

한국판 자기용서심리검사(K-ESFI) 타당화 연구: 기독교 대학 재학생을 중심으로

박 은 수	유 진 희	지 원 근	신 성 만 [†]
한동대학교	위스콘신 대학교 매디슨	한동대학교	
심리학과	재활상담자교육학과	심리학과	
석사과정	박사과정	교수	

본 연구는 Kim 등(2022)이 개발한 자기용서심리검사(Enright Self-Forgiveness Inventory)를 한국어로 번역하고, 신뢰도와 타당도를 검증하는 데 목적이 있다. 이를 위해 원저자의 동의를 얻은 후, 원척도를 번역 및 역번역하였으며, 전문가를 대상으로 내용 동등성을 확인하여 최종 문항을 확정하였다. 자료분석에는 국내 기독교 대학에 재학 중인 대학생 270명(남자 100명, 여자 170명)의 데이터를 활용하여 확인적 요인분석, 신뢰도 분석, 상관분석, 위계적 회귀분석을 실시하였다. 결과는 다음과 같다. 첫째, 확인적 요인분석을 실시한 결과, 원척도와 동일하게 긍정적 정서, 부정적 정서, 긍정적 행동, 부정적 행동, 긍정적 인지, 부정적 인지의 6개 특수요인과 자기용서 일반요인으로 구성된 bifactor 모형을 확인하였다. 둘째, 자기용서심리검사의 신뢰도를 검증하여 본 척도가 신뢰롭고 타당한 척도임을 확인하였다. 셋째, 자기용서 척도, 부정적 정서 척도, 사회적 정향성 척도, 삶의 의미 척도, 성격 5요인 척도와의 상관분석 및 위계적 회귀분석을 실시하여 척도의 타당도를 확인하였다. 끝으로 이러한 결과를 중심으로 본 연구의 의의 및 제한점, 추후 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 자기용서, 타당화, 자기용서심리검사, bifactor 모형

[†] 교신저자(Corresponding author): 신성만, (37554) 경북 포항시 북구 흥해읍 한동로 558 한동대학교 심리학과 교수, Tel: 054-260-1333, E-mail: sshin@handong.edu



Copyright ©2026, The Korean Health Psychological Association. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

인간은 살아가며 다양한 갈등을 경험한다. 갈등은 타인과의 관계에서 비롯되기도 하지만, 개인이 세운 도덕적 기준을 위반하는 상황에서 개인 내적인 갈등이 발생하기도 한다. 이러한 도덕적 갈등은 죄책감 그리고 수치심과 같은 복합적인 감정을 유발하여 내적 긴장과 심리적 고통의 원인이 된다. 이에 내적 고통을 해소하고 심리적 안정을 회복하기 위한 방법으로 자기용서가 주목 받아왔다.

자기용서에 대한 초기 논의는 철학자들에 의해 시작되었다. Horsbrugh(1974)는 자기용서를 객관적인 잘못이나 과오 이후 자신에 대한 부정적인 감정을 해소하고, 선의와 자기존중을 회복하는 과정으로 정의하였으며, 이후 다양한 철학자들이 자기용서의 중요성을 논의하였다(Dillon, 2001; Holmgren, 1998). 심리학 분야에서는 Enright 등(1996)이 자기용서를 ‘자신의 잘못을 인정하고, 자기에 대한 분노를 내려놓음과 동시에 자신에 대한 연민, 관대함, 그리고 사랑을 기르려는 의지’라고 정의하였다. 이후 Hall과 Fincham(2005)의 논문 ‘Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research’가 발표되면서 심리학 분야에서 자기용서에 대한 체계적인 연구가 점차 확대되기 시작하였다.

Enright와 Fitzgibbons(2015)는 Simon(1986)이 제시한 아리스토텔레스의 도덕적 덕목의 정의를 근거로 용서가 도덕적 덕목으로서의 특징을 충족함을 제시하였다. 구체적으로, 용서는 인간과 타인의 복지를 증진하는 선한 행위로서 도덕적 선을 지향하며, 이를 실천하는 사람은 해당 행동의 도덕적 의미를 인식한 상태에서 용서하기를 자발적이고, 의식적으로 선택한다. 또한 용서는 단순히 분노를 억제하거나 포기하는 것을 넘어, 피해자와 가해자

모두를 고려한 사랑과 존중을 포함하며, 시간과 상황, 대상에 걸쳐 일관되게 실천될 때 그 도덕적 가치가 온전히 발현된다. 이러한 용서의 특징은 대인 간 용서뿐 아니라 자기용서에도 동일하게 적용되며, 자기용서 또한 도덕적 덕목의 실천으로 이해될 수 있다(Kim & Enright, 2014).

자기용서는 단순히 자신의 잘못을 수용하거나 자기정당화를 하는 것이 아니라, 자신의 잘못을 객관적으로 인식하고, 잘못으로 인해 발생한 피해에 대한 책임을 받아들이며, 그 과정에서 발생하는 죄책감, 후회, 수치심 같은 부정적 정서를 충분히 경험한 후에도 자신을 향한 연민, 관대함, 사랑을 함양하려는 의지를 의미한다(Enright & The Human Development Study Group, 1996; Hall & Fincham, 2005; Wenzel et al., 2012). 이러한 관점에서 연구자들은 자기용서가 단순한 자기 위로나 자기합리화로 오해될 가능성을 지적하며, 진정한 자기용서와 거짓 자기용서를 구분할 필요성을 제기해왔다(Hall & Fincham, 2005). 진정한 자기용서는 자신의 잘못을 객관적으로 인식하고 책임을 수용하며, 자신의 가치와 도덕적 신념을 재확인하는 과정을 포함한다(Kim & Enright, 2014). 이러한 과정은 정서적, 인지적, 행동적 측면에서의 변화를 촉진하여 자신에 대한 호의적인 인식과 감정을 회복하고, 자기 자신을 사랑하며 돌보는 행동적 실천으로까지 이어진다(Griffin et al., 2018; Woodyatt & Wenzel, 2013). 나아가 진정한 자기용서는 자기 신뢰, 자기관리, 타인에 대한 공감과 화해 의지 등 대인관계적 역량 향상에도 기여할 수 있다(Woodyatt & Wenzel, 2013).

한편, 자기용서는 자기자비(self-compassion)

와 개념적으로 밀접한 관련이 있으나 두 개념을 동일한 것으로 보기는 어렵다. 자기자비는 실패, 좌절, 불운 등 고통을 경험하는 자기 자신에게 친절과 이해를 보내는 태도적 특성으로(Neff, 2003), 반드시 자신의 도덕적 위반을 전제하지 않는다. 반면 자기용서는 객관적 잘못의 존재와 그에 대한 책임 수용을 선행 조건으로 하며, 도덕적 위반의 인식에서 출발하여 부정적 정서를 충분히 경험한 뒤에도 자기 존중을 회복하는 시간적·과정적 구조를 지닌다(Enright & The Human Development Study Group, 1996; Hall & Fincham, 2005). 즉 자기자비가 고통에 대한 반응이라면, 자기용서는 자신이 초래한 잘못에 대한 도덕적 반응이라는 점에서 구별된다. 나아가 도덕적 위반 상황에서 책임 수용 없이 자기자비가 적용될 경우, 이는 고통의 완화에는 기여할 수 있으나 도덕적 성찰을 우회하는 방식으로 기능할 위험이 있다(Woodyatt et al., 2017). 이러한 점에서 자기자비는 자기용서의 과정을 촉진하는 구성 요소이자 그 결과로 나타날 수 있으나(Fisher & Exline, 2010), 자기용서와 동일한 구성개념으로 보기는 어렵다.

자기용서의 개념적 경계를 명확히 하지 않거나 책임 수용의 과정이 간과될 경우, 자기용서는 도덕적 성찰과 변화가 결여된 형태로 나타날 수 있다. 이러한 형태의 자기용서는 자신의 잘못을 인정하지 않은 채 피해자를 탓하거나 변명, 합리화, 도덕적 무관심 등 방어적 전략을 사용하여 단기적으로 긍정적 자기 존중을 회복하려는 시도로, 이를 거짓 자기용서라고 한다(Fisher & Exline, 2006; Hall & Fincham, 2005; Tangney et al., 2005). 거짓 자기용서는 장기적으로 도덕적 성찰과 행

동 변화, 관계 회복을 방해하며, 죄책감과 수치심을 회피함으로써 학습과 성장의 기회를 상실하게 하고, 반복적인 자기방어와 자기기만으로 이어질 위험이 있다(Woodyatt & Wenzel, 2013). 따라서 자기용서는 단순한 자기 위로나 자기 정당화와 구별되는 개념으로 이해될 필요가 있으며, 진정한 자기용서와 거짓 자기용서를 구분하는 개념적 틀을 바탕으로 자기용서의 심리적 기능과 적응적 역할을 보다 체계적으로 탐색할 필요가 있다.

최근 연구에서는 자기용서가 정서적 고통을 완화하고 자기수용과 심리적 회복을 촉진하는 핵심 요인으로 확인되면서, 상담 및 임상 장면에서 그 중요성이 점차 부각되고 있다(Ross et al., 2007; Wohl et al., 2008). Davis 등(2015)의 메타분석 결과에 따르면, 자기용서는 신체적 건강, 심리적 웰빙, 그리고 삶의 만족과 정적 상관을 보였다. 또한 자기용서는 자기자비, 관대함, 자기 자신에 대한 사랑을 증진시키는 역할을 하는 것으로 보고된다(Fisher & Exline, 2010). 반면, 낮은 수준의 자기용서는 분노, 수치심, 불안, 삶의 불만족, 열악한 정신건강 등과 관련되는 것으로 보고되었다(Macaskill, 2012).

