



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

배수영 교수 지도
석사학위 청구논문

직장인의 합창동호회
참여동기와 회복탄력성 간의 관계

2023

성신여자대학교 교육대학원
교육학과 음악교육전공

오 유 진

직장인의 합창동호회
참여동기와 회복탄력성 간의 관계

배수영 교수 지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2023년 5월

성신여자대학교 교육대학원

교육학과 음악교육전공

오 유 진

인 준 서

오유진의 석사학위 논문으로 인준함

2023년 5월

심사위원장 임 인 경



심사위원 배 수 영



심사위원 김 은 주



성신여자대학교 교육대학원

국 문 초 록

본 연구의 목적은 합창동호회 활동에 참여하는 직장인들의 참여동기와 회복탄력성을 파악하고, 참여동기가 회복탄력성에 미치는 영향을 분석하여 직장내 합창동호회 신설 및 활성화에 도움이 되는 기초자료를 제공하기 위한 것이다. 이를 위해 전국에 있는 7개의 성인 아마추어 합창단에 소속한 직장인 116명을 연구 대상으로 선정하여 설문조사를 실시하였다. 참여동기 문항은 Beard & Ragheb(1983)이 개발한 여가 참여동기 척도를 번안하여 사용하였으며, 회복탄력성 문항은 신우열, 김민규, 김주환(2009)이 개발한 척도를 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS 29.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 분석 결과에 따른 결론의 요약은 다음과 같다.

첫째, 합창동호회 활동 직장인들의 참여동기는 평균 3.33점으로 보통 수준으로 나타났다. 참여동기 하위요인인 지적, 사회성, 능력-숙달, 자극회피 요인을 분석한 결과, 지적 참여동기가 평균 3.49점으로 가장 높았으며, 이어서 능력-숙달 동기가 평균 3.46점으로 높았다. 이는 참여자들이 지적 동기와 능력-숙달 동기를 중요하게 생각하는 것을 볼 수 있다. 따라서 직장인을 대상으로 하는 합창동호회 활동은 참여자들의 지적 욕구와 자기 계발이 충족될 수 있는 환경을 제공해야 함을 시사한다.

둘째, 합창동호회 활동에 참여하는 직장인들의 참여동기를 성별, 결혼 유무, 연령, 활동 기간, 최종 학력 등의 변인에 따라 비교한 결과, 전체적인 참여동기와 참여동기 하위요인인 지적 및 능력-숙달 동기는 이에 따라 유의한 차이를 보이지 않았다. 그러나 참여동기의 하위 영역인 자극회피 동기는 결혼 유무와 연령에 따라 차이가 있었으며 또한, 사회성 동기는 활동기간에 따라 유의한 차이가 있었다. 결혼한 집단과 50대 연령에서 자극회피 동기가 높았고, 3년 이상 ~ 5년 미만 활동을 한 집단은 사회성 동기가 높은 결과가

나타났다. 이처럼 참여동기 하위요인에서 유의한 차이를 보인 변인들은 합창동호회 활동을 기획하고 운영할 때 고려해야 할 중요한 요인으로 볼 수 있다.

셋째, 합창동호회 활동에 참여하는 직장인들의 회복탄력성을 성별, 결혼 유무, 연령, 활동 기간, 최종 학력 등의 변인에 따라 비교한 결과, 결혼 유무에 따라서는 회복탄력성에 유의한 차이를 보였다. 이는 결혼한 사람들이 결혼하지 않은 사람들보다 스트레스를 극복할 수 있는 회복탄력성이 높음을 나타낸다. 하지만, 성별, 연령, 활동 기간, 최종 학력에 따른 회복탄력성에는 유의한 차이가 없었다. 특히, 합창 동호회 활동을 오래 지속한다고 해서 회복탄력성에 긍정적인 영향을 미치지 않음을 볼 수 있었다. 따라서 참여동기와 같이 회복탄력성에 미치는 다른 요인들을 살펴볼 필요성을 시사한다.

넷째, 합창동호회 활동 직장인들의 참여동기는 회복탄력성에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 참여동기 하위요인 중 지적 요인, 능력-숙달 요인, 자극회피 요인 각각도 회복탄력성에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 합창단을 신설하고 활성화하고자 할 때 참여동기 요소를 고려하여 전략적으로 접근하는 방법을 세울 필요가 있음을 시사한다. 즉, 직장인을 대상으로 하는 합창동호회를 효과적으로 운영하려면 참여동기의 요소 중 지적, 능력-숙달, 자극회피 요소를 충족할 만한 전략을 계획하여야 한다.

결론적으로, 본 연구는 직장인들이 합창동호회 활동에 참여하는 주된 동기가 지적 동기, 능력-숙달 동기, 그리고 자극회피 동기임을 확인하였다. 또한, 이러한 참여동기들이 참여자들의 회복탄력성에 긍정적인 영향을 주는 것을 발견하였다. 이는 합창동호회 활동이 직장인들이 스트레스를 극복하고 그들의 회복탄력성을 강화하는 데 중요한 역할을 수행함을 나타낸다. 이에 따라, 직장들을 대상으로 하는 합창동호회를 효과적으로 운영하고 활성화하기 위해서는 참여자들의 지적, 능력-숙달, 그리고 자극회피 등의 참여동기를

충족시키는 전략을 세우는 것이 중요하다는 결론을 내릴 수 있다. 본 연구가 합창동호회 활동의 기획 및 운영 시 참고할 수 있는 중요한 지표로 활용되어 앞으로 합창 연구에 대한 발전이 지속적으로 이루어지길 기대한다.

목 차

국문초록

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구 문제	3
II. 이론적 배경	4
1. 동호회	4
2. 합창	6
3. 참여동기	9
4. 회복탄력성	13
III. 연구 방법	16
1. 연구 대상	16
2. 연구 절차	18
3. 연구 도구	19
4. 자료 분석 방법	21
IV. 연구 결과	22
1. 참여동기	22
2. 회복탄력성	31
3. 참여동기와 회복탄력성 관계	33

V. 결론 36

참고문헌

ABSTRACT

부록

표 목 차

<표 II-1> 동호회 영역 분류	5
<표 II-2> Beard & Ragheb(1983)의 여가 참여동기 영역별 특징	11
<표 III-1> 연구 대상의 일반적 특성	17
<표 III-2> 연구 내용 및 연구 기간	18
<표 III-3> 참여동기 신뢰도	20
<표 III-4> 회복탄력성 신뢰도	20
<표 IV-1> 연구 대상의 참여동기 수준	22
<표 IV-2> 성별에 따른 참여동기 차이	23
<표 IV-3> 결혼 유무에 따른 참여동기 차이	24
<표 IV-4> 연령에 따른 참여동기 차이	25
<표 IV-5> 연령에 따른 자극회피 요인 사후분석	26
<표 IV-6> 활동 기간에 따른 참여동기 차이	27
<표 IV-7> 활동 기간에 따른 사회성 요인 사후분석	29
<표 IV-8> 최종 학력에 따른 참여동기 차이	30
<표 IV-9> 연구 대상의 회복탄력성 수준	31
<표 IV-10> 일반적 특성에 따른 회복탄력성 차이	32
<표 IV-11> 참여동기가 회복탄력성에 미치는 영향에 대한 단순회귀분석 ...	34

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

우리는 지속적으로 복잡해지고 빠르게 변화하는 세상에서 살아가고 있으며, 그런 변화하는 환경에 적응하기 위해서는 다양한 심리적·신체적 부담을 감내해야 한다. 특히, 현대사회에서 직장인들은 높은 업무 강도를 견디어야 하며, 시간 압박, 대인관계 갈등 등 다양한 스트레스에 수시로 직면하게 된다. 이런 스트레스는 개인의 만족감을 저하시키며 심리적이고 신체적으로 부정적인 결과를 초래한다(Ding et al., 2020; Sonnentag & Frese, 2012). 또한, 지나친 스트레스는 개인의 이직이나 결근을 초래하며 조직의 성과를 저하시키는 요인이 될 수 있기 때문에 조직 차원에서도 중요하게 논의해야 할 문제이다(Schmidt et al., 2019; Su, Swason, & Chen, 2018).

회복탄력성이란 개인이 겪는 위기 상황과 스트레스를 극복하고 회복하는 능력을 의미한다. 이는 고난과 역경에 대해 긍정적으로 대처하고 일상생활에서의 스트레스를 극복하는 능력으로 표현되며, 이는 직장인들에게 절대적으로 필요한 능력이다(김주환, 2011). 회복탄력성이 높은 사람은 적극적으로 개인의 내·외적 자원을 활용하여, 어려움을 극복하고 긍정적인 정서인 행복을 느끼는 것이 가능하다. 이런 행복은 우수한 업무 성과를 도출하는 데 중요한 역할을 한다(김재철, 문종길, 2014). 그러므로 다양한 스트레스 요인과 직면하는 직장인에게는 회복탄력성을 향상시키는 것은 중요한 가치를 지닌다.

음악은 인간에게 즐거움을 제공하고 사람들 간의 공감대를 쉽게 형성할 수 있는 영향력이 있으며 심미적 경험을 통한 정서적 반응을 유발하며 생각

이나 감정을 전달하는 도구의 역할도 한다(Gaston, 1968). 특히, 합창은 여러 사람이 서로 화성을 이루면서 다른 가락으로 노래 부르는 행위로 다른 사람들의 소리를 들으며 서로 조화를 이루어야 한다. 이런 특성으로 인하여 합창은 사회성 발달과 음악적 정서발달에 긍정적 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(윤성원, 2012). 더욱이, 최근의 연구(고해영, 2020; 김수연, 2019; 이예나, 2021)에 따르면, 합창 활동이 개인의 회복탄력성을 높이는 데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과는 합창 활동이 직장인들의 스트레스 해소와 회복탄력성 증진에 도움을 줄 수 있음을 시사한다. 하지만, 현재 우리나라 직장 내 합창동호회와 활동은 충분히 활성화되어 있지 않다. 이러한 원인 중 하나로, 참여동기의 부족을 들 수 있는데, 이는 합창 활동에 대한 동기를 부여하고 유지하는 요인에 대한 충분한 이해와 연구가 부족하기 때문일 수 있다.

개인이 어떠한 활동에 참여하려는 결정을 내리는 데 있어서 ‘동기’는 중요한 역할을 한다(류기형, 2015). 동기는 사람들을 각성시키고 어떤 목표를 향한 행동의 시작, 방향, 그리고 강도와 지속을 일으키는 내·외적의 힘이라고 할 수 있다(박진성, 문한식, 2008). 참여동기는 사람들이 왜 여가 활동에 참여하는지를 이해하고 분석하는 데 도움을 줄 뿐만 아니라, 여가 참여의 결과를 이해하는 데 도움을 준다(정용각, 2000; Manfreda & Driver, 1996). 따라서 참여동기에 대한 정확한 이해는 각 구성원에게 적절한 방법과 수준의 동기를 부여하는데 중요한 요인이 된다(이근주, 2002).

이에 본 연구자는 합창동호회 활동에 참여하고 있는 직장인을 대상으로 이들의 참여동기와 회복탄력성을 파악하고, 참여동기가 회복탄력성에 미치는 영향을 살펴보고자 본 연구를 수행하게 되었다. 이를 통해, 직장인들의 합창 활동 참여동기를 체계적으로 분석하고 파악함으로써 직장인들에게 적합한 동기 부여 전략을 개발하는 데 기여하고자 한다.

2. 연구 문제

본 연구의 목적은 합창동호회 활동에 참여하고 있는 직장인을 대상으로 참여동기와 회복탄력성을 파악하고, 참여동기가 회복탄력성에 미치는 영향을 살펴보는 데 있다. 이를 위한 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 직장인의 합창동호회 참여동기는 어떠한가?

둘째, 합창동호회 참여 직장인의 회복탄력성은 어떠한가?

