

자율성 역량 척도의 개발과 타당도 연구

장재홍^{1*} 송해리^{2*} 오세미^{2*} 허정^{2*}

¹⁾서강대학교 심리학과 / 교수

²⁾서강대학교 심리학과 / 박사과정

본 연구의 목적은 성인을 대상으로 자율성 발휘의 역량들을 측정하는 ‘자율성 역량 척도 (Autonomy Competency Scale)’를 개발하고 척도의 신뢰도와 타당도를 검증하는 것이었다. 자율성에 관한 문헌과 Meyers(1989)의 자율성 역량 개념을 토대로 5개의 세부 역량, 자기-신뢰, 자기-자각, 자기-목표 일치성, 의지력, 저항하기로 구성된 총 28문항의 자율성 역량 척도를 개발하였다. 연구의 주요 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 탐색적 요인분석에서 5개 하위요인들이 도출되었고, 하위요인들은 전체 변량의 53.35%를 설명하고 있었다. 그리고 확인적 요인 분석에서 5요인 모형은 양호한 모형 적합도를 나타내었다. 둘째, 자율성 역량 척도의 내적 합치도 Cronbach's α 값은 전체 .94, 하위요인은 .77-.88의 양호한 신뢰도를 보였다. 셋째, 수렴타당도 분석 결과, 자율성 역량 척도는 상이한 이론적 배경으로 개발된 4개의 자율성 척도들과 .57-.81의 높은 상관을 보였다. 넷째, 자율성 역량 척도는 자존감, 삶의 만족, 삶의 의미, 진실성, 자기수용, 마음챙김과 .20-.79의 유의한 정적상관을 보였다. 다섯째, 자율성 역량 척도는 안녕감을 예측하는데서 기존 자율성 척도인 주체성 척도와 자율성 척도 이상으로 8%의 증분 설명력을 보였다. 본 연구의 의의와 제한점을 논의하였다.

주요어 : 자율성 역량, 자기-신뢰, 자기-자각, 자기-목표 일치성, 의지력, 저항하기

* 교신저자 / 제1저자 : 장재홍, 서강대학교 심리학과 교수, (04107) 서울특별시 마포구 백범로 35

Tel: 02-705-8336, E-mail: jangjh@sogang.ac.kr

‡ 공동저자: 송해리, 오세미, 허정, 서강대학교 심리학과 박사과정생



Copyright ©2024, The Korean Counseling Psychological Association

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

현대는 자율성을 중시하는 시대이다. 이전 세대에 비한다면 물질적으로 더 풍족해졌고 개인의 인권은 더 존중되며, 가치관도 다원화 되어 자기의 삶을 어떻게 살아갈지를 개인이 선택하는 비중이 더 높아지고 있다. 그래서 스스로가 승인한 가치관과 인생 계획이 있는지, 그리고 이러한 목표와 이상을 향해 실제로 나아가는지가 더욱 중요해졌다. 자율성(autonomy)은 '자기에 의한 통치(self-governing)'를 의미하는 것으로, 자기의 생각, 가치관, 느낌을 잘 자각한 상태에서 이에 비추어 행동하는 것을 말한다. 이에 대한 반대말은 타율성(heteronomy)으로 '타인(heteron)' 즉 자기가 아닌 외부 힘에 의해 조절되는 것을 의미한다(Ryan & Deci, 2017). 자율성은 사람들의 안녕감, 삶의 만족과 높은 연관이 있으며(정명선, 2014; 조화, 진서, 2011; Fischer & Boer, 2011), 자율성을 중시해온 서양뿐만 아니라 집단주의 문화인 동양에서도 동일하게 이 연관성이 작용하는 것으로 나타나고 있다(Chirkov et al., 2005).

또한 자율성은 정신병리와도 관련성이 높다(Bekker & Belt, 2006; Ryan et al., 2006). 정신 장애가 있는 사람들은 행동, 정서, 사고에서 외부의 압박을 받고 강제 혹은 통제받는다느 느낌이 강하고, 경우에 따라서는 자신을 통제할 수 없다고 경험한다(Ryan et al., 2006). 그리고 다수의 심리치료와 상담이론들은 내담자의 자율성에 문제가 있다는 것을 잘 알고 있으며, 내담자의 자율성을 증진시키기 위해 다양한 기법들을 사용한다(Lynch et al., 2011).

자율성은 자기의 행동을 스스로 조절하고 있다는 점에서 자기통제(self control) 혹은 통제소재(locus of control)와 유사한 측면이 있다. 그러나 자율성은 자신의 관심사, 가치관, 흥미

를 따르는 내재적 방식의 조절경험으로 외적 수반성이나 내사된 조절 등의 외부근원에 의한 조절과는 대비되는 것이다(Ryan et al., 2016). 반면 자기통제는 조절의 근원이나 동기와는 무관하게 자제력이 있는지에만 관심이 있다. Mele(2001)에 따르면 자기통제의 반대말은 자제력 없음 또는 의지가 빈약함(akrasia)을 의미한다. 한편 Rotter(1966)의 통제소재는 개인이 당면한 상황을 해석하는 방식으로, 내적 통제소재인 경우 자기의 노력, 의지에 귀인한다는 점에서 자율성과 유사한 측면이 있다. 하지만 통제소재는 결과에 초점이 있는 반면, 자율성은 통제의 동기와 조절의 과정을 담고 있다는 점에서 주요한 차이가 있다.

이러한 자율성의 중요성을 인식하여 서구에서는 그동안 심리학, 철학, 정치학, 여성학, 의료윤리 등 다양한 학문 분야에서 자율성을 다루어왔다. 그리고 심리학에서는 1970년대 말부터 서구를 중심으로 자율성을 측정하는 척도들을 개발해오고 있다. 하지만 국내에서는 자율성의 본질에 대한 논의 그리고 이를 측정하는 도구 개발이 여전히 미진한 상태이다. 현재는 주로 자기결정성 이론(self determination theory)에 기반을 둔 자율성 척도들을 - 예를 들어, 일반적 자기결정성 척도(안혜준, 2021; Pelletier et al., 2004), 한국형 기본심리욕구 척도의 자율성 척도(이명희, 김아영, 2008; Ryan & Deci, 2004), 자율성 기능지수 척도(추스란, 조한익, 2016; Weinstein et al., 2012) - 국내에서 번안하여 사용하고 있다. 그리고 국내에서 주로 활용되고 있는 척도들은 자율성의 본질을 구체적으로 기술한 것은 아닌데, 기본심리욕구의 자율성 척도는 자율성의 만족/불만족을 그리고 자율성지지 척도는 자율성을 증진시키는 상황적 특성을 다루고 있다는

점에서 자율성의 본질에 대해서는 검토가 이루어지지 않았다고 하겠다.

이렇듯 자율성의 본질에 대한 국내의 논의가 부족했던 것은 개인주의 문화인 서양에서는 자율성이 주요한 덕목일 수 있지만, 집단주의 문화인 동양에서는 자율성보다 관계성과 유대감이 삶에 더 중요하다는 담론과 무관하지 않다. 비교문화 심리학자들은 집단주의 문화에서는 집단에 대한 의무와 복종을 강조하기 때문에 자율성이 그렇게 중요하지 않다고 주장해왔다(Markus et al., 1996). 기존 연구에 따르면 개인주의와 집단주의의 문화적 차이에 따라 자기(self)에 대한 인식에서 차이가 발생할 수 있다. Markus와 Kitayama(1991)는 자기를 상호의존적 자기(interdependent self: 자기를 개념화할 때 타인의 self와 자기의 self를 겹쳐서 개념화하는 것)와 독립적 자기(independent self: 자신과 타인을 떨어뜨려서 개념화하는 것)로 구분하였는데, 집단주의 문화의 사람들은 개인주의 문화에 비해 스스로를 더 상호의존적인 것으로 지각한다고 하였다. 일례로 김혜온과 이진순(2006)은 독일과 한국 청소년의 정서적 자율성을 비교하였는데, 한국과 독일 청소년 모두 연령이 높아질수록 부모로부터의 독립, 자기통제와 책임감은 증가하였지만, 한국 청소년은 부모에 대한 탈이상화, 부모를 평범한 인간으로 지각하는 것, 부모의존에서 벗어나려는 경향이 독일 청소년에 비해 더 낮게 나타났다. 이러한 결과는 두 문화에서 자율성이 청소년의 주요한 발달과제이지만 상호의존적 자기의 관점에서는 한국이 부모와의 유대를 더 강조한다는 것을 보여준다.

하지만 문화적 차이가 과장되었고 한 문화권의 구성원들도 태도가 동일하지는 않다는 비판이 있다(Oyserman et al., 2002). 즉 자유의

지가 높으면서도 부모의 결정에 순응하는 사람 혹은 자유의지가 높으면서도 집단문화의 기준을 지지하는 사람 등을 가정할 수 있는 것이다. Chen 등(2015)은 중국 청소년에서 부모에 대한 자율적 의존과 자율적 독립 모두가 안녕감을 예측한다고 보고하였다. 또한 다수의 연구들은 모든 문화권에서 자율성이 중요하다는 것을 보여주고 있다. Sheldon 등(2004)은 한국, 중국, 대만, 미국에서 사람들이 개인적 목표를 추구하는 정도를 평가하였는데, 모든 문화권에서 자율성은 주관적 안녕감과 정적 상관을 나타냈다. 유사하게 Chirkov 등(2005)의 한국, 러시아, 터키, 미국 대학생 대상 연구에서, 자율성은 집단주의 문화와 개인주의 문화 모두에서 주관적 안녕감과 정적 상관이 나타났다. 그리고 Rudy 등(2007)은 행위주체를 개인에 국한시킨 개인적 자율성(personal autonomy)과 주변인을 포함시킨 포괄적 자율성(inclusive autonomy)을 측정했을 때, 중국계 캐나다 학생과 싱가포르 학생들은 유럽계 캐나다 학생에 비해 자율성이 다소 낮았지만 개인적 자율성이 심리적 안녕감과 상관이 있었다. 반면 포괄적 자율성에서는 중국계 캐나다 학생과 싱가포르 학생들에서 자율성이 주관적 안녕감과 상관이 있었지만, 유럽계 캐나다 학생에서는 자율성이 주관적 안녕감을 예측하지 못하였다. 이러한 결과는 한국의 경우에도 개인적 자율성이 주관적 안녕감을 예측하는 주요한 변인일 수 있으며, 다만 집단주의 문화에서 가족, 주변인과 같은 타인의 의견을 더 많이 고려하는 측면이 있다는 것을 시사한다고 하겠다.

이렇듯 문화적 배경과 관계없이 자율성이 안녕감을 일관적으로 예측하며 자율성이 적절히 발달하지 못할 경우 다양한 정신병리로 발

전될 수 있다는 연구들이 보고되고 있지만, 국내에서는 자율성에 대한 논의나 이를 측정하는 척도개발이 여전히 미흡한 실정이다. 이에 본 연구는 서구를 중심으로 활발하게 진행된 자율성 개념의 논의과정과 척도개발 역사 그리고 최근에 부각되고 있는 자율성 역량에 관한 담론을 살펴보고, 이를 토대로 자율성 발휘에 필요한 역량을 측정하는 ‘자율성 역량 척도(Autonomy Competency Scale)’를 개발하고자 하였다.

자율성 개념의 시대적 변천과 척도개발

자율성 개념은 시대에 따라 변화해왔으며, 이에 맞춰 다양한 척도들이 개발되고 있다. 자율성의 의미 변화와 이를 측정한 척도들을 정리하면 다음과 같다. 첫 번째 자율성 개념은 외부 압력으로부터의 자유를 의미하는 ‘분리(separation) 혹은 독립(independence)으로서의 자율성’이다. 이것은 Murray(1938)가 『성격 탐구(Explorations in Personality)』에서 제시했던 자율성 정의에 영향을 받은 것인데, 그는 자율성을 “영향력 혹은 강제에 대해 저항하는 것, 권위에 저항하거나 새로운 장소에서 자유를 추구하는 것, 독립을 추구하는 것”(p. 82)이라 정의하였다. 즉 타인의 영향력으로부터 탈피하는 정도로 자율성을 평가한 것이다. 이러한 Murray의 정의에 기반하여 1970년대 말과 1980년대 초에 자율성을 측정하는 다수의 척도들이 개발되었는데 - Interpersonal Dependency Inventory(Hirschfield et al., 1977), Adjective Check List(Gough & Heibrun, 1983), Personality Research Form(Jackson, 1984), Hogan Personality Inventory(Hogan, 1983) - 대부분이 성격검사의 일부로 자율성을 측정하는 것들이다. Koestner와 Losier

(1996)는 이 척도들이 측정하는 것을 ‘반응적 자율성(reactive autonomy)’이라 불렀다. 그들에 따르면 반응적 자율성은 ‘타인 통치로부터의 자유(freedom from the governance of others)’를 의미하는 것으로, 이 유형의 자율성이 높은 사람은 사교성과 외향성이 낮아 이 개념이 꼭 심리적 적응을 반영하는 것은 아니었다(Hmel & Pincus, 2002). 경험연구들에 따르면 이 유형의 자율성은 생활상의 부적응과 관련이 높은 것으로 나타났다. 예를 들어 Gough와 Heibrun(1983)의 형용사 체크리스트(Adjective Check List)에서 자율성이 높은 사람은 범죄행동, 특히 약물중독과 정적으로 관련이 있고, 일상생활에서 사건을 부정적으로 지각하고 부정정서가 높으며, 사회적응이 낮은 것으로 나타났다(Koestner & Losier, 1996).

두 번째 자율성 개념은 ‘자기-통치의 자유(freedom to self-govern)’로, 자기-자각과 자기-통찰을 기반으로 하는 자율성이다. Koestner와 Losier(1996)는 이를 ‘반성적 자율성(reflective autonomy)’이라 불렀다. 자기 통치로서의 자율성은 서구철학에서의 자율성 정의에 그 기원을 두고 있다. 1859년 『On Liberty』에서 John Stuart Mill은 모든 어른, 합리적 개인은 도덕적, 정치적으로 동등하다 간주되며, 그들은 동등한 이성을 토대로 어떻게 살고 무엇을 할지에 대해(심지어 이것이 개인에게 해를 주는 결과라 할지라도) 스스로 자유롭게 선택할 수 있다고 하였다(Atkins, 2006에서 재인용). 그런데 이렇게 개인이 자율적으로 자신을 규율하기 위해서는 자기에 대한 자각이 무엇보다 필요하다. 즉 어떤 것이 자기에 긍정적인지 혹은 위협적인지, 그리고 자기 동기가 무엇인지를 포함하여 자신과 자신의 경험에 대해 지속적으로 자각할 수 있어야만 높은 수준의

자기 통치를 이룰 수 있는 것이다(Hmel & Pincus, 2002; Ryan & Deci, 2006). 이를 측정하는 척도들로는 General Causality Orientation Scale(Deci & Ryan, 1985), Worthington Autonomy Scale(Anderson et al., 1994), Index of Autonomous Functioning(Weinstein et al., 2012)이 있다.

