

한국어판 종합형 번영척도(K-CIT) 및 단축형 번영척도(K-BIT) 타당화 연구[†]

본 연구의 목적은 개인의 심리적 번영을 종합적으로 측정하는 Comprehensive Inventory of Thriving(CIT)과 단축형 척도인 Brief Inventory of Thriving(BIT)을 한국어로 번안하여 한국인을 대상으로 타당화하고, 인구통계학적 특성에 따른 번영 수준을 확인하는 것이다. 이를 위해 문화간 척도 타당화 번안 절차를 거쳐 한국어판 종합형 번영척도(K-CIT)와 단축형 번영척도(K-BIT) 문항을 완성하고, 국내 거주 한국 성인을 대상으로 온라인 설문을 실시하여 최종적으로 645명의 자료를 분석하였다. 신뢰도 및 확인적 요인분석 결과, K-CIT와 K-BIT는 모두 좋은 내적합치도를 보였으며, K-CIT의 18요인 구조와 K-BIT의 단일요인 구조가 자료에 가장 적합한 것을 확인했다. 수렴 및 변별 타당도 분석 결과, K-CIT와 K-BIT는 긍정정서 및 부정정서와는 중간 정도의 상관을, 삶에 대한 만족과 삶의 의미와는 높은 상관을 갖는 것으로 나타났다. 준거타당도 분석 결과, K-CIT 전체척도와 하위요인, K-BIT는 우울, 불안, 스트레스와 모두 예상한 방향대로 유의한 상관을 보였다. 인구통계학적 특성에 따른 K-BIT의 평균 차이 분석 결과, 성별과 연령은 유의한 차이가 없는 반면, 결혼 상태이거나, 소득이 상대적으로 높거나, 종교가 있는 경우 유의하게 높은 것으로 나타났다. 따라서, K-CIT와 K-BIT는 한국 성인의 심리적 번영을 측정하기에 적합한 도구임이 밝혀졌으며, 추후 연구에 대한 제언 및 실재적 합의에 대해 논의하였다.

주요어: 번역, 종합형 번역철도, 단축형 번역철도, 철도 타당화

† 이 성과는 2022년도 정부(과학기술정보통신부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (No. 2022R1A5A7085156).

† 고신저자(Responding author): 심예린, (34134) 대전 유성구 대학로 99 충남대학교 심리학과 부교수, Tel: 042-821-6368, E-mail: vrshim@cnu.ac.kr

번영(flourishing 또는 thriving)은 인간의 최적 기능 상태(optimal human functioning)를 가리키는 개념으로 최근 긍정심리학(Seligman, 2011), 교육학(Wolbert, de Ruyter, & Schinkel, 2015), 예방의학(Levin, 2021), 공중보건(VanderWeele, 2017), 간호학(Agenor, Conner, & Aroian, 2017), 인문예술(Pawelski, 2022) 등 인간의 발달과 건강에 관한 여러 학문 분야에서 주요한 키워드로 떠오르고 있다. 번영은 개인의 발전과 성공의 지표(Brown, Amold, Fletcher, & Standage, 2017; Carver, 1998; Sarkar & Fletcher, 2014)일 뿐 아니라, 모든 인간이 추구하는 근본적인 목표(Huppert, 2014)로도 볼 수 있어 인간 사회 전체의 목표와 방향성을 제시해주기도 한다. 따라서 인간의 번영을 어떻게 측정할지는 실무적, 정책적으로도 중요한 합의를 지녀 이에 대한 연구의 필요성이 더욱 강조되고 있다(Hone, Jarden, Schofield, & Duncan, 2014; Stiglitz, Sen, & Fitoussi, 2009; VanderWeele et al., 2020).

번영을 측정하기 위해서는 먼저 번영의 조작적 정의를 내리는 것이 중요하다. 이전까지 번영의 개념은 안녕감(well-being)이라는 구인으로 연구되어 왔는데, 초기의 안녕감 연구는 크게 쾌락주의적 안녕감(hedonic well-being)과 자아실현적 안녕감(eudaimonic well-being)의 틀로 나누어져 왔다(Ryan & Deci, 2000). 하지만 여러 경험적 연구에 의해 두 유형의 안녕감이 서로 .76~.96의 높은 상관관계를 가지고 있는 것으로 밝혀짐에 따라(Disabato, Goodman, Kashdan, Short, & Jarden, 2016; Fredrickson et al., 2013; Gallagher, Lopez, & Preacher, 2009; Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002; Linley, Maltby, Wood, Osborne, &

Hurling, 2009), 안녕감 분야의 권위자들은 쾌락주의적 안녕감과 자아실현적 안녕감을 모두 포괄하는 더 종합적인 개념으로 번영을 제안하였다(Huppert & So, 2013; Keyes, 2002; Keyes & Waterman, 2003; Seligman, 2002, 2011).

VanderWeele(2017)에 의하면 번영은 개인의 삶의 모든 측면이 좋은 상태이며, 인간의 완전한 안녕감(complete human well-being)으로서 기존의 심리적 안녕감보다 더 넓은 개념이다. Su, Tay와 Diener(2014)는 번영하는 삶을 위해서 긍정적인 감정뿐만 아니라 신뢰와 소속감에서 성취와 자율성까지 다양하면서도 서로 연결된 심리적 안녕감의 모든 측면이 필수적이라고 제안하였다(Su et al., 2014). 하지만 개념의 범위가 넓어질수록 번영의 구성요소에 대한 이론과 견해 또한 다양해질 수 밖에 없다(VanderWeele, 2017). 특히, 연구자의 관심 대상의 발달 시기(청소년, 성인 등)에 따라, 또는 삶의 다양한 영역 중 어떤 영역(발달, 성취 등)에서의 번영을 연구하는지에 따라 번영의 정의는 달라지게 된다(Brown et al., 2017). 이러한 번영의 시기적, 맥락적 의미의 다양성은 번영의 구조와 의미를 명료하게 이해하는 데 혼동을 준다(Lerner, 2004). Brown 등(2017)은 이러한 문제점을 지적하며, 번영을 행복감, 성취감, 지지받는 느낌, 또는 관계에서의 보상 중 어느 하나에만 국한되어 있는 것이 아니라, 이 모든 측면의 집합체로 봐야 한다고 주장하였다. 즉, 번영은 삶의 모든 영역에서 번영하는 종합적인 구조를 갖고 있는 동시에, 삶의 특정 영역에서의 번영 경험 또한 포함해야 한다는 것이다(Brown et al., 2017).

한편, 번영은 학계에서 flourishing과 thriving의 용어로 연구되어 왔다. 먼저, flourishing은 꽂이

만개하듯이 개인이 자신의 능력과 잠재력을 발휘하여 행복을 지속적으로 경험하면서 번영하는 삶을 의미한다(Seligman, 2011). Seligman(2011)은 flourishing이 안녕감을 연구하는 긍정심리학 분야에서 안녕감을 측정하기 위한 최선의 기준이며, flourishing의 증가가 긍정심리학의 목표라고 주장하였다. Thriving의 경우, 정신적, 신체적, 사회적으로 가장 넓은 범위에서 긍정적인 기능을 하는 상태를 의미하며(Su et al., 2014), flourishing과 마찬가지로 안녕감의 다양한 차원을 측정하는 개념이라고 볼 수 있다. 본 연구에서는 다차원적 번영을 강조하는 개념으로서 flourishing과 thriving을 상호교환적으로 사용하고자 한다.

지금까지 여러 긍정심리학자에 의해 번영의 핵심 구성요소에 대한 이론적 모델과 측정 도구들이 개발되었으며, 이를 활용한 연구들이 활발하게 진행되고 있다(Bulter & Kern, 2016; Diener et al., 2010; Keyes, 2002, 2007; Marsh, Huppert, Donald, Horwood, & Sahdra, 2020; Mesurado, Crespo, Rodriguez, Debeljuh, & Carlier, 2021; Su et al., 2014). 번영과 관련된 척도들을 살펴보면, Keyes(2002, 2003)는 번영(flowering)을 쇠약(languishing)과 대비되는 용어로 사용하면서 정서적, 심리적, 사회적 안녕감의 세 가지 차원으로 구분하고, 각 차원의 안녕감을 번영(flowering)-양호(moderately healthy)-쇠약(languishing)의 범주로 평가하는 Mental Health Continuum(MHC)을 개발하였다(Keyes, 2002, 2007). MHC의 단축형인 MHC-SF(Keyes et al., 2008)는 국내에서도 임영진, 고영건, 신희천과 조용래(2012)에 의하여 한국판 정신적 웰빙 척도(K-MHC-SF)로 번안 및 타당화되었다. 이후,

Mesurad 등(2021)은 Keyes(2002, 2003)와 같이 번영을 세 가지 차원으로 측정하되, 각 차원의 구성 요소들을 더 구체화하여 얼마나 강하게 표출되는지를 평가하는 Multidimensional Flourishing Scale을 개발하였다. Diener 등(2010) 또한, 자아실현적 관점에서 심리적 안녕감을 측정하는 Flourishing Scale(FS)과 쾌락주의적 관점에서 긍정정서와 부정정서 경험을 측정하는 SPANE (Scale of Positive and Negative Experience) 척도를 개발하였고, 통합적인 안녕감, 즉 번영을 측정하기 위해 두 척도를 함께 사용할 것을 권장하였다. 심리적 안녕감을 측정하는 FS는 유능성, 긍정적 관계, 자아수용, 삶의 목적과 의미, 몰입과 흥미, 낙관성, 자아존중감, 사회적 기여를 포함하여 번영을 총 8개의 영역으로 측정하였다. 한국에서도 이 두 척도는 임소성과 김진숙(2018)에 의해 대학생을 대상으로 번안 및 타당화되어 한국판 대학생 안녕감 척도가 개발되었다. 다만 FS의 경우, 한 요인당 1~2문항으로 구성되어 있어서, 심리측정적 안정성을 확보하지 못하는 등의 한계가 있다.

번영의 다섯 가지 요소를 제시한 Seligman(2011)의 PERMA 이론을 기반으로 Bulter와 Kern(2016)은 The PERMA-Profiler를 개발하였다. 이 척도는 번영을 여러 심리·사회적 영역에서 잘 기능하는 것으로 정의하고, 긍정정서, 몰입, 긍정적 관계, 의미, 성취 다섯 가지 핵심 영역을 측정한다. 심교린과 김완석(2019)이 이를 번안 및 타당화하여 한국판 플로리시 척도(K-PERMA)를 개발하였다. 한편, VanderWeele(2017)은 번영을 삶의 다섯 가지 영역(행복과 삶의 만족, 정신적 그리고 신체적 건강, 의미와 목적, 성품과 미덕,

가까운 사회적 관계)에서 잘하거나 잘되는 것 (doing or being well)으로 정의하였다. 또한, 번영의 지속성을 측정하기 위해 충분한 안정성과 재정적 자원에 대한 문항을 추가로 포함하여 Secure Flourish를 개발하였다. 이외에도 Marsh 등(2020)은 Huppert와 So(2013)의 이론적 접근을 기반으로 Well-Being Profile(WB-Pro)을 개발하였다. 이 도구는 DSM-IV와 ICD-10의 진단 기준에 명시되어 있지 않아 Huppert와 So(2013)의 연구에서 번영의 10가지 특징으로 포함되지 못한 요인들을 발견하고, 이를 보완하기 위해 임상심리학자들과 함께 문현을 검토하였다. 그 결과, 독립적이고 중요한 5개의 요인을 추가로 발견하여 총 15가지 영역으로 번영의 구조를 정의하였다: 자율성, 명확한 사고, 유능감, 정서적 안정, 공감, 몰입, 의미, 낙관성, 긍정정서, 긍정적인 관계, 친사회적 행동, 회복탄력성, 자기수용, 자아존중감, 활력. WB-Pro를 국내에서 번안 및 타당화한 한국판 다차원 플로리시 척도(김혜진, 홍혜형, 2023)에서는 탐색적 요인분석을 거쳐 자율성, 몰입, 공감, 의미, 자아존중감이 제거되고 낙관성과 긍정적인 감정이 합쳐져 최종적으로 9개의 번영 핵심요인이 제안되었다. 이처럼 많은 연구자들이 번영을 측정하기 위해 노력했지만, 연구마다 번영의 핵심 구성요소를 다르게 정의하고 있어 각 척도가 평가하는 영역에 차이가 존재하게 된다. 예를 들어, The PERMA-Profiler와 WB-Pro에서는 성취를 번영의 핵심요소로 포함하고 있는 반면, 다른 척도들은 이를 포함하고 있지 않다. 즉, 앞서 소개한 척도들 중 다른 척도에서 정의한 번영의 핵심요소를 모두 포함하는 척도가 없으며, 이는 기존 척도들이 다차원적인 번영을 온전히 측정하는데 한계

를 가지고 있다는 것을 의미한다.