셋째, 직장인의 합창동호회 참여동기가 회복탄력성에 미치는 영향은 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. 동호회

가. 동호회 개념

동호회는 구성원들이 적극적인 의사소통을 통해서 상호 간의 공통적 관심을 공유할 수 있게 자발적으로 형성된 사회이자 집단이다(Kozinets, 1999). 동호회란 단순한 취미 활동을 넘어 스트레스 해소와 자아실현, 정서함양과 사회활동 만족, 소속감 고취, 건전한 조직문화 조성 등 광범위하고 다양하게 사회적 기능까지 수행해내는 적극적이고 집합적인 여가 활동이다(김석환 외, 2006). 이러한 동호회는 학교, 기업, 지역사회, 인터넷 커뮤니티 등의 단위로 구성된다. 인터넷 네트워크가 보급된 이후 공통의 문화 취향을 기반으로 한 다양한 모임이 만들어졌으며, 특히 2010년 상반기 국내에서는 스마트폰 보급과 확산으로 인하여 스마트미디어를 통해 시간과 장소를 가리지 않고, 접속 가능한 환경을 기반으로 활성화되었다.

나. 동호회 영역

윤소영(2010)은 동호회의 영역을 활동내용에 따른 구분과 활동공간에 따른 구분으로 나누었다. 활동내용에 따른 동호회는 문화예술 동호회, 생활체육 동호회, 취미오락 동호회가 있으며 활동공간에 따른 동호회는 온라인 공간 활동 동호회와 오프라인 공간 활동 동호회이다. 다음 <표 II-1>은 두 영역에 따른 세부내용을 정리한 것이다.

<표 II-1> 동호회 영역 분류

구분	동호회	내용
활동내용에 따른 구분	문화예술	공예, 무용, 축제, 문학, 미디어, 음악, 영화, 연극, 미술, 전통, 사진, 건축 등
	생활체육	생활체육 영역에서 파악하고 있는 52개 종목별 연합회(축구, 육상, 배드민턴 등)
	취미오락	꽃꽂이, 게임, 무선통신, 댄스, 자동차 및 모터사이클, 탐험, 캠핑, 와인 등
활동공간에 따른 구분	온라인 공간 활동	온라인 포털사이트를 기반으로 활동, 오프라인에서 이루어지는 동호회 활동의 보조적 역할
	오프라인 공간 활동	문화기반시설, 종합복지관, 평생교육학습관, 단체, 지역, 직장 내 기반을 두고 활동하는 동호회

다. 동호회의 기능

동호회의 기능으로 이상우(2003)와 김영아(2005)는 조직에서 생산성 증대와 조직 목표 달성 그리고 집단에 공동 가치를 부여한 소속감과 연대감을 높일 수 있는 것이라고 하였다. 이와 같은 기능으로 얻어진 만족감은 업무적인 성과에 커다란 영향을 미치게 되며 직장인의 정신적·육체적 건강을 유지하여 일의 능률을 높이고 사람들과의 우호적인 관계 형성을 가능하게 한다. 동호회 활동은 노동에 상대적 기능이 있고, 학자들에 의해 종합 정리된 신체적·심리적·통합적 기능이 있다.

신체적 측면으로는 규칙적인 운동, 스트레스 해소, 체력향상 그리고 다이어트 효과를 나타내었다(김형훈, 2013). 이는 동호회 활동을 통한 신체의 긍정적 변화는 삶을 살아가는데 활력소가 되고, 자신의 건강과 체력유지의 기능이 있음을 시사한다. 심리적 측면으로는 동호회 참여자들은 함께 참여하는 사람들에 대한 배려와 도전 의식을 가지며 개인의 자아 성취 요구와 행복감을 체

힘하고 성격이나 생각 변화 등의 인지적 변화를 느낀다(김형훈, 2013). 이처럼 동호회 활동을 통하여 목표 달성을 위한 노력의 결과는 높은 성취감을 얻을 수 있으며, 또한 삶의 목표를 돌아볼 수 있는 기회의 기능을 가진다. 통합적 측면으로는 정보공유, 새로운 사람들과의 만남, 이직의 기회 등으로 나타났다(김형훈, 2013). 동호회 활동 참여자들은 소속된 동호회의 온라인과 오프라인 모임을 통해 정보교류와 이전에 접할 수 없었던 다양한 분야의 사람들과 새로운 사회관계를 형성하는 기능이 나타났다(김형훈, 2013). 이렇듯 동호회는 자신에 대한 만족과 자긍심과 자존감이 높아지고 공동체적 유대관계가 깊어지고, 사회의 결속력을 높이는 사회적 통합의 기능을 가진다.

이러한 신체적·심리적·통합적 기능에 동호회가 활성화가 되면 전문가 양성이 저변 확대되는 기능을 가진다. 여가와 문화는 동일한 활동과 관련해서 한쪽에는 그 활동을 전문적이고 직접적으로 행하는 전문가(professional), 다른 한쪽에는 그 활동을 기분전환, 취미나 오락 등 다양한 목적으로 행하는 참여자(participants)가 있는 연속적 띠와 같다(윤소영, 2010).

2. 합창

가. 합창의 개념

합창(choirs)은 ‘많은 인원수에 의해서 노래되는 가창(歌唱) 형태 및 그 집단’이라고도 하고 ‘가수의 집단’을 의미한다(류미옥, 2001). 한 명이 노래하는 것은 독창이고, 두 명 이상 함께 부르게 되면 합창을 이루는 것이다. 합창은 동시에 같은 악곡을 한 명 이상의 사람들이 모여 부르는 노래라 할 수 있고, 성부는 하나의 성부 또는 여러 성부로 나누어 부를 수 있다. 과거의 단성음악에서는 단성부를 여럿이 부르는 제창이 합창의 총칭이었지만 오늘날에

이르러서는 독창을 제외한 제창과 다성음악의 각 성부를 한 사람씩 맡아서 부르는 중창을 총칭하여 모두 합창이라고 할 수 있으나, 정확히는 다성음악의 각 성부를 각각 두 사람 이상이 맡아서 부르는 것을 합창이라고 한다(두산 백과사전, 2023).

나. 합창의 종류

합창은 부르는 형태, 성별, 연령에 따라 다양하게 구성하고 나눌 수 있다. 우선, 부르는 형태에 따라서는 하나의 선율로만 부르는 제창, 두 개 이상의 성부로 나누어 화성을 이루는 합창이 있으며 악기의 반주 없이 사람의 목소리로만 이루어 부르는 무반주 합창인 아카펠라¹⁾가 있다. 성별에 따라서는 여성합창과 남성합창 그리고 혼성합창으로 분류될 수 있다. 여성합창은 소프라노, 메조소프라노, 알토 3성부로 나누는데 상황에 따라서 세부적으로 소프라노 2성부, 메조소프라노 2성부, 알토 2성부, 전체 6성부로 나누기도 하고, 소프라노와 알토 2성부로만 축소하기도 한다. 남성합창도 마찬가지로 테너, 바리톤, 베이스 3성부로 나누고 필요에 따라 세부적으로 6성부로 나누기도 하고 테너와 베이스 2성부로만 축소하기도 한다. 혼성합창은 여성과 남성이 함께 부르는 형태이며 소프라노, 알토, 테너, 베이스 4성부가 기본으로 구성된다. 혼성합창도 마찬가지로 악곡에 따라 성부를 축소하기도 하고, 8성부 이상으로 확대하기도 한다. 연령에 따라 합창을 구분하면, 어린 아동들 집단으로 구성된 소년·소녀 합창단, 어린이합창단이 있고, 중·고등학교에서 운영하는 청소년합창단, 성인 이상으로 구성된 성인합창단과 중년기 노인들로 구성된 실버합창단으로 분류할 수 있다.

1) 아카펠라(A cappella)는 alla(~풍으로) cappella(작은 예배당)에서 파생되어 ‘교회풍으로’라는 뜻을 가진 말이다(한승모, 이종석, 2016).

다. 합창의 효과

고대 플라톤은 인간이 가지고 있는 신체의 질서인 리듬과 음성의 질서인 선법으로 절제를 추구할 수 있으며, 30대 이상의 성인들은 인생의 경험이 있는 30대 이상의 성인들은 국가를 위해 무엇을 해야 할지를 다음 세대에게 합창을 통해 전달하게 되면 효과적일 것이라 주장했다. 특히, 일관된 한 목소리를 강조하며 모두가 한 목소리로 이야기를 하면 국가가 유지된다 여겼고, 합창의 필요성과 중요성을 강조하였다(장지원, 2019). 합창은 오랜 기간 훈련하며 연마해야 하는 기악 활동보다 비교적 짧은 시간에 음악적 만족을 느낄 수 있기에 많은 사람의 참여를 독려할 수 있으며, 공동체적 활동으로서 참여자 간에 적절한 소통이 요구된다. 또한 자신의 목소리를 드러내기보다 다른 사람과의 균형과 조화를 이루는 훈련을 할 수 있다. 플라톤은 이러한 합창의 교육적 가치를 인식하여 국가 통치에 적극적으로 활용하고자 한 것이다(정윤정, 2020).

합창에 관한 초기 연구는 주로 합창 지도의 방법론에 초점을 맞추었고, 이러한 방법론적 연구는 현재에도 계속 이루어지고 있다. 그러나 21세기에 들어, 정서적 안정에 대한 사람들의 관심이 증가하면서 합창 교육의 효과에 대한 연구가 점차 늘어나고 있다. 특히, 청소년기에 합창이 정서에 미치는 영향과 평생교육 과정에서 합창이 개인의 삶에 미치는 영향에 대한 연구가 다양하게 이루어지고 있다는 점을 알 수 있다. 이런 연구들에서는 합창이 인간의 정서적 측면, 예를 들어 자신감이나 성취감, 그리고 사회적 측면, 예를 들어 공동체 의식, 책임감, 협력 등에 영향을 미친다는 공통적인 결론을 도출하고 있다. 박재성(2000)은 청소년을 대상으로 합창 활동이 정서적으로 미치는 영향을 연구하였다. 그 결과 합창 활동은 청소년들이 공동체 속에서 협동을 배우고 대인관계를 향상하는 데 긍정적인 영향을 주었다. 또한, 김종

력과 책임감을 배우고 소속감과 긍정적인 사고를 갖는 데도 영향을 미쳤으며, 이러한 결과를 통해 합창 활동이 공동체 생활에 도움을 줄 수 있음을 시사하였다. 정예원(2017)은 합창대회 참여 여부에 따라 또래 관계와 합창 효과 인식에 차이를 보여주는 연구를 진행하고 합창대회를 경험한 학생들의 내면 변화를 관찰하였다. 연구 결과, 학생들은 합창대회를 통해 성취감과 짜릿함을 느끼는 경험을 하였으며, 이러한 경험은 추후 합창대회 참여에 대한 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다.

이처럼 학교 또는 지역사회 내에서의 합창 활동에 대한 연구는 다양하게 이루어지고 있으며, 직장 내 동호회 활동에 관한 연구도 활발히 진행되고 있다. 그러나 직장인을 대상으로 한 합창동호회 활동에 대한 연구는 상대적으로 부족한 상황이다. 이에 따라 본 연구는 합창동호회 활동에 참여하는 직장인을 대상으로 그들의 참여동기와 회복탄력성을 파악하고 이들 간의 관계를 분석하고자 한다. 이를 통해 직장 내 또는 아마추어 합창단의 신설을 촉진하고, 합창 동호회 활동을 활성화하는데 기여할 수 있는 기초 자료를 제공할 수 있을 것이다.

3. 참여동기

가. 동기의 개념

동기(動機)란 사전적 의미로 ‘어떤 행위의 원인이 되는 마음의 상태, 사람으로 하여금 행동을 일으키게 하는 내적인 요인, 계기’로 정의(연세 한국어 사전, 1998)되며 ‘움직이다’를 뜻하는 라틴어 ‘Movere’에서 유래되었다. 하지만, 동기의 개념은 국내외 학자들에 의해 여러 가지로 정의되고 있으며, 하나로 정의 내리기 어렵다. Cratty(1989)는 학습자가 어떠한 행동을

선택할 것인지를 결정하여 선택한 행동을 지속적으로 유지해 나갈 수 있는 힘이라고 하였다. Bandura(1986)는 학습자 스스로 학습을 선택하고 선택한 학습을 해결하기 위해 노력하며, 어려운 학습상황에 직면하더라도 끈기를 보이는 힘의 근원으로 보았다. Petri(1996)는 유기체의 행동을 시작시키고 방향을 결정지어주는 힘을 기술할 때 사용하는 개념을 동기라 하며 행동의 방향을 가리키는 데 사용하기도 하고, 행동의 강도 측면의 차이를 설명하는데 사용한다고 하였다. 정종진(1996)은 동기를 행동에 활력을 불어넣어 주며, 행동의 방향까지 정해주는 것이라고 하였다. 한상훈(2007)은 동기는 선택한 행동을 끝까지 잘 수행할 수 있도록 하는 원동력으로, 행동의 수준이나 강도를 결정하는 심리적 구조이자 과정이라고 하였다.

