

## 단축형 행복 척도(COMOSWB) 개발 및 타당화\*

서은국\*\* 구재선

연세대학교 심리학과 연세대학교 인간행동연구소

본 연구의 목적은 간략하여 사용이 간편하면서 동시에 문화적 공정성을 지닌 행복 척도를 개발 및 타당화하는 것이었다. 이를 위해서 주관적 안녕감의 핵심요소인 삶의 만족, 긍정적 정서, 부정적 정서를 측정하는 단축형 행복 척도(COMOSWB: Concise Measure of Subjective Well-Being) 9문항을 개발했다. 삶의 만족은 자신의 개인적 측면에 대한 만족 외에 대인관계와 소속집단에 대한 만족도를 측정하는 문항을 포함했고, 정서적 행복은 2회의 경험적 연구를 통해 행복과 밀접한 관계가 있는 각성수준 고, 중, 저의 긍/부정적 정서 경험으로 문항을 구성했다. 이렇게 개발된 단축형 행복 척도(COMOSWB)는 문항수가 적음에도 불구하고 높은 신뢰도와 타당도를 보였다. 구체적으로 새로운 행복 척도는 적절한 수준의 내적 일치도와 검사-재검사 신뢰도, 구인타당도, 수렴 및 변별 타당도가 있었고, 친구들의 행복 평가와도 일치하는 양상을 나타냈다. 끝으로 새롭게 개발된 단축형 행복 척도(COMOSWB)가 갖는 의미에 대해 논의했다.

주요어: 행복, 주관적 안녕감, 척도 개발, 타당화

행복이 과학적 연구 주제로 등장한지 약 25년이 되었다. 오랜 시간 철학의 울타리 안에 있던 행복을 과학적으로 탐구하기 위해 필요했던 것은 두 가지였다. 첫째, 연구자들이 공유 할 수 있는 행복이라는 경험에 대한 조작적 정의, 둘째는 타당도와 신뢰도를 충분히 갖춘 행복 측정 도구를 보유하는 것이었다.

1984년 Ed Diener는 'Subjective Well-Being(주관적 안녕감)'이라는 제목의 논문을 통해 행복이라는 경험에 내포된 주관성을 강조하였고, 이 경험의 핵심 요소로 인지적 삶의 만족감, 빈번한 긍정적 정서, 그리고 낮은

빈도의 부정적 정서를 꼽았다. 이 세 가지는 사람들이 자신의 행복 경험을 보고 할 때 반복적으로 언급하는 내용이다. 행복에 대한 과학적 개념화를 통해 추상적이기만 하던 행복이라는 현상이 좀 더 구체화 되었고, 연구자들은 무엇을 측정해야 하는지 인식하게 되었다. 이후 다양한 행복 측정치들이 학계에 등장했으며, 이들은 행복 연구 발전에 절대적인 역할을 하였다.

국내 학계에서도 행복에 대한 연구가 그 어느 때 보다 활발하게 이루어지고 있다. 적합한 행복 측정치를 선정하는 것은 연구의 첫 단추가 되는 경우가 많다.

\* 본 논문은 한국심리학회 지원에 의해서 연구되었으며, 연구3에는 2009년 한국연구재단의 지원으로 수집된 자료를 사용하였음(NRF-2009-328-B00087). 연구에 도움을 주신 김명연, 조성호, 이동귀, 정태연, 최인철 교수님들, 그리고 (주)리서치앤리서치에 감사드립니다.

본 논문의 일부는 2010년 한국심리학회 연차학술대회 특별심포지움에서 발표된 자료를 수정 보완한 것이다.

\*\* 교신저자 : 서은국, (120-749) 서울시 서대문구 신촌동 134 연세대학교 문과대학 심리학과,  
전화: 02)2123-2435, E-mail : esuh@yonsei.ac.kr

이 때 국내 연구자들이 갖게 되는 아쉬움이 두 가지 있다. 우선, 현재 국내 학계에서는 서양 학자들에 의해 개발된 행복 측정치를 대부분 번안하여 사용하고 있다. 이러한 척도들은 타당도와 신뢰도가 검증된 측정치들이지만, 문화보편적 사용이 가능한가에 대해서 확신하기 어렵다.

행복의 인지적 요소에 해당하는 삶의 만족을 측정하기 위해 국내에서 가장 널리 사용되는 척도는 Diener의 삶의 만족 척도(Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985; 임남연, 이화령, 서은국, 2010)이다. 이 척도는 전반적인 삶의 만족을 측정하는 척도로는 손색이 없지만, 대인관계나 소속 집단에 대한 만족을 구분하여 측정하지 못하고 있다. 삶의 개인, 관계, 집단적 측면은 자아를 구성하는 기본 요소일 뿐 아니라 (Sedikides & Brewer, 2001), 행복과 삶의 만족을 평가하는 중요한 차원이다. Lee, Park, Uhlemann, 및 Patsula(1999)의 질적 연구에서 한국과 캐나다 학생들은 그 순위에는 차이가 있었으나 모두 가족, 중요한 타인과의 관계, 개인적 능력을 가장 빈번하게 행복의 준거로 보고했고, 한국 성인의 행복한 삶의 구성요인에 대한 연구(김명소, 김혜원, 차경호, 임지영, 한영석, 2003)에서도 유사한 요인들이 추출되었다.

그러나 개인, 관계, 집단의 중요성은 문화마다 차이가 있어서, 서구 사회에서는 개인이 강조되는 반면에, 집단주의 문화권에서는 대인간 조화와 상호의존성이 강조되고(Markus & Kitayama, 1991), 자기를 기술할 때에도 소속집단이나 사회적 관계로 표현하는 경향이

있다(Triandis, 1989). 행복의 요소에 대한 일반인의 신념에서도 개인적 요소는 북미에서, 사회정치적 여건은 집단주의 사회에서 더 빈번하게 언급되고 있었다(Chiasson, Dube, & Blondin, 1996). 따라서 이들 요소를 무시한 채 전반적인 만족을 측정한다면 사람마다 개인 내적 속성, 대인 관계, 소속집단을 반영한 만족도 판단을 할 수 있으나 구체적으로 어떤 측면을 반영했는지 알 수 없으며, 연구자로서는 중요하면서 의미 있는 결과를 확인할 기회를 상실하게 된다.

이러한 문제는 정서적 행복 척도에도 존재한다. 국내에서 많이 사용되는 정서 척도인 Watson의 PANAS(Positive and Negative Affect Scale; Watson, Clark, & Tellegen, 1988; 이현희, 김은정, 이민규, 2003)의 경우, ‘흥분된(excited)’, ‘활기찬(active)’, ‘강한(strong)’과 같이 높은 각성 수준의 정서 어휘들 위주로 구성되어 있다. 동양 문화에서는 낮은 각성 상태의 정서들도 중요함을 고려할 때(Tasi, Knutson, & Fung, 2006), 서양적 정서 경험을 보다 충실히 반영하고 있는 것이다. 더욱이 집단주의 문화에서 자주 경험되고 행복과 더 높은 관련이 있는 것으로 밝혀진 관계적 정서들(interpersonally engaged emotions; Kitayama & Markus, 2000; Kitayama, Markus, & Kurokawa, 2000)도 포함되어 있지 않다. PANAS 이후 개발된 ITAS(Intensity and Time Affect Scale; Diener, Smith, & Fujita, 1995)나 SPANE(Scale of Positive and Negative Experience; Diener et al., 2009)의 경우, 중간 수준의 각성 정서들과 관계적 정서들이 일부 포

표1. 기존 정서 경험 척도들의 문항

정서 척도		문항
PANAS	정적정서	열성적인, 흥분된, 강한, 흥미진진한, 자랑스러운, 원기왕성한, 활기찬
	부적정서	겁에 질린, 두려운, 적대적인, 신경질적인, 과민한, 조마삼 나는, 피로운, 마음이 상한, 죄책감 드는, 부끄러운
ITAS	정적정서	기쁨, 자랑스러움, 행복감, 만족감, 애정, 사랑, 다정함, 따뜻한 마음이 가는
	부적정서	두려움, 화(남), 분노, 짜증, 초조함, 불안감, 걱정, 죄책감, 수치심, 역겨움, 후회, 부끄러움, 슬픔, 외로움, 불행함, 우울함
SPANE	정적정서	즐거움, 행복한, 만족스러운, 유쾌한, 긍정적인, 좋은
	부적정서	슬픈, 불쾌한, 나쁜, 부정적인, 두려운, 화난

주. PANAS = Positive and Negative Affect Scale, ITAS = Intensity and Time Affect Scale, SPANE = Scale of Positive and Negative Experience

함되어 있으나, 여전히 '평온한', '편안한', '지루한', '무기력한' 등과 같은 저각성 정서들은 배제되어 있다(표1 참조). 국내의 경우, 저각성 정서와 관계적 정서가 포함된 기분척도(이홍철, 1993; 김완석, 김영진에서 재인용)나 정서적 행복 척도(구재선, 김의철, 2006)의 개발이 시도된 바 있으나, 문항들이 각성수준에 따라 균등하게 포함되지 못했을 뿐 아니라 아직 정밀한 타당화도 이루어지지 못한 실정이다.