반면, Su 등(2014)은 긍정적이고 전체적인 건강관점에서 번영의 모든 하위 차원을 통합하는 새로운 번영 측정 도구인 Comprehensive Inventory of Thriving(CIT)을 개발하였다. Su 등(2014, p. 256)은 번영을 “정신적, 신체적, 그리고 사회적으로 최대한의 범위에서 긍정적으로 기능하는 상태”로 정의하였다. 이러한 정의를 기반으로 안녕감에 관한 기준 이론과 척도들을 검토하고 이를 종합하여(Diener, 1984; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985, 2009; Judge, Erez, Bono, & Thoresen, 2003; Pearlin & Schooler, 1978; Ryan & Deci, 2000; Ryff, 1995; Scheier & Carver, 1985; Scheier, Carver, & Bridges, 1994; Seligman, 2011), 다음과 같이 번영의 일곱 가지 핵심 이론적 차원을 제안하였다: (1) 주관적 안녕감(subjective well-being: SWB), (2) 긍정적인 관계(relationship), (3) 일상 활동에 대한 흥미와 몰입(engagement 또는 flow), (4) 삶에 대한 의미와 목적(meaning), (5) 숙달감(mastery), (6) 통제 또는 자율성에 대한 느낌(control 또는 autonomy), 그리고 (7) 낙관성(optimism). 이 7가지 핵심 차원은 18가지 긍정적 기능으로 평가되며, 18가지 긍정적 기능은 번영의 하위 척도로서 전체 CIT 척도를 구성한다.

구체적으로 CIT의 각 차원과 하위 척도들은 다음과 같이 구성되어 있다. 첫 번째 차원인 주관적 안녕감은 Diener(1984)가 제시한 개념으로 주관적으로 경험되는 안녕감을 의미하며, 삶의 만족도(life satisfaction), 긍정적 감정(positive emotions or feelings), 그리고 부정적 감정(negative emotions or feelings)의 하위 척도로 구성되어 있

다. 두 번째로 긍정적인 관계 차원에 대한 하위 척도로는 지지(support), 공동체(community), 신뢰(trust), 존중(respect), 외로움(loneliness), 소속감(belonging)이 포함된다. 이 차원은 지지적이고 풍부한 긍정적 관계로 심리적 건강에 대한 사회적 연결의 중요성을 강조한다. 세 번째 차원인 일상 활동에 대한 흥미와 몰입은 단일 차원이자 하위 척도로 개인이 일상 활동에 완전히 몰두하고 활기찬 흥분을 느끼는 상황인 몰입(engagement or flow; Csikszentmihalyi, 1990)을 의미한다. 넷째, 삶에 대한 의미와 목적(meaning and purpose) 또한 단일 차원이자 하위척도이며, 자신의 삶에 의미와 목적이 있는 정도를 나타낸다. 이는 긍정적인 심리적 건강의 핵심적인 차원으로 행복과 구별되며(McGregor & Littel, 1998), 자신보다 더 큰 무언가에 연결된 감각을 의미한다(Seligman, 2011). 다섯 번째 차원인 숙달감은 숙달감을 느끼는 것으로, 적절한 기술을 갖추고 그 기술을 활용한 후에 느끼는 성취감을 의미한다. 이 차원은 기술skills), 학습(learning), 성취(accomplishment), 자기효능감(self-efficacy), 자기가치감(self-worth)의 하위척도로 구성되어 있다. 번영의 또 다른 차원인 자율성(autonomy)은 단일 차원이자 하위척도로 스스로 삶을 통제할 수 있다는 믿음을 의미하며, 긍정적인 심리적 건강의 중요한 지표이다(Ryan & Deci, 2000). 마지막으로 낙관성(optimism) 또한 단일 차원이자 하위척도로 미래에 대해 긍정적으로 전망하는 마음가짐을 의미한다(Scheier & Carver, 1985). 각 하위척도는 3개의 문항으로 구성되어 전체 CIT 척도에는 총 54개의 문항이 포함된다.

CIT의 18개 하위척도들은 독립적으로 서로 구

별되어, 정신의학 또는 임상 장면과 같은 건강 관련 분야에서 안녕감을 심층적으로 평가하는데 사용될 수 있다(Su et al., 2014). CIT의 또 다른 장점은 다양한 문화권을 대상으로 그 신뢰도와 타당도가 검증되어 왔다는 데 있다. 먼저, 신뢰도의 경우, 여러 선행연구에서 18개의 하위요인의 내적 합치도가 모두 높은 것으로 나타났다(Duan, Fei, Zhao, & Guo, 2020; Gabardo-Martins & Ferreira, 2018; Hausler et al., 2017; Sorgente et al., 2020; Su et al., 2014; Wiese et al., 2018; Cronbach's $\alpha = .75 \sim .91$). 또한, 안녕감과 관련된 척도들과의 상관을 통해 수렴 및 변별 타당도, 그리고 준거타당도의 유효성이 검증되었다(Duan et al., 2020; Gabardo-Martins & Ferreira, 2018; Hausler et al., 2017; Su et al., 2014). 마지막으로, 충분타당도 검증을 통해 플로리싱 척도(FS), 삶의 만족도(SWLS) 등과 같은 다른 안녕감 척도로 설명되지 않은 건강 상태 및 행동의 일부를 추가로 설명한다는 것이 검증되었다(Duan et al., 2020; Hausler et al., 2017; Su et al., 2014). Su 등(2014)은 특별히 이와 같은 심리적 안녕감과 관련된 중요한 건강 결과를 강조하며 번영의 신체적 측면을 포함하는 thriving이라는 용어를 척도명에 포함시켰다. 즉, CIT는 전반적인 신체 상태 및 건강 행동 평가를 보완할 수 있으며, 임상 전문가들이 개입을 계획하거나 의뢰를 결정하는 데 도움을 줄 수 있다(Su et al., 2014). 따라서, CIT는 번영을 측정하는데 신뢰롭고 타당한 측정도구이며 건강 분야에서의 탁월한 유용성이 검증된 도구임을 알 수 있다.

또한, Su 등(2014)은 CIT의 54개 문항의 요인 부하량, 내적합치도, 관련 변인들과의 상관관계를

최대화하는지를 확인하여 번영을 대표하는 최소한의 문항으로 구성된 단축형 척도 BIT(Brief Inventory of Thriving)를 개발하였다. BIT는 총 10문항으로 상대적으로 빠르게 측정할 수 있어 검수자의 전반적인 번영 수준을 간단하고 편리하게 파악할 수 있게 해준다. CIT와 마찬가지로, BIT는 원척도 연구(Su et al., 2014)와 검증연구 (Duan et al., 2016; Gabardo-Martins & Ferreira, 2018; Sorgente et al., 2020; Sorgente et al., 2023)에서 우수한 심리측정적 특성을 보였다. Sorgente, Zambelli, Taglibue와 Lanz(2023)의 연구에서는 BIT와 같은 단일 차원 척도가 안녕감의 다차원성을 인식하면서 각 항목이 수렴하는 잠재 요인인 안녕감 평가를 단순화하므로 BIT를 사용할 것을 권장하고 있다. 실제로 안녕감 또는 안녕감 개입 효과를 평가하는 많은 선행연구에서 BIT의 편리성을 고려해 이를 채택하여 사용하고 있다(Bu & Duan, 2019; Duan, Bu, Zhao, & Guo, 2019; Duan & Bu, 2019; Duan et al., 2020; Höfer et al., 2019; Rahm & Heise, 2019; Singh & Bandyopadhyay, 2020; Sorgente & Lanz, 2019; Ugwu, Iorfa, Ogbag, Effiong, & Ugwu, 2018; Watkins, Teh, & Fernandez, 2019).

국내에서도 안녕감의 통합적 이해를 위해 쾌락주의적 측면과 자아실현적 측면을 모두 측정할 수 있는 도구의 필요성이 제기되고 있다(임소성, 김진숙, 2018). 하지만 아직 한국어로 번안 및 타당화된 대부분의 도구는 CIT보다 측정하고자 하는 번영의 차원이 제한적이라고 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 Su 등(2014)의 CIT와 BIT를 한국어로 번안하여 한국어판 종합형 번영척도 (K-CIT)와 단축형 번영척도(K-BIT)를 개발하고

한국 성인을 대상으로 타당화하고자 한다. 한편, 원척도 저자들은 18개의 하위 척도를 기준으로 CIT가 18요인 구조로 되어 있다고 제안하였다. 이후, Weise 등(2018)은 원척도가 제안한 18요인과 함께 번영의 7가지 차원으로 구성된 7요인 구조, 그리고 번영이라는 일반요인과 18개의 특수요인으로 구성된 bi-factor 구조를 경쟁모형을 살펴보았다. 그 결과, 18요인 구조가 가장 적합한 것으로 나타났으며, bi-factor 구조 또한 몇몇 국가들을 제외하고 적합한 것으로 나타났다. 반면, Sorgente 등(2023)의 연구에서는 bi-factor 구조가 가장 좋은 모델 적합도를 보이는 것으로 나타났다. 본 연구에서도 선행연구에서 제안된 CIT의 7요인 구조, 18요인 구조, bi-factor 구조를 경쟁모형으로 살펴봄으로써 한국 성인을 대상으로 가장 적합한 요인구조가 무엇인지 확인하고자 한다(그림 1 참고). 또한, Ryff와 Keyes(1995)는 개인의 안녕감이 어떤 요인에 의해 또는 어떤 요인의 관계 속에서 영향을 받는지를 밝히기 위해서는 인구통계학적 특성에 따른 집단 비교 연구가 필요하다고 주장하였다(김명소, 김혜원, 한영석, 임지영, 2003). 서구사회뿐만 아니라 우리나라에서도 인구통계학적 특성은 한 개인의 사회적 기능을 평가하는데 고려되는 중요한 요인이다(김명소 외, 2003). 따라서, BIT를 활용하여 인구통계학적 특성에 따른 번영 수준을 비교함으로써 한국 사회에서 번영의 양태를 확인하고자 한다.

본 연구의 구체적인 연구문제는 다음과 같다. 첫째, K-CIT와 K-BIT의 구인타당도 및 신뢰도는 어떠한가? 둘째, K-CIT와 K-BIT의 요인 구조는 어떠한가? 셋째, K-CIT와 K-BIT는 자아실현적 안녕감의 지표(삶의 의미)와 쾌락주의적 안

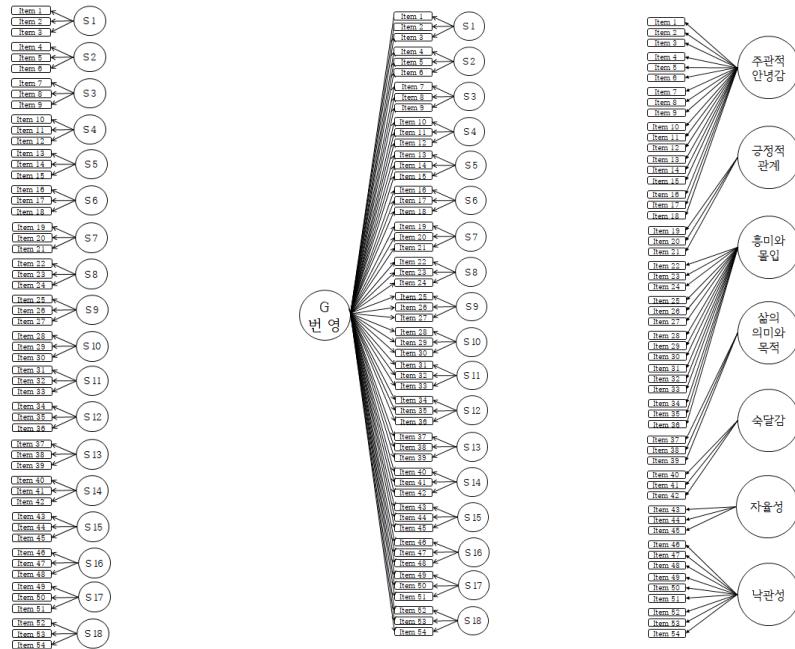


그림 1. 연구모형

녕감의 지표(삶에 대한 만족, 긍정정서, 부정정서)와 어떠한 관계를 가지는가? 넷째, K-CIT와 K-BIT는 우울, 불안, 스트레스와 어떠한 관계를 가지는가? 다섯째, 인구통계학적 특성(성별, 연령, 결혼상태, 소득수준, 종교 유무)에 따른 한국 성인의 번역 수준에 차이가 있는가?