‘동기’라는 개념에 대한 접근 체계 중 동기의 출처를 내재적으로 보느냐 외재적으로 보느냐로 동기를 나눌 수 있다. 이 체계는 행동의 원인이 개인 내부에 있는가 외부에 있는가로 분류한다. 행동의 원인이 개인 내부에 있는 내재적 동기는 흥미, 즐거움, 호기심 등과 같은 요인들에서 비롯된 동기로 개인의 성장을 유도하고, 능력을 발휘할 수 있는 것으로 볼 수 있다. 행동의 원인이 외부에 있는 외재적 동기는 보상, 사회적 압력 등으로 외부의 어떤 사람이나 무엇인가가 영향을 주어 활동하는 경우이다(Woolfolk, 2001). 내재적으로 동기화된 행동은 ‘일정한 보상을 위해서가 아닌 활동 그 자체가 목적이 되는 행동’을 말하며, 외재적으로 동기화된 행동은 ‘보상의 획득이나 처벌의 회피와 같이 일정한 목적을 달성하기 위한 수단으로 이루어진 행동’으로 설명된다(한덕웅, 1984).

나. 음악 참여동기

Chiodo(1998)는 음악 참여동기에 대하여 표준 용어나 정의가 없어 서로

비교하는 데 한계가 있다고 하였다. 음악 참여동기에 대한 이론이 정립되어 있지는 않지만, Chiodo(1998)와 Coffman(2002)은 음악 연주 참여동기를 개인적, 음악적, 사회적 3가지 동기로 분류하였다. 개인적 동기는 즐거움, 여가 활동, 자부심, 자기계발, 자기표현, 여가 시간의 활용, 일상생활의 압박에서 벗어나는 것 등이고, 음악적 동기는 음악을 좋아함, 좋은 음악을 연주할 기회, 음악에 대해 학습하는 것, 자신이나 청중을 위한 연주 등이며, 사회적 동기는 집단 성취, 새로운 사람과의 만남, 친교, 그리고 소속감을 느끼는 것 등이다(Chiodo, 1998; Coffman, 2002).

최은영(2006)과 최희정(2012)은 음악 참여동기를 측정하기 위해 Beard & Ragheb(1983)의 여가 참여동기 척도를 재구성하여 사용하였다. Beard & Ragheb(1983)은 지적(intellectual) 동기, 사회적(social) 동기, 능력-숙달(competency-Mastery) 동기, 자극회피(stimulus Avoidance) 동기 등의 4가지 영역으로 여가 참여동기를 구분하였다. 다음 <표 II-2>는 Beard & Ragheb(1983)의 여가 참여동기 영역별 특징을 정리한 것이다.

<표 II-2> Beard & Ragheb(1983)의 여가 참여동기 영역별 특징

영역	특징
지적 (Intellectual)	학습, 창조, 심미적 동기를 포함, 개인이 학습, 탐색, 발견, 사고 등과 같은 순수한 정신적 활동과 관련된 동기
사회적 (Social)	우정, 타인의 존경 등을 포함하며, 대인관계의 욕구를 충족시키기 위한 여가 동기
능력-숙달 (Competency-Mastery)	건강과 신체 유지, 숙달을 위한 충동을 포함, 개인의 환경 통제 능력을 높여주는 자기확장 과정의 일부로서의 동기
자극회피 (Stimulus Avoidance)	휴식, 스트레스를 포함하며, 과도한 자극으로부터 도피하려는 욕망을 충족시키기 위한 동기

Beard & Ragheb(1983)이 여가 참여동기 영역으로 나눈 요인의 특징을 보면 행동의 원인이 개인 내부로부터 오는 내재적 동기인 것을 확인할 수 있다. 지적 동기는 개인의 학습과 탐구 욕구를 강조한다. 이는 새로운 정보를 찾거나, 특정 주제에 대해 깊이 이해하려는 동기, 아니면 창조적인 생각을 통해 새로운 아이디어를 생성하려는 동기를 포함할 수 있다. 사회적 동기는 개인이 다른 사람들과의 관계를 유지하거나 강화하려는 욕구를 반영한다. 이는 친구를 만나거나 새로운 사람들을 만나려는 동기, 그리고 그들에게 인정받거나 존경받는 것을 원하는 욕구 등을 포함할 수 있다. 능력-숙달 동기는 개인이 스스로 자기 능력을 향상시키거나, 특정한 활동이나 기술에 능숙해지려는 욕구를 나타낸다. 이는 건강을 유지하거나 향상시키려는 동기, 새로운 기술을 배우거나 자신의 능력을 향상시키려는 동기 등을 포함할 수 있다. 자극회피 동기는 스트레스를 완화하거나 휴식을 취하려는 욕구를 나타낸다. 이는 일상적인 활동에서 벗어나 휴식을 취하려는 동기, 스트레스를 피하거나 줄이려는 동기 등을 포함할 수 있다.

이러한 여가 동기 영역들은 개인의 행동과 선택을 이해하고 분석하는 데 중요한 역할을 한다. 각각의 동기 영역은 개인의 가치, 욕구, 그리고 선호를 반영하며, 이들은 결정과 행동에 큰 영향을 미친다. 예를 들어, 지적 동기가 높은 사람은 새로운 정보를 얻거나 창조적인 활동에 참여하는 것을 선호할 것이고, 사회적 동기가 높은 사람은 다른 사람들과의 상호작용을 중요시하며, 능력-숙달 동기가 높은 사람은 자기계발에 초점을 맞출 것이다. 마지막으로, 자극회피 동기가 높은 사람은 휴식과 스트레스 완화에 우선순위를 둘 것이다. 이런 이해는 각각의 개인이나 그룹의 행동을 이해하고 예측하는 데 도움이 될 수 있으며, 이를 바탕으로 더 효과적인 직장 내 합창동호회 활성화 전략을 개발하는 데 도움이 될 수 있다.

4. 회복탄력성

가. 회복탄력성 개념

회복탄력성(resilience)은 다시 튀어 오르거나 원래 상태로 돌아온다는 뜻으로, 심리학에서 ‘정신적 저항력’을 의미한다(홍은숙, 2006). 회복탄력성에 대한 연구는 현대사회로 갈수록 그 중요성이 더욱 커지면서 현대 사회과학 분야에서 매우 중요하게 다루어지는 생물정신사회적 개념 중의 하나가 되었고, 현대 심리학에서도 핵심적이고 도전적인 용어 중의 하나로 자리매김하고 있다(박혜란, 2014). 그러나, 지금까지도 회복탄력성은 종합된 하나의 정의를 갖지 않으며 학자들에 의하여 다양하게 정의되고 있다.

Block & Block(1980)은 회복탄력성을 자아탄력성으로 표현하기도 했다. 이들은 회복탄력성이 정신적, 신체적 스트레스로 인하여 개인에 따라 상이하게 나타날 수 있으며, 이러한 스트레스를 유연하게 대처할 수 있는 능력을 회복탄력성이라 하였다. Rutter(1985)는 회복탄력성을 개인이 어떠한 상황에서 적응할 때 적응을 위협하는 외적 자극으로부터 잠재적인 적응을 유지하는 상태로 전환하는 기제라 정의하였다. 어려운 환경이나 스트레스 상황에 직면했을 때 이전의 적응 수준으로 회복할 수 있는 의미로 사용하고 있다. Werner(1993)는 개인의 고난과 역경을 극복하는 관점의 연구에 있어서 회복탄력성은 인간에게 주어진 역경 속에서도 긍정적인 요인을 바탕으로 적응을 하며 갖은 역경을 이겨내는 것을 가능하게 하는 능력이라고 하고 있다.

국내에서는 1990년대 후반에 사회과학과 정신, 건강학 분야에 회복탄력성의 개념이 소개되었고(노치경, 2018), 2000년대 이후 연구가 활성화되어 회복력, 적응력, 적응유연성, 유연성, 자아탄력성, 탄력성 등으로 사용되기도 하였으나 최근에는 회복탄력성이라는 용어를 보편적으로 사용하고 있다(유상희, 2019).

신우열 외(2009)는 어려움에서 적응적 상태로 다시 돌아온다는 의미인 회복과 정신적 저항력의 향상 즉, 성장을 나타내는 개념인 탄력성을 합쳐 회복탄력성이라 하였다. 심수연, 김용우(2015)는 스트레스 상황에 직면하였을 때, 상황을 이겨낼 수 있는 잠재적인 능력 그리고 환경에 유연하게 적응하면서 긍정적으로 성장할 수 있도록 돕고 감정조절을 할 수 있는 내적인 힘을 회복탄력성이라고 하였다. 김주환(2019)은 회복탄력성을 자신에게 닥치는 온갖 역경과 어려움을 오히려 도약의 발판으로 삼는 힘이라고 그의 책에 정의하였다.

이러한 다양한 정의들을 종합해보면 회복탄력성은 두 가지 핵심적인 공통점을 가지고 있다. 첫째는 위험한 상황에 노출되었다는 것이고, 둘째는 위험한 상황에도 불구하고 긍정적인 발달을 보였다는 것이다(Luther et al., 2000).

나. 회복탄력성 구성 요인

회복탄력성은 다양한 요인으로 구성되어있는 포괄적인 개념이란 것이 다양한 선행연구들을 통해 밝혀졌다. 회복탄력성의 구성 요인은 개인의 기질, 인지능력, 성격적 특성, 대인관계 등의 개인 내적 요인들과 부모-자녀 관계, 또래관계, 학교생활 등의 외적 요인 등으로 연구자들마다 그리고 접근 방식에 따라 매우 다양하고 광범위하다(신우열 외, 2009).

회복탄력성의 보호 요인은 역경에 대항하는 개인의 내·외적 능력(홍은숙, 2006)이다. 특히 개인과 관련된 내적 요인은 개인의 안녕을 위협하는 요인들과의 상호작용 속에서 위협의 영향력을 최소화할 수 있으며 개인이 위협에 처하는 것을 줄일 수 있다. 홍은숙(2006)은 개인의 보호 요인을 크게 세 가지로 분류하였는데, 첫째는 원인분석 능력, 감정통제력, 충동통제력, 생활에 대한 만족, 낙관성 등의 개인 내부의 자원이며 둘째는 부모-자녀 관계 등의 가정 내 환경을 포함한 외적 자원이고, 셋째는 대인관계, 커뮤니케이션 능력, 타인에

대한 공감의 정도 등의 사회생활을 하는데 요구되는 능력 즉, 사회성(sociability)이다(신우열 외, 2009).

회복탄력성의 내적 보호 요인에 대한 연구는 Werner & Smith(1982)의 카우이(Kauai)섬 연구를 기원으로 보고 있다. 카우이섬에서 태어난 아이들 698명의 신체적, 인지적, 정서적, 사회적 발달을 30여 년 동안 추적 조사하여 회복탄력성의 요인들을 밝혀내었다. 이 연구에 따르면, 출생 당시 장애가 있거나 화목하지 못한 가정에서 태어난 경우, 혹은 정신병리가 있는 부모에게 자란 경우 등 열악한 환경에서도 약 삼 분의 일에 해당하는 아동은 심각한 문제 없이 비교적 건강하게 성장하였다. Werner & Smith(1982)는 이러한 사람들의 특징을 회복탄력성이 높다고 정의하였으며, 회복탄력성에 영향을 미치는 요인을 분석하였다. 이를 통해 회복탄력성이 높은 집단은 높지 않은 집단보다 커뮤니케이션 능력과 생활만족도 등 원만한 타인과의 관계를 맺는 데 필요한 사회성 등이 높다는 것을 밝혔다. 부정적인 환경에 노출된 아동들이 처한 상황을 극복하고 정상적으로 성장하는데 내적 보호 요인은 큰 영향을 미친다(신우열 외, 2009).

