발달 자기	복종	자기 희생	경서적 억제	엄격한 기준	특권/응대성	부족한 자기 통제	승인/인정 추구	비관 주의	차별	
1	-.251**	-.308**	-.281**	-.254**	-.379**	-.333**	-.328**	-.213**	-.203**	-.196**	-.275**	-.058	-.282**	.134**	-.185**	.101*	-.203**	-.095	
2	-.249**	-.437**	-.293**	-.300**	-.369**	-.343**	-.226**	-.113**	-.180**	-.170**	-.245**	-.082	-.268**	.101*	-.123**	.094*	-.195**	-.118	
3	-.223**	-.228**	-.207**	-.156**	-.272**	-.277**	-.463**	-.293**	-.212**	-.199**	-.279**	-.066	-.182**	.174**	-.161**	.115*	-.197**	-.105*	
4	-.066	-.114*	-.119*	-.119*	-.158**	-.150**	-.081	-.032	-.097*	-.106*	-.080	.018	-.100	.155**	-.023	.123**	.008	.057	
5	-.146**	-.152**	-.143**	-.137**	-.234**	-.181**	-.236**	-.154**	-.200**	-.062	-.144**	-.042	-.173**	.092*	.176**	.046	-.192**	-.049	
6	-.139**	-.316**	-.177**	-.167**	-.274**	-.220**	-.181**	-.119*	-.136**	-.128**	-.165**	.013	-.248**	.168**	-.060	.235**	-.103*	-.021	
7	-.100*	-.093*	-.121**	-.107*	-.168**	-.137**	-.143**	-.067	-.077	-.041	-.097*	-.048	-.122**	.140**	-.068	.082	-.103*	-.068	
8	-.267**	-.244**	-.254**	-.269**	-.333**	-.303**	-.337**	-.292**	-.199**	-.321**	-.316**	-.085	-.253**	.122**	-.211**	.082	-.230**	-.104*	
9	-.195**	-.306**	-.176**	-.224**	-.454**	-.294**	-.283**	-.151**	-.141**	-.138**	-.241**	.024	-.285**	.158**	-.107*	.192**	-.125**	-.043	
10	-.106*	-.183**	-.147**	-.096*	-.223**	-.181**	-.173**	-.108*	-.088	-.087	-.130**	.081	-.133**	.252**	-.100*	.057	-.043	.006	
11	-.196**	-.114*	-.221**	-.145**	-.201**	-.198**	-.229**	-.160**	-.123**	-.127**	-.169**	-.094*	-.163**	-.081	-.151**	-.079	-.160**	-.170**	
12	-.214**	-.146**	-.241**	-.147**	-.207**	-.249**	-.217**	-.155**	-.128**	-.162**	-.242**	-.112*	-.212**	-.015	.047	-.196**	-.140**	-.194**	-.129**
13	-.267**	-.316**	-.330**	-.332**	-.379**	-.350**	-.267**	-.199**	-.199**	-.176**	-.285**	-.101*	-.297**	.089	-.019	.066	-.217**	-.070	
평균	2.40	2.37	2.28	2.35	2.20	2.10	2.22	2.28	2.35	1.94	2.10	2.45	2.26	3.21	2.55	3.06	2.48	2.42	
SD	.735	1.05	1.05	1.03	1.05	1.09	1.04	0.96	0.97	0.93	0.95	0.88	0.94	0.94	0.84	0.91	1.00	0.97	
Cronbach's α	.98	.92	.92	.90	.94	.95	.94	.89	.85	.91	.91	.83	.89	.86	.83	.89	.84	.90	.87

주: * $p < .05$, ** $p < .01$

주: 1. YPSQ 전체, 2. 경서적 충족, 3. 성공, 4. 공감적 배려, 5. 낙관성/기본 안전, 6. 정서 개방, 7. 자기 자비, 8. 자기 분화/자립, 9. 사회적 소속, 10. 건강한 자기 통제, 11. 현실적 기대, 12. 자기 추구/지향, 13. 인정 애착

($r=-.321, p<.01$), 사회적 소속과 소외/사회적 고립($r=-.458, p<.01$), 건강한 자기통제와 부족한 자기통제($r=-.257, p<.01$), 현실적 기대와 엄격한 기준($r=-.081$), 자기추구/지향과 희생($r=-.112, p<.01$) 및 승인/인정추구($r=-.140, p<.01$), 안정애착과 유기/불안정($r=-.330, p<.01$)은 부적 상관을 나타내었다. 대부분이 유의한 부적 상관이 확인되어 이론적 구성타당도가 입증되었다.