이 유형의 가장 대표적인 척도는 Deci와 Ryan(1985)이 제작한 General Causality Orientation Scale이다. 이 척도는 인간의 동기 관점으로 자율성에 접근한다. Deci와 Ryan에 따르면 자율성은 인간이 충족하고자 하는 기본 심리적 욕구 중 하나로, 자율성의 정도는 자기 행동에 대한 동기, 지향성, 인과성에 대한 지각을 통해 확인할 수 있다. 구체적으로 자율성은 관심, 흥미와 같은 내재적 동기(intrinsic motivation)로 행동했을 때 가장 높다. 그리고 그 반대편에는 자기가 아닌 것으로 경험되는 힘의 통제들, 즉 외적 수반성, 사회적 압력, 그리고 내적 수반성에 의한 통제가 배설될 수 있다(Ryan & Deci, 2000). 그리고 후속해서 그들은 기존 척도를 보완하면서 자율성의 개인간 차이를 구체화할 수 있는 Index of Autonomous Functioning(Weinstein et al., 2012)을 제작하였다.

세 번째 자율성 개념은 개인뿐만 아니라 타인, 사회, 공동체를 포함하는 것이다. 이러한 자율성 개념의 변화는 기존 자율성 의미에 대한 여성주의 철학자들의 비판에서 비롯되었다. 여성주의 철학자들은 어떠한 외부의 영향에도 흔들리지 않고 자기 판단을 믿고 따르는 자율성 원칙은 남성적 관점의 자율성이고, 관계를 중시하고 사람을 보살피는 여성의 특성을 전혀 고려하지 않으며, 여성을 상대적으로 자율성이 낮은 존재로 취급한다고 비판하였다. 그리고 기존의 자율성 개념은 타자 및

사회와의 관계를 전혀 고려하지 않는 '무연고적 자기(unencumbered self)'이며 그 자아는 추상적인 원자적 자아라고 비판하였다. 그리고 그들은 자율성을 사회적, 역사적 맥락하에서 규정해야 한다고 주장하면서, 사회적 자아, 관계적 자아를 인정하는 자율성을 관계적 자율성(relational autonomy)이라 불렀다(허라금, 2014). 이러한 관계적 자율성이 반영된 척도들에는 Autonomy-Connectedness Scale(Bekker & Assen, 2006), Transition to Adulthood Autonomy Scale(Romero et al., 2020)이 있다.

관계적 자율성을 가장 대표하는 척도는 Bekker와 Assen(2006)이 개발했던 자율성-연결성 척도(Autonomy-Connectedness Scale)일 것이다. Bekker와 Assen은 자율성 척도가 자기-통치의 내용뿐만 아니라 의미 있는 사회적 관계를 유지하는 특성 또한 포함해야 한다고 주장하면서 이것을 연결성(connectedness)이라 명명하였다. 그리고 Transition to Adulthood Autonomy Scale(Romero et al., 2020)은 자율성 개념에 사회와 공동체를 포함시켰다. 이 척도는 하위척도로 상황에 대한 이해(understanding context), 문항 예 "우리나라에서 발생한 일은 내 미래에 관해 결정을 내릴 때 중요하다.", 그리고 사회정치적 참여(socio-political engagement), 문항 예 "내가 우리 공동체의 활동에 참여하면 공동체가 성장한다."를 포함하여 개인의 사회, 정치적인 참여가 자율적이기 위한 한 조건이며 이것이 필요하다고 보았다.

상술한 척도개발의 역사를 종합해보면 자율성 척도는 독립으로서의 자율성에서 자기 통치의 자율성으로, 그리고 개인내에 국한된 자율성에서 개인간, 더 나아가 사회와의 관계를 포함하는 방식으로 변화하고 있음을 알 수 있다. 이것은 '어떤 사람을 자율적이라 규정

할 것인가?’에 대한 철학적 질문들과 관련이 있었다. 이에 더해 자율성 측정에서 주목할 만한 변화는 자율성을 단일의 심리 특성으로 조망하던 것에서 다양한 심리구인들이 포함된 통합적 구인으로 이해하게 된 것이다. 상술했던 바와 같이 척도개발의 초창기에는 자율성을 단일 구인으로 보고 성격검사에서 이를 다루었다. 하지만 이후 자기 통치의 상태 혹은 특성을 설명하기 위해 다양한 요소들이 포함되기 시작했다. 일례로, Autonomy-Connectedness Scale(Bekker & Assen, 2006)에서는 자율성을 3개의 하위척도 - 자기-자각(self-awareness), 타인에 대한 민감성(sensitivity to others), 새로운 상황을 관리하는 능력(capacity for managing new situations) - 를 포함하였다. 또한 Transition to Adulthood Autonomy Scale(Remero et al., 2020)은 자기-조직화(self-organization), 상황에 대한 이해(understanding context), 비판적 사고(critical thinking), 사회정치적 참여(socio-political engagement)라는 하위요인을 포함하게 되었다. 이러한 예에서처럼 최근에 개발된 다수의 척도들은 자율성을 여러 심리구인들의 통합 혹은 조합이라 보고있다.

하지만 상술한 자율성 척도들이 과연 자율성 구인을 적절히 측정하는가에 대해서는 논란의 여지가 있다. 일례로 Index of Autonomous Functioning(Weinstein et al., 2012)은 현상학적 관점에서 자율적 상태를 잘 기술하고 있지만, 대인관계와 연관된 문항이 한 문항도 없는 이성과 지적 영역만 강조된 척도라 하겠다. 그래서 생애 계획이 있으면서 합리적 의사결정을 하는 소수의 사람은 잘 변별하겠지만, 이외의 사람들은 단지 자율성이 낮은 사람으로 뭉뚱그려져 자율성 발휘의 다양한 속성을 놓칠 수 있다. 그리고 관계적 자율성 척도인

Autonomy - Connectedness Scale(ASC-30; Bekker & Assen, 2006)은 연결성을 측정하는 대인민감성(sensitivity to others)에 문항이 과도하게 편중되어 있다. 예를 들어 ASC-30의 3개 하위척도 중 대인민감성은 17문항으로 절반 이상(17/30)이다. 또한 대인민감성 중 9개 문항은 자율성 구인과 너무 동떨어진 내용(예, “나는 관계에서 거리를 두는 것이 싫다.”, “나는 종종 타인의 기분을 깊이 느낀다.”, “나는 종종 사랑과 따뜻함이 그립다.”)으로 구성되어 측정하는 자율성 구인 자체가 모호해지는 문제가 있다. 이러한 기존 척도들의 지나친 문항 편중성은 연구자들마다 정의한 자율성 구인이 서로 달랐고 또한 연구자들이 특정 하위속성을 지나치게 강조하려 했던 것에 기인한 것일 수 있다.

통합적 역량으로서의 자율성

자율성 개념에서의 또 다른 주목할 만한 변화는 일군의 철학자와 심리학자들이 자율성에 대해 역량의 관점으로 접근해야 한다고 주장하기 시작한 것이다. 기존 연구들이 그동안 자율적 상태는 어떠한 상태인가를 규명하려 했다면, 자율성을 역량으로 보는 관점은 자기-통치의 상태가 나타나기 위해서는 어떠한 역량이 발휘되어야 하는가에 초점을 둔다. 철학자들 중에서 Christman(1988)은 자율성은 자기 통치의 실제적 심리적 조건이며, 자기 통치를 할 수 있는 능력이라 말하였다. Oshana(2016)는 자율성은 개인이 자기 통치적 삶을 해나가기 위해서 최소한으로 갖추어야 할 특성들로 구성된 것이라고 하였다. 그리고 Meyers(1989)는 자율성을 추상적 자유의지로 보기보다는 이를 발휘할 수 있는 실제적 유능성 혹은

은 역량의 용어로 인식하는 것이 적절하다고 보고 '자율성 역량(autonomy competency)' 개념을 제안하였다. 또한 심리학 분야에서 자기결정성 이론 학파는 자율적이기 위해서는 자신의 가치관, 관심사에 대한 민감성(sensibility), 그리고 반성, 목표선정, 자기조절 등의 능력(ability) 양자가 발달하여야 하며, 이에 따라 자율적 기능에서 개인차가 생긴다고 언급하였다(Deci & Ryan, 1985; Weinstein et al., 2012). 또한 Munoz-Lopez와 Alvarado(2011)는 자율성을 발휘하기 위해서는 다양한 역량이 동원되어야 하며, 이러한 역량발휘는 개인의 전 생애를 통해 그리고 타인과의 관계를 통해 연속적으로 발달하는 것이라고 하였다. 한편 최근 OECD는 지식기반사회를 살아가는 개인에게 필요한 핵심 역량의 하나로 자율적으로 행동하기(Act autonomously)를 제안한 바 있다(Rychen & Salganik, 2003). 그들은 자율적으로 행동하기의 3가지 하위역량으로 거시적 맥락에서 행동하기(상황, 환경을 고려하기), 생애 계획과 개인적 프로젝트를 구성하고 수행하기, 자신의 권리, 관심사, 한계와 욕구를 방어하고 주장하기를 제안하였다.

상술한 자율성 역량에 대한 담론들은 자율성이 단일의 심리적 구인이 아니며 전 생애 동안 발달시켜야 하는 역량이라 주장하지만, 자율성이 발휘되기 위해 어떤 하위역량들이 구체적으로 필요한지에 대해 체계적 틀을 제공해 주지는 못했다. 자율성 역량을 가장 소상하게 기술한 사람은 철학자인 Meyers이다. Meyers는 자율성 역량에 대해 아래와 같이 설명하였다.

나는 진정한 자기의 문제는 점차적으로 가장 잘 해석될 수 있다고 주장해왔

었다. 자율적인 사람은 “내가 진정으로 원하는 것, 필요한 것, 관심이 있는 것, 믿는 것, 가치를 두는 것 등이 무엇일까?”라는 질문을 하고 이에 답하는 것이 틀림없다. 그들은 그 답에 따라 행동할 수 있을 것임이 틀림이 없다. 그리고 잘못된 답일 때에는 그것을 수정할 것이라는 것도 틀림이 없다. 이러한 과제를 수행하기 위해서, 사람들은 자율성 역량 - 자기-발견, 자기-정의, 자기-방향성이 가능하도록 하는 조직화된 기술 목록 - 을 가지고 있어야 한다. 진정한 자기란 천천히 연이어서 나타나는 특질로, 어떤 사람이 자율성 역량을 실행할 때 드러나는 것이다. 그래서 자율적으로 되기 위해 개인은 자율성 역량을 구성하는 기술들을 보유하고 있어야 하고, 성공적으로 이를 사용해야 한다(Meyers, 1989). (p. 76)

그녀의 자율성 역량을 간략하게 정리해 보면 다음과 같다. 첫 번째 자기-발견(self-discovery)은 자신에 대해 아는 것으로, 정확하게 자기를 읽고(self-reading) 자기에 대한 그림(self-portrait)을 그리는 능력을 말한다. 이러한 자기-읽기 과정에는 수많은 능력이 포함될 수 있는데, 내성하여 자기-참조적 반응(자기 마음에서 일어나고 있는 것들)에 주목하고, 이 반응들을 조사하여 그 기원을 그려낸다. 또한 자기-발견을 위해서는 친구와 같은 타인의 시각을 경청하는 것이 필요하고, 이러한 방식으로 자신이 몰랐거나 오해했던 모습을 점차 자기로 통합한다. 두 번째 자기-정의(self-definition)는 자신이 미래에 어떤 사람이 되고 싶은지, 어떤 삶의 가치를 가지고 살 것인지 생애 계획(life plan)을 만들어 보고, 이러

한 미래의 자기 개념에 맞추어 자기 행동뿐만 아니라 자기 특성들을 조절하는 과정이다. 세 번째 자기-방향성(self-direction)은 선택한 계획 또는 자신이 원하는 것을 실제로 수행하는 것과 관련된 것으로, Meyers는 여기서 의지(will)가 중요하다고 보았다. 즉 아무리 능력을 갖추어도 이를 수행할 수 없다면 자율적일 수 없는 것이다. 그녀는 이 자기-방향성에 2가지가 필수적이라 보았는데, 첫째는 원치 않는 압력에 저항(resistance)하는 것이고 두 번째는 자신의 판단에 따라 행동하기로 결심(resolve)하는 것이다. 그녀가 제안한 자기-발견, 자기-정의, 자기-방향성은 분리된 개념이 아니며 서로 역동적으로 교류한다. 예를 들어 자기-발견은 생애 계획을 세우는 자기-정의 과정을 통해 자기-그림이 수정될 수 있고, 자기-방향성을 발휘하는 과정에서 자기-정의와 자기-발견이 변경되기도 하는 것이다.

한편, 한국인의 자율성 발휘를 측정하기 위해서는 한국인의 문화적 배경을 고려할 필요가 있다. 한국사회는 여전히 유학의 전통이 유지되고 있으므로 동아시아 유학에서의 자율성을 검토하는 것이 필요하다. 조궁호(2021)에 따르면 개인주의 문화에서는 개인의 개체성을 중요시하고(개체성), 이성의 주체로서 합리적 계산능력으로 자기 욕구를 추구하는 존재로 보며(합리성), 본래적으로 안정된 특성을 완비된 실체(실체성)로 접근한다. 반면 동아시아 유교문화권에서는 인간을 조화로운 관계를 중시하는 사회적 존재(사회성), 덕성의 주체로 이해하고(도덕성), 소인에서 이상적 인격으로 변모할 수 있는 가변적 존재(가변성)로 인식한다. 또한 자기를 고양하는 방식에서도 차이가 있는데, 서양은 자기실현과 확장에 가치를 두고 이성적 판단과 외부를 통제하는 것에 중

심을 두는 반면, 동아시아의 유교문화에서는 외부와의 조화로운 존재양식에 관심을 두고 자기수양을 통해 꾸준하게 자기를 개선하는데 관심을 둔다고 하였다. 한편 Cheng(2004)은 자율성을 유학적 관점에서 고찰하였는데, 그에 따르면 인간은 본질적으로 인(仁), 의(義)로 향해가는 덕성의 주체자이며 이때 의지(志, will)가 매우 중요하다고 보았다. 의지는 덕성을 자유롭게 선택하는 것에서 주요한 역할을 한다. 즉 사람이 특정 방식으로 살겠다고 결심하고 그 일에 헌신하는 것은 의지의 역할이며, 의지를 가질 때 자신이 동일시한 삶을 살아갈 수 있는 것이다. 또한 역경은 원하는 삶의 방식을 선택할지에 대한 의지의 시험장으로, 역경에서의 선택을 통해 자율성은 더 강화된다고 하였다.

