

대표강점질문지 개발을 위한 예비연구

김 지 영*

서울사이버대학교 상담심리학과

대표강점은 개인의 정체감과 독특성을 가장 잘 반영해주는 성격강점으로서 대표강점의 인식과 활용은 정신건강 증진에 핵심적인 역할을 한다. 기존에 대표강점 측정을 위해 널리 사용되고 있는 성격강점척도는 문항 수가 매우 많아서 장시간 검사하는 것이 어렵거나 다른 척도들과 함께 실시해야 상황에서는 비효율적인 측면이 있다. 이에 연구자는 효율적으로 개인의 대표강점을 확인할 수 있는 간편형 성격강점척도인 대표강점질문지(Signature Strengths Inventory: SSI)를 개발하기 위한 예비연구를 실시하였다. 서울 소재 온라인 대학교에 재학 중인 성인학습자 705명을 대상으로 대표강점질문지와 성격강점척도, 삶의 만족도 척도, 우울척도를 실시하였다. 분석 결과, 24개 성격강점 척도의 왜도와 첨도는 정규성을 위반하지 않는 것으로 확인되었으며 내적 일치도 계수는 양호한 것으로 판단되었다. 타당도 분석을 위해 대표강점질문지와 관련 척도와의 상관관계를 분석한 결과, 대표강점질문지와 성격강점척도 간 24개 성격강점별 상관계수는 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 대표강점질문지의 순위평균점수와 성격강점척도의 순위평균점수 간 Spearman 상관계수는 .74로 높게 나타났으며, 상위 5개 강점의 일치율은 80%로 5개 중에서 4개가 일치하는 것으로 확인되었다. 대표강점질문지의 24개 성격강점은 삶의 만족도와 모두 유의한 정적 상관을 보였으며, 우울과도 대부분 유의한 부적 상관을 갖는 것으로 관찰되었다. 마지막으로 이 연구의 한계점과 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 대표강점질문지, 성격강점, 대표강점, 정신건강

* 교신 저자 : 김지영, 서울사이버대학교 상담심리학과 조교수, (01133) 서울시 강북구 서울로49길 60,
Tel: 02-944-5036, E-mail: morie02@hanmail.net

강점(strengths)은 정신장애의 발병을 억제, 예방하고 정신건강 증진에 기여할 수 있는 심리적 요인(Lopez & Snyder, 2003)으로서, 생물학적 근거가 있는 안정적인 개인차(Steger, Hicks, Kashdan, Krueger, & Bouchard, 2007)인 동시에 사회적 제도와 문화를 통해 함양할 수 있는 긍정 특질(positive trait)이다. 다양한 분야에서 각기 다른 용어와 개념으로 연구되어 온 강점은 Peterson과 Seligman(2004)의 주도하에 인간의 강점과 덕성에 대한 분류체계(Values-in-Action Classification)로 조직화되었다. 당초 이 프로젝트의 목적이 강점의 합의된 분류체계를 도출하는 데 있었기 때문에 역사적, 문화적으로 특수한 속성보다는 보편적인 덕목을 추출하고자 하였다. 이를 위해 연구진은 인류문명에 지대한 영향을 미친 것으로 입증된 고대 전통문화의 문헌자료들을 조사하였다. 이 중에서 역사적으로 가장 오래되고 가장 영향력 있는 문서를 선정하여, 문헌에 반영되어 있는 핵심적인 요소들을 덕목으로 추출하였다. 다음으로 주제가 유사하거나 공유 속성이 많은 덕목들을 묶어 '핵심덕목'으로 분류하였으며, 각 핵심덕목을 성취할 수 있는 보다 구체적인 삶의 방식들을 추출하여 10가지 엄격한 기준을 충족시키는 성격강점들을 선정하였다. 최종적으로 6개의 상위 덕목(the High Six)과 24개의 성격강점으로 구성된 VIA 분류체계로 조직화되었는데 이를 표 1에 제시하였다(권석만, 2011).

6개 덕목은 지혜, 인간애, 용기, 절제, 정의, 초월이며, 각 덕목은 3~5개의 성격강점으로 구성된다. 먼저 지혜 및 지식 덕목(wisdom and knowledge)은 더 나은 삶을 위해 지식을 습득하고 활용하는 것과 관련된 인지적인 강점들로서 삶에서의 지혜로운 판단과 지적인

성취를 돕는다. 여기에는 창의성(creativity), 호기심(curiosity), 개방성(open-mindedness; judgment), 학구열(love of learning), 지혜(wisdom; perspective)가 포함된다. 인간애 덕목(humanity)은 타인을 보살피고 친밀해지는 것과 관련된 대인관계적 강점들로서 따뜻한 대인관계를 형성하고 심화하는 데 기여한다. 여기에는 사랑(love), 친절성(kindness), 정서지능(emotional intelligence; social intelligence)이 포함된다. 용기 덕목(courage)은 내면적, 외부적 난관에 직면하더라도 자신의 목표와 가치를 추구하는 강렬한 의지와 관련된 특성으로서 과제 완수와 목표 성취에 기여한다. 여기에는 용감성(bravery), 끈기(perseverance), 진실성(authenticity; honesty), 활력(vitality; zest)이 포함된다. 절제 덕목(temperance)은 지나침으로부터 우리를 보호하는 중용적 강점으로서 절제를 통해 극단에 빠지지 않도록 돕는다. 여기에는 용서(forgiveness), 겸손(humility), 신중성(prudence), 자기조절(self-regulation)이 포함된다. 정의 덕목(justice)은 효과적인 집단 활동에 기여하는 사회적 강점으로서 개인과 집단 간의 건강한 상호작용을 돕는다. 여기에는 시민의식(citizenship; teamwork), 공정성(fairness), 리더십(leadership)이 포함된다. 앞서 인간애 관련 강점들을 일대일의 관계에서 발휘되는 개인적 강점이라고 한다면, 정의 관련 강점들은 다수의 타인을 대상으로 하는 광범위한 사회적 강점이라 할 수 있다. 초월 덕목(transcendence)은 인생과 세상을 대하는 초월적인 태도와 관련된 것으로서 우리의 삶을 긍정적이고 낙관적으로 바라보게 함으로써 삶에 대한 의미와 희망을 갖도록 돕는다. 여기에는 심미안(appreciation of beauty and excellence), 감사(gratitude), 낙관성(optimism; hope), 유

머감각(humor), 영성(spirituality)이 포함된다.

VIA 분류체계는 경험적으로 소수인종을 비롯한 대부분의 문화권에 편재해 있음이 입증된 바 있다(Biswas-Diener, 2006; Dahlsgaard, Peterson, & Seligman, 2005). 그러나 구체적으로는 연령이나 성별 또는 국가와 문화에 따라 성격강점의 고유한 양상이 존재할 수 있다. 66개의 표본을 대상으로 메타 분석을 실시한 Heintz, Kramm과 Ruch(2019)에 따르면, 24개의 성격강점 가운데 사랑, 친절성, 심미안, 감

사에서 여성의 점수가 남성보다 높았다. 비록 효과크기가 작아서 성별에 따른 성격강점의 차이성 가설보다는 유사성 가설이 지지되긴 했지만, 특정 강점에서는 성차가 관찰된 것이다.

