

# 기독교 청소년의 영성, 종교성, 정신건강의 연관성과 기독교 상담에의 함축성

최수영\* 김준\*\*

## 국문초록

본 연구는 기독교 청소년의 영성과 종교성이 정신건강에 어떤 영향을 미치는지 살펴보고 기독교 상담의 함의를 제시하고자 하였다. 주일 예배에 출석하는 중고등학교 333명을 대상으로 조사연구를 실시하였다. 첫째, 인구사회학적 변인에 따른 정신건강의 차이를 일원분산분석으로 알아본 결과, 가정의 경제상황이 풍족한 집단이 경제상황이 어려운 집단보다 정신이 건강한 것으로 나타났다. 둘째, 영적 안녕감과 종교성향의 상관관계를 분석한 결과, 종교적 안녕감이 높을수록 내재적 성향이 높아지고, 외재적 성향은 낮아지는 것으로 나타났다. 셋째, 영적 안녕감과 종교성향, 정신건강과의 상관관계를 분석한 결과, 종교적 안녕감과 내재적 성향이 높을수록 정신이 건강하고, 외재적 성향이 높을수록 정신이 건강하지 않은 것으로 나타났다. 넷째, 영적 안녕감과 종교성향이 정신건강에 미치는 영향을 다중회귀분석으로 알아본 결과, 종교적 안녕감과 내재적 종교성향이 정신건강에 긍정적 영향을 미치고, 외재적 성향은 부정적 영향을 미치며, 실존적 안녕감은 정신건강에 유의한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다.

본 연구는 영적 안녕감과 종교성향의 연관성 및 정신건강에 대한 전인적인 접근으로 치료와 예방차원으로서 기독교 상담에의 기초자료를 제공하였다. 본 연구의 결과를 토대로 기독교 청소년의 신앙상태와 동기를 확인하고, 삶의 의미와 목적을 하나님과의 인격적인 관계에서 찾도록 도울 수 있다.

**중심단어 :** 기독교 청소년, 영적 안녕감, 종교성향, 정신건강, 기독교 상담

• 논문 투고일: 2014년 10월 14일

• 게재 확정일: 2014년 11월 12일

\*충신대학교

\*\*충신대학교

• 논문 수정일: 2014년 11월 7일

## I. 여는 글

최근 인간을 연구하는 다양한 학문에서는 흥미로운 공통점이 발견된다. 인간을 신체적, 정신적, 영적 인격체로 이해하는 전인적인 접근을 한다는 것이다.<sup>1)</sup> 과거에는 심리장애나 반사회적 행동 등의 문제 및 원인에 집중하는 부정적이고 단편적인 접근 이었다. 현재는 이런 문제들에 대한 예방 및 치료에 집중하는 긍정적이고 종합적인 접근으로써 종교와 정신건강에 대한 연구가 활발해지고 있다. 심리학, 정신의학 및 상담학에서 종교와 영성이 개인의 정신건강과 행복에 미치는 긍정적 영향, 특히 정신건강에 미치는 종교의 영향이 보고되고 있다.<sup>2)</sup> 그러나 단순히 종교의 유무를 기준으로 하는 비교연구였기 때문에 개인마다 다르게 경험하는 종교적 영향과의 관계성을 설명할 수 없었다. 이제는 종교에 대한 개인의 주관적 경험과 성향이 영성과 종교성으로 개념화되어 영적 건강상태를 측정하는 도구들이 개발되었다. 따라서 오늘날에는 개인의 종교적인 성향이나 신앙의 내용이 관련 변인과 어떻게 연관되어 있는지 확인할 수 있게 되었다.

신경정신과 전문의 최영민은 종교성향에 따라 정신적 건강과 사회적응이 다르게 연관되어 있다고 언급하면서, 내담자의 종교성과 영성을 평가하는 것이 효율적인 치료와 상담을 위해 정신의학과 기독교 상담에서 매우 중요하다고 했다.<sup>3)</sup> 신앙의 성숙을 결정지을 수 있는 종교성과

1) 변영인, “헬리 나우웬의 영성과 치유적 상담에 대한 고찰”, 한국복음주의 기독교상담학회, 『복음과 상담』제11권 (2008): 47.

2) C. D. Batson, P. Schoenrade & W. C. Ventis, *Religion and the Individual: A Socio-Psychological Perspective* (New York: Oxford University Press, 1993); David G. Myers, “A Levels-of-Explanation View,” in *Psychology & Christianity: Five Views*, ed. Eric L. Johnson (Downers Grove, IL.: InterVarsity Press, 2010), 65-68에서 재인용.

3) 최영민, “기독교상담에서 종교성과 영성의 평가”, 한국기독교 상담심리치료학회, 『기독교상담학회지』 제3권(2001): 142.

영성은 개인의 심리적 성숙과 사회적 적응에도 영향을 미치기 때문이다. 개인의 성숙과 적응의 문제는 특히 다양한 변화와 발달을 경험하는 청소년들에게 중요하다. 청소년 문제를 해결하고자 지금까지 수많은 심리치료이론과 방법들이 있어 왔지만 임상적 성과는 치료의 한계를 보여주고 있다.<sup>4)</sup> 그래서 영성에 대한 관심과 다양한 접근이 치료 대안으로 주목받고 있다. 청소년의 영성에 대한 기존 연구들의 한계는 두 가지로 요약될 수 있다. 첫째, 정신병리나 심리정서의 특정 영역으로 양분화된 경향을 가진다는 것이다. 우울증이나 자존감과의 관계만으로는 영성이 청소년의 전반적이고 일반적인 정신건강과 어떤 관계를 가지는지 설명하기 어려울 수 있다. 둘째, 기존의 연구들은 영성과 종교성을 개별적으로 접근하는 경향이 있다는 것이다. 과거에는 종교성 개념을 주로 연구하였으나, 특정 종교에 제한적으로 적용된다는 단점이 지적되면서 최근에는 보다 포괄적으로 적용될 수 있는 영성에 대한 연구가 많아지게 되었다. 그러나 실제적으로 영성과 종교성은 서로 긴밀하게 연결되어 있으며, 종교성과 영성의 연관성에 대한 실증적 연구가 부족한 실정이다.<sup>5)</sup> 따라서 영성과 종교성을 구별하는 것은 인본주의적 종교학의 관점으로 접근한다는 한계가 있다. 이러한 한계들을 극복하기 위해 본 연구는 다측면적인 정신건강과 청소년의 영성과 종교성 사이의 관계를 살펴보고자 한다.

본 연구의 목적은 기독교 청소년의 영성, 종교성, 정신건강이 서로 밀접하게 관련되어 있다는 것을 보여주는 것이다. 더 구체적으로 이 연구는 다음의 세 가지 영역을 고찰한다. 첫째, 기독교 청소년의 영성, 종교성, 정신건강에 어떤 연관성이 있는지 확인한다. 둘째, 연관성의 유무를 통계 결과로 입증하고, 그 연관성에 대한 설명을 제공한다. 셋째, 그 연관성이 가지는 청소년 기독교 상담의 함축성은 무엇인지 제안한다. 본 연구에서

4) 오윤선, “청소년 발달특성 문제에 관한 기독교 영성과 상담심리의 통합적 접근”, 한국복음주의 기독교상담학회, 『복음과 상담』 제11권 (2008): 226.

5) 최영민, “기독교상담에서 종교성과 영성의 평가”, 142.

는 영성, 종교성, 정신건강의 이론적 배경을 선행연구를 통해 정리하고자 한다. 특히 영성의 개념을 육체적인 것과는 대조되는 이분법적 접근보다는 기독교인의 전반적인 삶을 의미하는 전인적인 접근으로 검토한다.<sup>6)</sup> 본 연구에서는 영성을 영적 안녕감으로, 종교성을 종교성향으로 개념화하여 측정하는 척도를 사용한다. 이와 같은 연구목적에 위해 다음과 같은 가설을 제시하고 이를 검증하고자 한다.

첫째, 기독교 청소년의 영적 안녕감과 종교성향은 상관관계가 있을 것이다.

둘째, 기독교 청소년의 영적 안녕감과 종교성향은 정신건강과 상관관계가 있을 것이다.

셋째, 기독교 청소년의 영적 안녕감과 종교성향은 정신건강과 인과관계가 있을 것이다.

위와 같은 상관관계와 인과관계에 관한 가설들을 검증하기 위해 주로 양적 연구가 사용되었듯이 본 연구에서도 양적 연구 방법을 사용했다. 이를 위해 350명을 대상으로 설문지 형식의 자료수집을 하였고, 자료분석은 SPSS 22를 사용하였다. 영적 안녕감, 종교성향, 정신건강의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 상관분석을, 영적 안녕감과 종교성향이 정신건강에 미치는 영향을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다. 조사 분석 결과, 영적 안녕감과 종교성향, 정신건강은 서로 상관이 있었고, 영적 안녕감과 종교성향은 정신건강에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

## II. 펴는 글

최근 들어 상담과 임상에서 영성과 종교성에 대한 관심이 커져가고

---

6) 변영인, “헨리 나우웬의 영성과 치유적 상담에 대한 고찰”, 49.

있는 이유가 있다. 영성과 종교성이 불안, 우울과 같은 부정적 정신병리나 행복감과 같은 긍정적 심리요소와 관련이 있다는 것이 선행연구의 결과들을 통해 입증되었기 때문이다. 본 연구에서는 인지적, 사회적, 심리적 차원을 모두 포함하는 정신건강과 영적 차원의 영성과 종교성의 관계를 통하여 기독교 청소년에 대한 전인적인 이해와 통합적 접근을 제공하고자 한다. 이를 위해 우선 정신건강의 작업적 정의를 제시하고 정신건강과 영성의 관계성에 대한 연구의 필요성을 설명하고자 한다. 다음으로 본 연구에서 채택한 기독교 영성을 정의하고 영성 평가의 중요성을 설명한다. 또한 영성으로서의 영적 안녕감과 종교성으로서의 종교성향을 정의하고 정신건강과의 관계를 설명한다. 각 주제에 대한 선행연구의 결과들을 통하여 본 연구에서 예측하는 가설에 대한 근거를 제시하고자 한다.