Seok(2017)은 유학의 자기를 공동체적 주체자(communal agent)로 이해하였고, 공동체적 주체가 어떻게 자율적일 수 있는가에 관해 기술하였다. 그에 따르면 서양에서의 자율성이 합리적 지성에 바탕을 둔 것과 달리, 유학은 측은지심과 같은 타인에 대한 감정에 기반을 두는데, 이러한 감정은 본래 타고난 자연스러운 것이다. 그리고 자기개선도 혼자서 노력하는 것이 아니라 의인을 가까이하는 것처럼 타인과의 상호작용할 때 효과적일 수 있다고 보았다. Seok에 따르면 유학이 타인과의 유대성을 강조한다는 측면에서 서구에 비교해 덜 자율적일 수 있으나, 특정 가치관을 선택하고 추구해나가는 자기는 매우 적극적이며 여기서 자기-신뢰가 중요하다. 유학의 문헌들에서 주체자는 항상 자신의 변화 가능성을 믿고 자기를 신뢰하면서 열심히 일하는 사람으로 그려진다. 맹자의 “자신을 포기하거나 파괴하는 자와는 함께 말하거나 일하지 않는다(自暴者

不可與有言也 自棄者 不可與有爲也)”는 것은 (Seok, 2017에서 재인용) 타인이 자기발전에 주요한 영향을 준다는 의미와 함께, 자신을 신뢰하고 귀히 여기는 것이 주체자에게 중요한 덕목임을 보여준다. 이러한 연구들을 종합해보면, 동아시아 유교문화권에서는 타인에게 관심을 유지하면서 자기개선을 지속하는 것이 과정에서 자기-신뢰와 의지의 중요성을 강조했다는 것을 확인할 수 있다.

자율성 하위역량의 구성

이러한 개관을 바탕으로 본 연구는 자율성 역량을 자기-통치를 하는데 필요한 통합적 능력이라 정의하였다. 그리고 Meyers가 제시한 자율성 역량 개념을 기본 틀로 삼고 유교문화권에서의 자율성 발휘를 참고하면서 아래의 기준에 따라 자율성 하위역량을 구성하였다. 1) 세부역량은 자율성의 복잡성을 반영하면서도 자기-통치 개념과 직접적으로 연관되어야 한다. 2) 자기-통치를 위한 가장 핵심 개념만을 포함한다. 3) 경험연구와 문헌에서 자율성과 관련이 있는 개념만을 포함한다. 4) 현실적으로 측정이 가능한 구인만을 고려한다. 5) 한국적 상황에서의 자율성 발휘를 고려한다.

본 연구는 자율성 역량을 크게 자기-발견(self-discovery)과 자기-실행(self-enactment) 영역으로 구분하고 각각의 영역들에 포함될 수 있는 하위역량들을 구성하였다. 자기-발견 영역은 자기에 대해 알아가고 이를 통해 현재와 미래의 자기를 정의하는 과정이다. 이러한 과정은 사람이 자율적이기 위한 핵심과정으로 자기에 대한 앎을 토대로 자기와 일치하는 미래나 삶의 방식을 정의하는 것까지가 포함된다. 자기-발견은 심리학의 기존 연구(Waterman,

2011)에서도 자신의 잠재력을 발견하고 삶의 목적을 선택하여 이를 실행할 기회를 찾는 과정으로 정의되기도 하였다. 두 번째 영역은 자기-실행 영역으로, 자기가 승인한 목표와 가치관에 따라 실제로 행동하는 것과 관련된 영역이다. Sheldon과 Krieger(2014)는 자신의 가치관을 말로 승인한 것과 이를 실행하는 것 간의 차이에 대해 연구하였다. 그들에 따르면 사람들은 자기의 가치관을 승인한 것보다 실행하는 정도가 더 낮은 것으로 나타났으며, 가치관을 승인한 것과 실행한 것의 합이 안녕감을 더 잘 예측한다고 보고하였다. 이러한 경험연구의 결과를 볼 때 자율성 발휘를 적절히 측정하기 위해서는 말과 생각뿐만 아니라 이에 수반하는 행동을 고려해야 할 것이다. 또한 기존 연구(Duckworth et al., 2007)에 따르면 장기적인 목표에 대해 열정을 가지고 헌신하는 행동은 성취 및 안녕감과 관련이 있다고 밝혀지고 있다. 그리고 자율성이 높을수록 이러한 실행력이 높다는 것이 확인되고 있다(Jin & Kim, 2017). 자기-발견과 자기-실행의 두 영역은 명확히 분리되어 있기보다는, Meyers의 언급처럼 서로 교류하고 영향을 주면서 성장해 가는 것으로 가정하였다.

자율성 역량에서 자기-발견 영역의 하위역량들은 아래와 같다. 첫째는 자기-신뢰(self-trust)이다. 자기 신뢰는 자신의 의견, 동기, 능력, 성향에 대해 긍정적으로 생각하고, 자신을 의지하는 태도를 말한다. 그리고 부정적인 일이 일어나더라도 이를 받아들이며, 자신의 부족한 것을 인정하는 등 자신을 호의적으로 보는 것이 포함된다(Govier, 1993). 자기-신뢰는 자율성을 위한 필수적 조건이다(Govier, 1993; Meyers, 1989). 만약 의사결정과 반성과정에서 자기에 대한 신뢰가 없다면 스

스로의 생각이나 가치에 주목하기도 어렵고 자기 내면에 주의를 유지하기도 어렵다. 또한 자기-신뢰가 없다면 추구하려는 것이 분명하더라도 이를 실행하는데 어려움을 겪게 된다. 자기-신뢰와 자율성간의 관계를 살펴본 경험 연구는 없으나 유사한 개념인 자존감(권경자, 하정희, 2018), 자기효능감(박고운, 이기학, 2007)에 대한 연구에 따르면 이 변인들은 자율성과 정적 관련성이 있었다.

두 번째는 자기-자각(self-awareness)이다. 자기-자각은 자신의 느낌, 의견, 욕구, 소망을 아는 것 그리고 이를 표현할 수 있는 능력을 말한다(Bekker & Assen, 2006; Meyers, 1989). 이러한 자기에 대한 자각은 일상적 상황에서 뿐만 아니라 스트레스 상황, 내면에 갈등이 있는 경우, 그리고 외부의 압력이 있을 경우에도 자기의 감정과 생각을 알아차리는 것이며, 그래서 행위자는 자신에 대해 명확하게 알고 있다고 인식하게 된다. 만약 자신의 생각과 감정, 가치관을 잘 알지 못하면 자기-읽기, 자기-그림을 그릴 수 없으며 결국 자율성 발휘가 어려워지게 된다. 경험연구들은 자기에 대한 지식(self-knowledge)이 더 명확하고 자기 개념이 안정적일수록 동기 측면에서 측정된 자율성이 더 높다는 것을 보여준다(Bober & Grolnick, 1995).

세 번째는 자기-목표 일치성(self-goal concordance)이다. 자율적이기 위해서는 어떻게 살 것인지, 어떤 가치관을 가질 것인지, 어떤 인간관계를 맺으며 살 것인지와 같은 생애 계획을 가지는 것이 중요하다(Meyers, 1989). 이와 더불어 이러한 생애 목표는 진정한 자기와 일치하는 것이어야 한다. 경험연구(Sheldon, 2014)에 따르면 자기와 일치하는 목표를 선택할수록 더 일관적으로 노력하며 목표획득의 가능성이 높았

다. 그리고 자기통찰과 동기적 자율성이 높을수록 자기-일치적 목표선택이 증진되는 것으로 나타났다.

자기-실행 영역의 하위 역량들은 아래와 같다. 첫 번째는 의지력(willpower)이다. 의지력은 어떠한 일을 이루고자 하는 마음을 끈끈하게 지켜나가는 힘이다(국립국어원, 표준국어대사전). 또한 의식화된 생각을 행동으로 옮기는 힘(Wegner, 2002)이 강한 것을 의미한다. 자율적이기 위해서는 자신이 승인한 가치관, 생각들을 실제 행동으로 실행할 수 있어야 한다. 기존 연구(Sieber et al., 2019)는 자율적 동기로 삶의 목표를 추구할수록 의지력이 고갈되는 것이 아니라 높아진다고 보고하고 있다.

두 번째는 저항하기(resisting)이다. 저항하기는 원치 않는 외부의 기대와 압력으로부터 자유로울 수 있는 정도로, 자신의 의견과 타인이 배치되는 상황일 때 저항하면서 자기주장을 하는 정도를 의미한다. 타인의 기대나 사회적 압력에는 사회화나 전통이 포함될 수 있는데, 이것은 반대, 설득, 간섭의 형태를 띠 수도 있다(Abrams, 1998; Meyers, 1989). 자율성이 낮은 사람들은 타인의 기대와 압박감에 예민하며 이를 이겨낼 수 없다고 느낀다(Meissner, 1988; Ryan & Connell, 1989).

마지막으로 자율성 역량 척도의 특징과 기존 척도들과의 차이점을 기술하면 다음과 같다. 첫째, 자율성 역량 척도는 자기-통치의 상태가 나타나기 위해 어떠한 역량이 발휘되어야 하는지에 초점을 둔 것이며, 기본적으로 개인적 자율성(personal autonomy)을 측정하는 척도이다. 이 척도는 자율성 역량을 체계적으로 언급한 Meyers의 자율성 역량 개념을 기본 이론적 틀로 하고 있다. 둘째, 자율성 역량 척도는 자기-통치를 측정한다는 점에서 독립으

로서의 자율성을 측정하는 기존 척도들과 구분된다. 또한 자율성을 특성들의 통합적 발현으로 접근한다는 점에서 동기적 측면으로 접근한 자기결정성 이론의 척도들과도 구분된다. 셋째, 한국인의 자율성 발현을 측정하기 위해 유학 관점에서의 자율성을 참고하였으며, 이에 자기-신뢰와 의지력을 하위역량으로 포함하였다. 하지만 자율성-연결성 척도에서 보았듯이 관계성 요소를 무리하게 포함할 경우 자율성 구인 자체가 모호해지고 관계성과 자율성 간의 연구를 방해할 수도 있어, 관계성 요소를 자율성 역량 개념에 포함하지는 않았다.

연구 1. 문항개발과 탐색적 요인분석

방 법

예비문항 개발

총 4인(상담심리전공 교수 1인, 상담심리전공 박사과정 3인)으로 구성된 연구진은 아래의 과정으로 자율성 역량 척도의 예비문항을 개발하였다. 2021년 3월부터 7월까지 5개월간 자율성 및 자율성 척도에 관한 국내외 문헌을 고찰하고 관련 척도를 수집하였다. 연구진은 문헌 고찰 과정에서 8개의 자율성 하위역량 - 자기-신뢰, 자기-자각, 내면에 대한 관심, 자기-목표 일치성, 비판적 사고, 저항하기, 의지력, 타인도움 신뢰 - 을 구상하였다. 이후 2021년 8월부터 11월까지 각 하위요인의 예비문항을 제작하였다. 예비문항의 제작과정을 기술하면 다음과 같다. 첫 단계로 문항제작에 관한 문헌을 함께 탐독하며 문항제작에서의 주의사항을 익혔다. 두 번째 단계에서는

연구진 각자가 하위문항을 만들어 함께 모여 적절성을 평정하였다. 그리고 마지막 단계에서 문항의 가독성을 위해 수정 보완하는 작업을 하였다. 문항제작 과정에서 최초 가정했던 8요인의 자율성 역량은 5요인으로 축소되었다. 구체적으로 내면에 대한 관심은 자기-자각과의 내용 중첩 가능성을 이유로, 비판적 사고는 변별력과 한국문화에서의 적합성을 이유로, 그리고 타인도움 신뢰는 관계성과의 중첩가능성과 자율성의 핵심요소로 보기 어렵다는 이유로 제외하였다. 따라서 최종 5개 하위요인 - 자기-신뢰, 자기-자각, 자기-목표 일치성, 저항하기, 의지력 - 을 확정하였다.

연구진은 최종 척도가 5개의 하위척도, 각 하위척도 당 5문항으로 구성된 자율성 역량 척도를 계획하였다. 이에 따라 실제 문항의 3배수(각 하위척도 당 15개)인 총 75개의 예비문항을 제작하였다. 예비문항에는 기존 척도(Cognitive Autonomy and Self-Evaluation, Conceptual Analysis and Measurement of Adolescent Autonomy) 문항을 그대로 차용한 7 문항, 기존 척도(기질 및 성격검사, Cognitive Autonomy and Self-Evaluation, Interpersonal Dependency Inventory, Satisfaction of Proximity/Autonomy Needs Scale, Autonomy-Connectedness Scale) 문항을 수정한 8문항이 포함되었다. 그리고 연구진이 순수 제작한 문항은 60문항이었다.

이후 전문가 패널의 평정을 실시하였다. 75개 예비문항이 구인들을 적절히 반영하고 있는지 3인의 전문가 패널에게 문항 적합성을 평정하도록 하였다. 전문가 패널은 사회심리전공 교수 2인, 상담심리전공 교수 1인이었으며 연구진은 포함되지 않았다. 연구목적과 함께 5개 하위척도에 대한 설명, 그리고 예비문

항을 제시하였다. 패널들은 각 문항들이 자율성 역량의 하위 구인들을 얼마나 잘 반영하는지에 대해 '1(전혀 적절하지 않다), 2(다소 적절하지 않다), 3(보통이다), 4(다소 적절하다), 5(완전히 적절하다)'의 5점 Likert식 척도에 응답하였다. 그리고 평정자 3명 중 2명 이상이 4점 이상으로 평정했거나, 평정자 평균이 3.5점 이상인 문항을 통과의 기준으로 삼았다. 이 과정에서 12문항은 탈락하고 63문항이 예비문항으로 채택되었다. 채택된 63문항의 평정자 평균은 4.22였다.