방법

번역 절차

원척도 저자의 승인을 받은 후, CIT의 54문항을 Ægisdóttir, Gerstein과 Çinarbaş(2008)이 제안한 문화간 척도 타당화 번역 절차에 따라 번역하였다. 먼저, 미국에서 상담심리학 박사학위 취득

후 한국에서 상담심리학 전공 교수로 재직 중인 공동저자와 미국에서 상담심리학 박사학위 취득 후 당시 긍정심리학 분야 박사후연구원으로 재직 중이었던 교신저자가 각각 독립적으로 영한번역을 진행하였다. 공동저자와 교신저자가 각 번역본을 비교 검토 후 합의를 거쳐 수정한 1차 한글 번역본을 미국에서 심리학 학사학위를 취득하고 한국에서 심리학 석사과정에 재학 중이며 연구팀에 포함되지 않은 이중언어 사용자가 영어로 역번역(back-translation)하였다. 공동저자와 교신저자가 각각 독립적으로 역번역본과 CIT 원문항을 비교하여 동일성을 평정하고 (0=동일함, 1=수정 필요함), 수정이 필요하다고 판단된 문항의 경우 수정 제안사항을 적은 뒤 의미의 전달성 및 명료성에 초점을 두고 검토 후 합의를 거쳐 최종 번

역본을 완성하였다.

연구참여자 및 자료수집 절차

본 연구는 인하대학교 기관생명윤리위원회에서 승인을 받은 후(IRB 승인번호: 200302-1A), 2020년 11월에 3주간 국내 온라인 리서치 회사를 통하여 자료를 수집하였다. 전국에 거주하는 만 18세 이상의 성인 참여자를 모집하였으며, 연구에 대한 설명문을 읽고 이에 자발적으로 참여 의사를 밝히는 경우에만 설문이 진행되었으며, 온라인 설문은 약 20분~25분 가량 진행되었다. 연구 참여에 대한 보상으로 리서치 회사가 제공하는 한화 1000원에 해당하는 현금 교환 가능한 크레딧이 제공되었다. 본 연구에 참여한 총 677명의 자료 중, 응답이 불성실하거나 일관성이 낮은 32명의 자료를 제외한 총 645명의 자료를 최종 분석에

포함시켰다. 분석에 포함된 참여자들의 자세한 인구통계학적 특성은 표 1과 같다.

측정 도구

한국어판 종합형 번영척도(Korean Version of Comprehensive Inventory of Thriving: K-CIT) 및 단축형 번영척도 Korean Version of Brief Inventory of Thriving: K-BIT). 한국인의 번영 수준을 측정하기 위해 원척도인 Su 등(2014)의 Comprehensive Inventory of Thriving (CIT)과 Brief Inventory of Thriving(BIT)을 번안하여 제작한 한국어판 종합형 번영척도(K-CIT)와 단축형 번영척도(K-BIT)를 사용하였다. K-CIT는 총 54문항으로 다음과 같이 18개의 하위요인으로 구성된다: 지지, 공동체, 신뢰, 존중, 외로움, 소속감, 몰입, 기술, 학습, 성취, 자기효능감, 자기가치감, 자율성, 삶의 의미와 목적, 낙관성, 삶의 만족도, 긍정적 감정, 부정적 감정. 하위요인별로 세 문항씩 구성되어 있으며, 각 문항은 1점(“전혀 동의하지 않는다”)부터 5점(“매우 동의 한다”)까지의 Likert 척도로 평정된다. 또한, 한국판 단축형 번영 척도(K-BIT)는 원척도와 동일한 10개의 문항으로 구성하여 사용하였다. K-CIT, K-BIT, 그리고 각 하위요인들의 평균 점수가 높을수록 해당 영역 또는 전반적인 번영 수준이 높다는 것을 의미한다. 원척도를 사용한 선행연구에서는 다양한 연령대와 직업군, 소득수준, 그리고 학력을 포함한 5개의 표본 집단을 대상으로 하위요인에 따라 내적합치도(Cronbach's α)를 제시하였으며, .71~.96의 범위로 양호하였다(Su et al., 2014).

표 1. 참여자의 인구통계학적 특성(N=645)

	항목	인원(명)	비율(%)
성별	남성	316	49.0
	여성	329	51.0
연령대	만 18~29세	290	45.0
	만 30~49세	143	22.2
	만 50~64세	110	17.1
	만 65세 이상	102	15.8
결혼 상태	미혼	370	57.4
	기혼	243	37.7
	기타(이혼/사별 등)	32	5.0
가계소득	저소득	66	10.2
	중소득	230	35.7
	고소득	349	54.1
종교	종교 없음	364	56.4
	종교 있음	281	43.6

주. 저소득: 200만원 미만, 중소득: 200~400만원 미만,

고소득: 400만원 이상의 월평균 가계소득을 의미함.

한국판 긍정정서 및 부정정서 척도(Korean Positive Affect and Negative Affective Schedule: PANAS). 수렴 및 변별 타당도로서 안녕감의 쾌락주의적 측면과의 상관 검증을 위해 Watson, Clark와 Tellegen(1988)이 개발한 Positive and Negative Affect Schedule(PANAS)를 이현희, 김은정과 이민규(2003)가 번안 및 타당화한 한국판 긍정 및 부정정서 척도를 사용하여 긍정정서와 부정정서를 측정하였다. 긍정정서 10문항, 부정정서 10문항으로 구성되어 있으며, 1점(“전혀 아니다”)부터 5점(“매우 그렇다”)까지의 Likert 척도로 평정된다. 대학생과 직장인을 대상으로 한 선행연구(이현희 외, 2003)에서 확인한 내적합치도(Cronbach's α)는 긍정정서가 .84, 부정정서가 .87이었으며, 본 연구에서는 각각 .88, .91이었다.

삶에 대한 만족 척도(Satisfaction with Life Scale: SWLS). 수렴 및 변별 타당도로서 안녕감의 쾌락주의적 측면과의 상관 검증을 위해 Diener 등(1985)이 개발한 삶에 대한 만족 척도를 조명한과 차경호(1998)가 번안한 척도를 사용하였다. 총 5문항으로, 1점(“전혀 아니다”)부터 7점(“매우 그렇다”)까지의 Likert 척도로 평정되었다. 점수가 높을수록 삶에 대한 만족도가 높은 것을 의미한다. 선행연구(임영진, 2012)에서 경찰공무원, 대학생, 청소년을 대상으로 확인한 내적합치도(Cronbach's α)는 .84~.91이었으며, 본 연구에서는 .91이었다.

한국판 삶의 의미 척도(Korean Version of Meaning in Life Questionnaire: MLQ). 수렴

및 변별 타당도로서 안녕감의 자아실현적 측면과의 상관 검증을 위해 Steger, Frazier, Oishi와 Kaler(2006)이 개발한 MLQ(Meaning in Life Questionnaire)를 원두리, 김교현과 권선중(2005)이 국내 대학생을 대상으로 번안 및 타당화한 한국판 삶의 의미 척도를 사용하였다. 삶에서 의미를 찾으려는 지향이자 추동인 의미추구(search for meaning)와 자신의 삶이 의미 있다는 지각인 의미발견(presence of meaning)의 하위요인으로 구성되어 있으며, 각 5문항씩 총 10문항이다. 1점(“전혀 그렇지 않다”)부터 7점(“언제나 그렇다”)까지의 Likert 척도로 평정된다. 점수가 높을수록 삶의 의미추구 또는 의미발견이 높은 것으로 해석된다. 원두리 등(2005)의 연구에서 대학생을 대상으로 확인한 내적합치도(Cronbach's α)는 의미추구와 의미발견 모두 .88이었으며, 본 연구에서는 각각 .86, .92이었다.

우울 불안 스트레스 척도(Depression Anxiety Stress Scale-12: DASS-12). 준거타당도를 검증하기 위해 우울과 불안, 스트레스를 측정하였으며, 이를 위해 우울 불안 스트레스 척도(Depression Anxiety Stress Scale: DASS-21)를 Osman 등(2012)이 12문항으로 축약한 척도(DASS-12)를 Lee 등(2019)이 번안한 한국어판 도구를 사용하였다. 우울, 불안, 스트레스의 세 개의 하위요인으로 각 4문항씩 총 12문항으로 구성되어 있다. 0점(“나에게 전혀 적용되지 않는다”)부터 3점(“나에게 매우 많이 또는 대부분 적용된다”)까지의 Likert 척도로 점수가 높을수록 우울, 불안 또는 스트레스가 심함을 나타낸다. 선행연구(Lee et al., 2019)에서 한국 성인을 대상으로 확인

한 내적합치도(Cronbach's α)는 우울이 .74, 불안이 .78, 스트레스가 .80이었으며, 본 연구에서는 각각 .87, .83, .83으로 확인되었다.

자료 분석

먼저 K-CIT와 K-BIT의 전체 문항과 하위요인의 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도를 산출하여 기술통계치와 분포의 정규성을 점검하고, 요인부하량과 함께 문항-총점 상관(item-total correlation), 내적합치도(Cronbach's α), 요인 간 상관, 전체 문항 간 상관을 분석하여 문항별 변별도와 척도의 동질성, 내적 일관성을 확인하였다. 다음으로 K-CIT와 K-BIT에 대해 확인적 요인분석을 실시하여 원척도인 CIT의 18요인 구조, 7요인 구조, bi-factor 구조, 그리고 BIT의 단일요인 구조가 한국 성인 표본을 대상으로도 양호한 적합도를 보이는지 살펴보았다. 적합도 평가를 위해 χ^2 값과 함께 CFI(Comparative Fit Index), TLI(Tucker-Lewis Index), SRMR(Standardized Root Mean Residual), RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation) 적합도 지수를 확인하였다. CFI와 TLI는 .90 이상일 때 양호한 적합도를 지녔다고 판단하며, SRMR와 RMSEA는 .08 이하이면 좋은 적합도, .1 이하이면 보통 수준의 적합도로 보았다(Hu & Bentler, 1999; MacCallum, Browne, & Sugawara, 1996). 또한, 척도의 수렴 및 변별 타당도를 검증하고자 원척도 연구와 재검증 연구(Duan, Guan, & Gan, 2016; Duan et al., 2020; Sorgente et al., 2023; Su et al., 2014)에서 사용된 삶의 의미 척도(MLQ), 긍정정서 및 부정정서 척도(PANAS), 삶에 대한 만족 척도(SWLS)와의

상관을 분석하였다. 준거타당도 검증을 위해서는 선행연구(Duan et al., 2020; Sorgente et al., 2023; Su et al., 2014)에서 번영과 높은 상관을 보인 우울, 불안, 스트레스와의 관계를 살펴보고자 우울 불안 스트레스 척도(DASS-12)와의 상관을 분석하였다. 마지막으로 개인차에 따른 번영 점수를 분석하기 위해 성별과 연령 등 인구통계학적 특성에 따른 독립표본 t 검정 및 일원분산분석을 실시하였다. 자료 분석을 위하여 Mplus version 8.1과 IBM SPSS version 22.0을 사용하였다.