기존의 행복 측정치들에 대한 두 번째 아쉬움은 실용성의 문제이다. 개념적으로 구분되는 주관적 안녕감의 3요소를 모두 측정하기 위해 SWLS(Diener et al., 1985)와 PANAS(Watson et al., 1988) 두 척도를 함께 사용하려면 총 25문항으로, 간략한 설문에 포함시키기 위해 다소 부담스러운 분량이다. 최근에 개발된 SPANE 척도를 사용한다고 해도 마찬가지다.

이러한 문제점들을 염두하며 본 연구는 간략하면서도 한국인의 정서가 개입될 여지가 있는 행복측정치를 개발하고자 했다. 무엇보다 고심한 점은 한국 문화의 특수성(emic)과 문화적 보편성(etic)간의 균형을 유지하는 측정치의 개발이었다. 지나치게 '한국적' 색채만을 강조한 측정치는 그 사용 용도가 제한되고, 기존 연구들과의 연계성을 잃게 되는 약점이 생기기 때문이다. 물론 한국인들이 행복을 느끼는 구체적인 상황이나 조건들은 독특한 것들이 많겠지만, 엄밀히 말한다면 이런 상황들은 행복의 '유발 조건'이며 최종적으로 느끼는 '행복 경험'과 구분하여 생각해야 된다. 행복 유발 조건들은 분명 문화차가 있지만, 중국에 느끼는 행복감 자체는 범문화적으로 유사한 것으로 나타난다(Diener & Suh, 2000). 본 연구는 이 최종적인 행복 경험을 측정하는 척도의 개발을 목표로 했다. 그 과정에서 서구의 개념과 척도를 그대로 이식하는 '강요된 문화보편적 접근(imposed etic approach)'을 하기보다 엄격한 실증적 연구를 통해서 '도출된 문화보편적 접근(derived etic approach)'을 취함으로써(Berry, 1989; Kim, Park, & Park, 2000), 문화적으로 공정한 행복 척도를 개발하고자 했다.

새로운 행복 척도 개발을 위해서 행복 경험의 핵심을 이루는 세 가지 요인, 즉 삶의 만족, 긍정 정서, 부정 정서(Diener, 1984; Diener, Suh, Lucas, & Smith,

1999)를 9문항으로 축약하였다. 이 세 요인은 주관적 안녕감이라는 상위 요인으로 묶이지만, 개념적으로는 각각 조금씩 다른 속성들을 가지고 있다(Lucas, Diener, & Suh, 1996).

총 9개의 문항 중에서 세 문항은 인지적인 만족감 측정에 할애했다. 구체적으로 개인적(personal; 개인적 성취, 성격, 건강 등), 관계적(relational; 가족, 친구, 동료 등과의 관계) 그리고 집단적(collective; 자신의 학교, 직장, 동우회 등) 측면에 만족도를 묻는 문항을 개발했다. 이 세 가지 영역은 모든 자아를 구성하는 가장 기초적인 요소라는 사회 심리학 연구에 바탕을 두고 선정하였다(Sedikides & Brewer, 2001). 본 연구는 특히 한국인들에게 중요할 수 있는 관계적, 집단적 측면의 만족감을 독립 문항으로 만들어 측정함으로써 기존 측정치들이 갖는 한계를 극복하고자 했다.

새로운 행복 척도의 나머지 6문항은 정서적 행복에 해당하는 긍정적, 부정적 정서 경험을 측정하는 문항으로 구성했다. 정서 측정 문항을 구성하는 과정에서 본 연구가 특히 고려했던 점은 각성 수준이다. 정서 이론에 따르면, 정서 경험은 두 가지 속성을 포함한다. 어떤 문화든 각 정서는 그 경험이 유쾌/불쾌한 정도(valence)와 각성 수준(arousal level)에서 차이를 보인다(Russell, 1980). 그럼에도 불구하고, 앞서 언급했듯이 현재 널리 사용되고 있는 Watson 등(1988)이나 Bradburn(1969)의 정서 측정치들은 특히 고 각성 어휘들에 편중되어 있다. 이에 본 연구가 개발하는 정서 측정치에는 다양한 각성 수준의 긍정, 부정 정서 어휘들을 포함시키고자 하였다. 구체적으로 정서 어휘를 각성수준(고, 중, 저)과 쾌-불쾌의 2개 차원으로 구분하고, 6개의 각 영역에서 정서 경험을 측정하는 문항을 1문항씩 선정했다. 아울러 행복을 결정하는데 있어 정서를 경험하는 강도 보다 빈도가 더 중요하다는 연구(Diener, Sandvik, & Pavot, 1991)를 참조하여 이러한 정서를 얼마나 '자주' 경험하는지를 측정하였다.

이렇게 구성된 새로운 행복 척도를 단축형 행복 척도(Concise Measure Of Subjective Well-Being: COMOSWB)로 명명했다. Como는 스페인어로 '얼마나(how)'에 해당하는 말이며, COMOSWB의 숨은 뜻은 '당신은 얼마나 행복하십니까?(How is your subjective

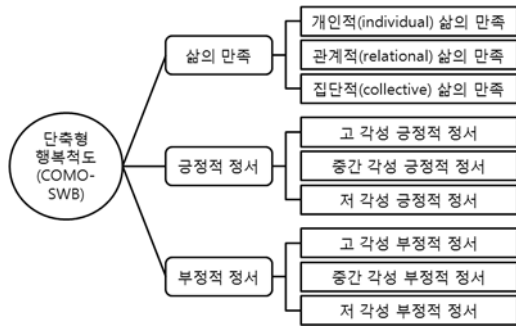


그림 1. 단축형 행복 척도(COMOSWB)의 구성

well-being?)이다. 단축형 행복척도(COMOSWB)의 전체 구성 개요는 그림 1에 제시했다.

단축형 행복 척도(COMOSWB) 개발을 위해서 먼저 정서 문항 구성을 위한 예비 조사를 실시했다. 이 과정에서 사람들이 빈번하게 느끼는 정서들이 기존 연구 결과들과 다른지를 확인하고, 자주 경험하면서도 행복과 높은 관련이 있는 6개의 정서 어휘를 선택했다. 그 후에 다양한 집단을 대상으로 최종 개발된 단축형 행복 척도 9문항을 타당화했다. 먼저 전국의 13세 이상 54세 이하의 남녀 총 500명에 대한 온라인 조사를 통해서 척도의 신뢰도와 타당도를 검증했다. 또한 온라인 조사가 갖는 한계를 극복하고 척도의 사용이 노인에게도 타당한지 검토하고자 60대 이상 노인을 포함한 전국의 1,000명을 인구비례 할당표집하여 내적일치도와 요인타당도를 재검증했다. 척도의 안정성은 고등학생과 대학생을 대상으로 3주 및 2개월간의 검사-재검사 신뢰도를 통해 검증했다. 끝으로 자기보고식으로 측정된 단축형 행복 척도 점수가 타인(친구)이 보고한 행복 평가와 일치하는지 검토했다. 이러한 과정을 통해서 새롭게 개발 및 타당화된 단축형 행복 척도 문항은 <부록>에 제시했다.

### 예비조사

정서적 행복 문항을 선정하기 위해서 예비조사를 실시했다. 예비조사의 목적은 사람들이 자주 경험하는 대표적인 정서 어휘를 추출하는 것이었다. 이를 위해서 대학생 총 96명(남자 63명, 여자 33명)에게 다양한

정서 어휘를 제시하고 6개의 정서차원 각각에 대해서 자신이 일상생활에서 가장 자주 경험하는 정서를 선택하게 했다. 자료 분석 결과, 응답 빈도가 가장 높은 고각성 긍정적 정서는 ‘기분 좋은 흥분감(53.1%)’과 ‘즐거움(26.0%)’이었고, 중간 수준 각성의 긍정적 정서는 ‘긍정적인(41.7%)’과 ‘좋은(14.6%)’, 저각성 긍정적 정서는 ‘느긋한(38.5%)’과 ‘편안한(19.8%)’이었다. 부정적 정서의 경우는 ‘짜증나는(54.2%)’과 ‘화난(21.9%)’이 고각성 정서로, ‘우울한(34.4%)’과 ‘부정적인(20.8%)’이 중간 수준의 각성 정서로, ‘무기력한(51.0%)’과 ‘피곤한(17.7%)’이 저각성 정서로 가장 빈번하게 경험되고 있었다. 이상의 결과를 토대로 최종 측정치 개발 및 타당화를 위한 본조사를 실시했다.

### 연구 1

연구 1의 목적은 행복과 가장 밀접한 관련이 있는 정서 문항을 추출하여 최종 행복 척도 9문항을 완성하고, 새롭게 개발된 단축형 행복 척도의 신뢰도와 타당도를 검증하는 것이었다. 이를 위해 웹설문지 방식의 온라인 조사와 면대면 방식의 설문조사를 병행했다.