또한, 어려운 상황에 처한 개인들은 타인과의 지지적인 관계를 통해 그 위기를 극복하게 되는 경우가 많다. 즉, 원만한 대인관계를 가능하게 하는 개인의 능력인 사회성에 해당하는 하위요인들 역시 회복탄력성 개념을 구성하고 있다. Cowen, Wyman, Work, & Parker(1990)는 어려운 상황에서 원활한 커뮤니케이션 능력을 발휘하고 다른 성인에게 도움을 요청할 수 있는 아동들은 높은 회복탄력성을 지녔음을 밝혀냈다. 또한, Reivich & Shatte(2002)는 타인의 정서적, 심리적 상태를 이해하는 능력인 공감(empathy)을 회복탄력성을 구성하는 주요 요인으로 들고 있는데, 공감 능력이 높은 사람은 결국 더욱 원만한 대인관계를 구축할 수 있다(신우열 외, 2009).

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구 대상은 서울·경기·대전·대구지역에 있는 7개의 성인 아마추어 합창단에 소속한 직장인 총 116명이다. 연구 대상자 확보를 위해 연구자의 지인 및 합창단원 모집 포스터 등을 통해 직장인을 대상으로 모집하는 아마추어 합창단을 위주로 44개 합창단에 연락을 취하였다. 코로나19로 인해 합창단 운영 중단 및 단원들의 설문 참여 부담, 연락 미회신 등의 이유로 설문 참여 불가능한 합창단을 제외하고, 총 7개의 합창단을 선정하였다. 자료 수집은 온라인 설문 링크를 배포하여 회수하는 방식으로 이루어졌으며, 116부가 회수되었다. 회수된 설문은 모두 본 연구의 최종 자료로 사용하였다.

다음 <표 Ⅲ-1>은 연구 대상자의 일반적인 특성을 나타낸 것이다. 성별은 남자 54명(46.5%), 여자 62명(53.5%)으로 조사되었다. 결혼 유무에 있어서 결혼하지 않은 집단은 45명(38.8%), 결혼한 집단은 71명(61.2%)으로 조사되었다. 연령은 30대가 42명(36.2%)으로 가장 많았으며, 20대가 8명(6.9%)으로 가장 적었다. 합창단 성부별로는 소프라노 38명(32.8%)으로 가장 많았으며, 바리톤 5명(4.3%)으로 가장 적었다. 활동 기간은 1년 미만 46명(39.7%)이 가장 많았으며 10년 이상 19명(16.4%)이 다음으로 높은 비율을 차지했다. 월 평균 수입은 200만원 이상 400만원 미만 46명(39.7%)이 가장 많았다. 최종 학력은 4년제 대학 졸업이 54명(46.6%)으로 가장 많았으며, 다음으로는 대학원 졸업 이상 36명(31%)으로 학위 취득자가 많음을 알 수 있다.

<표 Ⅲ-1> 연구 대상의 일반적 특성

항목	세부 항목	응답 수	백분율(%)
성별	남	54	46.5
	여	62	53.5
결혼 유무	미혼	45	38.8
	기혼	71	61.2
연령	20대	8	6.9
	30대	42	36.2
	40대	29	25
	50대	25	21.5
	60대 이상	12	10.3
성부	소프라노	38	32.8
	알토	24	20.7
	테너	28	24.1
	바리톤	5	4.3
	베이스	21	18.1
활동 기간	1년 미만	46	39.7
	1년 이상 ~ 3년 미만	17	14.6
	3년 이상 ~ 5년 미만	16	13.8
	5년 이상 ~ 10년 미만	18	15.5
	10년 이상	19	16.4
월 평균 수입	200만원미만	12	10.3
	200만원이상 ~ 400만원미만	46	39.7
	400만원이상 ~ 600만원미만	27	23.3
	600만원이상 ~ 800만원미만	20	17.2
	800만원이상	11	9.5
최종 학력	고등학교 졸업	12	10.3
	전문대학 졸업	14	12.1
	4년제 대학 졸업	54	46.6
	대학원 졸업 이상	36	31

2. 연구 절차

본 연구는 2022년 5월부터 2023년 6월까지 진행되었다. 연구 목적 달성을 위해 준비, 설계, 실행, 분석, 정리의 과정을 거쳤으며 구체적인 내용 및 기간은 <표 III-2>와 같다.

<표 III-2> 연구 내용 및 연구 기간

연구 절차	연구 내용	연구 기간
준비	2022.05 ~ 2022.07	<ul style="list-style-type: none">• 연구주제 및 목적 선정• 문헌 및 선행연구 고찰• 연구 목적, 연구 대상, 연구 문제 수립
설계	2022.05 ~ 2022.12	<ul style="list-style-type: none">• 연구 도구 설계• 문헌 및 선행연구 고찰
실행	2022.06 ~ 2023.02	<ul style="list-style-type: none">• 설문지 제작• 연구 대상 섭외• 설문지 배포
분석	2023.02 ~ 2023.06	<ul style="list-style-type: none">• 자료 통계처리 및 분석• 연구 결과 해석
정리	2023.04 ~ 2023.06	<ul style="list-style-type: none">• 결과 해석에 따른 결과 도출• 논문작성 정리 및 완성

3. 연구 도구

본 연구에서 수립한 연구 문제를 규명하기 위하여 설문조사를 실시하였으며 연구에 사용된 설문지의 전체 문항 수는 75문항이며, 참여동기를 알아보기 위한 40문항, 회복탄력성을 알아보기 위한 27문항, 일반적 특성 8문항으로 구성하였다(부록 1, 2, 3 참조).

가. 참여동기 척도

본 연구에서 사용한 참여동기 척도는 Beard & Ragheb(1983)이 개발한 여가 참여동기 척도를 번안하여 합창 참여동기 특성에 부합되도록 수정하여 사용하였다. 본 척도의 하위요인은 지적 동기, 사회성 동기, 능력-숙달 동기, 자극회피 동기 등 4가지 요인으로 총 42문항으로 구성되어있었으나 본 연구에서는 합창 참여동기에 맞게 40문항으로 구성하였다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’ 1점, ‘거의 그렇지 않다’ 2점, ‘보통이다’ 3점, ‘대체로 그렇다’ 4점, ‘매우 그렇다’ 5점으로 Likert 5점 척도를 사용하였다.

참여동기 내적 일관성을 검증하기 위해 <표 III-3>과 같이 전체 문항과 요인별 문항의 신뢰도 분석을 실시하였다. 대부분 선행연구에서 Cronbach's α 가 0.60 이상을 기준으로 신뢰성을 평가한다. 참여동기 전체의 신뢰도 계수는 0.946으로 아주 높은 신뢰도를 보였다. 각 하위요인별 신뢰도를 보면 지적 요인은 0.855을 보였고 사회성 요인은 0.853을 보였으며, 능력-숙달 요인은 0.875를 나타냈고 마지막 자극회피 요인은 0.876을 보였다.

<표 Ⅲ-3> 참여동기 신뢰도

참여동기	문항번호	문항 수	Cronbach's α
지적	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 38	10	.855
사회성	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 36, 39	11	.853
능력-숙달	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 37, 40	11	.875
자극회피	4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32	8	.876
전체	1~40	40	.946

나. 회복탄력성 척도

본 연구에서 사용한 회복탄력성 척도는 신우열, 김민규, 김주환(2009)이 개발한 회복탄력성 검사 도구를 사용하였다. 총 27개 문항으로 구성되어있으며 27개 문항 중 6개 역채점 문항이 구성되어 역채점을 하였으며 모든 문항은 Likert 5점 척도를 사용하였다. 점수가 높을수록 회복탄력성이 높음을 의미한다.

<표 Ⅲ-4>는 회복탄력성의 신뢰도를 나타낸 것으로 전체 회복탄력성 신뢰도 계수는 0.890으로 Cronbach's α 가 0.60 이상이면 내적 일관성이 있다고 할 수 있다. 따라서 본 조사에서 사용한 설문 문항은 높은 신뢰도를 확보한 것으로 볼 수 있다.

<표 Ⅲ-4> 회복탄력성 신뢰도

회복탄력성	문항번호	문항 수	Cronbach's α
전체	1 ~ 27	27	.890

4. 자료 분석 방법

7개의 합창단 단원들을 대상으로 설문조사를 진행한 후, 116부의 자료를 사용하였다. 모든 통계 처리는 SPSS 29.0을 활용하였으며, 통계적 유의수준은 $p < .05$ 로 설정하였다. 연구 문제를 해결하기 위하여 다음과 같은 방법으로 분석을 실시하였다.

첫째, 설문 응답자의 일반적 특성, 참여동기, 회복탄력성 수준을 알아보기 위해 빈도분석 및 기술통계를 실시하였다. 둘째, 설문의 문항의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 셋째, 설문 응답자의 일반적 특성에 따른 참여동기, 회복탄력성의 차이를 알아보기 위해 두 집단의 평균을 비교 분석하는 독립표본 t-검정과 세 집단 간 하나의 검정변수에 대한 평균의 차이가 통계적으로 유의한가를 검정하는 일원배치 분산분석(One-way ANOVA)을 실시하였으며, 유의한 차이가 있는 경우에는 집단 간 차이를 알아보기 위해 Duncan 사후검정을 사용하였다. 넷째, 참여동기와 회복탄력성의 관계 분석을 위하여 단순회귀분석(simple linear regression analysis)을 실시하였다.

IV. 연구 결과

1. 참여동기

가. 연구 대상의 참여동기 수준

본 연구에서 연구 대상의 참여동기 수준을 파악하기 위해 <표 IV-1>과 같이 기술통계를 실시하여 분석하였다. 연구 대상자들의 합창 활동 참여동기는 평균 3.33(SD=.61)으로 보통 수준인 것으로 나타났다. 참여동기의 하위요인별로 살펴보면, ‘지적’ 요인이 평균 3.49(SD=.68)로 가장 높았고, 다음으로 ‘능력-숙달’ 요인이 평균 3.46(SD=.72)으로 높았다. ‘사회성’ 요인 평균은 3.23(SD=.63)이었으며, 가장 낮은 수준을 나타낸 요인은 ‘자극회피’ 요인으로 평균 3.12(SD=.85)로 나타났다. 이러한 결과는 직장인들이 합창동호회에 참여하는 주요 동기가 지적 동기와 능력-숙달 동기인 것을 보여준다.

<표 IV-1> 연구 대상의 참여동기 수준

요인	N	최소값	최대값	m	SD	
참여동기	116	1.75	5.00	3.33	0.61	
하 위 요 인	지적	116	1.82	5.00	3.49	0.68
	사회성	116	1.50	5.00	3.23	0.63
	능력-숙달	116	1.45	5.00	3.46	0.72
	자극회피	116	1.13	5.00	3.12	0.85

* N=응답자 인원수, m=평균, SD=표준편차

나. 성별에 따른 참여동기 차이

116명을 대상으로 성별에 따라 참여동기 요인에 유의한 차이를 보이는지 검증하고자 독립표본 t-검정을 시행하였고 그 결과는 <표 IV-2>와 같다. 성별에 따른 참여동기는 여자가 평균 3.31(SD=.62), 남자가 평균 3.34(SD=.59)이며 유의수준 $p < .05$ 에서 $p = 0.784$ 로 성별에 따라 유의한 차이는 없었다. 성별에 따른 참여동기 하위요인에서는 ‘지적’ 요인은 남자 평균 3.51(SD=.65), 여자 평균 3.48(SD=.70)이 나타나고, ‘사회성’ 요인은 남자 평균 3.24(SD=.69), 여자 평균 3.22(SD=.59)로 나타났다. 그리고 ‘능력-숙달’ 요인에서는 남자 평균 3.51(SD=.69), 여자 평균 3.42(SD=.75)이 나타나고, 마지막으로 ‘자극회피’ 요인에서 남자 평균 3.12(SD=.76), 여자 평균 3.12(SD=.92)로 나타나 참여동기 하위요인에서 성별에 따라 유의한 차이를 보이지 않았다.