수렴타당도

BFI의 하위요인인 우호성($r=.374, p<.01$)과 성실성($r=.425, p<.01$), 외향성($r=.313, p<.01$),

개방성($r=.356, p<.01$) 등의 긍정적 특성은 전체 YPSQ, YPSQ의 하위도식과 정적 상관을 나타냈고, 신경증($r=-.452, p<.01$)과 같은 부정적 특성은 전체 YPSQ, YPSQ의 하위도식과 부적 상관을 나타냈다. 그리고 YPSQ는 감사 성향($r=.570, p<.01$), 삶의 만족도($r=.618, p<.01$)와 정적 상관을 보였고, 전체 YPSQ의 하위 도식도 감사 성향, 삶의 만족도와 모두 정적 상관을 나타냈다. 또한, 정서적 고통(DASS-21)의 하위요인인 스트레스($r=-.309, p<.01$)와 불안($r=-.263, p<.01$), 우울($r=-.374, p<.01$)은 전체 YPSQ, YPSQ의 하위 척도들과 유의미한 부적 상관을 나타내었다. 표 7에 제시하였다.

표 7. YPSQ와 5요인 성격특성, 감사 성향, 삶의 만족도, 정서적 고통의 상관($N=460$)

	개방성	성실성	신경증	외향성	우호성	감사성향	삶의 만족도	DASS -21	스트레스	불안	우울
1	.356**	.425**	-.452**	.313**	.374**	.570**	.618**	-.328**	-.309**	-.263**	-.374**
2	.239**	.234**	-.334**	.293**	.275**	.584**	.545**	-.346**	-.298**	-.298**	-.400**
3	.348**	.565**	-.313**	.227**	.265**	.338**	.443**	-.247**	-.222**	-.212**	-.279**
4	.162**	.193**	-.206**	.070	.271**	.361**	.263**	-.143**	-.138**	-.120*	-.156**
5	.301**	.291**	-.420**	.228**	.254**	.431**	.582**	-.220**	-.220**	-.134**	-.279**
6	.324**	.247**	-.245**	.398**	.318**	.450**	.430**	-.276**	-.264**	-.231**	-.301**
7	.238**	.250**	-.319**	.178**	.217**	.297**	.410**	-.114*	-.130**	-.059	-.139**
8	.320**	.398**	-.346**	.260**	.301**	.451**	.498**	-.296**	-.252**	-.258**	-.346**
9	.330**	.349**	-.370**	.477**	.432**	.483**	.509**	-.280**	-.263**	-.219**	-.326**
10	.255**	.345**	-.283**	.165**	.318**	.418**	.451**	-.161**	-.151**	-.106*	-.205**
11	.069	.197**	-.311**	.010	.093*	.276**	.336**	-.224**	-.224**	-.186**	-.238**
12	.259**	.299**	-.375**	.111*	.183**	.411**	.439**	-.225**	-.229**	-.180**	-.240**
13	.249**	.334**	-.412**	.269**	.326**	.462**	.465**	-.304**	-.281**	-.267**	-.331**
평균	3.22	3.67	2.88	2.83	3.41	5.01	3.95	1.44	1.60	1.27	1.44
SD	0.80	0.65	0.87	0.81	0.67	1.04	1.29	0.79	0.82	0.79	0.85
Cronbach's α	.87	.76	.82	.79	.73	.91	.92	.98	.93	.94	.95

주. * $p<.05$, ** $p<.01$

주. 1. YPSQ전체, 2. 정서적충족, 3. 성공, 4. 공감적배려, 5. 낙관성/기본안전, 6. 정서 개방, 7. 자기자비, 8. 자기분화/자립, 9. 사회적소속, 10. 건강한 자기통제, 11. 현실적기대, 12. 자기추구/지향, 13. 안정애착