## 1. 이론적 배경과 선행연구

### 1) 정신건강의 작업적 정의와 영성

정신건강(Mental Health)은 기존에 정신질환의 유무를 기준으로 부정적인 정신 병리학적 측면에서 정의되었으나, 최근에는 다양한 개인적, 사회적 적응을 포함하는 균형있고 통합된 상태로 정의되면서 정상인의 다각적 측면을 고려하는 보편적 용어로 쓰이고 있다. 세계보건기구(World Health Organization)는 정신건강을 “개개인이 자신의 능력을 발휘하고, 삶의 스트레스를 극복하고, 생산적으로 일하고, 지역사회에 공헌하는 웰빙, 즉 안녕상태”로 정의하였다.<sup>7)</sup> 즉 정신건강은 단순히 정신

7) World Health Organization, “Strengthening Mental Health Promotion. Geneva, World Health Organization,” (Fact Sheet), no. 220 (2001 a), 10; World Health Organization, “Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice,” accessed on October 7, 2014, available at: [http://www.who.int/mental-health/evidence/en/promoting\\_mhh.pdf](http://www.who.int/mental-health/evidence/en/promoting_mhh.pdf) 12에서 재인용.

장애가 부재한 상태라기보다는 개인의 삶의 스트레스와 위기에 대한 사회적 적응력, 환경과의 조정능력, 문제 해결능력을 포함한 정신적 안녕 상태를 의미한다. 본 연구에서는 정신건강을 전반적인 정신적 안녕상태로 정의하고 진행하였다.

전 세계적으로 청소년 정신건강에 지대한 관심을 가지고 이에 대한 문제 제기를 하고 있다. 영국, 미국 등 많은 선진국에서는 중고등학교마다 전문 상담자들이 고용되어 있고, 청소년의 정신건강증진을 위한 다양한 예방 서비스를 제공하고 있다. 최근에는 청소년 정신건강 증진 프로그램의 효율성이 인식되어 더욱 확대하여 실시되고 있는 추세이다.<sup>8)</sup> 그러나 국내 청소년의 정신건강은 여전히 정신 병리학적 관점으로 보고되고 있으며, 청소년의 정신건강 상태에 대한 실태조사나 연구가 미흡한 실정이다. 청소년의 정신건강을 돕는 예방 프로그램 및 상담 서비스도 아직 부족한 상황이다. 그런데 학교와 가정에서의 스트레스는 청소년의 정신건강을 위협하고 있다.<sup>9)</sup> 한국 청소년들이 외국에서는 외상사건으로 간주되지 않은 학업 관련사건 및 관계 중심적 생활 사건들을 외상사건으로 인식할 만큼 학교와 가정에서의 스트레스는 심각한 것으로 나타났다.<sup>10)</sup> 국내 청소년의 인터넷 중독률은 연령대 중 가장 높고,<sup>11)</sup> 스마트폰 중독과 함께 계속 증가할 것으로 예상되고

8) Wendy Macdonald et al., "Primary Mental Health Workers in Child and Adolescent Mental Health Services," *Journal of Advanced Nursing* 46, no. 1 (2004): 78-87; Tim McDougall, "Child and Adolescent Mental Health Services in the UK: Nurse Consultants," *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing* 18, no. 2 (2005): 79-83.

9) 청소년의 40.6%는 가정생활에서 스트레스를 많이 느끼며 13~19세 청소년의 자살하고 싶었던 주된 이유는 '성적 및 진학문제(39.2%)', '가정불화(16.9%)' 순으로 나타났다. 통계청, 『2014 청소년 통계』 (서울: 통계청, 2014), 9.

10) 서영석 외, "한국인이 경험한 외상사건: 종류 및 발생률", 한국심리학회, 『한국심리학회지: 상담 및 치료』 제24권 3호 (2012): 681-692.

11) 한국정보화진흥원, 『2012년 인터넷 중독 실태조사』 (서울: 한국정보화진흥원, 2012).

있다.<sup>12)</sup> 인터넷 중독은 청소년의 정신건강에 부정적 영향을 미치며, 특히 우울 및 스트레스, 자살생각, 자살경험과 관련이 있다.<sup>13)</sup> 청소년기의 3대 정신장애는 우울장애, 불안장애, 정신분열증으로 정신과를 찾는 청소년 외래 환자 중 가장 높은 빈도를 보인다.<sup>14)</sup> 특히 우울장애는 심해지면 자살로 사망하게 되는 매우 치명적인 장애이다. 자살이 청소년의 사망원인 1순위라는 통계는 청소년을 대상으로 한 치료의 한계와 예방의 필요성을 시사한다.<sup>15)</sup> 이러한 현실은 상당수의 청소년이 잠재적 정신병리를 가질 가능성을 내포하고 있을 뿐 아니라 상담과 같은 예방 서비스가 절실히 필요하다는 것을 보여준다.

그러나 이제는 신체적, 심리적, 인지적, 사회적, 영적 기능의 건강상태를 포함하는 정신건강으로 접근할 필요가 있다. 왜냐하면 청소년의 영성은 긍정적 성과를 위한 중요한 자원이 되기 때문이다. 특히 종교적 가치에 대한 신념인 영성은 우울성, 범죄, 비행과의 접촉에서 보호요인의 가능성이 있어서 자기 파괴적이고 반사회적인 행동의 예방에 도움이 된다.<sup>16)</sup> 또한 사회 및 학교에서 스트레스 대처나 적응과 관련된 청소년 개인의 취약성을 효과적으로 개선해주지 못하고 있기 때문이다.<sup>17)</sup> 이러한 실정에서 긍정적인 상호작용과 균형을 이루기 위해 영성이 필요하다.<sup>18)</sup> 실제 영성수준이 높은 청소년이 자신의 신체적 건강관리도 잘하는 것으로 보고되어 청소년의 전인건강을 위한 영성의 필요성을 시사했다.<sup>19)</sup>

14) 권석만, 『현대이상심리학』(서울: 학지사, 2013), 305.

15) 통계청, 『2014 청소년 통계』, 21.

16) 천정웅·이용교, 『아동청소년복지』(서울: 인간과 복지, 2007), 357-380.

17) 변영인, “청소년의 영성이 자기주도학습에 미치는 영향”, 한국복음주의 기독교상담학회, 『복음과 상담』 제20권(2013): 156

18) 홍대우·김춘경, “청소년 전인건강 척도 개발”, 한국상담학회, 『상담학연구』 제9권 1호(2008): 79.

19) 송순재, “학교교육의 방향전환을 위한 새로운 영성 교육”, 한국홀리스틱교육학회, 『홀리스틱교육연구』 제6권 1호(2002): 131-163; 채유경, “지각된 가족 기능성, 부부갈등, 자아존중감, 영성 및 청소년 공격성 간의 관계”, 한국예술심리치료학회,

따라서 앞으로는 청소년의 영성과 함께 정신적 건강상태를 종합적으로 점검할 수 있는 스크리닝이 중요할 것이다.

## 2) 기독교 영성과 영성 평가의 중요성

영성의 사전적 의미는 “신령한 품성이나 성질”이고, 영어로는 “영적인 상태 또는 종교적인 것에 관심을 가지는 상태”(spirituality)를 뜻한다.<sup>20)</sup> 즉, 영성은 궁극적으로 “몸이나 육체적인 것과는 대조되는 인간의 정신, 사상”을 말한다.<sup>21)</sup>

일반적으로 영성은 인간 내부에 공통적으로 존재하는 주관적이고 우주적인 경험으로 예배할 대상을 찾고, 신과의 관계를 통해 삶의 목적과 의미를 얻는 것이다.<sup>22)</sup> 영성은 인간의 실존적 현실을 초월하는 것을 의미하기도 한다.<sup>23)</sup> 이렇게 일반적인 영성의 의미는 절대자와의 관계 안에서 삶의 목적과 의미를 찾아 초월을 경험하는 것을 의미한다.

위와 같은 자기 초월과 자아 실현적 영성의 의미는 심리치료에서 강조되어 왔다. Jung은 인간이 영적 존재가 되기 위해서는 무의식의 그림

---

「예술심리치료연구」 제1권 1호(2005): 74-90; D. R. Hodge, P. Cardenas & H. Montoya, “Substance Use: Spirituality and Religious Participation as Protective Factors among Rural Youths,” *Social Work Research* 25, no. 3 (2001): 153-161; D. W. Holder, R. H. Durant, & T. L. Harris, “The Association between Adolescent Spirituality and Voluntary Sexual Activity,” *Journal of Adolescent Health* 26, no. 4 (2006): 295-302.

20) 국립국어원 표준국어대사전, 2014년 10월 13일 접속, 해당 사이트: <http://stdweb2.korean.go.kr>; Merriam-Webster Dictionary, accessed on October 13, 2014, available at: <http://www.merriam-webster.com>.

21) 이은규, “복음주의 상담을 위한 영성에 대한 고찰”, 한국복음주의 기독교상담학회, 「복음과 상담」제11권(2008): 9.

22) 김미경, “기독교상담자와 영성”, 한국복음주의 기독교상담학회, 「복음과 상담」 제11권 (2008): 166.

23) Jonathan Long, “Spirituality and the Idea of Transcendence,” *International Journal of Children’s Spirituality* 5, no. 2 (2000): 147.

