

한국어판 수용-행동 질문지 II 신뢰도 및 타당도 연구

허재홍[†]

꽃동네현도사회복지대학교

최명식

서강대학교

진현정

경원대학교

본 연구에서는 수용-행동 질문지-I(Acceptance-action Questionnaire-I: AAQ-I)의 문제점을 해결하고자 Bond 등(출판중)이 개발한 수용-행동 질문지-II(Acceptance-action Questionnaire-II: AAQ-II)를 우리말로 번안하고 대학생 집단을 대상으로 신뢰도와 타당도를 알아보고자 하였다. 탐색 요인분석을 위해 경기도 및 충청도 소재 3개 대학 대학생 341명(남학생 108명, 여학생 233명)이 참여하였고 이들의 나이는 각각 평균 22.5세(표준편차 2.8), 20.8세(표준편차 2.40)였다. 내적 일치는 .85인 것으로 나타났고 요인은 원칙도와 마찬가지로 단일요인이 타당한 것으로 나타났다. 확인 요인분석은 경기도 및 충청도 소재 3개 대학 대학생 299명(남학생 93명, 여학생 206명)이 참여하였고 이들의 나이는 각각 평균 22.7세(표준편차 3.6), 20.7세(표준편차 3.6)였다. 확인 요인분석결과 탐색 요인분석 결과와 마찬가지로 단일요인이 타당한 것으로 나타났다. 또한 우울, 사고억제, 스트레스대처 등 관련 변인과 상관을 알아본 결과 한국어판 AAQ-II는 수렴타당도 및 변별 타당도가 있는 것으로 나타났다. 다만 1번 문항과 10번 문항은 제외시키는 것이 타당한 것으로 나타났는데 이는 통계방법과 문화차이 때문인 것으로 나타났다. 마지막으로 결과에 대해 논의하였다.

주요어 : 수용, 체험회피, 수용-행동 질문지 II

[†] 교신저자 : 허재홍, 꽃동네현도사회복지대학교 복지심리학과, (363-823) 충청북도 청원군 현도면 상삼리 387
Tel : 043-270-0175, E-mail : oshoheo@kkor.ac.kr

인지행동 접근에서는 그동안 왜곡된 인지나 행동을 수정하는데 초점을 두었으나(문현미, 2005). 최근 들어 '수용(acceptance)'을 치료방법에 포함시키기 시작하였다. 수용을 강조하는 접근법이 최근 들어 생긴 것은 아니지만 기존 접근법들은 실증연구가 미미하여 주류 심리학의 관심을 받지 못한 반면 인지행동 접근의 수용 강조 접근법들은 수용을 강조하면서도, 실험심리학의 실증연구에 토대를 두어 주류 심리학의 관심을 받았다(Dougher, 1994; Flett, Richard, Davis, & Hewitt, 2003; Haas, 1994; Hayes, S. C 1994; Hayes, Jacobson, Follette, & Dougher, 1994; Kohlenberg, 1994; Linehan, M. M. 1993; Segal, Williams, & Teasdale, 2002)).

이들 접근법 가운데 Hayes의 수용-전념치료(Acceptance-Commitment therapy: ACT)는 정신장애를 설명하는 이론과 측정도구, 그리고 치료기법을 모두 갖추고 있어 가장 각광받는 치료법 가운데 하나가 되었다. ACT에서는 어떤 순간 자신에게 드는 감정이나 생각, 신체반응, 기억, 또는 행동성향을 있는 그대로 체험하는 것을 '수용'이라고 하고 그렇지 않고 체험의 형태나 횟수 또는 체험하는 상황을 바꾸려고 하는 것을 '체험회피(experiential avoidance)'라고 하여 정신장애를 설명하는 핵심개념으로 보고 있다(Hayes, Wilson, Gifford, Follette, & Strosahl, 1996).

Hayes와 동료들(1996)은 내면 경험을 있는 그대로 수용하지 않고 회피할 때 나타날 수 있는 문제를 몇 가지 들고 있다. 첫째, 개인이 하는 체험을 의도를 가지고 통제하려고 하면, 통제하려고 하는 감정이나 생각, 또는 신체반응은 통제가 되지 않을 뿐더러 오히려 증가할 수 있고, 둘째, 건강한 행동변화에는 불편감이 따르게 되는데 이 불편감을 회피하게 되면 삶

을 왜곡시킬 수 있으며, 셋째, 과도한 체험회피는 정신병리와 연결되어 삶의 질을 떨어뜨릴 수 있다는 것이다. 이들에 의하면 내면 경험을 있는 그대로 수용하게 되면 회피하려는 데 쓰던 에너지를 그 상황에서 자신의 목표를 달성할 수 있는 행동을 하는데 쓰게 된다고 한다. 따라서 수용하는 과정과 행동하는 과정이 따로 떨어진 것이 아니라 동시에 일어난다고 한다(Bond & Bunce, 2001). 이에 따라 Hayes와 동료들은 체험회피 수준을 측정하기 위해 수용-행동 질문지(Acceptance-action Questionnaire: AAQ)를 개발하였다(Hayes, Strosahl, Wilson, Bissett, Polusny, Dykstra, Batten, Bergan, Stewart, Zvolensky, Eifert, Bond, Forsyth, Karekla, & Mccurry, 2004).

이들은 AAQ를 개발하기 위해 먼저 수용-전념 치료 이론을 바탕으로 처음 32문항을 만들었고 이 문항을 토대로 16개 문항으로 된 AAQ-16과 9문항으로 된 AAQ-9를 제작하였다. 그러나 단축형이 요구되어 확인 요인분석을 거쳐 단일요인으로 된 AAQ-9를 완성하였다(Hayes et al., 2004). AAQ-9에서는 개인이 느끼는 생각이나 감정, 또는 신체반응을 회피하는 수준을 측정하는데 이후 연구들은 AAQ를 이용하여 정신장애에서 체험회피가 하는 역할을 규명하고 있다(Moria, 2007; Santanello & Gardner, 2007). 실증 규명된 정신장애의 예로는 범불안장애(Borkovec & Hu, 1990; Borkovec, Alcaine, & Behar, 2004; Santanello & Gardner, 2007), 외상후 스트레스 장애(Batten, Follette, & Aban, 2001; Marx & Sloan, 2002; Moria, 2007), 스트레스약물남용(Ireland, McMahon, Malow & Kouzekanani, 1994; Sanc; z& raig, 1984)이 있다. 각 장애에서 체험회피가 하는 역할을 보면 다음과 같다. 범불안장애의 경우 범불안장애의

핵심 특징은 걱정인데 걱정은 위협이나 불쾌한 기분을 피할 수 있도록 해 준다(Borkovec, Alcaine, & Behar, 2004; Borkovec & Hu, 1990). 그리고 외상후 스트레스 장애에서는 외상 사건과 관련된 상황을 계속 회피하려고 하고 (Batten, Follere, & Aban, 2001; Marx & Sloan, 2002), 약물남용을 하는 사람들은 약물남용을 통해 부정적인 체험(불편감이나 부정정서)을 조절하려고 한다(Sanchez-Craig, 1984).