식(YPSQ)이 초기부적응도식(YSQ)이 설명하는 변량을 넘어 독립적인 설명량을 갖는지를 확인하였다. VIF가 모두 10 미만이기에 다중공선성에 문제가 없었고, Durbin-Watson은 1-3까지 값에 포함되는 것으로 나타났다. 성별, 나이를 통제하고, YPSQ는 YSQ와 함께 감사성향 변량의 36.0%를, 초기부적응도식과는 개별적으로 $\Delta R^2 = .247(t=13.476, p<.001)$ 로 감사성향 변량의 24.7%를 설명하였으며, 삶의 만족도에서 YPSQ는 YSQ와 함께 삶의 만족도 전체 변량의 38.0%를, 초기부적응도식을 넘어서 개별적으로 $\Delta R^2 = .365(t=16.438, p<.001)$ 로 전체 변량의 36.5%를 유의하게 설명하였다. 그리고 성별과 나이를 통제하고, YPSQ는 YSQ와 함께 우울, 불안, 스트레스 각각의 전체 변량을 43.6%, 36.5%, 37.4%로 유의하게 설명하였고, 또한, YPSQ는 초기부적응도식과는 개별적으로 우울은 $\Delta R^2 = .037(t=-5.677, p<.001)$ 로 전체 변량의 3.7%를, 불안은 $\Delta R^2 = .007(t=-2.269, p<.05)$ 로 전체 변량의 0.7%를, 스트레스는 $\Delta R^2 = .017(t=-3.652, p<.001)$ 로 전체 변량의 1.7%를 유의하게 설명하였다. 성별과 나이를 통제하고, YPSQ는 YSQ와 함께 개방성, 성실성, 신경증, 외향성, 우호성 각각의 전체 변량을 12.4%, 19.7%, 39.2%, 10.4%, 13.7%로 유의하게 설명하였으며, YPSQ는 초기부적응도식과는 개별적으로 개방성은 $\Delta R^2 = .120(t=7.969, p<.001)$ 으로 나타나 전체 변량의 12.0%를, 성실성은 $\Delta R^2 = .150(t=9.241, p<.001)$ 으로 전체 변량의 15.0%를, 신경증은 $\Delta R^2 = .103(t=-8.907, p<.001)$ 으로 전체 변량의 10.3%를, 외향성은 $\Delta R^2 = .103(t=7.523, p<.001)$ 으로 전체 변량의 10.3%를 유의하게 설명하였다. 그리고 우호성은 $\Delta R^2 = .124(t=8.119, p<.001)$ 로

나타나 전체 변량의 12.4%를 유의하게 설명하였다. 표 8에 제시하였다.

논 의

본 연구는 개인의 초기적응도식(EAS)을 측정할 수 있도록 Louis 등(2018)에 의해 개발된 긍정도식척도(YPSQ)를 번안하여 성인들을 대상으로 한국판 긍정도식척도를 타당화 하는데 목적이 있다.

첫째, 한국판 긍정도식척도(YPSQ)는 12요인 구조의 49문항으로 구성되었다. 원척도와 달리 한국판 긍정도식척도(YPSQ)는 자기지향과 자기관심이 1개의 새로운 요인(자기추구/지향)으로, 또한, 건강한 경계와 자기신뢰 요인이 새롭게 1개의 요인(자기분화/자립)으로 구성되었고, 이 외 다른 10개의 요인은 원척도와 같은 요인과 문항들이 구성된 것을 확인할 수 있었다. 원척도 개발 과정에서 초기부적응도식의 5개 범주가 확인되지 않으면서 긍정도식들은 상위 범주로 구분되지 못하였다. 즉, 초기부적응도식들이 대응되는 긍정도식의 범주가 아닌 다른 범주들로 이동하였다. 그 과정에서 타인중심성 범주에 있던 승인인정추구와 자기희생의 경우는 손상된 한계와 과도한 기대 및 경계의 범주로 각각 이동되었었다(Louis et al., 2018). 그러나 한국판 타당화 과정에서 승인인정추구와 자기희생에 대응되는 자기지향과 자기관심이 하나의 새로운 요인으로 묶이게 되었고, 이는 기존의 대응되었던 타인중심성 범주의 특성이 드러난 것이라고 볼 수 있다. 또한, 새로운 요인(자기분화/자립)에 묶인 건강한 경계와 자기신뢰의 경우도 각각의 대응구조인 초기부적응도식의 융합과 의존이

손상된 자율성 범주에 해당하는 도식들이었음을 확인할 수 있었다. 따라서 새롭게 구성된 자기분화/자립과 자기추구/지향 도식은 이론적으로도 의미가 있는 새로운 요인으로 수용이 가능하다고 보인다.