연령의 경우에는 다양한 연령집단을 직접 비교한 연구가 많지 않다. Isaacowitz, Vaillant와 Seligman (2003)은 청년(18~25세), 중년(36~59세), 노년(60세 이상)의 세 연령집단의 성격강점 양상을 비교 분석하였다. 이들의 연구에서 창의성은 연령과 유의한 부적 상관을

〈표 1〉 6개 덕목과 24개 성격강점

덕목	성격강점	정 의
지혜 및 지식	창의성	새롭고 독창적인 방식으로 생각하고 만들어내는 능력
	호기심	다양한 현상에 대해서 흥미를 느끼고 탐색하고 추구하는 태도
	개방성	어떤 주제나 현상을 다양한 측면에서 철저하게 생각하고 검토하는 능력
	학구열	새로운 지식이나 기술을 배우고 숙달하려는 동기와 학구적 태도
인간에	지혜	통합적인 관점에서 상황을 파악하여 현명한 조언을 제공하는 능력
	사랑	다른 사람과의 친밀한 관계를 소중하게 여기고 실천하는 능력
	친절성	다른 사람에게 도움을 베풀고 친절한 행동을 하려는 동기와 실천력
용기	정서지능	자신과 타인의 동기와 감정을 잘 포착하여 다양한 사회적 상황에서 적절히 행동하는 능력
	용감성	위험, 도전, 난관에 위축되지 않고 신념에 따라 행동하는 능력
	진실성	자신을 거짓 없이 드러내고 솔직하게 행동하며 감정이나 행동을 수용하고 책임지는 태도
	끈기	난관에 봉착하더라도 시작한 일을 완성하고 지속하는 능력
절제	활력	활기차고 열정적으로 추진하는 의욕적이고 적극적인 태도
	겸손	자신의 성취에 대해 과장된 허세를 부리지 않는 겸허한 태도
	신중성	조심스럽게 행동하여 불필요한 위험이나 후회할 일을 초래하지 않는 능력
정의	용서	잘못한 사람을 용서하고 앙심을 품지 않는 관대한 태도
	자기조절	자신의 다양한 충동, 욕구, 감정, 행동을 적절히 조절하는 능력
	공정성	사적인 편견 없이 모든 사람을 동등하고 공평하게 대하는 태도
	시민의식	자신에게 주어진 임무와 역할을 책임감 있게 수행하는 자세
초월	리더십	집단 활동을 효과적으로 조직화하고 관리하는 능력
	감사	긍정적인 면을 잘 알아차리고 감사하는 태도
	낙관성	최선을 예상하고 성취하기 위해 노력하는 태도
	심미안	세상의 아름다움과 탁월함을 섬세하게 인식하고 체감하는 능력
	유머감각	타인에게 웃음을 선사하는 능력
	영성	인생의 궁극적 의미와 목적을 추구하며 살아가는 태도

보인 반면, 시민의식과 영성은 정적 상관을 보였다. 연구자들은 특정 강점이 특정 생애 단계의 발달적 과업에 기여한다면 해당 연령대의 주관적 안녕과 높은 상관을 보일 것이라 예측하였다. 이를 밝히기 위해 연령대별 성격강점과 삶의 만족도 간의 관계를 분석한 결과, 세 연령집단에서 강점 수준이 높을수록 삶의 만족이 증가하는 패턴이 나타났다. 하지만 특별히 영성은 세 집단 가운데 노년집단에서만 삶의 만족과 유의한 상관을 보였다. 회귀분석 결과에서는 삶의 만족을 예측하는 강점이 연령집단에 따라 상이하었는데 청년집단에서는 낙관성, 중년집단은 사랑, 노년집단은 낙관성, 사랑, 시민의식인 것으로 밝혀졌다. 청년기에는 실패와 좌절에도 탐험을 지속케 하는 낙관성이 삶의 만족에 미치는 유익이 크고, 중년기에는 생산성(generativity)에 필요한 협력과 친밀한 관계의 이점이 크기 때문에 사랑이 핵심 강점으로 부상한 것으로 설명되었다. 또한 노년기에는 다른 연령집단보다 다양한 강점 사용으로부터 유익을 얻을 기회가 더 많기 때문에 다수의 성격강점이 삶의 만족에 기여하는 것으로 이해되었다.

발달연령에 따른 성격강점의 차이는 미국 청소년(12~15세)을 대상으로 실시된 연구(Park & Peterson, 2006a)에서도 언급된 바 있다. 연구자들은 이 연구에서 분석된 청소년 자료를 미국 성인 자료와 간접적으로 비교하였다. 그 결과 낙관성, 시민의식, 활력은 청소년의 점수가 성인에 비해 높았으나, 심미안, 진실성, 리더십, 개방성은 청소년의 점수가 성인에 비해 낮았다. 대체로 미국의 청소년과 성인의 강점 순위는 높은 일치도를 보였지만 미국 성인과 다른 나라 성인 간 일치도에 비해서는 현저히 낮은 것으로 밝혀져, 발달연령에 따라 성격강

점의 양상이 달라질 수 있음이 시사되었다.

한국인의 연령집단에 따른 성격강점을 비교한 연구(김지영, 2019)에서, 연령집단별(청소년, 청년, 중년, 장년) 성격강점 순위점수 간 상관계수가 중간 수준 이상으로 높게 나타나 전반적으로 연령집단 간 성격강점 프로파일의 유사성이 시사되었다. 전 연령대에 걸쳐서 사랑, 낙관성, 감사는 상위 5개 강점에 해당되었으며, 학구열은 하위 5개 강점에 공통적으로 포함되었다. 연령집단별 성격강점의 독특성과 차이점도 관찰되었는데, 진실성과 호기심은 연령집단 간 편차가 가장 큰 성격강점으로 나타났다. 연령이 높을수록 순위가 상승하는 경향이 관찰된 진실성은 장년집단(46~64세)에서 1위에 위치하였고, 순위가 하락하는 경향이 나타난 호기심은 중년집단(35~45세)과 장년집단에서 하위 5개 강점에 해당되었다. 또한 모든 연령대에서 높은 행복 수준 및 낮은 우울 수준과 가장 밀접히 관련된 강점은 낙관성과 감사인 것으로 밝혀졌다.

성격강점과 주관적 안녕의 밀접한 관계는 수많은 연구를 통해 경험적으로 입증되어 왔다. Park, Peterson과 Seligman(2004a)의 연구에서 강점의 수준이 높을수록 삶의 만족이 증가하는 것으로 나타났으며, 24개 강점 중에서 삶의 만족과 가장 높은 상관을 보인 강점은 낙관성, 활력, 감사, 사랑, 호기심이었다. 상기 5개 강점은 삶의 만족을 가장 잘 예측하였으며, 이러한 결과는 다양한 나라와 문화권에서 실시된 후속 연구들에서 반복 검증되었다(Blanca, Ferragut, Ortiz-Tallo, & Bendayan, 2018; Zhang & Chen, 2018). 또한 낙관성, 활력, 사랑과 같은 강점은 정적 정서와는 가장 높은 정적 상관을 보이고 부적 정서와는 가장 높은 부적 상관을 보였으며(Martínez-Martí &

Ruch, 2014), 정신적 안녕, 심리적 안녕, 자존감 등과 같은 변인들과도 밀접히 관련되었다(Douglass & Duffy, 2015; Hausler et al., 2017; Peterson et al., 2007).

성격강점은 우울을 포함한 정신병리와의 밀접한 관련성을 보였다. 청소년의 낙관성, 활력, 리더십은 낮은 내재화 문제와 유의한 상관을 보였으며, 끈기, 진실성, 신중성, 사랑은 낮은 외현화 문제와 유의한 상관을 보였다(Park & Peterson, 2006a). 청소년을 대상으로 실시된 종단연구(Gillham et al., 2011)에서 9학년 초의 친절성, 용서, 시민의식(협동성)은 1년 후 우울증상의 감소를 예측하였는데, 이는 다른 강점들의 영향을 통제된 뒤에도 유의했다. 주요 우울장애(major depressive disorder) 진단을 받은 성인을 대상으로 성격강점이 우울에 미치는 영향을 분석한 연구도 진행되었다(Tehranchi, Doost, Amiri, & Power, 2018). 연구 결과, 낮은 우울 수준에 유의한 영향을 미친 강점은 낙관성, 감사, 활력이었으며, 이러한 강점과 우울의 관계를 역기능적 태도가 매개하는 것으로 확인되었다. 연구자들의 설명에 따르면, 낙관성, 감사, 활력은 자기에 대한 긍정적이고 적응적인 태도 함양에 도움이 된다. 이는 우울증상의 취약성 요인이라 할 수 있는 역기능적 태도를 감소시킴으로써 우울증상을 완화시키는 것으로 이해할 수 있다.

