

짐바르도 시간관 척도 타당화: 직장인을 대상으로*

탁진국[†] 장성배 김수연 이병결 남동엽

광운대학교 산업심리학과

본 연구는 한국 직장인을 대상으로 시간관 척도를 타당화하는 것을 목적으로 하였다. 번역, 역번역의 번안과정을 거친 짐바르도 시간관 척도(Zimbardo Time Perspective Inventory, ZTPI) 56개 문항을 사용하여, 국내 직장인 300명을 대상으로 탐색적 요인분석을 실시하였다. 탐색적 요인분석 결과, 총 25개 문항으로 이루어진 5개 요인이 확인되었으며, 각 요인별 문항은 과거긍정 6문항, 과거부정 3문항, 현재쾌락 4문항, 현재운명 5문항, 미래지향 7문항이었다. 다음으로, 국내 재직 중인 직장인 204명의 응답을 활용하여 확인적 요인분석과 타당도 분석을 실시했다. 확인적 요인분석 결과 5요인 모델이 적합함을 확인하였으며, 삶의 만족도, 불안, 우울을 통해 준거 관련 타당도를 확인하였다. 마지막으로, 본 연구의 결과와 다른 국가의 연구 결과들을 비교하여 학문적 의의 및 실무적 시사점, 그리고 제한점에 대해 논의하였다.

주요어 : ZTPI, 시간관, 타당화, 삶의 만족도, 불안, 우울

* 이 논문은 2016년도 광운대학교 교내학술연구비 지원에 의해 연구되었음

† 교신저자 : 탁진국, 광운대학교 산업심리학과, tak@kw.ac.kr, 02-940-5424

한국의 직장인들은 직무 스트레스로 인하여 우울과 불안 등 정신건강에 문제를 보이고 있다. 50인 이상 사업장 근로자 대상 연구에 따르면 근로자의 57.3%가 직업관련 스트레스를 느끼고 있고(이경용, 2001), 근로자 2,700명을 대상으로 실시한 조사에서는 우울이 24.7%, 분노가 22.8%로 나타나는 등, 심각한 스트레스에 시달리고 있다(보건복지부, 인제대학교, 2004). 최영수 등(2004)은 한국 직장인들의 불안 증상이 심각한 수준이고, 직무 스트레스가 높은 경우에 불안 증상이 높게 나타난다고 하였다. 김희진과 송인한(2010)도 한국 직장인들의 정신건강이 심각하고, 기혼 직장인의 우울은 자살생각에 유의하게 영향을 미친다고 하였다. 직장인의 정신건강은 업무의 효율성과 사회, 경제적 비용과도 직결되므로 기업들은 근로자의 정신건강을 향상하기 위하여 노력을 강구하는 것이 필요하다(이승철, 김정근, 김태정, 김동구, 2012).

직장인의 정신건강관리를 위해 기업들은 많은 노력을 기울이고 있다. 시간관을 연구해온 Zimbardo와 Boyd(1999)에 따르면 시간관은 우울·불안 같은 정신건강과 밀접한 관계가 있다. Zimbardo와 Boyd(1999)는 시간관을 과거부정, 과거긍정, 현재운명, 현재쾌락, 미래지향의 5가지 요인으로 구분하고 있으며 개인이 어느 특정한 시간관으로 편향되기보다는 과제나 상황의 고려에 따라 유연하게 전환되는 균형 잡힌 시간관을 가지는 것이 정신건강 향상에 중요하다고 제안하였다. 균형 잡힌 시간관은 삶의 만족, 정신적 웰빙과 관계가 있다(Zhang, Howell, & Stolarski, 2013; Webster & Ma, 2013). 또한 시간관은 스트레스와 상관이 있고, 균형 잡힌 시간관을 갖지 못한 사람들이 불안과 스트레스가 높다(Papastamatelou,

Unger, Giotakos, & Athanasiadou, 2015). 이와 같이 균형 잡힌 시간관을 가지는 것이 개인의 정신건강 향상과 관련이 있다면 시간관에 따른 개인차를 정확하게 측정하여 직장인의 정신건강 수준에 따라 적절하게 개입하는 것이 중요해진다.

시간관이 무의식적으로 인간의 삶에 많은 영향을 끼치고 있으며 행동, 태도를 예측하게 하는 변인으로 기능할 수 있다고 주장한 Zimbardo와 Boyd(2008)는 시간관이란 “시간에 대한 개인적인 태도이며, 우리의 삶에 질서와 조화, 의미를 부여하기 위하여 끊임없이 지속되는 생활을 시간의 범주로 나누는 과정”으로 정의하였다. 사람들은 학습을 통해서 시간에 대한 태도를 지니게 되며 이렇게 삶 속에서 학습된 시간에 대한 태도를 무의식적이고 주관적인 방식으로 사용한다고 하였다. Zimbardo와 Boyd(1999)는, 시간관은 사회적, 개인적, 제도적 영향력에 의해 학습되고 수정될 수 있지만, 개인에 따른 차이를 보이므로 시간관이 행동과 태도를 예측하기 위해 개인의 차이를 측정하는 새로운 척도가 될 수 있음을 제안하고, 짐바르도 시간관 척도(Zimbardo Time Perspective Inventory: ZTPI)를 개발하였다.

그동안 시간관 측정을 위해 많은 측정 도구들을 사용해 왔다. 자주 사용되어온 시간관 측정 도구들에는 주제통각검사(TAT)와 로르샤흐잉크반점검사(Rorschach ink-blot test)를 비롯하여 동기유발법(Motivational Induction Method), 코틀원형검사(Cottle Circle Test), 미래결과고려 척도(Consideration of Future Consequences Scale), 미래시간지향척도(Future Time Orientation Scale), 하이버그미래시간관검사(Heiberg's Future Time Perspective Inventory) 등이 있다(Liniauskaitė & Kairys, 2009). 그런데 주제통각검사와 로르샤흐

잉크반점 검사는 시간관을 측정하기 위한 도구가 아니며, 나머지 검사들은 미래 시간관에만 초점을 맞춘 편협한 측정도구이거나 신뢰도와 타당도에 문제가 있다는 비판을 받아왔다(Seijts, 1998; Zimbardo & Boyd, 1999). 이에 반해 ZTPI는 비록 개인의 시간관을 완전히 설명해 주지는 못하지만, 다른 시간관 척도보다 더 많은 차원의 시간관을 측정하고 있다(Milfont, Andrade, Belo & Pessoa, 2008).