그리고 패널들의 피드백과 연구진의 회의를 거쳐 15문항에 대해서는 문구를 수정하였다. 패널 평정을 통과한 예비문항은 자기-신뢰 12문항, 자기-자각 12문항, 자기-목표 일치성 13문항, 저항하기 13문항, 의지력 13문항이었다.

연구대상

문항선정을 위해 온라인으로 참가자를 모집하였다. 온라인을 활용한 것은 COVID-19 상황에서 직접 대면조사가 어려웠기 때문이었다. 2022년 2월경 대학생과 직장인이 이용하는 온라인 커뮤니티에 연구 참여에 대한 홍보문을 올렸다. 참가자들은 개인정보 보호, 자료 활용 및 보안, 연구 참여 보상, 연구 진행 절차에 대해 숙지하고 자발적으로 참여 의사를 밝힌 경우에 한 해 연구에 참가하였다. 설문은 약 15분 정도가 소요되었으며, 불성실하게 응답한 20부는 제외하고 174명의 자료를 사용하였다. 연구대상은 여성이 125명(71.8%), 남성이 49명(28.2%)이었다. 연령대는 20-30세 79명(45.4%), 31-40세 62명(35.6%), 41-50세 20명(11.5%), 51-60세 12명(6.9%)이었고 평균연령은

32.7세($SD=9.51$)였다. 참가자의 직업은 전문가 및 전문영역 종사자 54명(31%), 학생 50명(28.7%), 사무직 종사자 41명(23.6%), 무직 혹은 취업준비생 8명(4.64%), 엔지니어 8명(4.64%), 서비스 종사자 7명(4%), 단순 노무 종사자 3명(1.7%), 관리자 2명(1.1%), 생산 및 제작라인 종사자 1명(0.6%)이었다. 참가자의 최종 학력은 대졸이상 82명(47.1%), 대졸 56명(32.2%), 2년제 전문대졸 1명(0.6%), 고졸 36명(20.7%)이었다. 성실하게 설문에 응답한 참가자 모두에게 4,000원 상당의 커피 쿠폰을 보상으로 지급하였다.

측정 도구

자율성 역량 예비문항

피험자들은 온라인으로 63개의 예비문항에 응답하였다. 지시문은 “아래는 당신의 일반적 경험에 대해 묻는 것입니다. 각 문항에 대해 당신의 경험이 어느 정도 해당되는지 체크해주세요. 여기에는 맞거나 틀린 대답은 없습니다. 당신이 그래야 한다고 생각하는 것이 아니라 실제로 당신이 경험하고 있는 것에 따라 대답해 주세요.”이다. 문항응답은 Likert식 5점 척도(1. 전혀 그렇지 않다, 2. 다소 그렇지 않다, 3. 보통이다, 4. 다소 그렇다, 5. 완전히 그렇다)였다.

결 과

패널 평정을 통과한 63개 예비문항에 대해 피험자 자료를 수집한 후 문항분석을 실시하였다. 문항들은 충분한 변산성이 있고 개인들을 민감하게 변별할 수 있어야 한다(Clark &

Watson, 1995). 그래서 ① 과도하게 skewed 되었거나($skew > \pm 1.4$) ② 응답이 과도하게 제한적인 문항(범위가 3 이하인 응답, 혹은 $SD < .75$)(Meir & Gati, 1981) ③ 문항과 전체 점수 간의 상관이 .30 이하인 문항(Nunnally & Bernstein, 1994) ④ 문항을 제거했을 때 Cronbach's a 가 증가하는 경우를 문항 탈락의 기준으로 삼았다.

문항분석의 결과 자기-신뢰의 경우 왜도문제 1문항 전체-문항 간 상관 2문항 제거할 경우 신뢰도 증가 1문항, 자기-자각의 경우 범위제한 1문항 전체-문항 간 상관 3문항, 자기-목표 일치성의 경우 왜도문제 1문항 전체-문항 간 상관 3문항, 의지력의 경우 전체-문항 간 상관 5문항, 저항하기의 경우 전체-문항 간 상관 7문항이 기준을 통과하지 못했다. 전체-문항 간 상관의 기준을 통과하지 못했던 문항의 예로는, 의지력의 경우 “목표했던 일이지만 머뭇거리다가 생각으로만 그치는 경우가 많다.”, “종종 내 의지와 역행하여 행동하게 될 때도 있다.” 등의 문항이었다. 그리고 저항하기에서는 “목표했던 일이지만 사회적인 시선 때문에 포기한 적이 있다.”, “타인의 기대대로 행동해야 한다는 압박감을 자주 느낀다.”, “다른 사람들이 원하는 것을 따르는 경향이 강하다.” 등 타인 기대에 대한 압박감을 표현하는 문항들이었다. 이 문항들은 사람들이 일반적으로 경험할 수 있는 내용들로 전체-문항 간 상관이 .30 이하인 등 변별력이 낮았다. 이상의 결과를 정리해 보면 높은 왜도 2문항, 범위제한 1문항, 제거시 신뢰도 증가 1문항, 전체-문항 간 상관 20문항, 총 24문항이 탈락하고 39문항이 문항분석을 통과하였다.

문항분석의 기준을 통과한 39문항에 대하여 탐색적 요인분석을 실시하였다. 요인분석

의 방법은 요인들 간의 상관을 전제하고 있으므로 사각회전을 사용하였다(양병화, 2008). 구체적으로 요인분석은 주축 요인분석(Principal Axis Factoring), 직접 오블리민(Direct Oblimin) 방식으로 실시하였다. 요인 수를 지정하지 않고 탐색적 요인분석을 한 결과, 아이겐 값 1 이상인 8개 요인이 추출되었으며 이 요인들은 전체변량의 56.21%를 설명하였다. 스크리 도표에서는 5요인과 6요인 사이에서 고유값이 감소하여 5요인 혹은 6요인이 적절한 것으로 나타났다. 1요인은 아이겐 값 7.37로 loading 값 .30 이상인 문항은 자기-목표 일치성 5문항, 의지력 1문항과 자기-신뢰 1문항이었다. 자기-목표 일치성 이외의 문항 예로는 “65. 나는 완벽하진 않지만 성장하는 사람이다.”로 자기-목표 일치성과 내용면에서 관련성이 적었다. 2요인은 아이겐 값 4.77로 저항하기 5문항과 의지력 1문항이 혼재되어 있었다. 포함된 의지력 문항은 “52. 삶에 변화가 필요하다고 느끼면, 과감히 변화를 택한다.”로 저항하기의 내용과 관련성이 적었다. 3요인은 아이겐 값 2.19로 자기-신뢰, 자기-자각, 자기-목표 일치성 각각 1문항이 혼재되어 있었다. 내용면에서는 “56. 나 자신의 강점이 충분히 있다고 생각한다.”처럼 성격적 강점과 관련된 문항들이었다. 4요인은 아이겐 값 7.65로 의지력 5문항이었다. 5요인은 아이겐 값 7.65로 자기-자각 6문항이었다. 6요인은 아이겐 값 5.06으로 자기-목표 일치성 3문항, 의지력 1문항이 혼재되어 있었다. 문항의 내용은 생애 계획의 유무와 관련된 문항들로 “13. 앞으로 삶을 어떻게 살아갈지에 대한 장기적인 계획이 있다.” 등이었다. 7요인은 아이겐 값 8.68로 자기-신뢰 5문항이었다. 8요인은 아이겐 값 3.75로 2문항이었으며, “59. 나는 거절하는 것이

표 1. 자율성 역량 척도의 문항 내용과 요인분석 결과

문항 내용	요인					M	SD	내적 합치도
	1	2	3	4	5			
2. 언제나 나의 느낌과 생각을 자각하고 적절한 용어로 표현할 수 있다.	.633					3.76	.880	
14. 화가 나는 상황에서 내 욕구가 무엇인지 분명하게 알고 있다.	.588					3.72	.869	
35. 나는 내가 추구하는 가치관이 무엇인지 분명히 안다.	.581					3.86	.862	
8. 내가 이런저런 감정으로 복잡할 때, 나는 내가 그런 상태라는 것을 파악할 수 있다.	.577					3.91	.751	.859
32. 나는 내가 어떤 사람인지 잘 알고 이를 표현할 수 있다.	.570					3.86	.810	
20. 내가 원하는 것을 알고 적절하게 표현한다.	.526					3.79	.807	
26. 나는 나의 장점과 단점을 균형 있게 알고 있다.	.480					3.86	.862	
12. 나는 거절하는 것이 두렵지 않다.		.668				3.10	1.123	
18. 나는 내가 원치 않는 간섭을 분명하게 거부한다.		.638				3.44	1.072	
6. 만약 다른 사람의 의견에 동의하지 않는다면, 나는 그것에 대해 솔직하게 말한다.		.634				3.30	1.004	.768
34. 나는 다른 사람들의 기대나 요구가 있어도 큰 영향을 받지 않는다.		.530				2.81	1.028	
24. 외부의 압력이 있어도 내 방식으로 해나가려고 한다.		.486				3.34	.989	
10. 어려운 일에 맞닥뜨려도, 마음먹은 일에 대해서는 끝까지 해내고 만다.					-.746	3.63	1.016	
4. 나는 한번 결정하면 끝까지 밀고 나가는 편이다.					-.723	3.58	.987	
16. 내가 목표한 일에 대해서는 어떻게든 성취해낸다.					-.586	3.65	1.013	.845
22. 최종적으로 결정을 하면, 내 판단을 믿고 밀어붙이는 편이다.					-.492	3.86	.939	
28. 방해물이 나타나더라도 목표를 향해 가는 대안을 쉽게 찾는다.					-.350	3.51	.960	
27. 내 삶에서 진정으로 원하는 것이 무엇인지 자주 스스로 질문한다.				.869		3.91	.987	
9. 나는 자주 내 삶의 방향을 점검해 본다.				.750		3.83	.900	
33. 내 삶의 목표는 진정한 나의 모습을 알고 받아들이는 것이다.				.494		3.96	.940	.855
15. 나의 인생 계획이 정말로 나와 맞는 것인지를 검토해 본다.				.493		3.82	.817	
3. 내가 끊임없이 추구하는 삶의 목표가 있다.				.459		3.94	1.007	
21. 내가 인생에서 세운 목표에 따라 행동한다.				.375		3.80	.817	
7. 나는 어려운 상황에서도 나를 믿고 의지한다.					.802	3.93	.912	
1. 나 자신을 믿고 의지한다.					.793	3.94	.926	
25. 나는 현재의 나에 대해서 자부심을 느낀다.					.668	3.66	.995	.876
19. 실수를 해도 나는 여전히 괜찮은 사람이다.					.612	3.98	.965	
13. 나는 나를 온전히 믿고 일을 추진할 수 있다.					.546	3.72	.808	
아이겐 값	6.51	4.83	5.77	5.95	6.83			.936
전체 설명 변량(%)						53.35		

두렵지 않다.”처럼 저항하기 중 타인의 거절과 관련된 문항이었다.

이후 39문항에 대해 요인모델 가꾸기를 실시하였다. 요인모델 가꾸기는 부적절한 문항을 제거하여 각 요인이 순수한 구조를 갖도록 하며 최선의 모델을 선택하는 과정이다(양병화, 2008). 연구진은 ① 한 요인에 .30 이상 적재되는 문항이 3문항 이하인 경우 ② 두 요인 이상에서 .30 이상 교차 적재된 문항의 경우 ③ 어떤 요인에도 .30 이상 적재되지 않는 문항의 경우 ④ 내용 측면에서 요인 내 다른 문항들과 일관적이지 않은 문항들을 요인과 문항의 탈락 조건으로 삼았다(양병화, 2008). 이 기준에 따라 어떤 요인에도 적재되지 않은 1 문항, 2개 요인에 교차 적재된 2문항이 탈락하였다. 그리고 요인의 순수성에 대한 연구진의 토의를 거쳐 아래의 문항들이 탈락하였다. 1요인에서 자기-목표 일치성과 일관되지 않은 1문항, 2요인에서 저항하기의 내용과 일관되지 않은 1문항, 6요인에서 삶의 목표 관련 3 문항, 총 5문항이 탈락하였다. 6요인의 삶의 목표와 관련된 3문항에 대해서는 1요인의 자기-목표 일치성 5문항들이 생애 목표 유무 및 목표의 자기-일치성을 충분히 표현하고 있고, 생애목표에 관해 2개의 요인이 구성되는 것이 부적절하다 생각하여 탈락하였다. 이 과정에서 총 8문항이 탈락하여 31문항이 남게 되었다. 이후 요인모델 가꾸기를 2번 더 실시하였으며 두 요인에 .30 이상 교차 적재된 3문항이 탈락하였다. 상세한 내용은 지면상 생략하겠다.

요인모델 가꾸기를 거친 최종 28문항에 대하여 탐색적 요인분석을 실시하였고 그 결과를 제시하면 다음과 같다. 28문항은 KMO .915, Bartlett 구형성 검증 결과 $\chi^2=2584.597$

($df=378$), $p<.001$ 로 요인분석을 실시하기에 적절한 표본임이 확인되었다(Tabachnick et al., 2001). 탐색적 요인분석의 결과 전체 설명량은 53.35%였다. 1요인은 ‘자기-자각’의 7문항으로 아이겐 값은 6.51이었다. 2요인은 ‘저항하기’ 5문항으로 아이겐 값 4.83이었다. 3요인은 ‘의지력’ 5문항으로 아이겐 값 5.77이었다. 4요인은 ‘자기-목표 일치성’ 6문항으로 아이겐 값 5.95였다. 5요인은 ‘자기-신뢰’ 5문항으로 아이겐 값 6.83이었다. 그리고 하위척도의 신뢰도 Cronbach's α 값은 전체 .94, 자기-자각 .86, 저항하기 .77, 의지력 .85, 자기-목표 일치성 .86, 자기-신뢰 .88이었다. 자율성 역량 척도의 최종 문항 내용과 패턴 행렬을 표 1에서 제시하였다.