강점 중에서도 특히 개인의 독특성을 잘 반영해주고 정체감에 가장 핵심이 되는 강점을 가리켜 대표강점(signature strengths)이라고 한다(Peterson & Seligman, 2004). 대표강점의 인식과 활용을 통해 내적 동기가 고취되고 최적기능을 발휘할 수 있다는 점에서, 대표강점은 번영하는 삶(flourishing life)의 중요한 기초가 된다(Jayawickreme, Forgeard, &

Seligman, 2012; Meyers & van Woerkom, 2017). 실제로 대표강점의 사용은 행복과 안녕감을 증가시키고 우울과 스트레스를 감소시켰다(김지영, 2015; Govindji & Linley, 2007; Mongrain & Anselmo-Matthews, 2012; Seligman, Steen, Park, & Peterson, 2005). 대표강점 개입의 효과를 입증한 연구들을 메타분석한 Schutte와 Malouff(2019)에 따르면, 대표강점의 개입은 학생, 직원 등의 다양한 집단을 대상으로 행복 및 삶의 만족도 증가와 우울 증상 감소에 유의한 영향을 미쳤으며, 목표 달성, 직무 수행, 시민행동, 직업만족도, 학업 수행과 같은 폭넓은 영역에서 그 실효성이 입증되었다(Linley, Nielsen, Gillett, & Biswas-Diener, 2010; Littman-Ovadia, Lavy, & Boiman-Meshita, 2017; Lounsbury, Fisher, Levy, & Welsh, 2009).

대체로 성격강점 프로파일 및 대표강점 확인은 VIA 분류체계에 근거한 자기보고형 검사를 통해서 이루어진다. 개인의 강점과 긍정적 성품을 자기보고형 검사를 통해 측정한다는 점에서 사회적 선회도의 영향을 받을 수 있다는 한계점이 제기된 바 있다. VIA 강점척도와 사회적 선회도 간의 상관관계를 분석한 연구(Peterson, 2006)에 따르면, 통계적으로 유의한 상관계수는 관찰되지 않았다. 무엇보다 강점척도의 사용목적이 개인내 비교에 있는 것이 개인간 비교에 있지 않기 때문에 원점수를 그대로 사용할 것이 권장되었다. 또한 성격강점은 단일한 형태가 아니라 여러 긍정특질들의 집합체(family of positive traits)로 간주될 수 있는 바(Park & Peterson, 2009), 개인별 강점의 고유한 특성은 여러 강점들의 상대적 위치를 나타내는 프로파일의 형태로 가장 잘 기술된다(Walker & Pitts, 1998). 24개 성격강

점 역시 개인내 비교를 통한 순위점수(rank order scores)로 제시될 수 있는데, 개인내 비교점수인 순위점수의 사용은 자기 고양(self-enhancement)이나 긍정 편향(positivity bias) 등에 의해 높은 점수를 보이는 자료들을 조절할 수 있는 방식이기도 하다.

지금까지 가장 널리 사용되고 있는 VIA 강점척도(VIA-IS: Values in Action Inventory of Strengths)는 24개 성격강점별 10문항씩 총 240문항으로 구성된 척도로서, 많은 문항 수로 인해 충분한 검사 소요시간이 확보되어야 한다. 이로 인해 대표강점 확인을 위한 목적으로 보다 간략한 형식의 질문지가 개발되어 임상 장면에서 활용되고 있다. 특히 노년 집단을 대상으로 한 개입 또는 제한된 시간 내 많은 변인을 측정해야 하는 연구를 실시할 때 간편형 척도가 효율적이고 경제적이 수 있다.

24개 성격강점별 1문항씩 24문항으로 구성된 성격강점평정질문지(Character Strengths Rating Form: CSRF)를 개발한 Ruch, Martinez-Marti, Proyer와 Harzer(2014)의 연구에서 CSRF와 VIA-IS 간 상관계수는 .41~.77이었으며 상위 5개 대표강점의 일치율은 80%로 나타났다. 이 질문지를 활용해서 중년(45~65세)과 노년(66~94세) 집단을 비교분석한 연구(Margelisch, 2017)가 진행된 바 있다. 연구 결과, 연령이 증가할수록 강점과 주관적 안녕 간의 상관계수도 증가하는 것으로 나타나 여러 제약들로부터 자유로운 노인들이 강점을 적용할 기회가 더 많고 이로부터 더 많은 이득을 얻는 것으로 여겨졌다. 중년과 노년집단에서 주관적 안녕과 가장 높은 상관을 보인 강점은 낙관성과 활력이었으며, 노년집단에서만 유의한 상관이 관찰된 강점은 영성인 것으로 확인되었다. 따라서 신체적 건강이 감퇴하는 노년기에는 영성과 관련

된 심리적 적응을 통해 주관적 안녕을 유지할 수 있음이 시사되었다. 또한 중년과 노년집단에서 신체적 건강과 정적 상관을 보인 강점은 낙관성, 활력, 자기조절이었으며, 노인의 신체 건강과 더 높은 상관을 보인 강점은 창의성과 호기심인 것으로 밝혀졌다. 이에 대해 연구자는 노년기 신체적 한계를 보완하고 대안적인 운동 방식을 개발하는 데 창의성과 호기심이 핵심적인 역할을 할 수 있다고 설명하였다. 즉 창의성과 호기심을 활용한 개입을 통해 노년기 건강행동을 촉진시킬 수 있는 근거가 확인된 것이다.

이처럼 간편형 강점척도는 기존 240문항 검사 실시가 어려운 대상자에게 쉽게 사용할 수 있고 다양한 변인들의 반복측정이 요구되는 종단연구 또는 개입 위주의 프로그램 활용 시 유용하다는 점에서 도구의 개발과 타당화 연구가 필요하다. Peterson과 Seligman(2004)이 개발한 VIA-IS의 간편형 검사는 여러 버전으로 만들어져있기는 하지만, 아직 타당화 연구는 많이 부족한 상황이다.

이에 본 연구에서는 McGrath(2015)가 연구에서 사용한 대표강점질문지(Signature Strengths Inventory; SSI)를 번안하여 이를 통계적으로 분석함으로써 대표강점질문지의 예비문항 구성에 필요한 기초자료를 확보하고자 한다. SSI는 Peterson과 Seligman(2004)이 대표강점의 특성으로 제시한 내용들 중에서 핵심 특성 세 가지(진정한 본연의 모습 반영, 강점의 자연스러운 발현, 강점 발휘 시 즐거움과 활기 경험)를 추려내어 문항으로 구성한 자기보고형 검사이다. 단순히 성격강점의 정의를 제시하고 자신과 가장 유사한 정도를 평정하게 하는 24문항형 검사에 비해 대표강점의 핵심 속성을 반영했다는 점에서, 개인의 대표강점을 확인

하는 데 보다 적합하다고 판단되었다.

연구자는 이 연구에서 SSI와 한국형 240문항 성격강점척도인 CST의 관계를 분석하고, SSI와 삶의 만족도 및 우울 증상, 인구통계학적 변인과의 관계를 탐색하고자 하였다.