ZTPI에서는 시간관이 과거부정(PN: Past-Negative), 과거긍정(PP: Past-Positive), 현재쾌락(PH: Present-Hedonistic), 현재운명(PP: Present-Fatalistic) 그리고 미래지향(F: Future)의 5가지 요인으로 구분된다. 과거부정(PN: Past-Negative) 시간관은 일반적으로 과거에 대한 부정적이고 혐오적인 관점을 반영한다. 과거긍정(PP: Past-Positive) 시간관은 과거를 보다 감상적이고 따뜻하고 향수어린 시선으로 보는 관점을 반영한다. 과거긍정 시간관을 가진 개인은 가족과 친구들과의 유대감을 유지하는 것을 중요시한다. 현재쾌락(PH: Present-Hedonistic) 시간관은 미래의 결과에 대해 염려하지 않고 즉각적인 욕구의 충족을 추구하여 시간과 삶에 대한 쾌락적이고 위험을 무릅쓰는 태도를 반영한다. 현재운명(PF: Present-Fatalistic) 시간관은 삶에 대한 운명적이고 무기력하며 변화 불가능한 태도를 반영하며 인간의 삶은 영적인 힘이나 권력과 같은 외부의 힘에 의해 통제된다는 믿음과 연관되어 있다. 마지막으로 미래지향(F: Future) 시간관은 현재의 결정과 행동이 영향을 미칠 수 있는 미래의 결과와 성과에 관심을 둔다. 미래지향 시간관을 가진 개인은 미래의 목표와 그로 인해 얻을 수 있는 보상을 얻기 위해 현재의 즐거움을 희생하고, 만족을 지연시키며, 시간 낭비적인 유혹을 거부하고

열심히 노력한다.

Zimbardo와 Boyd(1999)의 연구에 의하면 5가지 시간관은 불안·우울과 상관을 보이는데, 과거긍정과 미래지향 시간관이 높으면 불안과 우울은 낮고, 과거부정과 현재운명 시간관이 높으면 불안과 우울도 높으며, 현재쾌락은 우울과는 유의한 정적인 상관을 보였지만 불안과는 유의한 상관을 보이지 않았다. Van Beek, Berghuis, Kerkhof와 Beekman(2011)은 성격장애 환자들을 대상으로 한 시간관 연구를 통해 과거부정 시간관이 정신질환을 예측한다는 것을 밝혔다. Anagnostopoulos와 Griva(2012)는 337명의 그리스 대학생을 대상으로 한 연구에서 과거긍정이 높을수록 불안과 우울이 낮고 자존감이 높은 경향이 있고, 과거부정과 현재운명이 높으면 불안과 우울이 높고 자존감은 낮은 경향을 발견하였다. 그러나 현재쾌락과 미래지향은 불안과 우울, 그리고 자존감과 유의한 상관을 보이지 않았다. 이렇게 시간관은 정신건강의 주요한 지표인 불안, 우울과 적지 않은 관계가 있다고 볼 수 있다.

ZTPI가 개인의 시간관을 측정하는 객관적인 도구가 되려면 다양한 문화권에서 다양한 연령과 성별, 직업군을 대상으로 타당화 연구를 진행할 필요가 있다. Zimbardo 시간관 척도(Zimbardo Time Perspective Index: ZTPI)는 미국(Zimbardo & Boyd, 1999)뿐만 아니라 브라질(Milfont 등, 2008), 라트비아(Kolesovs, 2009), 스웨덴(Carelli, Wiberg, & Wiberg, 2011), 그리스(Anagnostopoulos & Griva, 2012), 한국(윤소정, 김정섭, 2012)등 많은 국가에서 고등학생, 대학생, 또는 성인을 대상으로 타당화 연구가 이루어 졌다.

각국의 타당화 연구를 요인수, 연구대상, 문항수 등의 측면에서 살펴보면 표 1과 같다.

표 1. ZTPI 타당화 연구 비교

연구자	대상	요인수	문항수
Zimbardo & Boyd, 1999	미국 대학생	5	56
Liniauskaitė & Kairys, 2009	리투아니아 일반인(18-80세)	5	56
Anagnostopoulos & Griva, 2012	그리스 대학생	5	54
Milfont 등, 2008	브라질 대학생과 일반인(61-88세)	5	38
윤소정, 김정섭, 2012	한국 대학생	5	30
Carelli, Wiberg, & Wiberg, 2011	스웨덴 일반인(18-80세)	5 ^a	56
		6 ^b	65
Kolesovs, 2009	라트비아계 고등학생	7 ^c	32
	러시아계 고등학생	7 ^d	30

주. ^a원래의 ZTPI로 타당화 연구. ^b미래부정 시간관을 추가. ^c과거부정, 미래지향시간관이 각각 2개 요인으로 분리. ^d현재쾌락, 미래지향시간관이 각각 2개 요인으로 분리.

미국의 대학생을 대상으로 한 원래의 ZTPI (Zimbardo & Boyd, 1999)는 5개 요인의 56개 문항으로 구성되어 있다. Liniauskaitė와 Kairys (2009)의 리투아니아 일반인(18-80세)을 대상으로 한 ZTPI 타당화 연구는 원래 ZTPI와 같은 5개 요인과 56개 문항을 얻었고, Anagnostopoulos와 Griva(2012)의 그리스 대학생을 대상으로 한 ZTPI 타당화 연구에서는 5개 요인 54개 문항을 얻었다. Milfont 등(2008)의 브라질 대학생과 일반인(61세-88세)을 대상으로 한 ZTPI 타당화 연구는 5개 요인과 38개 문항을 추출하였고, 한국 대학생을 대상으로 한 타당화 연구(윤소정, 김정섭, 2012)는 5개 요인과 30개 문항을 추출하였다. 스웨덴의 경우(Carelli, Wiberg, & Wiberg, 2011), 일반인(18-80세)을 대상으로 8개의 미래부정 시간관 문항을 추가하여 총 64개 문항으로 확인적 요인분석을 한 결과, 5요인 모형과 미래부정 시간관이 추가된 6요인 모형 둘 다 지지되었다. 라트비아에 거주하는 라트비아 고등학생과 러시아 고등학생을 대상으로

한 연구(Kolesovs, 2009)에서는 두 대상 모두 7개 요인으로 추출되었고, 문항 수는 각각 32개와 30개로 추출되었다. 라트비아 고등학생의 경우, 과거부정 시간관과 미래지향 시간관이 각각 2개 요인으로 분리되었다. 또한 현재쾌락 시간관이 2개 요인으로 분리되어, 그중 하나는 과거긍정 시간관과 결합하여 총 7개 요인으로 추출되었다. 러시아 고등학생의 경우, 현재쾌락 시간관이 감각추구와 삶을 즐기는 태도의 2개 요인으로 분리되었고, 미래지향 시간관이 목표추구와 일상계획의 2개 요인으로 분리되어 총 7개 요인으로 구성되었다.

위의 연구를 살펴보면 대부분의 국가에서 5요인으로 추출되지만 몇몇 국가의 요인구조에서는 차이가 나타난다. 대학생과 일반인을 대상으로 한 미국, 리투아니아, 그리스, 브라질, 한국, 스웨덴의 연구에서는 요인수가 5개로 나타났다. 한편 미래부정 요인을 추가한 스웨덴 연구에서는 6개의 요인으로 나타났고, 라

트비아 연구에서는 라트비아계 고등학생과 러시아계 고등학생 모두 7개 요인으로 나타났다.