결과

구인타당도 및 신뢰도 분석

K-CIT 및 K-BIT의 문항별 평균, 표준편차, 왜도, 첨도와 문항-총점 상관을 부록에 제시하였다. 항목별 왜도의 절댓값은 .00~.93, 첨도의 절댓값은 .00~.98 범위로, 왜도 절댓값이 3을 초과하지 않고 첨도 절댓값이 10을 초과하지 않아 정규성을 벗어나지 않는 것으로 나타났다(Kline, 2016). 하위요인별 문항-총점 상관을 살펴보면, K-CIT는 자율성을 제외한 모든 하위요인에서 .47~.79 범위로 중간 또는 높은 상관을 보였으며, K-BIT는 .58~.78 범위로 높게 나타났다. 신뢰도 분석 결과는 요인 간 상관분석 결과와 함께 표 2에 제시하였다. K-CIT와 K-BIT의 전체 내적합치도(Cronbach's α)는 각각 .97, .89로 우수하였고, 다른 하위요인들 또한 .75~.91 범위로 높은 값을 보였다. 또한, K-CIT와 K-BIT는 서로 .95로 높은 상관을 가지고 있었으며, 각 척도의 전체 번영 점수는 자율성을 제외한 K-CIT의 하위요인들과도

표 2. 요인 간 상관분석 결과 및 내적 학치도

	변인	0-1	0-2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
0-1. K-CIT	-																				
0-2. K-BIT	.95***	-																			
1. 지지	.68***	.64***	-																		
2. 공동체	.65***	.57***	.39***	-																	
3. 신뢰	.69***	.60***	.49***	.61***	-																
4. 존중	.73***	.66***	.68***	.47***	.60***	-															
5. 외로움	.69***	.60***	.51***	.34***	.40***	.48***	-														
6. 소속감	.71***	.68***	.45***	.55***	.58***	.56***	.43***	-													
7. 물업	.79***	.76***	.45***	.52***	.52***	.54***	.46***	.46***	.59***	-											
8. 기술	.74***	.70***	.43***	.53***	.46***	.47***	.41***	.41***	.47***	.67***	-										
9. 학습	.63***	.58***	.37***	.43***	.37***	.40***	.30***	.30***	.39***	.53***	.50***	-									
10. 성취	.78***	.81***	.41***	.48***	.48***	.46***	.45***	.45***	.48***	.59***	.64***	.56***	-								
11. 지지/효능감	.77***	.79***	.48***	.43***	.42***	.51***	.44***	.48***	.56***	.62***	.53***	.64***	-								
12. 지지/가치감	.79***	.78***	.44***	.53***	.52***	.53***	.45***	.56***	.60***	.60***	.48***	.68***	-								
13. 자율성	.28***	.18***	.23***	.01	.09*	.22**	.34**	.18**	.16**	.10*	.09*	.04	.15***	.06	-						
14. 삶의 의미와 목적	.83***	.84***	.48***	.49***	.50***	.53***	.52***	.61***	.63***	.52***	.73***	.66***	.70***	.13***	-						
15. 낙관성	.81***	.84***	.49***	.43***	.45***	.50***	.49***	.53***	.60***	.57***	.50***	.65***	.71***	.65***	.15***	.77***	-				
16. 삶의 만족도	.78***	.82***	.48***	.46***	.51***	.50***	.52***	.52***	.57***	.54***	.42***	.71***	.58***	.63***	.06	.71***	.68***	-			
17. 긍정적 감정	.85***	.85***	.50***	.49***	.56***	.53***	.58***	.56***	.68***	.59***	.50***	.68***	.60***	.64***	.15***	.72***	.72***	.82***	-		
18. 부정적 감정	.67***	.58***	.46***	.27***	.37***	.48***	.62***	.41***	.52***	.37***	.32***	.39***	.42***	.45***	.39***	.49***	.55***	.46***	.59***	-	
Cronbach's α	.97	.89	.89	.80	.80	.83	.83	.75	.80	.84	.76	.90	.82	.85	.78	.85	.86	.84	.91	.90	

주. * $p < .05$, ** $p < .01$.

표 3. K-CIT, BIT의 확인적 요인분석 결과

		χ^2	df	CFI	TLI	SRMR	RMSEA(90% CI)
K-CIT	7요인	6892.31***	1356	.77	.76	.07	.08(.07, .08)
	18요인	2866.65***	1224	.93	.92	.05	.04(.04, .04)
	bi-factor	1992.884***	1171	.96	.95	.04	.03(.03, .04)
K-BIT	단일요인	192.80***	35	.94	.93	.04	.08(.07, .10)

주. df =degrees of freedom; CFI=Comparative Fit Index; TLI=Tucker-Lewis Index; SRMR=Standardized Root Mean Residual); RMSEA=Root Mean Square Error of Approximation; CI=Confidence Interval.

*** $p<.001$.

.58~.85 범위의 유의한 상관을 가지는 것으로 나타났다. 자율성을 제외한 K-CIT의 하위요인들은 서로 .32~.82의 유의한 상관 관계를 보였다.

확인적 요인분석

원칙도 연구자들이 제안한 CIT의 18요인과 BIT의 단일요인 모형이 본 연구의 한국 성인 참여자를 대상으로도 양호한 수준의 적합도를 유지하는지 검증하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 또한 추가로, 선행연구에서 제안한 7요인 모형과 bi-factor 모형을 경쟁모형으로 함께 비교하여 살펴보았고, 결과는 표 3과 같다. 표본 수가 많을 때 χ^2 검정의 정확성이 낮을 수 있기 때문에 (우종필, 2012) 다른 적합도 지수들을 살펴본 결과, 7요인 모형을 제외하고 모두 좋은 적합도를 가지는 것으로 나타났으며, 그중 bi-factor 모형이 가장 좋은 적합도를 보였다. K-CIT의 문항별 요인부하량을 살펴본 결과는 표 4와 같다. 18요인 모형은 .64~.90의 범위로 양호한 수치를 보인 반면, bi-factor 모형은 일반 요인부하량이 .18에서 .80, 특수 요인부하량이 .15~.68로 범위를 보였다. Tabachnick와 Fidell(2001)에 의하면 bi-factor와

같이 다른 요인 항목의 분산과의 약 10%의 교차부하량 변동을 전제한 모형에서는 최소 요인부하량 값이 .32을 넘어야 하며, K-CIT의 bi-factor 모형에서 문항 5, 6, 15, 25가 해당 기준을 넘지 않는 것으로 나타났다. K-BIT의 경우, 요인부하량이 .50~.76의 범위를 보여 양호한 것으로 나타났다. 이에 K-CIT와 K-BIT의 각 문항은 번영과 각 하위요인을 측정하는 데 있어서 적절한 수준의 변별도를 가지는 것으로 판단되었다.

수렴 및 변별 타당도 분석

K-CIT와 K-BIT가 안녕감을 측정하는 척도와 어떻게 관련되는지 확인하기 위해 쾌락주의적 안녕감의 지표인 긍정정서 및 부정정서(PANAS), 삶에 대한 만족(SWLS)과 자아실현적 안녕감의 지표인 삶의 의미(MLQ)와의 상관관계를 분석하였다. 그 결과는 표 5와 같다. K-CIT와 K-BIT는 부정정서와는 부적으로 유의한 상관을, 다른 모든 척도와는 정적으로 유의한 상관을 갖는 것으로 나타났다, $p<.001$. 구체적으로, K-CIT와 K-BIT는 긍정정서(PANAS-PA)와는 .54, .55의 높은 정적 상관을 가지고 부정정서 (PANAS-NA)와는

표 4. 문항별 요인부하량

항목	문항	요인부하량				요인부하량			
		K-CIT		K-BIT		K-CIT		K-BIT	
항목	요인부하량	요인부하량	단일 요인	18 bi-factor	18 bi-factor	단일 요인	18 특수	18 일반	단일 요인
1. 지지	1 나를 도와주리라 생각되는 사람들이 있다.	.83	.60	.57		28 나는 내 목표의 대부분을 성취하고 있.	.84	.40	.74
	2 나를 지지해주고 격려해주는 사람들이 있다.	.90	.66	.63	10. 성취	29 나는 나의 포부를 실현하고 있다.	.90	.41	.80
	3 나를 하나의 인격체로 존중해주는 사람들 이 있다.(B)	.84	.65	.52		30 나는 내 꿈을 잘 이루어가고 있다.	.88	.46	.74
2. 공동체	4 나는 나의 지역 공동체에서 해야 할 일이 있을 때 동참한다.	.75	.39	.63	11. 차기 효능감	31 나는 미움을 벼는다면 성공할 수 있다.	.75	.46	.59
	5 나는 내 이웃들을 위해 모임을 마련한다.	.75	.15	.79		32 나는 예상치 못한 일들을 감당할 수 있다는 자신감이 있다.	.79	.45	.67
	6 그들을 도울 방법을 찾아보다.	.76	.30	.69		33 나는 대부분의 일을 할 수 있다고 믿는다.	.80	.51	.60
3. 신뢰	7 나는 우리 사회의 사람들을 믿을 수 있다.	.82	.33	.76	12. 차기 가치감	34 있다.(B)	.80	.55	.57
	8 우리 동네 사람들은 믿을 만하다.	.80	.33	.76		35 내가 하는 일은 사회에 도움이 된다.	.82	.43	.73
	9 내가 만나는 대부분의 사람들은 청직하다.	.68	.49	.48		36 내가 하는 일은 다른 사람들에게 중요하다.	.79	.43	.69
4. 존중	10 사람들은 나를 존중한다.	.85	.62	.58		37 다른 사람들이 내 삶의 대부분을 결정 한다.(R)	.64	.35	.60
	11 사람들은 나를 청중하게 대한다.	.76	.59	.48	13. 자율성	38 내 삶의 선택들은 진정으로 내가 선택한 것인가 아니나다.(R)	.70	.59	.39
	12 나는 다른 사람들은 존중 받는 만큼 존중 받는다.(R)	.75	.54	.52		39 내가 무언가 할 수 있는지 없는지를 다른 사람들�이 결정한다.(R)	.88	.61	.61
5. 외로움	13 나는 가끔 소외감을 느낀다.(R)	.86	.64	.57	14. 삶의 의미와 목적	40 나는 표명한 목적을 갖고 있다.(B)	.80	.58	.55
	14 나는 가끔 소외감을 느낀다.(R)	.85	.62	.63		41 나는 만족할 만한 삶의 의미를 찾았다.	.88	.50	.67
	15 나는 가볍게 느껴지는 사람이 아무도 없 다.(R)	.67	.68	.18		42 나는 내 삶에 무언가 의미를 주는지 알고 있다.	.81	.53	.62
6. 소속감	16 나는 내가 속한 공동체에 소속감을 느낀다.(B)	.73	.52	.49	15. 낙관성	43 나는 내 미래에 대해 낙관적이다.(B)	.78	.48	.64
	17 나는 내가 살고 있는 지역에 소속감을 느낀다.	.74	.37	.72		44 나는 내 삶을 긍정적으로 바라본다.	.90	.67	.60
	18 나는 우리나라에 소속감을 느낀다.	.65	.45	.47		45 이 더 많을 것이라고 기대한다.	.79	.61	.50
7. 물질	19 나는 대부분의 활동에서 활력을 느낀다.(B)	.68	.49	.47	16. 삶의 만족도	46 여러가지 면에서 나의 삶은 내가 이상 나의 삶에 만족한다.	.78	.39	.70
	20 나는 무언가를 할 때 신이 난다.	.83	.57	.62		47 나는 내 삶은 순조롭다.(B)	.75	.45	.59
	21 나는 무언가를 할 때 신이 난다.	.75	.52	.53		48 대부분의 시간에 궁정적으로 느낀다.	.86	.56	.64
8. 기술	22 나는 내 일상 생활에서 나의 능력을 높이려 사용한다.	.85	.49	.69	17. 궁정적 감정	49 나는 대부분의 시간에 행복하다.	.88	.63	.61
	23 나는 나의 재능을 자주 활용한다.	.83	.46	.69		50 나는 대부분의 시간에 기분이 좋다.(B)	.86	.62	.65
	24 나는 매일 내가 잘 하는 것을 배운다.	.72	.37	.63		51 나는 대부분의 시간에 기분이 좋다.(R)	.85	.60	.62
9. 학습	25 나는 어제 무언가 새로운 것을 배웠다.	.67	.22	.65	52 나는 대부분의 시간에 부정적으로 느낀다.	.85	.69	.46	
	26 새로운 것을 배우는 것은 나에게 중요하다.	.68	.43	.52		53 나는 대부분의 시간에 불행감을 경험한다.(R)	.89	.70	.58
	27 나는 항상 무언가를 배운다.	.82	.33	.76		54 나는 대부분의 시간에 기분이 나쁘다.(R)	.85	.68	.52

주. (R)은 역체점 문항, (B)는 K-BIT 문항.