이와 같이 AAQ는 정신장애에서 체험회피가 하는 역할을 규명하는데 많이 활용되고 있으나 최근 들어서는 체험회피가 하는 역할을 규명하는 영역이 확대되고 있다. 체험회피의 역할을 규명한 예를 들면 긍정심리학의 행복감이나 삶의 만족감에서 체험회피가 하는 역할을 규명하는데도 활용되고 있고(Chamberlain & Haaga, 2001a, 2001b), 기술혁신 경향성이나 (Bond & Hayes, 2002), 직무향상(Bond & Bunce, 2003)과 같은 산업영역에도 적용되고 있다. 이렇게 각 영역에서 체험회피가 하는 역할을 규명함으로써 각 영역마다 체험회피, 내지 수용을 기초로 한 프로그램을 개발할 수 있는데, 수용을 통한 안녕감증진 프로그램을 개발한 문현미의 연구(2006)가 한 예이다.

이렇게 AAQ가 다양하게 널리 쓰이고 있으나 AAQ의 내적 일치도에는 몇 가지 제한점이 있었다. Bond, Hayes, Baer, Carpenter, Orcutt와 Waltz(출판중)가 지적한 제한점으로는 첫째, AAQ의 내적 일치도 수준이 간신히 만족스러운 정도에 그친다는 것이다. Hayes와 동료들(2004)의 타당도 연구에서 AAQ-9의 내적 일치도 계수(Cronbach's α)는 .70에 그쳤고 4주간 검사-재검사 신뢰도는 .64에 불과했다. 이에 대해 Hayes 등(2004)은 체험 회피나 수용의 개념이 시간에 따라 변하지 않는 특질이라기보다

는 개인마다 상황에 따라 다양하게 나타는 심리과정이기 때문이라고 하였는데 교육수준이 낮거나 영어를 모국어로 사용하지 않는 집단에는 내적 일치도가 더 낮은 것으로 나타났다. AAQ-9의 문제는 국내에서 AAQ-9를 번안해 사용한 이정은과 조용래의 연구(2004)에서 그대로 나타났는데 이들이 번안한 AAQ-9의 내적 일치도는 .63에 불과하였다. 반면 Bond와 Bunce(2003)가 개발한 AAQ-16의 경우는 일관되지 않게 나타나지 않고 있는데 김인구와 김완석의 연구(2008)에서는 각 하위 요인의 내적 일치도가 각각 .50, .56에 불과한 반면 문현미의 연구(2006)에서는 내적 일치도가 .82였다. 둘째, 문항 자체 때문에 나타나는 문제도 있었다. 가령 '나는 불안 걱정 느낌을 통제하지 못하는 것에 대해 거의 걱정하지 않는다'와 같은 문항은 답할 때 '1-전혀 아니다'에서 '7-언제나 그렇다' 사이에 답을 해야 하기 때문에 이중 부정의 문제가 있었다. 그리고 '내가 무엇인가를 부정적으로 평가할 때 나는 이것이 객관성 있는 사실이 아니라 단지 내 반응이라는 것을 보통 알아차린다.'와 같은 문항은 명상이나 ACT 경험이 없는 사람은 이해하기 힘든 문장이라는 문제가 있었다. 셋째 AAQ 문항을 선별할 때 문항-총점간 상관을 바탕으로 하지 않아 내적 일치도를 극대화하지 못하는 문제가 있었다. AAQ-I의 낮은 신뢰도 문제에 대해 김인구와 김완석(2008)은 행동 차원의 문항들에서 나타난 조작적 개념구성과 현실의 괴리를 들고 있고 번안한 AAQ의 문제에 대해서는 번안과정의 문제와 문화차이를 들고 있다.

Bond와 동료들은 이런 문제를 해결하기 위하여 AAQ-II를 제작하였다(Bond, et al., 출판중). 그동안 수용-전념 치료에서는 맥락, 개인

이 하는 경험, 그리고 가치지향 행동이라는 개념을 강조해 왔다. 그러나 ACT가 발전하면서 개념 자체보다는 이런 개념을 상황에 따라 융통성 있게 적용하는 것을 더 강조하게 되었다. 즉 상황에 맞추어 어떤 경우에는 자신의 행동을 계속 유지하기도 하고 또 어떤 경우에는 바꾸기도 한다는 것이다. 더욱이 ACT에서는 인지탈융합, 현재 순간 느끼기, 마음챙김, 그리고 다른 관점에서 보기와 같은 ACT의 다른 부분을 강조하면서 체험회피 내지 수용이라는 개념만으로 ACT 이론을 포괄하기 어려워지게 되었다. 이에 따라 체험회피라는 개념 대신 위 개념들을 모두 포괄할 수 있는 '심리유연성(Psychological flexibility)' 또는 유연성이라는 개념을 제시하였다(Bond, et al. 출판중).

심리 유연성이란 어떤 순간 드는 생각이나 느낌, 그리고 신체반응을 방어하지 않고 있는 그대로 충분히 체험하고 자신의 목표나 가치를 달성하기 위해 개인이 처한 상황에 맞추어 자신의 행동을 유지하거나 바꿀 수 있는 능력을 말한다. 심리유연성에 포함되는 내용은 현재 순간에 머무는 것, 원하지 않는 감정과 생각을 체험하는 것, 그리고 내 가치 또는 목표를 달성하고자 하는 의욕을 떨어뜨리는 사건을 경험하더라도 내 가치 또는 목표를 달성하기 위한 행동을 계속하는 것과 같은 것이 있다.

AAQ-II 문항개발을 위해 ACT와 AAQ-I 개발에 참여했던 12명이 패널로 참석하였고 패널 가운데 5명이 문항을 평정하여 심리유연성을 측정하는 문항으로 49문항을 개발하였다. 그리고 심리유연성 개념에 익숙한 대학원생 26명과 익숙하지 않은 성인 18명에게 이 질문지를 실시하고 문항이 얼마나 명확한지 그리고 얼마나 잘 읽히는지 평가하도록 하였다. 이렇게 완성된 질문지를 문항-전체문항 상관

기준으로 최종 2요인으로 된 10개 문항을 추출하였다. 요인분석에서 요인이 두 개로 나왔으나 문항을 분석해 본 결과 요인 1은 부정표현으로 된 문항이었고 요인 2는 긍정표현으로 된 문항이어서 이 척도는 단일 요인으로 보는 것이 타당하다고 결론지었다. 대학생 433명, 약물남용으로 심리치료 받기 위해 병원을 찾은 290명, 그리고 은행원 583명을 대상으로 확인요인분석을 한 결과에서도 단일 요인으로 보는 것이 타당한 것으로 나타났다. 이 척도의 내적 일치도 계수(Cronbach's α)는 .86이었다.