자기용서 개념에 대한 이론적·경험적 연구가 축적됨에 따라, 자기용서를 정량적으로 평가하기 위한 측정 도구 개발 역시 활발히 이루어졌다. Tangney 등(1999)이 개발한 Multidimensional Forgiveness Inventory는 자기용서를 포함한 최초의 다차원적 용서 척도로, 타인 용서, 용서를 구함, 자기용서의 세 하위척도를 포함한다. 이외에도 Thompson 등(2005)의 Heartland Forgiveness Scale은 자기 자신, 타인, 상황에 대한 용서를 측정하기 위

한 목적으로 개발되었다. 그러나 두 척도 모두 자기용서의 특성을 측정할 뿐, 도덕적 덕목으로서의 자기용서 과정을 반영하지 못한 한계가 존재한다. Wohl 등(2008)의 State Self-Forgiveness Scale는 자기용서의 상태적 측면을 최초로 측정한 도구로, 정서·행동의 하위척도와 신념 하위척도를 포함한다. 해당 척도는 도덕적 맥락을 일부 반영했으나, 거짓 자기용서(pseudo self-forgiveness)를 충분히 구별하지 못하고 자기돌봄과 같은 행동적 실천 차원을 고려하지 못한 한계가 존재한다. Woodyatt와 Wenzel(2013)의 Differentiated Processes of Self-Forgiveness Scale은 진정한 자기용서, 자기처벌적 자기용서, 거짓 자기용서의 세 하위척도로 구성되어, 진정한 자기용서와 거짓 자기용서를 구분하려고 시도하였다. 그러나 자기용서의 핵심 원리인 선행 개념의 강조가 부족하다는 지적이 존재한다. Griffin 등(2018)의 Self-Forgiveness Dual-Process Scale는 사회인지이론 관점에서 가치 제지향과 자존감 회복의 2요인 모델을 제시하였다. 해당 척도는 본 연구의 이론적 틀과 가장 근접하지만, 잘못된 인식을 전제 조건이 아닌 과정의 일부로 포함하였고, 정서적 결과에 지나치게 초점을 두어 행동적·인지적 측면이 충분히 반영되지 않은 한계가 존재한다. 한국에서는 김병직 등(2013)이 자기용서 척도를 개발하였으며, 홍현기 등(2016)은 한국판 기질적 용서척도(K-HFS)를 타당화하여 자기용서, 상황용서, 타인용서를 측정할 수 있도록 하였다. 그러나 이러한 척도들은 자기용서를 구성하는 인지·정서·행동적 차원의 긍정 요인과 부정 요인을 통합적으로 측정하는 데 한계가 있다.

지금까지 개발된 자기용서 척도들은 각기

다른 이론적 배경과 측정 관점을 갖고 있으나, 이들 모두 공통적으로 도덕적 덕목의 관점에서 자기용서를 충분히 반영하지 못하였다. 특히 대부분의 척도가 성향적 자기용서나 정서적 결과에 초점을 두어, 도덕적 위반 상황에서 나타나는 자기용서의 정서, 행동, 인지의 실천적 차원을 통합적으로 포착하는 데 한계를 보였다. 반면, Kim 등(2022)이 개발한 Enright Self-Forgiveness Inventory(ESFI)는 자기용서를 도덕적 덕목의 관점에서 개념화하여 정서, 행동, 인지 영역에서 나타나는 긍정적 반응과 부정적 반응을 구분하고 이를 6개의 하위척도로 측정하도록 구성된 척도이다. 이는 자기용서를 자기 자신을 향한 도덕적 실천의 과정으로 이해하고 이를 정서, 행동, 인지의 통합적 관점에서 포착한다는 점에서 기존 자기용서 척도들과 차별성을 지닌다. 또한 진정한 자기용서와의 구별을 위해 5개의 거짓 자기용서 판별 문항을 별도로 포함하고 있어 진정한 자기용서와 거짓 자기용서를 구분할 수 있다는 장점이 있다.

ESFI가 지닌 학술적·임상적 유용성에도 불구하고, 아직 국내에는 이를 타당화하여 소개한 연구가 제한적인 실정이다. 이에 본 연구에서는 Kim 등(2022)이 개발한 ESFI를 한국어로 번안 및 타당화하여 그 요인 구조와 심리측정적 특성을 검증하고자 한다. 본 연구를 통해 자기용서를 도덕적 덕목 관점에서 측정할 수 있는 객관적 측정도구를 마련함으로써, 향후 국내 자기용서 연구 및 실천적 개입을 위한 고유한 측정 기반을 제공할 수 있을 것이다.

방 법

측정도구

참여자

본 연구는 연구 참여를 자발적으로 희망하는 국내 기독교 대학 재학생 314명을 대상으로 온라인 설문을 실시하였다. 수집된 자료 중 불성실한 응답 10명과 거짓 자기용서에 해당하는 응답 34명을 제외한 총 270명의 자료를 최종 분석에 사용하였다. 최종 분석 대상은 남학생 100명(37.0%), 여학생 170명(63.0%)이었으며, 평균 연령은 22.7세($SD=2.20$)이었다. 그 외의 인구통계학적 특성은 표 1에 제시하였다.

표 1. 인구사회학적 특성 ($N=270$)

변인	구분	인원 (명)	백분율 (%)
나이 (Mean, SD)	22.7(2.20)		
성별	남자	100	37.0
	여자	170	63.0
종교	기독교	249	92.2
	무교	21	7.8
소득	180만원 미만	48	17.8
	180만원~300만원	37	13.7
	300만원~420만원	39	14.4
	420만원~540만원	35	13.0
	540만원~600만원	25	9.3
	600만원~790만원	35	13.0
	790만원 이상	51	18.9

한국판 자기용서심리검사(K-ESFI). 본 연구에서는 Kim 등(2022)이 개발한 자기용서심리검사(ESFI)를 번안하여 사용하였다. ESFI는 응답에 앞서 참여자가 자신의 가장 최근 자기 위반 경험을 회상하도록 하는 지시문과, 해당 사건의 심각도, 타인 관련 여부, 경과 시점, 당시 행동 등을 확인하는 사전 질문을 포함한다. 사전 질문은 응답 맥락을 설정하기 위한 것으로 총점 산출에 포함되지 않는다. 척도는 총 30문항으로 긍정적 정서(1, 2, 3, 4, 9), 부정적 정서(5, 6, 7, 8, 10), 긍정적 행동(11, 12, 14, 16, 18), 부정적 행동(13, 15, 17, 19, 20), 긍정적 인지(24, 25, 27, 29, 30), 부정적 인지(21, 22, 23, 26, 28)의 6개 하위요인으로 구성되어 있으며, 6점 Likert 척도를 사용한다. 총점은 30점~180점으로, 각 문항의 총합이 높을수록 자기용서 수준이 높음을 의미한다. 아울러 본 척도에는 진정한 자기용서와 구별되는 거짓 자기용서를 탐지하기 위한 5개의 문항(31~35)이 별도로 포함되어 있다. 원칙도 개발자의 지침에 따라 해당 5개 문항의 총합이 20점을 초과하는 응답자는 분석에서 제외한다. Kim 등(2022)의 연구에서 전체 Cronbach's α 는 .96이었으며, 정서 .96(전체)/.95(긍정)/.94(부정), 행동 .94/.91/.91, 인지 .96/.94/.94로 나타났다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 전체 .95, 정서 .91/.88/.86, 행동 .78/.68/.74, 인지 .92/.87/.87로 나타났으며, McDonald's ω 는 전체 .95, 정서 .91/.88/.86, 행동 .79/.69/.75, 인지 .92/.88/.88로 나타났다.

자기용서 척도(SFS). 본 연구에서는 김병직 등(2013)이 개발 및 타당화한 자기용서 척도(SFS)를 사용하였다. SFS는 총 19문항으로 수용과 개선, 책임 인정, 부정적 정서·사고·행동의 3개 하위요인으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도를 사용한다. 총점은 19점~95점으로, 각 문항의 총합이 높을수록 자기용서 수준이 높음을 의미한다. 김병직 등(2013)의 연구에서 전체 Cronbach's α 는 .87이었으며, 수용과 개선 .91, 책임 인정 .76, 부정적 정서·사고·행동 .82로 나타났다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 전체 .88, 수용과 개선 .92, 책임 인정 .70, 부정적 정서·사고·행동 .86으로 나타났으며, McDonald's ω 는 전체 .89, 수용과 개선 .93, 책임 인정 .73, 부정적 정서·사고·행동 .86으로 나타났다.

부정적 정서 척도(DASS-21). 본 연구에서는 Lovibond와 Lovibond(1995)가 개발한 부정적 정서 척도(DASS-21)를 Lee 등(2019)이 번안 및 타당화한 한국어판 부정적 정서 척도를 사용하였다. DASS는 총 21문항으로 우울, 불안, 스트레스의 3개 하위요인으로 구성되어 있으며, 4점 Likert 척도를 사용한다. 총점은 0점~63점으로, 각 문항의 총합이 높을수록 부정적 정서 수준이 높음을 의미한다. Lee 외(2019)의 연구에서 전체 Cronbach's α 는 .93이었으며, 우울 .81, 불안 .84, 스트레스 .85로 나타났다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 전체 .94, 우울 .88, 불안 .86, 스트레스 .87로 나타났으며, McDonald's ω 는 전체 .95, 우울 .89, 불안 .86, 스트레스 .87로 나타났다.