자를 통합하는 개성화 과정이 있어야 하며, 개성화를 통한 온전한 자아 실현이 심리치료의 핵심이라고 강조하였다.<sup>24)</sup> Maslow도 자아실현을 강조하였다.<sup>25)</sup> 시공간과 자기 초월적 관점을 통해 자신을 긍정적으로 인식하고, 일상생활의 경이로움과 즐거움을 경험하는 절정 경험이 있어야 초월적 자아실현이 가능하다고 했다.<sup>26)</sup> Frankl은 영성을 실존적 측면으로 해석하였는데, 인간은 좌절을 겪는 고통 속에서 의미를 찾음으로서 자기 초월이 가능하다고 하였다.<sup>27)</sup> 이와 같이 영성은 심리치료에서 중요한 역할을 하고 있다.

그러나 기독교 영성은 예수 그리스도의 복음에 대한 이해에 기초한다. 저명한 복음주의 신학자인 Alister E. McGrath는 기독교 영성을 “예수 그리스도와 만나는 삶을 사는 것”이라 정의하고, 3가지의 중요한 요소가 있다고 하였다.<sup>28)</sup> 그에 의하면 첫째, 기독교 공통의 핵심적인 신조가 그리스도인들의 신앙고백으로 받아들여지며 삶의 방식에 중요한 영향을 끼친다. 둘째, 대속 받은 사실로부터 생겨난 새로운 윤리적 가치관이 신앙생활의 기본이 된다. 즉, 자기 부인과 이웃 사랑을 기본으로 하는 하나님과의 교제를 형성한다. 셋째, 신조와 가치관이 일정한 삶의 방식

24) 이종연, “Jung과 Frankl의 상담이론의 관점에서 본 학교 상담자의 영적 안녕”, 한국교원교육학회, 『한국교원교육연구』 제30권 2호(2013): 179.

25) 프로이드(Freud)는 종교를 인간의 강박증적 신경증으로 비유하여 이해했고, 종교를 포함한 타 요소보다 심리학이 인간의 내면의 문제 해결에 있어 가장 중요하다고 언급했던 프롬(Fromm)은 종교보다 심리학이 인간 내면의 문제를 해결해줄 것이라 생각했다. 김정준, “웨슬리안 영성교육 모형 : 영의 개성화 이론을 중심으로.” 한국기독교교육정보학회, 『기독교교육정보』 제21권(2008): 90-91.

26) 김정준, “웨슬리안 영성교육 모형,” 90-91.

27) 그 외에도, Gerald May의 명상심리학, Howard Clinebell의 초인격 심리학적 접근 등 다양한 이론들의 제시를 통해 영성을 심리치료에서 중요한 요소로 인식하고 있음을 알 수 있다. Robert Doran, “Jungian Psychology and Christian Spirituality: III,” 858; 이종연, “Jung과 Frankl의 상담이론의 관점에서 본 학교 상담자의 영적 안녕”, 183에서 재인용.

28) Alister E. McGrath, *Christian Spirituality: An Introduction*, 김택진 역, 『기독교 영성 베이직』 (서울: 대한기독교서회, 2006), 16-17.

으로 표현되고 형성되는 실제적인 삶이다. 즉, 기독교 영성은 경험 이상의 교리의 이해, 가치관, 삶이 모두 포함되는 총체적인 개념으로 볼 수 있다. McGrath가 예수 그리스도와 만나는 삶을 영성이라고 정의했다면, 잘 알려진 기독교 변증가 Francis A. Schaeffer는 하나님의 주권적인 관점에서 영성을 정의하고 있다. 그는 그리스도인의 진실한 영성은 “하나님의 약속을 신뢰하고, 하나님 앞에 전인적인 인간으로서 서는 것이며, 예수 그리스도를 구주로 처음 영접한 때 뿐 아니라, 우리의 모든 순간마다 신뢰하는 것”이라고 정의하였다.<sup>29)</sup>

위와 같은 기독교 영성의 의미를 본 연구에서는 영적 안녕감과 종교성향의 두 가지 개념으로 접근하고 설명하고자 한다. 예전에는 영성이 과학적인 측정이 어렵다는 이유로 연구에서 제외되었으나, 이제는 영성을 측정할 수 있는 척도들이 개발되어 영성에 대한 연구가 활발하게 진행되고 있다. 영성의 평가는 상담시에도 중요한 의의를 지닌다. 척도를 통한 영적 건강상태의 확인으로 영성과 개인의 현재 문제 및 갈등과의 직·간접적 관계성을 이해할 수 있기 때문이다.<sup>30)</sup> 특히 청소년이 경험한 부정적인 사건에서도 삶의 의미를 찾고, 하나님의 힘을 믿으며, 긍정적인 대처를 할 수 있도록 하는 것이 영성이다.<sup>31)</sup> 본 연구에서는 영적 안녕감과 종교성향을 측정하여 기독교 청소년의 영성을 평가하고자 한다.

### 3) 영성으로서의 영적 안녕감과 정신건강과의 관계

영적 안녕은 영적인 건강상태를 의미한다. 종교적 요소인 절대자와 사회 심리학적 요소인 이웃과의 관계의 안녕감을 통해 조화를 이루는

29) Francis A. Schaeffer, *True Spirituality* (Carol Stream, IL.: Tyndale House Publishers, 1973), 16-17, 89.

30) 최영민, “기독교상담에서 종교성과 영성의 평가”, 142.

31) 김미경, “청소년의 영적 성숙도와 종교 성향이 심리적 안녕감에 미치는 영향” (석사 학위논문, 동국대학교, 2013), 11-14.

건강한 상태를 의미한다.<sup>32)</sup> Paloutzian과 Ellison는 영적 안녕을 수직적, 수평적 차원으로 개념화하여 각각 종교적 안녕감(Religious Well-being)과 실존적 안녕감(Existential Well-being)으로 명명하였다.<sup>33)</sup>

(1) 종교적 안녕감의 의미

종교적 안녕감은 하나님과의 관계에서 경험하는 수직적 차원의 안녕감이다. “나는 하나님과 개인적으로 의미 있는 깊은 관계를 가지고 있다”, “나는 하나님과 깊은 대화를 할 때 가장 만족스럽게 느낀다”, “나는 하나님이 나를 사랑하고 돌보아 준다고 믿는다” 등과 같이 하나님과의 관계에서의 친밀함, 하나님을 향한 신뢰와 사랑을 의미한다.<sup>34)</sup> 본 연구에서는 하나님과의 관계를 친밀하게 경험한 정도를 종교적 안녕감으로 정의하였다.

(2) 실존적 안녕감의 의미

실존적 안녕감은 자신, 타인, 환경과의 관계에서 삶의 만족과 의미를 경험하는 수평적 차원의 안녕감이다. “나는 삶에 꽤 성취감을 느끼고 만족스럽게 느낀다”, “나는 나의 삶의 방향에 대하여 안녕감(행복감)을 느낀다”, “나는 삶이란 긍정적인 경험이라고 느낀다” 등과 같이 삶에 대한 긍정적인 태도, 행복과 성취감을 의미한다.<sup>35)</sup> 본 연구에서는 삶의 의미

---

32) 영적 안녕감은 “자신의 전체감(wholeness)을 발전시키는 과정에서, 신과 자신, 공동체, 그리고 환경과의 관계 안에서 자신의 삶을 확인하는 것”이다. K. L. Soeken & V. J. Carson, “Responding to the Spiritual Needs of the Chronically Ill,” *The Nursing Clinics of North America* 22, no. 3 (1987): 603–611에서 재인용; C. W. Ellison, “Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement,” *Journal of Psychology and Theology* 11, no. 4 (1983): 330–340; National Interfaith Coalition on Aging, *Spiritual Well-Being: A Definition* (Athens, GA: NICA, 1975); 김지윤, “기독교 대학생의 하나님이미지와 심리적 안녕감, 정신건강과의 관계에서 영적 안녕감과 자존감의 매개효과” (석사학위논문, 한동대학교, 2011), 9–10에서 재인용.

33) Ellison, “Spiritual Well-Being,” 330–340.

34) Ellison, “Spiritual Well-Being,” 330–340.

35) Ellison, “Spiritual Well-Being,” 330–340.

를 긍정적으로 경험한 정도를 실존적 안녕감으로 정의하였다.

(3) 영적 안녕감과 정신건강과의 관계

영적 안녕감은 정신병리 영역과 심리영역에서 긍정적인 상관관계를 가진다. 정신병리 영역에서는 영적 안녕감이 높을수록 불안, 우울이 낮게 나타났고,<sup>36)</sup> 자살 경향이 낮아지며,<sup>37)</sup> 인터넷 중독이 낮아지는 것으로 나타났다.<sup>38)</sup> 심리영역에서는 영적 안녕감이 높을수록 적극적인 문제 해결과 상황에 대한 긍정적인 해석을 하는 경향이 높아지고, 자기비판이나 체념을 하는 경향은 낮아지며, 자기효능감과 자아존중감이 높아지는 것으로 나타났다.<sup>39)</sup> 자존감과의 인과관계 연구에서는 영적 안녕감이 자존감의 47%를 설명하는 것으로 나타나, 자존감에 큰 영향을 주는 요인임이 확인되었다.<sup>40)</sup> 이와 같은 선행연구들은 정신병리와 심리요소에 영적 안녕감이 밀접하게 관련되어 있음을 보여준다.

4) 종교성으로서의 종교성향과 정신건강과의 관계

종교성은 종교적 맥락 안에서 형식화된 행위에 초점을 둔다. 교리에

36) C. E. Westgate, "Spiritual Wellness and Depression," *Journal of Counseling and Development* 75, no. 1 (1996): 26-35.

37) 영적 안녕감이 높을수록 자살의도, 자살 위험성, 자살생각 모두 낮아지는 것으로 나타났다. L A, Tailaferro et al. "Spiritual Well-Being and Suicidal Ideation Among College Students," *Journal of American College Health* 58, no. 1 (2009): 86-87.

38) 신성만 외, "청소년의 실존적 영적 안녕감과 인터넷 중독의 관계: 자아존중감과 우울의 매개효과", 한국상담학회, 「상담학 연구」 제12권 5호(2011): 1622.