<표 IV-2> 성별에 따른 참여동기 차이

구분		N	m	SD	t	p
참여동기	남	54	3.34	0.59	.274	.784
	여	62	3.31	0.62		
지적	남	54	3.51	0.65	.210	.834
	여	62	3.48	0.70		
사회성	남	54	3.24	0.69	.138	.891
	여	62	3.22	0.59		
능력-숙달	남	54	3.51	0.69	.626	.533
	여	62	3.42	0.75		
자극회피	남	54	3.12	0.76	-.020	.984
	여	62	3.12	0.92		

* $p < .05$

다. 결혼 유무에 따른 참여동기 차이

결혼 유무에 따른 참여동기를 분석한 결과는 <표 IV-3>과 같다. 결혼 유무에 따른 참여동기에는 결혼한 집단이 평균 3.39(SD=.58), 결혼하지 않은 집단이 평균 3.23(SD=.64)으로 유의수준 $p < .05$ 에서 $p = 0.171$ 로 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 또한, 참여동기 하위요인에서 유의수준 $p < .05$ 에서 ‘지적’ 요인은 $p = 0.176$, ‘사회성’ 요인은 $p = 0.669$, ‘능력-숙달’ 요인은 $p = 0.528$ 로 결혼 유무에 따른 차이가 없었다. 하지만, 참여동기 하위요인 중 ‘자극회피’ 요인에서 결혼 유무에 따라 유의한 차이를 보였고($t = -2.006$, $p < .05$), 기혼 집단 평균이 3.12(SD=.92), 미혼 집단의 평균이 2.92(SD=.89)로 기혼이 미혼보다 더 높은 것으로 나타났다. 이는 기혼자가 미혼자보다 합창 활동을 통해 스트레스를 완화하거나 휴식을 취하려는 욕구가 더 높음을 나타낸다.

<표 IV-3> 결혼 유무에 따른 참여동기 차이

구분		N	m	SD	t	ρ	
참여동기	미혼	45	3.23	0.64	.241	.171	
	기혼	71	3.39	0.58			
지적	미혼	45	3.38	0.76	-1.361	.176	
	기혼	71	3.56	0.61			
하 위 요 인	사회성	미혼	45	3.20	0.64	-.429	.669
		기혼	71	3.25	0.64		
	능력-숙달	미혼	45	3.41	0.77	-.633	.528
		기혼	71	3.50	0.69		
	자극회피	미혼	45	2.92	0.89	-2.006	.047*
		기혼	71	3.12	0.92		

* $p < .05$

라. 연령에 따른 참여동기 차이

116명을 대상으로 연령에 따라 참여동기 요인에 유의한 차이를 보이는지 검증하고자 일원배치 분산분석을 실시하였으며, 유의한 차이가 있는 경우 Duncan으로 사후분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 IV-4>와 같다. 연령에 따른 참여동기에서 50대 집단의 평균은 3.53(SD=.59)으로 가장 높은 수준이었다. 그리고 60대 이상 집단은 3.46(SD=.51), 40대 집단은 3.38(SD=.64), 20대 집단은 3.20(SD=.42) 그리고 30대 집단은 3.15(SD=.61) 순으로 평균을 나타내었다. 연령에 따른 참여동기는 유의수준 $p < .05$ 에서 $p = 0.113$ 으로 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 또한, 참여동기 하위요인에서 유의수준 $p < .05$ 에서 ‘지적’ 요인은 $p = 0.190$, ‘사회성’ 요인은 $p = 0.822$, ‘능력-숙달’ 요인은 $p = 0.184$ 로 연령에 따라 차이가 없었다. 하지만, 참여동기 하위요인 중 ‘자극회피’ 요인에서 연령에 따라 유의한 차이($F = 3.334$, $p < .05$)를 보였다.

<표 IV-4> 연령에 따른 참여동기 차이

		구분	N	m	SD	F	p
참여동기		20대	8	3.20	0.42	1.911	.113
		30대	42	3.15	0.61		
		40대	29	3.38	0.64		
		50대	25	3.53	0.59		
		60대 이상	12	3.46	0.51		
하 위 요 인	지적	20대	8	3.26	0.52	1.558	.190
		30대	42	3.34	0.78		
		40대	29	3.57	0.64		
		50대	25	3.70	0.58		
		60대 이상	12	3.57	0.52		
하 위 요 인	사회성	20대	8	3.07	0.67	.381	.822
		30대	42	3.21	0.58		
		40대	29	3.21	0.71		
		50대	25	3.25	0.71		
		60대 이상	12	3.41	0.52		

능력-숙달	20대	8	3.34	0.67	1.582	.184
	30대	42	3.28	0.80		
	40대	29	3.47	0.71		
	50대	25	3.67	0.69		
	60대 이상	12	3.71	0.45		
자극회피	20대	8	3.11	0.90	3.334	.013*
	30대	42	2.78	0.83		
	40대	29	3.26	0.81		
	50대	25	3.49	0.79		
	60대 이상	12	3.17	0.74		

* $p < .05$

유의한 결과를 보인 참여동기의 하위요인인 ‘자극회피’ 요인에 대하여 Duncan 사후분석을 실시하였으며, 그 결과는 <표 IV-5>와 같다. 50대 집단은 30대 집단과 유의한 차이가 있었다. 이는 50대가 타 연령대보다 합창 활동을 통해 스트레스를 완화하거나 휴식을 취하려는 욕구가 더 높음을 나타낸다.

<표 IV-5> 연령에 따른 자극회피 요인 사후분석

연령	N	유의수준 = 0.05에 대한 부집단	
		1	2
30대	42	2.78	
20대	8	3.11	3.11
60대 이상	12	3.17	3.17
40대	29	3.26	3.26
50대	25		3.49

* $p < .05$

마. 활동 기간에 따른 참여동기 차이

활동 기간에 따른 참여동기를 분석한 결과는 <표 IV-6>과 같다. 활동 기간에 따른 참여동기에서 1년 미만 활동 집단의 평균은 3.25(SD=.50), 1년 이상 ~ 3년 미만 활동 집단의 평균은 3.31(SD=.65), 3년 이상 ~ 5년 미만 활동 집단의 평균은 3.57(SD=.90), 5년 이상 ~ 10년 미만 활동 집단의 평균은 3.34(SD=.64), 마지막으로 10년 이상 활동한 집단의 평균은 3.31(SD=.46)으로 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 하지만, 참여동기 하위요인 중 ‘사회성’ 요인에서 활동 기간에 따라 유의한 차이를 보였으며($F=2.941, p<.05$), 3년 이상 ~ 5년 미만 활동 집단이 가장 높은 평균 3.68(SD=.72)을 나타내었고 가장 낮은 평균을 보인 집단은 1년 미만 활동한 집단으로 3.08(SD=.53)이 나타났다.

<표 IV-6> 활동 기간에 따른 참여동기 차이

		구분	N	m	SD	F	<i>p</i>
참여동기		1년 미만	46	3.25	0.50	.844	.500
		1년 이상 ~ 3년 미만	17	3.31	0.65		
		3년 이상 ~ 5년 미만	16	3.57	0.90		
		5년 이상 ~ 10년 미만	18	3.34	0.64		
		10년 이상	19	3.31	0.46		
하 위 요 인	지적	1년 미만	46	3.42	0.63	.750	.560
		1년 이상 ~ 3년 미만	17	3.40	0.77		
		3년 이상 ~ 5년 미만	16	3.71	0.96		
		5년 이상 ~ 10년 미만	18	3.60	0.59		
		10년 이상	19	3.45	0.48		

	1년 미만	46	3.08	0.53		
	1년 이상 ~ 3년 미만	17	3.20	0.66		
사회성	3년 이상 ~ 5년 미만	16	3.68	0.72	2.941	.024*
	5년 이상 ~ 10년 미만	18	3.19	0.72		
	10년 이상	19	3.31	0.58		
	1년 미만	46	3.43	0.67		
	1년 이상 ~ 3년 미만	17	3.52	0.68		
능력-숙달	3년 이상 ~ 5년 미만	16	3.60	1.14	.238	.916
	5년 이상 ~ 10년 미만	18	3.38	0.72		
	10년 이상	19	3.45	0.45		
	1년 미만	46	3.07	0.76		
	1년 이상 ~ 3년 미만	17	3.11	0.91		
자극회피	3년 이상 ~ 5년 미만	16	3.30	1.18	.285	.887
	5년 이상 ~ 10년 미만	18	3.18	0.91		
	10년 이상	19	3.03	0.62		

* $p < .05$

유의한 결과를 보인 참여동기의 하위요인인 사회성에 대하여 Duncan 사후분석을 실시하였으며, 그 결과는 <표 IV-7>과 같다. 3년 이상 ~ 5년 미만 활동한 집단은 1년 미만 활동한 집단, 5년 이상 ~ 10년 미만 활동한 집단 그리고 1년 이상 ~ 3년 미만 활동한 집단에 비해 유의하게 사회성 동기가 높은 것으로 나타났다. 이 연구에서 참여한 대상자 중 1년 미만으로 합창 활동에 참여한 사람들이 약 40%를 차지하는데, 이는 합창 활동을 3년 이상 지속하려면 사회적 동기가 중요하다는 것을 보여준다.

<표 IV-7> 활동 기간에 따른 사회성 요인 사후분석

활동 기간	N	유의수준 = 0.05에 대한 부집단	
		1	2
1년 미만	46	3.08	
5년 이상 ~ 10년 미만	18	3.19	
1년 이상 ~ 3년 미만	17	3.20	
10년 이상	19	3.31	3.31
3년 이상 ~ 5년 미만	16		3.68

* $p < .05$

바. 최종 학력에 따른 참여동기 차이

최종 학력에 따른 참여동기를 분석한 결과는 <표 IV-8>과 같다. 최종 학력에 따른 참여동기에서 전문대학 졸업 집단의 평균은 3.57(SD=.58)로 가장 높은 수준이었다. 고등학교 졸업 집단의 평균은 3.38(SD=.69)이고, 대학원 졸업 이상 집단의 평균은 3.38(SD=.61)로 비슷한 평균값을 나타내었다. 4년제 대학 졸업 집단의 평균은 3.21(SD=.58)로 가장 낮은 수준을 나타내었으며, 최종 학력에 따른 참여동기는 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 하지만, 참여동기 하위요인 중 ‘사회성’ 요인에서 최종 학력에 따라 유의한 차이를 보였다($F=3.253, p<.05$). 이에 따라 Duncan 사후 검증을 한 결과, 이러한 차이에 따른 집단 간 구분은 없는 것으로 나타났다.

<표 IV-8> 최종 학력에 따른 참여동기 차이

		구분	N	m	SD	F	ρ
참여동기		고등학교 졸업	12	3.38	0.69	1.539	.208
		전문대학 졸업	14	3.57	0.58		
		4년제 대학 졸업	54	3.21	0.58		
		대학원 졸업 이상	36	3.38	0.61		
지적		고등학교 졸업	12	3.58	0.71	1.968	.123
		전문대학 졸업	14	3.81	0.56		
		4년제 대학 졸업	54	3.36	0.70		
		대학원 졸업 이상	36	3.54	0.64		
사회성		고등학교 졸업	12	3.23	0.78	3.253	.024*
		전문대학 졸업	14	3.32	0.66		
		4년제 대학 졸업	54	3.06	0.58		
		대학원 졸업 이상	36	3.46	0.59		
능력-숙달		고등학교 졸업	12	3.46	0.69	.900	.444
		전문대학 졸업	14	3.74	0.72		
		4년제 대학 졸업	54	3.38	0.72		
		대학원 졸업 이상	36	3.47	0.74		
자극회피		고등학교 졸업	12	3.26	0.98	.896	.446
		전문대학 졸업	14	3.42	0.80		
		4년제 대학 졸업	54	3.06	0.84		
		대학원 졸업 이상	36	3.04	0.83		

* $p < .05$

2. 회복탄력성

가. 연구 대상의 회복탄력성 수준

본 연구에서는 116명 합창동호회 활동 직장인의 회복탄력성 수준을 파악하기 위해 <표 IV-9>와 같이 기술통계를 실시하여 분석하였다. 연구 대상자들의 회복탄력성은 평균 3.80(SD=.44), 최소값 2.48, 최대값 4.78로 보통 이상 수준인 것으로 나타났다.