사회적 정향성 척도(MC-SDS). 본 연구에서는 Crowne과 Marlowe(1960)가 개발한 사회

적 정향성 척도(MC-SDS)를 설현수 등(2005)이 번안 및 타당화한 한국어판 사회적 정향성 척도를 사용하였다. MC-SDS는 총 33문항으로 사회적으로 바람직한 것으로 인정받는 행동이지만 실제로는 발생하기 힘든 행동을 측정하는 18문항과 사회적으로 바람직하지 않은 행동이지만 실제로는 발생할 확률이 높은 행동을 측정하는 15문항으로 구성되어 있으며, 이분형 척도로 평정한다. 총점은 0~33점으로 총합이 높을수록 사회적 정향성 수준이 높음을 의미한다. 설현수 등(2005)의 연구에서 전체 Cronbach's α 는 .73으로 나타났다. 본 연구에서 전체 문항의 Cronbach's α 는 .68로 나타났으며, McDonald's ω 는 .68로 나타났다.

삶의 의미 척도(MLQ). 본 연구에서는 Steger 등(2006)이 개발한 삶의 의미 척도(MLQ)를 원두리 등(2005)이 번안 및 타당화한 한국판 삶의 의미 척도를 사용하였다. MLQ는 의미 존재, 의미 추구의 2개 하위요인으로 구성되어 있으며, 7점 Likert 척도를 사용한다. 총점은 10점~70점으로, 각 문항의 총합이 높을수록 삶의 의미 수준이 높음을 의미한다. 원두리 등(2005)의 연구에서 전체 Cronbach's α 는 .90이었으며, 의미 존재 .88, 의미 추구 .88로 나타났다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 전체 .89, 의미 존재 .91, 의미 추구 .90으로 나타났으며, McDonald's ω 는 전체 .90, 의미 존재 .91, 의미 추구 .90으로 나타났다.

간편형 한국어 성격 5요인 척도(BFI-15). 본 연구에서는 John과 Srivastava(1999)가 개발한 성격 5요인 척도를 김지현 등(2011)이 번안 및 타당화한 간편형 한국어 성격 5요인

척도를 사용하였다. BFI는 신경증, 외향성, 개방성, 성실성, 우호성의 5개 하위요인으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도를 사용한다. 총점은 15~75점으로, 각 성격 요인별 총합이 높을수록 성격 특성의 수준이 높음을 의미한다. 김지현 등(2011)의 연구에서 각 요인의 Cronbach's α 는 신경증 .75, 외향성 .74, 개방성 .82, 성실성 .75, 우호성 .67로 나타났다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 신경증 .79, 외향성 .81, 개방성 .91, 성실성 .83, 우호성 .75로 나타났으며, McDonald's ω 는 신경증 .81, 외향성 .81, 개방성 .91, 성실성 .83, 우호성 .78로 나타났다.

연구절차

본 연구진이 ESFI를 번역 및 타당화하기 위해 진행한 연구절차는 다음과 같다. 먼저 원척도 개발자로부터 척도 사용에 대한 허가를 받았으며, 한동대학교 생명윤리위원회의 승인을 받아 연구를 진행하였다(승인번호: 2025-HGUA024).

설문 문항의 언어적 동등성과 문화적 적합성을 확보하기 위해 Beaton 등(2000)이 제시한 번안 및 문화적 적합화 지침에 따라 번역 절차를 실시하였다. 먼저 자기용서심리검사 원문을 영어에서 한국어로 옮기는 정번역(forward translation)을 수행하였다. 연구진이 전체 문항을 한국어로 번안한 후, 상담학 전공 교수 1인과 교육심리학 전공 교수 1인이 번안된 문항을 검토하여 표현의 적절성과 의미 전달의 정확성을 중심으로 수정 및 보완하였다. 번안 과정에서 일부 개념 번역의 적절성을 확인하기 위해 원척도 개발자와의 확인 절차를 추가적으로 실시하였다. 원

척도의 지시문에 포함된 'self-offense'라는 표현은 한국어 번안 과정에서 '자기위반(self-transgression)'으로 번역되었으며, 해당 번역의 적절성을 확인하기 위해 원척도 개발자에게 문의하였다. 이에 대해 원척도 개발자로부터 두 표현이 의미적으로 동등하다는 답변을 받아 해당 번역을 유지하여 번안 절차를 진행하였다. 다음으로, 통번역 박사 학위를 소지한 전문가 1인이 번안된 문항을 영어로 역번역(back translation)하였으며, 원문 문항과 역번역된 문항 간 의미의 일치 여부를 확인하기 위해 통번역학 전공 교수 1인, 임상심리학 전공 교수 1인, 상담심리학 전공 교수 1인이 참여하여 내용 동등성 평정을 실시하였다. 평정은 5점 Likert 척도를 사용하여 이루어졌으며, 평정자들은 원문 문항과 역번역 문항 간 의미의 동등성을 기준으로 평가하였다. 그 결과 모든 문항의 평균 평점이 4점 이상으로 나타나 내용 동등성에 문제가 없는 것으로 판단되어 한국판 자기용서심리검사의 최종 문항을 확정하였다.

자료수집은 한동대학교 온라인 커뮤니티를 통해 연구 홍보글과 설문 URL을 배포하는 방식으로 약 4주간 이루어졌다. 설문 시작 전 연구에 대한 기본적인 설명을 제공하였으며, 자발적으로 동의한 경우에 한하여 설문을 진행하였다. 설문 진행 중 응답자가 원할 경우 언제든지 중단할 수 있으며 이 경우 관련 정보는 모두 파기된다는 점을 안내하였다. 설문 완료 후에는 보상으로 기프티콘을 지급하였다.

자료분석

본 연구에서는 SPSS 26.0과 R 4.3.0.을 사용

하여 자료를 분석하였다. 첫째, 분석 자료의 특성을 알아보기 위해 기술통계 분석을 실시하였다. 둘째, 본 연구는 원척도(Kim et al., 2022)에서 이미 확립된 요인구조를 한국 표본에서 검증하는 것을 목적으로 하므로, 탐색적 요인분석은 실시하지 않고 이론 기반의 확인적 요인분석을 실시하였다. 셋째, 한국판 ESFI의 신뢰도를 확인하기 위해 내적 일치도를 산출하였다. 마지막으로 ESFI의 타당도를 검증하기 위해 ESFI와 관련 변인과의 상관분석 및 위계적 회귀분석을 실시하였다.

결 과

기술통계

본 연구 자료의 정규성을 확인하기 위해 Shapiro-Wilk 검증을 실시하였으며, 왜도와 첨도 값을 검토하였다. 분석 결과 자기용서의 문항의 Shapiro-Wilk 검증 p-value는 .05 이하로 유의하였지만, 각 문항의 왜도는 -0.73에서 1.71 범위로 나타났고 첨도는 -1.00에서 2.75 범위로 나타났다. 추가적인 Q-Q Plot을 통한 시각적 검토에서 비정규성이 관찰되지 않았으며, 왜도와 첨도의 절댓값이 각각 2와 7을 넘지 않아 정규성 가정을 충족하는 것으로 판단하였다(Lei & Lomax, 2005). 본 척도의 문항별 평균, 표준편차, 왜도, 첨도에 대한 결과는 표 2에 제시하였다.

확인적 요인분석

K-ESFI의 구성타당도를 검증하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 분석 모형은 Kim 등(2022)의 연구에서 제시된 4가지 이론

표 2. K-ESFI 문항별 기술통계 ($N=270$)

		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Sk</i>	<i>Ku</i>
A	PA_1	4.10	1.25	-0.47	-0.37
	PA_2	3.98	1.30	-0.25	-0.61
	PA_3	4.31	1.22	-0.60	-0.05
	PA_4	4.37	1.19	-0.30	-0.32
	PA_5	3.82	1.22	-0.30	-0.31
	NA_1	2.59	1.26	0.79	-0.02
	NA_2	2.31	1.30	0.80	-0.37
	NA_3	2.73	1.38	0.50	-0.62
	NA_4	2.54	1.31	0.67	-0.31
	NA_5	3.31	1.44	-0.02	-0.93
B	PB_1	4.65	.96	-0.73	0.38
	PB_2	4.13	1.27	-0.45	-0.52
	PB_3	4.25	1.20	-0.54	0.01
	PB_4	4.04	1.23	-0.57	-0.23
	PB_5	4.21	1.12	-0.43	-0.01
	NB_1	3.16	1.33	0.16	-0.87
	NB_2	2.69	1.13	0.66	0.08
	NB_3	2.63	1.32	0.51	-0.69
	NB_4	2.67	1.31	0.46	-0.72
	NB_5	2.56	1.37	0.62	-0.57
C	PC_1	4.46	1.05	-0.44	0.19
	PC_2	4.76	1.07	-0.70	0.27
	PC_3	4.23	1.36	-0.43	-0.69
	PC_4	4.52	1.12	-0.53	-0.13
	PC_5	4.38	1.17	-0.43	-0.13
	NC_1	2.24	1.27	0.90	0.13
	NC_2	3.06	1.44	0.08	-1.00
	NC_3	1.82	1.17	1.71	2.75
	NC_4	2.35	1.28	0.81	-0.06
	NC_5	1.91	1.07	1.33	1.66

주. A: 자기용서_정서, B: 자기용서_행동, C: 자기용서_인지, PA: 자기용서_긍정적 정서, NA: 자기용서_부정적 정서, PB: 자기용서_긍정적 행동, NB: 자기용서_부정적 행동, PC: 자기용서_긍정적 인지, NC: 자기용서_부정적 인지.