이처럼 요인구조가 다르게 나온 이유가 어떤 이유 때문인지는 명확하지 않다. 지금까지 다양한 문화와 다양한 연령층을 대상으로 시간관 척도에 대한 타당화 연구가 진행되었고 문화와 연령 차이에 따라 다른 결과가 나타났기 때문에 이 두 가지에 따른 차이일 가능성이 있지만 단언하기는 어렵다.

앞에서도 기술하였듯이 개인의 정신건강은 시간관과 밀접한 관계가 있는 것으로 나타났다. 직장인을 대상으로 하는 시간관 척도의 타당화가 실시될 경우 향후 직장인의 직무스트레스를 감소시키는 방법 가운데 하나로 시간관 척도를 활용할 수 있을 것이다.

지금까지 ZTPI의 타당도 연구는 대부분 직장인이 아닌 대학생을 포함한 청소년을 대상으로 했고, 일부 연구에서 일반인을 포함하여 실시된 바 있다. 국내에서도 ZTPI의 타당도 검증이 실시된 바 있으나(윤소연, 김정섭, 2012) 대학생을 대상으로 한 연구였다. 본 연구에서는 지금까지 다른 문화권에서 실시된 타당화 연구에서와는 달리 직장인을 대상으로 ZTPI의 타당도를 검증하고자 한다.

연구 1. 탐색적 요인분석

방 법

연구대상

한국 직장인 ZTPI의 구성타당도를 확인하기 위해 온라인 설문을 실시하여 국내 직장인 300명으로부터 자료를 수집하였다. 응답자의

인구통계학적 특성을 살펴보면. 성별은 남성이 150명(50.0%), 여성이 150명(50.0%)이었다. 연령 분포를 보면 20대 74명(24.7%), 30대 76명(25.3%), 40대 76명(25.3%), 50대 74명(24.7%)이었다. 학력은 고등학교 졸업 이하 52명(17.3%), 전문대 및 4년제 대학 재학 10명(3.3%), 전문대 졸업 62명(20.7%), 4년제 대학 졸업 154명(51.3%), 석사 이상 22명(7.3%)이었다. 직종은 생산직 25명(8.3%), 영업직 27명(9.0%), 일반사무직 215명(71.7%), 연구개발직 33명(11.0%)이었다. 직급은 사원급 98명(32.7%), 주임급 28명(9.3%), 대리급 41명(13.7%), 과장급 41명(13.7%), 차장급 21명(7.0%), 부장급 43명(14.3%), 임원급 9명(3.0%), 기타 19명(6.3%)이었다. 고용형태는 정규직 263명(87.7%), 비정규직 37명(12.3%)이었다.

측정도구

짐바르도 시간관 척도(ZTPI)

설문에 사용된 전체 문항은 ZTPI 56개 문항이며, 척도 비교는 연구진 가운데 교신 저자인 산업 및 조직심리학 교수가 번역하였고 추후 비교도 교신 저자가 하였다. 비교 결과 재번안된 영어문장 내용과 본래의 영어문장 내용이 대부분 유사해서 차이가 없다는 결론을 내리게 되었다. 본 척도는 과거긍정 시간관 9개 문항(예문: 나는 과거를 돌아보는 것이 즐겁다), 과거부정 시간관 10개 문항(예문: 과거에 한 행동을 자주 후회한다), 현재쾌락 시간관 15개 문항(예문: 목표에 집착하는 것보다 인생의 여정을 즐기는 것이 더 중요하다), 현재운명 시간관 9개 문항(예문: 미래를 내 힘으로 조절할 수 없기 때문에 미래를 걱정하는 것은 아무런 의미가 없다), 미래지향 시간관

13개 문항(예문: 꾸준히 일해서 정해진 기간 내에 마무리한다)의 5개 요인으로 구성된다. 본 문항들에는 리커트형 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)가 적용된다. 각각의 시간관은 독립적인 요소이며, 이는 점수가 높을수록 해당하는 개별 시간관이 강함을 의미한다. 부정적인 내용의 문항 점수는 역으로 계산하여 분석하였다.

분석방법

한국의 직장인 대상 시간관 척도 타당화를 위해 56개의 문항에 대해 탐색적 요인분석을 실시하였다. 먼저 요인의 수를 결정하는 데 있어서 고유값이 1보다 큰 요인을 선택하거나 스크리 도표로만 요인의 수를 결정할 때 나타날 수 있는 과대추정 오류를 막기 위해 평행분석(Parallel Analysis)을 사용하였다. 평행분석은 연구대상 집단으로부터 얻어진 아이겐값을 여러 개의 랜덤 샘플과 비교하는 방법(O'Connor, 2000)이며, 이는 여러 개의 랜덤 샘플로부터 얻어진 아이겐값보다 큰 아이겐값을 가진 요인들만이 우연히 추출되지 않은 '진짜 요인'으로 보는 것이다(이동귀, 이수란, 박현주, 2008). 이를 통해 나타난 요인의 수를 기준으로 요인의 수를 지정하고 공통요인분석을 실시하여, 요인구조의 해석이 더 의미 있는 경우에 대해 살펴보았다. 공통요인분석으로는 주축 요인추출(Principal Axis Factoring)과 사각회전(Promax)을 사용하였으며, 이를 통해 최종 요인과 문항을 추출하였다. 모든 통계적 분석에는 SPSS 18.0을 사용하였다.

결 과

탐색적 요인분석에 앞서 자료가 요인분석에 적합한지 검토한 결과 KMO값은 .789, 구형성 검증 결과 χ^2 값은 5623.614 ($p < .001$)로 나타나 자료가 적합함을 알 수 있었다. 평행분석을 실시한 결과(표 2), 7요인 이후에서 무선적 자료의 고유치가 실제고유치보다 크게 나타났으며, 이를 통해 최대 7요인이 존재할 수 있음을 확인하였다. 따라서 7요인을 기준으로 요인의 수를 달리해가며 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 분석 결과의 해석 가능성을 고려하여 최종적인 요인의 수를 선택하였다. 해석 가능성을 고려하였을 때 5요인 모형이 가장 적합한 것으로 판단되었으며, 최종적으로 5요인 모형을 선택하였다.

이후 요인 수를 5개로 지정하여 탐색적 요인분석을 실시하였으며, 분석에는 주축 요인

표 2. 평행분석 결과

요인	실제 고유값	평균 고유값	95 th 백분위 고유값
1	7.343	1.970	2.077
2	5.152	1.865	1.947
3	3.302	1.796	1.860
4	2.495	1.742	1.801
5	2.165	1.683	1.724
6	1.889	1.639	1.675
7	1.760	1.592	1.625
8	1.496	1.550	1.584
9	1.379	1.508	1.550
10	1.311	1.476	1.515

주. 50회의 실제, 평균, 95th 백분위 고유값(Eigenvalues) 중 10번째까지의 고유값을 제시함.