### 방법

#### 연구 대상

온라인 조사는 전국에 거주하는 만 13-54세 남녀 총 500명(남자 255명, 여자 245명)을 대상으로 자료를 수집했다. 표본추출은 2009년도 주민등록 인구통계를 기준으로 지역별, 성별, 연령별 인구비례 할당표집(Quota Sampling)을 했다.

면대면 설문조사의 경우, 제주도를 제외한 전국에 거주하는 만 19세 이상의 성인 남녀를 모집단으로 하여 지역별, 성별, 연령별 인구비례 할당표집 방식으로 1,000명의 표본을 추출했다. 조사대상의 거주지는 서울권 213명, 인천/경기지역 282명, 경남권 162명, 경북권 106명, 충청권 100명, 전라권 105명, 강원권 32명이었다. 온라인 조사와 면대면 조사의 연령별, 성별 조사인원은 표 2와 같다.

표 2. 조사대상

	13-18세	19-29세	30-39세	40-49세	50-59세	60세 이상	전체
<b>온라인조사</b>							
남자	29	63	66	67	30		255
여자	29	57	63	65	31	-	245
전체	58	120	129	132	61		500
<b>개별면접조사</b>							
남자		103	110	116	84	82	495
여자	-	97	105	111	83	109	505
전체		200	215	227	167	191	1,000

### 측정도구

온라인 조사의 경우, 삶의 만족, 정서 경험, 전반적 행복 문항과 수렴 및 변별 타당도 검증을 위한 척도들로 설문을 구성했다. 개별면접조사에서는 새롭게 개발된 단축형 행복 척도 9문항만을 분석에 사용했다.

### 삶의 만족

자기 삶의 개인적 측면, 관계적 측면, 및 소속 집단에 대해 만족하는 정도를 묻는 3문항으로 구성했다. 응답은 각 문항이 자신과 일치하는 정도를 7점 Likert 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 7: 매우 그렇다)로 평정하는 방식이었다.

### 정서 경험

총 22개의 정서 어휘를 제시하고, 지난 한 달 동안 각 정서를 얼마나 자주 경험했는지를 7점 Likert 척도(1: 전혀 느끼지 않았다, 7: 항상 느꼈다)로 측정했다. 제시된 정서 어휘는 예비 조사에서 응답 빈도가 높았던 정서를 각 정서 영역별로 2문항씩 포함하고, 그 밖에 집단주의 문화적 특성을 반영할 수 있는 관계적 정서 문항(예를 들면, 창피함, 외로움, 사랑 등)을 포함하여 구성했다.

### 전반적 행복

행복과 관련이 높은 정서 경험을 추출하기 위해서 응답자의 전반적 행복 정도를 단일문항으로 측정했다. 응답은 '나는 전반적으로 행복하다'는 문장에 동의하는 정도를 7점 Likert 척도로 평정하는 방식이었다.

### 수렴 및 변별 타당도 검증을 위한 척도

기존의 행복 관련 척도들, 그동안 행복과 높은 관련성이 보고된 심리적 속성들, 그리고 행복과 개념적 변별성을 갖는 변인들을 측정했다.

기존 행복 관련 척도로는 최상-최악의 삶 척도(Cantril, 1965), Fordyce(1988)의 척도, 주관적 행복 척도(A measure of subjective happiness; Lybomirsky & Lepper, 1999), D-T척도(Delighted-Terrible Scale; Andrews & Withey, 1976), 그리고 ITAS 척도(Intensity and Time Affect Scale; Diener et al., 1995)를 사용했다. Cantril(1965)의 최상-최악의 삶 척도는 자신의 삶이 최상(10점)과 최악(0점)의 삶 중에서 어느 지점에 해당하는지 평정하는 11점 Likert 척도이다. Fordyce(1988)의 행복 척도는 자신이 행복하다고 느끼는 정도와 하루 중 행복 또는 불행함을 느끼는 시간의 비율을 묻는 문항으로 구성되어 있다. 주관적 행복 척도의 경우, 자신의 행복을 평정하는 4문항으로 구성되어 있으며 본 연구에서 내적일치도 계수(Cronbach  $\alpha$ )는 .741이었다. D-T척도(Andrews & Withey, 1976)와 ITAS 척도(Diener et al., 1995)는 정서 경험을 측정하는 문항으로, D-T척도는 삶에 대한 전반적인 느낌을 '괴롭다(1점)'에서 '뭉뚱이 기쁘다(7점)'의 Likert 척도로 평가하게 했다. ITAS의 경우, 지난 한 달 동안 정서 경험의 빈도를 측정하며, 본 연구에서 긍정적 정서 8문항과 부정적 정서 16문항의 내적일치도 계수(Cronbach  $\alpha$ )는 .942와 .958이었다.

그 밖에 수렴타당도 검증을 위해 외향성, 신경증, 자기존중감, 낙관주의, 삶의 의미를 측정했다. 외향성과 신경증은 Gosling, Rentfrow, 및 Swann(2003)이 개발

한 성격 5요인 검사 10문항 중에서 두 요인에 해당하는 2문항을 사용했다. 외향성 측정에 사용된 문항은 ‘외향적인, 열정적인’이었고, 신경증 측정에는 ‘불안한, 쉽게 마음이 상하는’이었다. 자기존중감(나는 내가 가치 있는 사람이라고 생각한다), 낙관주의(나는 매사에 긍정적이다), 삶의 의미(내 삶에는 분명한 의미와 목적이 있다고 생각한다)는 단일 문항으로 측정했다.

변별타당도 검증을 위한 변인은 친화성, 성실성, 경험개방성, 활동성, 자극추구성향이었다. 친화성, 성실성, 경험개방성은 Gosling 등(2003)의 성격 5요인 검사 중에서 해당요인을 측정하는 3문항으로 측정했다. 사용된 문항은 ‘비판적인, 논쟁하기 좋아하는(친화성)’, ‘산만한, 부주의한(성실성)’, ‘틀에 박힌, 창의적이지 않은(경험개방성)’이며, 역산 후 분석에 사용했다. 활동성의 경우, Morey(1991)의 PAI 검사(Personality Assessment Inventory) 중에서 조증-활동성(MAN-A: Mania-Activity Level)에 해당하는 1문항(‘주체할 수 없을 정도로 너무 많은 일에 관여한다’)을 사용했고, 자극추구동기는 박윤창과 이미경, 윤진(1995)이 개발한 자극추구 척도 중에서 스틸, 금지해제에 해당하는 2문항으로 측정했다.

## 결 과

### 정서적 행복 문항 선정

행복과 가장 밀접한 관련이 있는 정서 경험으로 정서적 행복 문항을 구성하기 위해서 온라인 조사에서 측정된 22개의 정서 경험 빈도와 준거문항(‘나는 전반

적으로 행복하다’)과의 상호 관련성을 분석했다. 그 결과 각 정서 영역별로 준거문항과 가장 높은 상관을 보이는 정서 경험은 ‘즐거움( $r=.669, p<.01$ )’, ‘행복함( $r=.741, p<.01$ )’, ‘편안함( $r=.617, p<.01$ )’, ‘짜증나는( $r=-.358, p<.01$ )’, ‘부정적인( $r=-.474, p<.01$ )’, ‘무기력함( $r=-.477, p<.01$ )’이었다. 이에 이들 6개 문항을 행복 정서를 대표하는 최종 문항으로 선정했다(표 3 참조).

### 요인분석

최종 선정된 단축형 행복 척도(COMOSWB) 9문항에 대한 요인분석을 실시했다. 이론적 구성개념에 따라 3개 요인을 지정하고, 주성분 분석법(Principal Component Analysis)으로 요인을 추출했다. 삶의 만족과 긍정적 정서는 요인간 정적 상관이 기대되므로 사교회전을 실시한 결과, 온라인조사에서는 제1요인에 삶의 만족을 측정하는 3문항이 부하되었고 제2요인에는 부정적 정서 3문항, 제3요인에는 긍정적 정서 3문항이 부하되었다. 이러한 3개 요인은 전체 변량의 77.549%를 설명했다. 전국의 19세 이상 성인남녀 1,000명을 개별면접 조사한 데이터를 사용하여 동일한 분석을 실시했을 때에도 동일한 요인 구조가 확인되었다(표4 참조). 추출된 요인간 상관계수를 검토했을 때, 온라인 조사에서 삶의 만족은 긍정적 정서와  $r=.703, p<.01$ , 부정적 정서와  $r=-.407, p<.01$ 의 상관이 있었고, 긍정 정서와 부정 정서간 상관 계수는  $r=-.422, p<.01$ 이었다. 개별 면접조사의 경우, 삶의 만족과 긍정 정서 간 상관은  $r=.590, p<.01$ , 부정 정서 간 상관은  $r=-.316,$

표 3. 정서경험 빈도와 준거문항(전반적 행복)의 상관계수(N=500)