기본 모형에 2차 요인 모형을 추가하여, 총 5개 모형을 검증하였다. 각 모형의 적합도 판단을 위해 χ^2 (Chi-Squared), CFI(Comparative Fit Index), RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation), SRMR(Standardized Root Mean Square Residual)를 평가지표로 사용하였다. χ^2/df 는 3 이하일 때 수용 가능하지만 표본 크기에 민감하여 다른 적합도 지표와 함께 사용하는 것이 권장된다(Hu & Bentler, 1999). CFI는 값이 .90 이상일 경우 양호한 적합도로 간주되며(Schumacker & Lomax, 2004), RMSEA는 .08 이하일 때 수용 가능한 적합도(Browne & Cudeck, 1992)로, SRMR은 .05 이하일 때 수용 가능한 적합도로 판단된

표 3. K-ESFI 이론 기반 모델 구조 비교 ($N=270$)

Model	$\chi^2(df)$	RMSEA [90% CI]	CFI	SRMR	요인 간 상관	
1	1요인	1707(405)	.109[0.104, 0.114]	.734	.076	-
2	3요인	1499(402)	.101[0.095, 0.106]	.776	.073	A~B .763
						A~C .907
						B~C .762
3	6요인	1090(390)	.082[0.076, 0.087]	.857	.063	PA~NA -.741
						PA~PB .649
						PA~NB -.642
						PA~PC .788
						PA~NC -.744
						NA~PB -.568
						NA~NB .752
						NA~PC -.781
						NA~NC .912
						PB~NB -.699
4	2차 요인	1145(399)	.083[0.078, 0.089]	.847	.078	PB~PC .709
						PB~NC -.614
						NB~PC -.634
						NB~NC .747
5	bifactor	998(375)	.078[0.073, 0.084]	.873	.058	PC~NC -.858
						-

주. $\chi^2(df)$: chi-square test of model fit (degrees of freedom); RMSEA [CI]: root mean square error of approximation [90% confidence interval]; CFI: comparative fit index; SRMR: standardized root mean square residual; A: 자기용서_정서, B: 자기용서_행동, C: 자기용서_인지, PA: 자기용서_긍정적 정서, NA: 자기용서_부정적 정서, PB: 자기용서_긍정적 행동, NB: 자기용서_부정적 행동, PC: 자기용서_긍정적 인지, NC: 자기용서_부정적 인지.

표 4. K-ESFI bifactor 모형의 표준화 계수 및 신뢰도 ($N=270$)

		특수(집단)요인						일반요인
		정서		행동		인지		ESFI
		긍정	부정	긍정	부정	긍정	부정	
A	PA_1	.636***						.584***
	PA_2	.574***						.676***
	PA_3	.340***						.761***
	PA_4	.340***						.720***
	PA_5	.227***						.478***
	NA_1		.219***					-.595***
	NA_2		.416***					-.720***
	NA_3		.351***					-.726***
	NA_4		.382***					-.769***
	NA_5		.174*					-.586***
B	PB_1			.437***				.235***
	PB_2			.762***				.584***
	PB_3			.617***				.312***
	PB_4			.156*				.248***
	PB_5			.207***				.629***
	NB_1				.048			-.292***
	NB_2				.217***			-.489***
	NB_3				.222***			-.635***
	NB_4				.603***			-.394***
	NB_5				.642***			-.571***
C	PC_1					.265***		.670***
	PC_2					.259***		.719***
	PC_3					.246***		.565***
	PC_4					.342***		.797***
	PC_5					.518***		.709***
	NC_1						.300***	-.731***
	NC_2						.206**	-.563***
	NC_3						.348***	-.755***
	NC_4						.360***	-.797***
	NC_5						.046	-.774***
Cronbach' s α		.88	.86	.68	.74	.87	.87	.95
		.91		.78		.92		
McDonald' s ω		.88	.86	.69	.75	.88	.88	.95
		.91		.79		.92		

주. ESFI: 자기용서, A: 자기용서_정서, B: 자기용서_행동, C: 자기용서_인지, PA: 자기용서_긍정적 정서, NA: 자기용서_부정적 정서, PB: 자기용서_긍정적 행동, NB: 자기용서_부정적 행동, PC: 자기용서_긍정적 인지, NC: 자기용서_부정적 인지.

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

다(Little, 2013). 각 모형의 적합도 지수는 표 3에 제시하였다.

분석결과 단일요인 모형(Model 1)은 RMSEA=.109, CFI=.734, SRMR=.076으로 나타나 전반적으로 수용 기준을 충족하지 못하였으며, 3요인 모형(Model 2) 역시 RMSEA=.101, CFI=.776, SRMR=.073으로 적합도가 충분하지 않은 것으로 확인되었다. 이에 비해, 정서(Affection), 행동(Behavior), 인지(Cognition)를 긍정 및 부정 차원으로 구분한 6요인 모형(Model 3)은 RMSEA=.082, CFI=.857, SRMR=.063으로 상대적으로 개선된 적합도를 보였다. 6요인 모형에서 요인 간 상관을 살펴보면, 긍정적 정서와 부정적 정서 간에는 높은 부적 상관($r=-.741$)이 나타났으며, 긍정적 인지와 부정적 인지 간에는 매우 높은 부적 상관($r=-.858$)이 확인되었다. 또한 일부 요인 간에서도 높은 정적 상관(예: NA와 NC 간 $r=.912$)이 관찰되었다. 이는 하위요인들이 상호 밀접하게 관련되어 있으며, 상위 수준의 공통 요인을 가정할 필요성을 시사한다. 이러한 점을 반영하여 2차 요인 모형(Model 4)을 검증한 결과, RMSEA=.083, CFI=.847, SRMR=.078로 6요인 모형과 유사한 수준의 적합도를 보였다. 반면, bifactor 모형(Model 5)은 RMSEA=.078, CFI=.873, SRMR=.058로, CFI 값이 기준을 약간 밑돌았지만, 비교 모형들 중 상대적으로 가장 우수한 적합도를 나타냈다. 이러한 결과는 ESFI가 단일 차원 또는 단순 다요인 구조라기보다 정서, 행동, 인지 영역의 긍정 및 부정 특수요인과 일반요인이 함께 반영된 구조일 가능성을 시사한다. bifactor 모형의 표준화 계수 및 신뢰도는 표 4에 제시하였다.

내적 일치도

K-ESFI의 내적 일치도를 확인하기 위하여 Cronbach's α 와 McDonald's ω 를 산출하였다. 분석 결과, Cronbach's α 는 전체 .95, 정서 .91(전체), .88(긍정), .86(부정), 행동 .78(전체), .68(긍정), .74(부정), 인지 .92(전체), .87(긍정), .87(부정)로 나타났으며, McDonald's ω 는 전체 .95, 정서 .91(전체), .88(긍정), .86(부정), 행동 .79(전체), .69(긍정), .75(부정), 인지 .92(전체), .88(긍정), .88(부정)로 나타났다.

수렴타당도

본 연구에서는 수렴타당도(convergent validity)를 검증하기 위해 구조방정식 모형(SEM)을 활용하여 ESFI와 SFS(자기용서) 간의 관계를 분석하였으며, 결과는 표 5에 제시하였다. 구조방정식 모형의 적합도는 $\chi^2(1073)=2182$, $p<.001$, RMSEA=.062 [0.058, 0.066], SRMR=.058, CFI=.866로 나타나 수용 가능한 수준으로 확인되었다. 분석 결과, 수용과 개선 요인은 ESFI와 높은 수준의 정적 상관($r=.802$, $p<.001$)을 보였으며, 부정적 정서·사고·행동 요인은 ESFI와 높은 수준의 부적 상관($r=-.708$, $p<.001$)을 보였다.

준거타당도

본 연구에서는 준거타당도(criterion validity)를 검증하기 위해 구조방정식 모형(SEM)을 활용하여 ESFI와 DASS(우울, 불안, 스트레스)의 하위요인 간의 관계를 분석하였으며, 결과는 표 5에 제시하였다. 구조방정식 모형의 적합도는 $\chi^2(1170)=2407$, $p<.001$; RMSEA=.063

[0.059, 0.066]; SRMR=.057; CFI=.855로 나타나 수용 가능한 수준으로 확인되었다. 분석 결과 ESFI는 DASS의 우울($r=-.830$, $p<.001$), 불안($r=-.536$, $p<.001$), 스트레스($r=-.641$, $p<.001$) 요인과 모두 유의한 부적 상관을 보였다.

판별타당도

본 연구에서는 판별타당도(discriminant validity)를 검증하기 위해 구조방정식 모형

(SEM)을 활용하여 ESFI와 SD(사회적 정향성)의 하위요인 간의 관계를 분석하였으며, 결과는 표 5에 제시하였다. 구조방정식 모형의 적합도는 $\chi^2(421)=1064$, $p<.001$, RMSEA=.075 [0.070, 0.081], SRMR=.057, CFI=.871로 나타나 수용 가능한 수준으로 확인되었다. 분석 결과 ESFI는 SD의 귀인($r=.272$, $p<.001$), 부인($r=.295$, $p<.001$) 요인과 모두 유의한 정적 상관을 보였다.