<표 IV-9> 연구 대상의 회복탄력성 수준

요인	N	최소값	최대값	m	SD
회복탄력성	116	2.48	4.78	3.80	0.44

나. 일반적 특성에 따른 회복탄력성 차이

116명을 대상으로 성별, 결혼 유무에 따라 회복탄력성에 유의한 차이를 보이는지 검증하고자 독립표본 t-검정을 실시하였고, 연령, 활동 기간, 최종 학력의 변인은 일원배치 분산분석을 실시하였다. 유의한 차이가 있는 경우에는 Duncan 사후분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 IV-10>과 같다.

성별에 따른 회복탄력성은 남자가 평균 3.82(SD=.48), 여자가 평균 3.78(SD=.41)이며 유의수준 $p < .05$ 에서 $p = 0.66$ 으로 성별에 따른 유의한 차이는 없었다. 하지만, 결혼 유무에 따른 회복탄력성은 유의한 차이를 보였으며 ($t = -2.836$, $p < .01$), 결혼한 집단의 평균이 3.89(SD=.41), 결혼하지 않은 집단의 평균이 3.66(SD=.46)으로 기혼 집단이 미혼 집단보다 회복탄력성이 더 높은

것으로 나타났다. 연령에 따른 회복탄력성은 50대 집단의 평균이 3.89(SD=.51)로 가장 높았고, 30대 집단의 평균이 3.66(SD=.46)으로 가장 낮았으나 유의수준 $p < .05$ 에서 $p = 0.142$ 로 회복탄력성은 연령에 따라 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 활동 기간에 따라 회복탄력성은 1년 미만 활동 집단의 평균은 3.84(SD=.42), 1년 이상 ~ 3년 미만 활동 집단의 평균은 3.70(SD=.53), 3년 이상 ~ 5년 미만 활동 집단의 평균은 3.96(SD=.33), 5년 이상 ~ 10년 미만 활동 집단의 평균은 3.64(SD=.38), 10년 이상 활동한 집단의 평균은 3.81(SD=.51)로 유의수준 $p < .05$ 에서 $p = 0.234$ 로 회복탄력성은 활동 기간에 따라 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 마지막으로 최종 학력에 따른 회복탄력성 결과는 전문대학 졸업 집단의 평균이 3.89(SD=.54)로 가장 높았고, 4년제 대학 졸업 집단의 평균이 3.74(SD=.39)로 가장 낮았으며, 유의수준 $p < .05$ 에서 $p = 0.563$ 으로 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

<표 IV-10> 일반적 특성에 따른 회복탄력성 차이

	구분	N	M	SD	t/F	p
성별	남	54	3.82	0.48	.441	.660
	여	62	3.78	0.41		
결혼 유무	미혼	45	3.66	0.46	-2.836	.005**
	기혼	71	3.89	0.41		
연령	20대	8	3.90	0.23	1.762	.142
	30대	42	3.66	0.46		
	40대	29	3.88	0.44		
	50대	25	3.89	0.51		
	60대 이상	12	3.85	0.20		

활동 기간	1년 미만	46	3.84	0.42	1.415	.234
	1년 이상 ~ 3년 미만	17	3.70	0.53		
	3년 이상 ~ 5년 미만	16	3.96	0.33		
	5년 이상 ~ 10년 미만	18	3.64	0.38		
	10년 이상	19	3.81	0.51		
최종 학력	고등학교 졸업	12	3.78	0.44	0.685	.563
	전문대학 졸업	14	3.89	0.54		
	4년제 대학 졸업	54	3.74	0.39		
	대학원 졸업 이상	36	3.86	0.48		

** $p < .01$

3. 참여동기와 회복탄력성 관계

합창동호회 활동 직장인의 참여동기가 회복탄력성에 미치는 영향을 알아보기 위하여 참여동기를 독립변수로 회복탄력성을 종속변수로 하여 단순회귀분석을 실시하였으며, 그 결과는 <표 IV-11>과 같다. 분석 결과는 $F=8.868(p<.01)$ 로 통계적으로 타당성을 만족하여 회귀분석에 적합한 모형임을 알 수 있다. 또한, 회귀모형의 결정계수 R^2 은 0.072로 참여동기가 회복탄력성을 7.2% 정도 설명하는 것으로 나타났다. 회귀계수에 대한 분석결과, 참여동기가 회복탄력성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며($t=2.978$, $p=0.004$), 정(+)적인 영향 관계를 갖는 것으로 나타났다. 표준화계수는 $\beta=0.269(p<.01)$ 로 나타나 참여동기가 26.9%만큼 회복탄력성에 영향을 주는 것으로 드러났다. 따라서 참여동기에 대한 인식이 긍정적일수록 회복탄력성이 증가하는 것을 알 수 있다. 즉, 참여동기가 1점 높아지면 회복탄력성은 0.269만큼 높아지는 것을 의미한다.

<표 IV-11> 참여동기가 회복탄력성에 미치는 영향에 대한 단순회귀분석

구분	비표준화계수		표준화계수	t	p	R ²
	B	표준오차	β			
(상수)	3.148	.222		14.149	.000	.072
참여동기	.196	.066	.269	2.978**	.004	
F=8.868(p<.01)						
(상수)	3.433	.211		16.246	.000	.027
사회성	.113	.064	.163	1.767	.080	
F=3.122(p>.05)						
(상수)	3.088	.207		14.928	.000	.097
지적	.204	.058	.312	3.502**	.001	
F=12.263(p<.01)						
하위 요인	(상수)	3.341	.198	16.913	.000	.047
	능력-숙달	.132	.056	.217	2.370*	
F=5.617(p<.05)						
(상수)	3.453	.154		22.358	.000	.045
자극회피	.111	.048	.212	2.321*	.022	
F=5.388(p<.05)						

*p<.05, **p<.01

참여동기 하위요인이 회복탄력성에 미치는 영향을 각각 요인별로 단순회귀분석을 실시하였다. 요인별 결과를 살펴보면, ‘사회성’ 요인은 (F=3.122, p>.05)로 통계적으로 유의하지 않은 회귀모형인 것으로 도출되었다. 하지만,

‘지적’, ‘능력-숙달’, ‘자극회피’ 요인은 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

‘지적’ 요인이 회복탄력성에 미치는 영향은 $F=12.263(p<.01)$ 로 회귀분석에 적합한 모형임을 알 수 있으며, 회귀모형의 설명력은 약 9.7%로 나타났다. 회귀계수에 대한 분석결과, 지적 요인이 회복탄력성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며($t=3.502, p=0.001$), 정(+)적인 영향 관계를 갖는 것으로 나타났다. 표준화계수는 $\beta=0.312(p<.01)$ 로 지적 요인이 31.2%만큼 회복탄력성에 영향을 주는 것으로 나타났다. 따라서 지적 요인이 1점 높아지면 회복탄력성은 0.312만큼 높아지는 것을 의미한다.

‘능력-숙달’ 요인이 회복탄력성에 미치는 영향을 분석한 결과 $F=5.617(p<.05)$ 로 통계적으로 적합한 모형이며, 회귀모형의 설명력은 약 4.7%로 나타났다. 회귀계수에 대한 분석결과, 능력-숙달 요인은 회복탄력성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며($t=2.370, p=0.019$), 정(+)적인 영향 관계를 갖는 것으로 나타났다. 표준화계수는 $\beta=0.217(p<.05)$ 로 능력-숙달 요인이 21.7%만큼 회복탄력성에 영향을 주는 것으로 나타났다. 따라서 능력-숙달 요인이 1점 높아지면 회복탄력성은 0.217점 높아지는 것을 의미한다.

‘자극회피’ 요인이 회복탄력성에 미치는 영향을 분석한 결과 $F=5.388(p<.05)$ 로 통계적으로 적합한 모형이며, 회귀모형의 설명력은 약 4.5%로 나타났다. 회귀계수에 대한 분석결과, 자극회피 요인은 회복탄력성에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며($t=2.321, p=0.022$), 정(+)적인 영향 관계를 갖는 것으로 나타났다. 표준화계수는 $\beta=0.212(p<.05)$ 로 자극회피 요인이 21.2%만큼 회복탄력성에 영향을 주는 것으로 나타났다. 따라서 자극회피 요인이 1점 높아지면 회복탄력성은 0.212점 높아지는 것을 의미한다.

V. 결 론

본 연구는 합창동호회 활동에 참여하는 직장인들의 참여동기와 회복탄력성을 파악하고, 참여동기가 회복탄력성에 미치는 영향을 분석하여 직장내 합창동호회 신설 및 활성화에 도움이 되는 기초자료를 제공하기 위한 것이다. 이러한 목적을 위해 7개의 성인 아마추어 합창단에 소속된 116명을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 분석 결과 및 결론은 다음과 같다.

첫째, 합창동호회 활동 직장인들의 참여동기는 평균 3.33점(SD=.61)으로 보통 수준으로 나타났다. 그러나 참여동기 하위요인을 분석한 결과에서 지적 참여동기가 평균 3.49점으로 가장 높았고, 이어서 능력-숙달 동기(평균 3.46점), 사회성 동기(평균 3.23점), 자극회피 동기(평균 3.12점)의 순서로 나타났다. 이러한 결과는 연주 참여동기에 관한 선행연구(김영수, 2018; 최희정, 2012)에서 연구 대상의 연주 참여동기 요인 중 지적동기 수준이 높게 나온 것과 일치하는 결과이다. 이는 참여자들이 새로운 정보를 찾거나, 특정 주제에 대해 깊이 이해하려는 동기, 또는 창조적인 생각을 통해 새로운 아이디어를 생성하려는 지적 동기를 중요하게 생각하며, 능력 향상과 기술 숙달에 대한 욕구도 크게 가지고 있다는 것을 의미한다. 따라서 직장인을 대상으로 하는 합창동호회 활동은 참여자들의 지적 욕구와 자기 계발이 충족될 수 있는 환경을 제공해야 한다. 예를 들어, 합창동호회 활동이 새로운 음악 이론이나 작곡 기법 등을 배울 수 있는 기회를 제공하거나, 참여자들이 개인적인 표현을 통해 창조적인 생각을 할 수 있는 환경을 조성한다면, 이는 지적 욕구와 자기 계발 동기를 충족시키는 방법이 될 수 있다.

둘째, 합창동호회 활동에 참여하는 직장인들의 참여동기를 성별, 결혼 유무, 연령, 활동 기간, 최종 학력 등의 변인에 따라 비교한 결과, 전체적인 참여동기와 지적 및 능력-숙달 동기는 이들 변인에 따라 유의한 차이를 보이

지 않았다. 이는 합창동호회 활동이 다양한 배경을 가진 사람들에게 동일하게 자기 계발과 학습의 기회를 제공하며 이러한 측면이 참여동기를 높이는 주요 요인임을 보여준다.

그러나 참여동기의 하위 영역인 자극회피 동기는 결혼 유무($t=-2.006$, $p<.05$)와 연령($F=3.334$, $p<.05$)에 따라 차이가 있었다. 결혼한 집단은 결혼하지 않은 집단보다 자극회피 동기가 높았으며, 50대 연령의 집단은 30대 집단보다 자극회피 동기가 높았다. 이는 결혼한 사람들이나 50대의 사람들이 스트레스 해소나 일상의 변화를 추구하는 동기가 더욱 강할 수 있음을 시사한다. 이러한 차이는 합창동호회 활동을 기획하고 운영할 때 고려해야 할 중요한 요인이다.

또한, 본 연구에서는 활동 기간에 따른 사회적($F=.844$, $p<.05$) 동기의 차이도 확인했다. 3년 이상 ~ 5년 미만 합창동호회 활동을 한 집단은 1년 미만 활동한 집단, 5년 이상 ~ 10년 미만 활동한 집단 그리고 1년 이상 ~ 3년 미만 활동한 집단에 비해 사회적 동기가 유의하게 높았다. 이는 사회적 교류와 관계 형성이 합창동호회 활동을 오래 지속하는 데 중요한 역할을 하는 것을 나타낸다. 연구에 참여한 대상자 중 1년 미만으로 합창 활동에 참여한 사람들이 약 40%를 차지하는데, 이는 짧은 기간 동안만 합창동호회에 참여하는 사람들이 상당수라는 것을 보여주며, 이런 사람들이 더 오래 활동하게 하기 위해서는 그들의 사회적 동기를 충족시키는 것이 필요하다는 것을 시사한다. 이는 친구를 만나거나 새로운 사람들을 만나려는 동기, 그리고 그들에게 인정받거나 존경받는 것을 원하는 욕구 등을 포함할 수 있다. 따라서, 합창동호회 활동을 계획하고 운영할 때 이러한 요인들을 고려하여 개인의 사회적 동기를 높이는 방향으로 접근하는 것이 중요할 것이다.