방 법

참여자

서울 소재 온라인 대학교에 재학 중인 성인 학습자 705명이 연구에 참여하였다. 심리학 관련 과목을 수강하는 학생들에게 강의실 게시판을 통해 연구참여 안내문을 공지하였으며, 연구설명문을 읽고 자발적으로 참여의사를 밝힌 참여자들에게 설문조사가 시행되었다. 설문조사가 완료된 후에는 개인의 대표강점 및 활용방안이 제시된 결과지가 제공되었다. 연구참여자 중에서 남성은 276명(39.12%), 여성은 423명(60.0%), 무응답은 6명(0.9%)이었고, 이들의 전체 연령 범위는 19세에서 71세로서 평균 연령은 38.1세(표준편차=11.5)이었다.

측정도구

대표강점질문지(Signature Strengths Inventory; SSI). 이 척도는 McGrath(2015)가 기존 성격강점척도와 비교분석을 위해 사용한 것으로서, Peterson과 Seligman(2004)이 대표강점의 특성으로 제시한 내용들 중에서 핵심 특성 세 가지를 추려내어 문항으로 구성한 자기 보고형 검사이다. 24개 성격강점의 정의를 설명하는 문장이 제시된 후, 각 강점과 관련하여 다음의 세 가지 특성을 묘사한 문항이 제시된다

(예: '창의성은 나의 진정한 모습이라는 느낌을 준다', '노력하지 않아도 자연스럽게 창의성이 드러난다', '창의성을 발휘하면 기분이 좋아지고 활기가 넘친다'). 총 72문항으로 구성되어 있으며, Likert형 7점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다)로 평정된다. 24개 강점별 점수범위는 3~21점이며, 점수가 높을수록 해당 강점의 수준이 높은 것으로 해석된다. McGrath(2015)의 연구에서 SSI의 내적 합치도 계수는 .80~.94로 나타났으며, 240문항의 VIA 강점척도(Values in Action Inventory of Strengths)와의 평균 상관계수는 .69(.52~.84)로 확인되었다. 이 연구에서 사용된 대표강점질문지는 원판 SSI를 한국어로 번역하여 예비적으로 구성한 척도이다.

성격강점검사(Character Strengths Test: CST). 권석만, 유성진, 임영진, 김지영(2010)이 개인의 성격강점을 측정하기 위해 개발하고 표준화한 자기보고형 검사이다. 이 검사는 Peterson과 Seligman(2004)의 VIA 분류체계에 근거하여 6개 덕목 및 24개 성격강점으로 구성되어 있다. 구체적으로 지혜 및 지식 덕목에는 창의성, 호기심, 개방성, 학구열, 지혜가 포함되며, 인간애 덕목에는 사랑, 친절성, 정서지능, 용기 덕목에는 용감성, 진실성, 끈기, 활력, 절제 덕목에는 겸손, 신중성, 용서, 자기조절, 정의 덕목에는 공정성, 시민의식, 리더십, 초월 덕목에는 감사, 낙관성, 심미안, 유머감각, 영성이 포함된다. 24개 성격강점 척도는 각 10개 문항으로 측정되며 Likert형 4점 척도(0=전혀 아니다, 3=매우 그렇다)로 평정된다. 각 척도의 점수범위는 0~30점이며, 4주 간격의 검사-재검사 신뢰도 계수는 .62~.88이었다.

삶의 만족도 척도(Satisfaction with Life Scale: SWLS). Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 전반적인 삶에 대한 만족 정도를 측정하기 위해 개발한 척도이다. 총 5문항으로 Likert형 7점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다)로 평정된다. 이 연구에서는 조명환과 차경호(1998)가 번안한 척도를 사용하였고, 내적 합치도 계수는 .89이었다.

한국판 CES-D(Center for Epidemiological Studies -Depression Scale: CES-D). Radloff(1977)가 우울 측정을 위해 개발한 척도이다. 총 20문항으로서 Likert형 4점 척도(0=극히 드물게, 3=거의 대부분)로 평정된다. 이 연구에서는 전경구, 최상진, 양병창(2001)이 번안한 한국판 CES-D를 사용하였고, 내적 합치도 계수는 .94이었다.

인구통계학적 변인. 최종학력은 3개 집단으로 구성되었으며, 고졸 506명(71.8%), 전문대졸 109명(15.5%), 대졸 이상 85명(12.1%), 무응답 5명(0.7%)으로 나타났다. 직업상태는 4개 집단으로 구성되었으며, 학생 115명(16.3%), 주부 71명(10.1%), 시간제 근무 81명(12.9%), 풀타임 근무 424명(60.1%), 무응답 4명(0.6%)으로 나타났다. 결혼상태는 3개 집단으로 구성되었으며, 미혼 299명(42.4%), 기혼 368명(52.2%), 기타 34명(4.8%), 무응답 4명(0.6%)으로 나타났다. 종교는 5개 집단으로 구성되었으며, 종교가 없는 사람은 331명(47%), 기독교 213명(30.2%), 천주교 73명(10.4%), 불교 69명(9.8%), 기타 14명(2.0%), 무응답 5명(0.7%)으로 나타났다.

자료 분석

수집된 자료는 SPSS 24.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 먼저 대표강점질문지의 척도 분석을 위해 평균과 표준편차, 왜도 및 첨도를 구하고, 내적 일치도 분석을 위해 Cronbach's alpha 계수를 산출하였다. 24개 강점척도의 문항분석을 위해 문항별 평균과 표준편차를 구하고, 수정된 항목-전체 상관계수 및 항목이 삭제된 경우 Cronbach's alpha 계수를 산출하였다. 다음으로 대표강점질문지의 타당도를 평가하기 위해 성격강점검사, 삶의 만족도 척도, 우울 척도와 Pearson 상관계수를 구하였으며, 대표강점질문지와 성격강점검사의 순위점수(ipsative score)를 각각 구한 뒤 24개 성격강점의 순위평균점수 간 Spearman 상관계수를 산출하였다. 마지막으로 인구통계학적 변인에 따른 대표강점의 차이를 분석하기 위해 분산분석 및 Scheffé를 적용한 사후검정(post-hoc test)을 실시하였다.

결 과

24개 성격강점별 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 및 내적 일치도

대표강점질문지의 24개 성격강점별 평균과 표준편차, 왜도, 첨도 및 내적 일치도 계수를 구하였다(표 2). 24개 성격강점 중에서 평균점수가 가장 높은 강점은 감사이었고, 가장 낮은 평균점수를 보인 강점은 용서로 나타났다. 24개 성격강점의 왜도 및 첨도가 절대값 1보다 작으므로 정규성을 위반하지 않는 것으로 확인되었다. 24개 성격강점의 내적 일치도(Cronbach's alpha) 계수는 .65~.83으로 나타나, 대체로 양호한 것으로 판단되었다.

문항 분석

24개 성격강점 척도를 구성하는 문항을 분석하기 위해, 문항별 평균과 표준편차를 구하고 문항과 척도 간 상관계수 및 문항 삭제 시 Cronbach's alpha 계수를 산출하였다(표 3). 분석 결과, 24개 성격강점 척도 모두에서 문항 2(예: '창의성은 나의 진정한 모습이라는 느낌을 준다')의 평균점수가 문항 1(예: '노력하지 않아도 자연스럽게 창의성이 드러난다')과 문항 3(예: '창의성을 발휘하면 기분이 좋아지고 활

기가 넘친다')에 비해 낮은 것으로 관찰되었다.

수정된 항목-전체 상관계수도 문항 2가 문항 1과 문항 3에 비해 상대적으로 낮은 것으로 나타났다으며, 항목이 삭제된 경우 Cronbach's alpha 계수 역시 문항 2가 문항 1과 문항 3에 비해 높았다. 24개 성격강점 척도에서 문항 2를 삭제할 경우 Cronbach's alpha 계수가 모두 .70 이상으로 개선되는 것으로 확인되었으며, 문항 1과 문항 3을 삭제할 경우 Cronbach's alpha 계수는 삭제 전 Cronbach's alpha 계수에 비해 낮아지는 것으로 나타났다.