표 5. K-ESFI bifactor 모형 타당도 ($N=270$)

수렴타당도(convergent validity)								
잠재변수	정서		행동		인지		ESFI	
	긍정	부정	긍정	부정	긍정	부정		
SFS	A	-.018	.080	-.008	-.028	-.027	.107	.802***
	R	.034	-.092	-.257*	.029	.106	.133	-.057
	N	.039	.184	.025	.253	.046	.031	-.708***
준거타당도(criterion validity)								
잠재변수	정서		행동		인지		ESFI	
	긍정	부정	긍정	부정	긍정	부정		
DASS	D	.043	-.054	.032	.084	.106	-.105	-.830***
	A	-.066	.157	-.029	.286	-.019	.080	-.536***
	S	-.106	.182	.001	.155	.042	.016	-.641***
판별타당도(discriminant validity)								
잠재변수	정서		행동		인지		ESFI	
	긍정	부정	긍정	부정	긍정	부정		
SD	A	.005	-.064	.153*	.182	.078	.070	.272***
	D	-.020	-.085	.170*	-.079	.068	-.067	.295***

주. SFS: 자기용서, SFS_A: 자기용서_수용과 개선, SFS_R: 자기용서_책임 인정, SFS_N: 자기용서_부정적 정서, 사고, 행동; DASS: 부정적 정서, DASS_D: 우울, DASS_A: 불안, DASS_S: 스트레스; SD: 사회적 정향성, SD_A: 사회적 정향성_귀인, SD_D: 사회적 정향성_부인.

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

표 6. 삶의 의미 및 부정적 정서에 대한 위계적 회귀분석 ($N=270$)

	Model coefficient		Model comparison		
	β	SR^2	Adjusted R^2	ΔR^2	F
Model_1 (종속변수: MLQ)					
Block 1 - Demographics			-.006	.006	.494
SEX	-.014				
AGE	-.005				
RELIGION	.072				
Block 2 - SFS			.151	.164***	17.310***
SEX	-.011				
AGE	-.029				
RELIGION	.038				
SFS_A	.461***				
SFS_R	.058				
SFS_N	-.107				
Block 3 - ESFI			.315	.176***	11.512***
SEX	-.039				
AGE	.041				
RELIGION	.051				
SFS_A	.095				
SFS_R	.001				
SFS_N	-.193**				
ESFI_PA	.122	.005			
ESFI_NA	-.082	.002			
ESFI_PB	.093	.006			
ESFI_NB	.032	.000			
ESFI_PC	.448***	.062			
ESFI_NC	.057	.001			
Model_2 (종속변수: DASS)					
Block 1 - Demographics			.000	.011	.967
SEX	-.099				
AGE	.055				
RELIGION	-.031				

표 6. 삶의 의미 및 부정적 정서에 대한 위계적 회귀분석 ($N=270$)

(계속)

	Model coefficient		Model comparison		
	β	SR^2	Adjusted R^2	ΔR^2	F
Block 2 - SFS			.322	.326***	43.170***
SEX	-.076				
AGE	.085				
RELIGION	-.008				
SFS_A	-.229***				
SFS_R	-.123*				
SFS_N	-.383***				
Block 3 - ESFI			.491	.177***	15.587***
SEX	-.090*				
AGE	-.012				
RELIGION	.005				
SFS_A	.070				
SFS_R	-.084				
SFS_N	-.106				
ESFI_PA	-.142*	.008			
ESFI_NA	-.337***	.031			
ESFI_PB	.019	.000			
ESFI_NB	-.181**	.016			
ESFI_PC	-.056	.001			
ESFI_NC	-.075	.001			

주. SEX: 성별, AGE: 나이, RELIGION: 종교, SFS: 자기용서, SFS_A: 자기용서_수용과 개선, SFS_R: 자기용서_책임 인정, SFS_N: 자기용서_부정적 정서, 사고 행동; DASS: 부정적 정서; MLQ: 삶의 의미; ESFI: 자기용서, ESFI_PA: 자기용서_긍정적 정서, ESFI_NA: 자기용서_부정적 정서, ESFI_PB: 자기용서_긍정적 행동, ESFI_NB: 자기용서_부정적 행동, ESFI_PC: 자기용서_긍정적 인지, ESFI_NC: 자기용서_부정적 인지.

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

증분타당도

본 연구에서는 증분타당도를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 준거변인으로는 MLQ와 DASS를 사용하였으며, 1단계에서는 성별, 연령, 종교를 통제변인으로 투

입하고, 2단계에서는 SFS의 하위요인을, 3단계에서는 ESFI의 하위요인을 추가로 투입하여 설명력의 증가를 확인하였다. 먼저, MLQ를 종속변수로 한 Model 1의 결과를 살펴보면, 1단계의 인구통계학적 변인은 유의한 설명력을 갖지 못하였다($\Delta R^2 = .006$, $F = 0.494$,

$p>.05$). 2단계에서 SFS 하위요인을 투입한 결과 설명력이 유의하게 증가하였으며($\Delta R^2=.164$, $F=17.310$, $p<.001$), 수용과 개선이 유의한 정적 예측변인($\beta=0.461$, $p<.001$)으로 나타난 반면 책임 인정($\beta=0.058$)과 부정적 정서, 사고, 행동($\beta=-0.107$)은 유의하지 않았다. 3단계에서 ESFI 하위요인을 추가 투입한 결과, 모형의 설명력은 유의하게 증가하였다($\Delta R^2=.176$, $F=11.512$, $p<.001$; Adjusted $R^2=.315$). 이때 SFS의 수용과 개선은 더 이상 유의하지 않았고($\beta=0.095$), 부정적 정서·사고·행동이 유의한 부적 예측변인($\beta=-0.193$, $p<.01$)으로 전환되었다. ESFI 하위요인 중에서는 긍정적 인지만이 유의한 정적 예측변인($\beta=0.448$, $p<.001$, $SR^2=.062$)으로 확인되었다.

다음으로, DASS를 종속변수로 한 Model 2의 결과를 살펴보면, 1단계의 인구통계학적 변인은 유의한 설명력을 갖지 못하였다($\Delta R^2=.011$, $\Delta F(3, 266)=0.967$, $p>.05$). 2단계에서 SFS 하위요인을 투입한 결과 설명력이 유의하게 증가하였으며($\Delta R^2=.326$, $\Delta F(3, 263)=43.170$, $p<.001$; Adjusted $R^2=.322$), 수용과

개선($\beta=-0.229$, $p<.001$), 책임 인정($\beta=-0.123$, $p<.05$), 부정적 정서·사고·행동($\beta=-0.383$, $p<.001$) 모두가 유의한 부적 예측변인으로 나타났다. 3단계에서 ESFI 하위요인을 추가한 결과, 모형의 설명력은 유의하게 증가하였으며($\Delta R^2=.177$, $\Delta F(6, 257)=15.587$, $p<.001$; Adjusted $R^2=.491$), 이때 SFS 하위요인들은 모두 유의하지 않았다. 반면 ESFI 하위요인 중 긍정적 정서($\beta=-0.142$, $p<.05$, $SR^2=.008$), 부정적 정서($\beta=-0.337$, $p<.001$, $SR^2=.031$), 부정적 행동($\beta=-0.181$, $p<.01$, $SR^2=.016$)은 유의한 예측변인으로 나타났다.

ESFI와 성격적 특성

본 연구에서는 원논문에서 추후 연구로 제안한 자기용서와 개인의 성격적 특성과의 관계를 살펴보기 위해 ESFI와 성격 5요인(Big Five)의 상관관계를 분석하였고, ESFI가 성격 5요인을 통제한 후에도 부정적 정서에 유의한 영향을 미치는지 검증하였으며, 결과는 표 7과 표 8에 제시하였다. 먼저, ESFI의 bifactor

표 7. K-ESFI bifactor 모형과 성격 5요인의 상관분석 ($N=270$)

잠재변수	정서		행동		인지		ESFI
	긍정	부정	긍정	부정	긍정	부정	
BFI	O	-.005	.218*	.019	.134	.280*	.333***
	C	-.124	-.082	.189*	.198	.027	.564***
	E	.004	-.040	.098	-.073	-.134	-.474***
	A	.064	-.022	.079	.036	.541**	.426***
	N	.114	.147	.001	.031	.115	-.801***

주. ESFI: 자기용서; BFI: 성격 5요인, BFI_O: 성격 5요인_개방성, BFI_C: 성격 5요인_성실성, BFI_E: 성격 5요인_외향성, BFI_A: 성격 5요인_우호성, BFI_N: 성격 5요인_신경증

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

표 8. 부정적 정서에 대한 위계적 회귀분석 ($N=270$)

	Model coefficient	Model comparison			
	β	SR^2	Adjusted R^2	ΔR^2	F
Model_ 1 (종속변수: MLQ)					
Block 1 - Demographics			.000	.011	.967
SEX	-.099				
AGE	.055				
RELIGION	-.031				
Block 2 - SFS			.416	.422***	38.881***
SEX	-.101*				
AGE	.017				
RELIGION	.003				
BFI_O	.007				
BFI_C	-.086				
BFI_E	-.039				
BFI_A	-.121*				
BFI_N	.559***				
Block 3 - ESFI			.521	.113***	10.605***
SEX	-.086				
AGE	-.016				
RELIGION	.010				
BFI_O	-.008				
BFI_C	-.011				
BFI_E	-.006				
BFI_A	-.053				
BFI_N	.294***				
ESFI_PA	-.095	.004			
ESFI_NA	-.232**	.014			
ESFI_PB	.006	.000			
ESFI_NB	-.194**	.020			
ESFI_PC	.050	.001			
ESFI_NC	-.079	.002			