새롭게 구성된 12요인과 문항들의 의미를 대응되는 초기부적응도식(Young et al., 2003)과 비교하면서 살펴보면, 정서적 충족 도식은 자신을 지지해 주고 관심을 주는 사람으로부터 자신이 누구인지 어떻게 느끼는지를 이해받을 수 있고 보호를 받을 수 있다고 느낀다. 따라서 자신에게 정서적 지지를 줄 수 있는 사람을 잘 선택할 수 있고 친밀한 관계를 유지하면서, 자신이 필요로 하는 정서적 욕구를 잘 자각하고, 건강하고 적절한 방식으로 타인에게 요청하면서 정서적 충족을 얻을 수 있다. 성공 도식은 자신의 능력을 믿으며 성취를 이루어 낼 수 있음을 의미한다. 그러므로 자신의 장점과 한계를 인식하여 재능을 잘 발휘할 수 있는 영역에 초점을 두며 현실적인 목표를 세우고 목표 달성을 위한 점진적인 과제들을 정하고 수행하면서 이에 필요한 기술들을 습득하고 변화하려 노력한다. 공감적 배려 도식은 자신의 기대와 다름지라도 타인의 의견을 존중하는 태도를 지니고 사회적 상호작용의 상호성을 중시하며 타인의 욕구나 감정에 대해 공감하며 행동할 수 있는 배려가 있음을 나타낸다. 낙관성/기본 안전 도식은 어떤 재난이나 갑작스러운 사건들이 생긴다 해도 자신이 해결하거나 막아낼 수 있다는 태도를 지니며 과도한 걱정 없이 일상을 지낼 수 있는 것을 의미한다. 따라서 삶의 긍정적인 측면을 잘 지각하면서 현재의 생활 속에서 자신이 통제할 수 없는 것들에 대한 걱정을 덜 하고, 미래에 대한 객관적이고 긍정적인 관점을 취

하면서 현재 자신이 할 수 있고 즐거움을 느낄 수 있는 일들에 집중할 수 있다. 정서개방 도식은 자신의 감정을 표현하는 데 있어 자발적이고 자신의 정서를 소중히 여기면서 자연스러운 행동이나 느낌, 의사소통하는 것을 편안해 하며 자발성을 갖는 것을 의미한다. 인간관계에서 친밀감을 가지며 자신의 감정을 적절하게 잘 표현하고 타인의 정서적 표현도 허용하고 격려하며 상호 교류를 할 수 있다. 자기자비 도식은 자신의 실수나 실패에 있어 인간의 불완전함을 이해하는 태도를 지니고 자신이나 타인을 위로하고 너그럽게 대하며 새로운 기회를 찾을 수 있다는 것을 의미한다. 자기분화/자립 도식은 새롭게 구성된 요인으로 한 개인이 가정으로부터 정서 심리적으로 건강하게 분리되어, 사회적 관계뿐만 아니라 일상의 기능에서도 정체성을 지니고 자율적이며 유능하게 생활하는 존재라는 것을 의미하고 있다. 부모와의 경계를 적절히 하면서 온전한 자기 정체감으로 자신이 내리는 결정과 판단을 믿으며 변화를 두려워하지 않고 실수를 통해 배우고 견디며 문제에 대한 해결방법을 찾고 자신을 신뢰하면서 자신을 돌볼 수 있다. 이 새로운 자기분화/자립 도식은 무엇보다 부모와의 건강한 분리와 발달된 자기의 형성이 개인의 자기신뢰와 유능감으로 연결될 수 있음을 보여주는 분석 결과이기에 의미가 있다고 보인다. 사회적 소속 도식은 자신이 어떤 집단이나 소속에도 잘 받아들여지고 또한, 자신이 원하는 만큼 다른 사람들과 연결되어 있다고 느끼면서 사회적 관계 속에서 소속감을 느끼고 잘 지내고 있음을 의미한다. 이는 다른 사람과의 차이점뿐만 아니라 유사함에도 주의를 기울이고 사회적 기술의 향상을 위해 노력하면서, 현재의 친구나 사회적