표 3. 탐색적 요인분석 결과 (최종 25문항)

	문항	과거 긍정	미래 지향	현재 운명	과거 부정	현재 패락	공통분
PP02	나의 과거를 돌아보는 것은 즐겁다.	.70	-.07	.05	-.22	-.04	.525
PP07	내 어린 시절을 생각하면, 향수에 젖게 된다.	.61	.03	.22	.08	-.18	.391
PP05	과거의 행복한 기억들이 머릿 속에 떠오르곤 한다.	.59	.00	-.14	.10	.14	.405
PP04	예전에 좋았던 시절이 어땠는지에 대한 이야기를 듣는 것을 좋아한다.	.50	-.02	-.07	.19	.11	.308
PP03	모든 것을 감안할 때 나의 과거를 돌아보면 좋지 않은 추억보다 좋은 추억이 더 많다.	.49	-.01	-.21	-.18	-.01	.361
PP01	어린시절 친숙했던 환경을 떠올리거나 소리를 듣거나 냄새를 맡게 되면 멋진 기억들로 꽉 채워진다.	.48	.22	-.04	.06	.02	.351
F11	완수해야 할 일이 있다면 그것을 방해하는 유혹들을 잘 견뎌낼 수 있다.	.01	.59	.09	-.11	-.16	.383
F01	사람들은 하루를 어떻게 보낼 것인지 매일 아침 미리 계획해야 한다고 생각한다.	.00	.58	-.02	-.04	.14	.326
F09	맡은 프로젝트를 꾸준히 진행해나가면서 정시에 끝낸다.	-.08	.51	.01	-.01	.00	.241
F06	친구들과 권한이 있는 사람들에게 지켜야 할 의무를 정시에 완수한다.	.09	.51	.03	.15	.03	.320
F03	내가 무언가를 달성하고 싶을 때, 나는 목표를 설정하고 그 목표를 이루기 위한 구체적인 방안을 생각한다.	.09	.48	-.11	-.03	.02	.300
F10	내가 해야 할 일들을 목록으로 만든다.	.02	.44	-.07	-.05	.09	.205
F04	오늘 밤 노는 것보다 내일 마감시간을 맞추고 다른 필요한 업무들을 하는 것을 우선시 한다.	.00	.39	.18	-.01	-.16	.179
PF04	미래에는 많은 것들이 바뀌기 때문에, 미래에 대한 계획을 제대로 세울 수 없다	-.07	-.07	.64	.09	-.01	.493
PF05	내 삶의 행로는 내가 어떻게 할 수 없는 힘에 의해 조정되고 있다.	-.12	.15	.63	-.03	.02	.392
PF03	목표, 결과 및 산출물같은 것들에 대해 생각해야 할 경우, 내가 하는 활동의 과정이나 흐름에서 더 이상 즐거움을 찾기 어렵게 된다.	-.01	.05	.61	-.04	.00	.350
PF02	어차피 될 일은 되고 안 될 일은 안 되기 때문에 내가 무엇을 하는가는 별로 중요하지 않다.	.12	-.18	.48	-.08	.02	.290
PF01	운명이 내 삶의 많은 부분을 결정한다	.17	.17	.30	.12	.14	.234
PN10	내 삶에서 놓친 좋은 것들에 대해 생각한다.	.14	-.11	.01	.70	-.18	.433
PN01	내 삶에서 달리 했었으면 좋았을 것 같다는 생각을 자주 한다.	-.02	-.07	.07	.67	-.01	.474
PN05	과거에 한 실수들을 돌려놓을 수 있으면 좋겠다.	-.09	.11	-.12	.65	.12	.461
PH13	순간의 즐거움에 휩쓸리곤 한다.	-.03	-.09	.00	-.01	.63	.417
PH06	순간적으로 결정을 내리는 편이다.	-.04	.00	.25	-.07	.62	.533
PH12	머리보다 가슴을 따르는 경우가 자주 있다.	-.01	.12	-.10	-.03	.56	.263
PH02	충동적으로 일을 하는 편이다.	.17	-.13	.20	-.01	.47	.414
	Eigenvalues	2.35	2.38	2.41	1.87	2.14	
	신뢰도 (Cronbach's Alpha)	.74	.70	.66	.68	.70	

주. N = 300, 요인부하량은 사각회전(Promax)을 사용한 주축 요인 추출의 패턴행렬을 통해 산출됨.

추출과 사각회전을 사용하였다. 분석 결과 요인 부하량이 .30이하로 낮게 나타나거나, 다른 요인과의 교차부하량이 .30이상으로 높게 나타난 문항, 연구진이 판단하기에 이질적인 요인과 한데 묶인 것으로 나타난 문항을 최종 문항에서 제외하는 과정을 반복하였다. 최종적으로 5개 요인, 25개 문항의 구조를 확인하였다. 각 요인별 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 과거긍정 .74, 과거부정 .68, 현재쾌락 .70, 현재운명 .66, 미래지향 .70으로 나타났다. 탐색적 요인 분석의 결과 및 요인별 신뢰도는 표 3과 같으며, 요인 간 상관은 표 4에 제시하였다.

각 시간관의 상관관계를 살펴본 결과, 과거긍정 시간관은 미래지향 시간관과 유의미한 정적 상관을 보였으며($r=.27, p<.001$), 과거부정 시간관은 현재쾌락 시간관($r=.19, p=.001$)과 현재운명 시간관($r=.23, p<.001$)과 정적 상관을 보였다. 현재쾌락 시간관은 추가적으로 현재운명 시간관과 정적 상관을 보였으며($r=.40, p<.001$), 미래지향 시간관과는 부적 상관을 보였다($r=-.17, p=.003$).