〈표 2〉 대표강점질문지의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 및 내적일치도

	평균(표준편차)	왜도	첨도	Cronbach's alpha
창의성 ^a	12.59(3.42)	.13	-.16	.66
호기심	13.05(3.82)	-.07	-.50	.76
개방성	12.23(3.67)	.07	-.27	.76
학구열	11.76(3.77)	.19	-.14	.72
지혜	12.90(3.44)	.08	-.23	.68
사랑	14.51(3.75)	-.27	-.19	.71
친절성	14.27(3.79)	-.13	-.42	.72
정서지능	13.14(3.68)	.09	-.18	.75
융감성	12.10(3.85)	.15	-.34	.75
진실성	14.20(3.78)	-.12	-.41	.72
끈기	13.18(3.78)	.00	-.27	.67
활력	13.43(3.79)	-.06	-.26	.75
겸손	12.48(3.82)	.03	-.33	.69
신중성	12.62(3.84)	.08	-.36	.70
용서	11.09(3.91)	.18	-.34	.72
자기조절	12.26(3.74)	.08	-.06	.65
공정성	12.79(3.62)	.00	-.30	.71
시민의식	13.31(3.90)	.00	-.46	.74
리더십	12.49(4.24)	-.03	-.55	.77
감사	14.57(3.82)	-.22	-.32	.74
낙관성	13.16(3.99)	-.06	-.42	.79
심미안	12.17(3.92)	-.01	-.37	.82
유머감각	12.92(4.21)	.09	-.65	.81
영성	12.21(4.22)	.04	-.41	.83

^a24개 척도의 점수범위는 모두 3~21점.

〈표 3〉 문항 제거 시 신뢰도

	문항	평균 (표준편차)	수정된 항목-전체 상관계수	항목 삭제시 Cronbach's alpha		문항	평균 (표준편차)	수정된 항목-전체 상관계수	항목 삭제시 Cronbach's alpha
창의성	문항1	4.29(1.52)	.55	.46	겸손	문항1	4.45(1.57)	.64	.43
	문항2	3.08(1.47)	.37	.71		문항2	3.67(1.70)	.40	.74
	문항3	5.22(1.41)	.52	.51		문항3	4.36(1.56)	.50	.62
호기심	문항1	4.50(1.51)	.68	.58	신중성	문항1	4.60(1.55)	.65	.45
	문항2	3.96(1.61)	.46	.82		문항2	3.67(1.79)	.46	.70
	문항3	4.58(1.52)	.65	.61		문항3	4.35(1.47)	.47	.67
개방성	문항1	4.30(1.43)	.66	.61	용서	문항1	4.06(1.59)	.66	.48
	문항2	3.60(1.57)	.49	.79		문항2	2.88(1.64)	.41	.77
	문항3	4.33(1.44)	.63	.63		문항3	4.16(1.65)	.55	.61
학구열	문항1	4.20(1.55)	.64	.52	자기조절	문항1	4.51(1.58)	.57	.41
	문항2	3.08(1.61)	.42	.78		문항2	3.19(1.72)	.36	.70
	문항3	4.49(1.53)	.59	.59		문항3	4.56(1.55)	.47	.54
지혜	문항1	4.51(1.39)	.64	.40	공정성	문항1	4.60(1.40)	.63	.50
	문항2	3.35(1.60)	.36	.77		문항2	3.61(1.68)	.40	.79
	문항3	5.04(1.39)	.51	.57		문항3	4.58(1.45)	.57	.56
사랑	문항1	5.10(1.51)	.63	.48	시민의식	문항1	4.74(1.50)	.69	.50
	문항2	3.90(1.80)	.39	.82		문항2	3.81(1.81)	.43	.83
	문항3	5.51(1.39)	.60	.54		문항3	4.76(1.49)	.60	.61
친절성	문항1	4.91(1.48)	.64	.51	리더십	문항1	4.41(1.68)	.71	.56
	문항2	4.10(1.78)	.44	.77		문항2	3.36(1.81)	.48	.83
	문항3	5.26(1.45)	.56	.60		문항3	4.72(1.62)	.63	.66
정서지능	문항1	4.66(1.38)	.67	.56	감사	문항1	5.13(1.45)	.68	.53
	문항2	3.86(1.67)	.48	.79		문항2	4.14(1.79)	.45	.82
	문항3	4.62(1.42)	.59	.65		문항3	5.31(1.43)	.61	.62
용감성	문항1	4.26(1.57)	.68	.53	낙관성	문항1	4.57(1.53)	.72	.61
	문항2	3.30(1.65)	.47	.79		문항2	3.72(1.72)	.53	.82
	문항3	4.53(1.50)	.58	.65		문항3	4.86(1.50)	.64	.70
진실성	문항1	5.07(1.46)	.64	.51	심미안	문항1	4.26(1.46)	.78	.66
	문항2	4.26(1.73)	.45	.76		문항2	3.49(1.57)	.57	.86
	문항3	4.87(1.51)	.55	.62		문항3	4.42(1.52)	.70	.73
끈기	문항1	4.76(1.54)	.61	.41	유머감각	문항1	4.34(1.64)	.75	.63
	문항2	3.31(1.81)	.35	.77		문항2	3.50(1.78)	.60	.80
	문항3	5.10(1.49)	.52	.54		문항3	5.07(1.51)	.62	.77
활력	문항1	4.77(1.50)	.66	.56	영성	문항1	4.41(1.60)	.78	.66
	문항2	3.55(1.69)	.46	.81		문항2	3.40(1.64)	.56	.88
	문항3	5.11(1.44)	.62	.62		문항3	4.40(1.65)	.72	.72

대표강점질문지와 성격강점척도, 삶의 만족도 및 우울증상 간의 상관관계

대표강점질문지의 타당도 분석을 위해 성격강점척도와 삶의 만족도 척도, 우울증상 척도 간의 상관계수를 구하였다(표 4). 대표강점질문지의 24개 성격강점과 성격강점척도의 24개 성격강점 간의 상관계수는 모두 통계적으로 유의하였으며, 가장 높은 상관계수는 리더십($r=.71$), 가장 낮은 상관계수는 개방성($r=.36$)으로 나타났다.

대표강점질문지와 삶의 만족도 간의 상관관계를 분석한 결과 모두 통계적으로 유의하였다. 삶의 만족도와 상관계수가 가장 높은 강점은 낙관성($r=.38$)이었으며, 다음으로 높은 강점은 용서($r=.36$)이었다.

대표강점질문지와 우울 증상 간의 상관관계를 분석한 결과, 창의성과 호기심을 제외한 22개 성격강점이 우울과 유의한 부적 상관을 보였다. 우울 증상과의 상관계수가 가장 높은 강점은 낙관성($r=-.26$)이었으며, 다음으로 높은 강점은 자기조절($r=-.24$)이었다.

대표강점질문지와 성격강점척도의 성격강점순위

대표강점질문지의 24개 성격강점 순위평균점수와 성격강점척도의 24개 성격강점 순위평균점수를 각각 구하고, 편의상 소수점 아래를 생략한 1~24위까지의 순위를 표 5에 제시하였다. 두 척도의 순위평균점수 간 Spearman 상관계수는 .74로 높게 나타났으며, 상위 5위 강점의 일치율은 80%로 5개 중에서 4개가 일치하였다(감사, 사랑, 친절성, 진실성).