관계 속에서 우정을 쌓아나갈 수 있음을 보여 준다. 건강한 자기통제 도식은 목표를 이루는데 필요한 자신을 통제하는 능력과 좌절을 견디는 힘을 가지고 있으면서 노력을 기울일 수 있음을 나타낸다. 또한, 자신의 감정이나 충동도 적절하게 잘 조절하면서 자신의 성취, 목표 등을 잘 이뤄나갈 수 있음을 의미한다. 현실적 기대 도식은 자신의 행동과 수행에 현실적인 기대를 지니고 적절한 수준의 의무감, 욕구들을 가지면서 일상에서 즐거움과 휴식, 자존감, 성취감과 만족스러운 대인관계 등을 누릴 수 있다는 것을 의미한다. 완전한 완벽을 추구하면서 자신과 타인에게 압박감을 주기보다는 자신에 대한 적절한 기대를 가지고 노력하기에 성취와 즐거움 사이에 균형을 이루며 자기 삶의 만족을 위해서 살 수 있다. 자기추구/지향 도식은 자신의 방향성을 가지고 진정한 자기감과 자존감을 유지하면서 삶의 중요한 결정에 있어 자기가치와 욕구를 중요시하며 스스로 선택해 나갈 수 있음을 의미한다. 즉, 참된 자기로서 자신의 반응에 초점을 두면서 안정적이고 내부 지향적인 자기감을 발달시켰음을 나타낸다. 안정 애착 도식은 중요한 대상들을 신뢰하고 그들로부터 자신이 정서적인 지지를 받고 있으며 필요할 때 연결감을 느낄 수 있다고 믿기에 대인 관계에서 정서적으로 안정감을 지닌다. 따라서 중요한 타인을 선택하고 친밀한 관계를 형성하는데도 관계의 한계를 인식하고 자신과 타인의 독립된 공간을 이해하면서 일상적인 일들을 처리하고 자신을 돌보면서 혼자서도 시간을 건강하게 보낼 수 있다.

둘째, 탐색적 요인분석을 통해 구성된 한국판 긍정도식척도(YPSQ)는 .96의 높은 내적 신뢰도를 나타내었다. 또한, 검사-재검사의 신뢰

도는 .83($p < .001$)을 보여 한국판 YPSQ의 시간적 안정성이 확인되었다. 이는 한국판 긍정도식척도(YPSQ)가 개인의 긍정적인 특질, 강점을 의미하는 개인의 초기적응도식(EAS)을 유의미하게 잘 측정할 수 있는 신뢰로운 도구임을 시사한다.

셋째, 한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 타당도 검증을 위해 구성타당도, 수렴타당도, 증분타당도를 검증하였다. 구성타당도 검증에서 정서적 충족-정서적 결핍, 성공-실패, 낙관성/기본안전-위험/질병취약성, 정서개방-정서적 억제, 자기분화/자립-의존 및 융합, 사회적 소속-소외/사회적 고립, 건강한 자기통제-부족한 자기통제, 자기추구/지향-희생 및 승인인정추구, 안정애착-유기불안정은 부적 상관을 나타내었다. 그러나 공감적 배려-특권의식/옹대성, 자기자비-차별, 현실적 기대-엄격한 기준은 유의하지 않은 부적 상관을 보였다. 원칙도의 구성타당도에서 공감적 배려, 자기자비, 현실적 기대는 다른 대응 도식에 비해 낮은 상관을 나타내었고, 특히 공감적 배려와 현실적 기대의 경우는 비대응 도식들과 함께 살펴본 검증에서도 유의하지 않았다. 그러므로 본 연구 결과는 원칙도인 영문판 YPSQ와 비슷한 결과라고 할 수 있다. 따라서 공감적 배려, 자기자비, 현실적 기대 도식은 추후의 연구들을 통하여 해당 도식들의 특성에 관한 경험적 자료들이 마련되고 설명 될 필요가 있다고 보여진다. Louis 등(2018)의 연구보다는 낮은 부적 상관을 나타내었지만, 12개의 한국판 초기긍정도식들은 대응구조인 각각의 초기부적응도식과 대체로 부적 상관을 나타내면서, 원칙도와 마찬가지로 초기적응/긍정도식(EAS)의 개념과 특성의 구성 요건들을 나타내고 있음이 확인되었다. 다음으로 수렴타당도 검증에서 YPSQ는 감사