39) 서경현·진경구, "영적 안녕, 생활 스트레스 및 대체", 한국심리학회, 「한국심리학회지: 건강」 제9권 2호(2004): 344; 서경현, "종교를 가진 고등학생의 영적 안녕과 자기개념 및 정신건강 간의 관계", 한국청소년학회, 「청소년학연구」 제3권 3호(2014): 229-233; 강은실, "청소년의 삶의 목적, 영적 안녕, 자아 개념 및 자아존중감과 관계", 대한간호학회 정신간호학회, 「정신간호학회지」 제12권 3호(2003): 256; S. S. Imam, A. S. Nurullah, P. R. Makol-Abdul, S. A. Rahman, & H. M. Noon, "Spiritual and Psychological Health of Malaysian Youths," *Research in the Social Scientific Study of Religion* 20 (2009): 94.

40) S. Popkess-Vawter, E. Yoer & B. Gajewski, "The Role of Spirituality in Holistic Weight Management," *Clinical Nursing Research* 14, no. 2 (2005): 158-174.

대한 지식, 예배, 신과의 경험, 삶에서의 적용 등을 포함한다.<sup>41)</sup> 그러나 이러한 종교적 행위는 개인의 목적과 방향에 따라 다른 동기를 가질 수 있다. Allport와 Ross는 행위 중심적인 종교성의 동기를 종교적 성향 (Religious Orientation)으로 개념화하여 두 가지 하위요인으로 나누어 제시하였다.<sup>42)</sup>

(1) 외재적 종교성향의 의미와 사회심리적 특성

외재적 종교성향은 종교생활을 통해 얻고자 하는 개인의 유익에 집중되어 있는 것을 의미한다. 외재적 종교성향이 높은 사람들은 “기도의 일차적인 목적은 구원과 보호를 얻기 위함이다”, “종교에 대하여 관심을 갖는 일차적인 이유는 교회에서 마음에 맞는 사회적 활동을 할 수 있기 때문이다” 등과 같이 구원, 보호, 사회적 활동 등 개인이 원하는 목적을 이루는 것이 중요하다.<sup>43)</sup> 외재적 종교성향이 높은 사람들은 종교적 신념보다는 개인적 신념을 우선시하는 경향이 있으며, 심리적으로 미성숙하고 사회적으로 부적응을 보이는 경향이 있다.<sup>44)</sup>

(2) 내재적 종교성향의 의미와 사회심리적 특성

내재적 종교성향은 종교생활을 하는 목적과 방향이 종교 자체에 집중되어 있는 것을 의미한다.<sup>45)</sup> 내재적 종교성향이 높은 사람들은 “나의 신앙생활을 위해 교회에서 단체 활동을 한다면 친목 단체보다 성경공부 단체에 먼저 가입하고 싶다”, “나의 신앙생활을 위해 교회 관계 서적을 읽는다” 등과 같이 종교를 내재화 하는 것을 중요하게 여긴다.<sup>46)</sup> 내재적 성향이 높은 사람은 외재적 성향이 높은 사람들과 달리 개인의 신념이나

41) 이원규, “종교성과 사회계층의 관계에 대한 경험적 연구”, 한국신학연구소, 「신학사상」 제69권(1990): 485-495.

42) G. W. Allport & J. M. Ross, “Personal Religious Orientation and Prejudice,” *Journal of Personality and Social Psychology* 5, no. 4 (1967): 434.

43) Allport & Ross, “Personal Religious Orientation and Prejudice,” 434.

44) Allport & Ross, “Personal Religious Orientation and Prejudice,” 441.

45) Allport & Ross, “Personal Religious Orientation and Prejudice,” 434.

46) Allport & Ross, “Personal Religious Orientation and Prejudice,” 434.

유익보다는 종교적 신념을 더 우선시 하는 경향이 있으며, 심리적으로 더 성숙하고 사회적 적응이 높은 경향이 있다.<sup>47)</sup>

### (3) 종교성향과 정신건강과의 관계

종교성향과 정신건강의 밀접한 관계를 보여주는 다양한 연구들은 내재적 성향이 높을수록 정신건강은 건강한 것으로, 외재적 성향이 높을수록 정신건강은 건강하지 않은 것으로 나타났다.<sup>48)</sup> 정신병리 영역에서는 내재적 성향이 높을수록 우울과 불안이 낮으며, 외재적 성향이 높을수록 불안이 높아지는 것으로 나타났다.<sup>49)</sup> 심리영역에서는 내재적 성향이 자아존중감과 긍정적인 관계를 가지는 것으로 나타났다.<sup>50)</sup> 이와 같이 종교성향의 하위요인인 외·내재적 성향은 정신병리와 심리정서에 상반되는 상관관계를 보이고 있다. 청소년에게 종교성은 복잡하고 다양한 삶의 영역에서 일관성 있는 방향을 제시해주고 개인의 정체성의 근거를 제공해주는 중요한 역할을 한다.<sup>51)</sup> 그러나 청소년의 종교성에 대한 선행연구들은 종교성향의 하위요인이 가지는 구분적인 특성이나 정신건강에 미치는 상반된 관계를 보여주지 못하고, 비행과 같은 특정 영역에 제한되어 있다. 신앙심이 깊거나 집에서 가정예배를 자주 보는 종교성이 높은 청소년일수록 심리적 자제력이 강하여 흡연, 음주, 절

47) Allport & Ross, "Personal Religious Orientation and Prejudice," 441.

48) A. E. Bergin, "Values and Religious Issues in Psychotherapy and Mental Health," *American Psychologist* 46, no. 4 (1991): 394-403; A. E. Bergin, K. S. Masters & P. S. Richards, "Religiousness and Mental Health Reconsidered: A Study of an Intrinsically Religious Sample," *Journal of Counseling Psychology* 34, no. 2 (1987): 197-204.

49) V. Genia & D. G. Shaw, "Religion, Intrinsic-Extrinsic Orientation, and Depression," *Review of Religious Research* 32, no. 3 (1991): 277.

50) Fain Benjamin, *Creation Ex Nihilo: Thoughts on Science, Divine Providence, Free Will and Faith in the Perspective of My Own Experiences* (New York: Gefen Books, 2007), 174-187.

51) James W. Fowler, *Stages of Faith*, 사미자 역, 『신앙의 발달단계』 (서울: 대한예수교 장로회 총회 교육부, 1987).

도, 폭력 등 반사회적 행위를 삼가는 경향을 보였다.<sup>52)</sup> 종교성이 청소년의 일탈행위를 줄이는 원인이 되기 때문에 종교성이 높은 청소년일수록 친사회적 행동을 하는 반면, 종교성이 낮은 청소년일수록 자살 시도, 약물복용, 혼전 및 조기 성관계 등의 비행적인 행동을 하는 경향을 보였다.<sup>53)</sup>

지금까지 살펴본 선행연구들은 정신병리 영역과 심리 영역으로 양분화된 경향을 보여준다. 우울, 자살, 중독, 자존감과 같은 특정 영역에서 나타난 영적 안녕감과 의 상관관계를 정상적인 청소년의 정신건강으로 확대하여 설명하기에는 한계가 있을 수 있다. 이와 마찬가지로 특정 정신병리와 심리정서에서 나타난 종교성향의 상반된 상관관계가 일반적인 정신건강에서도 동일한 경향을 보일지에 대해서는 의문을 제시할 수 있다. 본 연구에서는 정신병리와 심리정서로 양분화된 영역의 간극을 메우기 위해 병리적 차원과 정서적 차원을 포함하고 있는 정신건강으로 포괄적인 접근을 하고자 한다. 이전의 선행연구들은 영적 안녕감과 종교성향을 분리하여 개별적으로 접근한 경향이 있어 영적 안녕감과 종교성향이 어떤 상관관계를 가지는지, 영적 안녕감과 종교성향이 전반적인 정신건강에 어떤 상호영향을 주는지에 대한 설명은 어려울 수 있다. 본 연구는 위와 같은 선행연구의 한계를 극복하고자 영적 안녕감과 종교성향의 상관관계를 살펴보고, 정신건강에 대한 영적 안녕감과 종교성향의 복합적인 인과관계도 살펴보고자 한다.

52) 김정규, “가족구조에 따른 청소년 성행위에 대한 인과요인의 변이: 부모통제, 종교성, 비행친구, 비행을 중심으로”, 한국사회학회, 『한국사회학』 제40권 3호(2006): 91-123.

53) B. B. Benda, S. K. Pope & K. J. Kelleher, “Church Attendance or Religiousness: Their Relationship to Adolescents’ Use of Alcohol, Other Drugs, and Delinquency,” *Alcoholism Treatment Quarterly* 24 (2006): 75-88; 김광기 외, “종교성이 청소년의 건강 행동에 미치는 영향 - 서울·경기 지역 고등학생을 중심으로”, 한국보건사회학회, 『보건과 사회과학』 제16권(2004): 179-199.

## 2. 연구 방법

### 1) 연구방법 및 대상

본 연구는 기독교 청소년의 영성이 정신건강에 미치는 영향에 관한 연구로써 조사연구 방법이 적용된다. 본 연구에서는 한국에 거주하며 교회 주일학교에 소속된 청소년을 모집단으로 하되 표집대상을 서울, 경기 및 대전 지역에서 편의표본추출법을 사용하여 350명을 선정하였다. 본 연구는 2014년 9월20일-9월30일까지 350명을 대상으로 설문 조사 실시되었으며, 회수된 설문지 350명 중에 누락 대상자 11명과 무응답자 6명을 제외한 333명을 대상으로 최종 분석되었다.