	고각성 정서		중간 각성 정서		저각성 정서
기본 좋은 흥분감	.647**	긍정적인	.637**	느긋함	.446**
즐거움	.669**	행복함	.741**	편안함	.617**
기쁨	.659**	사랑	.615**	차분함	.500**
자랑스러움	.589**	유쾌함	.662**		
짜증	-.358**	우울함	-.435**	무기력함	-.477**
화남	-.353**	부정적인	-.474**	피곤함	-.267**
창피함	-.207**	외로움	-.376**	따분함	-.353**
불안함	-.355**	불쾌함	-.378**		

\*\*  $p < .01$

표 4. 단축형 행복 척도(COMOSWB) 문항의 요인분석

	온라인조사(N=500)			개별면접조사(N=1,000)		
	요인1	요인2	요인3	요인1	요인2	요인3
개인적 삶의 만족	<b>.876</b>	-.362	.658	.586	-.302	<b>-.859</b>
관계적 삶의 만족	<b>.923</b>	-.289	.585	.508	-.251	<b>-.901</b>
소속 집단에 대한 만족	<b>.871</b>	-.391	.620	.453	-.277	<b>-.888</b>
즐거움	.637	-.291	<b>.885</b>	<b>.915</b>	-.327	-.532
행복한	.635	-.407	<b>.913</b>	<b>.927</b>	-.328	-.574
편안한	.538	-.368	<b>.831</b>	<b>.881</b>	-.319	-.460
짜증나는	-.250	<b>.862</b>	-.296	-.266	<b>.836</b>	.234
부정적인	-.358	<b>.893</b>	-.376	-.330	<b>.911</b>	.280
무기력한	-.393	<b>.840</b>	-.411	-.316	<b>.826</b>	.273
설명변량	52.56	17.20	7.79	48.87	18.45	11.01
내적일치도(Cronbach's $\alpha$ )	.870	.846	.832	.893	.859	.818

$p < .01$ 이었다. 개별 면접 조사에서 긍정정서와 부정정서 간 상관계수는  $r = -.360$ ,  $p < .01$ 이었다.

**확인적 요인분석**

구인타당도 검증을 위해서 확인적 요인분석을 실시했다. 그 결과, 단축형 행복 척도(COMOSWB) 3요인 모델에 대한 온라인 조사 자료의 적합도 지수는  $\chi^2_{(24)} = 78.62$ ,  $p < .01$ ,  $\chi^2/df = 3.276$ , GFI = .966, AGFI = .937, NFI = .969,

RMR = .0393, RMSEA = .068이었고, 오프라인 개별면접 조사의 적합도 지수는  $\chi^2_{(24)} = 70.23$ ,  $p < .01$ ,  $\chi^2/df = 2.93$ , GFI = .985, AGFI = .971, NFI = .986, RMR = .0275, RMSEA = .044이었다. 비록 두 자료 모두에서 카이제곱이 유의미했으나 카이제곱은 표본의 크기에 민감하고 다른 적합도 지수가 모두 수용할 만한 수준임을 고려할 때, 개발된 행복 척도의 적합도는 전반적으로 양호하다고 볼 수 있다. 또한 위계적 3요인 모형에서 각 문항과 1차 요인 간, 그리고 1차 요인과 2차 요인 간 표준화된 요

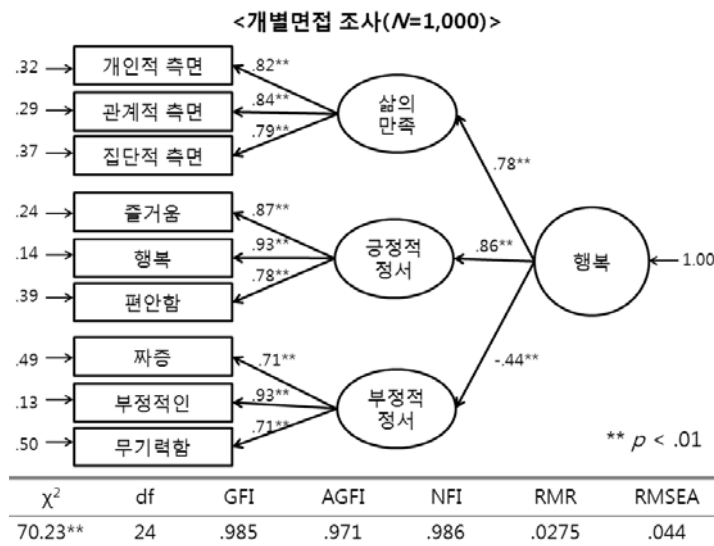


그림 2. 단축형 행복 척도(COMOSWB) 문항의 확인적 요인분석

표 5. 단축형 행복 척도(COMOSWB)와 수렴타당도 변인들과의 상관관계(N=500)

	단축형 행복 척도(COMOSWB)			
	삶의 만족 (a)	긍정 정서 (b)	부정 정서 (c)	행복전체 (a+b-c)
최상-최악의 삶 척도	.728**	.721**	-.477**	.780**
주관적 행복 척도	.679**	.678**	-.531**	.766**
D-T 척도	.607**	.608**	-.459**	.679**
Fordyce. 행복하다고 느끼는 정도	.683**	.688**	-.476**	.748**
Fordyce. 행복하다고 느끼는 시간	.589**	.633**	-.469**	.685**
Fordyce. 불행하다고 느끼는 시간	-.592**	-.624**	.503**	-.698**
ITAS: 긍정적 정서	.660**	.789**	-.461**	.773**
ITAS: 부정적 정서	-.382**	-.407**	.812**	-.658**
외향성	.443**	.447**	-.247**	.459**
신경증	-.248**	-.229**	.592**	-.440**
자기존중감	.512**	.541**	-.313**	.552**
낙관주의	.539**	.588**	-.434**	.633**
삶의 의미	.468**	.480**	-.253**	.485**

\*\*  $p < .01$

인계수추정치가 모두 유의미하고 높았다. 이는 각 문항들이 해당 1차 요인에 대한 타당한 지표이며, 세 가지 1차 요인들은 모두 행복이라는 2차 요인의 타당한 지표임을 시사한다. 오프라인 개별 면접 자료에 대한 확인적 요인분석 결과는 그림2에 제시했다.

**내적일치도**

온라인 조사와 개별면접 조사에서 삶의 만족, 긍정적 정서, 부정적 정서의 내적일치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .818에서 .893 수준이었다(표 3 참조). 또한 부정적 정서 3문항을 역산했을 때 단축형 행복 척도(COMOSWB) 9문항의 내적일치도 계수는 온라인조사에서  $\alpha=.883$ , 개별면접조사에서  $\alpha=.862$ 였다.

**수렴타당도와 변별타당도**

수렴 및 변별타당도 검증을 위한 문항은 온라인 설문에만 포함되었으므로, 온라인 조사대상자(N=500)만을 대상으로 분석을 했다. 먼저 수렴타당도 검증을 위해서 기존의 행복 관련 척도들 및 그동안 행복과 높은 관련성이 검증된 변인들과의 상관관계를 분석했다. 그 결과, 표 5와 같이 모든 상관계수가 통계적으로 유의미하고 높았다.

다음으로 변별타당도 검증을 위해서 그동안 행복과 상대적으로 낮은 관련성이 보고되어 온 성격 특성(친화성, 성실성, 경험 개방성) 및 행복과 개념적으로 구분되는 속성들(활동성, 자극추구동기)과의 상관관계를

표 6. 단축형 행복 척도(COMOSWB)와 변별타당도 변인들과 상관관계(N=500)

	단축형 행복 척도(COMOSWB)			
	삶의 만족 (a)	긍정 정서 (b)	부정 정서 (c)	행복전체 (a+b-c)
Big5. 친화성	-.002	-.022	-.229**	.087
Big5. 성실성	.030	.058	-.314**	.168**
Big5. 경험개방성	.015	.023	-.280**	.133**
활동성	.155**	.113*	.158**	.040
자극추구성향	.030	.015	.159**	-.049

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



검토했다. 그 결과 일부 변인들에 유의미한 관계나 나타났지만, 전반적으로 행복 척도와 변별타당도 변인들 간의 관련성은 표 6과 같이 낮고 유의미하지 않았다.

## 논 의

연구1에서는 삶의 만족과 정서 경험을 측정하는 단축형 행복 척도(COMOSWB) 9문항을 개발하고 타당화했다. 삶의 만족 문항에는 개인적 삶 뿐만 아니라 대인관계와 소속 집단에 대한 만족을 포함했고, 정서적 행복 문항들은 예비조사와 온라인 조사를 통해서 사람들이 빈번하게 경험하면서도 이들의 행복과 밀접한 관계가 있는 정서들을 추출하여 문항을 구성했다. 비록 예비조사는 대학생으로 그 대상이 제한적이었으나, 온라인 조사의 경우 13세 이상 청소년부터 50대 중년의 성인 남녀를 포함했다는 점에서 특정 세대나 성별에 특수하지 않은 보편적 행복 정서가 추출되었다고 볼 수 있다. 또한 정서 문항에 각성 수준 고, 중, 저의 정서를 모두 포함하여 특정 영역에 편중되지 않은 점도 기존의 척도들(Watson et al., 1988; Diener et al., 1995; Diener et al., 2009)과 차별화되는 점이다.