연구 2. 확인적 요인분석 및 타당도 분석

연구 1에서 확정된 시간관 척도의 25개 문항에 대한 교차타당화 및 준거관련 타당도 검증을 실시하였다. 시간관은 인간의 실존을 정의할 정도로 우리의 삶과 밀접하게 관련되어 있으며, 그만큼 인간의 다양한 심리적 구성개념과 연관된다(Zimbardo & Boyd, 1999). Zhang과 Howell(2011)은 시간관과 성격 특질이 삶의 만족에 미치는 영향력에 대한 연구에서 시간관이 성격 특질보다 삶의 만족을 더 많이 예측해주고 있다는 것을 확인했다. 외향성, 과거긍정 시간관, 현재쾌락 시간관이 높은 사람들은 삶의 만족도가 높았고, 신경증과 과거부정 시간관이 높은 사람들은 자신의 삶에 덜 만족했다. 따라서 과거긍정 시간관과 현재쾌락 시간관은 삶의 만족과 정적 상관을 보이는 반면, 과거부정 시간관은 삶의 만족과 부적 상관을 보인다는 가설을 세울 수 있다. 한편 Gao(2011)의 연구에 의하면 삶의 만족은 미래지향 시간관, 과거긍정 시간관, 현재쾌락 시간관과 정적 상관을 보였고, 현재운명 시간관과 과거부정 시간관은 부적 상관을 보였다. 또한 직

표 4. 요인 간 상관계수 (N=300)

	과거긍정	과거부정	현재쾌락	현재운명	미래지향
과거긍정	-				
과거부정	-.038***	-			
현재쾌락	-.074***	-.188***	-		
현재운명	-.048***	-.233***	-.405***	-	
미래지향	-.274***	-.026***	-.171***	-.110***	-
평균	3.39	3.52	3.00	2.86	3.49
표준편차	.51	.65	.60	.52	.43

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

장인이라고 해서 변인들과의 관계가 특별히 다르게 나타난다고 보기 어렵기 때문에 우리는 대학생을 대상으로 이루어진 이런 결과들이 성인 직장인을 대상으로 한 연구에서도 그대로 적용될 수 있을 것으로 예측하고, 다음과 같은 가설을 세웠다.

가설 1. 과거긍정, 현재쾌락, 미래지향 시간관은 삶의 만족과 정적인 상관관이 있을 것이다.

가설 2. 현재운명, 과거부정 시간관은 삶의 만족과 부적인 상관관이 있을 것이다.

Zimbardo와 Boyd(2008)의 연구에 따르면 과거긍정 시간관과 미래 시간관은 불안, 우울과 부적 상관을 가지고, 과거부정 시간관과 현재운명 시간관은 불안, 우울과 정적 상관을, 그리고 현재쾌락 시간관은 우울과 정적인 상관을 보였다. 또한 Anagnostopoulos와 Griva(2012)의 그리스 대학생 연구에서도 과거긍정 시간관은 불안, 우울과 부적 상관을, 과거부정과 현재운명 시간관은 불안, 우울과 정적인 상관을 보였다. 이러한 결과를 토대로 다음과 같은 가설을 세울 수 있다.

가설 3. 과거긍정, 미래지향 시간관은 불안, 우울과 부적인 상관관이 있을 것이다.

가설 4. 과거부정, 현재운명, 현재쾌락 시간관은 불안, 우울과 정적인 상관관이 있을 것이다.

방 법

연구대상

확인적 요인분석 및 타당도 분석을 위해 국

내 재직 중인 직장인을 대상으로 온라인 조사 전문업체를 통해 설문조사를 실시하였다. 수집된 자료는 207명이었으며, 이중 불성실 응답이 의심되는 3명을 제외한 204명의 자료를 분석에 사용하였다. 응답자의 인구통계학적 특성을 살펴보면, 성별은 남성 101명(49.5%), 여성 103명(50.5%)이었다, 연령은 평균 39.4세($SD=10.5$), 20대 51명(25.0%), 30대 51명(25.0%), 40대 50명(24.5%), 50대 52명(25.5%)이었다. 학력은 고등학교 졸업 이하 24명(11.8%), 전문대 졸업 49명(24.0%), 4년제 대학 졸업 105명(51.3%), 석사 이상 26명(12.8%)이었다. 직종은 생산직 7명(3.4%), 영업직 6명(2.9%), 일반 사무직 150명(73.5%), 연구개발직 21명(10.3%), 기타 20명(9.8%)이었으며, 직급은 사원급 80명(39.2%), 대리급 36명(17.6%), 과장급 34명(16.7%), 차장급 20명(9.8%), 부장급 27명(13.2%), 임원급 이상 7명(3.4%)이었다. 고용형태는 정규직 176명(86.3%), 비정규직 28명(13.7%)이었다.

측정도구

한국의 직장인 시간관 척도

한국 직장인의 시간관을 측정하기 위해 연구 1에서 선별한 25개 문항을 사용하였다. 본 척도는 과거긍정 시간관 6개 문항, 과거부정 시간관 3개 문항, 현재쾌락 시간관 4개 문항, 현재운명 시간관 5개 문항, 미래지향 시간관 7개 문항의 5개 요인으로 구성된다. 각 문항의 응답 방식으로는 리커트식 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)를 사용하였다. 각각의 시간관은 독립적인 요소이며, 이는 점수가 높을수록 해당하는 개별의 시간관점이 강함을 의미한다. 본 연구의 신뢰도 계수

(Cronbach's α)는 과거긍정 시간관 .80, 과거부정 시간관 .56, 현재쾌락 시간관 .74, 현재운명 시간관 .67, 미래지향 시간관 .74이었다.

삶의 만족도

직장인의 삶의 만족도를 측정하기 위해 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 개발한 5개 문항으로 구성된 생애만족척도(SWLS: Satisfaction with Life Scale)를 변안하여 사용하였다. 각 문항의 응답 방식으로 리커트식 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)를 사용하였으며, 점수가 높을수록 삶의 만족도가 높음을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도 계수는 .90으로 나타났다.

정신건강

직장인의 정신건강을 측정하기 위해 Spielberg, Gorsuch와 Lushene(1970)의 척도를 한덕웅, 전경구, 탁진국, 이창호, 이건호(1993)가 변안하여 사용한 문항 가운데 불안 5개 문항과 우울 5개 문항을 사용하였다. 각 문항의 응답 방식은 리커트식 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)를 사용하였으며, 점수가 높을수록 불안, 우울이 강하며, 정신건강이 부정적임을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도 계수는 불안 .92, 우울 .91이며, 전체문항은 .95였다.

분석방법

한국의 직장인 시간관 척도의 요인구조가 다른 표집에서도 타당한지 알아보기 위하여 새로운 표본을 대상으로 확인적 요인분석을 실시하였다. 모형적합도 지수는 표본크기에 대한 민감성, 모형의 간명성, 해석가능성 등을 고려하여 GFI, IFI, CFI, RMSEA를 사용하였다.

절대 적합도 지수인 GFI와 상대 적합도 지수인 IFI, CFI는 .90이상 혹은 .95이상이면 좋은 적합도로 해석하며(배병렬, 2011), RMSEA는 .05이하일 때 좋은 적합도, .08이하면 보통 적합도, .10이상이면 나쁜 적합도로 판정된다(Hu & Bentler, 1999). 비교모형의 경우, 요인을 구분하는 것이 더 적합한지를 확인하기 위해 단일모형을 비교모형으로 설정하였으며, 과거-현재-미래를 축으로 구분하는 것과의 적합도 비교를 위해 3요인 모형을 비교모형으로 설정하였다. 이후 본 척도의 준거관련 타당도를 검증하기 각 요인의 변인들 간의 상관분석을 실시하였다. 모든 통계분석은 SPSS 18.0과 AMOS 18.0 프로그램을 사용하였다.