다음으로 AAQ-II의 수렴타당도와 변별타당도를 알아보았다. 이론상으로 보면 심리유연성이 높은 사람은 정신건강이 좋으므로 불안이나 우울, 그리고 스트레스가 없고 전반 정신건강이 좋아야 한다. 실제로 AAQ-II는 불안, 우울, 그리고 스트레스와 부적 상관이 있었고(불안: $r=-.58, p<.01$), 우울: $r=-.58\sim-.71, p<.01$, 스트레스: $-.54, p<.01$), 정신장애를 재는 일반 정신건강 검사와도 부적 상관이 있었다($r=-.30\sim-.55, p<.01$). 또한 심리유연성이 높은 사람은 생각이나 감정을 억제하지 않고 있는 그대로 인정하고, 해야 하는 일에 집중하고 목표를 달성하기 위해 동기화되는 특성이 있는데, 실제로 AAQ-II는 사고억제와 부적 관계가 있었고($r=-.57\sim-.68, p<.01$) 성격5요인 가운데 성실성과 정적 관계가 있었다($r=.26, p<.01$). 이들은 이렇게 심리유연성의 수렴타당도를 검증하였고, 변별타당도는 직무 만족도와 이직 의도, 그리고 사회적 바람직성으로 측정하였다. 이들은 심리유연성이 높은 사람은 불만족스러운 직업 환경에 그렇게 만족하지도 않지만 그 환경을 떠나려고 하지도 않는다고 보았다. 또한 심리 유연성이 높은 사람은 그 문화에서 요구하는 방식을 알아야 한다

는 압력에도 영향을 받지 않는다고 보았다. 투자회사 직원과 은행원을 대상으로 검증한 결과 심리유연성은 장기적으로 직무 만족도와 상관이 없는 것으로 나타났다(투자회사 직원: $r=.10, p>.05$, 은행원: $r=.08, p>.05$), 이직 의도와도 상관이 없는 것으로 나타났다(투자회사 직원: $r=.13, p>.05$, 은행원: $r=.12, p>.05$). 그리고 사회적 바람직성과도 상관이 없는 것으로 나타났다(투자회사 직원: $r=.09, p>.05$). 마지막으로 증분타당도를 알아보기 위하여 사고억제와 성격5요인이 각각 정신건강 변인 설명하는 변량 이외에 AAQ-II가 추가로 설명하는 변량이 있는지 알아보았다. 그 결과 AAQ-II는 정신건강 변인을 사고억제보다 6%에서($p<.05$) 30%까지($p<.001$) 추가로 설명하는 것으로 나타났고, 성격5요인의 세 변인(외향성, 성실성, 신경증)보다 7%에서($p<.001$) 15%까지($p<.001$) 추가로 설명하는 것으로 나타났다. 더욱이 AAQ-II는 연령(집단별로 평균 19세~39세)이나 인종(백인, 히스패닉, 흑인), 그리고 성(남 36%, 여 64%)에 따라라도 내적 일치도에서 차이가 나지 않는 것으로 나타나 AAQ-I이 가지고 있던 문제를 해결한 것으로 나타났다(연령: $r=-.14\sim.08, p>.05$, 인종: $r=-.02\sim.03, p>.05$, 성별: $r=.10\sim.10, p>.05$, 다만 대학생 206명을 대상으로 한 집단의 경우만 $r=.20$ 으로서 유의수준 .05에서 유의).

Bond 등의 연구에 따르면 AAQ-II는 정신건강 분야를 비롯하여 산업 현장에도 널리 유용할 것으로 보인다. 앞에서 밝힌 바와 같이 AAQ-9는 문항 수는 적으나 내적 일치도 문제가 있었고 AAQ-16은 문항수가 많아 대단위 연구에서는 많이 활용되지 못하는 문제가 있었으나 AAQ-II는 이와 같은 문제를 해결함으로써 수용 중심 인지행동 접근의 치료성과는

물론 대단위 참여자를 대상으로 한 연구에서도 널리 쓰일 수 있을 것으로 보인다. 최근 우리나라에서도 명상을 비롯하여 긍정심리학이 각광을 받는 상황에서 AAQ-II는 수용이나 체험회피가 치료성과나 행복, 그리고 산업생산력에서 어떤 역할을 하는지 밝힘으로써 각 영역에서 수용을 기반으로 한 프로그램을 개발하는데 이바지할 것으로 생각된다. 이러한 필요에 따라 AAQ-II를 우리말로 번안하고 신뢰도와 타당도를 검증하고자 하였다.

연구 1: AAQ-II 탐색 요인분석

연구 1의 목적은 AAQ-II를 우리말로 번안하고 탐색 요인분석을 통해 한국판 AAQ-II의 요인구조를 알아보고자 하는 것이다.

방 법

연구 대상자

경기도 및 충청도 소재 3개 대학에 2009년 1학기에 재학하고 있는 대학생 400명을 대상으로 설문을 실시하였다. 설문에 참여하지 않거나 불성실한 자료를 제외하고 341부가 분석 대상이 되었다. 남학생은 108명(31.7%)이었고, 여학생은 233명(68.3%)이었다. 연령은 남학생이 평균 22.5세(표준편차=2.8)였고, 여학생은 20.8세(표준편차=2.4)였다.

검사도구

한국어판 수용-행동 질문지 II(Korean Acceptance and Action Questionnaire: K-AAQ-II)

본 연구에서는 Bond 등(출판중)이 개발한 Acceptance and Action Questionnaire-II(AAQ-II)를 우리말로 번안하여 사용하였다. 이 척도를 사용하기 위하여 심리학 박사 2인이 먼저 번역을 하여 1차 번역본을 완성하였고, 영문학 박사학위를 소지한 1인과 영어학 박사학위를 소지한 미국인 1인이 1차 번역본을 다시 영어로 역번역하였다. 이를 토대로 심리학 박사 2인과 상담심리 전문가 1인이 검토하여 1차 번역본을 수정하였다. 이런 과정을 거쳐 한국어판 수용-행동 질문지 II(K-AAQ-II)를 완성하였다.

사고억제 질문지(White Bear Suppression Inventory: WBSI)

사고억제를 측정하기 위하여 Wegner(1994)가 개발한 사고억제 질문지를 이용승과 원호택(1999)이 번안한 것을 사용하였다. 문항은 15문항이며 5점 리커트 척도로 되어 있다. 이 이용승과 원호택(1999)의 연구에서 내적 일치도 계수(Cronbach's α)는 .89였고 검사-재검사 신뢰도는 .77이었다. 본 연구에서 내적 일치도 계수는 .92였다.

한국어판 스트레스 대처 전략 검사지(Korea Coping Strategy Indicator: K-CSI)

스트레스 상황에 대한 개인의 대처양식을 알아보기 위하여 Amirkhan(1990)이 개발한 스트레스 대처전략 검사지를 신혜진과 김창대(2002)가 번안하여 타당도 연구를 거친 한국판 스트레스 대처전략 검사지를 사용하였다. 총 문항은 33문항이고 3점 리커트 척도로 되어 있다. 하위 척도는 '가까운 사람들에게 감정을

털어 놓는다'와 같은 문항으로 된 사회지지 추구, '문제를 최대한 해결하기 위해 주변 상황을 다시 정리한다'와 같은 문항으로 된 문제해결 중심, 그리고 '문제를 외면하려고 관심을 다른 곳으로 돌린다'와 같은 문항으로 된 '회피중심'으로 구성되어 있으며 신혜진과 김창대(2002)의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 전체가 .84였고, 하위척도별로 사회지지 추구는 .90, 문제해결 중심은 .88, 그리고 회피중심은 .67인 것으로 나타났다. 본 연구에서 신뢰도 계수는 전체가 .84였고, 사회지지 추구는 .85 문제해결 중심은 .90 그리고 회피중심은 .70이었다.