이러한 과정을 통해 개발된 단축형 행복 척도(COMOSWB)는 신뢰도와 타당도가 매우 양호했다. 온라인 조사와 개별 면접 설문 조사에서 전체 문항 및 3개의 하위요인들은 모두 높은 내적일치도를 보였고, 구인타당도와 수렴 및 변별 타당도가 양호했다. 또한 이차요인을 가정한 모델의 적합도가 수용 가능한 수준이었으므로, 본 척도는 연구자의 필요에 따라 전체 문항을 사용하거나 각 하위 요인을 측정하는 3문항만 따로 사용하는 것이 모두 가능할 것으로 보인다. 끝으로 개별 면접 조사 자료 분석에서 60대 이상 연령층을 포함했을 때에도 척도의 신뢰도와 타당도가 높았던 점에서 새롭게 개발된 단축형 행복 척도(COMOSWB)는 청소년이상 노인까지 폭넓은 연령층을 대상으로 사용될 수 있음이 확인되었다.

## 연구 2

연구1에서 개발된 단축형 행복 척도(COMOSWB)의

표 7. 3주간 검사-재검사 신뢰도( $N=80$ )

	상관계수( $r$ )
삶의 만족(a)	.611**
긍정정서(b)	.521**
부정정서(c)	.583**
행복 전체(a+b-c)	.715**

\*\*  $p < .01$

검사-재검사 신뢰도를 검토하여 척도의 안정성을 검증하고자 연구2를 실시했다.

## 방 법

### 연구 대상

심리학 개론을 수강하는 대학생 총 80명(남자 43명, 여자 37명)을 대상으로 연구를 진행했다. 이들의 연령 범위는 18-26세였으며, 평균연령은 21.86세( $SD=2.30$ )였다.

### 측정도구 및 절차

개발된 단축형 행복 척도(COMOSWB)를 3주의 시간 간격을 두고 반복 측정했다. 2회에 걸쳐 측정된 행복의 3개 하위 요인들(삶의 만족, 긍정적 정서, 부정적 정서)은 내적일치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )가 .646에서 .829 수준이었다. 2차 요인에 해당하는 행복 척도 9문항의 내적일치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 1차와 2차 측정치 각각  $\alpha=.823$ 과  $\alpha=.861$ 이었다.

## 결과 및 논의

검사의 시간적 안정성을 검증하고자 2회에 걸쳐 측정된 응답 점수간의 상관관계를 검토했다. 그 결과, 3주간의 시간 간격을 두고 측정된 전체 행복 점수의 안정성계수는  $r=.715$ ,  $p<.01$ 으로 높았다. 하위요인별 검사-재검사 신뢰도의 경우, 삶의 만족  $r=.611$ ,  $p<.01$ , 긍정적 정서  $r=.521$ ,  $p<.01$ , 부정적 정서  $r=.583$ ,  $p<.01$ 이었다(표 7 참조). 이러한 결과는 새롭게 개발된 단축형

행복 척도(COMOSWB)가 일정한 시간적 간격이 있는 후 재측정해도 어느 정도 안정적인지를 시사한다.

### 연구 3

연구1에서는 단축형 행복 척도를 개발하고 연령별, 성별, 지역별 할당표집된 자료를 토대로 타당화했다. 그러나 그 과정에서 수렴 및 변별 타당도의 검증이 주로 성격 변인을 중심으로 이루어 졌으며, 우리나라에서 보편적으로 많이 사용되는 Diener 등(1984)의 삶의 만족 척도(SWLS: Satisfaction With Life Scale)가 포함되지 않았다. 또한 연구2에서는 새로운 행복 척도(COMOSWB)의 시간적 안정성을 검증했으나 그 기간이 3주 동안으로 길지 않았다. 이에 연구3에서는 동질적인 집단을 대상으로 다양한 변인을 추가하여 수렴 및 변별타당도를 재검토하고, 척도의 안정성이 보다 장기적으로 지속되는지 확인함으로써 척도의 타당도와 신뢰도를 재검증했다. 또한 새롭게 개발된 행복 척도의 응답 점수가 급우들의 행복 평가와 관련이 있는지 분석함으로써 단축형 행복 척도(COMOSWB)의 준거 관련 타당도를 검증했다.

### 방법

#### 연구 대상

고등학교 3학년과 대학교 1학년 학생을 대상으로 2회에 걸쳐 설문을 실시하고, 2회 모두 설문에 응답한 대상의 자료를 분석에 사용했다. 분석에 사용된 연구 대상자는 총 244명이었다. 연구 대상자 중에서 고등학생은 대전소재 2개 고등학교 8개 학급 학생들 170명(남자 65명, 여자 105명)이었다. 대학생 연구대상자는 74명(남자 35명, 여자 39명)이었다.

#### 측정 도구

1차 설문에서는 새롭게 개발된 단축형 행복 척도(COMOSWB)를 측정했고, 2차 설문에서는 단축형 행

복 척도와 함께 수렴 및 변별타당도 검증을 위한 변인들을 측정했다. 고등학생의 2차 설문에는 급우들의 행복 평가를 추가로 측정했다.

#### 단축형 행복 척도(COMOSWB)

연구1에서 개발된 행복 척도를 사용했다. 전체 9문항에 대한 1차와 2차 설문에서의 내적일치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 각각 .797과 .782였다. 각 하위요인들의 내적일치도 계수는 .704에서 .832 수준이었다.

#### 수렴 타당도 검증을 위한 척도

단축형 행복 척도의 수렴타당도를 검토하기 위해서 Diener 등(1985)이 개발한 삶의 만족도 척도(SWLS)와 Diener 등(2009)의 긍정 및 부정적 경험 척도(Scale of Positive and Negative Experience: SPANE)를 사용했다. 그 밖에 연구1에서 사용한 최상-최악의 삶 척도(Cantril, 1965)와 자기존중감 측정 문항을 포함했다.

#### 변별 타당도 검증을 위한 척도

변별타당도 검증을 위해서 남성과 여성에 대한 성역할 고정관념, 그리고 하루 평균 수면시간을 단일문항으로 측정했다.

#### 친구들의 행복 평가

고등학생들에게 반에서 가장 행복해 보이는 친구 3명의 이름을 적게 했다. 급우들의 행복 평가 점수는 행복해 보이는 아이로 이름이 거명된 횟수의 학급별 표준화 점수(Z score)로 산출했다.

#### 연구 절차

인문계 고등학교 3학년 학생과 대학교 1학년 학생들에게 학기가 시작하고 한 달이 지난 후 행복척도 9문항을 측정했다. 그리고 나서 2개월 지난 후 행복척도를 재측정하고, 그 밖에 타당도 검증을 위한 문항들과 급우들의 행복 평가를 측정했다. 2차 설문의 측정 시기는 대학생의 경우 기말고사를 보기 이전이었으며, 고등학교 3학년은 수능시험을 끝낸 직후였다.

표 8. 수렴타당도와 변별타당도(N=244)

	삶의 만족 (a)	긍정 정서 (b)	부정 정서 (c)	행복전체 (a+b-c)
SWLS: 삶의 만족	.597**	.461**	-.329**	.621**
SPANE: 긍정정서 경험	.432**	.838**	-.337**	.723**
SPANE: 부정정서 경험	-.300**	-.399**	.733**	-.662**
Cantril: 최상-최악의 삶	.388**	.494**	-.349**	.561**
자기존중감	.432**	.306**	-.218**	.416**
여성에 대한 성역할고정관념	-.118	.027	.084	-.077
남성에 대한 성역할고정관념	-.057	-.022	.023	-.038
하루 평균 수면 시간	-.056	.009	.103	-.074

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

**결 과**

**타당도 검증**

먼저 수렴타당도 검증을 위해서 2차시기에 측정된 단축형 행복 척도(COMOSWB)와 행복 관련 변인들의 상관관계를 분석했다. 그 결과 표8에 제시한 바와 같이, 단축형 행복 척도의 전체 점수와 하위 요인들은 모두 SWLS의 삶의 만족, SPANE의 긍정 및 부정 정서 경험, 그리고 최상-최악의 삶 척도와 유의미한 상관을 보였다. 또한 새롭게 개발된 단축형 행복 척도

점수는 행복과 지속적으로 높은 관계가 보고되었던 자기존중감과도 유의미한 관계가 있었다. 반면에 행복과 개념적으로 구분되는 성역할 고정관념과 수면시간은 단축형 행복 척도(COMOSWB)의 모든 변인들과 유의미한 관계가 없었다.