#### (1) 조사도구의 구성

##### ① 일반 건강 설문지

일반인을 대상으로 정신질환의 선별과 조기발견을 위해 Goldberg와 Hiller가 개발한 일반 건강 설문지(General Health Questionnaire, 이하 GHQ)는 자기보고 설문지로 응답자의 최근 심리적 상태의 변화에 대한 질문을 통해 현재 상태의 문제점을 파악하도록 고안된 도구이다.<sup>54)</sup> GHQ는 Psychological Medicine에서 각 국가별 타당도 검증 논문이 50여 건이 검색될 정도로 일본, 중국 등의 아시아 및 유럽의 여러 국가에서 타당도 고찰이 이뤄졌으며, 문헌을 통해 타당도가 검증되었다. 본 연구에서는 연구에 가장 적합하게 개발된 12문항의 축약형(GHQ-12)을 사용하였다. 12문항 중 5문항은 장애의 표시자로서 신체적, 인지적, 사회적 측면의 증상을 측정하고, 나머지 7문항은 사기 저하 혹은 건강관련 삶의 질(health related quality of life)수준을 측정한다. GHQ는 국내에서 1984년에 최초로 변안된<sup>55)</sup> 이후 GHQ-12는 박종익 등에 의해 변

54) D. P. Goldberg & V. F. Hillier, "A Scale Version of the General Health Questionnaire," *Psychological Medicine* 9, no. 1 (1979): 139-145.

55) 송광선, "소위 정상 한국인에 있어서 General Health Questionnaire의 인자분석에

안되었다.<sup>56)</sup> 총점이 높을수록 심리적 고통(distress)의 심각성을 나타내며 범위는 0에서 36까지 이다.<sup>57)</sup> 총점이 16이상 19이하일 때는 ‘심리적 고통을 갖고 있다’로, 20이상일 때는 ‘심각한 문제와 심리적 고통을 갖고 있다’로 해석한다. 본 연구에서는 ‘전혀 그렇지 않다(0점)’, ‘가끔 그렇다(1점)’, ‘자주 그렇다(2점)’, ‘항상 그렇다(3점)’의 Likert식 4점 척도로 구성되어 있다. 박종익 등의 연구에서 GHQ-12의 신뢰도는 .79이었고,<sup>58)</sup> 본 연구에서의 신뢰도는 .78이었다.

## ② 영적 안녕감 척도

Paloutzian과 Ellison에 의해 개념화되어 개발된 영적 안녕감 척도(Spiritual Well-Being Scale)는 주관적인 영적 안녕 상태를 측정하는 도구이다.<sup>59)</sup> 개발 당시에는 ‘종교적 안녕감’과 ‘실존적 안녕감’의 총 2개의 하위 요인에 각각 10문항씩으로 구성되어 있었으나 이진화의 타당화 연구를 거치는 과정에서 실존적 안녕감을 측정하는 2개 문항이 종교적 안녕감에 포함되어 종교적 안녕감을 측정하는 12문항과 실존적 안녕감을 측정하는 8문항으로 구성되었다.<sup>60)</sup> ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘거의 그렇지 않다(2점)’, ‘그렇지 않다(3점)’, ‘그렇다(4점)’, ‘거의 그렇다(5점)’, ‘매우 그렇다(6점)’의 Likert식 6점 척도로서 총합 점수가 높을수록 영적 안녕감을 높게 지각하고 있음을 의미한다.<sup>61)</sup> 이진화의 연구에서 종교적 안녕감의 신뢰도는 .94, 실존적 안녕감의 신뢰도는 .82

에 관한 연구”(석사학위논문, 충남대학교대학원, 1984), 1.

56) 박종익 외, “한국판 일반 건강 설문지의 요인구조”, 대한신경정신학회, 「신경정신의학」 제51권 4호(2012): 179.

57) 조성명, “일반인에서의 삶의 질 평가를 위한 SF-6D의 신뢰도 및 타당도 평가 및 SF-36, GHQ-12와의 비교”(석사학위논문, 강원대학교, 2014), 26.

58) 박종익 외, “한국판 일반 건강 설문지의 요인구조”, 180.

59) Ellison, “Spiritual Well-Being,” 330-332.

60) 이진화, “영적안녕감 척도의 타당화 연구”(석사학위논문, 숙명여자대학교, 2012), 68-69.

61) Ellison, “Spiritual Well-Being,” 337-338.

이었고,<sup>62)</sup> 본 연구에서 종교적 안녕감의 신뢰도는 .70, 실존적 안녕감의 신뢰도는 .61이었다.

### ③ 종교성향 척도

Allport와 Ross가 개발한 종교성향 척도(Religious Orientation Scale)는 종교를 가지는 목적과 종교를 대하는 태도를 측정하는 도구로<sup>63)</sup> 본 연구에서는 신혜진이 번안한 척도를 사용하였다.<sup>64)</sup> 외·내재적 성향의 2요인 구조이며, 외재적 성향을 측정하는 11문항과 내재적 성향을 측정하는 9문항으로 구성되었다. 각 하위요인 평점을 비교하여 외재적 성향이 내재적 성향보다 더 높으면 외재적 성향으로, 내재적 성향이 외재적 성향보다 더 높으면 내재적 성향으로 구분한다.<sup>65)</sup> 본 연구에서는 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’, ‘거의 그렇지 않다(2점)’, ‘보통이다(3점)’, ‘거의 그렇다(4점)’, ‘매우 그렇다(5점)’의 Likert식 5점 척도로 구성되어 있다. 강에스터의 연구에서 외재적 종교성향의 신뢰도는 .61, 내재적 종교성향의 신뢰도는 .70이었고,<sup>66)</sup> 본 연구에서 외재적 종교성향의 신뢰도는 .77, 내재적 종교성향의 신뢰도는 .83이었다.

## 2) 자료분석의 기법

본 연구의 자료분석은 IBM SPSS Statistics 22를 이용하여 통계를 실행하였다. 조사대상자의 인구사회학적 변인에 따른 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 하였고, 인구사회학적 변인에 따른 차이를 알아보기 위해

---

62) 이진화, “영적안녕감 척도의 타당화 연구”, 51.

63) Allport & Ross, “Personal Religious Orientation and Prejudice,” 436.

64) 신혜진, “내적·외적 종교성향과 편견과의 관계” (석사학위논문, 고려대학교, 1991), 12-25.

65) 강에스터, “종교성 및 종교정향이 문제책임 귀인양식에 미치는 영향”, 한국상담학회, 「상담학연구」 제9권 3호(2008): 1396.

66) 강에스터, “종교성 및 종교정향이 문제책임 귀인양식에 미치는 영향”, 1404.

일원배치분산분석(One-Way ANOVA)을 실행하였다. 각 변인과의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관계수를 구하는 상관분석을 실행하였다. 각 독립변인의 하위요인이 종속변인에 미치는 영향을 알아보기 위해 다중회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 실행하였다. 통계의 유의수준은 5%로 설정하였다.

### 3. 연구결과 분석 및 해석

#### 1) 조사 대상자들의 인구사회학적 특성 및 변인별 특성

본 연구의 조사 대상자들의 구성은 <표1>에 나타난 바와 같다. 중학생(66.1%)이 고등학생(33.9%)보다 더 높은 비율을 보였다.

<표1> 조사 대상자들의 구성

구분	중학생	고등학생	계
남	85명(25.5%)	59명(17.7%)	144명(43.2%)
녀	135명(40.6%)	54명(16.2%)	189명(56.8%)
계	220명(66.1%)	113명(33.9%)	333명(100%)

조사 대상자들의 가정의 경제 상황 및 변인별 수준은 <표2>와 같다. 빈도분석 결과, 조사 대상자들은 가정의 경제상황이 '보통이다' (66.7%)로 응답한 비율이 가장 높았다. 정신건강의 총점산출 결과, 조사 대상자들의 82.9%(16점 미만)가 '심리적 고통이 없다'로 해석되었고, 12.9%(16점 이상, 19점 이하)는 '심리적 고통이 있다'로 해석되었으며, 4.2%(20점 이상)는 '심각한 문제와 심리적 고통이 있다'로 해석되었다. 영적 안녕감의 평점산출 결과, 종교적 안녕감이 높은 조사 대상자들(65.8%)이 실존적 안녕감이 높은 조사 대상자들(25.8%)보다 더 높은 비율을 보였다. 종교성향의 평점산출 결과, 내재적 성향을 가진 조사 대상

자들(70.3%)이 외재적 성향을 가진 조사 대상자들(18%)보다 더 높은 비율을 보였다.

〈표2〉 조사 대상자들의 가정경제와 변인별 수준

구분	내용	빈도	비율
가정경제	어렵다	37명	11.1%
	보통이다	222명	66.7%
	풍족하다	74명	22.2%
정신건강	심리적 고통 없다	273명	82.9%
	심리적 고통 있다	43명	12.9%
	심각한 문제와 심리적 고통 있다	14명	4.2%
영적 안녕감	종교적 안녕감	219명	65.8%
	실존적 안녕감	86명	25.8%
	종교적/실존적 안녕감 동일	28명	8.4%
종교성향	내재적 성향	234명	70.3%
	외재적 성향	60명	18%
	내재적/외재적 성향 동일	39명	11.7%

조사 대상자들의 종교적 특성은 〈표3〉에 나타난 바와 같다. 빈도분석 결과, 조사 대상자들 중에는 모태신앙(76.3%)이며, 기독교 가정의 신앙 배경(82.8%)을 가지고 있고, 매주(89.8%) 본인의 의지(76.8%)로 주일학교에 참석하며, 기도를 자주하고(80.0%), 성경을 자주 읽는(62.8%) 비율이 매우 높았다. 이와 같이 본 연구의 조사 대상자들은 상당히 종교적이며 종교활동에 매우 적극적이라고 해석할 수 있다.