주. DASS: 부정적 정서; ESFI: 자기용서, ESFI_PA: 자기용서_긍정적 정서, ESFI_NA: 자기용서_부정적 정서, ESFI_PB: 자기용서_긍정적 행동, ESFI_NB: 자기용서_부정적 행동, ESFI_PC: 자기용서_긍정적 인지, ESFI_NC: 자기용서_부정적 인지; BFI: 성격 5요인, BFI_O: 성격 5요인_개방성, BFI_C: 성격 5요인_성실성, BFI_E: 성격 5요인_외향성, BFI_A: 성격 5요인_우호성, BFI_N: 성격 5요인_신경증

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

모형과 성격 5요인(개방성, 성실성, 외향성, 우호성, 신경증)의 상관을 구조방정식 모형($\chi^2(df)=1758(870)$, $p<.001$; RMSEA=.062 [0.057, 0.066]; CFI=.878; SRMR=.057)을 통해 분석한 결과, ESFI의 일반요인과 개방성은 낮은 수준의 정적 상관($r=.33$, $p<.001$)을, 성실성은 중간 수준의 정적 상관($r=.56$, $p<.001$)을 외향성은 낮은 수준의 부적 상관($r=-.47$, $p<.001$)을, 우호성은 중간 수준의 정적 상관($r=.43$, $p<.001$)을, 신경증은 높은 수준의 부적 상관($r=-.80$, $p<.001$)을 보였다. 다음으로, DASS를 종속변수로 하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 1단계에서는 성별, 연령, 종교를 통제변인으로 투입하였으나 유의한 설명력이 확인되지 않았다($\Delta R^2=.011$, $F=.967$, $p>.05$). 2단계에서 성격 5요인을 투입한 결과 설명력이 유의하게 증가하였으며($\Delta R^2=.422$, $F=38.881$, $p<.001$; Adjusted $R^2=.416$), 우호성($\beta=-0.121$, $p<.05$)과 신경증($\beta=0.559$, $p<.001$)이 유의한 예측변인으로 나타났다. 3단계에서 ESFI 하위요인을 추가한 결과, 모형의 설명력은 유의하게 증가하였으며($\Delta R^2=.113$, $F=10.605$, $p<.001$; Adjusted $R^2=.521$), 우호성은 더 이상 유의하지 않았고 신경증의 계수는 감소하였으나 여전히 유의하였다($\beta=0.294$, $p<.001$). ESFI 하위요인 중에서는 부정적 정서($\beta=-0.232$, $p<.01$, $SR^2=.014$)와 부정적 행동($\beta=-0.194$, $p<.01$, $SR^2=.020$)이 유의한 예측변인으로 확인되었다.

논 의

본 연구는 자기용서를 도덕적 덕목으로 개념화한 Enright Self-Forgiveness Inventory (ESFI)를 한국어로 번안하고, 한국판 ESFI의 요인구조, 신뢰도 및 타당도를 검증하고자 하

였다. 연구 결과, 한국판 ESFI는 원척도에서 제안된 이론적 구조를 대체로 재현하였으며, 내적 일치도와 타당도 측면에서도 양호한 심리측정적 속성을 보였다. 이는 ESFI가 국내 표본에서도 자기용서를 안정적으로 측정할 수 있는 도구임을 시사한다. 또한 본 연구는 자기용서를 단순한 정서 조절이나 자기평가의 회복으로 보기보다, 자기 자신을 향한 정서, 행동, 인지의 변화가 함께 작동하는 다차원적 과정으로 이해할 필요가 있음을 경험적으로 확인했다는 점에서 의의가 있다.

한국판 ESFI 문항들은 전반적으로 수용 가능한 분포를 보였으며, 확인적 요인분석 결과 Kim 등(2022)의 연구와 동일하게 자기용서 일반요인과 긍정적 정서, 부정적 정서, 긍정적 행동, 부정적 행동, 긍정적 인지, 부정적 인지의 6개 특수요인으로 구성된 bifactor 모형에서 비교적 가장 우수한 적합도를 보였다. 이는 원척도에서 제안된 ESFI의 요인구조가 한국 표본에서도 재확인되었음을 의미한다. 신뢰도 분석 결과 역시 한국판 ESFI의 측정학적 안정성을 뒷받침하였다. 일반요인인 자기용서의 내적 일치도는 매우 높은 수준으로 나타났으며, 6개 특수요인의 내적 일치도 또한 전반적으로 수용 가능한 수준을 보였다. 이는 ESFI 문항들이 자기용서라는 상위 구성개념을 안정적으로 측정하는 동시에, 하위요인 점수 역시 보조적으로 활용될 수 있음을 시사한다.

한국판 ESFI의 요인구조에서 특히 주목할 부분은 자기용서가 정서, 행동, 인지 차원으로 구분되면서도, 각 차원이 긍정 및 부정 방향에서 통합적으로 구성되었다는 점이다. 기존 자기용서 연구에서는 자기용서가 주로 죄책감, 수치심, 자기비난과 같은 부정적 정서의 완화나 자기 자신에 대한 부정적 평가의

변화로 다루어지는 경향이 있었다(Wohl et al., 2008; Griffin et al., 2018). 그러나 ESFI는 자기용서를 자기 자신에 대해 어떻게 느끼고, 대하며, 인식하는지를 긍정적·부정적 방향 모두에서 평가함으로써 기존 접근을 보완한다. 즉, ESFI는 자신을 향한 긍정적 정서·행동·인지의 증가뿐 아니라 부정적 정서·행동·인지의 감소를 함께 포착한다는 점에서 특징적이다. 이러한 결과는 한국판 ESFI가 기존 자기용서 척도들과 관련되면서도, 자기용서의 긍정적·부정적 양상을 보다 세분화하여 평가할 수 있다는 점에서 차별성을 지님을 시사한다.

한국판 ESFI의 타당도 분석 결과, 수렴타당도 측면에서 ESFI는 SFS의 수용과 개선 하위요인과는 정적 상관을, 부정적 정서·사고·행동 하위요인과는 부적 상관을 보였다. 이는 한국판 ESFI가 기존 자기용서 척도와 이론적으로 부합하는 관련성을 보였음을 의미하며, 수렴타당도의 근거로 해석될 수 있다. 준거타당도 측면에서 ESFI는 우울, 불안, 스트레스와는 부적 상관을 보였다. 이러한 결과는 자기용서가 우울, 불안 등 부정적 정서와 부적 관련을 보인다는 선행연구와도 일관된다(Davis et al., 2015). 판별타당도 측면에서 ESFI는 사회적 정향성과 유의한 정적 상관을 보였으나, 크기는 낮은 수준에 머물렀다. 이는 자기용서를 실천하는 사람들이 자신을 보다 정직하고 도덕적인 존재로 인식할 수 있으며, 이러한 자기인식이 사회적 정향성 측정에 일부 반영되어 나타났을 가능성을 시사한다. 그러나 상관의 크기가 낮은 수준에 머물렀다는 점은 한국판 ESFI의 응답이 사회적 정향성으로 환원되지 않음을 시사하며, 이는 용서 관련 척도와 사회적 정향성 간의 관련성을 부분적으로

보고한 기존 논의와도 일치한다(Fehr et al., 2010). 마지막으로 증분타당도 측면에서, SFS의 하위요인을 통제한 이후에도 ESFI 하위요인은 삶의 의미와 부정적 정서를 추가적으로 설명하였다. 이는 한국판 ESFI가 기존 자기용서 척도와 공통된 구성개념을 공유하면서도, 그와 구별되는 고유한 설명력을 지님을 보여준다. 이러한 결과는 ESFI가 자기용서를 단일한 자기평가나 정서적 회복으로만 측정하기보다, 자기 자신을 향한 정서·행동·인지의 긍정 및 부정 양상을 통합적으로 평가하는 구조를 지니기 때문으로 해석할 수 있다.

본 연구는 원논문에서 후속 연구 과제로 제안한 자기용서와 성격 특성 간의 관계를 추가적으로 검토하였다. 분석 결과, ESFI는 성격 5요인과 유의한 상관을 보였으며, 특히 신경증과 높은 부적 상관을 나타냈다. 이는 자기용서가 개인의 정서적 안정성 및 성격적 특성과 밀접하게 관련될 수 있음을 시사한다. 그러나 성격 5요인을 통제한 이후에도 ESFI 하위요인이 부정적 정서를 추가적으로 설명한 결과는 자기용서가 단순히 성격 특성으로 환원되지 않는 독립적인 심리적 구성개념임을 보여준다. 즉, 자기용서는 비교적 안정적인 성격 경향과 관련되지만, 동시에 자기 자신을 어떻게 이해하고 대하며 조절하는지와 관련된 변화 가능한 심리적 과정으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 한국판 ESFI가 성격 특성과 구별되는 고유한 설명력을 지닌 도구임을 뒷받침한다.

본 연구의 결과는 상담 및 임상 장면을 비롯한 다양한 심리서비스 환경에서 자기용서를 평가하고 개입하는 데 다음과 같은 시사점을 제공한다. 한국판 ESFI는 개인의 자기용서 수준을 단일한 총점으로만 평가하는 데 그치지

않고, 자기용서가 정서, 행동, 인지의 각 차원에서 어떠한 양상으로 나타나는지를 구체적으로 파악하는 데 활용될 수 있다. 예를 들어 개인은 자신의 잘못을 인식하고 이에 대한 책임을 받아들이더라도 강한 수치심과 자기비난을 지속적으로 경험할 수 있으며, 자기용서의 필요성을 인식하면서도 자기처벌이나 회피적 행동을 반복할 수 있다. 한국판 ESFI는 이러한 차원별 특성을 구분하여 개인이 경험하는 자기용서의 어려움과 취약 영역을 세밀하게 파악하고, 이에 적합한 평가 및 개입 방향을 설정하는 데 기초 자료를 제공할 수 있다.