**2개월간의 검사-재검사 신뢰도**

2개월간의 시간 간격을 두고 반복 측정된 단축형 행복 척도(COMOSWB) 점수들 간의 상관계수를 검토했다. 그 결과 표9와 같이, 전체 9문항의 2개월간 검사-재검사 신뢰도는  $r=.548$ ,  $p<.01$ 로 유의미했다. 3개 하위요인의 검사-재검사 점수도 모두 유의미한 정적 상관을 보였으며, 정서적 행복보다 인지적 삶의 만족 문항들이 더 높은 안정성을 보였다. 대학생과 고등학생 집단을 구분하여 분석했을 때, 대학생들이 검사-재검사 기간 동안 수능시험을 경험한 고등학생보다 정서적 행복 점수의 안정성 지수가 더 높았다.

표 9. 2개월간 검사-재검사 신뢰도(N=244)

	전체	대학생	고등학생
삶의 만족(a)	.602**	.562**	.607**
긍정정서(b)	.359**	.684**	.235**
부정정서(c)	.378**	.411**	.375**
행복 전체(a+b-c)	.548**	.660**	.499**

\*\*  $p < .01$

표 10. 친구들의 행복평가 상하집단별 단축형 행복척도 점수 평균(괄호 안은 표준편차임)

	규모의 행복 평가		F
	상위 30%(N=50)	하위 70%(N=119)	
삶의 만족(a)	15.16 (2.67)	13.50 (3.46)	9.260 **
긍정적 정서(b)	14.62 (3.34)	12.98 (2.93)	10.099 **
부정적 정서(c)	12.02 (3.74)	13.45 (3.16)	6.497 *
행복 전체(a+b-c)	17.76 (6.92)	12.96 (6.69)	17.742 ***

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

### 친구들의 행복 평가

고등학생 집단을 대상으로 단축형 행복 척도 점수가 높은 학생들이 급우들로부터 행복한 아이로 평가받았는지 검토했다. 친구평가는 반에서 가장 행복해 보이는 아이 3명을 거명하는 방식이었으므로, 행복수준이 특히 상위로 보이는 친구를 거명했을 것으로 기대된다. 이에 급우가 평가한 행복 점수가 상위 30%인 학생들과 다른 학생들의 단축형 행복 척도(COMOSWB) 1차 시기 측정점수를 비교했다. 그 결과 친구로부터 행복한 아이로 지명을 많이 받은 학생들은 그렇지 않은 학생들보다 자기보고방식으로 측정된 단축형 행복 척도(COMOSWB) 점수가 더 높았다( $F_{(1, 166)}=17.754, p<.001$ ). 하위요인의 경우도 마찬가지로, 삶의 만족과 긍정적 정서를 높게 보고하고 부정적 정서를 낮게 보고한 학생들이 급우들로부터 행복한 아이로 지명 받았다(표10 참조).

### 논 의

연구3을 통해서 새롭게 개발된 단축형 행복 척도(COMOSWB)의 신뢰도와 타당도가 재검증되었다. 구체적으로, 새로운 척도로 산출된 행복 점수는 기존의 행복 관련 척도들과는 유의미한 높은 관련성을, 행복과 변별되는 속성들과는 낮은 관련성을 보임으로써 수렴 및 변별 타당성이 재확인되었다. 또한 단축형 행복 척도(COMOSWB)의 측정치는 2개월의 시간이 지난 후에도 중간 수준의 안정성을 보였다. 비록 고등학생의 정서적 행복 점수의 안정성이 다소 낮았으나, 이들의 재검사 시기가 수능시험이 끝난 직후임을 고려할 때 어쩌면 정서 경험의 변화는 당연한 결과일 수 있다. 생활 사건이 행복에 미치는 영향은 일정 시간이 지나면 다시 기저선 상태로 되돌아오지만(Suh, Diener, & Fujita, 1996), 본 연구에서는 그보다 이른 시기에 재검사가 실시되었기 때문이다. 오히려 기말 시험을 보기 전에 재검사를 실시한 대학생보다 수능 시험 직후에 재측정이 이루어진 고등학생 집단에서 정서 척도의 안정성이 더 낮았던 결과는 새로운 행복 척도가 일상적 정서 경험을 잘 반영하고 있는 것으로 해석될 수 있을

것이다. 끝으로 단축형 행복 척도(COMOSWB) 점수가 높은 학생들은 친구들로부터 행복한 아이로 평가받았는데, 이는 새롭게 개발된 행복 척도가 사회적 바람직성 등의 자기보고식 척도가 갖는 제한점들(Lucas, Diener, & Larsen, 2003)에 취약하지 않음을 시사한다.

### 종합 논의

1980년대 말 이후 현재까지 행복(주관적 안녕감)은 한국을 비롯한 국제 사회의 뜨거운 관심주제로 조명받고 있다. 행복에 대한 사회적 관심은 수많은 행복 측정치의 개발과 사용으로 이어졌으나 이론에 근거하면서 한국 사회에서 문화적 타당성이 검증된 측정치는 아직까지 개발되지 못했다. 이에 본 연구는 간략하여 사용이 간편하면서도 개인 및 집단의 문화의 특징이 고루 반영된 행복 척도를 개발하고자 했다. 이를 위해서 주관적 안녕감 이론(Diener, 1984)에 근거하여 행복의 핵심요소인 삶의 만족, 긍정적 정서, 부정적 정서를 측정하는 9문항을 개발했다. 구체적으로 삶의 만족은 자신의 개인적 측면에 대한 만족 이외에 대인관계와 소속 집단에 대한 만족도를 측정했으며, 정서적 행복은 2회의 경험적 연구를 통해 빈번하게 경험되는 동시에 행복과 가장 밀접한 관련이 있는 각성수준 고, 중, 저의 긍정적, 부정적 정서들로 문항을 구성했다.

이렇게 개발된 단축형 행복 척도(COMOSWB)는 지금까지 많은 연구들에서 밝혀진 행복의 기본적 요인구조를 유지하고 있을 뿐 아니라, 문항 수가 적음에도 불구하고 높은 신뢰도와 타당도를 보였다. 청소년에서 노인까지 폭넓은 대상을 포함한 여러 데이터에서 새로운 행복 척도의 전체 문항과 하위 변인들은 모두 내적 일치도가 높았고, 3주 및 2개월의 시간이 흐른 뒤에도 비교적 안정적인 양상을 보였다. 타당도의 측면에서도 새롭게 개발된 행복 척도는 기존의 다른 행복척도들(Andrews & Withey, 1976; Cantril, 1965; Diener et al., 1985; Diener et al., 1995; Diener et al., 2009; Fordyce, 1988; Lybomirsky & Lepper, 1999)이나 선행 연구들에서 행복과 지속적으로 상관이 보고된 외향성과 신경증(Costa & McCrae, 1980; Emmons & Diener, 1985), 자기존중감, 및 낙관주의(Lucas et al., 1996), 그

리고 삶의 의미(Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006)와 유의미한 상관이 있었던 반면에, 행복과 개념적으로 상이한 속성들과는 낮은 상관을 보여 타당성이 입증되었다. 특히 단축형 행복 척도(COMOSWB)는 활동성이나 자극추구 성향과 낮은 상관을 보임으로써, 그 측정치가 단순히 높은 에너지 수준이나 쾌락 추구를 의미하지는 않음이 확인되었다. 끝으로 단축형 행복 척도에서 행복 수준을 높게 보고한 청소년들은 급우들로부터 행복한 아이로 평가받았는데, 이는 새롭게 개발된 척도가 자기보고방식임에도 불구하고 사회적 바람직성이나 긍정적인 착각 등의 영향을 비교적 크게 받지 않음을 의미한다.

이상의 결과에도 불구하고 본 연구가 개발한 단축형 행복 척도(COMOSWB)에 대해서 몇 가지 의문이 제기될 수 있는데, 그 중 한 가지는 정서 문항에 관계적 정서들이 포함되지 않았다는 점이다. Kemper(1984)에 따르면, 집단주의 문화의 사람들은 타인 배려와 조화로운 관계 유지에 도움이 되는 '통합 정서(integration emotion)'에 민감하고 이를 더 자주 경험하는 반면에, 개인주의 사회에서는 개인 간 분리와 독립을 촉진하는 '분화 정서(differentiating emotion)'가 더 자주 경험된다. 같은 맥락에서 Markus와 Kitayama(1991)는 일본인의 정서가 각성 수준과 유쾌성 차원 외에 관계성 차원(interpersonal engagement-disengagement)으로 구분될 수 있으며, 그 극단에는 타인중심적 정서(other-focused emotion; 수치심 등)와 자기중심적 정서(ego-focused emotion; 자부심, 분노 등)가 위치한다고 하였다. 나아가 Kitayama 등(2000)의 연구에서 관계유리적 정서(자부심, 우월감, 분노, 좌절 등)는 일본보다 미국인의 행복과 더 높은 상관이 있었고, 관계적 정서(친밀감, 우정, 수치심, 소외감 등)는 미국보다 일본인의 행복과 더 관련이 높았다.