〈표3〉 조사 대상자들의 종교적 특성

구분	내용	빈도	비율
신앙경력	모태신앙	254명	76.3%
	10년 이하	36명	10.8%
	5년 이하	43명	12.9%
신앙배경	양가 모두 또는 친가/외가 중 한쪽만	217명	65.2%
	양부모님 또는 부모님 중 한분만	92명	17.6%
	나 혼자 기독교인이다	24명	7.2%
주일학교 참석빈도	매주 참석한다	299명	89.8%
	한달에 1-2번 참석한다	31명	9.3%
	거의 참석하지 않는다	3명	.9%
주일학교 참석동기	나의 의지로	255명	76.8%
	부모님이나 친구의 권유로	66명	19.9%
	기타	11명	3.3%
기도 빈도	매일 또는 일주일에 한두 번	269명	80.8%
	한 달에 한두 번	36명	10.8%
	거의 기도하지 않는다	28명	8.4%
성경읽기 빈도	매일 또는 일주일에 한두 번	209명	62.8%
	한 달에 한두 번	45명	13.5%
	거의 읽지 않는다	79명	23.7%

조사 대상자들의 변인별 평균을 살펴본 결과는 〈표4〉와 같다. 영적 안녕감에서는 종교적 안녕과 실존적 안녕의 수준이 비슷한 것으로 나타났다. 종교성향에서는 내재적 성향이 더 강한 것으로 나타났다.

〈표4〉 변인별 전체 평균

변인		빈도	평균	표준편차	비고
영적 안녕감	종교적 안녕감	333	3.61	.42	6점 척도
	실존적 안녕감	333	3.42	.44	
종교성향	외재적 성향	333	2.89	.53	5점 척도
	내재적 성향	333	3.49	.58	
정신건강		333	.87	.42	3점 척도

## 2) 기독 청소년의 인구사회학적 변인에 따른 정신건강의 차이

인구사회학적 변인에 따라 정신건강에 어떠한 차이가 있는지 알아보기 위해 일원분산분석을 실시하였다. 그 결과, 성별과 학년에 따른 차이는 없는 것으로 나타났고, 가정의 경제상황에 따라 ‘어렵다’, ‘보통이다’, ‘풍족하다’의 세 집단 간 정신건강의 유의한 차이를 보였다. 분산분석 결과는 <표5>에 나타난 바와 같다. 사후 검증으로 Scheffe 검증을 실시한 결과, 가정의 경제상황이 ‘어렵다’ 라고 보고한 기독 청소년이 ‘풍족하다’ 라고 보고한 기독 청소년보다 정신건강 점수가 높은 것으로 나타났고, ‘보통이다’ 라고 보고한 기독 청소년과는 정신건강의 유의한 점수 차이가 없었다. 본 연구에서는 정신건강 점수가 높을수록 정신건강이 좋지 않다는 것을 의미하기 때문에 경제상황이 어려운 기독 청소년의 정신건강이 풍족한 기독 청소년의 정신건강보다 건강하지 못한 것으로 해석할 수 있다.

<표5> 가정의 경제상황에 따른 정신건강에 대한 차이 검증

종속변인	분산원	자유도	평균제곱	F	사후검증1)
정신건강	집단간	2		4.335*	B, A ) C
	집단내	330	109,345		
	전체	332	25,225		

\* $p < .05$

1) A. 어렵다, B. 보통이다, C. 풍족하다

## 3) 기독 청소년의 영적 안녕감, 종교성향, 정신건강의 상관관계

기독 청소년의 영적 안녕감, 종교성향, 정신건강의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 상관계수를 산출하였다. 각 변인간의 상관정도는 <표6>에 나타난 바와 같다. 첫째, 기독 청소년의 영적 안녕감과 종교성향의 각 하위요인들 간 상관분석의 결과는 다음과 같다. 종교적 안녕감과 외재적 성향( $r = -.127, p < .05$ )은 부적 상관을, 내재적 성향( $r = .162, p < .01$ )과는 정

적 상관을 보였다. 즉, 종교적 안녕감이 높을수록, 외재적 종교성향은 낮아지고, 내재적 종교성향은 높아짐을 의미한다. 실존적 안녕감은 종교성향의 하위요인들과 유의한 상관관계가 없는 것으로 나타났다. 둘째, 기독교 청소년의 정신건강과 영적 안녕감의 하위요인 간 상관관계를 분석한 결과, 종교적 안녕감( $r=-.163, p<.01$ )과 부적 상관을 보였다. 본 연구에서는 정신건강 점수가 높을수록 심리적 고통이 심각한 것이므로, 부적 상관은 정신건강에 대한 긍정적인 경향으로 해석된다. 즉, 종교적 안녕감이 높을수록 정신건강이 건강해짐을 의미한다. 실존적 안녕감은 정신건강과 유의한 상관이 없는 것으로 나타났다. 셋째, 기독교 청소년의 정신건강과 종교성향의 하위요인 간 상관관계를 분석한 결과, 외재적 성향( $r=.210, p<.01$ )과는 정적 상관을 보였고, 내재적 성향( $r=-.169, p<.01$ )과는 부적 상관을 보였다. 즉, 외재적 성향이 높을수록 정신건강이 건강하지 않으며, 반대로 내재적 성향이 높을수록 정신건강이 건강하다는 것을 의미한다. 이 연구 결과는 종교적 안녕감과 내재적 종교성향이 높을수록 정신건강의 병리상태가 감소하는 경향을 의미한다.

(표6) 각 변수들간의 상관관계

변인		정신건강		영적안녕감		종교성향	
		1	2	3	4	5	
1. 정신건강		1.000	-.163**	.085	.210**	-.169**	
영적 안녕감	2. 종교적 안녕감		1.000	.556**	-.127*	.162**	
	3. 실존적 안녕감			1.000	.047	.018	
종교 성향	4. 외재적 성향				1.000	.100	
	5. 내재적 성향					1.000	

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

## 4) 기독교 청소년의 영적 안녕감과 종교성향이 정신건강에 미치는 영향

기독교 청소년의 영적 안녕감과 종교성향이 정신건강에 미치는 영향력을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였다. 영적 안녕감과 종교성향의 각 하위요인을 예측변인으로 하고, 정신건강을 준거변인으로 하였다. 일원분산분석에서 가정의 경제상황에 따른 정신건강의 차이가 있었으므로 가정의 경제상황은 '어렵다'와 '풍족하다'를 더미변수화 하여 통제변인으로 포함시켰다. 지배적 종교성향을 파악하는 명목척도인 종교성향의 하위요인인 외재적 성향과 내재적 성향도 더미변수화 하여 예측변인에 포함시켰다. 기독교 청소년의 정신건강에 미치는 영적 안녕감 및 종교성향과 경제상황의 상대적 영향력을 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실행하였다. 그 결과는 <표7>과 같다. 모델1에서 가정의 경제상황을 예측 변인으로 설정하여 정신건강에 미치는 영향력을 살펴보면 F값이 4.34이었으며,  $p < .05$  수준에서 유의하였고,  $R^2 = .026$ 으로 2.6%의 설명력을 나타내었다. 이 중 경제상황이 어려운 경우에만( $\beta = -.11$ ,  $p < .05$ ) 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 모델2에서 가정의 경제상황을 포함한 영적 안녕감과 종교성향의 하위요인을 예측변인으로 설정하여 정신건강에 미치는 영향력을 살펴보면 F값이 8.61이었으며,  $p < .001$  수준에서 유의하였고,  $R^2 = .137$ 으로 13.7%의 설명력을 나타내었다. 회귀분석의 결과, 6개의 독립변인 중 '풍족하다'와 외재적 성향을 제외한 종교적 안녕감( $\beta = -.25$ ,  $p < .001$ ), 내재적 성향( $\beta = -.23$ ,  $p < .01$ ), 실존적 안녕감( $\beta = .20$ ,  $p < .001$ ), 가정의 경제상황이 '어렵다'( $\beta = .12$ ,  $p < .05$ ) 순으로 영향력이 있는 것으로 나타났다. 즉, 종교적 안녕감과 내재적 성향이 정신건강에 상대적으로 더 큰 설명력을 가지며, 부적 영향을 주는 것으로 보이는 반면, 실존적 안녕감과 가정의 경제상황 '어렵다'는 상대적으로 약한 설명력을 가지며, 정적 영향을 주는 것으로 보인다. 모델1과 모델2를 비교하면 가정의 경제상황이 어려운 경우 정신건강에 정적 영향이 있지만, 종교적 안녕감, 실존적 안녕감 및 내재적 종교성향이 정신건강에 더 큰 영향을

미친다고 하겠다.

위의 위계적 회귀분석에서 가정의 경제상황과 종교성향이 더미변수로 포함되었으므로 가정의 경제상황이 어려운 집단은 정신건강이 더 건강하지 않으며, 외재적 종교성향은 정신건강과 인과관계가 없고, 내재적 종교성향을 가진 집단은 정신건강이 더 건강하다고 해석할 수 있다. 이는 기독교 청소년 가정의 경제 상황보다 영적 안녕감과 내재적 종교성향이 정신건강에 더 큰 영향을 미치고 있음을 반증하는 결과이다. 그러나 실존적 안녕감은 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났기 때문에 기독교 청소년의 정신건강을 증진시키기 위해서는 종교적 안녕감과 내재적 종교성향을 높이는 것이 필요하다고 하겠다.

〈표7〉 영적 안녕감과 종교성향이 정신건강에 미치는 영향

독립변인		정신건강				
		표준화 계수( $\beta$ )	t-value	F-값	R <sup>2</sup>	수정된 R <sup>2</sup>
모델 1	어렵다	.111	2.00*	4.34*	.026	.020
	풍족하다	-.096	-1.74			
모델 2	어렵다	.119	2.26*	8.61***	.137	.121
	풍족하다	-.079	-1.50			
	종교적 안녕감	-.249	-3.93***			
	실존적 안녕감	.203	3.21***			
	외재적 성향	-.020	-.272			
	내재적 성향	-.229	-3.04**			

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

#### 4. 논의

##### 1) 연구목적과 가설의 검증

기독교 청소년의 영적 안녕감, 종교성향, 정신건강의 상관관계와 영적

안녕감 및 종교성향이 정신건강에 미치는 영향력 검증을 위해 조사 분석된 결과를 토대로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 조사대상 기독교 청소년의 인구 사회학적 변인에 따른 정신건강을 분석한 결과, 가정의 경제상황에 따라 정신건강 수준이 다른 것으로 나타났다. 가정의 경제상황을 통제한 위계적 회귀분석을 한 결과, 경제상황이 어려운 경우에만 정신건강에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 가정의 경제상황이 어려운 경우에 청소년이 안정적이지 못한 가정환경을 경험할 수 있기 때문에 이러한 환경의 차이가 정신건강에 반영된 것으로 추정할 수 있다.