표 5. 변인 간 상관관계 및 기술통계

	1-1	1-2	2	3	4	5	5-1	5-2
1-1. K-CIT	—							
1-2. K-BIT	.95***	—						
2. PANAS-PA	.54***	.55***	—					
3. PANAS-NA	-.45***	-.39***	.08*	—				
4. SWLS	.73***	.76***	.59***	-.29***	—			
5. MLQ	.77***	.76***	.49***	-.33***	.59***	—		
5-1. MLQ-P	.79***	.76***	.49***	-.37***	.63***	.92***	—	
5-2. MLQ-S	.62***	.61***	.40***	-.22***	.45***	.90***	.66***	—
평균	3.31	3.27	2.52	2.20	3.83	4.80	4.63	4.99
표준편차	0.60	0.69	0.76	0.80	1.37	0.99	1.13	1.05
왜도	0.36	0.41	0.02	0.50	0.07	0.52	0.46	0.63
첨도	0.68	0.40	0.62	0.43	0.60	0.85	0.49	0.92

주. K-CIT: 한국어판 종합형 번역척도; K-BIT: 한국어판 단축형 번역척도; PANAS: 한국판 긍정정서 및 부정정서 척도 (PA: 긍정정서, NA: 부정정서); SWLS: 삶에 대한 만족 척도; MLQ: 한국판 삶의 의미 척도(P: 의미발견, S: 의미추구).

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

-.45, -.39의 중간 정도의 부적 상관을 보였으며, 삶에 대한 만족(SWLS)과는 .73, .76의 높은 정적 상관이 확인되었다, $p<.001$. 또한, 삶의 의미 전체 (MLQ)와 .77, .76, 하위 요인인 의미발견(MLQ-P)과 .79, .76, 의미추구(MLQ-S)와 .62, .61의 높은 정적 상관을 갖는 것으로 나타났다, $p<.001$.

준거타당도 분석

K-CIT의 전체점수 및 하위요인과 K-BIT의 준거타당도를 검증하기 위해 표 6과 같이 DASS-12 척도의 우울, 불안 그리고 스트레스와의 상관관계를 분석하였다. K-CIT의 부정적인 감정은 우울, 불안, 스트레스와 정적으로 유의미한 상관을 보였으며, $r=.54\sim.67$, $p<.001$, K-CIT의 나머지 하위요인들과 K-CIT 전체점수 및 K-BIT는 공동체와 불안의 관계를 제외하고 모두 우울, 불안, 스트레스와 부적으로 유의미한 상관을 가지는

것으로 나타났다, $r=-.64\sim-.14$, $p<.001$. 자세히 살펴보면, 우울은 지지, 존중, 소속감, 몰입, 성취, 자기효능감, 자기가치감, 삶의 의미와 목적, 낙관성 그리고 삶의 만족도와 중간 이상의 상관을 가지는 것으로 나타났다, $r=-.53\sim-.40$. 또한, 우울은 K-CIT, K-BIT, 외로움, 긍정적 감정과 부적으로, $r=-.64\sim-.59$, 부정적 감정과는 정적으로 높은 상관을 가지는 것으로 나타났다, $r=.67$. 나머지 공동체, 신뢰, 기술, 학습, 자율성은 우울과 약하거나 중간 정도의 상관을 가지는 것으로 나타났다, $r=-.38\sim-.26$. 불안은 외로움, 부정적 감정과 중간 이상의 상관을 가지는 것으로 나타났으며, $r=-.40$, .54, 공동체를 제외한 나머지 하위요인들과는 약하거나 중간 정도의 상관을 가지는 것으로 나타났다, $r=-.36\sim-.14$. 스트레스는 부정적 감정과 강한 상관을 가지고, $r=.66$, K-CIT 그리고 K-BIT, 외로움, 삶의 의미와 목적, 낙관성, 삶의 만족도, 긍정적 감정과 중간 이상의 상관을 가지는 것으로

표 6. 우울, 불안, 스트레스와의 상관관계 분석

	우울	불안	스트레스
0-1. K-CIT	-.64***	-.30***	-.54***
0-2. K-BIT	-.59***	-.31***	-.47***
1. 지지	-.47***	-.30***	-.38***
2. 공동체	-.26***	-.04	-.21***
3. 신뢰	-.38***	-.19***	-.34***
4. 존중	-.47***	-.28***	-.38***
5. 외로움	-.63***	-.40***	-.57***
6. 소속감	-.40***	-.23***	-.33***
7. 몰입	-.48***	-.26***	-.38***
8. 기술	-.38***	-.15***	-.30***
9. 학습	-.30***	-.14***	-.23***
10. 성취	-.43***	-.15***	-.33***
11. 자기효능감	-.43***	-.19***	-.33***
12. 자기가치감	-.44***	-.21***	-.34***
13. 자율성	-.32***	-.33***	-.30***
14. 삶의 의미와 목적	-.53***	-.25***	-.41***
15. 낙관성	-.52***	-.31***	-.42***
16. 삶의 만족도	-.54***	-.26***	-.45***
17. 긍정적 감정	-.60***	-.32***	-.53***
18. 부정적 감정	.67***	.54***	.66***

주. *** $p<.001$

나타났으며, $r=-.57\sim-.41$, 나머지 하위요인들과는 약하거나 중간 정도의 상관을 가지는 것으로 나타났다, $r=-.38\sim-.21$.

연구 참여자의 특성에 따른 차이 분석

인구통계학적 특성에 따른 K-BIT의 평균 점수에 차이가 있는지를 확인하기 위해 독립표본 t 검증과 일원분산분석을 실시하였다. 그 결과, 먼저 성별에 따른 BIT 평균 점수는 남성 집단과, $M=3.28$, $SD=0.72$, 여성 집단, $M=3.27$, $SD=0.66$, 간에 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다, $t(643)=.17$, $p=.865$. 연령의 경우, 18~29세 집단,

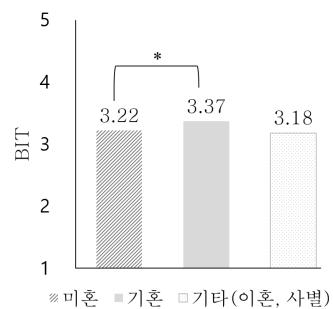


그림 2. 결혼상태에 따른 K-BIT 평균 차이

주. * $p<.05$.

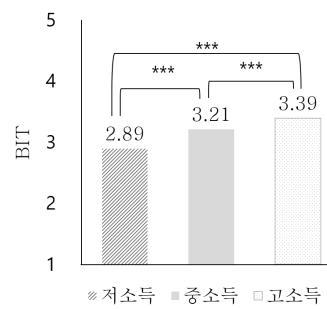


그림 3. 소득수준에 따른 K-BIT 평균 차이

주. *** $p<.001$.

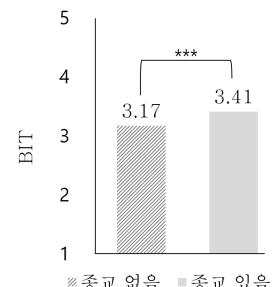


그림 4. 종교 유무에 따른 K-BIT 평균 차이

주. *** $p<.001$.

$M=3.29$, $SD=0.68$, 30~49세 집단, $M=3.14$, $SD=0.74$, 50~54세 집단, $M=3.37$, $SD=0.67$, 그리고 65세 이상인 집단, $M=3.33$, $SD=0.61$ 의 K-BIT 평균 점수 차이가 유의미한 것으로 나타났으나, $F(3, 641)=2.84$, $p=.037$, 사후분석 결과는 유의미하

지 않은 것으로 나타났다. 반면, 그림 2와 같이 결혼상태에 따른 K-BIT 평균 점수는 일원분산분석 결과 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났으며, $F(2, 642)=3.79, p=.023$. 사후분석 결과, 기혼 집단이, $M=3.37, SD=0.65$, 미혼인 집단보다, $M=3.22, SD=0.71$, 번영 수준이 높은 것으로 나타났다, $p=.031$. 또한, 그림 3과 같이 소득수준에 따른 BIT 평균 점수는 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다, $F(2, 642)=17.03, p<.001$. 사후분석 결과, 저소득인 집단이, $M=2.89, SD=0.80$, 중소득과, $M=3.21, SD=0.64, p=.003$, 고소득인 집단보다, $M=3.39, SD=0.66, p<.001$, 번영 수준이 낮은 것으로 나타났으며, 중소득인 집단이 고소득인 집단보다 번영 수준이 낮은 것으로 나타났다, $p=.007$. 마지막으로, 그림 4와 같이 종교 유무에 따른 BIT 평균 점수도 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다, $t(643)=-4.35, p<.001$. 사후분석 결과, 종교가 없는 집단이, $M=3.17, SD=0.70$, 종교가 있는 집단보다, $M=3.41, SD=0.64$, 번영 수준이 유의미하게 낮은 것으로 나타났다, $p<.001$.

논 의

본 연구의 목적은 Su 등(2018)이 개발한 CIT와 BIT를 한국어로 번안하여 한국 성인을 대상으로 타당화함으로써 한국인의 번영을 종합적으로 측정하고 이해하기 위한 도구를 개발하는 것이다. 이를 위해 원척도인 CIT의 54문항을 문화간 척도 번안 절차를 거쳐 한국어로 번안하여 K-CIT와 K-BIT 문항을 완성하였고, 관련 척도를 포함한 온라인 설문을 통해 한국 성인 645명의 자료를 수집하고 분석하였다. 이후 인구통계학적 특성에

따른 한국 성인의 번영 수준 차이를 검증하였다.

분석 결과, K-CIT, K-BIT와 K-CIT의 하위요인들 모두 .75이상으로 좋은 내적합치도를 가지고 있는 것으로 나타났다. K-CIT의 요인 구조를 확인하기 위해 원척도와 다양한 문화권의 타당화 연구에서 제안된 CIT의 18요인, 7요인, bi-factor 구조에 대한 확인적 요인분석을 실시한 결과, 한국 성인을 대상으로 한 본 연구에서는 원척도 저자들이 제안한 18요인 모형과 Weise 등(2018)과 Sorgente 등(2023)이 제안한 bi-factor 모형 모두 적절한 것으로 나타났으며, 모델 적합도 지수상으로는 bi-factor 모형이 더 적절한 것으로 나타났다. 즉, K-CIT는 번영을 의미하는 일반요인(general factor)과 18개의 특수요인(specific factor; 지지, 공동체, 신뢰, 존중, 외로움, 소속감, 몰입, 기술, 학습, 성취, 자기효능감, 자기가치감, 자율성, 삶의 의미와 목적, 낙관성, 삶의 만족도, 긍정적 감정, 부정적 감정)으로 구성되어 있다는 것이다. 또한, 문항-총점 상관은 자율성을 제외한 다른 하위요인들이 모두 .47~.79 범위로 나타나 번영의 다양한 측면들이 독립적으로 번영을 설명하고 있는 것이 확인되었으며, 이는 다시 한번 CIT의 bi-factor 모형을 지지하는 결과이다. 하지만, 18요인 모형에서는 모든 문항들이 양호한 요인부하량을 보인 반면, bi-factor 모형에서 '문항 5 나는 내 이웃들을 위해 모임을 마련한다.', '문항 15 나는 가깝게 느껴지는 사람이 아무도 없다.', '문항 25 나는 어제 무언가 새로운 것을 배웠다.'와 같은 몇몇 문항들이 매우 낮은 요인부하량을 가지는 것으로 나타났다. 즉, 번영이 구조적으로 bi-factor 모형을 가지는 개념이라는 것은 타당하나, 몇몇 지표들이 해당 요인들을 잘 대표하지 못

한다고 볼 수 있다. 따라서 번영의 다양한 차원을 종합적으로 살펴보기 위해서는 K-CIT를 통해 각 하위 요인 점수를 사용하고, 전체 번영 수준을 측정하고자 한다면 K-BIT를 사용하는 식으로 연구자의 목적에 따라 척도를 선택할 것을 권장한다.