연구 2. 확인적 요인분석과 타당도 연구

방 법

연구 절차

탐색적 요인분석의 5요인 구조가 적절한지를 확인하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 또한 자율성 역량 척도의 타당도를 확인하기 위하여 척도의 수렴타당도, 공존타당도, 증분타당도를 차례로 검증하였다. 수렴타당도 검증을 위해서는 한국판으로 번안된 자율성 척도들 - 자율성 기능지수 척도(추스란, 조한익, 2016), 일반적 자기결정성 척도(안혜준, 2021), 주체성 척도(박아청, 2003), 한국형 기본 심리욕구 척도 중 자율성 척도(이명희, 김아영, 2008) - 과 자율성 역량 척도 간의 상관을 분석하였다. 그리고 자율성 역량

척도의 공존타당도를 확인하기 위해서는 자율성이 높을수록 안녕감이 높다는 기존 연구들(Brown & Ryan, 2003; Ryan et al., 2006; Weinstein et al., 2012)을 바탕으로 안녕감 관련 척도들 - 자존감(Rosenberg, 1965), 삶의 만족도(Diener et al., 1985), 삶의 의미(Steger et al., 2004), 진실성(Wood et al., 2008), 마음챙김(Brown & Ryan, 2003), 자기수용(Chamberlain & Haaga, 2001) - 과 자율성 역량 척도 간의 상관을 분석하였다. Weinstein 등(2012)에 따르면 안녕감은 자율성 발휘의 결과라고 예측될 수 있는 것으로, 그들의 연구에서 안녕감의 지수로 자존감, 삶의 만족도, 삶의 의미, 진실성이 사용된 바 있다. 그리고 긍정/부정 경험에 대한 자기수용 또한 기존 연구(Koestner et al., 1996)에서 자율성의 결과로 제안되었던 것으로, 기존 연구(Weinstein et al., 2012)에서 자율성과 정적상관이 나타났다. 또한 마음챙김은 심리적 안녕감을 증진시키는 역할을 하는 것으로(Brown & Ryan, 2003) 기존 연구에서 자율성과 정적 관련성이 있었다(Weinstein et al., 2012).

자율성 역량 척도의 증분타당도(Incremental Validity)를 검증하기 위해서는 안녕감을 예측하는 것에서 자율성 역량 척도가 기존 자율성 척도(기본심리욕구 척도의 자율성 척도, 자아정체감의 주체성 척도)에 추가하여 안녕감을 더 설명하는지 확인하였다. 증분타당도 검증은 기존 자율성 척도와의 개념적 변별성을 검토하기 위한 것으로 자율성 역량 척도의 증분 설명량을 검증하는 것이다. 자율성 역량 척도는 기존 자율성 척도 보다 종속변수를 예측하는 것에서 증분타당도를 보일 것이라 가정하고, 자율성 역량이 기존 척도 이상의 설명량을 보이는지 검증하였다.

연구대상

연구대상은 연령대별 표집을 위하여 온라인 서베이 업체를 활용하였으며 모집시기는 2023년 4월 26일부터 4월 28일까지였다. 연구목적과 절차, 비밀보장, 연구 참여 권리 등에 대해 설명한 후 연구 참여 동의를 구하였다. 참가자 모두에게 4,000원 상당의 커피쿠폰을 보상으로 지급하였다. 연구 참여자는 435명으로, 이들은 수렴타당도 연구를 위한 설문지 또는 증분타당도 연구를 위한 설문지 중 하나에 무선으로 배정되었다. 수렴타당도 연구에 참여한 참가자는 210명, 증분타당도 연구에 참여한 참가자는 225명이었다. 이 중 불성실한 응답을 한 16부의 자료는 분석에서 제외하고 수렴타당도 203명, 증분타당도 216명, 총 419명의 자료를 최종 자료로 사용하였다. 수렴타당도 질문지에는 자율성 역량 척도 28문항과 함께 수렴타당도 검증을 위한 4개의 자율성 척도들이 포함되어 있었다. 증분타당도 질문지에는 자율성 역량 척도, 자율성 척도, 주체성 척도와 함께 6개의 안녕감 척도들이 포함되어 있었다. 설문지 응답에 걸리는 시간은 약 15분 정도였다. 그리고 자율성 역량 척도의 확인적 요인분석을 위해서는 수렴타당도 연구와 증분타당도 연구에 참여했던 203부와 216부를 합친 총 419부를 활용하였다. 각 연구에 참여한 두 집단 간에 연령, 성별, 자율성 역량에서 차이가 있는지 확인하였다. 그 결과, 연령($t=0.271$, $p=0.787$), 성별($\chi^2=0.039$, $p=0.843$), 자율성 역량($t=-0.380$, $p=0.704$)에서 유의미한 차이가 나타나지 않았으며, 따라서 두 집단은 동일하다고 간주하여 하나의 분석자료로 사용하였다.

총 419명 중 남성은 194명(46.3%) 여성은 225명(53.7%)이었다. 연령대 분포는 20~30세 100명(23.8%), 31~40세 98명(23.4%), 41~50세 103명(24.6%), 51~60세 118명(28.1%)으로 나타났다. 참가자의 평균나이는 40.99세($SD=11.73$)이었다. 직업군은 사무직 150명(35.8%), 없음(취업준비) 59명(14.1%), 기타 52명(12.4%), 학생 37명(8.8%), 전문가 및 전문영역 종사자 29명(6.9%), 자영업(소상공인) 24명(5.7%), 서비스 종사자 20명(4.8%), 엔지니어 18명(4.3%), 생산 및 제작라인 종사자 13명(3.1%), 단순 노무 8명(1.9%), 판매직 5명(1.2%), 농수산 재배 종사자 2명(0.5%), 관리자(대표 혹은 고위 관리자) 2명(0.5%) 순으로 나타났다. 참가자의 최종 학력은 대졸이상 46명(11.0%), 대졸 227명(54.2%), 2년제 전문대졸 53명(12.6%), 고졸 90명(21.5%), 중졸 3명(0.7%)이었다.

측정 도구

자율성 기능지수 척도(The Index of Autonomous Functioning)

Weinstein 등(2012)이 개발하고 추스란과 조한익(2016)이 우리나라 정서에 맞게 번안 및 타당화한 자율성 기능지수 척도(IAF)는 자아일치성, 통제민감성, 관심획득의 3개 하위요인, 총 13문항으로 구성되어 있다. 추스란과 조한익(2016)의 연구에서 Cronbach's α 는 전체 .89, 자아일치성 .82, 통제민감성 .69, 관심획득 .86이었다. 본 연구에서는 전체 .87, 자아일치성 .80, 통제민감성 .55, 관심획득 .80으로 나타났다.

일반적 자기결정성 척도(The General Motivation Scale)

Pelletier 등(2004)이 개발하고 안혜준(2021)이

번안한 척도를 사용하였다. 일반적 자기결정성 척도는 내재적 조절, 통합 조절, 동일시 조절, 내사 조절, 외재적 조절, 무동기 등 6개의 하위척도, 각 하위척도별 3문항씩 총 18문항으로 구성되어 있다. Ryan과 Connell(1989)이 제안한 공식을 사용하여 일반 자기결정성 지수를 계산하였으며, 점수가 높을수록 일반적 자기결정성이 높고 외재적 조절보다는 내재적 조절을 더 자주 사용하는 것으로 해석된다. 안혜준(2021)의 연구에서 Cronbach's α 는 내재적 조절 .72, 통합조절 .85, 동일시 조절 .68, 내사 조절 .84, 외재적 조절 .74, 무동기 .62였다. 본 연구에서는 내재적 조절 .71, 통합 조절 .76, 동일시 조절 .75, 내사 조절 .79, 외재적 조절 .74, 무동기 .40으로 나타났다.

주체성 척도

박아청(2003)이 개발한 한국형 자아정체감 검사의 하위척도 중 주체성 척도를 사용하였다. 박아청(2003)은 자아정체감이 높은 사람의 경우 자기 통합성을 이룩하려 한다는 관점 하에, 강한 정체감을 가진 사람은 자신의 특성들을 조화롭게 통합하고자 하는 의지와 능력을 지녔다고 보았다. 박아청은 이러한 가정에 따라 자아정체감 척도의 하위척도로 주체성 척도를 사용하였는데, 주체성은 자신의 연속성과 자기가 누구인지를 알고 있는 정도를 측정하는 것이었다. 총 10문항으로 구성되어 있으며, 박아청(2003)의 연구에서 Cronbach's α 는 .74, 본 연구에서는 .88로 나타났다.

자율성 척도

Ryan과 Deci(2000, 2004)가 개발한 기본심리 욕구 척도를 이명희와 김아영(2008)이 한국 문화적 특성을 반영하여 번안 및 타당화한 한국

형 기본심리욕구 척도의 하위척도 중 자율성 척도를 사용하였다. 총 6문항으로 이루어져 있으며 자율성의 만족 정도를 측정한다. 이명희와 김아영(2008)의 연구에서 Cronbach's α 는 .70이었다. 본 연구에서는 .81로 나타났다.

자존감 척도

자존감(Self-Esteem)은 자기 자신에 대한 개인의 긍정적 혹은 부정적 평가로서 스스로를 존경하거나 자신을 가치있는 사람으로 느끼는 정도를 나타낸다(Rosenberg, 1965). 본 연구에서는 Rosenberg(1965)가 개발하고 전병재(1974)가 한국어로 번안한 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 10문항으로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 자존감이 높음을 의미한다. 서수균과 권석만(2002)의 연구에서 Cronbach's α 는 .89였으며, 본 연구에서는 .87이었다.

삶의 만족도 척도

개인이 자신의 전반적인 삶에 대해 만족하는 수준을 평가하기 위해 사용하는 도구로 Diener 등(1985)이 개발하고 조명환과 차경호(1998)가 한국어로 번안한 삶의 만족도 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 5문항으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 삶의 만족도 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 .90으로 나타났다.

삶의 의미 척도

삶의 의미를 측정하기 위해 Steger 등(2004)이 개발하고 원두리 등(2005)이 한국어로 번안한 도구를 사용하였다. 삶의 의미 척도는 의미의 존재와 의미의 추구라는 두 하위요인으로 구성되어 있다. 의미의 존재는 자신의 삶이 의미있다는 주관적인 느낌을, 의미의 추구

는 자기 삶에서 의미를 탐색하는 지향과 추동을 측정한다. 각 하위요인 당 5문항씩 총 10문항으로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 삶의 의미 수준이 높음을 의미한다. 원두리 등(2005) 연구에서 두 하위요인의 Cronbach's α 는 모두 .88이었으며, 본 연구에서 문항 전체는 .92, 의미의 추구는 .89, 의미의 발견은 .93이었다.

진실성 척도

인본주의 접근에 기초하여 Wood 등(2008)이 개발하고 이향숙과 신희천(2011)이 한국어로 번안한 진실성 척도를 사용하였다. 이 척도는 자기-소외, 진실한 삶, 외부영향 수용의 세 하위요인으로 구성되어 있다. 각 하위요인 별 4문항씩 총 12문항이며, 점수가 높을수록 실제의 자기와 일치하고 자기 스스로를 잘 이해하고 있다는 주관적인 경험을 나타낸다. 이향숙과 신희천(2011)의 연구에서 Cronbach's α 는 .79였고, 본 연구에서는 .88이었다.

마음챙김 주의 알아차림 척도

Brown과 Ryan(2003)이 개발하고 권선중과 김교현(2007)이 한국어로 번안한 마음챙김 주의 알아차림 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 15문항의 단일요인으로 이루어져 있다. 이 척도는 사람들이 대체로 자신이 소유한 것보다 부재한 것을 더 잘 인식하는 것에 착안하여, 마음챙김의 부재(absence)를 측정하는 문항으로만 이루어져 있다(Brown & Ryan, 2003). 모든 문항은 역산 후 합산되며 점수가 높을수록 마음챙김과 주의 알아차림의 수준이 높음을 의미한다. 권선중과 김교현(2007)의 연구에서 Cronbach's α 는 .86이었으며, 본 연구에서는 .90이었다.

자기수용 척도

자기수용을 측정하기 위해 REBT에 근거하여 Chamberlain과 Garage(2001)가 개발하고 김사라형선(2005)이 한국어로 번안한 무조건적 자기수용 질문지(Unconditional Self-Acceptance Questionnaire)를 사용하였다. 이 척도는 총 20 문항으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 자기수용의 수준이 높음을 의미한다. 김사라형선(2005)의 연구에서 Cronbach's α 는 .90이었고, 본 연구에서는 .83이었다.

리욕구 척도의 자율성 척도(이명희, 김아영, 2008)와 주체성 척도(박아청, 2003) 점수를 투입하고, 단계2에서는 자율성 역량의 5개 하위 척도들을 투입하였다. 종속변수는 안녕감 관련 6개 척도 값을 표준점수화한 후 이를 평균한 복합 측정치를 전반적인 안녕감 지수로 사용하였다. 여기서 도출된 증분타당도 지수 R^2 로 자율성 척도와 주체성 척도 이상으로 자율성 역량 척도가 추가적 변량을 설명하는지 확인하였다.