성격5요인 검사(NEO Personality Inventory-Revised: NEO-PI-R)

이 척도는 NEO-PI-R(Costa & McCrae, 1985)을 이경임과 안창규(1996)가 우리말로 번안하고 요인분석을 거쳐 선별한 60문항으로 된 간편 척도이다. 이 검사는 자기보고식이며 '전혀 아니다(1점)'부터 '매우 그렇다(5점)'까지 5점 리커트 척도로 되어 있다. 하위 척도는 외향성, 신경증, 성실성, 친화성, 개방성으로 되어 있으며 문항 수는 각 12개이다. 각 척도별로 내적 일치도 계수(Cronbach's α)는 각 척도별로 .85, .81, .72, .71, .53이다. 본 연구에서 내적 일치도 계수는 각각 .89 .82 .82 .50 .67이었다.

Beck의 우울증 척도(Beck Depression Inventory: BDI)

우울증을 측정하기 위하여 Beck, Ward, Mendelson, Mock와 Erbaugh(1961)가 개발한 우울증 척도를 이영호(1993)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 우울의 인지, 정서, 동기 생리 증상을 나타내는 21개 문항으로 되어 있

으며 4점 리커트 척도로 되어 있다. 이영호의 연구에서 신뢰도 계수는 .84였고 본 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .81이었다.

공적 자의식 척도(Public-consciousness Scale)

공적 자의식을 측정하기 위하여 Fenigstein, Scheier와 Buss(1975)가 개발하고 김은정(1994)가 번안한 자의식 척도를 사용하였다. 이 척도는 원래 사적 자의식 10문항, 공적 자의식 7문항, 그리고 사회불안 6문항 총 23문항으로 구성되어 있으며 5점 리커트 척도로 되어 있다. 본 연구에서는 공적 자의식을 측정하기 위하여 하위 척도 가운데 공적 자의식만을 사용하였다. 김은정(1994)의 연구에서 공적 자의식의 내적 일치도(Cronbach's α)는 .77이었고 본 연구에서 내적 일치도 계수는 .86이었다.

생활만족감 척도(Scale of Life Satisfaction: SLS)

개인의 안녕감을 측정하기 위하여 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 개발한 생활만족감 척도(Satisfaction with Life Scale)를 류연지(1996)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 7점 리커트 척도로 되어 있으며 5문항으로 되어 있다. 류연지의 연구에서 검사-재검사 신뢰도는 .72였고 본 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .82였다.

자료 분석

한국어판 AAQ-II와 함께 사고억제 질문지, 한국어판 스트레스 대처전략 검사지, 성격5요인 검사, Beck의 우울증 척도, 공적 자의식, 그리고 생활만족감 척도를 함께 포함시켜 설문지를 만들었다. 연구 1에서는 한국어판 AAQ-

II 자료만을 사용하였고 다른 검사 결과는 연구 2에서 사용하였다. 설문지는 강의 시간 시작 전에 실시하였고 소요 시간은 15분 정도였다.

결 과

신뢰도

한국어판 수용-행동 질문지-II(Korean Acceptance-Action Questionnaire-II: K-AAQ-II)의 내적 일치도를 알아보기 위하여 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 그 결과 Cronbach's α 계수는 .85인 것으로 나타났다. 문항-총점 상관은 .44(1번)에서 .80(5번)까지인 것으로 나타나 분포가 적절한 것으로 나타났다(.44~.80, $p < .001$ (표 1)).

타당도

K-AAQ-II의 구인 타당도를 검증하기 위하여 요인분석을 하였다. 요인추출 방법은 주축분해법을 사용하였고 회전은 사각회전 방법을 사용하였다. 그 결과 고유치가 1이상인 요인은 2개였으나 요인 2의 경우 아이겐 값이 1.0 수준이고 문항이 모두 요인 1에 부하되어 있어서 요인 수를 1개로 하는 것이 타당한 것으로 나타났다. 다만 1번 문항의 경우에는 요인 부하량이 .345로서 다소 낮았다. 요인분석 결과를 표 2에 제시하였다. 각 문항의 커뮤넨리티는 .16(3번) ~ .74(7번)에 이른다. 3번 문항의 경우 .16으로서 다른 문항보다 커뮤넨리티가 다소 낮았다. 1요인의 아이겐 값은 .36으로서 설명 변량은 전체의 36.1%였다(표 2).

표 1. 한국판 수용-행동 질문지(K-AAQ) 문항-총점 상관계수

문항 번호	문항	문항-총점 상관	문항배제 시 신뢰도 계수
1	나는 불쾌한 기억을 떠올리더라도 괜찮다.	.44	.84
2	고통스러운 경험과 기억으로 인해 나는 내가 가치 있게 여기는 삶을 살기가 어렵다.	.60	.83
3	나는 내 감정을 느끼는 것이 두렵다.	.71	.81
4	나는 내 걱정과 느낌을 통제하지 못하는 것에 대해 염려한다.	.74	.81
5	내 고통스러운 기억들은 내가 만족스러운 삶을 살지 못하게 한다.	.80	.80
6	나는 내 삶을 잘 관리하고 있다.	.56	.83
7	감정은 내 일상생활에서 문제를 일으킨다.	.69	.81
8	대부분의 사람들은 나보다 자신의 삶을 잘 꾸려나가고 있는 것 같다.	.58	.83
9	걱정은 내가 성공하는 데 걸림돌이 된다.	.61	.83
10	내 생각과 감정은 내가 살고 싶은 방식대로 살아가는 데 방해되지 않는다.	.62	.82

표 2. 수용-행동 척도 요인분석 결과

문항 번호	요인		커뮤널리티
	1	2	
3	.797	.324	.160
5	.706	.132	.393
4	.685	.339	.584
2	.637	-.006	.516
7	.598	-.379	.740
8	.540	-.082	.246
10	.539	.321	.405
6	.521	-.099	.282
9	.490	-.073	.298
1	.345	-.202	.501
아이겐값	3.6	.5	
설명 변량(%)	36.1	5.1	
누적 변량(%)	36.1	41.2	

논 의

341명의 대학생 집단을 대상으로 K-AAQ-II를 분석해 본 결과 요인구조는 원척도와 동일하게 1요인이 타당한 것으로 나타났다. 다만 단일 요인이 설명하는 전체 변량이 36.1%로서 원척도의 설명량인 47.24%보다는 조금 낮은 것으로 나타났다. AAQ-I의 경우 우리말로 번안하여 사용했을 때 신뢰도 계수가 낮은 문제가 있었는데 본 연구에서 K-AAQ-II의 신뢰도 계수는 .85로서 만족할만한 수준인 것으로 나타났다. 이 결과는 Bond 등(출판중)이 지적한 바와 같이 AAQ-I이 문항 자체에 문제가 있어서 신뢰도 수준이 낮았던 것으로 보이며, 문항을 수정함으로써 AAQ-I이 가지고 있던 문제가 해결된 것으로 볼 수 있다. 다음으로 이 요인구조가 다른 집단에서도 그대로 나타나는지 알아보기 위하여 확인 요인분석을 하였다.