원척도와 동일한 10문항으로 구성한 K-BIT의 경우, K-CIT 전체점수와 강한 상관을 보였으며, K-CIT의 전체점수와 비슷한 패턴과 크기로 관련 변인들과 상관을 가지는 것으로 나타나 원척도의 BIT 문항 선정 기준(Su et al., 2014)을 모두 충족하는 것으로 나타났다. 또한, 원척도에서 제안된 BIT의 단일요인 구조는 한국 성인 표본에서도 좋은 모델 적합도와 요인부하량을 가지는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 원척도에서 제시한 BIT 문항과 동일하게 구성하는 것이 적절하다는 것을 보여주며, 후속연구에서 BIT와 K-BIT를 함께 사용하여 번영에 대한 문화비교 연구를 가능케 한다는 점에 의의가 있다.

한편, CIT의 하위요인 중 자율성은 번영과 번영의 하위요인들과 상대적으로 낮은 상관을 보였다. 그 이유는 먼저 역채점에 기인한 것으로 추측해볼 수 있다. 역채점 문항의 도입은 일반적으로 항목-전체 상관관계가 낮아져 척도의 내적 일관성을 감소시킬 수 있다(Ebesutani et al., 2012; Paulhus & Vazire, 2005; Salazar, 2015; Suárez-Alvarez et al., 2018). 또 다른 가능성으로는 문화적 맥락의 영향을 고려할 수 있다. 서구 문화권에서는 자율성이 번영의 핵심요인인 반면(Diener, Sapyta, & Suh, 1998; Markus, Kitayama, & Heiman, 1996), 한국에서는 자율성과 번영의 관계가 상대적으로 미약한 것으로 보인다. 문화 심리학자들은 사회가 자율성에 부여하는 가치에 따라

자율성 지지가 인간 행동에 미치는 역할이 달라진다고 주장하였다(Miller, 1999). 특히 한국처럼 집단주의에 속하는 문화의 경우, 자율성 지지는 오히려 개인의 발달을 방해할 수 있다(Rudy & Grusec, 2001). 한국인을 대상으로 한 경험적 연구에서도 자율성은 긍정심리자본과 삶의 만족도의 관계를 매개하지 않는 것으로 나타났으며(정현희, 박분희, 2019), 한국판 다차원 플로리시 척도(김혜진, 홍혜영, 2023)에서는 번영의 핵심요인에서 자율성이 제거되었다. 하지만 Ryan과 Deci(2000)의 자기결정성이론에 따르면 자율성은 개인의 안녕감 향상에 있어서 중요한 인간의 기본심리욕구로 안녕감을 예측하는 주요 변인으로 강조되어 왔다. 또한, Chirkov(2008)은 여러 경험적 연구 결과를 근거로 자율성이 각 사회마다 다르게 평가될 수 있지만, 자율성을 포함한 기본 심리적 욕구가 충족될수록 안녕감이 향상하는 그 기능적 역할은 보편적이라고 주장하였다. 본 연구에서도 자율성의 평균 점수가 CIT의 다른 하위요인에 비해 낮지 않았으며, 자율성 요인을 제거하였을 때 CIT 척도의 모델 적합도가 오히려 더 나빠지는 양상을 보여 최종 척도에서 자율성 요인을 제거하지 않았다. 따라서 추후 연구에서 K-CIT를 사용하여 번영과 자율성의 관계를 살펴볼 때 이러한 점을 고려하여 해석에 주의할 필요가 있다.

K-CIT와 K-BIT의 수렴 및 변별 타당도를 검증하기 위해 쾌락주의적 안녕감의 지표로 주관적 안녕감을 측정하는 삶에 대한 만족과 긍정 및 부정정서와의 상관을, 그리고 자아실현적 안녕감의 지표로서 삶의 의미와의 상관을 살펴보았다. 그 결과, .39~.76 범위로 번영이 쾌락주의적 안녕감과 자아실현적 안녕감 모두와 관련이 있지만, 완

전히 같은 개념은 아님을 확인하였다.

DASS-12와의 상관분석을 통해 준거타당도를 검증한 결과, 공동체와 불안의 관계를 제외하고는 K-BIT와 K-CIT의 모든 하위요인이 우울, 불안, 그리고 스트레스와 유의미한 상관을 가지고 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 우울, 불안, 스트레스 등과 같은 정신건강의 결과를 번영이 예측한다는 선행연구 결과들과 일치한 결과이다(Duan et al., 2020; Sorgente et al., 2023). 한편, K-CIT의 하위요인들이 우울, 불안, 스트레스와 갖는 상관의 크기가 서로 다른 것으로 나타났다. 원척도 저자들은 번영의 전체점수뿐만 아니라 각 하위요인의 점수 또한 독립적으로 번영의 다양한 측면을 심층적으로 이해하는데 유용할 것이라 주장하였으며 (Su et al., 2014), 본 연구 결과는 그러한 가능성 을 지지한다. VanderWeele 등(2020) 또한 심리적 안녕감의 다양한 영역을 연구할 때 CIT를 사용할 것을 권장한 바 있다. 결과를 자세히 살펴보면, DASS-12로 측정한 정신건강 결과 지표 중 불안이 다른 우울과 스트레스에 비해 번영과 번영의 하위요인들과 상대적으로 낮은 상관을 가지는 것으로 나타났다. 불안은 부정정서를 유발하여 일시적으로 번영에 부정적인 영향을 미치는 것으로 보이지만, Rosmarin(2023)에 의하면 오히려 불안이 자기인지, 자기수용, 회복탄력성, 삶에 대한 수용을 높여주고, 다른 사람을 이해하고 함께 관계를 맺고 정서적 친밀감을 더 느끼게 해주며, 개인이 진정 원하는 것을 성취할 수 있도록 촉진해줌으로써 번영에 기여할 수 있다고 한다. 즉, 개인이 불안을 받아들이는 태도와 대처 방법에 따라서 번영에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다는 것이다. 따라서 추후 연구에서는 이러한 가능성을 고려하여 종

단연구와 개인차적 변인을 추가로 살펴봄으로써 불안과 번영의 관계를 살펴볼 필요가 있다.

또한, CIT의 하위요인 중 부정적 감정은 우울, 불안, 스트레스와 모두 높은 상관을 가지는 것으로 나타났다. 선행연구에 의하면 부정정서에 대한 민감도와 강도가 높은 기질은 정신건강과 부적인 관련이 있으며, 이러한 기질을 가지고 있는 사람들은 스트레스 상황에서 부정정서를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(Coifman & Bonanno, 2010; Wichers et al., 2007). 외로움 또한, 우울, 불안, 스트레스와의 상관이 중간 이상인 것으로 나타났다. 이러한 결과는 사회적 고립으로 인한 고립감과 외로움이 더 높은 우울증과 불안 증상을 예측한다는 선행연구 결과와 일맥상통한다 (Santini et al., 2020). Campagne(2019)는 스트레스와 외로움에 관한 메타분석 연구를 통해 스트레스가 외로움을 유발하는 원인이 될 수 있음을 발견하고, 스트레스에 대한 치료 개입 시 임상적 외로움과 그 초기 증상을 함께 고려해야 한다고 주장하였다. 따라서 본 연구 결과는 우울, 불안, 스트레스와 같은 부정적인 정신건강 결과와 관련해서 번영의 부정적 감정과 외로움 측면을 더 주의해서 살펴볼 필요성을 시사한다.

연구 참여자의 인구통계학적 특성에 따라 번영 수준의 차이를 검증한 결과, 먼저 성별과 연령에 따른 번영 수준의 차이가 없는 것으로 나타났다. 성별의 경우, 남성이 여성보다 행복 수준이 높다고 나타난 국내 연구들과는 상반되는 결과이다(김명소 외, 2003; 서은국, 구재선, 이동귀, 정태연, 최인철, 2010; 조명한, 김정오, 권석만, 1994; 차경호, 1999). 그러나 이러한 결과는 다양한 국가를 대상으로 안녕감이 성별과 연령에 따른 집단 간 비슷

한 수준의 평균을 보인 선행연구와 일치한다(Su et al., 2014; Wiese et al., 2018). 연령의 경우, 국내 연구에서는 일반적으로 연령과 행복이 부적으로 관련이 있는 것으로 나타났지만(김명소, 성은현, 김혜원, 1999; 김은정, 오경자, 하은혜, 1999), 본 연구에서는 사후분석 결과 연령에 따른 번영 수준 차이가 유의미하지 않은 것으로 나타났다.

반면, 결혼상태, 소득수준, 종교 유무에 따라 번영 수준 차이는 유의미한 것으로 나타났다. 결혼상태의 경우, 기혼인 사람이 미혼인 사람보다 번영 수준이 높은 것으로 나타났다. 구재선과 서은국(2011)의 연구에 의하면, 기혼자가 미혼자보다 일상생활에서 행복을 더 많이 경험하는 것으로 나타났으며, Chen, Mathur, Case와 VanderWeele(2023)의 25년 종단연구에서도 결혼이 행복감, 삶의 목적, 희망을 증진시키고 우울과 외로움을 감소시킬 뿐만 아니라 사망률 또한 감소하는 효과가 있는 것으로 나타났다. 소득수준의 경우, 소득이 높을수록 번영 수준이 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 월평균 가구소득이 높은 집단이 낮은 집단에 비해 더 행복하다는 국내 선행연구 결과와 일치한다(구재선, 서은국, 2011; 김명소 외, 2003). 일반적으로 수입은 부유한 국가보다 가난한 국가에서 행복을 더 잘 예측하는 것으로 나타났다(Myers, 2000). 하지만 본 연구의 연구대상인 한국은 1인당 국내총생산(GDP)이 2만 5천 달러 이상임에도 불구하고(International Monetary Fund, 2024), 소득수준에 따른 번영 수준의 차이가 유의미한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 행복이 삶의 외적 조건에 따라 결정된다는 한국인들이 가지고 있는 보편적인 신념의 영향을 받은 것으로 사료된다(구재선, 서은국, 2011). 마지막으

로 종교의 경우, 종교가 있는 사람이 종교가 없는 사람보다 번영 수준이 높은 것으로 나타났다. 종교 및 영성과 건강에 대한 Koenig(2012)의 리뷰 연구에 의하면, 종교 및 영성이 있는 사람들이 더 나은 정신건강을 가지고 있으며, 건강 문제에 더 빠르게 적응하는 경향이 있는 것으로 나타났다. 종교성과 정신건강의 관계를 메타분석한 국내 연구(설경옥, 박지은, 박선영, 2012)에서도 종교성이 높을수록 덜 우울하고 주관적 안녕감과 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타나 본 연구 결과를 지지한다.

본 연구의 한계점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 추후 연구에서는 정신건강뿐만 아니라 신체건강 및 건강한 기능 수준을 나타내는 다양한 결과 변인 및 행동을 측정하여 번영 및 번영의 하위요인과의 관계를 살펴볼 필요가 있다. Su 등(2014)은 CIT와 BIT가 본격적인 개입에 앞서 건강과 관련한 개인의 강점과 취약성을 확인해주는 스크리닝 도구로서의 역할과 더불어 한 사람의 전반적인 기능, 번영, 그리고 건강 결과에 대한 통합적인 의견을 제안하기 위해 사용될 수 있다고 제안하였다(Duan et al., 2020). 하지만, 본 연구에서는 심리적 고통을 나타내는 정신건강 지표인 우울, 불안 그리고 스트레스 척도와의 상관만을 살펴보았다는 데 한계가 있다. 둘째, 추후 연구에는 종단연구 설계를 통해 K-CIT와 K-BIT의 예측 타당도를 검증할 필요가 있다. 선행연구에 의하면 CIT와 BIT는 다른 번영척도보다 건강과 관련된 준거 변인들에 대한 예측력이 높은 것으로 나타났다(Duan et al., 2020; Su et al., 2014). 하지만, 본 연구는 횡단연구로서 K-CIT와 K-BIT가 건강 관련 준거 변인들과의 타당도 검

중에 있어 동시타당도만을 확인할 수 있었다. 셋째, 추후 연구에서는 한국판 다차원 플로리시 척도(김혜진, 홍혜영, 2023) 등과 같은 다른 번영척도와의 관계를 살펴봄으로써 K-CIT 및 K-BIT의 차별적 유용성을 확보해야 할 것이다. 본 연구에서는 K-CIT와 K-BIT의 수렴 및 변별 타당도를 검증하기 위해 번영의 한 측면인 삶의 의미 척도(MLQ), 긍정정서 및 부정정서 척도(PANAS) 그리고 삶에 대한 만족 척도(SWLS)만을 살펴본 것에 한계가 있다. 마지막으로, 다양한 국가를 대상으로 CIT의 타당성을 검증한 기존 선행연구(Wiese et al., 2018)에 의하면 CIT는 국가에 따라 요인 구조가 다른 것으로 나타나 추후 연구에서는 다른 문화권의 표본을 추가하여 요인 구조 측정 동일성을 비교하는 것과 같이 문화 비교 연구를 할 것을 제안한다.