분석 절차

확인적 요인분석을 위해서는 Mplus 7.0 프로그램을 사용하였고, 수렴, 공존, 증분타당도 분석에서는 SPSS. 26.0 프로그램을 사용하였다. 확인적 요인분석에서 모델 적합도는 χ^2 , CFI, TLI, RMSEA으로 확인하였다. 수렴타당도와 공존타당도 검증을 위해서는 각 척도 간의 pearson 상관분석을 사용하였다. 또한 증분타당도 분석을 위해 위계적 회귀분석을 사용하였다. 위계적 회귀분석의 단계1에서는 기본심

결 과

자율성 역량 척도에 대한 확인적 요인분석

자율성 역량 척도의 하위 요인이 자율성 역량 구성개념과 어떠한 관련이 있는지 살펴 보기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였으며, 그 결과는 그림 1과 같다. 모형의 적합도 지수 중 χ^2 검증은 표본의 크기에 민감하여 영가설이 과도하게 기각되기 쉬운 문제가 있

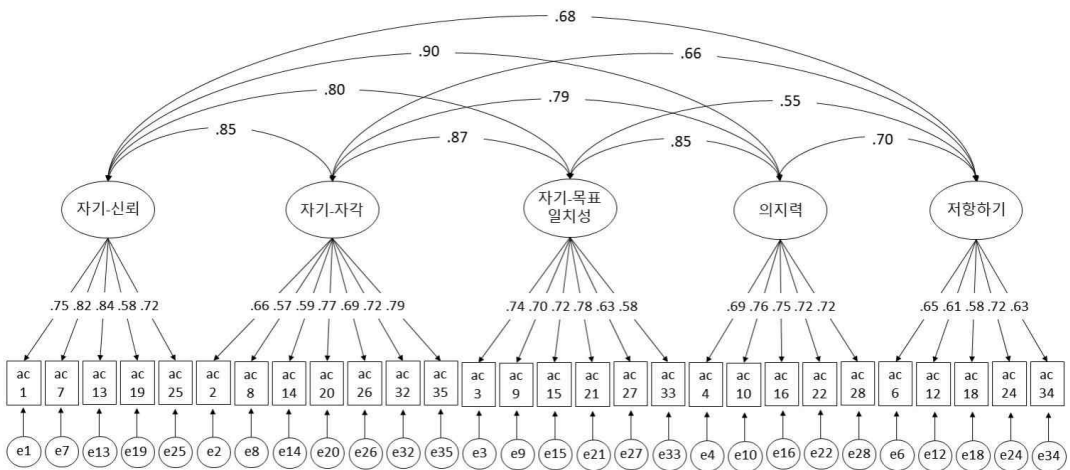


그림 1. 확인적 요인분석 결과

으므로, 다른 적합도 지수와 함께 고려하는 것이 필요하다(홍세희, 2000), CFI와 TLI 값은 .90 이상인 경우 좋은 합치도라고 볼 수 있으며(Kline, 2016), RMSEA는 .08 이하인 경우에 괜찮은 적합도라고 볼 수 있다(홍세희, 2000). 본 연구에서의 적합도 지수는 $\chi^2=6366.424$, TLI=.912, CFI=.921, RMSEA=.058(90% CI: .053-.063)로, 5요인 모형이 자료를 적합하게 설명하는 것으로 나타났다. 또한 각 잠재변인과 측정변인 간 관계를 나타내는 표준화계수 추정치들은 .57~.84로 나타났으며, 모두 통계적으로 유의하였다($p<.001$). 잠재변인 간 상관계수는 모두 $p<.001$ 수준에서 유의하였다.

해당 요인과 관련된 측정문항들의 내적 일치도를 확인하기 위해 개념 신뢰도(construct reliability: CR)를 확인하였으며, .70 이상인 경우 타당하다고 볼 수 있다(Hair et al., 2006). 본 연구에서는 자기-신뢰 .86, 자기-자각 .86, 자기-목표 일치성 .85, 의지력 .85, 저항하기 .78로 나타나 적합한 기준을 충족하였다.

확인적 요인분석에 사용된 419명의 자료와

관련하여 연령대별로 자율성 역량 점수의 평균과 표준편차, 왜도와 첨도를 분석한 결과를 표 2에서 제시하였다. 이렇듯 연령에 따른 자율성 역량 점수를 확인한 것은 자율성 역량 척도가 성인의 전 연령대에 활용될 수 있는지를 확인하기 위한 것이었다. 자율성 역량 척도 5요인의 왜도 절대값은 0.716 이하로 3보다 작고, 첨도의 절대값은 1.001 이하로 10을 넘지 않으므로 정규성 가정이 충족됨을 알 수 있다(Kline, 2016). 연령대에 따라 자율성 역량 점수의 차이가 있는지 검증하고자 일원배치 분산분석(One-way ANOVA)을 실시한 결과, 자율성 역량 전체 점수($F=0.740, p=0.529$), 자기-신뢰($F=0.879, p=0.452$), 자기-자각($F=2.424, p=0.065$), 자기-목표 일치성($F=0.253, p=0.859$), 의지력($F=0.528, p=0.664$), 저항하기($F=0.022, p=0.995$)는 연령에 따라 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이에 따라 본 자율성 역량 척도는 20-50대의 모든 연령대에서 활용이 가능함을 알 수 있었다.

표 2. 연령대별 자율성 역량의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도

연령	자율성 역량 척도	자기-신뢰	자기-자각	자기-목표 일치성	의지력	저항하기
	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>	<i>M(SD)</i>
만 20-30세	97.20(17.09)	17.29(4.02)	25.04(4.60)	21.73(4.23)	17.05(3.68)	16.09(3.65)
만 31-40세	99.05(16.43)	17.80(4.14)	25.97(4.29)	21.80(4.04)	17.48(3.51)	16.01(3.53)
만 41-50세	97.62(16.18)	17.61(3.72)	25.49(4.29)	21.42(4.24)	17.14(3.69)	15.97(3.21)
만 51-60세	100.08(14.74)	18.10(3.23)	26.51(3.76)	21.88(4.08)	17.55(3.20)	16.04(3.23)
전체	98.55(16.06)	17.72(3.77)	25.78(4.25)	21.71(4.13)	17.31(3.51)	16.03(3.39)
왜도	-0.526	-0.716	-0.580	-0.530	-0.580	-0.179
첨도	0.869	0.660	1.001	0.727	0.444	-0.317

표 3. 자율성 역량 척도와 주체성 척도, 기본심리욕구의 자율성 척도, 자율성 기능 지수 척도, 일반적 자기결정성 척도와와의 상관관계 ($n=203$)

	자율성 역량 척도	자기-신뢰	자기-자각	자기-목표 일치성	의지력	저항하기
주체성 척도	.81***	.79***	.71***	.70***	.76***	.45***
자율성 척도	.57***	.51***	.49***	.49***	.36***	.35***
자율성 기능 지수 척도	.79***	.65***	.78***	.78***	.68***	.52***
일반적 자기결정성 척도	.67***	.51***	.58***	.58***	.52***	.46***

** $p<.01$ *** $p<.001$

자율성 역량 척도의 수렴타당도

수렴타당도를 측정하기 위하여 자율성 역량 척도와 자아정체감 척도의 주체성 척도, 기본심리욕구 척도의 자율성 척도, 자율성 기능지수 척도, 일반적 자기결정성 척도 간의 상관분석을 실시하였다. 그 결과, 자율성 역량 척도의 총점은 기존의 자율성 관련 척도들과 모두 유의한 정적 상관을 보여, 자율성 관련 기존 척도들과 유사한 특성을 측정하는 것으로 나타났다($r=.57\sim.81, p<.001$). 구체적으로는 표 3에 제시된 바와 같이, 자율성 역량 척도의 총점은 주체성 척도($r=.81, p<.001$), 자율성 척도($r=.57, p<.001$), 자율성 기능 지수 척도($r=.79, p<.001$), 일반적 자기결정성 척도($r=.67, p<.001$)와 유의한 정적 상관을 보였다.

자율성 역량과 안녕감 관련 구인과의 공준타당도

자율성 역량과 안녕감 관련 구인과의 공준타당도를 검증하기 위해 상관분석을 실시하고 그 결과를 표 4에 제시하였다. 구체적으로 살펴보면, 자율성 역량 척도는 자존감($r=.70,$

$p<.001$), 삶의 만족도($r=.60, p<.001$), 삶의 의미($r=.79, p<.001$), 진실성($r=.63, p<.001$)과 높은 상관을 나타내었다. 자기수용($r=.46, p<.001$)과는 중간정도의 상관을, 마음챙김($r=.20, p<.001$)과는 낮은 정적상관을 나타내었다.

안녕감 구인에 대한 자율성 역량의 증분타당도

증분타당도를 검증하기 위하여 전반적인 안녕감을 측정하는 자존감, 삶의 만족도, 삶의 의미, 진실성, 마음챙김, 자기수용 점수를 각각 표준화하고 이후 평균화하여 하나의 안녕감 구인으로 결합하였다. 그리고 기본심리욕구의 자율성 척도와 자아정체감의 주체성 척도가 안녕감 관련 구인을 설명하는 변량에 추가하여서 자율성 역량이 안녕감 구인에 대해 유의미한 증분 설명량을 가지는지를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 안녕감 구인을 종속변수로 설정하고, 1단계에서 자율성과 주체성을 투입하고, 2단계에서 자율성 역량의 다섯 개 하위요인인 자기-신뢰, 자기-자각, 자기-목표 일치성, 의지력, 저항하기를 투입하였다. 그 결과를 표 5에 제시하였다.

표 5를 구체적으로 살펴보면, 안녕감 구인

표 4. 자율성 역량과 안녕감 관련 구인과의 상관

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 자율성 역량	1											
2 자기-신뢰	.88***	1										
3 자기-자각	.87***	.71***	1									
4 자기-목표 일치성	.86***	.67***	.74***	1								
5 의지력	.87***	.77***	.66***	.72***	1							
6 저항하기	.67***	.54***	.47***	.39***	.52***	1						
안녕감 구인												
7 자존감	.70***	.77***	.60***	.57***	.63***	.35***	1					
8 삶의 만족	.60***	.62***	.47***	.49***	.50***	.41***	.60***	1				
9 삶의 의미	.79***	.66***	.71***	.83***	.66***	.38***	.60***	.55***	1			
10 진실성	.63***	.66***	.61***	.44***	.50***	.43***	.73***	.42***	.52***	1		
11 마음챙김	.20***	.28***	.25***	.13*	.14***	.03	.41***	.13*	.23***	.55***	1	
12 자기수용	.46***	.56***	.39***	.25***	.39***	.34***	.60***	.38***	.32***	.64***	.31***	1

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

표 5. 자율성 역량 하위요인과 자율성, 주체성으로 안녕감 구인을 예측하는 위계적 회귀분석

단계모형	예측변인	β	R^2	ΔR^2	F
1단계	자율성	.31***	.67***		216.88***
	주체성	.61***			
2단계	자율성	.28***	.75***	0.08***	89.21***
	주체성	.32***			
	자기-신뢰	.47***			
	자기-자각	.11			
	자기-목표 일치성	.01			
	의지력	-.17**			
	저항하기	-.05			

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

에 대하여 자율성과 주체성은 67%의 설명량을 나타내었다. 그리고 2단계에서 투입된 자율성 역량의 하위요인들은 8%의 유의미한 증

분 설명량을 나타내었다($\Delta R^2 = .08$, $p < .001$). 이러한 결과는 안녕감 구인을 예측함에 있어 자율성 역량이 자율성 및 주체성과 더불어서 유

용한 변인이며, 자율성과 주체성이 안녕감 구인에 대해 설명할 수 없는 변량을 자율성 역량의 하위요인들이 설명하고 있음을 나타낸다. 자율성 역량의 각 하위요인들 중 주요한 결과를 살펴보면 자기-신뢰의 표준화계수가 가장 높게 나타났으며($\beta=.47, p<.001$), 의지력의 표준화 계수는 음수(-)로 나타났다($\beta=-.17, p<.01$).

논 의

본 연구의 목적은 여러 심리구인들이 통합적으로 작용하여 자율성이 발휘되는 것이라 가정하고 자율성 발휘에 필수적인 역량들로 구성된 '자율성 역량 척도(Autonomy Competency Scale)'를 개발하는 것이었다. 연구진은 문헌고찰을 통해 5개의 하위역량 - 자기-신뢰, 자기-자각, 자기-목표 일치성, 의지력, 저항하기 - 을 도출하였으며 합리적 방식으로 28문항의 자율성 역량 척도를 개발하였다. 척도개발 과정과 신뢰도 및 타당도 검증의 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 자율성 역량 척도를 개발하는 과정에서 Meyers의 자율성 역량, 철학에서의 자율성에 대한 담론, 심리학에서의 자율성 척도 개발의 역사와 경험연구의 결과들을 참고하였으며 하위역량과 문항의 적합성에 대해 전문가 패널의 평정을 거쳤다. 그리고 문항분석을 통해 적절한 변산성과 변별력을 지닌 문항들로 예비문항을 구성하였다. 탐색적 요인분석의 결과, 원래 구상하였던 것과 동일하게 5개 하위요인들이 도출되었고, 하위요인들은 전체 변량의 53.35%를 설명하고 있었다. 그리고 표본을 달리한 확인적 요인분석에서 5요인 모형

은 양호한 모형 적합도를 나타내었다. 또한 자율성 역량 총점과 하위요인의 점수가 연령대에 따라 유의한 차이가 나타나지 않아, 20대 이상의 성인들에 일관된 기준으로 이 척도를 사용할 수 있는 것으로 나타났다. 자율성 역량 척도의 내적 합치도 Cronbach's α 값은 전체 .94, 하위요인은 .77-.88의 양호한 신뢰도를 보였다. 또한 확인적 요인분석에서도 하위척도의 개념 신뢰도가 .78-.86으로 나타나 척도의 신뢰도가 반복적으로 확인되었다. 이상의 결과들은 자율성 역량 척도가 심리측정적으로 양호하다는 것을 보여준다.

둘째, 자율성 역량 척도의 수렴타당도 검증을 위해 상이한 이론적 배경으로 제작된 4개의 자율성 척도와의 상관을 분석하였다. 비교 척도 중 3개의 척도 - 기본심리욕구의 자율성 척도, 자율성 기능지수 척도, 일반적 자기결정성 척도 - 는 자기결정성 이론(Ryan & Deci, 2000)에 기반을 둔 것이며 주체성 척도는 자아정체감 이론에 기반을 둔 것이었다. 기본심리욕구 척도의 자율성 척도(이명희, 김아영, 2008)에서 자율성은 자신이 행동의 주체이고 조절자라는 신념을 의미하는 것이었다. 그리고 "나는 다른 사람들에 의해 통제받고 억압을 받는다고 느낀다."의 문항에서 볼 수 있듯이 현재 자율성에 대한 만족/불만족 정도를 측정하는 것이었다. 자율성 기능지수 척도(추스란, 조한익, 2016)는 자율성의 개인차를 구체화할 목적으로 제작된 것으로(Weinstein et al., 2012), 자기승인과 자기통치 정도를 의미하는 주인의식/자기일치성, 내외적 압박을 받는 정도를 의미하는 통제취약성, 자신의 내면에 대해 지속적으로 주의를 기울이는 관심가지기의 정도를 측정하는 것이었다. 일반적 자기결정성 척도(안혜준, 2021)는 행동 동기의

측면에서 자율성에 접근하여 내재적 동기와 외재적 동기의 차이점으로 자율성을 측정하는 방법이었다(Pelletier et al., 2004). 그리고 자아 정체감 척도의 주체성 척도(박아청, 2003)는 정체감 확립의 입장에서 자기 통합감, 스스로 일을 처리할 수 있는 능력, 자기의 연속성과 자기가 누구인지 아는 정도를 측정하는 것이었다. 그리고 수렴타당도 연구의 결과, 자율성 역량 척도는 이들 척도들과 .57-.81의 높은 정적 상관을 보였다. 이러한 결과는 상이한 접근법으로 자율성을 측정하고 있지만 이들 척도들이 공통적으로 자율성을 측정하고 있다는 것을 보여주며, 통합적 역량의 접근방식으로 자율성을 측정하는 것이 적절한 방법이 될 수 있다는 것을 보여주는 결과라 하겠다.