인구통계학적 변인에 따른 성격강점 분석

대표강점질문지의 성격강점 순위와 연령 간의 Spearman 상관관계를 분석한 결과를 표 5에 제시하였다. 창의성과 호기심, 유머감각은 유의한 정적 상관을 보여 연령이 증가할수록

〈표 4〉 대표강점질문지와 성격강점척도, 삶의 만족도 척도, 우울 척도 간의 상관계수

	성격강점 척도	삶의 만족도	우울
창의성	.60***	.21***	-.06
호기심	.51***	.22***	-.06
개방성	.36***	.21***	-.09*
학구열	.55***	.32***	-.15***
지혜	.50***	.31***	-.17***
사랑	.53***	.33***	-.16***
친절성	.53***	.30***	-.19***
정서지능	.49***	.31***	-.17***
용감성	.53***	.27***	-.11**
진실성	.54***	.29***	-.18***
끈기	.61***	.31***	-.22***
활력	.54***	.33***	-.20***
겸손	.55***	.26***	-.18***
신중성	.57***	.23***	-.10*
용서	.61***	.36***	-.21***
자기조절	.62***	.35***	-.24***
공정성	.48***	.25***	-.11***
시민의식	.52***	.25***	-.14***
리더십	.71***	.31***	-.19***
감사	.56***	.35***	-.22***
낙관성	.51***	.38***	-.26***
심미안	.54***	.25***	-.10*
유머감각	.68***	.19***	-.08*
영성	.48***	.31***	-.17***

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

〈표 5〉 대표강점질문지와 성격강점척도의 순위 및 대표강점질문지 강점순위와 연령 간 상관계수

	대표강점 질문지	성격강점 척도	강점순위-연령 Spearman상관계수
창의성	17 ^a	21	.10**
호기심	10	22	.17***
개방성	22	11	.07
학구열	23	24	-.16***
지혜	12	18	-.06
사랑	2	1	.00
친절성	3	3	-.04
정서지능	9	12	-.09*
용감성	21	17	.01
진실성	4	5	-.28***
끈기	7	8	-.05
활력	5	9	.05
겸손	14	10	-.09*
신중성	15	15	.01
용서	24	20	-.05
자기조절	18	14	-.03
공정성	13	6	-.09*
시민의식	6	7	-.10**
리더십	16	19	-.01
감사	1	4	-.11**
낙관성	8	2	.02
심미안	20	13	.07
유머감각	11	16	.26***
영성	19	23	-.15***

^a24개 강점의 순위평균점수로서 소수점 이하를 생략함.

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

상기 강점의 순위는 하락하는 것으로 관찰되었으며, 연령에 따른 하락률이 가장 높은 강점은 유머감각으로 나타났다. 학구열과 진실성, 시민의식, 감사, 영성은 유의한 부적 상관을 보여 연령이 증가할수록 상기 강점의 순위는 상승하는 것으로 관찰되었으며, 연령에 따른 상승률이 가장 높은 강점은 진실성으로 나타났다.

성별에 따른 대표강점질문지의 성격강점 평균점수의 차이를 분석한 결과, 남성의 창의성 점수가 여성보다 유의하게 높았으며 ($t(697)=4.12, p < .001$), 여성의 감사 점수 및 심미안 점수가 남성보다 유의하게 높았다, ($t(697)=-3.59, p < .001$; $t(697)=-4.84, p < .001$).

결혼상태에 따른 대표강점질문지의 성격강점 평균점수의 차이를 분석한 결과, 진실성의 집단 간 차이가 유의한 것으로 나타났으며 ($F(2, 698)=15.26, p < .001$), 기혼 집단과 기타 집단의 점수가 미혼 집단에 비해 유의하게 높았다. 또한 용서의 집단 간 차이가 유의한 것으로 나타났으며 ($F(2, 698)=7.78, p < .001$), 기혼 집단의 점수가 미혼 집단에 비해 유의하게 높았다.

종교에 따른 대표강점질문지의 성격강점 평균점수의 차이를 분석한 결과, 영성의 집단 간 차이가 유의한 것으로 나타났으며 ($F(4, 695)=9.69, p < .001$), 기독교 집단의 점수가 무교 집단에 비해 유의하게 높았다. 학력과 직업상태에 따른 대표강점질문지의 성격강점 평균점수 차이는 유의하지 않은 것으로 관찰되었다.

논 의

이 연구의 목적은 효율적으로 개인의 대표 강점을 확인할 수 있는 간편형 성격강점척도

를 개발하기 위한 예비연구를 실시하여 대표 강점질문지의 문항 구성에 필요한 기초자료를 확보하는 데 있다. 연구 결과, 대표강점의 핵심 특성을 반영한 예비척도의 신뢰도와 타당도가 대체로 양호한 것으로 나타났다. 세 가지 문항 가운데 강점의 자연스러운 발현을 반영한 문항의 신뢰도가 상대적으로 낮다는 점을 고려하여, 후속 연구에서는 이를 보완하여 척도 문항을 구성할 필요가 있겠다.

구체적으로 대표강점질문지의 24개 성격강점 척도의 왜도와 첨도가 정규성을 충족시켰으며 내적 일치도 계수는 양호한 것으로 판단되었다. 문항 분석에서는 24개 성격강점별 2번 문항(강점의 자연스러운 발현)의 신뢰도가 1번 문항(진정한 본연의 모습 반영) 및 3번 문항(강점 발휘 시 즐거움과 활기 경험)에 비해 상대적으로 부족한 것으로 확인되었다. 3개 문항 중에서 1번 문항의 신뢰도가 가장 높게 나타나, 자신의 진정한 본연의 모습(a sense of ownership and authenticity)을 반영해주는 성격강점을 개인의 대표강점으로 인지할 가능성이 많은 것으로 여겨졌다.

한편 원판 SSI의 신뢰도를 분석한 McGrath (2017)의 연구에서는 2번 문항의 수정된 항목-전체 상관계수 평균($r=.77$)이 1번 문항($r=.73$)과 3번 문항($r=.68$)보다 큰 것으로 확인되었다. Peterson과 Seligman(2004)에 따르면, 대표강점은 이를 사용하고자 하는 내재적 동기가 강하기 때문에, 강점의 표현을 멈추거나 억제할 수 없는 듯한 느낌을 갖게 되고 강점과 일치되는 방향으로 행동하고 싶은 열망을 느끼게 된다. 따라서 자연스러운 강점 발현과 표현이 대표강점 인식에 핵심이라는 점이 시사된다. 아마도 본 연구에서 2번 문항의 신뢰도가 상대적으로 부족하게 나온 결과는 번역된 2번 문항이

원판의 내용을 충분히 반영하지 못한 이유 때문일 수 있다. 즉, 원판의 2번 문항("It is natural and effortless for me to express my strength.")이 "노력하지 않아도 자연스럽게 강점이 드러난다."라고 번역되면서, 강점의 "자연스러운 표현"에 더해 "노력"이라는 평가 기준이 부가적으로 검사 반응에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 실제로 개인의 대표강점을 인식하는 것과 적용하는 것 사이에는 간극이 존재한다. Peterson과 Seligman(2004)이 밝혔듯이, 강점의 표현에는 상황에 대한 주의가 수반되어야 한다. 예컨대, 대표강점으로서의 진실성이 상황에 관계없이 그 순간 떠오르는 생각과 감정을 모두 말하는 행동을 의미하지 않는다. 오히려 상황에 적합하게 유연한 방식으로 표현하는 것이 대표강점의 특성에 가깝다. 따라서 대표강점의 표현에는 현실 상황을 고려하는 태도가 포함되므로 개인의 노력과 주의가 필요할 수 있다. 물론 다른 강점을 발휘할 때보다 대표강점을 발휘할 때 에너지와 노력이 상대적으로 덜 들긴 하겠지만 말이다. 이러한 맥락에서 대표강점의 발현은 자연스러운 동시에 상황에 따라 주의를 기울여야 할 수 있다. 후속된 연구에서는 원판의 의미를 잘 반영하여 2번 문항의 수정을 고려할 필요가 있겠다.