둘째, 영적 안녕감과 종교성향의 상관관계를 분석한 결과, 종교적 안녕감이 외재적 종교성향과 부적 상관관계가 있고, 내재적 종교성향과는 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이 결과는 하나님과의 관계 안에서 영적 안녕감을 경험할수록 자신의 목적에 따라 종교를 이용하려는 이기적인 성향은 낮아지며, 신앙의 내적 동기와 종교적 신념을 내면화하려는 성향은 높아지는 것을 보여준다. 즉, 하나님과의 관계 안에서 만족을 누릴수록 종교적 신념을 최우선순위로 하는 신앙생활을 하고자 하는 동기가 강해지는 것으로 해석할 수 있다. 본 연구결과는 영적 안녕감과 종교성향의 관계에서 종교성향이 특히 종교적 안녕감과 밀접한 관계가 있음을 시사하고 있다. 그러나 실존적 안녕감은 종교성향과 유의미한 상관관계가 없었으므로 기독교 청소년의 영적 안녕감과 종교성향은 상관관계가 있을 것이라는 가설은 부분적으로 지지되었다.

본 연구의 조사 대상자들은 대부분 모태신앙(76.3%)이고, 기독교적 신앙배경(82.8%)을 가지고, 매주 주일학교에 열심히 참석(89.8%)하며, 본인의 의지(76.8%)로 교회를 다니는 청소년이었다. 그들은 주일학교의 참석과 같이 겉으로 드러나는 종교적 행위뿐 아니라 기도과 성경읽기로 내면의 영적인 차원에서도 열심이었다. 이와 같이 본 연구의 조사 대상자들은 종교적 특성이 강하고, 설문지가 주일학교에서 조사 실시되었기

때문에 설문지의 문항들을 종교적인 맥락에서 이해했을 것이다. 따라서 실존적 안녕감에 대한 질문들에 대해서 부정적인 편견(bias)을 가지고, 종교적 안녕감과 실존적 안녕감을 서로 대칭되는 개념으로 인식했을 가능성이 높다.

셋째, 영적 안녕감과 정신건강의 상관관계를 분석한 결과, 종교적 안녕감과서는 부적 상관관계가 있으며, 실존적 안녕감과서는 유의미한 상관관계가 없는 것으로 나타났다. 이 결과는 하나님과의 관계 안에서 친밀감을 경험하고 하나님을 신뢰하는 정도가 높게 자각되는 청소년일수록 정신건강이 긍정적인 경향이 있다는 것을 의미한다. 따라서 종교적 안녕감이 높은 청소년일수록 전반적인 정신건강이 건강하다고 이해할 수 있다. 그러나 실존적 안녕감은 정신건강과 유의미한 상관관계가 없었으므로 기독교 청소년의 영적 안녕감이 정신건강과 상관관계가 있을 것이라는 가설은 부분적으로 지지되었다.

넷째, 종교성향과 정신건강의 상관관계를 분석한 결과, 외재적 종교성향과는 정적 상관관계가 있으며, 내재적 종교성향과는 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 종교를 개인의 목적과 유익을 위해 이용하려는 경향이 높을수록, 정신건강은 낮아지며, 종교 안에서 궁극적인 의미를 발견하고 종교를 내재화하려는 경향이 높을수록, 정신건강이 높아지는 경향이 있음을 알 수 있다. 본 연구에서는 기독교 청소년의 종교에 대한 동기가 일반적인 정신건강과 관련이 있음을 보여주었다. 이는 종교적 신념 중심의 내재적 종교성향이 높아지면 기독교 청소년의 정신건강이 향상될 수 있음을 시사한다. 이와 반대로 종교를 자신을 위한 도구로 이용하려는 외재적 종교성향이 높아지면 기독교 청소년의 정신건강은 악화될 수 있음을 시사한다. 이와 같은 결과는 기독교 청소년의 종교성향이 정신건강과 상관관계가 있을 것이라는 가설을 전적으로 지지해 주었다.

다섯째, 영적 안녕감과 종교성향이 정신건강에 미치는 영향에 대해 살펴본 결과, 종교적 안녕감과 내재적 성향은 정신건강에 긍정적인 영향

을 미치고, 실존적 안녕감은 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 정신건강에 미치는 영향력은 종교적 안녕감이 가장 큰 것으로 나타났다. 이는 기독 청소년의 정신건강이 하나님과의 친밀한 관계에서 주관적으로 경험되는 행복감에 따라 달라질 수 있다는 것을 시사한다. 또한 신앙 안에서 삶의 목적을 발견하고 종교적 신념에 따라 살아가는 내재적 종교성향을 가지면 기독 청소년의 정신건강이 더 좋다는 것을 시사한다. 그러나 외재적 성향은 정신건강에 유의한 영향이 없었으므로 기독 청소년의 영적 안녕감과 종교성향은 정신건강과 인과관계가 있을 것이라는 가설은 부분적으로 지지되었다. 자신의 삶의 목적을 추구하며 삶에서 행복을 느끼는 실존적 안녕감은 기독 청소년의 정신건강에 도움이 되지 못하는 것을 보여준다. 이 결과는 청소년의 실존적 안녕감이 심리정서와 긍정적인 관계를 가진다는 기존의 연구와 다른 점이다. 하나님 보다는 자신의 존재에서 오는 만족감, 자신이 원하는 삶의 의미, 자신이 추구하는 미래에 대한 확신에서 오는 행복감이 오히려 전반적인 정신건강을 감소시킨다고 볼 수 있다. 청소년기가 다양한 영역의 발달이 이루어지는 역동적이고 불안정한 시기이기 때문에 자신을 믿는 것보다 하나님을 신뢰하고, 하나님과의 친밀한 관계에서 오는 만족감을 경험하는 것이 정신건강에 더 유익하기 때문이다.

## 2) 기독교 상담에의 함축성

위와 같은 종교적 안녕감, 내재적 종교성향, 정신건강과의 밀접한 관계성은 다음과 같이 기독교 상담에의 함의를 갖는다.

첫째, 종교적 안녕감과 정신건강이 긍정적 관계에 있다는 결과는 청소년의 정신건강과 하나님과의 친밀함이 밀접한 관계가 있으며, Foster가 말한 상담시 예수 그리스도와의 인격적 관계 정립의 중요성을 입증한다.<sup>67)</sup>

67) Richard J. Foster, *Celebration of Discipline*, 보이시사 편집부 역, 『영적 성장을 위한 제자훈련』(서울: 보이시사, 1985), 7.

종교적 안녕감을 기독교 관점으로 적용한다면 예수 그리스도의 십자가 구원을 통해 하나님과의 바른 관계에 들어서게 된 신자가 그 관계 안에서 누리는 안녕감으로 이해할 수 있다. 청소년의 종교적 안녕감 향상을 위해 상담자는 우선적으로 청소년이 복음 안에서 하나님과의 관계를 알고, 실제적으로 예수그리스도를 인격적으로 만나도록 조력할 수 있다. 대표적인 성경적 상담가인 Welch는 상담자가 하나님이 복음을 통해 주신 속죄의 은혜와 하나님의 자녀라는 정체성, 성령 안에서의 성화와 하나님의 임재들을 기억하도록 돕는 것은 하나님과의 관계를 회복하는데 중요하다고 하였다.<sup>68)</sup> 또한 이 과정에서 상담자는 청소년이 기도와 말씀 묵상을 통해 하나님과의 인격적인 관계를 경험하여, 단순한 치료를 넘어 전인적으로 성장하도록 도울 수 있다.<sup>69)</sup>

둘째, 내재적 종교성향이 높은 청소년일수록 정신이 건강하고, 외재적 종교성향이 높은 청소년일수록 정신이 건강하지 않다는 것은 종교생활의 동기가 청소년의 정신건강에 중요한 역할을 한다는 것을 나타낸다. 동기는 인간 행동의 방향을 결정하는 원동력이 되기 때문에 상담 과정에서 내담자가 변하기 위해서는 동기의 고찰에 대한 필요성이 계속 강조되어 왔다.<sup>70)</sup> 본 연구의 결과는 특히 청소년의 정신건강에서도 이러한 종교적 동기 고찰이 필요하다는 것을 입증한다. Powlison은 종교적 동기에서 국한되지 않고, 인간 전반의 행동을 결정짓는 동기를 예배의 관점으로 제시한다.<sup>71)</sup> 그는 내담자가 하나님 외에 사랑하고 예배하는 대상이 우상이며, 그 우상을 추구하는 것이 행동의 본질적인 동기가 된다고

68) Edward T. Welch, "Counseling Those Who Are Depressed," *The Journal of Biblical Counseling* 18, no. 2 (2000): 27, 30.

69) 오윤선, "청소년 발달특성 문제에 관한 기독교 영성과 상담심리의 통합적 접근", 226.

70) 김준수, "인간 동기의 심리학적 이론과 성경적 이해," 한국복음주의 기독교상담학회, 「복음과 상담」 제18권 (2012): 108.

71) David Powlison, "X-ray Questions: Drawing Out the Whys and Wherefores of Human Behavior," *The Journal of Biblical Counseling* 18, no. 1 (1999): 2.