본 연구의 한계점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 표본은 대부분 기독교 대학교에 재학 중인 초기 성인 대학생으로 구성되어 있다. 자기용서가 신적 용서, 죄, 회개, 도덕적 책임과 같은 종교적 개념과 연결될 수 있다는 점을 고려하면, 종교적 세계관이 자기용서에 대한 응답에 영향을 미쳤을 가능성을 배제하기 어렵다. 다만 원칙도 개발 연구에서 기독교 대학 구성원과 일반 성인 표본 모두에서 동일한 요인구조가 확인되었다는 점(Kim et al., 2022)은 본 연구에서 확인된 요인구조가 기독교 대학 재학생 표본에 국한된 것이 아니라, 보다 일반적으로 나타날 수 있는 구조일 가능성을 시사한다. 그러나 요인구조의 동일성이 곧 집단 간 문항 반응의 동등성을 의미하는 것은 아니므로, 향후 연구에서는 종교적 배경이 다른 집단을 대상으로 한국판 ESFI의 요인구조가 동일하게 작동하는지 검토할 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 초기 성인기에 해당하는 대학생 표본을 중심으로 이루어졌기 때문에 자기용서의 발달적 차이를 확인하지 못하였다. 도덕적 덕목으로서 자기용서는 생애 경험의 축적, 관계 경

험, 도덕적 판단 능력의 변화에 따라 달라질 수 있으므로 후속 연구에서는 다양한 연령대를 포함하여 자기용서의 구조와 기능이 발달 단계에 따라 어떻게 달라지는지 검토할 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 비임상 집단을 대상으로 하였기 때문에 임상 집단에서의 외적 타당도는 추가적으로 검증되어야 한다. 자기용서는 우울, 불안, 수치심, 죄책감, 중독, 외상, 대인관계 손상 등 다양한 임상적 문제와 관련될 수 있다. 따라서 향후 연구에서는 임상 집단을 대상으로 한국판 ESFI가 자기용서의 어려움과 변화 과정을 민감하게 포착하는지 확인할 필요가 있다. 넷째, 본 연구는 횡단 설계로 수행되었기 때문에 자기용서의 시간적 변화와 예측 효과를 확인하지 못하였다. 향후 연구에서는 종단 연구를 통해 자기용서가 이후의 심리적 안녕감, 부정적 정서, 삶의 의미에 어떠한 영향을 미치는지 확인할 필요가 있다. 또한 자기용서 개입 전후로 ESFI 점수가 변화하는지 검토함으로써, 한국판 ESFI의 변화 민감도와 개입 효과 평가 도구로서의 활용 가능성을 확인할 필요가 있다. 다섯째, 본 연구는 ESFI의 변별 기능을 직접적으로 검증하지는 못하였다. ESFI는 거짓 자기용서를 구분하는 5개의 판별 문항을 포함하고 있으나, 본 연구에서는 이를 응답 제외 기준으로만 활용하였다. 따라서 향후 연구에서는 판별 문항을 자기용서 집단 간 차이를 검증하는 변인으로 활용하여, ESFI의 변별적 유용성을 확인할 필요가 있다. 마지막으로, 본 연구에서는 성격 5요인과의 관계를 통해 ESFI의 고유한 설명력을 일부 확인하였으나, 자기용서와 밀접하게 관련될 수 있는 도덕 정서 변인들은 충분히 다루지 못하였다. 향후 연구에서는 수치심, 죄책감, 책임 수용, 도덕적 정체성, 자

기연민과의 관계를 함께 검토하여 한국판 ESFI의 수렴타당도와 변별타당도를 보다 정교하게 확인할 필요가 있다.

종합하면, 본 연구는 한국판 ESFI가 신뢰롭고 타당한 자기용서 측정 도구로 활용될 수 있음을 확인하였다. 한국판 ESFI는 도덕적 덕목의 관점에서 자기용서를 자기 자신에 대한 정서, 행동, 인지의 긍정 및 부정 양상을 통합적으로 평가한다는 점에서 기존 자기용서 척도와 구별된다. 또한 본 연구는 자기용서가 기존의 관련 변인만으로는 충분히 설명되지 않는 고유한 설명력을 지닌다는 점을 확인하였다. 이는 한국판 ESFI가 국내 자기용서 연구의 측정 기반을 확장할 뿐 아니라, 상담 및 임상 장면에서 내담자의 자기용서 양상을 다차원적으로 평가하는 데 유용하게 활용될 수 있음을 시사한다. 다만 본 연구의 표본 특성과 연구 설계를 고려할 때, 후속 연구에서는 보다 다양한 종교, 연령, 임상 집단을 대상으로 한국판 ESFI의 일반화 가능성과 실제적 활용성을 지속적으로 검증할 필요가 있다.

참고문헌

- 김병직, 이동귀, 김지근, 김윤상, 황정은. (2013). 자기용서 척도의 개발 및 타당화. *상담학연구*, 14(2), 973-993.
<https://doi.org/10.15703/kjc.14.2.201304.973>
- 김지현, 김복환, 하문선. (2011). 간편형 한국어 BFI (Big Five Inventory) 타당화 연구. *인간이해*, 32(1), 47-65.
- 설현수, 김성은, 김동민. (2005). Rasch 모형을 이용한 Marlowe-Crowne 의 사회적 정향성 척도 타당화. *교육평가연구*, 18(1), 101-123.
- 원두리, 권선중, 김교현. (2005). 한국판 삶의 의미척도의 타당화 연구: 대학생을 대상으로. *한국심리학회지: 건강*, 10(2), 211-225.
- 홍현기, 이정은, 김진경, 강규현, 이수미, 현명호. (2016). 한국판 기질적 용서척도 (K-HFS) 타당화 연구. *한국심리학회지: 건강*, 21(2), 607-621.
<https://doi.org/10.17315/kjhp.2016.21.3.008>
- Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *Spine*, 25(24), 3186-3191.
<https://doi.org/10.1097/00007632-200012150-00014>
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative ways of assessing model fit. *Sociological methods & research*, 21(2), 230-258.
<https://doi.org/10.1177/0049124192021002005>
- Crowne, D. P., & Marlowe, D. (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of consulting psychology*, 24(4), 349-354.
<https://doi.org/10.1037/h0047358>
- Davis, D. E., Ho, M. Y., Griffin, B. J., Bell, C., Hook, J. N., Van Tongeren, D. R., ... & Westbrook, C. J. (2015). Forgiving the self and physical and mental health correlates: a meta-analytic review. *Journal of counseling psychology*, 62(2), 329-335.

- <https://doi.org/10.1037/cou0000063>
- Dillon, R. S. (2001). Self-forgiveness and self-respect. *Ethics, 112*(1), 53-83.
<https://doi.org/10.1086/339140>
- Enright, R. D. & the Human Development Study Group. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self forgiveness. *Counseling and values, 40*(2), 107-126.
<https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.1996.tb00844.x>
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. (2015). *Forgiveness therapy: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/14526-000>
- Fehr, R., Gelfand, M. J., & Nag, M. (2010). The road to forgiveness: a meta-analytic synthesis of its situational and dispositional correlates. *Psychological bulletin, 136*(5), 894-914.
<https://doi.org/10.1037/a0019993>
- Fisher, M. L., & Exline, J. J. (2006). Self-forgiveness versus excusing: The roles of remorse, effort, and acceptance of responsibility. *Self and Identity, 5*(2), 127-146.
<https://doi.org/10.1080/15298860600586123>
- Griffin, B. J., Worthington Jr, E. L., Davis, D. E., Hook, J. N., & Maguen, S. (2018). Development of the self-forgiveness dual-process scale. *Journal of Counseling Psychology, 65*(6), 715-726.
<https://doi.org/10.1037/cou0000293>
- Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2005). Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research. *Journal of social and clinical psychology, 24*(5), 621-637.
<https://doi.org/10.1521/jscp.2005.24.5.621>
- Holmgren, M. R. (1998). Self-forgiveness and responsible moral agency. *J. Value Inquiry, 32*, 75-91.
<https://doi.org/10.1023/A:1004260824156>
- Horsbrugh, H. J. N. (1974). Forgiveness. *Canadian Journal of Philosophy, 4*(2), 269-282.
<https://doi.org/10.1080/00455091.1974.10716937>
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement and Theoretical Perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102-138). Guilford.
- Kim, J. J., & Enright, R. D. (2014). A theological and psychological defense of self-forgiveness: Implications for counseling. *Journal of Psychology and Theology, 42*(3), 260-268.
<https://doi.org/10.1177/009164711404200303>
- Kim, J. J., Volk, F., & Enright, R. D. (2022). Validating the enright self-forgiveness inventory (ESFI). *Current Psychology, 41*(11), 7604-7617.
<https://doi.org/10.1007/s12144-020-01248-4>
- 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.
<https://doi.org/10.1016/j.anr.2018.11.006>
- Lei, M., & Lomax, R. G. (2005). The effect of varying degrees of nonnormality in structural equation modeling. *Structural equation modeling*, 12(1), 1-27.
https://doi.org/10.1207/s15328007sem1201_1
- Little, T. D. (2013). *Longitudinal structural equation modeling*. Guilford Publications.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343.
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Macaskill, A. (2012). Differentiating dispositional self-forgiveness from other-forgiveness: Associations with mental health and life satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 31(1), 28-50.
<https://doi.org/10.1521/jscp.2012.31.1.28>
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*, 2(3), 223-250.
<https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Ross, S. R., Hertenstein, M. J., & Wrobel, T. A. (2007). Maladaptive correlates of the failure to forgive self and others: Further evidence for a two-component model of forgiveness. *Journal of Personality Assessment*, 82(2), 158-167.
<https://doi.org/10.1080/00223890701267985>
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2004). *A beginner's guide to structural equation modeling*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Simon, Y. R. (1986). *The definition of moral virtue*. Fordham University Press.
- 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.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Tangney, J. P., Boone, A. L., & Dearing, R. (2005). Forgiving the self: Conceptual issues and empirical findings. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 143-158). Routledge.
- Tangney, J. P., Boone, A. L., Fee, R., & Reinsmith, C. (1999). *Multidimensional forgiveness scale*. George Mason University.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., ... & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of personality*, 73(2), 313-360.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x>
- Wenzel, M., Woodyatt, L., & Hedrick, K. (2012). No genuine self forgiveness without accepting responsibility: Value