대표강점질문지와 성격강점척도 간 24개 성격강점별 상관계수는 모두 통계적으로 유의하였으며, 두 척도의 순위평균점수 간 Spearman 상관계수도 매우 높게 나타났다. 특히 상위 5개 강점의 일치율은 80%로서, 5개 중 4개가 일치하는 것으로 관찰되었다. 임상 장면에서는 대체로 자기보고형 성격강점검사 상에서 상위 5위 이내 강점을 대표강점으로 정의 내린다. 따라서 개인의 대표강점 확인을 위해 대표강점질문지를 사용할 경우 효용성이 크다고 할 수 있겠다.

두 척도 간 상관계수가 가장 큰 강점은 리더십으로 나타나, 대표강점으로 리더십을 발휘할 때 자기 확신과 정체감, 자연스러운 표현, 즐거움과 활기의 경험이 상대적으로 높은 것으로 추측된다. 두 척도 간 상관계수가 가장 작은 강점은 개방성으로 밝혀져, 대표강점으로서 개방성을 인지하거나 경험하는 정도가 다른 성격강점에 비해 낮을 가능성이 시사된다. 개방성은 다양한 측면에서 철저하게 생각하고 비판적으로 검토하는 능력으로서, 개방성의 발휘가 개인에게 항상 즐거움과 활기를 주지 못할 수 있으며 상황에 따라 개방성의 발휘가 억제되거나 정체되기도 한다. 이러한 특성으로 인해 개방성을 개인의 대표강점으로 수용하거나 긍정적으로 경험하는 것이 제한될 가능성이 있다.

대표강점질문지와 다른 척도와의 상관분석 결과, 낙관성이 삶의 만족도와는 가장 높은 정적 상관을 보이고 우울과는 가장 높은 부적 상관을 보이는 것으로 확인되었다. 이는 성격강점척도와 다른 척도 간 상관분석 결과와 유사한 것으로서, 성격강점척도에서도 낙관성이 높은 삶의 만족도 수준 및 낮은 우울 수준과 가장 밀접히 관련되는 강점이었다. 따라서 정신건강과 관련하여 성격강점을 측정하고자 할 때 대표강점질문지와 성격강점척도의 호환이 가능할 것으로 생각된다.

인구통계학적 변인에 따른 대표강점질문지의 차이를 분석한 결과 선행연구와 대체로 일치하는 양상이 관찰되었다. 연령이 증가할수록 순위가 유의하게 상승하는 강점에는 진실성, 학구열, 영성 등이 포함되었다. 진실성은 선행연구(김지영, 2019)에서도 연령집단 간 순위 격차가 가장 큰 강점으로서, 특히 청소년 집단과 성인 집단을 구분해주는 강점으로 확인

된 바 있다. 성인 집단 내에서도 연령이 증가할수록 진실성의 순위는 상승하여 장년집단에서는 1위에 위치하였다. 본 연구에서도 진실성은 4위에 해당되는 바, 복잡한 사회적 요구를 고려하면서도 진정한 자기표현을 포기하지 않는 진실성이 매우 가치 있는 강점으로 인정되고 발휘되고 있는 것으로 보인다.

영성 또한 선행연구와 유사하게 연령이 증가할수록 순위가 증가하는 것으로 나타났다. 영성은 인생의 초월적인 차원이 존재한다는 확신에 근거한 믿음과 실천을 가리키는 강점(Peterson & Seligman, 2004)으로서, 연령이 높을수록 삶의 만족과의 관계가 밀접해지는 양상을 보인다. 청년기에 영성은 삶의 만족, 정적 정서와 아무런 상관을 보이지 않다가 중, 노년기에 접어들면서 주관적 안녕에 긍정적인 효과를 미치며 성공적인 노화에 중요한 역할을 하게 되는 것이다(Ardelt, Landes, Gerlach, & Fox, 2013; Margelisch, 2017).

연령이 증가할수록 순위가 유의하게 하락하는 강점에는 유머감각, 호기심 등이 포함되었다. 유머감각이 유희적인 삶의 태도나 장난기(playfulness)와 밀접히 관련된다는 점에서, 진지함이 증가하는 40대 이후에는 대체로 유머감각이 감소될 수 있다. 유머 감상능력의 발달 과정을 연구한 McGhee(1979)에 따르면, 난센스 유머에서 즐거움을 느끼는 능력은 10대 후반 이후에 감소된다고 한다.

호기심(curiosity)은 새로운 경험과 지식을 얻고자 하는 욕구로서 도전적인 기회를 인식하고 추구하는 것과 관련된 강점이다(Peterson & Seligman, 2004). 대체로 호기심은 전 생애에 걸쳐 상당히 안정적인 편이지만(Cacioppo, Petty, Feinstein, & Jarvis, 1996), 호기심보다 좁은 의미의 유사 개념인 자극추

구(novelty-seeking) 성향, 즉 흥분과 모험 추구, 탈억제, 지루해지기 쉬운 성향은 나이가 들수록 감소한다고 알려져 있다(Giambra, Camp, & Grodsky, 1992). 본 연구에서도 호기심은 연령이 증가할수록 순위가 하락하는 유의한 변동을 보였다.

성별을 비롯한 다른 인구통계학적 변인에 따른 성격강점의 차이는 효과크기가 크지 않았기 때문에 해석에 주의할 필요가 있으며, 제한된 표집을 대상으로 도출된 결과이므로 일반화하기에는 한계가 있다. 또한 문항 분석에서 시사되었듯이, 예비적으로 구성한 대표강점질문지 문항을 수정, 보완할 필요가 있겠다. 후속 연구에서는 본 연구 결과에 근거하여 대표강점질문지 문항을 재구성하고 요인구조 탐색 및 검사-재검사 신뢰도 분석 등을 통한 타당화 연구를 실시해야 할 것이다.

본 연구에서 사용된 대표강점질문지에 몇 가지 제한점이 있기는 하지만, 간편하게 개인의 대표강점을 확인하거나 많은 변인들을 함께 측정해야 하는 연구에 사용하기에 효율적인 측정 도구임이 시사되었다. 무엇보다 후속 연구에서 보다 신뢰롭고 타당한 대표강점질문지 문항을 구성할 수 있는 근거 자료가 마련되었다는 점에서 본 연구의 의의를 찾을 수 있겠다. 후속적으로 개발될 대표강점질문지는 다양한 집단을 대상으로 폭넓은 장면에서 유용하게 활용될 것이라 기대된다.

참 고 문 헌

권석만(2011). *인간의 긍정적 성품*. 서울: 학지사.
 권석만, 유성진, 임영진, 김지영(2010). *성격강점검사-전문가 지침서*. 서울: 학지사 심리검

사연구소.