성향, 삶의 만족도와 높은 정적 상관을 보이며, YPSQ가 긍정적인 특성들과 관련이 크다는 것을 나타냈다. 5요인 성격특성에서 외향성과 개방성이 현실적 기대와 유의한 정적 상관을 보이지 않은 것을 제외하고, 우호성과 성실성, 외향성, 개방성 등의 긍정적인 특성은 YPSQ의 모든 하위 척도들과 유의한 정적 상관을 나타내었고, 신경증과 같은 부정적인 특성은 전체 YPSQ하위 척도들과 부적 상관을 보였다. 또한 YPSQ는 정서적 고통(DASS-21)의 우울과 불안, 스트레스와 부적 상관을 나타내었다. 이 결과들은 연구 설계 과정에서 가정한 바와 같으며, 선행연구인 Louis 등(2018)의 연구와도 일치하는 것으로 한국판 긍정도식척도(YPSQ)가 원칙도의 구성과 의미를 잘 도출하고 있음을 나타내었다. 그리고 증분타당도 검증에서 YPSQ는 YSQ를 넘어 개별적으로 감사성향 변량의 24.7%를, 삶의 만족도 전체 변량의 36.5%를 유의하게 설명하였다. 따라서 감사 성향과 삶의 만족도가 YSQ와 함께 설명한 전체 변량 36%, 38%를 고려할 때, YPSQ가 긍정적인 특성을 잘 측정하고 있음이 확인되었다. 한편 정서적 고통에서 YPSQ는 YSQ를 넘어 개별적으로 정서적 고통의 우울, 불안, 스트레스 각각을 3.7%, 0.7% 1.7%로 설명하였다. YSQ와 함께 설명한 각각의 전체 변량 43.6%, 36.5%, 37.4%를 고려하면, 부정적 특성을 지니는 정서적 고통(DASS-21)에서는 YSQ가 높은 설명력을 보이고, YPSQ는 설명력이 낮다는 것을 알 수 있다. 또한 5요인 성격특성(BFI)의 경우, YPSQ는 YSQ를 넘어 개별적으로 개방성 12.0%, 성실성 15.0%, 외향성 10.3%, 우호성 12.4%, 신경증 10.3%를 설명하였지만, YSQ는 신경증 28.9%를 제외하고는 BFI의 다른 요인들에 대한 설명력이 낮거나 유의미하지 않았

다. 이 결과들은 원칙도 연구(Louis et al., 2018)와 마찬가지로 한국판 긍정도식척도가 초기부적응도식의 설명 변량 이외에 추가적이고 독자적인 유의한 설명량을 갖고 있음을 보여주며 한국판 긍정도식척도(YPSQ)와 초기부적응도식 질문지(YSQ)가 정신건강을 측정하는 서로 다른 개별적인 척도임을 확인시켜주었다.

이상의 본 연구 결과들은 원칙도의 초기적응도식이 한국 문화에서도 유사하게 확인된다는 것을 보여주고, 영문판 YPSQ처럼 한국판 긍정도식척도(YPSQ)가 개인의 긍정적이고 적응적인 특성인 개인의 초기적응도식(EAS)을 잘 측정해 내고 있다는 것을 나타내었다.

연구의 의의는 다음과 같다. 영문판 긍정도식척도(YPSQ)를 한국인을 대상으로 처음으로 번안하고 타당화를 진행하였으며, 타당화 과정을 통해 한국판 긍정도식척도(YPSQ)가 개인의 초기적응도식(EAS)을 측정할 수 있는 신뢰롭고 유효한 척도라는 것을 확인하였다. 또한, 긍정도식척도의 타당화는 아동기와 청소년기에 형성된 개인의 긍정도식을 확인하고, 이를 바탕으로 개인의 건강한 사고 패턴과 경험들을 인식하고 강화하여 일상의 크고 작은 사건들을 적응적으로 해석하고 해결해 나가는 것을 도울 수 있다. 따라서 부적응적인 양식을 비활성화 시키고 적응적인 양식을 우세하게 활성화하는 것을 목표로 하는 심리도식치료의 발전에도, 그리고 개인의 긍정도식들에 대한 경험적 자료들을 제공하여 정신 병리의 예방과 치료 등에도 이바지 할 수 있을 것이다. 더불어 개인의 강점, 안녕감 그리고 최적의 기능에 관한 연구들을 진행하는 긍정심리치료에도 기여하는 심리측정도구로 사용되리라 보여진다. 무엇보다 한국판 긍정도식척도(YPSQ)의 타당화 연구는 개인이 세상을 이해하는 과

정과 자신과 세상에 대한 반응을 결정하는 데 도식들이 어떻게 사용되고, 개인의 적응에 어떠한 영향을 주게 되는지를 확인하는 기초 자료들을 마련하게 될 것이다. 특히 한국판 긍정도식척도(YPSQ)와 초기부적응도식 질문지(YSQ)를 같이 이용하여 통합적인 이해를 지향하는 향후 연구들은 구체적이고 초점화 할 수 있는 목표 행동과 사고과정을 확인하게 되면서 내담자에 대한 초기 사례개념화 과정을 체계적이고 통합적으로 이끌어 상담 개입 방안에 확장을 가져올 것이라 기대된다.