연구 2: AAQ-II 확인 요인분석

연구 2에서는 연구 1에서 나타난 요인구조를 확인하고 K-AAQ-II의 신뢰도와 타당도를 검증하고자 하였다. 이를 위해 확인 요인분석을 통해 요인구조의 안정성을 검증하고자 하였고 관련변인과 상관을 통해 수렴타당도와 변별타당도를 검증하고자 하였다.

심리유연성은 정신건강의 중요한 지표로 (Bond, et al., 출판중) 어떤 한 순간에 하는 생각이나 느낌, 또는 신체경험을 회피하지 않고 있는 그대로 체험하면서 상황에 따라 목표에 맞게 행동을 유지하기도 하고 바꾸기도 하는 것이다. 먼저 수렴타당도를 알아보기 위하여 심리유연성과 유사한 개념과 상관을 알아보고자 하였다. 먼저 심리유연성이 높은 사람들은 체험을 억제하거나 회피하지 않으므로 억제여부를 측정하기 위하여 사고억제 질문지를 사용하여 상관을 알아보고자 하였고 회피여부를 측정하기 위하여 스트레스 대처전략 검사의 하위 척도 가운데 회피중심 대처 척도를 사용하여 상관을 알아보고자 하였다. 그리고 목표에 맞는 행동을 하는지 여부를 측정하기 위하여 성격 5요인 검사의 하위 척도 가운데 성실성 척도와 스트레스 대처전략 검사의 하위 척도 가운데 문제중심 대처 척도와 상관을 알아보고자 하였다. 또한 심리유연성이 높은 사람은 정신건강이 좋다고 가정되므로 심리유연성과 우울, 그리고 심리유연성과 안녕감간 상관을 알아보고자 하였다.

변별타당도는 두 단계를 거쳐 알아보고자 하였다. 첫 단계는 심리유연성과 상관이 없는 개념인 공적 자의식과 상관을 알아보고자 하였다. 그리고 두 번째 과정은 심리유연성과 심리유연성의 개념을 설명하고 있는 사고억제,

성실성, 문제중심 대처, 그리고 회피중심 대처가 변별되는지 알아보기 위하여 우울과 안녕감을 종속변인으로 각각 위계 회귀분석을 하고자 하였다.

방 법

연구 대상자

경기도 및 충청도 소재 3개 대학에 2009년 1학기에 재학하고 있는 대학생 320명을 대상으로 설문을 실시하였다. 설문에 참여하지 않거나 불성실한 자료를 제외하고 299부가 분석 대상이 되었다. 남학생은 93명(31.1%)이었고, 여학생은 206명(68.9%)이었다. 연령은 남학생이 평균 22.7세(표준편차=3.6)였고, 여학생은 20.7세(표준편차=3.6)였다.

검사 도구

검사 도구는 연구 1에서 사용했던 도구를 그대로 사용하였다.

자료 분석

한국어판 AAQ-II와 함께 사고억제 질문지, 한국어판 스트레스 대처전략 검사지, 성격5요인 검사, Beck의 우울증 척도, 공적 자의식, 그리고 생활만족감 척도를 함께 포함시켜 설문지를 만들었다. 설문지는 학교 사정에 따라 단체 검사 실시 후 또는 강의시간 시작할 때 하였고 검사시간은 15분 정도 걸렸다. 신뢰도를 구하기 위하여 내적 합치도 계수(Cronbach's α), 및 문항-총점 상관을 구하였고 타당도 측

정을 위하여 도, 공 및 검사간 상관을 구하였다. 통계분석은 윈도우용 SPSS 15.0을 사용하였다.

확인 요인분석할 때는 연구 2에서 사용한 AAQ-II 자료만 분석하였고 AAQ-II와 다른 척도간 상관을 분석할 때는 Bond등의 연구에서 한 방법대로 연구 1의 자료와 연구 2의 자료를 함께 합쳐서 사용하였다.

결 과

신뢰도

K-AAQ-II의 신뢰도를 알아보기 위하여 내적 일치도(Cronbach's α) 계수를 산출한 결과 계수는 .84인 것으로 나타났다. 문항-총점 상관은 .35(1번)에서 .75(5번)까지인 것으로 나타나 분포가 적절한 것으로 나타났다.(.35~.75, $p<.001$ (표 3).

타당도

구인타당도

K-AAQ-II의 구인 타당도를 검증하기 위하여 요인분석을 하였다. 요인추출 방법은 연구 1과 마찬가지로 주축 분해법을 사용하였고 사교회전 방법을 사용하였다. 그 결과 고유치가 1이상인 요인은 2개였으나 요인 2의 경우 연구 1과 마찬가지로 아이겐 값이 1.0 수준이었고 모든 문항이 요인 1에 부하되어 있어서 요인수를 1개로 하는 것이 타당한 것으로 나타났다. 그러나 1번 문항의 경우 요인부하량이 .23에 불과하여 .35에 미치지 못했고 10번 문항의 경우 요인 1에 .537이 부하되어 있었으나 요인 2에도 .511이 부하되어 있어서 차이가 .10이상 나지 않았다. 이에 따라 1번 문항과 10번 문항을 포함시키는 것이 나은지 제외시키는 것이 나은지 검토해 보기로 하였다. 이를 위해 두 경우를 모두 확인 요인분석해 보기로 하였다

표 3. 한국어판 수용-행동 질문지(K-AAQ) 문항-총점 상관계수 및 요인부하량

문항 번호	문항	문항-총점 상관	요인
1	고통스러운 경험과 기억으로 인해 나는 내가 가치 있게 여기는 삶을 살기가 어렵다.	.75	.74
2	나는 내 감정을 느끼는 것이 두렵다.	.74	.71
3	나는 내 걱정과 느낌을 통제하지 못하는 것에 대해 염려한다.	.75	.72
4	내 고통스러운 기억들은 내가 만족스러운 삶을 살지 못하게 한다.	.77	.76
5	나는 내 삶을 잘 관리하고 있다.	.55	.45
6	감정은 내 일상생활에서 문제를 일으킨다.	.72	.66
7	대부분의 사람들은 나보다 자신의 삶을 잘 꾸려나가고 있는 것 같다.	.66	.57
8	걱정은 내가 성공하는 데 걸림돌이 된다.	.61	.50
아이겐 값			3.4
설명변량			41.9

구조방정식 모형으로 확인 요인분석해 본 결과 1번과 10번 문항을 포함시킨 경우는 모형이 만족스러운 수준이 아니었다($\chi^2(35)=117.9$, $NFI=.876$, $TLI=.854$, $CFI=.907$, $RMSEA=.096$). 이에 따라 1번 문항과 10번 문항을 제외하고 확인 요인분석을 해 보았다. 그 결과 1번 문항과 10번 문항을 제외시킨 모형은 대체로 수용할 만한 수준인 것으로 나타났다($\chi^2(20)=75.2$, $NFI=.910$, $TLI=.876$, $CFI=.931$, $RMSEA=.086$). 두 모형을 비교해 본 결과 1번 문항과 10번 문항을 제외했을 때 모형이 더 적합한 것으로 나타났고 $\chi^2_{diff=15}=42.7$, $p<.001$) 약간 향상되는 것으로 나타났다(Cronbach's $\alpha=.85$) 명량 0.36.8%에서 41.9%로 향상되었다. 이에 따라 1번 문항과 10번 문항을 제외한 8개 문항으로 한국어판 AAQ-II를 완성하였다(표 3).