- 김지영(2015). 강점개입이 정신건강에 미치는 효과. *한국심리학회지: 건강*, 20(3), 498-513.
- 김지영(2019). 연령대별 성격강점의 발달모형: 한국인의 연령집단에 따른 성격강점 비교 및 문화적 특성. *한국심리학회지: 건강*, 24(3), 607-630.
- 전경구, 최상진, 양병창(2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. *한국심리학회지: 건강*, 6, 59-76.
- 조명환, 차경호(1998). 삶의 질에 대한 국가 간 비교. *아산재단 연구총서*.
- Ardelt, M., Landes, S. D., Gerlach, K. R., & Fox, L. P. (2013). Rediscovering internal strengths of the aged: The beneficial impact of wisdom, mastery, purpose in life, and spirituality on aging well. In J. D. Sinnott (Ed.), *Positive Psychology: Advances in understanding adult motivation* (pp. 97-119). New York: Springer.
- Biswas-Diener, R. (2006). From the equator to the north pole: A study of character strengths. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 293-310.
- Blanca, M. J., Ferragut, M., Ortiz-Tallo, M., & Bendayan, R. (2018). Life satisfaction and character strengths in Spanish early adolescents. *Journal of Happiness Studies*, 19(5), 1247-1260.
- Cacioppo, J. T., Petty, R. E., Feinstein, J. A., & Jarvis, W. B. G. (1996). Dispositional differences in cognitive motivation: The life and times of individuals varying in

- need for cognition. *Psychological Bulletin*, 119(2), 197-253.
- Dahlsgaard, K., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2005). Shared virtue: The convergence of valued human strengths across culture and history. *Review of General Psychology*, 9(3), 203-213.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Douglass, R. P., & Duffy, R. D. (2015). Strengths use and life satisfaction: A moderated mediation approach. *Journal of Happiness Studies*, 16(3), 619-632.
- Giambra, L. M., Camp, C. J., & Grodsky, A. (1992). Curiosity and stimulation seeking across the adult life span: Cross-sectional and 6- to 8-year longitudinal findings.
- Gillham, J., Adams-Deutsch, A., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M., Winder, B., Peterson, C., Park, N., Abenavoli, R., Contero, A., & Seligman, M. E. P. (2011). Character strengths predict subjective well-being during adolescence. *The Journal of Positive Psychology*, 6(1), 31-44.
- Govindji, R., & Linley, A. (2007). Strengths use, self-concordance, and well-being: Implications for strengths coaching and coaching psychologists. *International Coaching Psychology Review*, 2(2), 143-153.
- Hausler, M., Strecker, C., Huber, A., Brenner, M., Höge, T., & Höfer, S. (2017). Distinguishing relational aspects of character strengths with subjective and psychological well-being. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-12.
- Heintz, S., Kramm, C., & Ruch, W. (2019). A meta-analysis of gender differences in character strengths and age, nation, and measure as moderators. *The Journal of Positive Psychology*, 14(1), 103-112.
- Isaacowitz, D. M., Vaillant, G. E., Seligman, M. E. P. (2003). Strengths and satisfaction across the adult lifespan. *International Journal of Aging and Human Development*, 57(2), 181-201.
- Jayawickreme, E., Forgeard, M. J. C., & Seligman, M. E. P. (2012). The engine of well-being. *Review of General Psychology*, 16(4), 327-342.
- Linley, P. A., Nielsen, K. M., Gillett, R., & Biswas-Diener, R. (2010). Using signature strengths in pursuit of goals: Effects on goal progress, need satisfaction, and well-being, and implications for coaching psychologists. *International Coaching Psychology Review*, 5(1), 6-15.
- Littman-Ovadia, H., Lavy, S., & Boiman-Meshita, M. (2017). When theory and research collide: Examining correlates of signature strengths use at work. *Journal of Happiness Studies*, 18(2), 527-548.
- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2003). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. APA.
- Lounsbury, J. W., Fisher, L. A., Levy, J. J., & Welsh, D. P. (2009). An investigation of

- character strengths in relation to academic success of college students. *Individual Differences Research*, 7(1), 52-69.
- Margelisch, K. (2017). Character strengths, their valuing and their association with well-being in middle and older age. *Abschlussarbeit CAS Positive Psychologie*, 8, 1-35.
- Martinez-Marti, M. L., & Ruch, W. (2014). Character strengths and well-being across the life span: Data from a representative sample of German-speaking adults living in Switzerland. *Frontiers in Psychology*, 5, 1-10.
- McGhee, P. E. (1979). *Humor: Its origin and development*. San Francisco: Freeman.
- McGrath, R. E. (2015). Integrating psychological and cultural perspectives on virtue: The hierarchical structure of character strengths. *The Journal of Positive Psychology*, 10(5), 407-424.
- McGrath, R. E. (2017). *The VIA assessment suite for adults: Development and initial evaluation*. Cincinnati, OH: VIA Institute on Character.
- Meyers, M. C., & van Woerkom, M. (2017). Effects of a strengths intervention on general and work-related well-being: The mediating role of positive affect. *Journal of Happiness Studies*, 18(3), 671-689.
- Mongrain, M., & Anselmo-Matthews, T. (2012). Do Positive Psychology Exercises Work? A Replication of Seligman et al.(2005). *Journal of Clinical Psychology*, 68(4), 382-389.
- Park, N., & Peterson, C. (2006a). Moral competence and character strengths among adolescents: The development and validation of the Values in Action Inventory of Strengths for Youth. *Journal of Adolescence*, 29(6), 891-909.
- Park, N., & Peterson, C. (2009). Character strengths: Research and practice. *Journal of College and Character*, 10(4), 1-10.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004a). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 603-619.
- Peterson, C. (2006). *A Primer in positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Peterson, C. Ruch, W., Beermann, U., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 149-156.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological measurement*, 1, 385-401.
- Ruch, W., Martinez-Marti, M. L., Proyer, R. T., & Harzer, C. (2014). The character strengths rating form (CSRF): Development and initial assessment of a 24-item rating scale to

- assess character strengths. *Personality and Individual Differences*, 68, 53-58.
- Schutte, N. S., & Malouff, J. M. (2019). The impact of signature character strengths interventions: A meta analysis. *Journal of Happiness Studies*, 20(4), 1179-1196.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Steger, M. F., Hicks, B. M., Kashdan, T. B., Krueger, R. F., & Bouchard Jr, T. J. (2007). Genetic and environmental influences on the positive traits of the values in action classification, and biometric covariance with normal personality. *Journal of Research in Personality*, 41(3), 524-539.
- Tehranchi, A., Doost, H. T. N., Amiri, S., & Power, M. J. (2018). The role of character strengths in depression: A structural equation model. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-11.
- Walker, L. J., & Pitts, R. C. (1998). Naturalistic conceptions of moral maturity. *Developmental Psychology*, 34(3), 403-419.
- Zhang, Y., & Chen, M. (2018). Character strengths, strengths use, future self-continuity and subjective well-being among Chinese university students. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-14.

투고일자 : 2019. 10. 15.

심사일자 : 2019. 11. 13.

게재확정일자 : 2019. 11. 28.

A Preliminary Study for the Development of the Signature Strengths Inventory

Jiyoung Kim

Seoul Cyber University

The Signature Strengths are the most essential character strengths for a person's identity and uniqueness. The identification and utilization of one's signature strengths can promote mental health. The Character Strengths Test (CST) which is widely used for measuring signature strengths has excessive numbers of item that it may be inefficient in some situations, such as when there is not enough time or when it needs to be conducted with other measures. The purpose of this study is to conduct a preliminary investigation for developing the Signature Strengths Inventory (SSI), which is more efficient in identifying one's signature strengths. Signature Strengths Inventory, Character Strengths Test, Satisfaction with Life Scale, and CES-D were administered to 705 adult learners who attended online colleges in Seoul. Results showed that skewness and kurtosis of 24 character strengths scales met normality, and the internal consistency was adequate. The correlation analysis of the SSI with the CST showed that all of correlation coefficients were statistically significant. The rank-order correlation of the SSI with the CST was .74 and the concordance rate of top five character strengths was 80%, which means four out of five were identical. All of 24 character strengths by SSI showed significantly positive correlations with satisfaction in life and almost all of them showed significantly negative correlations with depression. Finally limitations of this study and suggestions for further research were discussed.

Keywords : *Signature Strengths Inventory, Character strengths, Signature strengths, Mental health*