결 과

확인적 요인분석

시간관 척도의 교차타당도 분석을 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 시간관 요인 중 문항의 수가 3개 이상인 요인의 경우, 요인별 요인부하량을 고려하여 문항결합(item parceling)을 실시하였다. 이를 통해 시간관 요인 별로 3개의 측정변수로 재구성하여 확인적 요인분석을 실시하였다.

직장인 시간관 척도의 구성요인에 대한 확인적 요인분석을 실시하여 모형의 부합도 지수를 살펴본 결과, χ^2 은 164.522($df=80$, $p<.001$)로 비교적 높았으나, GFI .901, IFI .903, CFI .900로 수용 가능한 부합도로 나타났으며, RMSEA는 .072로 보통의 적합도를 보였다.

또한 비교모형으로 단일요인 모형, 3요인 모형을 비교해 보았을 때, 모든 적합도 지수

표 5. 한국의 직장인 시간관 모형의 적합도 지수 (문항결합)

모형	적합도 지수					
	χ^2	df	GFI	IFI	CFI	RMSEA
5요인 모형	164.522	80	.901	.903	.900	.072
3요인 모형	306.256	81	.821	.747	.741	.111
1요인 모형	654.603	90	.656	.345	.334	.176

에서 5개 요인 구조가 더 적합한 것으로 나타났다(표 5). 이를 통해 한국의 직장인 시간관의 5개 요인구조가 지지됨을 확인하였다.

준거 관련 타당도

본 검사의 준거관련 타당도를 검증하기 위해 다양한 준거변인들과의 상관분석을 실시하였다. 표 6에서 보듯이 5개의 각 시간관 요인과 대부분의 준거변인과의 관계는 예측했던

방향과 일관되며, 유의한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 본 검사의 준거관련타당도를 입증하는 것으로 해석할 수 있다.

세부적으로 살펴보면, 과거긍정 시간관과 미래지향 시간관은 삶의 만족도와 유의미한 정적 관계를 보였으나, 현재쾌락 시간관은 삶의 만족과 유의미하게 관련되지 않았다. 따라서 가설 1은 부분적으로 지지되었다. 과거부정 시간관과 현재운명 시간관은 삶의 만족도와 유의미한 부적 관련을 보였으며, 따라서

표 6. 시간관과 준거 변인들 간의 상관계수

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1. 과거긍정	-								
2. 과거부정	-.099***	-							
3. 현재쾌락	-.136***	-.271***	-						
4. 현재운명	-.103***	-.298***	-.367***	-					
5. 미래지향	-.303***	-.234***	-.157***	-.059***	-				
6. 삶의 만족도	-.258***	-.311***	-.036***	-.145***	-.307***	-			
7. 불안	-.201***	-.438***	-.291***	-.377***	-.010***	-.439***	-		
8. 우울	-.180***	-.375***	-.363***	-.338***	-.100***	-.432***	-.837***	-	
9. 정신건강	-.199***	-.425***	-.340***	-.374***	-.056***	-.454***	-.961***	-.956***	-
평균	3.25	3.47	2.90	2.83	3.44	2.77	2.78	2.59	2.68
표준편차	.56	.62	.63	.55	.46	.78	.91	.86	.85

주 1. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

주 2. 정신건강은 불안과 우울 점수의 총점을 의미함.

가설 2는 지지되었다. 과거긍정 시간관은 불안, 우울과 유의미한 부적 상관을 보였지만 미래지향 시간관은 불안 및 우울과 유의하게 관련되지 않아 가설 3은 부분적으로 지지되었다. 과거부정과 현재운명 시간관, 그리고 현재 쾌락 시간관은 불안 및 우울과 유의미한 정적 상관을 보여서 가설 4는 지지되었다.

논 의

본 연구는 한국 직장인을 대상으로 ZTPI의 타당도를 검증하기 위해 실행되었다. 먼저 직장인 300명을 대상으로 ZTPI 56문항에 대한 탐색적 요인분석을 실시하였고 최종적으로 5개 요인으로 구성된 25개 문항을 도출하였다. 이후 한국 직장인 204명으로부터 자료를 얻어 확인적 요인분석을 실시한 결과 5개 요인으로 구성된 모형의 적합도가 높게 나타나 5요인 모형의 적합도가 검증되었다.

본 연구의 요인별 신뢰도 계수(Cronbach's α)

는 연구 1에서는 과거긍정 .74, 과거부정 .68, 현재쾌락 .70, 현재운명 .66, 미래지향 .70으로, 연구 2에서는 과거부정 시간관 .56, 현재쾌락 시간관 .74, 미래지향 시간관 .74, 과거긍정 시간관 .80, 현재운명 시간관 .67로 나타났다. 이러한 신뢰도 크기는 표 7에서 보는 바와 같이 다른 국가의 타당화 연구에서도 비슷한 결과를 보이고 있다.

한편 문항들을 살펴보면 연구마다 문항수에서 차이가 있다. 원래의 ZTPI는 56개 문항으로 구성되어 있다. 그리스 연구(Anagnostopoulos & Griva, 2012)에서는 52개 문항으로 나타났고, 브라질 연구(Milfont 등, 2008)에서는 38개 문항으로 나타났으며, 윤소정과 김정섭(2012)이 한국의 대학생들을 대상으로 한 연구에서도 30개 문항으로 구성되어 ZTPI의 문항 중 많은 부분이 타당화 과정에서 제거되었다. 한국 직장인을 대상으로 한 본 연구에서는 25개 문항으로 구성되었다.

요인 간 상관관계는 연구마다 다소 차이가 있다. 본 연구에서는 과거긍정과 과거부정

표 7. 요인별 신뢰도 비교

	과거부정	현재쾌락	미래지향	과거긍정	현재운명
ZTPI	.82	.79	.77	.80	.74
프랑스	.77	.77	.75	.70	.67
독일	.78	.80	.67	.71	.72
브라질	.60	.55	.67	.60	.46
스페인	.80	.79	.70	.70	.64
윤소정과 김정섭	.66	.71	.75	.74	.71
연구 1	.68	.70	.70	.74	.66
연구 2	.56	.74	.74	.80	.67

주. Kolesovs, 2009. Factorial validity of the Latvian and Russian versions of the Zimbardo Time Perspective Inventory in Latvia. p47.에서 발췌 후 연구자가 수정

간에 유의미한 상관이 나오지 않았다. 이는 Zimbardo와 Boyd(1999)의 연구($r=-.24, p<.001$)와 Gao(2011)의 대만 대학생을 대상으로 한 연구($r=-.334, p<.001$), 그리고 윤소정과 김정섭(2012)의 한국 대학생을 대상으로 한 연구($r=-.209, p<.001$)와 다른 결과이다. 그러나 Milfont 등(2008)의 브라질 대학생을 대상으로 한 연구, Anagnostopoulos와 Griva(2012)의 그리스 연구 및 김범준(2014)의 연구에서도 두 요인 간에 유의한 상관이 나타나지 않아 본 연구와 유사한 결과를 보여주고 있다.