수렴타당도

K-AAQ-II의 수렴타당도를 알아보기 위하여 K-AAQ-II와 관련변인의 상관을 알아보았다.

먼저 K-AAQ-II와 사고억제, 그리고 회피중심 대처와 상관을 알아본 결과 사고억제와 부적 상관이 있었고($r=-.459$, $p<.001$), 회피중심 대처와도 부적 상관이 있었다($r=-.411$, $p<.001$). 다음으로 성실성과 문제중심 대처와 상관을 알아본 결과 성실성과 정적 상관이 있었고($r=.326$, $p<.001$), 문제중심 대처와도 정적 상관이 있었다($r=.341$, $p<.001$). 마지막으로 K-AAQ-II와 정신건강 변인인 우울, 그리고 안녕감과 상관을 알아본 결과 우울과는 부적 상관이 있었고($r=-.648$, $p<.001$), 안녕감과는 정적 상관이 있었다($r=.430$, $p<.001$). K-AAQ-II와 관련 변인들간 상관을 정리하였다(표 4).

변별타당도

다음으로 한국어판 AAQ-II의 변별타당도를 알아보았다. 이를 위해 첫 단계로 심리유연성과 상관이 없을 것으로 생각되는 공적 자의식과 상관을 알아보았다. 그 결과 두 변인간 상관은 없는 것으로 나타났다($r=.06$, $p>.05$). 다음으로 심리유연성과 심리유연성의 개념을 설명하는 변인들인 사고억제, 성실성, 문제중심

표 4. K-AAQ-II와 관련변인간 관계

	1	2	3	4	5	6	7
1							
2	-.459***						
3	-.411***	.377***					
4	.326***	-.057	-.170**				
5	.341***	.015	-.133**	.558***			
6	-.648***	.444***	.372***	-.366***	-.343***		
7	.430***	-.177***	-.195***	.349***	.274***	-.494***	

1. K-AAQ-II, 2. 사고억제 3. 회피중심 대처, 4. 성실성, 5. 문제해결중심 대처, 6. 우울, 7. 안녕감

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

대처전략, 회피중심 대처전략이 변별되는지 알아보기 위하여 우울과 안녕감을 종속변인으로 하여 각각 위계 회귀분석을 하였다.

먼저 우울을 종속변인으로, 그리고 사고억제, 성실성, 문제중심 대처, 회피중심 대처, 그리고 심리유연성을 독립변인으로 하여 위계

회귀분석을 하였다. 1단계에 사고억제, 성실성, 문제중심 대처, 회피중심 대처를 넣었고 2단계에 심리유연성을 넣었다. 그 결과 사고억제, 성실성, 문제중심 대처, 회피중심 대처가 우울을 36% 설명하였고, 심리유연성은 13%의 유의미한 추가 설명량을 보였다. 다음으로 안녕

표 5. 우울과 안녕감에 대한 심리유연성과 관련변인들의 위계 회귀분석 결과

종속변인	독립변인	B	SE	β	R^2	ΔR^2
우울	단계 1					
	사고억제	.18	.02	.37***	.36	.36***
	성실성	-.21	.05	-.22***		
	문제중심 대처전략	-.15	.05	-.17**		
	회피중심 대처전략	.18	.05	.18***		
	단계 2					
	사고억제	.09	.02	.19***	.49	.13***
	성실성	-.15	.04	-.15**		
	문제중심 대처전략	-.06	.04	-.06		
	회피중심 대처전략	.09	.04	.08		
	심리유연성	-.37	.04	-.46***		
안녕감	단계 1					
	사고억제	-.06	.02	-.14**	.18	.18***
	성실성	.19	.05	.24***		
	문제중심 대처전략	.12	.04	.16**		
	회피중심 대처전략	-.10	.05	-.11*		
	단계 2					
	사고억제	.00	.02	.01	.29	.11***
	성실성	.15	.04	.18**		
	문제중심 대처전략	.05	.04	.06		
	회피중심 대처전략	-.02	.04	-.02		
	심리유연성	.28	.04	.41***		

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

감을 종속변인으로 하여 같은 검증을 하였다. 그 결과 사고억제, 성실성, 문제중심 대처전략, 회피중심 대처전략이 안녕감을 18% 설명하였고 심리유연성은 11%의 유의미한 추가 설명량을 보였다. 이 결과는 심리유연성이 사고억제, 성실성, 문제중심 대처전략, 회피중심 대처전략과 유사한 개념이지만 이 변인들이 설명하지 못하는 고유 변량이 있다는 것을 의미한다(표 5).

종합 논의

본 연구는 Bond 등(출판중)이 AAQ-I의 문제점을 해결하고자 개발한 AAQ-II를 우리말로 번안하고 한국어판 AAQ-II의 신뢰도와 타당도를 알아보려고 한 것이다.

탐색 요인분석 결과 Bond 등의 연구결과와 마찬가지로 단일 요인구조가 타당한 것으로 나타났고 탐색 요인분석과 확인 요인분석에서 Cronbach's α 계수가 모두 .85정도로서 AAQ-I에서 문제되던 내적 일치도도 해결된 것으로 나타났다. 그리고 상관분석과 위계 회귀분석을 통해 수렴타당도와 변별타당도를 알아본 결과 사고억제와 회피중심 대처와는 부적 상관을, 그리고 성실성과 문제중심 대처와는 정적 상관을 보여 수렴타당도를 입증하였다. 그리고 별개의 개념을 측정하는 공적 자의식과는 상관이 없고 우울과 안녕감을 사고억제, 회피중심 대처, 성실성, 그리고 문제중심 대처가 설명하는 이외 추가 설명량을 보임으로써 변별타당도를 입증하였다.

그런데 Bond 등의 연구결과와 다른 점은 Bond 등의 연구에서는 10개 문항이 모두 단일 요인으로 포함되었으나 본 연구에서는 1번과

10번 문항을 제외시키는 것이 더 타당했다는 것이다. 이렇게 결과가 차이나는 것은 먼저 통계방법의 차이 때문일 수 있다. Bond 등의 연구에서 요인 추출법으로 사용한 방법은 주성분 분석(principal component analysis)이었고 본 연구에서는 주축요인분석(principal axis factoring)이었다. 확인 요인분석에서 요인추출 방법으로 Bond 등이 사용한 주성분분석을 사용한 결과 Bond 등의 결과와 마찬가지로 1번, 6번, 10번 문항이 다른 요인으로 묶이는 것으로 나타났다. 그런데 전문가들에 따르면 주성분 분석은 많은 문항을 정리해 주는 것일 뿐 잠재 요인구조를 분석하는데 적합한 방법은 아니라고 한다(홍세희, 1999). 주성분분석은 공통 요인에 비해 설명되지 않는 고유한 변인이 요인분석에 포함됨으로써 요인들 간의 분명한 관계를 규명하는데 정확도가 떨어지는 반면 주축요인분석은 상관행렬의 대각선에 고유한 오차 변인의 영향을 배제한 공통분 추정치가 투입되어 요인들 간의 관계를 분명하게 보여준다(한국심리학회지: 사회 및 성격, Vol. 22, p 10). 따라서 1번 문항과 10번 문항은 제외시키는 것이 더 타당한 것일 수 있다.