본 연구의 제한점으로는 첫째, 본 연구의 대상자가 수도권에 거주하는 성인으로 한정되어 한국인 전체적인 표본으로 일반화하기에 어려움이 있을 수 있다. 둘째, 원척도와 다르게 12 요인이 도출되었다. 영문 번역 또는 문화적인 차이가 반영된 것인지를 긍정도식에 관한 경험적인 추후 연구들로 설명될 수 있었으면 한다. 셋째, 검사-재검사에서 문항 수에 비해 사례 수가 적어 오차가 클 수 있다는 한계가 있다. 제언으로는 첫째, 긍정도식척도(YPSQ)와 현재 사용되고 있는 성격강점(CST)을 함께 연구하여 한국 문화의 긍정적 특성에 관한 자료들이 마련되길 기대한다. 둘째, 개인의 행복은 부적응적인 면을 보완하는 것을 넘어 자신의 건강한 긍정적인 특성들을 스스로 인식하고 일상에서 지속적으로 경험할 때 커질 수 있을 것이다. 따라서 개인의 초기적응도식(EAS)의 인식과 연습을 돕는 프로그램들이 진행되었으면 한다.

참고문헌

구성희, 채규만 (2013). 초기부적응도식이 성인

애착에 미치는 영향. 인지행동치료, 13(2), 255-268.

권선중, 김교현, 이홍석 (2006). 한국판 감사 성향 척도 (K-GQ-6)의 신뢰도 및 타당도. 한국심리학회지: 건강, 11(1), 177-190.

권은영, 황순택 (2017). 부모양육태도와 편집성 성격장애 성향의 관계에서 초기부적응도식과 미성숙한 방어유형의 조절된 매개효과. 인지행동치료, 17(2), 267-287.

길영란, 박미란, 이지연 (2016). 초기부적응도식, 스트레스, 회피대처행동, 정서조절, 책임귀인, 결혼만족의 구조적 관계. 人間發達研究, 23(2), 105-129.

김계수 (2010). 구조방정식 모형분석. 서울: 한나래 아카데미.

김순화, 이은희 (2018). 초기부적응도식이 청소년 우울과 자살 생각에 미치는 영향. 재활심리연구, 25(1), 35-47.

김지영, 권석만 (2015). 성격강점과 성격장애가 안녕감과 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제, 1(1), 1-19.

김지현, 김복환, 하문선 (2011). 간편형 한국어 BFI(Big Five Inventory)타당화 연구. 인간이해, 32(1), 47-65.

노형진 (2014). SPSS을 활용한 주성분분석과 요인분석. 서울: 한울출판사.

양동석 (2012). 초기부적응적 스키마의 안정성 및 우울 증상과의 관련성: 2년간의 추적 관찰 연구. 경북대학교 대학원 석사학위논문.

우종필 (2012). 구조방정식모델 개념과 이해. 서울: 한나래출판사.

유성진, 권석만 (2008). 심리치료에서 도식과 양식개념에 대한 고찰. 한국심리학회지: 일반, 27(1), 91-117.

윤성민 (2011). 행복증진 긍정심리개입 활동들의

- 효과: 개인-초점적 활동과 관계-초점적 활동의 비교. 아주대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이미열 (2006). 청소년기 애착과 우울증과의 관계: 초기 부적응 도식의 매개효과를 중심으로. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이은경 (2005). 신경증과 외향성이 주관적 안녕감에 미치는 영향: 우울과 긍정적 정서의 중요성. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지영, 권석만 (2006). 정서조절과 정신병리의 관계: 연구현황과 과제. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 18(3), 461-493.
- 임영진 (2010). 성격 강점과 긍정 심리치료가 행복에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위 논문.
- 정연재 (2019). 병역판정검사를 위해 내원한 환자들의 초기부적응적 스키마 특성. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 조성호 (2001). 초기 부적응 도식과 방어유형 및 대인관계 특성과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 13(3), 39-54.
- 조성호 (2002). 초기 부적응 도식과 심리적 부적응. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 14(4), 775-788.
- 하용수 (2006). 대학생의 표본에서 초기부적응심리도식과 성격장애간의 관계. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍세희 (2000). 구조방정식모형의 적합도 지수 산정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19, 161-178.
- Aspinwall, L. G., & Staudinger, U. M. (2002). *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Bowen, M. (1978). *On the differentiation of self: Family therapy in clinical practice*. New York: Aronson.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Ellis, A., & Dryden, W. (1997). *The practice of rational emotive behavior therapy* (2nd ed.). New York: Springer Publishing Co.
- Geraghty, A. W. A., Wood, A. M., & Hyland, M. E. (2010). Dissociating the facets of hope: Agency and pathways predict dropout from unguided self-help therapy in opposite directions. *Journal of Research in Personality*, 44, 155-158.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O.P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research*(pp.102-138). New York: Guilford.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43, 207-222.
- Lee, E. H., Moon, S. H., Cho, M. S., Park, E. S., Kim, S. Y., Han, J. S., & Cheio, J. H. (2019). The 21-item and 12-item versions of the depression anxiety stress scales: Psychometric evaluation in a Korean population. *Asian Nursing Research*, 13(1), 30-37. Obtained at <http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/>.
- Lee, S. J., Choi, Y. H., Rim, H. D., Won, S. H.,