이상에 근거하여 본 연구는 척도 개발 과정에서 창피함, 사랑, 외로움과 같은 관계적 정서를 포함했으나, 최종 문항으로 선정되지는 못했다. 본 연구에서 정서 문항 선정 기준은 '자주 경험되는 익숙한 정서일 것'과 '행복과 밀접한 관련이 있을 것'이었다. 물론 관계적 정서들도 이러한 기준을 충족했으나, 최종 선정된 문항들보다는 경험빈도 및 행복과의 관련성이 낮았다. 이

것은 최종 선정된 정서들(예를 들면, '행복한', '부정적인' 등)이 관계적 정서들보다 더 포괄적이어서 관계적 정서를 비롯한 다양한 정서들을 포함하고 있기 때문일 수 있다. 물론 정서차원을 쾌차원, 각성수준 차원 외에 개인/집단/관계적 정서 차원으로 구분한다면 해당 정서를 강제 포함시킬 수도 있을 것이다. 그러나 쾌차원과 각성 차원이 정교한 연구를 통해 도출되었고(Russell, 1980) 다양한 문화권에서 유사한 구조가 입증된 것과 달리(Russell, 1983), 개인-관계적 정서는 이를 하나의 정서 차원으로 볼 수 있는지, 만일 그렇다면 각 차원에 어떠한 정서들이 분포하는지 아직까지 명확하게 밝혀지지 않았다. 따라서 정서적 행복 척도에 개인/집단/관계적 정서 차원을 포함하여 해당 정서를 강제 투입하기 위해서는 먼저 이러한 정서 구조에 대한 연구가 선행되어야 할 것이다. 한편 단축형 행복 척도의 정서 문항에는 관계적 정서 뿐 아니라 관계유리적 정서(자부심, 분노 등)도 포함되지 않았는데 이는 새로운 정서 척도가 특정 문화에 민감하지 않은 보편적 정서 중심으로 구성되었음을 시사한다.

다음으로 새롭게 개발된 단축형 행복 척도(COMOSWB)의 잇점 또는 기존 척도와의 차별성에 대한 의문이 제기될 수 있다. 새로운 척도의 첫 번째 장점은 적은 문항으로 구성되어 사용이 간편하다는 점이다. 단축형 행복 척도(COMOSWB)는 실용성에 초점을 두고 개발되었기 때문에 주관적 안녕감의 세 요소를 측정하는 어떤 척도들보다 간략하다. 더 적은 문항으로 동일한 결과를 산출할 수 있다면 간략한 척도를 사용하는 것이 더 효율적일 것이다. 그러나 새로운 척도가 갖는 잇점은 이러한 기능적 효율성에 제한되지 않는다. 단축형 행복 척도(COMOSWB)는 각성수준 고, 중, 저의 정서를 모두 포함하는 반면에, 기존 척도들은 고각성 정서 위주로 구성되어 있으며 특히 저각성 정서가 포함된 정서적 행복 척도는 드물다. 본 연구에서 선정된 저각성 행복 정서는 '편안함'과 '무기력함'이었다. Lu와 Gilmour(2004)에 따르면, 집단주의 문화권에서 행복은 '평상심'과 관련이 깊은 반면에, 서구 사회의 행복은 정서적으로 긴장되고 상승된 긍정적 상태를 의미한다. 서구에서 개발된 척도들이 'joy', 'elation', 'uplifting', 'exciting' 등의 고각성 정서 중심으로 구성

된 것도 여기에 기인했을 수 있다. 그에 비해서 단축형 행복 척도는 개인주의 문화에서 강조되는 고각성 정서(‘즐거움’, ‘짜증나는’)와 집단주의 문화에서 중요한 저각성 정서를 모두 포함하기 때문에 기존 척도들에 비해서 문화적 편파성이 배제되었다고 볼 수 있다.

이는 삶의 만족 문항도 마찬가지이다. 국내에서 삶의 만족 척도로 보편적으로 사용되는 SWLS(Diener et al., 1985; 임남연 등, 2010)는 삶의 개인적 측면에 대한 만족 중심으로 구성되어 있다. 본 연구에서도 SWLS는 단축형 행복 척도(COMOSWB)의 ‘관계적 삶의 만족 문항( $r=.365, p<.01$ )’보다 ‘개인적 삶의 만족 문항( $r=.577, p<.01$ )’과 더 높은 상관이 있었다. 개인이 중요한 서양에서와 달리 동양인의 행복에는 소속 집단과 대인관계가 중요하며(Kwan, Bond, & Singelis, 1997), 이러한 점에서 개인, 집단, 관계에 대한 만족을 모두 다루는 단축형 행복 척도는 기존의 척도들보다 더 문화적 공정성을 지니고 있다고 볼 수 있다.

단축형 행복 척도(COMOSWB)가 특정 문화에 편파적이지 않았다는 사실은 그 사용 대상이 한국인에게 제한되지 않음을 의미한다. 새로운 척도는 개발 단계에서부터 문화특수성과 보편성의 균형을 유지하고자 했다. 개인, 관계, 집단의 차원을 모두 포함하고, 각성 수준 고, 중, 저 정서의 균형을 맞추어 척도를 구성한 것도 이러한 이유이다. 더욱이 본 척도에는 문화마다 민감성이 상이한 관계적 정서(타인중심적 정서), 관계 유리적 정서(자기중심적 정서), 그리고 토착적 정서들이 포함되어 있지 않다. 따라서 적절한 타당화가 이루어진다면 타문화권, 심지어 개인주의 문화권에서도 사용될 수 있으며, 다양한 문화권 사람들을 대상으로 한 비교문화 연구에서 그 진가를 발휘할 수 있을 것이다.

끝으로 대부분의 척도 타당화가 비교적 젊은 연령층(주로 대학생)을 대상으로 이루어지는 것과 달리, 단축형 행복 척도(COMOSWB)는 중학생에서 60세 이상 노인까지 폭넓은 연령층을 대상으로 타당화되었다. 따라서 본 척도는 다양한 연령 집단에 사용 가능하며, 특히 어린 청소년이나 노인을 대상으로 할 때 척도의 간략성이 큰 잇점으로 작용할 것이다.

이러한 의의에도 불구하고 본 연구에는 다음과 같은 제한점이 있다. 첫째, 본 연구에서 척도의 시간적 안정

성은 여전히 학생 집단만을 대상으로 입증되었는데 이는 다양한 집단을 포함한 후속 연구를 통해서 보완되어야 할 것으로 보인다. 둘째, 각 문항에 서로 다른 가중치를 부여할 필요가 있는지, 그리고 삶의 만족의 관계적 측면과 집단적 측면을 구분하여 측정함으로써 개인 외적요인을 더 많이 반영하는 결과를 초래할 수 있는지 또한 후속 연구에서 해결해야 할 과제로 남아있다. 셋째는 정서 문항 선정 과정에서 선정되지 않은 정서들도 여전히 준거문항(전반적 행복)과 유의미한 상관을 보이고 있다는 점이다. 이것은 행복이 갖는 정서적 속성을 고려할 때 어찌면 당연한 일이다. 그러나 선정된 정서들이 다른 정서들에 비해서 절대적 우위에 있는가에는 의문이 여지가 있다. 본 연구는 실용성을 염두에 두고 간단한 행복 척도를 개발하고자 했으며, 준거문항과 가장 높은 상관을 문항 선정의 기준으로 삼았다. 이것은 최상이라고 볼 수 없으나 척도의 간명성을 위한 최선의 기준이었다. 그러나 연구의 특성상 정서적 행복의 섬세한 측정이 요구되는 경우에는 단축형 보다는 포괄적인 정서 척도가 사용되어야 할 것이다. 마지막으로 본 연구가 근거하고 있는 주관적 안녕감 이론은 비록 많은 문화권에서 그 속성이 입증된 바 있으나(Scollon, Diener, Oishi, & Biswas-Diener, 2004), 한국인 고유의 행복 속성을 포착하기에는 제한이 있다. 본 연구가 주관적 안녕감 이론에 근거한 것은 ‘한국인 맞춤형 척도’ 보다는 문화적으로 공정하고 균형을 유지하는 동시에 기존 연구들과의 연계성을 잃지 않는 척도를 개발하기 위함이었다. 그러나 향후 연구들에서는 한국인 행복의 토착적이고 문화특수적인 측면을 담아내는 척도 개발을 모색할 필요가 있을 것이다.