한편, 자율성 역량 척도는 자율성 기능 지수 척도, 일반적 자기결정성 척도, 주체성 척도와는 .67-.81의 높은 상관을 보여, 자율성 역량 척도가 이들 척도와 동일하게 행동의 자기 승인, 자기-통치의 정도를 측정하고 있다는 것을 보여준다. 반면 기본심리욕구의 자율성 척도와는 .57로 상대적으로 낮은 상관을 보였다. 이러한 결과는 기본심리욕구의 자율성 척도가 자율성 충족과 좌절을 측정하고 있기 때문으로 보인다. 특히 자율성의 좌절은 외부의 힘이나 자기의 내적 압력으로 인해 통제받고 있다는 느낌을 갖는 것인데(Chen et al., 2015), 이 좌절은 자율성 역량의 부족뿐만 아니라 특정한 상황적 압력, 신체질병이나 핸디캡, 자율성에 과도하게 가치를 부여하는 태도 등에 의해서도 발생할 수 있는 것이다. 또한 본 연구의 문항분석에서 “타인의 기대대로 행동해야 한다는 압박감을 자주 느낀다.” 등의 타인기대 압력 문항들이 자율성 역량 총점과의 상관이 낮아 탈락한 것에 주목할 필요가 있다. 즉

자율성의 좌절 또는 외부의 압력을 받는다는 느낌이 있다고 해서 자율성 역량이 낮은 것이라 획일적으로 해석될 수는 없으며, 앞서 언급한 다양한 상황적, 개인내적 요인들이 자율성의 좌절에 영향을 줄 수 있다는 것이다. 또한 이러한 결과는 타인으로 부터의 독립을 강조하는 서양의 개인주의 문화에서는 타인기대 압력이 유효한 자율성 문항이 될 수 있지만, 타인과의 조화를 강조하는 한국문화에서는 자율성 발휘에 적합하지 않을 가능성을 시사한다.

셋째, 자율성 역량 척도의 공준타당도를 검증하기 위해 6개 안녕감 척도와의 상관을 분석하였다. 그 결과 자존감, 삶의 만족, 삶의 의미, 진실성과는 .60-.79의 높은 정적상관을, 자기수용과는 .46의 중간정도의 상관 그리고 마음챙김과는 .20의 낮은 상관을 나타내었다. 이러한 결과는 자율성 역량이 높을수록 자존감이 높고, 삶에서 의미를 찾고 자신의 삶에 만족하며, 더 진정성이 있고자 하며, 자기를 수용하고, 마음챙김을 한다는 것을 의미하는 것이다. 그리고 이러한 결과는 자율성이 높을수록 상술한 안녕감 변인들이 높아진다는 기존 연구(Brown & Ryan, 2003; Ryan et al., 2006; Weinstein et al., 2012)의 결과와도 일치하는 것이다.

한편, 자율성 역량의 하위척도들은 마음챙김 주의 알아차림 척도와 .03-.28의 낮은 상관을 보였다. 이러한 결과는 자율성 역량 문항들이 일반적인 자기-참조적 주의에 관심을 두지만, 마음챙김 주의 알아차림은 자기-참조적 주의를 배제한 순수한 주의과정인 것(김정호, 2004)과 관련이 있는 것으로 보인다. 마음챙김의 순수한 주의란 나를 찾아온 모든 경험과 대상에 대해 놓침 없이 주의하는 것으로, 김

정호(2004)의 연구에 따르면 마음챙김 주의 알아차림은 사적 자의식과 낮은 상관을 보였다. 그리고 권선중과 김교현(2007)의 연구에서도 안녕감 척도들과 .13-.29의 낮은 상관을 보였다.

넷째, 자율성 역량의 증분타당도를 검증하기 위해 복합 안녕감 측정치에 대한 자율성 역량 척도의 증분설명력을 위계적 회귀분석 방법을 활용해 검증하였다. 증분타당도는 한 측정치가 다른 측정치와 비교했을 때 관심이 있는 현상을 설명 혹은 예측하는 정도를 의미하는 것으로(Haynes & Lench, 2003), 본 연구에서는 기존의 자율성 측정치들에 비해 안녕감 지수를 더 잘 예측하는지를 검증하는 것이었다. 그 결과 자율성 역량 척도는 안녕감을 예측하는데서 기존 자율성 척도인 주체성 척도와 자율성 만족 척도 이상으로 8%의 증분 설명력을 보였다. 이러한 결과는 자율성 역량 척도가 기존의 2개 척도에 비해 안녕감을 더 잘 예측한다는 것을 보여주는 것이다.

다섯째, 자율성 역량 하위척도들 간의 상관관계, 그리고 수렴타당도와 공준타당도의 결과에서 나타난 각 하위척도들의 특성들을 정리해 보면 다음과 같다. 자기-목표 일치성은 삶의 의미와 .83의 높은 상관을 보여, 자기와 일치하는 생애 목표와 가치관을 가지는 것이 의미를 추구하는 삶 그리고 삶이 의미가 있다고 느끼는 것과 관련이 있음을 보여주고 있다. 자기-자각은 삶의 의미 및 진실성과 각각 .71, .61의 높은 상관을 보여 자신에 대해 정확하게 지각하고 있다는 느낌이 삶의 의미 및 진실성과 관련이 있음을 보여주고 있다. 이러한 결과들은 자기-목표 일치성과 자기-자각 문항들이 원래 계획했던 구인들을 잘 반영하고 있다는 것을 보여주는 결과라고 하겠다.

자율성 역량 하위척도 중 자기-신뢰, 의지력, 저항하기는 기존의 자율성 척도들에는 포함된 적이 없었으나, 자율성 역량의 관점에서 필수적이라 생각하여 채택한 역량들이다. 자기-신뢰는 자율성 역량 총점과 .88로 가장 높은 상관을 보여 자율성의 핵심역량인 것으로 나타났다. 또한 6개의 안녕감 척도 중 자존감과 .77로 가장 높은 상관을 보여 자기-신뢰 문항들이 자신을 믿고 존중하는 특성을 잘 반영하고 있다는 것을 보여준다. 또한 자기-신뢰는 증분타당도 연구에서 기존 2개의 자율성 척도 이상으로 안녕감에 대한 추가적 설명력을 보였다. 이러한 결과는 기존의 자율성 척도들에 포함되지 않았던 자기-신뢰가 안녕감을 예측하는 주요 요인이라는 것을 의미하는 것이었다. 이러한 결과들을 종합해 볼 때, 자율성 발휘를 위해서는 자기를 긍정적으로 바라보는 태도인 자기-신뢰가 꼭 필요한 역량이며 개인의 안녕감 예측에서 자기-신뢰가 중요하다라는 것이 확인된 것이라 하겠다.

의지력은 의식화된 생각을 행동으로 옮기는 힘이 강한 것을 의미하는 것으로, 자율성 문헌에서만 보고되고 실제 척도로 제작된 적이 없었던 하위역량이다. “어려운 일에 맞닥뜨려도, 마음먹은 일에 대해서는 끝까지 해내고 만다.”는 문항으로 대표되는 의지력은 자율성 역량 총점과 .87의 상관을 보여 자율성의 적절한 하위역량임을 보여주었다. 또한 의지력은 안녕감 구인 중 삶의 의미와 .66, 자존감과 .63의 상관을 보여 이 구인이 삶의 의미를 추구하는 것 그리고 스스로를 존중하는 태도와 관련이 있음을 보여준다. 이렇듯 자기-신뢰와 의지력이 자율성 역량 총점과 높은 상관을 보이는 것은 한국문화의 특성과 관련이 있을 수 있다. 유교문화권에서는 자기를 개선

하는 것이 중요하며 이는 의지력이나 자기-신뢰가 없으면 가능하지 않기 때문이다.

저항하기는 “나는 내가 원치 않는 간섭을 분명하게 거부한다.”와 같이 원치 않는 외부의 기대와 압력을 거부하며 자기주장을 하는 정도를 의미하는 것이다. 그리고 자기-자각, 자기-목표 일치성 등 다른 하위척도들이 자기를 대상으로 한 인식과 평가인 것에 비해, 저항하기는 타인을 대상으로 하는 행동이 포함되며, 저항하기 문항의 행간에서 알 수 있듯이 타인에 대한 우호성(affiliation)의 정도가 중립 혹은 부정적인 상황을 포함하고 있는 것이다. 저항하기는 자율성 역량 총점과 .67의 상관을 보여 자율성의 하위역량으로 적합함을 보여주었다. 하지만 저항하기는 기존 자율성 척도들과 .35-.52로 다른 하위척도들에 비해서는 상대적으로 낮은 상관을, 그리고 자율성 역량의 하위척도들 간 상관에서도 .39-.54로 상대적으로 가장 낮은 상관을 보였다. 이러한 결과는 자기에 초점을 두고 자기-일치성과 자기 행동의 승인 여부를 인식하는 다른 하위척도들과 달리, 저항하기는 대인관계 혹은 우호성 차원을 포함하기 때문이라 생각된다. 이러한 결과는 앞서 언급하였던 타인기대 압력이 자율성 총점과 상관이 낮아 탈락한 것과 연관지어 생각해볼 수 있다. 즉 유대감을 중요하게 여기는 한국문화권에서 저항하기는 자율성 발휘에 필수적이기는 하지만, 타인과의 관계가 검토되어야 하고 조절되어야 하는 개념이기도 한 것이다. 한편, 본 척도의 저항하기는 타인과의 관계에서 우호성을 가정하지 않지만, 유사한 개념인 주장하기(Arrindell et al., 1988)는 만족스러운 대인관계를 유지하면서 자기를 주장하는 것이란 점에서 두 개념 간에 차이가 있다. 본 연구는 외부압력에 대한 저

항하기가 자율성 개념에 더 적합하다고 보고 저항하기를 채택하였다.

연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 여러 역량들의 통합적 발휘라는 관점으로 자율성을 측정된 국내외에서 최초의 연구이다. 특히 자기-신뢰, 의지력, 저항하기는 기존 자율성 척도에서 한번도 활용된 적이 없었으나 본 연구에서 중요한 자율성 역량인 것으로 확인이 되었다. 둘째, 자율성 역량 척도 개발은 Meyers의 자율성 역량 개념에 기반을 두고 철학의 자율성 담론을 심리학적으로 풀어내고자 하였다는 의의가 있다. 셋째, 자율성 역량 척도는 자율성 발휘의 개인차를 탐지하는데서 활용도가 높을 것으로 기대되며 향후 다양한 연구에서 도구로 사용될 수 있을 것이다. 이 척도를 활용하면 자율성에서의 개인 간 차이뿐만 아니라 자율성 역량의 개인 내 강점과 약점에 대한 정보를 제공할 수 있다. 그리고 자율성이 잘 발휘되는 사람, 타인과 동떨어져 자기만의 자율적 삶을 추구하는 사람, 자기 삶을 전혀 설계하지 못하는 사람, 가치관은 뚜렷하지만 실천하지 못하는 사람 등 다양한 자율성 발휘 유형에 대해 프로파일 및 군집분석을 실시하고 그들의 특징을 확인할 수 있을 것이다. 또한 본 연구가 구성한 자율성의 역량 개념은 여성과 청소년의 자율성, 타인의 도움을 받아야 하는 환자의 자율성을 이해하는 기초 자료가 될 수 있으며, 향후 자율성 역량개발 프로그램의 개념적 틀이 될 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점과 향후 연구에 대해 제언하면 다음과 같다. 첫째, 본 척도는 일반인을 대상으로 척도를 개발한 것이다. 그래서 자율성 발휘가 제한적인 정신병리가 있는 사람, 자율성이 매우 발달된 사람들에서 이 척

도가 동일한 요인구조를 갖는지 그리고 이들 집단 간에 자율성 역량에서 차이가 있는지를 확인하는 연구가 필요하다. 둘째, 본 척도는 자율성 발휘에 영향을 줄 수 있는 잠재적 변인들을 모두 포함한 것은 아니며, 따라서 본 연구가 포함하지 못했던 다른 요인들의 기여도를 추후 연구를 통해 확인할 필요가 있다. 연구진은 하위역량을 구성하는 단계에서 3요인 - 비판적 사고, 타인도움 신뢰, 내면에 대한 관심 - 을 탈락시켰으며, 문항분석 과정에서 타인기대 압력 문항들을 탈락시킨 바 있다. 그러나 이들 요인들은 다른 자율성 척도들에는 포함되었던 것들로, 비판적 사고는 Transition to Adulthood Autonomy Scale(Remero et al., 2020)에서, 내면에 대한 관심은 Index of Autonomous Functioning(Weinstein et al., 2012)에서, 그리고 타인기대 압력 문항들은 Index of Autonomous Functioning(Weinstein et al., 2012)의 통제취약성의 개념으로 포함되었던 것들이었다. 이러한 변인들은 특수한 상황에서는 자율성 발휘에 기여할 수 있을 것으로 보인다. 예를 들어, 타인도움 신뢰와 타인기대 압력은 역경, 스트레스 상황이나 대인관계 맥락에서 중요한 역할을 할 수 있고, 비판적 사고는 직업, 생애목표 선택 등 결정의 상황에서 중요한 역할을 할 수 있을 것이다. 반면 이러한 변인들이 서구에서는 유용한 자율성 하위척도일 수 있지만 한국과 같은 감정 중심적이고 타인과의 관계를 중시하는 문화에서는 자율성 발휘와 관련이 없을 수도 있다. 다만 이는 추후 연구를 통해 구체적으로 확인될 필요가 있다. 셋째, 하위역량 문항들은 자율성 발휘의 관점에 맞추어 개발된 것이다. 따라서 이 하위역량들이 자율성과 관련된 연구에서는 사용될 수 있겠지만, 자율성과 무관한 연구에서

하위역량들을 개별적으로 사용하는 것에는 주의가 필요하다. 넷째, 자율성 역량 척도의 타당도 검증에 활용된 측정치는 참여자의 자기 보고만을 기반으로 한 것이었다. 따라서 추후 이 척도가 실생활에서 표집한 자율성 발휘 행동들을 잘 예측하는지 검증할 필요가 있다. 다섯째, 척도개발 과정에서 한국인의 자율성 연구 그리고 한국문화의 근간이 되는 유학의 자율성을 고찰했지만 단지 참조했을 뿐 문화에 따른 자율성 발휘를 적극적으로 탐색하지는 않았다. 따라서 추후 개인주의 문화와 집단주의 문화에서의 자율성 발휘에 대한 심층적 연구가 있기를 기대한다.