- & Lee, D-W. (2015). Reliability and validity of the Korean Young Schema Questionnaire-Short Form-3 in medical students. *Psychiatry Investigation*, 12(3), 295-304.
- Lockwood, G., & Perris, P. (2012). A new look at core emotional needs. In M. van Vreeswijk, J. Broersen, & M. Nadort (Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of ST: Theory, research and science*(pp. 41-66). West Sussex, UK: Wiley-Blackwell.
- Louis, J. P., Wood, A. M., Lockwood, G., Ho, M.-H. R., & Ferguson, E. (2018). Positive clinical psychology and Schema Therapy (ST): The development of the Young Positive Schema Questionnaire (YPSQ) to complement the Young Schema Questionnaire 3 Short Form (YSQ-S3). *Psychological Assessment*, 30(9), 1199-1213.
- Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales* (2nd ed.). Sydney: Psychology Foundation of Australia.
- McCullough, Michael E., Robert A. Emmons, & Jo-Ann Tsang (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127.
- McGinn L. K. & Young, J. E. (1996). *Schema-focused therapy*. In: Salkovskis PM, editor. *Frontiers of cognitive therapy*, 182-207. New York: Guilford.
- Paetsch, A., Moultrie, J., Kappelmann, N., Fietz, J., Bernstein, D. P., & Kopf-Beck, J. (2020, January 20). *The Young Positive Schema Questionnaire (YPSQ): German Validation, Domain Structure, and Network Analysis in Patients and Matched Controls*. DOI: 10.31234/osf.io/ytzaq
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Ito, T. A., Larsen, J. T., Smith, N. K., & Cacioppo, J. T. (1998). Negative information weighs more heavily on the brain: The negativity bias in evaluative categorizations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(4), 887-900.
- Vaish, A., Grossmann, T., & Woodward, A. (2008). Not all emotions are created equal: The negativity bias in social-emotional development. *Psychological Bulletin*, 134(3), 383-403.
- Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders*. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Young J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E (2003). *Schema therapy: a practitioner's guide*. New York: Guilford.
- Young, J. E., & Brown, G. (2005). *Young schema questionnaire: Short version 3*. New York: Cognitive Therapy Centre of New York.

원고접수일 : 2020. 01. 28
수정원고접수일 : 2020. 03. 17
게재결정일 : 2020. 04. 13

Validation of the Korean Version of the Young Positive Schema Questionnaire

Shin, Moon-Hyea

Incheon National University/Ph.D

Lee, Jee-Yon

Incheon National University/professor

The purpose of this study was to validate the Korean version of the Young Positive Schema Questionnaire (YPSQ). Exploratory factor analysis was conducted on questionnaire data from 185 adults. The Korean version of the YPSQ was composed of 12 subscales with 49 items. The questionnaire demonstrated strong reliability and stability over time. Next, the self-report questionnaires were administered to 460 adults. The correlation between the YPSQ and YSQ was confirmed to verify construct validity. Convergent validity was verified by analyzing the correlation between the YPSQ and the K-GO-6, SWLS, DASS-21, and BFI. Incremental validity was verified by analyzing whether the Korean version of the YPSQ had independent explanatory power beyond the variance explained by the YSQ. The findings indicated that the Korean version of the YPSQ is a valid tool for measuring the EAS of an individual. The implications of the study and recommendations for further research are presented.

Key words : *Young Positive Schema Questionnaire (YPSQ), Early Maladaptive Schemas, Positive Psychology, Strengths, Scale Validation*