과거긍정과 현재운명은 본 연구를 비롯한 대다수 연구들에서 상관관계가 없는 것으로 나타났다. 그러나 Zimbardo와 Boyd(1999)의 연구($r=-.09, p<.05$), Milfont 등(2008)의 연구($r=.16, p<.05$), 윤소정과 김정섭(2012)의 연구($r=-.175, p<.001$)에서는 통계적으로 유의미한 상관을 보이고 있다. 두 요인 간에 통계적으로 유의미한 상관을 보이지 않는 연구가 대부분이지만 정적 또는 부적 상관을 보이는 연구도 있어서 일관된 연구 결과를 보이지 않고 있다. 과거부정과 현재쾌락, 그리고 과거부정과 현재운명의 관계는 대부분의 연구에서와 같이 본 연구에서도 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다.

시간관은 개인이 자신을 둘러싼 물리적, 사회적, 문화적 환경과 관계를 맺는 방식으로(Zimbardo & Boyd, 2008), ZTPI는 문화적 차이와 표본의 특성에 따라 다소 다르게 적용될 수 있다(Zimbardo & Boyd, 1999; Kolesovs, 2009). 본 연구에서도 ZTPI의 요인수에 있어서는 문화적 차이나 연령별 차이가 크지 않아 비교적 안정적이기는 하지만, 문항수에 있어서는 문화적 차이나 연령에 따라 차이를 보이고 있다.

한편 본 연구에서의 ZTPI와 준거와의 관계는 대부분의 선행 연구 결과와 유사하게 나타났다. 과거부정과 삶의 만족의 관계는 본 연구를 포함한 대부분의 연구에서 부적 상관을 보이며, 과거부정과 불안도 대다수 연구에서 정적 상관을 보였으며, 특히 Zimbardo와 Boyd(1999)의 연구($r=.62, p<.001$)와 Anagnostopoulos와 Griva(2012)의 그리스 연구($r=.77, p<.01$)에서는 높은 상관을 보였다. 현재쾌락 시간관과 삶의 만족의 관계는 통계적으로 유의미하지 않았고, 현재쾌락과 불안 그리고 현재쾌락과 우울은 정적 상관을 보였다. 이는 ZTPI 문항의 구성에 있어서는 문화적 차이가 나타나지만, 시간관이 우울, 불안, 삶의 만족과의 상관관계는 공통적으로 나타나고 있음을 보여준다.

본 연구에서는 직장인이 어떤 시간관을 가지고 있는지가 정신건강 및 삶의 만족과 관계가 있음을 확인하였다. 직장인이 어떤 시간관을 가지느냐에 따라 정신건강과 삶의 만족이 증진될 가능성이 있다.

Zimbardo와 Boyd(2008)는 균형 잡힌 시간관을 갖는 것이 좋다고 한다. 많은 사람들이 저마다 상이하면서도 균형 잡히지 않은 시간관을 지니고 있는데 시간관의 불균형과 관련해 삶과 일에서 부정적인 결과들이 나타날 수 있다. 각자 자신의 균형 잡히지 않은 시간관을 수정하여 부정적인 결과들을 극복하거나 예방함으로써 정신건강과 삶의 만족이 향상됨에 따라, 이승철 등(2012)이 기술하였듯이 업무의 효율성이 높아지고 사회, 경제적 비용도 줄어들 수 있다.

하지만 기존의 시간관리 훈련 프로그램은 재정 등 투입 자원의 크기에 비해 효과가 크지 않은 것으로 나타나고 있는데, 기존 프로그램의 문제점은 다음과 같다(Boniwell, Osin, &

Sircova, 2014). 첫째, 시간관의 균형에 초점을 둔 훈련 프로그램이 없다. 둘째 기존의 시간관리 훈련은 하나의 프로그램으로 모든 상황에 적용하는 방식으로 진행되어왔다. 훈련 대상자들이 각자 상이한 시간 프레임을 가지고 있음에도 동일한 프로그램이 적용되었기 때문에 개개인의 특수한 니즈가 반영되지 못했다. 따라서 개인이 불균형한 시간관의 부정적 영향력을 극복하고 삶의 만족을 높일 수 있도록 돕고 기존의 시간관리 프로그램의 문제점을 보완하여 사람들 각자의 시간관 특성을 고려한 개입방법을 생각해 보는 것이 시간관을 통해 행복증진을 이루기 위한 시도가 될 수 있을 것이다.

균형적 시간관을 위한 코칭은 고객의 시간관 유형을 점검하고, 다루어야 할 시간관의 특정 측면을 발견하는 것에서부터 시작되는데, 모두 세 가지 전략이 사용될 수 있다(Boniwell 등, 2014). 첫 번째 전략은 고객에게 각 시간관 차원에 알맞은 도구를 부여하고 스킬을 개발시키는 개입을 사용하는 것이다. 두 번째 전략은 부정적인 시간관 지향을 낮추고 동시에 긍정적인 시간관을 높여주는 공통 특성을 개발하는 것이다. 세 번째 전략은 인지적 유연성을 개발하여 과거와 현재와 미래 마인드 세트 사이의 이동을 쉽게 하는 것이다.

한편 Boniwell 등(2014)은 Zimbardo의 5개 시간관 각각에 적합한 코칭 개입 방법을 제시하고 있다. 이들에 따르면 예를 들어, 과거부정 경향이 강한 사람에게는 글쓰기, 용서 편지 등의 개입이 좋고, 과거긍정 경향이 높은 사람에게는 긍정적 추억, 감사 방문 등의 개입이 좋다고 한다. 또한 현재운명이 높은 유형에게는 수동적 활동 줄이기와 선택능력 개발하기 등의 개입이, 현재쾌락이 높은 유형에게

는 목표설정, 재정계획 등의 개입이 유용하며, 미래지향이 높은 사람에게는 삶의 우선순위 명료화하기와 의미 있는 개인 목표 설정하기 같은 개입이 유용하다. Boniwell 등(2014)이 제안한 개입방법들은 개인에게 균형 잡힌 시간관을 안내할 수 있도록 도움을 줄 수 있다.

본 연구의 한계점으로는 먼저 연구의 대상이 직장인이므로 연구의 결과를 일반화하는데 한계가 있을 수 있다. 또한 연구 1과 연구 2에서 각각 일반 사무직이 전체 표본의 71.7%와 73.5%를 차지하고, 정규직 직장인이 87.7%와 86.3%를 차지하는 등 한국의 모든 직종의 직장인을 대표하는 표본이라고 하기에는 어려움이 있다.