이러한 한계점에도 본 연구에서는 K-CIT와 K-BIT가 한국인의 번영을 종합적으로 측정하는 신뢰롭고 타당한 척도임을 확인했으며, 인구통계학적 특성에 따른 한국인의 번영 양상을 확인함으로써 번영 평가에 있어 개인차의 중요성을 확인하였다. 또한, K-CIT 전체 및 하위요인, 그리고 K-BIT가 정신건강 지표들과 가지는 관계를 살펴봤다는 점에도 의의가 있다. K-CIT와 K-BIT는 국내에서도 개인의 번영을 다차원적으로 평가함으로써 번영에 있어 개인의 강점과 약점을 식별하고 개인맞춤형 개입을 계획할 수 있게 해주어 다양한 임상 및 상담 장면에서 효과적으로 개입이 이루어지는데 기여할 수 있을 것이다. 또한, 번영 관련 연구뿐만 아니라 번영과 하위요인들을 목표로 하는 상담 및 치료 프로그램 효과성 평가에서도 유용한 도구로 사용될 수 있을 것으로 기대된다.

참 고 문 헌

- 구재선, 서은국 (2011). 한국인, 누가 언제 행복한가. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 25(2), 143-166.
- 김명소, 김혜원, 한영석, 임지영 (2003). 한국인의 행복한 삶에 대한 인구통계학적 특성별 분석. *한국심리학회지: 일반*, 22(2), 1-33.
- 김명소, 성은현, 김혜원 (1999). 한국 기혼여성(아줌마)들의 성격 특성과 주관적 삶의 질. *한국심리학회지: 여성*, 4(1), 41-55.
- 김은정, 오경자, 하은혜 (1999). 기혼 여성의 우울증상에 대한 취약성: 스트레스 경험 및 대처과정을 중심으로. *한국심리학회지: 여성*, 4(1), 1-14.
- 김혜진, 홍혜영 (2023). 한국판 다차원 플로리시 척도 타당화 연구. *학습자중심교과교육연구*, 23(1), 423-443.
- 서은국, 구재선, 이동귀, 정태연, 최인철 (2010). 특별 심포지엄: 한국인의 행복 및 정신건강 지수: 한국인의 행복 지수와 그 의미. *한국심리학회 연차학술발표 대회 논문집*, 213-232.
- 설경옥, 박지은, 박선영 (2012). 종교성과 정신건강과의 관계 메타분석: 국내 학회지 게재논문(1995-2011)을 중심으로. *한국심리학회지: 일반*, 31(3), 617-642.
- 심교린, 김완석 (2019). 한국판 플로리시 척도 (K-PERMA) 타당화 연구. *예술심리치료연구*, 15(4), 319-340.
- 우종필 (2012). 구조방정식모델 개념과 이해. 서울: 한나래아카데미.
- 원두리, 김교현, 권선중 (2005). 한국판 삶의 의미척도의 타당화 연구: 대학생을 대상으로. *한국심리학회지: 건강*, 10(2), 211-225.
- 이현희, 김은정, 이민규 (2003). 한국판 정적 정서 및 부적 정서 척도(Positive Affect and Negative Affect Schedule; PANAS)의 타당화 연구. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 22(4), 935-946.
- 임소성, 김진숙 (2018). 한국판 대학생 안녕감 척도 타당화 연구: 플로리싱과 정적 정서 및 부적 정서. *상담학연구*, 19(3), 51-72.
- 임영진, 고영건, 신희천, 조용래 (2012). 정신적 웰빙 척

- 도(MHC-SF)의 한국어판 타당화 연구. *한국심리학회지*: 일반, 31(2), 369-386.
- 임영진 (2012). 한국판 삶의 만족도 척도의 신뢰도와 타당도: 경찰공무원, 대학생, 청소년을 대상으로. *한국심리학회지*: 일반, 31(3), 877-896.
- 정현희, 박문희 (2019). 대학생의 긍정심리자본, 기본심리욕구(자율성, 유능성, 관계성), 학습몰입 및 삶의 만족도 간의 구조적 관계. *학습자중심교과교육연구*, 19(19), 825-845.
- 조명한, 김정오, 권석만 (1994). 청소년의 삶의 질. *사회과학과 정책연구*, 16(2), 61-94.
- 조명한, 차경호 (1998). 삶의 질에 대한 국가간 비교. 서울: 집문당.
- 차경호 (1999). 대학생들의 주관적 안녕감과 개인중심주의-집단중심주의 성향과의 관계. *한국청소년연구*, 10(2), 193-216.
- Ægisdóttir S., Gerstein, L. H., & Çinarbaş, D. C. (2008). Methodological Issues in Cross-Cultural Counseling Research: Equivalence, Bias, and Translations. *The Counseling Psychologist*, 36(2), 188-219.
- Agenor, C., Conner, N., & Aroian, K. (2017). Flourishing: an evolutionary concept analysis. *Issues in Mental Health Nursing*, 38(11), 915-923.
- Brown, D. J., Arnold, R., Fletcher, D., & Standage, M. (2017). Human thriving: A conceptual debate and literature review. *European Psychologist*, 22(3), 167-179.
- Bu, H., & Duan, W. (2019). A single-session positive cognitive intervention on first-year students' mental health: Short-term effectiveness and the mediating role of strengths knowledge. *Journal of American College Health*, 67(6), 515-522.
- Bulter, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1-48.
- Campagne D. M. (2019). Stress and perceived social isolation (loneliness). *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 82, 192-199.
- Carver, C. S. (1998). Resilience and thriving: Issues, models, and linkages. *Journal of Social Issues*, 54(2), 245-266.
- Chen, Y., Mathur, M. B., Case, B. W., & VanderWeele, T. J. (2023). Marital transitions during earlier adulthood and subsequent health and well-being in mid- to late-life among female nurses: an outcome-wide analysis. *Global Epidemiology*, 5(3), 100099. doi: 10.1016/j.gloepi.2023.100099
- Coifman, K. G., & Bonanno, G. A. (2010). Emotion context sensitivity in adaptation and recovery. In A. M. Kring & D. M. Sloan (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment* (pp. 157-173). New York: The Guilford Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Sapyta, J. J., & Suh, E. (1998). Subjective well-being is essential to well-being. *Psychological Inquiry*, 9(1), 33-37.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156.

- Disabato, D. J., Goodman, F. R., Kashdan, T. B., Short, J. L., & Jarden, A. (2016). Different types of well-being? A cross-cultural examination of hedonic and eudaimonic well-being. *Psychological Assessment, 28*(5), 471-482.
- Duan, W., & Bu, H. (2019). Randomized trial investigating of a single-session character-strength-based cognitive intervention on Freshman's adaptability. *Research on Social Work Practice, 29*(1), 82-92.
- Duan, W., Bu, H., Zhao, J., & Guo, X. (2019). Examining the mediating roles of strengths knowledge and strengths use in a 1-year single-session character strength-based cognitive intervention. *Journal of Happiness Studies, 20*(6), 1673-1688.
- Duan, W., Fei, Y., Zhao, J., & Guo, X. (2020). Incremental validity of the comprehensive inventory of thriving in predicting self-reporting mental and physical health among community populations. *Journal of Health Psychology, 25*(10-11), 1366-1373.
- Duan, W., Guan, Y., & Gan, F. (2016). Brief Inventory of Thriving. *Chinese Sociological Dialogue, 1*(1), 15-31.
- Ebesutani, C., Drescher, C. F., Reise, S. P., Heiden, L., Hight, T. L., Damon, J. D., & Young, J. (2012). The loneliness questionnaire-short version: An evaluation of reverse-worded and non-reverse-worded items via item response theory. *Journal of Personality Assessment, 94*(4), 427-437.
- Fredrickson, B. L., Grewen, K. M., Coffey, K. A., Algoe, S. B., Firestone, A. M., Arevalo, J. M., . . . Cole, S. W. (2013). A functional genomic perspective on human well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 110*(33), 13684-13689.
- Gabardo-Martins, L. M. D., & Ferreira, M. C. (2018). Psychometric properties of the inventory of thriving: Brief and comprehensive versions. *Trends in Psychology, 23*(3), 1557-1571.
- Gallagher, M. W., Lopez, S. J., & Preacher, K. J. (2009). The hierarchical structure of well-being. *Journal of Personality, 77*(4), 1025-1050.
- Hausler, M., Huber, A., Strecker, C., Brenner, M., Höge, T., & Höfer, S. (2017). Validierung eines Fragebogens zur umfassenden Operationalisierung von Wohlbefinden. *Diagnostica, 63*(3), 219-228.
- Höfer, S., Hausler, M., Huber, A., Strecker, C., Renn, D., & Höge, T. (2019). Psychometric characteristics of the German values in action inventory of strengths 120-item short form. *Applied Research in Quality of Life, 15*(2), 597-611.
- Hone, L. C., Jarden, A., Schofield, G., & Duncan, S. (2014). Measuring flourishing: The impact of operational definitions on the prevalence of high levels of wellbeing. *International Journal of Wellbeing, 4*(1), 62-90.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff Criteria for Fit Indexes in Covariance Structure Analysis: Conventional Criteria versus New Alternatives. *Structural Equation Modeling, 6*(1), 1-55.
- Huppert, F. A. (2014). The state of wellbeing science: Concepts, measures, interventions, and policies. In F. A. Huppert & C. L. Cooper (Eds.). *Interventions and policies to enhance wellbeing* (pp. 1-49). UK: John Wiley & Sons.
- Huppert, F. A., & So, T. T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social Indicators Research, 110*(3), 837-861.
- International Monetary Fund. (2024). World economic outlook database: Real GDP growth, South Korea. [Https://www.imf.org/external/datamapper/NGDP_R](https://www.imf.org/external/datamapper/NGDP_R)

- PCH@WEO/KOR?year=2024
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior, 43*(2), 207-222.
- Keyes, C. L. M. (2003). Complete mental health: An agenda for the 21st century. In J. Haidt (Ed.), *Flourishing* (pp. 293-312). Washington, DC: American Psychological Association.
- Keyes, C. L. M. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist, 62*(2), 95-108.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(6), 1007-1022.
- Keyes, C. L. M., & Waterman, M. B. (2003). Dimensions of well-being and mental health in adulthood. In M. H. Bornstein, L. Davidson, C. L. M. Keyes, & K. A. Moore (Eds.), *Well-being: Positive development across the life course* (pp. 477-497). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Keyes, C. L., Wissing, M., Potgieter, J. P., Temane, M., Kruger, A., & Van Rooy, S. (2008). Evaluation of the mental health continuum-short form (MHC-SF) in setswana speaking South Africans. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 15*(3), 181-192.
- Kline, R. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). New York: Guilford Press.
- Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *ISRN Psychiatry, 2012*, 278730. doi: 10.5402/2012/278730
- Lee, E. H., Moon, S. H., Cho, M. S., Park, E. S., Kim, S. Y., Han, J. S., & Cheio, J. H. (2019). The 21-item and 12-item versions of the depression anxiety stress scales: psychometric evaluation in a Korean population. *Asian Nursing Research, 13*(1), 30-37.
- Lerner, R. M. (2004). *Liberty: Thriving and civic engagement among America's youth*. Thousand Oaks, California: Sage.
- Levin, J. (2021). Human flourishing: A new concept for preventive medicine. *American Journal of Preventive Medicine, 61*(5), 761-764.
- Linley, P. A., Maltby, J., Wood, A. M., Osborne, G., & Hurling, R. (2009). Measuring happiness: The higher order factor structure of subjective and psychological well-being measures. *Personality and Individual Differences, 47*(8), 878-884.
- MacCallum, R. C., Browne, M. W., & Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological Methods, 1*(2), 130-149.
- Markus, H. R., Kitayama, S., & Heiman, R. J. (1996). Culture and "basic" psychological principles. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 857-913). New York: The Guilford Press.
- Marsh, H. W., Huppert, F. A., Donald, J. N., Horwood, M. S., & Sahdra, B. K. (2020). The well-being profile (WB-Pro): Creating a theoretically based multidimensional measure of well-being to advance theory, research, policy, and practice. *Psychological Assessment, 32*(3), 294-313.
- McGregor, I., & Little, B. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: On doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(2), 494-512.
- Mesurado, B., Crespo, R. F., Rodríguez, O., Debeljuh, P., & Carlier, S. I. (2021). The development and initial validation of a multidimensional flourishing scale. *Current Psychology, 40*(1), 454-463.