셋째, 합창동호회 활동에 참여하는 직장인들의 회복탄력성을 성별, 결혼 유무, 연령, 활동 기간, 최종 학력 등의 변인에 따라 비교하였다. 그 결과 성

별, 연령, 활동 기간, 최종 학력에 따른 회복탄력성에는 유의한 차이가 없었다. 특히, 활동 기간에 따른 회복탄력성의 차이가 없는 결과는 단순히 합창동호회 활동을 오래 지속한다고 해서 그 활동이 직장인들의 회복탄력성에 반드시 긍정적인 영향을 미치지 않는다는 점을 알 수 있다. 따라서, 이 결과는 참여동기와 같이 회복탄력성에 영향을 미치는 다른 요인들에 대해 보다 세부적으로 살펴볼 필요성이 있음을 시사한다.

하지만 결혼 유무에 따라서는 회복탄력성에 유의한 차이($t=-2.836, P<.01$)를 보였다. 이는 결혼한 사람들이 결혼하지 않은 사람들보다 스트레스를 극복할 수 있는 회복탄력성이 높음을 나타낸다. 앞서 제시한 참여동기 요인 중 자극회피 동기 또한 결혼 유무에 따라 차이가 있었는데, 결혼의 여부에 따른 이런 차이를 초래하는 구체적인 요인은 본 연구의 범위를 넘어서는 주제이지만, 이에 대해 더 깊게 연구해 볼 필요가 있다고 생각한다.

넷째, 합창동호회 활동 직장인들의 참여동기는 회복탄력성에 긍정적인 영향($t=2.978, p=0.004$)을 미치는 결과가 나타났다. 이는 합창동호회 활동에 참여하는 직장인들의 참여동기가 회복탄력성 향상에 주요한 역할을 함을 시사한다. 또한, 참여동기 하위요인 중 사회성 요인²⁾을 제외한 지적($t=3.502, p=0.001$) 요인, 능력-숙달($t=2.370, p=0.019$) 요인, 자극회피($t=2.321, p=0.022$) 요인 각각도 회복탄력성과 정(+)적인 관계를 나타내었다. 이는 직장 내 또는 아마추어 합창단을 신설 및 활성화하고자 할 때 이러한 참여동기 요소를 고려하여 전략적으로 접근하는 방법을 세울 필요가 있음을 의미한다. 다시 말해 직장인을 대상으로 하는 합창동호회를 효과적으로 운영하기 위해서는 단순한 사회 동호회를 넘어 참여동기의 요소 중 지적, 능력-숙달, 자극회피 요소를 충족할 만한 전략을 계획하여야 한다.

결론적으로, 본 연구에서는 직장인들이 참여하는 합창동호회 활동에서 주

2) 사회성 요인은 회복탄력성에 통계적으로 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

요 참여동기가 지적 동기, 능력-숙달 동기, 그리고 자극회피 동기임을 확인하였다. 더불어, 이러한 참여동기가 참여자들의 회복탄력성에 긍정적인 영향을 끼치는 것을 발견하였다. 이 결과는 직장인들이 스트레스를 극복하고 회복력을 강화하는데, 합창동호회 활동이 중요한 역할을 수행하고 있음을 보여준다. 따라서, 직장인들을 대상으로 하는 합창동호회를 효과적으로 운영하고 활성화하기 위해서는, 참여자들의 지적, 능력-숙달, 자극회피 등의 참여동기를 충족시키는 전략을 세우는 것이 중요하다. 이런 결과는 합창동호회 활동의 기획 및 운영 시 참고할 수 있는 중요한 지표로 활용될 수 있을 것이다. 하지만 본 연구는 자기 기입 방식에 의한 양적 설문조사에 한정되어 있고, 합창 활동 참여동기에 관한 선행 연구가 부족한 한계를 가지고 있다. 그렇지만, 본 연구를 통해 나타난 결혼 여부에 따른 흥미로운 결과는 추후 합창동호회 후속 연구에서 흥미로운 주제로 다뤄질 수 있을 것이다. 앞으로 합창 연구에 대한 발전이 지속적으로 이루어지길 기대한다.

참 고 문 헌

- 고혜영(2020). **중년여성의 합창활동 경험이 회복탄력성과 심리·사회적 요인에 미치는 영향**. 박사학위논문. 상명대학교
- 김석환, 문병률, 권중호, 차정훈(2006). 테니스동호회 활동에 따른 생활만족도와 여가만족도. **한국스포츠리서치**, 17(6), 1113-1120.
- 김수연(2019). **청소년의 집단 음악 활동이 회복탄력성과 공동체 의식에 미치는 영향: 오케스트라와 합창 활동을 중심으로**. 석사학위논문. 숙명여자대학교
- 김영아(2005). **직장인의 여가활동이 여가만족에 미치는 영향**. 석사학위논문. 경기대학교.
- 김재철, 문종길(2014). 마음챙김, 학업탄력성, 귀인성향과 학습된 무기력의 관계. **교육연구**. 22. 31-56.
- 김주환(2011). **회복탄력성 시련을 행운으로 바꾸는 유쾌한 비밀**. 서울: 위즈덤하우스.
- 김주환(2019). **회복탄력성: 시련을 행운으로 바꾸는 마음 근력의 힘**. 고양: 위즈덤하우스
- 김형훈(2013). 테니스동호회활동을 통한 여가혜택. **한국체육학회지**, 52(1), 377-386.
- 노치경(2018). **성인 회복탄력성 관련변인에 관한 메타분석**. 박사학위논문. 명지대학교.
- 두산 백과사전(2023). 합창. 접속일 06.01.2023. https://www.doopedia.co.kr/doopedia/master/master.do?_method=view&MAS_IDX=101013000867557
- 류기형(2015). 노인들의 자원봉사활동 참여동기가 지속의지에 미치는 영향에

- 관한 연구. **한국사회복지행정학**, 17(1), 65-88.
- 류미옥(2001). 초등학교에서의 효과적인 합창 지도 방법에 대한 연구. **음악교육**, 1, 135-167.
- 박재성(2000). **음악교육이 청소년의 정서에 미치는 영향 연구: 합창음악 교육을 중심으로**. 석사학위논문. 중앙대학교.
- 박진성, 문한식(2008). 교양 스키에 참여한 대학생의 참여동기가 몰입에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 32(1), 35-46.
- 박혜란(2014). **한국 중년기 가족 레질리언스 척도개발 및 타당화**. 박사학위논문. 경북대학교.
- 신우열, 김민규, 김주환(2009). 회복탄력성 검사지수의 개발 및 타당도 검증. **한국청소년연구**, 20(4), 105-131.
- 심수영, 김용우(2015). 불안정 성인애착과 생활스트레스의 관계: 회복탄력성의 매개효과. **한국상담학회**, 16(5), 95-105.
- 연세 한국어 사전(1998). 서울 : 두산동아.
- 유상희(2019). 회복탄력성에 대한 기독교상담적 고찰. **한국기독교상담학회지**, 30(2), 155-184.
- 윤성원(2012) 초·중등학교 합창 교육 운영 시스템 설계. **음악교육공학**, (14), 81-98.
- 윤소영(2010). **동호회 활동 실태 및 활성화 방안**. 서울: 한국문화관광연구원.
- 이근주(2002). 조직참여동기와 만족요인에 관한 연구: AmeriCorps 참여자를 중심으로. **한국행정연구**, 11(1), 120-143.
- 이상우(2004). **직장여성의 여가활동 참여와 직무만족도 분석**. 석사학위논문. 중앙대학교.
- 이예나(2021). **대학 합창 동아리 활동이 사회적 자기효능감과 회복탄력성에 미치는 영향**. 석사학위논문. 성신여자대학교

- 장지원(2019). 플라톤의 교육론과 디오니소스 합창단의 역할: 『법률』 1, 2 권을 중심으로. *교육철학연구*, 41(4), 299-318.
- 정예원(2017). **교내 합창대회가 학생들의 또래관계에 미치는 영향 및 합창 효과인식 조사**. 석사학위논문. 이화여자대학교.
- 정용각(2000). **여가행동 및 레크레이션**. 부산: 부산외국어대학교 출판부.
- 정윤정(2020). **성인학습자의 합창단 참여지속 결정 영향 요인**. 박사학위논문. 서울대학교.
- 정종진(1996). **학교학습과 동기**. 서울: 교육과학사.
- 최은영(2006). **아마추어 연주자들의 음악연주활동 참여 동기**. 석사학위논문. 이화여자대학교.
- 최희정(2012). **성인학습자의 음악교육 참가동기가 만족도 및 태도적 충성도에 미치는 영향연구**. 석사학위논문. 단국대학교.
- 한덕웅(1984). 목표설정이 동기와 수행에 미치는 효과. *한국경제*, 12(1), 33-55.
- 한상훈(2007). 성인학습자의 교육참여동기와 자기주도학습의 관계. *평생교육학연구*, 9(3), 225-245.
- 한승모, 이종석(2016). **새로운 편곡, 음원, 해설로 배우는 학교야 아카펠라 하자**. 서울: 예술.
- 홍은숙(2006). 탄력성(resilience)의 개념적 이해와 교육적 방안. *특수교육학연구*, 41(2), 45-67.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory* Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Beard, J. G., & Ragheb, M. G. (1983). Measuring leisure motivation. *Journal of leisure research*, 15(3), 219-228.
- Block, J. H., & Block, J. (1980). The Role of Ego Control and Ego

- Resiliency in the Organization of Behavior, In W, A, Collins (Ed.), *Minnesota symposium on child psychology* (pp. 13-39). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Chiodo, P. A. (1998). *The development of lifelong commitment: A qualitative study of adult instrumental music participation*. Doctoral Dissertation. State University of New York.
- Coffman, D. D. (2002). Adult Education. In R. Colwell & C. P. Richardson (Eds), *The New Handbook of Research on Teaching and Learning* (pp. 199-209). New York: Oxford. University Press.
- Cowen, E. L., Wyman, P. A., Work, W. C., & Parker, G. R. (1990). The Rochester child resilience project.: Overview and summary of first year findings. *Development and Psychopathology*, 2(2), 193-212.
- Cratty, B. J. (1989). *Psychology in contemporary sport*. Hoboken, NJ: Prentice Hall.
- Ding, J., Gehrman, P. R., Liu, S., Yang, F., Ma, R., Jia, Y., & Yang, X. (2020). Recovery experience as the mediating factor in the relationship between sleep disturbance and depressive symptoms among female nurses in Chinese public hospitals: A structural equation modeling analysis. *Psychology research and behavior management*, 13, 303-311.
- Gaston, E. T. (Ed.). (1968). *Music in therapy*. New York: Macmillan.
- Kozinets, R. V. (1999). E-tribalized marketing?: The strategic implications of virtual communities of consumption. *European Management Journal*, 17(3), 252-264.

- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child development*, 71(3), 543-562.
- Manfredo, M. J., Driver, B. L., & Tarrant, M. A. (1996). Measuring leisure motivation: A meta-analysis of the recreation experience preference scales. *Journal of Leisure Research*, 28(3), 188-213.
- Petri, H. L. (1996). 동기: 이론, 연구, 그리고 활용[Motivation: Theory, research, and applications. 4th ed.]. 박소현, 김문수 공역(2001). 서울: 시그마프레스.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: Broadway books.
- Rutter, M. (1985). Resilience in face of adversity: protective factors and resilience to psychiatric disorder. *British Journal of psychiatry*, 147, 598-611.
- Schmidt, B., Schneider, M., Seeger, P., van Vianen, A., Loerbroks, A., & Herr, R. M. (2019). A comparison of job stress models: associations with employee well-being, absenteeism, presenteeism, and resulting costs. *Journal of occupational and environmental medicine*, 61(7), 535-544.
- Sonnentag, S., & Frese, M. (2012). Dynamic performance. In S. W. J. Kozlowski (Ed.), *The Oxford handbook of organizational psychology*, 1, (pp. 548-575). New York: Oxford University Press.
- Su, L., Swanson, S. R., & Chen, X. (2018). Reputation, subjective well-being, and environmental responsibility: The role of satisfaction and identification. *Journal of Sustainable Tourism*, 26(8), 1344-1361.