참고문헌

- 국립국어원 (n.d.). 표준국어대사전.
<https://stdict.korean.go.kr>.
- 권경자, 하정희 (2018). 부모의 사회경제적 지위, 부모-자녀 간 의사소통 방식과 자아 존중감이 청소년의 정서적·행동적 자율성에 미치는 영향. *한국산학기술학회논문지*, 19(3), 509-519.
- 권선중, 김교헌 (2007). 한국판 마음챙김 주의 알아차림 척도 (K-MAAS)의 타당화 연구. *한국심리학회지: 건강*, 12(1), 269-287.
- 김사라형선 (2005). 어머니의 완벽주의와 아동의 우울관계에서 아동의 무조건적 자기 수용의 매개효과. *한국심리학회지: 여성*, 10(4), 461-481.
- 김정호 (2004). 마음챙김이란 무엇인가: 마음챙김의 임상적 및 일상적 적용을 위한 제언. *한국심리학회지: 건강*, 9(2), 511-538.
- 김혜은, 이진순 (2006). 한국과 독일 청소년의

- 정서적 자율성에 관한 연구. *한국심리학회지: 발달*, 19(2), 21-40.
- 박고운, 이기학 (2007). 진로결정자율성 수준과 진로준비행동과의 관계에서 진로자기효능감의 매개효과 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 19(2), 409-422.
- 박아청 (2003). 한국형 자아정체감 검사의 타당화 연구. *교육심리연구*, 17(3), 373-392.
- 서수균, 권석만 (2002). 자존감 및 자기에 성향과 공격성의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 21(4), 809-826.
- 안혜준 (2021). 20대 여성의 일반적인 자기결정성, 성적 대상화 경험과 사회문화적인 외모 기준의 내면화, 이상섭식태도의 관계: 일반적인 자기결정성에 의해 조절된 사회문화적 외모 기준의 내면화의 매개효과. *서강대학교 석사학위논문*.
- 양병화 (2008). 다변량 데이터 분석법의 이해. 커뮤니케이션북스.
- 원두리, 김교현, 권선중 (2005). 한국판 삶의 의미척도의 타당화 연구. *한국심리학회지: 건강*, 10(2), 211-225.
- 이명희, 김아영 (2008). 자기결정성이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(4), 157-174.
- 이향숙, 신희천 (2011). 진실성과 주관적 안녕감과 관계에서 기본 심리적 욕구의 매개효과 검증. *상담학연구*, 12(5), 1561-1577.
- 전병재 (1974). Self-Esteem: A test of its measurability. *연세논총*, 11, 109-129.
- 정명선 (2014). 보육교사의 감정노동이 직무스트레스에 미치는 영향: 자율성의 완충효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(1), 147-166.
- 조궁호 (2021). 자기발전론의 동서비교: 새로운 심리학의 가능성 탐색 IV. 서울: 서강대학교출판부.
- 조명한, 차경호 (1998). 삶의 질에 대한 국가간 비교. 서울: 집문당.
- 조화, 진서 (2011). 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계: 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 23(2), 471-490.
- 추스란, 조한익 (2016). 대학생의 미래지향목표, 자율성 및 진로준비행동 간의 구조적 관계. *현대교육연구*, 28, 57-88.
- 허라금 (2014). 관계적 자율성에 대한 철학적 연구. *철학*, 103-129.
- 홍세희 (2000). 구조방적식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 161-177.
- Abrams, K. (1998). From autonomy to agency: Feminist perspectives on self-direction. *William and Mary Law Review*, 40(3), 805-846.
- Anderson, R. A., Worthington, L., Anderson, W. T., & Jennings, G. (1994). The development of an autonomy scale. *Contemporary Family Therapy*, 16, 329-345.
- Arrindell, W., Sanderman, R., Molen, H. V., der Ende, J. V., & Mersch, P. P. (1988). The structure of assertiveness: A confirmatory approach. *Behaviour Research and Therapy*, 26(4), 337-339.
- Atkins, K. (2006). Autonomy and autonomy competencies: A practical and relational approach. *Nursing Philosophy: An International Journal for Healthcare Professionals*, 7(4), 205-215.

- Bekker, M. H., & Assen, M. A. C. M. (2006). A Short form of the Autonomy Scale: Properties of the Autonomy-Connectedness Scale (ACAS-30). *Journal of Personality Assessment, 86*(1), 51-60.
- Bekker, M. H., & Belt, U. (2006). The role of autonomy-connectedness in depression and anxiety. *Depression and Anxiety, 23*, 274-280.
- Bober, S., & Grolnick, W. (1995). Motivational factors related to differences in self-schemas. *Motivation and Emotion, 19*, 307-327.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*, 822-848.
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. (2001). Unconditional self-acceptance and responses to negative feedback. *Journal of Rational Emotive Therapy and Cognitive Behavior Therapy, 19*, 177-189.
- Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Kaap-Deeder, V., Dureez, B., Lens, W., Matos, L., Mouratidis, A., Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Soenens, B., Petegem, S. V., & Verstuyf, J. (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion, 39*, 216-236.
- Cheng, C. Y. (2004). A theory of confucian selfhood: Self-cultivation and free will in confucian philosophy. In K. L. Shun & D. B. Wong (Eds.), *Confucian ethics: A comparative study of self, autonomy, and community* (pp. 124-147). Cambridge University Press.
- Chirkov, V. I., Ryan, R. M., & Willness, C. (2005). Cultural context and psychological needs in Canada and Brazil: Testing a self-determination approach to the internalization of cultural practices, identity, and well-being. *Journal of Cross Cultural Psychology, 36*(4), 423-443.
- Christman, J. (1988). Constructing the inner citadel: Recent work on the concept of autonomy. *Ethics, 99*(1), 109-124.
- Clark, I. A., & Watson, D. (1995). Constructing validity: Basic issues in objective scale development. *Psychological Assessment, 7*, 309-319.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The General Causality Orientations Scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality, 19*, 109-134.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*, 71-75.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthew, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*(6), 1087-1101.
- Fischer, R., & Boer, D. (2011). What is more important for national well-being: Money or autonomy? A meta-analysis of well-being, burnout, and anxiety across 63 societies. *Journal of Personality and Social Psychology, 101*(1), 164-184.
- Gough, H., & Heilbrun, A. L. (1983). *The Revised Adjective Checklist manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

- Govier, R. (1993). Self-trust, autonomy, and self-esteem. *Hypatia*, 8(1), 99-120.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2006). *Multivariate Data Analysis* (6th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hill.
- Haynes, S. N., & Lench, H. C. (2003). Incremental validity of new clinical assessment measures. *Psychological Assessment*, 15(4), 456-466.
- Hirschfeld, R. M. A., Klerman, G. L., Gough, H. G., Barrett, I., Korchin, S. J., & Chodoff, P. (1977). A measure of interpersonal dependency. *Journal of Personality Assessment*, 41, 610-618.
- Hmel, B. A., & Pincus, A. L. (2002). The meaning of autonomy: On and beyond the interpersonal circumplex. *Journal of Personality*, 70(3), 276-310.
- Hogan, R. (1983). *Hogan Personality Inventory manual*. Minneapolis: National Computer Systems.
- Jackson, D. N. (1984). *Manual of the Personality Research Form*. Port Huron, MI: Research Psychologist's Press.
- Jin, B., & Kim, J. (2017). Grit, basic needs satisfaction, and subjective well-being. *Journal of Individual Differences*, 38(1), 29-35.
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (2nd ed.). NY: Guilford.
- Koestner, R., & Losier, G. F. (1996). Distinguishing reactive versus reflective autonomy. *Journal of Personality*, 64, 321-346.
- Koestner, R., Losier, G. F., Vallerand, R. J., & Carducci, D. (1996). Identified and introjected forms of political internalization: Extending self-determination theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(5), 1025.
- Lynch, M. F., Vansteenkiste, M., Decy, E. L., & Ryan, R. M. (2011). A autonomy as process and outcome: Revisiting cultural and practical issues in motivation for counseling. *The Counseling Psychologist*, 39(2), 286-302.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Markus, H. R., Kitayama, S., & Heiman, R. J. (1996). Culture and basic psychological principles. In F. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles*. New York: Guilford Press.
- Meir, E. I., & Gati, I. (1981). Guidelines for item selection in inventories yielding score profiles. *Educational and Psychological Measurement*, 41(4), 1011-1016.
- Meissner, W. W. (1988). *Treatment of patients in the borderline spectrum*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Mele, A. R. (2001). *Autonomous agents from self-control to autonomy*. New York: Oxford University Press.
- Meyers, D. T. (1989). *Self, society and personal choice*. New York: Columbia University Press.
- Munoz-Lopez, S., & Alvarado, S. (2011). Autonomia en movimiento: Reflexion desde las practicas politicas alterativas de jovenes en Colombia. *Rev. Latinoamericana Cien. Soc. Ninez y Juventud*, 1, 115-128.

- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill, INC.
- Oshana, M. (2016). *Personal autonomy in society*. London: Routledge.
- Oyserman, D., Coon, H. M., & Kimmelmeier, M. (2002). Rethinking Individualism and Collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. *Psychological Bulletin*, *128*(1), 3-72.
- Pelletier, L. G., Blanchard, C. M., Shart, E. C., Otis, N., Vallerand, R. J., & Guay, F. (2004). *The General Motivation Scale: A dispositional measure of intrinsic, extrinsic and amotivation for different life activities*. Manuscript in preparation. University of Ottawa.
- Romero, R. B., Melendro, M., & Charry, C. (2020). Transition to adulthood autonomy scale for young people: Design and validation. *Frontiers in Psychology*, *20*, 457. doi:10.3389/fpsyg.2020.00457
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, *80*(1), Whole No. 609.
- Rudy, D., Sheldon, K. M., Awong, T., & Tan, H. H. (2007). Autonomy, culture, and well-being: The benefits of inclusive autonomy. *Journal of Research in Personality*, *41*(5), 983-1007.
- Ryan, R. M., & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*, 749-761.
- Ryan, R. M., & Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, *55*, 68-78.
- Ryan, R. M., & Deci, E. (2004). Autonomy is no illusion: Self-determination theory and the empirical study of authenticity, awareness, and will. In J. Greenberg, S. L. Kool & T. Pyszczynski (Eds.), *Handbook of experimental existential psychology*. New York: Guilford.
- Ryan, R. M., & Deci, E. (2006). Self-regulation and the problem of human autonomy: Does psychology need choice, self-determination, and will? *Journal of Personality*, *74*, 1557-1586.
- Ryan, R. M., & Deci, E. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. The Guilford Press: New York.
- Ryan, R. M., Deci, E. L., Grolnick, W. S., & La Guardia, J. G. (2006). The significance of autonomy and autonomy support in psychological development and psychopathology. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Theory and method* (pp. 795-849). John Wiley & Sons, Inc.
- Ryan, R. M., Deci, E., & Vansteenkiste, M. (2016). Autonomy and autonomy disturbances

- in self-development and psychopathology: Research on motivation, attachment, and clinical process. *Developmental Psychopathology*, *1*, 385-438.
- Rychen, D. S., & Salganik, L. H. (2003). *A holistic model of competence: Key competencies, key competencies for a successful life and a well-functioning society*. Cambridge: Hogrefe & Huber Publishers.
- Seok, B. (2017). Moral agency, autonomy, and heteronomy in early confucian philosophy. *Philosophy Compass*, *12*(12), 1-11. <https://doi.org/10.1111/phc3.12460>
- Sheldon, K. M. (2014). Becoming oneself: The central role of self-concordant goal selection. *Personality and Social Psychology Review*, *18*(4), 349-365.
- Sheldon, K. M., & Krieger, L. S. (2014). Walking the talk: Value importance, value enactment, and well-being. *Motivation and Emotion*, *38*, 609-619.
- Sheldon, K. M., Elliot, A. J., Ryan, R. M., Chirkov, V., Kim, Y., Wu, C., Demir, M., & Sun, Z. (2004). Self-concordance and subjective well-being in four cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *35*, 209-223.
- Sieber, V., Fluckiger, L., Mata, J., Bernecker, K., & Job, V. (2019). Autonomous goal striving promotes a nonlimited theory about willpower. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *45*(8), 1295-1307.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2004). *The development and validation of the meaning in life questionnaire*. Unpublished Manuscript. University of Minnesota, 80-93.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Osterlind, S. J. (2001). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Allyn.
- Waterman, A. D. (2011). Eudaimonic identity theory: Identity as self-discovery. In S. J. Schwartz, K. Luyckx & V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research*. New York: Springer.
- Wegner, D. (2002). *The illusion of conscious will*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Weinstein, N., Przybylski, A. K., & Ryan, R. M. (2012). The Index of autonomous functioning: Development of a scale of human autonomy. *Journal of Research in Personality*, *46*, 397-413.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology*, *55*(3), 385-399.

원 고 접 수 일 : 2023. 09. 18

수정원고접수일 : 2023. 12. 26

게재결정일 : 2024. 02. 01

Development and Validation of the Autonomy Competency Scale

Jaehong Jang Haeri Song Semi Oh Jeong Heo

Department of Psychology, Sogang University

Professor Doctoral Student Doctoral Student Doctoral Student

The purpose of this study was to develop and validate the “Autonomy Competency Scale,” designed to measure autonomy-related competencies in adults. Drawing upon the literature on autonomy and Meyers’ (1989) concept of autonomy competency, a 28-item scale comprising five sub-competencies: Self-Trust, Self-Awareness, Self-Goal Concordance, Willpower, and Resisting, was developed. The key findings were as follows. First, exploratory factor analysis revealed five sub-factors accounting for 53.35% of the variance. Confirmatory factor analysis confirmed the adequacy of the five-factor model with a good fit. Second, the scale’s reliability(Cronbach’s α) was good, with .94 (.77-.88 for sub-scales). Third, convergent validity was established through high correlations (.57-.81) with four other autonomy scales. Fourth, the Autonomy Competency Scale showed significant positive correlations (.20-.79) with variables pertaining to well-being. Fifth, compared to existing scales, the Autonomy Competency Scale provided an additional 8% predictive power for well-being. The significance and limitations of this study are discussed.

Key words : *Autonomy Competency, Self-Trust, Self-Awareness, Self-Goal Concordance, Willpower, Resisting*