- Miller, J. G. (1999). Cultural conceptions of duty: Implications for motivation and morality. In D. Munroe & J. F. Schumaker & S. C. Carr (Eds.), *Motivation and Culture* (pp. 178–192). New York: Routledge.
- Myers, D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55(1), 56–67.
- Osman, A., Wong, J. L., Bagge, C. L., Freedenthal, S., Gutierrez, P. M., & Lozano, G. (2012). The depression anxiety stress Scales-21 (DASS-21): Further examination of dimensions, scale reliability, and correlates. *Journal of Clinical Psychology*, 68(12), 1322–1338.
- Paulhus, D. L., & Vazire, S. (2005). The self-report method. In R. W. Robins & R. C. Fraley (Eds.), *Handbook of research methods in personality psychology* (pp. 224–239). New York: Guilford Press.
- Pawelski, J. O. (2022). The positive humanities: Culture and human flourishing. In L. Tay & J. O. Pawelski (Eds.), *The Oxford handbook of the positive humanities* (pp. 17–42). UK: Oxford University Press.
- Rahm, T., & Heise, E. (2019). Teaching happiness to teachers—development and evaluation of a training in subjective well-being. *Frontiers in Psychology*, 10, 2703. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02703
- Rosmarin, D. H. (2023). *Thriving with anxiety: 9 tools to make your anxiety work for you*. New York: Harper Horizon.
- Rudy, D., & Grusec, J. E. (2001). Correlates of authoritarian parenting in individualist and collectivist cultures and implications for understanding the transmission of values. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32(2), 202–212.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104.
- Salazar, M. S. (2015). The dilemma of combining positive and negative items in scales. *Psicothema*, 27(2), 192–199.
- Santini, Z. I., Jose, P. E., York Cornwell, E., Koyanagi, A., Nielsen, L., Hinrichsen, C., . . . Koushede, V. (2020). Social disconnectedness, perceived isolation, and symptoms of depression and anxiety among older Americans (NSHAP): a longitudinal mediation analysis. *Lancet Public Health*, 5(1), 62–70.
- Sarkar, M., & Fletcher, D. (2014). Ordinary magic, extraordinary performance: Psychological resilience and thriving in high achievers. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 3(1), 46–60.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219–247.
- Scheier, M. E., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063–1078.
- Seligman, M. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A visionary new*

- understanding of happiness and well-being.* New York: Simon & Schuster.
- Singh, K., & Bandyopadhyay, S. (2020). Enhancing college students well-being: The psycho-spiritual well-being intervention. *Journal of Human Behavior in the Social Environment, 31*(7), 867-888.
- Sorgente, A., & Lanz, M. (2019). The multidimensional subjective financial well-being scale for emerging adults: Development and validation studies. *International Journal of Behavioral Development, 43*(5), 466-478.
- Sorgente, A., Tagliabue, S., Andrade, C., Oliveira, J. E., Duan, W., & Lanz, M. (2020). Gender, age, and cross-cultural invariance of brief inventory of thriving among emerging adults. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 54*(4), 251-266.
- Sorgente, A., Zambelli, M., Tagliabue, S., & Lanz, M. (2023). The comprehensive inventory of thriving: A systematic review of published validation studies and a replication study. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues.* Advance online publication.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology, 53*(1), 80-93.
- Stiglitz, J. E., Sen, A., & Fitoussi, J. P. (2009). *The measurement of economic performance and social progress revisited* (Vol. 33). France: OFCE.
- Su, R., Tay, L., & Diener, E. (2014). The development and validation of the Comprehensive Inventory of Thriving (CIT) and the Brief Inventory of Thriving (BIT). *Applied Psychology: Health and Well Being, 6*(3), 251-279.
- Suárez-Alvarez, J., Pedrosa, I., Lozano, L. M., García-Cueto, E., Cuesta, M., & Muñiz, J. (2018). Using reversed items in likert scales: A questionable practice. *Psicothema, 30*(2), 149-158.
- Ugwu, C., Iorfa, S. K., Ogbu, K. T., Effiong, J. E., & Ugwu, T. O. (2018). Thriving among married rural Nsukka women of Igbo extraction: Contributions of domestic violence and psychological distress. *Nigerian Journal of Psychological Research, 14*(1), 25-33.
- VanderWeele, T. J. (2017). On the promotion of human flourishing. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 114*(31), 8148-8156.
- VanderWeele, T. J., Trudel-Fitzgerald, C., Allin, P., Farrelly, C., Fletcher, G., Frederick, D. E., . . . Kbzansky, L. D. (2020). Current recommendations on the selection of measures for well-being. *Preventive Medicine: An International Journal Devoted to Practice and Theory, 133*, 106004. doi: 10.1016/j.ypmed.2020.106004
- Watkins, M. S., Teh, L. A., & Fernandez, K. T. G. (2019). Exploring the use of therapeutic horticulture to enhance the psychological well-being of female survivors of childhood sexual abuse. *Journal of Therapeutic Horticulture, 29*(1), 25-38.
- 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*(6), 1063-1070.
- Wichers, M., Myin-Germeys, I., Jacobs, N., Peeters, F., Kenis, G., Derom, C., Vlietinck, R., Delespaul, P., & Van Os, J. (2007). Genetic risk of depression and stress-induced negative affect in daily life. *The British Journal of Psychiatry, 191*(3), 218-223.
- Wiese, C. W., Tay, L., Su, R., & Diener, E. (2018).

- Measuring thriving across nations: Examining the measurement equivalence of the Comprehensive Inventory of Thriving (CIT) and the Brief Inventory of Thriving (BIT). *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 10(1), 127–148.
- Wolbert, L. S., de Ruyter, D. J., & Schinkel, A. (2015). Formal criteria for the concept of human flourishing: the first step in defending flourishing as an ideal aim of education. *Ethics and Education*, 10(1), 118–129.

원고접수일: 2024년 7월 9일

논문심사일: 2024년 7월 31일

게재결정일: 2024년 7월 31일

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2024. Vol. 29, No. 5, 861 - 888

Validation of the Korean Version of Comprehensive Inventory of Thriving(K-CIT) and Brief Inventory of Thriving(K-BIT)

Seungah Jeon

Department of Psychology,
Chungnam National
University

Jooyeon Shin

Graduate School of Education,
Inha University

Yerin Shim

Department of Psychology,
Chungnam National
University

The purpose of this study was to translate and validate the Comprehensive Inventory of Thriving(CIT) and its short version, the Brief Inventory of Thriving(BIT), in the Korean context. To achieve this, CIT and BIT items were translated into Korean through a cross-cultural validation process. Data were collected from 645 Korean adults via an online survey. Results of reliability and confirmatory factor analysis indicated that both K-CIT and K-BIT demonstrated good internal consistency. The 18-factor structure of the K-CIT and the single-factor structure of the K-BIT showed the best fit for the data. Analysis of convergent and discriminant validity revealed that K-CIT and K-BIT showed moderate correlations with positive and negative emotions and strong correlations with life satisfaction and meaning in life. An analysis of mean differences in the K-BIT based on demographic characteristics revealed no significant differences in gender or age, while significantly higher scores were observed for those who were married, who had a relatively higher income, and who had a religious affiliation. These findings suggest that both K-CIT and K-BIT are reliable and valid tools for assessing psychological thriving in Korean adults. Further research directions and practical implications of K-CIT and K-BIT are discussed.

Keywords: flourishing, thriving, K-CIT, K-BIT, scale validation

부 록

부록 1. CIT 문항별 기술통계치와 문항-총점 상관

하위요인	항 목	평균	표준 편차	왜도	첨도	ICC		하위요인	항 목	평균	표준 편차	왜도	첨도	ICC	
						K-CIT	K-BIT							K-CIT	K-BIT
1. 지지	1	3.60	0.89	0.90	0.98	.60		10. 성취	28	2.99	0.99	0.02	0.48	.70	.74
	2	3.76	0.89	0.93	0.17	.64			29	3.00	1.01	0.08	0.61	.71	
	3	3.83	0.87	0.85	0.14	.60	.58		30	3.02	1.01	0.23	0.56	.73	
2. 공동체	4	3.19	1.04	0.29	0.45	.60		11. 자기 효능감	31	3.30	1.00	0.34	0.37	.63	.70
	5	2.52	1.08	0.29	0.66	.50			32	3.18	1.00	0.23	0.44	.67	
	6	3.12	0.98	0.34	0.28	.55			33	3.45	0.94	0.50	0.03	.68	
3. 신뢰	7	2.97	0.96	0.19	0.37	.59		12. 자기 가치감	34	3.40	0.92	0.43	0.00	.74	.77
	8	2.99	0.93	0.20	0.23	.57			35	3.31	0.95	0.25	0.26	.67	
	9	3.28	0.92	0.36	0.06	.59			36	3.27	0.95	0.25	0.22	.66	
4. 존중	10	3.47	0.86	0.58	0.75	.67		13. 자율성	37	3.52	1.09	0.37	0.72	.09	
	11	3.62	0.75	0.68	0.24	.63			38	3.35	1.07	0.14	0.69	.39	
	12	3.58	0.81	0.63	0.64	.58			39	3.70	1.06	0.53	0.50	.32	
5. 외로움	13	3.08	1.10	0.05	0.75	.61		14. 삶의 의미와 목적	40	3.39	0.98	-0.46	0.04	.74	.78
	14	2.96	1.10	0.19	0.76	.61			41	3.16	0.99	0.29	0.42	.73	
	15	3.60	1.10	0.46	0.51	.56			42	3.40	0.95	0.51	0.07	.73	
6. 소속감	16	3.27	0.96	0.46	0.23	.62	.63	15. 낙관성	43	3.22	1.03	0.39	0.44	.66	.74
	17	3.02	0.95	0.19	0.35	.58			44	3.41	1.03	0.51	0.28	.79	
	18	3.38	0.93	0.45	0.13	.54			45	3.54	1.00	0.58	0.01	.71	
7. 몰입	19	3.37	0.84	0.36	0.17	.60		16. 삶의 만족도	46	2.85	1.05	0.00	0.55	.69	
	20	3.18	0.91	0.21	0.21	.73	.74		47	3.12	1.07	0.25	0.63	.73	
	21	3.50	0.85	0.60	0.52	.66			48	2.99	1.02	0.21	0.53	.62	.68
8. 기술	22	3.46	0.88	0.52	0.16	.68		17. 긍정적 감정	49	3.25	1.00	0.40	0.29	.79	
	23	3.36	0.93	0.31	0.22	.66			50	3.14	0.97	0.27	0.23	.78	
	24	3.29	0.94	0.32	0.33	.60			51	3.16	0.95	0.36	0.25	.76	.78
9. 학습	25	3.04	1.08	0.25	0.77	.47		18. 부정적 감정	52	3.56	1.03	0.49	0.36	.64	
	26	3.67	0.90	0.54	0.03	.54			53	3.74	1.00	0.57	0.28	.61	
	27	3.35	0.95	0.34	0.31	.56			54	3.80	1.00	0.61	0.17	.59	

주. ICC(Item-Total Correlation)=문항-총점 상관