또한 본 연구를 통해 ZTPI가 5요인으로 구성되어 있다는 것이 확인되었지만, 원래의 ZTPI 56개 문항 중 31개 문항이 삭제되었는데, 각 요인별로는 과거긍정의 9문항 중 3문항이, 과거부정의 10문항 중 7문항이, 현재쾌락의 15문항 중 11문항이, 현재운명의 9문항 중 4문항이, 미래지향의 13문항 중 6문항이 삭제되는 등 다른 연구에 비해 많은 문항이 삭제되었다. 따라서 향후 연구에서 다양한 집단을 대상으로 동일한 요인과 문항들이 도출되는지를 검증할 필요가 있다.

이와 같은 한계점에도 불구하고, 본 연구는 조사대상자가 직장인일 경우에도 시간관 척도가 5개 요인으로 구성됨을 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 이러한 결과는 대부분의 다른 ZTPI 타당화 연구(Milfont 등, 2008; Anagnostopoulos & Griva, 2012; 윤소정, 김정섭, 2012)와 유사하며, 이는 ZTPI가 개인의 심리적 시간관을 구성하는 요인을 안정되게 나타내고 있음을 보여주고 있다.

참고문헌

- 김범준 (2014). 시간관과 행복. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 28(1), 49-67.
- 김희진, 송인한 (2010). 기혼 직장인의 우울과 자살생각, 그리고 음주의 관계. *정신보건과 사회사업*, 36, 1-30.
- 배병렬 (2011). 구조방정식 모델링: 원리와 실제. 서울: 청람.
- 보건복지부, 인제대학교 (2004). 통합적 직장정신건강 프로그램 개발. 과천: 보건복지부.
- 윤소정, 김정섭 (2012). 한국형 Zimbardo 시간관 척도 타당화. *교육심리연구*, 26(2), 587-606.
- 이경용 (2001). 작업관련 스트레스와 조직문화. 인천: 한국산업안전공단 산업안전보건연구원.
- 이동귀, 이수란, 박현주 (2008). 한국판 자기평가 소재 척도의 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(1), 65-82.
- 이승철, 김정근, 김태정, 김동구 (2012). 건강한 기업의 조건: 근로자 정신건강. 삼성경제연구소: CEO information. 860.
- 최영수, 정유석, 유선미, 최은영, 박일환, 백국현, 조성욱 (2004). 직장인의 직무 스트레스가 불안성향에 미치는 영향. *대한가정의학회*, 25(3) 224-232.
- 한덕용, 전경구, 탁진국, 이창호, 이건효 (1993). 생활사건과 개인차가 생활부적응에 미치는 영향. *학생지도연구*, 10, 1-13.
- Anagnostopoulos, F., & Griva, F. (2012). Exploring time perspective in Greek young adults: Validation of the Zimbardo Time Perspective Inventory and relationships with mental health indicators. *Social Indicators Research*, 106(1), 41-59.
- Boniwell, I., Osin, E., & Sircova, A. (2014). Introducing time perspective coaching: A new approach to improve time management and enhance well-being. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 12(2), 24-40.
- Carelli, M. G., Wiberg, B., & Wiberg, M. (2011). Development and construct validation of the Swedish Zimbardo Time Perspective Inventory. *European Journal of Psychological Assessment*, 27, 220-227.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Gao, Y. J. (2011). Time perspective and life satisfaction among young adults in Taiwan. *Social Behavior and Personality: A international journal*, 39(6), 729-736.
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cut off criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
- Kolesovs, A. (2009). Factorial validity of the Latvian and Russian versions of the Zimbardo Time Perspective Inventory in Latvia. *Baltic Journal of Psychology*, 10(1-2), 55-64.
- Liniauskaitė, A., & Kairys, A. (2009). The Lithuanian version of the Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI). *Psichologija/ Psychology*, 40, 66-87.
- Milfont, T. L., Andrade, P. R., Belo, R. P., & Pessoa, V. S. (2008). Testing Zimbardo time perspective inventory in a Brazilian sample.

- Interamerican Journal of Psychology*, 42(1), 49-58.
- O'Connor, B. P. (2000). SPSS and SAS programs for determining the number of components using parallel analysis and Velicer's MAP test. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 32(3), 396-402.
- Papastamatelou, J., Unger, A., Giotakos, O., & Athanasiadou, F. (2013). Is time perspective a predictor of anxiety and perceived stress? Some preliminary results from Greece. *Psychological Studies*, 1-10.
- Seijts G. H. (1998). The importance of future time perspective in theories of work motivation. *The Journal of Psychology*, 132(3), 164-168.
- Spielberg, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the state-trait anxiety inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press, Inc.
- Van Beek, W., Berghuis, H., Kerkhof, A., & Beekman, A. (2011). Time perspective, personality and psychopathology: Zimbardo's time perspective inventory in psychiatry. *Time and Society*, 20, 364-374.
- Webster, J. D., & Ma, X. (2013). A balanced time perspective in adulthood: Well-being and developmental effects. *Canadian Journal on Aging/La Revue canadienne du vieillissement*, 32(04), 433-442.
- Zhang, J. W., & Howell, R. T. (2011). Do time perspectives predict unique variance in life satisfaction beyond personality traits?. *Personality and Individual Differences*, 50(8), 1261-1266.
- Zhang, J. W., Howell, R. T., & Stolarski, M. (2013). Comparing three methods to measure a balanced time perspective: The relationship between a balanced time perspective and subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(1), 169-184.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting Time in Perspective: A valid, reliable individual-differences Metric. *Journal of Personality and Psychology*, 77(6), 1271-1288.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2008). 타임 퍼러독스. (오정아 역). 서울: 미디어월. (원전은 2008년에 출판).

1차 원고접수: 2015. 11. 30

2차 원고접수: 2016. 04. 18

최종게재결정: 2016. 05. 25

Validation of the Time Perspective Inventory: Based on Korean employees

Jinkook Tak Sungbae Jang Suyeon Kim Byungkeol Lee Dongyup Nam

Kwangwoon university

The purpose of this study was to validate the Korean version of the Zimbardo Time Perspective Inventory. With 56 items of Zimbardo Time Perspective Inventory(ZTPI) adapted through translation and back-translation, exploratory factor analyses were conducted on the sample of 300 Korean employees. Results of exploratory factor analyses showed that five factors with 25 items were obtained. The Inventory was composed of past positive 6 items, past negative 3 items, present hedonistic 4 items, present fatalistic 5 items, and future 7 items. For further validation of the scale, data were obtained from 204 Korean employees. The result of the confirmatory factor analysis showed that the 5 factor model was adequate. Also results of correlational analyses showed that the five factors were generally significantly correlated with various criteria such as life satisfaction, anxiety, and depression, confirming criterion-related validity. Finally, implications and limitations of the study were discussed.

Key words : ZTPI, time perspective, validation, life satisfaction, anxiety, depression