- reaffirmation as a key to maintaining positive self regard. *European journal of social psychology*, 42(5), 617-627.
<https://doi.org/10.1002/ejsp.1873>
- Wohl, M. J., DeShea, L., & Wahkinney, R. L. (2008). Looking within: Measuring state self-forgiveness and its relationship to psychological well-being. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 40(1), 1-10.
<https://doi.org/10.1037/0008-400x.40.1.1.1>
- Woodyatt, L., & Wenzel, M. (2013). Self-forgiveness and restoration of an offender following an interpersonal transgression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(2), 225-259.
<https://doi.org/10.1521/jscp.2013.32.2.225>
- 원고접수일: 2026년 4월 27일
논문심사일: 2026년 6월 24일
게재결정일: 2026년 8월 6일

Validation of the Korean Version of the Enright Self-Forgiveness Inventory for Christian University Students

Eunsu Park	Jinhee Yu	Wongeun Ji	Sung-Man Shin
Department of	Rehabilitation		Department of
Psychology,	Counselor Education,		Psychology,
Handong Global	University of		Handong Global
University	Wisconsin-Madison		University

This study translated the Enright Self-Forgiveness Inventory developed by Kim et al. (2022) into Korean and examined the reliability and validity of the Korean version. With permission from the original authors, the scale was translated into Korean, back-translated, and finalized through expert review. Data were collected from 270 Christian university students in South Korea (100 men and 170 women) and were subjected to confirmatory factor analysis, reliability analysis, correlation analysis, and hierarchical regression analysis. The results were as follows. First, confirmatory factor analysis supported the bifactor model, consistent with the original scale, comprising six specific factors—positive affect, negative affect, positive behavior, negative behavior, positive cognition, and negative cognition—together with one general self-forgiveness factor. Second, the reliability analysis indicated that the Korean version of the Enright Self-Forgiveness Inventory is internally consistent. Third, its correlation and regression coefficients with measures of the Self-forgiveness Scale, the Depression Anxiety Stress Scales, the Social Desirability Scale, the Meaning in Life Questionnaire, and the Big Five Inventory provided evidence of validity. Finally, the implications and limitations of the study are discussed, along with suggestions for future research.

Keywords: Self-Forgiveness, Validation, Enright Self-Forgiveness Inventory, bifactor model

부 록

한국판 자기용서심리검사(ESFI)

※ 우리는 때때로 자신의 도덕적 기준을 어기고, 그 결과 자신에 대한 원망이나 증오를 품게 되곤 합니다. 이러한 자기 기준의 위반을 ‘자기 위반’이라 부르겠습니다. 이제 당신에게 후회와 자기 실망을 안겨준 가장 최근의 자기 위반 경험을 떠올려 보시기 바랍니다. 잠시 동안 그 경험을 마음속에 그려보시기 바랍니다. 당신이 했던 일을 떠올려 보고, 그때 일어난 일을 다시 경험해 보세요.

1. 당신은 그 자기 위반이 얼마나 심각하다고 생각하십니까? (하나를 골라 주십시오)

- ① 전혀 심각하지 않다 ② 약간 심각하다 ③ 다소 심각하다
④ 매우 심각하다 ⑤ 극도로 심각하다

2. 그 자기 위반은 다른 사람과 관련이 있었습니까?

- ① 예 ② 아니오

‘예’라고 응답하신 경우, 문항 3으로 이동해 주십시오.

‘아니오’라고 응답하신 경우, 문항 5로 이동해 주십시오.

3. 그 사람의 이름은 밝히지 말고, 그 사람을 명시해 주시기 바랍니다.

_____ (예: 배우자, 부모, 고용주, 친구, 신, 동료 등)

4. 그 사람은 살아 있습니까?

- ① 예 ② 아니오

5. 그 자기 위반은 지금부터 얼마 전에 일어났습니까?

(며칠, 몇 주 등 구체적으로 기재해 주십시오.)

- ① _____ 일 전에 ② _____ 주 전에 ③ _____ 달 전에 ④ _____ 년 전에

6. 자기 위반이 일어났던 당시, 당신이 어떤 행동을 했었는지 간략히 묘사해 주시기 바랍니다.

※ 이제부터는 스스로에 대한 개인적 태도와 관련된 일련의 질문들에 응답해 주시기 바랍니다. 과거의 태도에 대한 평가가 아니라, 지금 이 순간의 태도에 대해 평가해 주시기 바랍니다. 모든 응답은 비밀이 보장되오니, 솔직하게 답변해 주시기 바랍니다. 감사합니다.

※ 다음 문항들은 스스로에 대한 당신의 현재 감정이나 정서를 다루고 있습니다. 각 문항별로 당신의 실제 감정을 평가해 주시기 바랍니다. 각 문항별로 현재 느끼는 감정을 가장 잘 나타내는 정도에 표시해 주시기 바랍니다. 모든 문항에 빠짐없이 응답해 주시기 바랍니다. 감사합니다.

나는 나 자신에 대해 _____ 감정이나 느낌을 갖고 있다.

(각 문항에서 제시된 단어를 빈칸에 넣어 응답해 주십시오.)

문항		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	약간 그렇지 않다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다
1	다정한						
2	친절한						
3	행복한						
4	긍정적인						
5	사랑이 없는*						
6	혐오스러운*						
7	원망스러운*						
8	싫어하는*						
9	애정 어린						
10	썩썩한*						

*은 역채점 문항을 의미함.

※ 다음 문항들은 자신에 대한 당신의 현재 행동을 다루고 있습니다. 질문에 응답하실 때, 실제로 자신에게 어떻게 행동하는지 또는 어떻게 행동할 것인지를 고려해 주시기 바랍니다. 각 문항별로 현재 행동이나 예상되는 행동을 가장 잘 나타내는 정도에 표시해 주시기 바랍니다. 모든 문항에 빠짐없이 응답해 주시기 바랍니다. 감사합니다.

자신에 대한 나의 행동과 관련하여, 나는 실제로 또는 일반적으로 _____
(각 문항에서 제시된 단어를 빈칸에 넣어 응답해 주십시오.)

	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	약간 그렇지 않다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다
11	위생 관리를 잘한다						
12	건강에 해로운 행동을 피한다						
13	절제 없이 먹는다*						
14	신체 건강을 유지하려고 노력한다						
15	개인적인 필요를 무시한다*						
16	스트레스 증상에 주의를 기울인다						
17	스스로를 함부로 대한다*						
18	스스로의 안녕을 보살핀다						
19	스스로를 벌한다*						
20	스스로에게 상처를 준다*						

*은 역채점 문항을 의미함.

※ 다음 문항들은 자신에 대해 현재 어떻게 생각하는지를 다루고 있습니다. 자신이 누구인지에 관해 현재 어떤 생각을 마음 속에 가지고 있는지 생각해 보시기 바랍니다. 각 문항별로 당신의 현재 생각을 가장 잘 나타내는 정도에 표시해 주시기 바랍니다. 모든 문항에 빠짐없이 응답해 주시기 바랍니다. 감사합니다.

나는 내가 _____고 생각한다.

(각 문항에서 제시된 단어를 빈칸에 넣어 응답해 주십시오.)

문항		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	약간 그렇지 않다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다
21	비참하다*						
22	악하다*						
23	끔찍하다*						
24	좋은 자질을 가지고 있다						
25	존중받을 만하다						
26	형편없다*						
27	사랑이 많다						
28	가치없는 사람이다*						
29	착한 사람이다						
30	좋은 사람이다						

*은 역채점 문항을 의미함.

※ 마지막으로, 자신에 대한 태도와 자기 위반 경험을 떠올리며, 이를 가장 잘 나타내는 수준에 표시해 주시기 바랍니다.

문항		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	약간 그렇지 않다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다
31	지금 생각해보니 그 일은 별 거 아니었다.						
32	나는 결코 내가 한 일 때문에 신경 쓴 적이 없다.						
33	나는 내가 한 일에 대해 책임감을 느끼지 않는다.						
34	나는 전혀 후회하지 않았다						
35	내가 한 일은 정당했으며, 어떤 정의도 위반되지 않았다.						