두 번째로 1번, 6번, 10번 문항은 모두 긍정형 문항으로서 6번은 AAQ-I(AAQ-16)에 포함되어 있던 문항이고 1번과 10번 문항은 새로 추가된 문항이다. 본 연구에 따르면 1번 문항은 확인요인분석에서 요인 부하량이 .23에 불과했고 10번 문항은 1요인에 .537에 부하되어 있었으나 2요인에도 .511 부하되어 있었다. 1번 문항의 경우에는 탐색 요인분석에서도 요인 부하량이 .345에 불과해서 심리 유연성이라는 개념을 제대로 반영하고 있지 않은 것으로 보인다. 1번 문항이 심리유연성을 반영하고 있지 못한 것은 문화차이 때문일 수 있다. 1번

문항은 ‘나는 불쾌한 기억을 떠올리더라도 괜찮다.’인데 불쾌한 기억을 떠올리는 것만으로 심리유연성을 측정하기는 불충분할 수 있다는 것이다. 즉 우리나라 문화에서는 체념이라는 현상이 있어서 어떤 일이 잘못되더라도 그럴 수 있다고 보고 팔자나 운명으로 쉽게 받아들이고(이규태, 1999; 최상진, 2003), 동양문화 특성상 장점을 내세우기보다는 단점을 찾아내어 개선하려고 하기 때문에 자신의 단점을 쉽게 받아들인다(조공호, 2003). 따라서 자신이 잘못된 일이 있더라도 그것 자체가 못 받아들일 정도로 괴로움을 주지 않기 때문에 이 문항은 심리유연성을 측정하기는 불충분할 수 있는 것이다. 이와는 달리 10번 문항은 심리유연성을 잘 반영하고 있지만 다른 요인에도 그와 유사한 정도로 요인이 부하되어 있어서 단일 요인을 측정한다고 보기는 어려웠다.

AAQ가 처음 개발된 이래 우리나라에서도 AAQ를 이용해서 연구가 진행되기 시작하였다(김인구와 김완석, 2008; 이정은과 조용래, 2004). AAQ-9는 문항이 적은 반면 내적 일치도에 문제가 있었고, AAQ-16은 문항 수가 많아 대단위 연구에서 많이 활용되지 못하는 문제가 있었다. 하지만 AAQ-II는 문항이 적으면서도 내적 일치도가 높아서 연구 영역이 더 넓어졌다고 하겠다. 우리나라에서도 점차 수용을 중요시하는 접근법에 대한 관심이 점차 늘어나고 있다. 이들 연구 가운데 몇 가지 예를 들면 수용기반 치료가 발표불안 감소에 미치는 영향을 밝힌 연구가 있고(박성신, 2006; 허재홍, 2005), 마음챙김 명상 치료가 우울이나 스트레스, 몰입, 그리고 부정적인 신체상 감소에 미친 영향을 밝힌 연구가 있다(이봉건, 2008; 장현갑, 김정모, 배재홍, 2007; 최윤선, 손정락, 2006). 이들 연구는 수용이 여러 정신

장애 및 몰입에 긍정적인 효과가 있는 것으로 나타났는데 이런 추세로 볼 때 AAQ 척도는 정신건강 분야를 비롯하여 여러 영역에도 유용하게 활용될 수 있을 것으로 생각된다. 각 영역에서 수용의 역할을 밝힘으로써 수용에 기반한 여러 프로그램을 개발하는데 많은 도움이 될 것으로 사료된다.

본 연구는 이와 같은 의의가 있으나 다음과 같은 한계가 있다. 첫째 Bond 등은 AAQ-II를 다양한 집단에 실시하여 신뢰도 및 타당도를 연구한 반면 본 연구에서는 대학생에만 국한시켰다. 따라서 앞으로 정신장애 집단에서도 신뢰도와 타당도가 본 연구결과와 마찬가지로 나오는지 검증할 필요가 있다. 둘째, 결과분석에서 성, 학력과 같은 인구학 변인을 반영하지 못한 것이 한계이다. 더 연구를 진행시킨다면 이런 변인을 감안하여 신뢰도와 타당도를 검증할 필요가 있다. 셋째, 한 가지 더 추가한다면 Bond 등은 AAQ-II로 산업현장에서 1년 간격을 두고 생산성을 검증하였는데 본 연구에서는 산업현장과 관련한 검증을 하지 못했다. 앞으로 연구에서는 학업이나 생산성과 같은 객관지표를 활용해서 검증해 보는 것이 바람직하다.

참고문헌

- 김은정 (1994). 우울증상 지속에 영향을 주는 인지 및 행동 변인들. 박사학위 논문. 연세대학교.
- 김인구, 김완석 (2008). Bond 심리적 수용 검사 척도(AAQ)에 대한 타당화 연구. 한국심리학회지: 건강, 13(3), 815-832.
- 류연지 (1996). 성격 및 욕구수준이 주관적 안녕

- 에 미치는 영향. 석사학위논문. 연세대학교.
- 문현미 (2005). 인지행동치료의 제 3 동향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(1), 15-33.
- 문현미 (2006). 심리적 수용 촉진 프로그램의 개발과 효과: 수용-전념 치료 모델을 중심으로. 박사학위 논문. 가톨릭 대학교.
- 박성신 (2006). 수용처치가 대학생의 발표불안 감소에 미치는 영향. 한림대학교 석사학위논문
- 신혜진, 김창대 (2002). 스트레스 대처 전략 검사(Coping Strategy Indicator)의 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(4), 919-935.
- 이경임, 안창규 (1996). NEO-PI-R 의 임상적 활용. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 8(1), 65-79.
- 이규태 (1999). 한국인의 정서구조 1, 2. 서울: 신원문화사.
- 이봉건 (2008). 한국판 마음챙김 명상(K-MBSR)이 대학생의 우울증상, 마음챙김 수준 및 몰입수준에 미치는 효과. 한국심리학회지: 임상, 27(1), 333-345.
- 이용승, 원호택 (1999). 사고 억제(Thought Suppression)와 통제 방략에서의 개인차에 관한 연구. 한국심리학회지: 임상, 18(1), 37-58.
- 이정은, 조용래 (2004). 생활스트레스 걱정에 대한 신념 및 경험적 회피가 일반화된 불안증상에 미치는 효과. 한국심리학회지 연차학술대회 논문집, 371-372.
- 장현갑, 김정모, 배재홍 (2007). 한국형 마음챙김 명상에 기반한 스트레스 감소 프로그램의 개발과 SCL-90-R로 본 효과성 검증. 한국심리학회지: 건강, 12(4), 833-850.
- 조궁호 (2003). 한국인 이해의 개념틀. 서울: 나남.
- 최상진 (2003). 한국인 심리학. 서울: 중앙대학교 출판부.
- 최유희, 이희경, 이동귀 (2008). Snyder의 희망 척도 한국 번역판의 타당화 연구. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 22(2), 1-16.
- 최윤선, 손정락 (2006). 부정적인 신체상을 가진 여대생을 위한 마음챙김 명상 프로그램과 인지행동 프로그램의 효과 비교. 한국심리학회 논문집, 224-225.
- 허재홍 (2005). 자율신경계 신체반응, 인지과정이 사회불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(4), 983-1002.
- Amirkhan, J. H. (1990). A factor analytically derived measure of coping. In C. L. Aldwin (Eds.) *Stress, coping, and development: An integrative perspective*(pp.191-215). New York: Guilford Press.
- Batten, S. V., Follere, V. M., Aban, I. B. (2001). Experiential avoidance and high risk sexual behavior in survivors of child sexual abuse. *Journal of Child Sexual abuse*, 10, 101-120.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical experimental, and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An Inventory for measuring depression. *Archieve of General Psychiatry*, 4, 53-63.
- Bond, F. W., & Bunce, D. (2001). Job control mediates change in a work reorganization intervention for stress reduction. *Journal of Occupational Health Psychology* 6, 290-302.
- Bond, F. W., & Bunce, D. (2003). The role of acceptance and job control in mental health, job satisfaction, and work performance. *Journal*