- Werner, E. E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study. *Development and psychopathology*, 5(4), 503-515.
- Werner, E., & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: a longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw Hill.
- Woolfolk, A. E. (2001). 교육심리학[Educational psychology. 8th ed.]. 김아영 외 공역(2003). 서울: 박학사.

ABSTRACT

A Study on the relationship between office workers' motivation to participate in choir clubs and resilience

OH, You Jin

Music Education Major

Graduate School of Education

Sungshin Woman' s University

The purpose of this study is to identify the motivation and resilience of office workers participating in choir activities, analyze the impact of participation motivation on resilience, and provide basic data to help establish and revitalize choir clubs in the workplace. To this end, 116 office workers belonging to seven adult amateur choirs across the country were selected as research subjects and a survey was conducted. The participation motivation used by modifying the leisure participation motivation scale developed by Beard & Ragheb (1983), and the resilience questionnaire was taken from the scale developed by Shin, Kim, & Kim (2009). The collected data were analyzed using the SPSS 29.0 program. The results are as follows.

First, the average motivation for office workers to participate in choir

club activities was 3.33 points, which was medium level. As a result of analyzing the sub-factors of participation motivation intellectual participation motivation was the highest with an average of 3.49 points, followed by competency-mastery motivation with an average of 3.46 points. It can be seen that participants value intellectual and competency-mastery motivation. Therefore, it suggests that choir club activities for office workers should provide an environment in which participants' intellectual needs and self-development can be satisfied.

Second, as a result of comparing the motivation of office workers participating in choir activities according to variables such as gender, marital status, age, duration of the activity, and educational status, there was no significant difference between the overall motivation and the intellectual and competency-mastery motivation. However, the stimulus avoidance motivation differed depending on the marital status and age, and social motivation differed significantly depending on the period of activity. The married group and the age in their 50s had high motivation to avoid stimulation, and the group with more than 3 years to less than 5 years of activity had high social motivation. As such, variables that showed significant differences in sub-factors of participation motivation can be seen as important factors to consider when planning and operating choir activities.

Third, as a result of comparing the resilience of office workers participating in choir club activities according to variables such as gender, marital status, age, duration of the activity, and educational status, there was a significant difference in resilience depending on whether they were

married. This indicates that married people have higher resilience to overcome stress than unmarried people. However, there was no significant difference in resilience according to gender, age, duration of activity, and educational status. In particular, it could be seen that continuing choir activities for a long time did not have a positive effect on resilience. Therefore, it suggests the need to look at other factors affecting resilience, such as motivation for participation.

Fourth, it was found that the motivation for participation of office workers in choir club activities had a positive effect on resilience, and among the sub-factors of participation motivation, intellectual factors, competency-mastery factors, and stimulus avoidance factors also had an effect on resilience. It is necessary to establish a strategic approach in consideration of the factors of motivation for participation when establishing and revitalizing a choir. In other words, in order to effectively operate a choir club for office workers, strategies that meet intellectual, competency-mastery, and stimulus avoidance factors must be planned.

In conclusion, this study confirmed that the primary motivations for office workers to participate in choir club activities are intellectual motivation, mastery-competence motivation, and stimulus-avoidance motivation. Additionally, it was discovered that these participation motivations have a positive influence on the resilience of the participants. This indicates that participating in choir club activities plays a significant role in helping office workers overcome stress and enhance their resilience. Accordingly, in order to effectively operate and revitalize choir clubs for workplaces, it is important to establish strategies to meet participants' motivations such as

intellectual, competency-mastery, and stimulus avoidance. It is hoped that this study will be used as an important indicator for reference in the planning and operation of choir club activities, and that the development of choir research will continue in the future.

부 록

<부록 1> 일반적 특성 설문지

<부록 2> 참여동기 설문지

<부록 3> 회복탄력성 설문지

설 문 지

안녕하세요. 저는 성신여자대학교 교육대학원에서
음악교육전공 석사 과정 중인 오유진입니다.

본 설문지는 직장인 합창동호회 활동 참여동기와 회복탄력성 간의
관계를 조사하기 위한 것입니다.

설문지 응답에 소요되는 시간은 대략 10분 내외이며
한 문항도 빠짐없이 답해주시면 됩니다.

응답자분께서 성의껏 답해주신
이 설문지는 본 연구에 매우 중요한 자료가 될 것이며,
통계조사법 제 33조의 비밀 보호 원칙에 따라
이 연구 이외의 목적으로 사용되지 않을 것을 약속드립니다.
바쁘신 가운데 귀한 시간 내어주셔서 진심으로 감사드립니다.

성신여자대학교 교육대학원
음악교육전공
오유진
aadbwls8@naver.com

<부록 1> 일반적 특성 설문지

1. 귀하의 성별은? ① 남 ② 여
2. 귀하의 결혼 유무는? ① 미혼 ② 기혼
3. 귀하의 연령은? ① 20대 ② 30대 ③ 40대 ④ 50대 이상
4. 현재 합창단에서 맡고 있는 파트는?
① 소프라노 ② 알토 ③ 테너 ④ 바리톤 ⑤ 베이스
5. 귀하는 현재 참여하고 있는 합창단에서 얼마 동안 활동하셨습니다?
① 1년 미만 ② 1년 이상 ~ 3년 미만 ③ 3년 이상 ~ 5년 미만
④ 5년 이상 ~ 10년 미만 ⑤ 10년 이상
6. 귀하의 월 평균 수입은?
① 200만원 미만 ② 200만원 이상 ~ 400만원 미만
③ 400만원 이상 ~ 600만원 미만 ④ 600만원 이상 ~ 800만원 미만
⑤ 800만원 이상 ~
7. 귀하의 최종 학력은?
① 고등학교 졸업 ② (전문)대학 재학 ③ 전문대학 졸업
④ 4년제 대학 졸업 ⑤ 대학원 재학 ⑥ 대학원 졸업 이상
8. 귀하의 합창단 활동 지역은 어디입니까?
① 서울특별시 ② 경기도 ③ 인천광역시 ④ 대전광역시 ⑤ 광주광역시
⑥ 부산광역시 ⑦ 대구광역시

<부록 2> 참여동기 설문지

다음 문항은 합창 활동에 참여하는 이유를 알아보기 위한 질문입니다. 응답자의 생각과 일치하는 정도에 따라 “매우 그렇다”, “그렇다”, “보통이다”, “그렇지 않다”, “전혀 그렇지 않다” 중에 하나만 표시하여 주시기 바랍니다.

순번	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 나의 관심사를 확장시키기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 사람들과 어울리기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 성취감을 느끼기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 침착해지기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
5	나에게 무엇인가 의미를 만들어 줄 수 있을 것 같아서 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 사람들과 친해지기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 내 능력들이 무엇인지 알기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 신체적인 휴식을 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 내 주변 환경에 대해 배울 수 있을 것 같아 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
10	나는 사람들과 교류하며 지내기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
11	나는 내 능력들을 시험해 보기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 정신적인 휴식을 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤

13	나는 내가 가지고 있는 호기심(궁금증)을 만족시켜 줄 수 있을 것 같아 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
14	나는 사람들과의 우정을 돈독하게 하기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
15	나는 무언가를 완전히 나만의 것으로 만드는 것을 즐기기 때문에 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
16	나는 일상에서의 혼잡을 피하기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
17	나는 새로운 생각들을 탐구할 수 있을 것 같아서 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
18	나는 새로운 사람들을 만나기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
19	나는 합창을 잘하기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
20	나는 쉬기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
21	나는 나에 대해 알 수 있는 기회가 될 것 같아서 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
22	나는 사람들을 도와주기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
23	나는 합창 기술과 능력을 향상시키시 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
24	나는 스트레스와 긴장을 풀기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
25	나는 나의 (음악)지식을 확장해 줄 수 있을 것 같아서 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
26	나는 나의 생각, 감정 그리고 신체 기능을 드러내기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
27	나는 활동적이기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
28	나는 시간 분배를 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
29	나는 새로운 것들을 발견하기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤

30	나는 사람들에게 영향 주기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
31	나는 신체적 기술과 능력을 발달시키기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
32	나는 일상에서 가지고 있는 무거운 짐(책임)을 벗어나고자 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
33	나의 상상력을 발휘할 수 있을 것 같아서 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
34	나는 사회적으로 유능하고 능숙하기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
35	나는 신체적으로 건강을 유지하기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
36	나는 소속감을 얻기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
37	나는 신체적 능력을 활용하기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
38	나는 독창적이기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
39	나는 사람들에게 존경받기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤
40	나는 신체적 활동을 향상시키기 위해 합창 활동을 한다.	①	②	③	④	⑤

<부록 3> 회복탄력성 설문지

다음 문항은 회복탄력성을 알아보기 위한 질문입니다.

응답자의 생각과 일치하는 정도에 따라 “매우 그렇다”, “그렇다”, “보통이다”, “그렇지 않다”, “전혀 그렇지 않다” 중에 하나만 표시하여 주시기 바랍니다.

순번	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	나는 문제가 생기면 여러 가지 가능한 해결방안에 대해 먼저 생각한 후에 해결하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 어려운 일이 생기면 그 원인이 무엇인지 신중하게 생각한 후에 해결하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 대부분의 상황에서 문제의 원인을 잘 알고 있다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 어려운 일이 닦쳤을 때 감정을 통제할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
5	내가 무슨 생각을 하면, 그 생각이 내 기분에 어떤 영향을 미칠지 알아챈다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 이슈가 되는 문제를 가족이나 친구들과 토론할 때 감정을 잘 통제할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 당장 해야 할 일이 있으면 어떠한 유혹이나 방해도 잘 이겨낼 수 있다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 아무리 당황스럽고 어려운 상황이 닦쳐도, 내가 어떤 생각을 하고 있는지 스스로 잘 안다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 일이 생각대로 잘 안 풀리면 쉽게 포기하는 편이다(*).	①	②	③	④	⑤
10	나는 감사해야 할 것이 별로 없다(*).	①	②	③	④	⑤
11	내가 고맙게 여기는 것들 모두 적는다면, 아주 긴 목록이 될 것이다.	①	②	③	④	⑤

12	세상을 둘러볼 때, 내가 고마워 할 것이 별로 없다(*).	①	②	③	④	⑤
13	내 인생의 여러 가지 조건들은 만족스럽다.	①	②	③	④	⑤
14	나는 내 삶에 만족한다.	①	②	③	④	⑤
15	나는 내 삶에서 중요하다고 생각한 것들은 다 갖고 있다.	①	②	③	④	⑤
16	나는 열심히 일하면 언제나 보답이 있으리라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
17	나는 "아무리 어려운 문제라도 나는 해결할 수 있다"고 믿는 것이 좋다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
18	나는 어려운 상황이 닥쳐도 모든 일이 다 잘 해결될 거라고 확신한다.	①	②	③	④	⑤
19	나와 정기적으로 만나는 사람들은 대부분 나를 싫어하게 된다(*).	①	②	③	④	⑤
20	나는 서로 마음을 터놓고 얘기할 수 있는 친구가 거의 없다(*).	①	②	③	④	⑤
21	나는 서로 도움을 주고받는 친구가 별로 없는 편이다(*).	①	②	③	④	⑤
22	나는 재치있는 농담을 잘한다.	①	②	③	④	⑤
23	나는 내가 표현하고자 하는 바에 대한 적절한 문구나 단어를 잘 찾아낸다.	①	②	③	④	⑤
24	나는 분위기나 대화 상대에 따라 대화를 잘 이끌어 갈 수 있다.	①	②	③	④	⑤
25	나는 사람들의 얼굴표정을 보면 어떤 감정인지 알 수 있다.	①	②	③	④	⑤
26	나는 슬퍼하거나 화를 내거나 당황하는 사람을 보면 그들이 어떤 생각을 하는지 잘 알 수 있다.	①	②	③	④	⑤
27	나는 동료가 화를 낼 경우, 그 이유를 꽤 잘 아는 편이다.	①	②	③	④	⑤

- 설문에 참여해주셔서 감사합니다. -