## 참 고 문 헌

- 구제선, 김의철(2006). 심리적 특성, 생활경험, 행복의 통합적 관계. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 20, 1-18.
- 김명소, 김혜원, 차경호, 임지영, 한영석(2003). 한국 성인의 행복한 삶의 구성요인 탐색 및 척도개발. 한

- 국심리학회지: 건강, 8, 415-442.
- 김완석, 김영진(1997). 주관적 안녕 척도: 공동생활 및 행동과의 연관. 한국심리학회지: 사회문제, 3, 61-81.
- 박윤창, 이미경, 윤진(1995). 자극추구동기가 청소년 비행에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회문제, 2, 53-64.
- 이현희, 김은정, 이민규(2003). 한국판 정적 정서 및 부정적 정서 척도(Positive affect and negative affect schedule: PANAS)의 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 22, 935-946.
- 임남연, 이화령, 서은국(2010). 한국에서의 Diener의 삶의 만족 척도(Satisfaction with Life Scale: SWLS) 사용 연구 개관. 한국심리학회지: 일반, 29, 21-47.
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social Indicators of well-being: America's perception of life quality*. NY: Plenum Press.
- Berry, J. W. (1989). Imposed etics-emics-derived etics: The operationalization of a compelling idea. *International Journal of Psychology, 24*, 721-735.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Cantril, H. (1965). *The pattern of human concerns*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Chiasson, N., Dube, L., & Blondin, J. (1996). A look into the folk psychology for four cultural groups. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 27*, 673-691.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 296-308.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*, 71-75.
- Diener, E., Sandvik, E., & Pavot, W. (1991). Happiness is the frequency, not the intensity of positive versus negative affect. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 119-139). Oxford: Pergamon Press.
- Diener, E., Smith, H., & Fujita, F. (1995). The personality structure of affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, 130-141.
- Diener, E., & Suh, E. M. (2000). *Culture and subjective well-being*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*, 276-302.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research, 39*, 247-266.
- Emmons, R. A. & Diener, E. (1985). Personality correlates of subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin, 11*, 89-97.
- Fordyce, M W. (1988). A review of research on the happiness measures: A sixty second index of happiness and mental health. *Social Indicators Research, 20*, 355-381.
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann, W. B. Jr. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality, 37*, 504-528.
- Kemper, T. (1984). Power, status, and emotions: A sociological contribution to a psychophysiological domain. In K. Scherer & P. Ekman (Eds.), *Approaches to emotion* (pp. 369-383). NY: Erlbaum.
- Kim, U. Park, Y. S., & Park, D. (2000). The challenge of cross-cultural psychology: The role of the indigenous psychology. *Journal of*

- Cross-Cultural Psychology*, 31, 63-75.
- Kitayama, S., & Markus, H. R. (2000). The pursuit of happiness and the realization of sympathy: Cultural Patterns of self, social relations, and well-being. In E. Diener & E. M. Suh (Eds.), *Culture and subjective well-being* (pp. 63-86). London: The MIT Press.
- Kitayama, S., Markus, H. R., & Kurokawa, M. (2000). Culture, emotion, and well-being: Good feeling in Japan and the United States. *Cognition and Emotion*, 14, 93-124.
- Kwan, V. S. Y., Bond, M. H., & Singelis, T. M. (1997). Pancultural explanations for life satisfaction adding relationship harmony to self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1038-1051.
- Lee, D., Park, S., Uhlemann, M., & Patsula, P. (1999). What makes you happy? A comparison of self-reported criteria of happiness between two cultures. *Social Indicators Research*, 50, 351-362.
- Lu, L. & Gilmour, R. (2004) Culture and concept of happiness: Individual oriented and social oriented SWB. *Journal of Happiness Studies*, 5, 269-291.
- Lucas, R. E., Diener, E., & Larsen, R. J. (2003). Measuring positive emotions. In S. J. Lopez, & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 201-218). Washington, DC: American Psychological Association.
- Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. M. (1996). Discriminant validity of subjective well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Lybomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Morey, L. C. (1991). *Personality Assessment Inventory: Professional Manual*. Florida: Psychological Assessment Resources Inc.
- Russell, J. A. (1980). A circumplex mode of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 1161-1178.
- Russell, J. A. (1983). Two pan-cultural dimensions of emotion words. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 1281-1288.
- Scollon, C. N., Diener, E., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2004). Emotions across cultures and methods. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 304-326.
- Sedikides, C., & Brewer, M. B. (2001). *Individual self, relational self, collective self*. Ann Arbor, MI: Taylor & Francis.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80-93.
- Suh, E., Diener, E. & Fujita, F. (1996). Events and subjective well-being: Only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1091-1102.
- Triandis, H. C. (1989). The self and social behavior in differing cultural context. *Psychological review*, 96, 3, 506-520.
- Tsai, J. L., Knutson, B., & Fung, H. H. (2006). Cultural variation in affect valuation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90, 288-307.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.



## A Concise Measure of Subjective Well-Being(COMOSWB): Scale Development and Validation

Eunkook M. Suh    Jaisun Koo  
Yonsei University

A concise, culturally nuanced 9-item subjective well-being scale is introduced. The measure includes 3 positive and negative emotion items, respectively, representing high, medium, and low levels of arousal. Satisfaction is measured in three separate domains of life—personal, relational, and collective. This Concise Measure of Subjective Well-Being (COMOSWB) shows strong levels of reliability (internal, test-retest) and clear patterns of convergent and discriminant validity. Compared to existing measures of happiness, the COMOSWB adds interdependent aspects in measuring satisfaction and includes emotion items that are more balanced in terms of arousal level.

*key words* : happiness, subjective well-being, scale development, validation

1차원고 접수일 : 2011년 01월 06일  
수정원고 접수일 : 2011년 02월 23일  
게재 확정일 : 2011년 02월 23일

### 부록A: 단축형 행복 척도(COMOSWB)

다음은 삶의 만족에 대한 질문입니다. 우리의 삶은 **개인적 측면**(개인적 성취, 성격, 건강 등), **관계적 측면**(주위 사람들과의 관계 등), **집단적 측면**(내가 속한 집단 - 직장, 지역사회 등)으로 구분될 수 있습니다. 삶의 각 측면에서 귀하께서 중요하게 생각하시는 부분을 떠올려 보십시오. 귀하는 그러한 **삶의 각 측면에 대해서 얼마나 만족하십니까?** '전혀 그렇지 않다(1점)'에서부터 '매우 그렇다(7점)'까지의 보기 중에서 귀하의 생각과 가장 가까운 번호를 골라 주십시오.

전혀 그렇지 않다	매우 그렇다
1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7	

- \_\_\_\_\_ 1) 나는 내 삶의 **개인적 측면**에 대해서 만족한다.  
 \_\_\_\_\_ 2) 나는 내 삶의 **관계적 측면**에 대해서 만족한다.  
 \_\_\_\_\_ 3) 나는 **내가 속한 집단**에 대해서 만족한다.

다음은 지난 한 달 동안 귀하가 **경험한 감정**을 묻는 질문입니다. **지난 한 달 동안** 무엇을 하며 지냈는지, 어떤 경험을 했는지를 생각해 주십시오. 그리고 나서 **다음에 제시되는 감정들을 얼마나 자주 느꼈는지** '전혀 느끼지 않았다(1점)'에서부터 '항상 느꼈다(7점)'까지의 보기 중에서 번호를 골라 주십시오.

전혀 느끼지 않았다	항상 느꼈다
1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7	

- \_\_\_\_\_ 4) 즐거운                      \_\_\_\_\_ 6) 편안한                      \_\_\_\_\_ 8) 부정적인  
 \_\_\_\_\_ 5) 행복한                      \_\_\_\_\_ 7) 짜증나는                      \_\_\_\_\_ 9) 무기력한

#### 점수 계산

만족감 총점: 문항 1+2+3  
 긍정정서 총점: 문항 4+5+6  
 부정정서 총점: 문항 7+8+9

최종 행복 점수: 만족감 + 긍정정서 - 부정정서

## Appendix B: Concise Measure of Subjective Well-Being (COMOSWB)

The following are questions about your life satisfaction. Three important aspects of our life are the **personal** (achievements, personality, health etc.), **relational** (how I get along with others), and **collective** (groups or organizations that I belong to—work, community etc.) domains. Please think about each area, and rate how satisfied you are with each of the domains. Please select a number from 1 (“strongly disagree”) to 7 (“strongly agree”) that best reflects your thought.

Strongly disagree	Strongly agree
1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7	

- \_\_\_\_\_1) I am satisfied with the **personal** aspects of my life.  
 \_\_\_\_\_2) I am satisfied with the **relational** aspects of my life.  
 \_\_\_\_\_3) I am satisfied with the **collective** aspects of my life.

The following are questions about your emotional experience. Please think about the events and thoughts you had in the past month, and rate how frequently you have experienced each of the following emotions during this period. Please select a number from 1 (“never”) to 7 (“always”) that best reflects your experience.

Never	Always
1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5 ----- 6 ----- 7	

- \_\_\_\_\_4) joyful                      \_\_\_\_\_6) peaceful                      \_\_\_\_\_8) negative  
 \_\_\_\_\_5) happy                      \_\_\_\_\_7) irritated                      \_\_\_\_\_9) helpless

### SCORING:

- Satisfaction Sum: Add items 1, 2, 3  
 Positive Emotion (PE) Sum: Add items 4, 5, 6  
 Negative Emotion (NE) Sum: Add items 7, 8, 9  
 Subjective Well-Being Total Score = Satisfaction Sum + PE Sum + NE Sum