- of *Applied Psychology*, 88(6), 1057-1067
- Bond, F. W., & Hayes, S. C. (2002). ACT at work. In F. W. Bond & W. Dryden (Eds.), *Handbook of brief cognitive behaviour therapy*. Chichester, United Kingdom: Wiley.
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M. Orcutt, H. K., Waltz, T., Zettle, R. D. (in press). A revised measure of psychological flexibility and acceptance. *Psychological Assessment*
- Borkovec, T. D., & Hu, S. (1990). The effect of worry on cardiovascular response to phobic imagery. *Behavior research and Therapy*, 28, 69-73.
- Borkovec, T. D., Alcaine, O. M., & Behar, E. (2004). Avoidance theory of worry and generalized anxiety disorder. In R. G. Heimberg, C. L. Turk, & D. S. Mennin(Eds.), *Generalized anxiety disorder: Advances in research and practice*(pp.77-108). New York: Guilford Press.
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. F. (2001a). Unconditional Self-Acceptance and Responses to Negative Feedback. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 19(3), 177-189.
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. F. (2001b). Unconditional Self-Acceptance and Psychological Health. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 19(3), 163-176.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1985). *The NEO Personality Inventory Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment* 49, 71-75.
- Dougher, M. J. (1994). The act of acceptance. In S. C. Hayes, N. S. Jacobson, V. M. Follette, & M. J. Bougher (Eds), *Acceptance and change:es, Nent and c, Next in psychotherapy*(pp. 37-45). Reno, NV:es, Next Press.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Flett, G. L., Richard, A. B., Davis, A., & Hewitt, P. L. (2003). Dimensions of Perfectionism, Unconditional Self-Acceptance, and Depression. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 21(2), 119-138.
- Haas, J. R. (1994). The elusive nature of acceptance. In S. C. Hayes, N. S. Jacobson, V. M. Follette, & M. J. Bougher (Eds), *Acceptance and change: Content and context in psychotherapy*(pp.33-36). Reno, NV: Context Press.
- Hayes, S. C. (1987). A contextual approach to therapeutic change. In Jacobson, N. (Eds.), *Psychotherapists in clinical practice: Cognitive and behavioral perspectives*(pp.327-387). New York: Guilford.
- Hayes, S. C. (1994). Content, context, and the types of psychological acceptance. In S. C. Hayes, N. S. Jacobson, V. M. Follette, & M. J. Bougher (Eds), *Acceptance and change: Content and context in psychotherapy*(pp.13-32). Reno, NV: Context Press.
- Hayes, S. C., Jacobson, N. S., Follette, V. M., & Dougher, M. J. (Eds). (1994). *Acceptance and*

- change: Content and context in psychotherapy*. Reno, NV: Context Press.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. D. (1999). *Acceptance-commitment therapy: An experiential approach to behavior therapy*. New York: Guilford Press.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., Polusny, M. A., Dykstra, T. A., Batten, S. V., Bergan, J., Stewart, S. H., Zvolensky, M. J., Eifert, G. H., Bond, F. W., Forsyth, J. P., Karekla, M., & McCurry, S. M. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *Psychological Record*, 54, 553-578.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152-1168.
- Ireland, S. J., McMahon, R. C., Malow, R. M., & Kouzekanani, K. (1994). Coping style as a predictor of relapse to cocaine abuse. In L. S. Harris(Ed.). *Problems of drug dependence. 1993: Proceedings of the 55th Annual Scientific Meeting*(National Institute of Drug Abuse Monograph Series No. 141, p.158). Washington DC: U. S. Government Printing Office.
- Kohlenberg, B. S. (1994). The experiential acquisition of acceptance: Clinical supervision as a laboratory. In S. C. Hayes, N. S. Jacobson, V. M. Follette, & M. J. Bougher (Eds), *Acceptance and change: Content and context in psychotherapy*(pp.87-90). Reno, NV: Context Press.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive behavior therapy of borderline personality disorder*. New York: Guilford Press.
- Marx, B. P., & Sloan, D. M. (2002). The role of emotion in the psychological functioning of adult survivors of childhood sexual abuse. *Behavior Therapy*, 33, 563-578.
- Moria, N. (2007). The role of experiential avoidance in psychological functioning after war-related stress in Kosovar civilians. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 195(8), 697-700.
- Sanchez-Craig, M. (1984). *A therapist's manual for secondary prevention of alcohol problems: Procedures for searching moderate drinking and abstinence*. Tronto: Addiction Research Foundation.
- Santanello, A. W., & Gardner, F. L. (2007). The role of experiential avoidance in the relationship between maladaptive perfectionism and worry. *Cognitive Therapy and Research*, 30(3), 319-332
- Segal, Z. V., Williams, J. M., & Teasdale, J. D. (2002). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression: A new approach to preventing relapse*. New York: Guilford Press.
- Wegner, D. M. (1994). Ironic processes of mental control. *Psychological Review*, 101(1), 34-52.
- 원 고 접 수 일 : 2009. 7. 18
수정원고접수일 : 2009. 9. 9
게 재 결 정 일 : 2009. 11. 21

Study on the Reliability and Validity of Korean Translated Acceptance-Action Questionnaire- II

Jaehong Heo

Kkordongnae Hyundo University
of Social Welfare

Myongshik Choi

Sogang University

Hyunjeong Jin

Kyongwon University

This study aimed to translate the AAQ-II into Korean, and investigate the reliability and validity of the Korean translated AAQ-II. For exploratory analysis, 341 college students (male 108, female 233) took part in the study. The reliability was .85 and one factor was extracted. 299 college students (male 93, female 206) took part in the confirmatory factor analysis. The results confirmed the structure of the AAQ-II that was revealed in the exploratory factor analysis. However, two items were excluded which was from the statistical method and cultural factors. The correlation between the Korean translated AAQ-II and various psychological variables was proper. The results indicated that the Korean translated AAQ-II was reliable and validated. Results were discussed.

Key words : acceptance, experiential avoidance, AAQ-II