하였다. 따라서 우상은 '기능적인 신'으로 작용하여 인간을 지배하게 되고, 인간의 생각과 감정을 다스린다.<sup>72)</sup> 그러나 Lambert는 우상숭배는 2차적인 문제이며 가장 근본적인 문제는 하나님의 영광이 아닌 자신의 유익을 추구하려는 죄된 자기 숭배(self-exalting)라고 하였다.<sup>73)</sup> 따라서 기독교 상담에서는 내담자가 우상에서 돌이켜 하나님을 예배할 뿐 아니라, 하나님의 영광이 아닌 자신의 왕 됨을 추구하려고 했던 죄성에서 돌이키도록 도와야 할 것이다. 이러한 동기의 성경적 관점을 종교성향에 적용해본다면, 외재적 종교 성향이 높은 사람은 사람들의 인정과 교회가 주는 소속감을 하나님보다 우선시 하는 사람이며, 내재적 종교 성향이 높은 사람은 하나님을 최우선에 두는 사람으로 이해할 수 있다. 그렇기에 상담자는 기독 청소년의 신앙생활의 열심 그 자체보다 신앙의 내적 동기를 점검해야 할 것이다. 이러한 과정에서 청소년 내담자가 내면의 우상을 발견하고, 하나님의 통치를 인정하게 된다면 진정한 변화를 경험하게 될 것이다.

셋째, 영성이 있음에도 불구하고 일반 건강 설문지(GHQ-12)의 기준에 의하면 본 연구의 대상자 중 17.1%가 정신건강에 어려움이 있는 것으로 나타났다. 이 결과는 교회의 청소년 사역과 기독교 상담 현장에서 영성개발이 더 강조되어야 함을 보여준다. 청소년기의 여러 문제들과 어려움은 개인의 신앙을 보다 실제적이고 역동적으로 성장시킬 수 있는 기회가 될 수 있다.<sup>74)</sup> 청소년은 눈에 보이는 세계에 의해 지배되기 쉽고 거기에 집착하며, 육적인 세계가 영적인 세계보다 더 진정하고 영원하리라고 믿는 경향이 있어서 청소년에게 하나님과의 관계에서의 영성을 일깨

72) Edward T. Welch, "Motives: Why Do I Do the Things I Do?" *The Journal of Biblical Counseling* 22, no. 1 (2003): 54; Powlison, "X-ray Questions," 3.

73) Heath Lambert, *The Biblical Counseling Movement After Adams* (Wheaton, IL.: Crossway, 2012), 139.

74) Paul Tripp, *Age of Opportunity*, 황규명 역, 『위기의 십대 기회의 십대』(서울: 디모데, 2002), 34.

위 주는 것은 매우 중요하다.<sup>75)</sup> 청소년기의 영적 싸움은 삶의 목적이 하나님이나 피조물로부터 발견할 수 있다는 유혹과 이에 반응하는 마음과의 싸움이다.<sup>76)</sup> 청소년이 신체적, 관계적, 영적, 정신적, 심리적 문제를 경험했을 때 하나님을 향한 마음, 즉, 무엇이 그들을 지배하고 있는지가 드러나게 되므로 기독교 상담자는 청소년 내담자의 문제 자체보다, 그 문제에 대한 내담자의 반응을 더 중요시해야 한다.<sup>77)</sup> 청소년의 마음을 지배하는 것이 그들의 삶을 지배하기 때문에 기독교 상담자는 청소년 내담자의 영성과 종교성에 대한 이해를 바탕으로 궁극적인 변화를 가져오는 보다 효율적이고 성경적인 상담을 할 수 있을 것이다. 기독교 상담자는 GHQ-12와 같은 정신건강 척도를 스크리닝으로 활용하여 약물치료가 필요하거나 정신질환에 대한 전문상담이 요구되는 청소년을 조기에 선별하여 효율적인 도움을 받을 수 있도록 적절한 개입을 할 수 있을 것이다.

### III. 닫는 글

본 연구는 청소년의 정신건강에 대한 전인적인 접근과 치료 및 예방 차원으로서의 영성의 필요성이 강조되는 이 시대에 기독교 청소년의 영성과 종교성이 어떻게 관련되어 있고 정신건강에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고자 조사 연구를 실시하였다. 본 연구에서 확인된 결과를 종합해보면, 기독교 청소년의 종교적 안녕감과 내재적 종교성향은 유의한 관계가 있으며, 종교적 안녕감과 내재적 종교성향이 높을수록 정신건강이 더 건

75) Tripp, *Age of Opportunty*, 156.

76) Tripp, *Age of Opportunty*, 22-23.

77) Ted Tripp, *Sheperding a Child's Heart*, 조경애·조남민 역, 『마음을 다루면 자녀의 미래가 달라진다』 (서울: 디모데, 2008), 49.

강한 것으로 나타났다. 종교적 안녕감과 내재적 종교성향 모두 기독교 청소년의 정신건강에 긍정적인 영향을 미친다는 인과관계가 확인 되었다. 하나님과의 친밀한 관계를 얼마나 경험하고 있는지와 신앙생활의 내적 동기가 얼마나 하나님을 향하고 있는지에 따라 기독교 청소년의 정신건강이 달라질 수 있다고 하겠다. 이와 같은 결과를 통해 주일학교와 청소년 기독교 상담사역에서 종교적 안녕감과 내재적 종교성향을 고취하도록 돕는 것이 기독교 청소년의 영적 차원을 포함하는 전인적인 정신건강에 유익할 것이다. 특히 본 연구에서 사용한 정신건강 척도의 유용성을 검토할 수 있다. 청소년 사역자나 상담자는 심각한 정신병리가 진행되기 전이나 초기에 효과적인 개입을 위해 스크리닝의 용도로 이 척도를 활용할 수 있다. 또한 영적 안녕감 척도와 종교성향 척도도 기독교 청소년의 신앙의 상태와 신앙을 가지는 동기를 확인하고 평가하는데 유용할 것이다. 더 나아가 정신병리의 예방 차원에서 기독교 청소년이 삶의 의미와 목적을 자신보다는 하나님에 대한 믿음과 인격적인 관계에 근거할 수 있도록 돕는 것이 중요할 것이다.

정신건강의 문제로 전문상담을 필요로 하는 청소년이 계속 증가하면서 정신건강에 대한 전인적인 접근이 더욱 강조되고 있다. 특히 정신건강에 대한 심리적 접근의 한계로 종교의 영향이 주목받기 시작했으나, 정신건강에 미치는 영성과 종교성의 영향에 대한 실증적인 연구는 미흡한 실정이다. 본 연구는 이러한 기존 연구의 한계를 극복하여 다음과 같은 연구의 독창성을 가진다. 첫째, 기독교 청소년의 영성, 종교성, 정신건강의 세 변인 간 관련성을 통계자료를 통하여 실증적으로 확인하였다. 이 결과는 청소년의 정신건강을 향상시키기 위해 상담시 영적 안녕과 종교성향을 고려할 필요성이 입증되었다. 둘째, 기존의 연구에서는 영적 안녕감과 종교성향의 개념을 구분하여 타 변인과의 개별적 관계성을 위주로 연구하였다. 그러나 본 연구는 청소년의 영적 안녕감과 종교성의 상관관계와 정신건강에 미치는 상호적 영향을 통해 이러한 신앙 요소 간

관계의 중요성을 보여주었다. 마지막으로 기존의 청소년 연구는 정신병리 또는 심리요소의 양분화된 영역으로 제한되어 있었으나 본 연구는 포괄적이고 전인적인 관점으로 정상적인 기독교 청소년의 일반적인 정신건강과 영성 및 종교성의 연관성을 고찰하였다.

위와 같은 독창성과 기여에도 불구하고 이 연구는 후속 연구에서 보완할 부분이 있다. 첫째, 양적 연구의 한계로 측정도구로만 기독교 청소년의 영성과 종교성을 평가하였다. 심층면담 및 임상현장 사례를 포함한 질적 연구 방법을 통해 보다 풍성한 영성에 대한 평가와 확인을 할 수 있을 것이다. 둘째, 보다 다양한 연구 대상자를 표집하고 표본 수를 확대하여 일반화의 가능성을 높일 필요가 있다. 셋째, 정신건강에 부정적인 영향을 미치는 변인들 가운데 종교적 안녕감과 내재적 종교성향이 매개 변인이나 조절 변수로서의 역할을 할 수 있는지 보다 정밀한 통계 분석을 시도할 수 있을 것이다. 마지막으로 정신건강에 대한 종교적 안녕감과 내재적 종교성향의 영향력을 적용할 수 있는 구조화된 기독교 상담 매뉴얼이 개발되었으면 한다.

【 참고문헌 】

- 강에스더. “종교성 및 종교정향이 문제책임 귀인양식에 미치는 영향”. 한국상담학회. 「상담학연구」 제9권 3호(2008): 1389-1408.
- 강은실. “청소년의 삶의 목적, 영적 안녕, 자아 개념 및 자아존중감과의 관계”. 대학간호학회 정신간호학회. 「정신간호학회지」 제12권 3호(2003): 245-259.
- 국립국어원 표준국어대사전. 2014년 10월 13일 접속. 해당 사이트: <http://stdweb2.korean.go.kr>.
- 권석만. 『현대이상심리학』. 서울: 학지사, 2013.
- 김광기 외. “종교성이 청소년의 건강 행동에 미치는 영향 - 서울·경기 지역 고등학생을 중심으로”. 한국보건사회학회. 「보건과 사회과학」 제16권(2004): 179-199.
- 김미경. “기독교상담자와 영성”. 한국복음주의 기독교상담학회. 「복음과 상담」 제11권(2008): 165-185.
- 김미경. “청소년의 영적 성숙도와 종교 성향이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 카톨릭 청소년을 중심으로”. 석사학위논문, 동국대학교대학원, 2013.
- 김정규. “가족구조에 따른 청소년 성행위에 대한 인과요인의 변이: 부모통제, 종교성, 비행친구, 비행을 중심으로”. 한국사회학회. 「한국사회학」 제40권 3호(2006): 91-123.
- 김정준. “웨슬리안 영성교육 모형: 융의 개성화 이론을 중심으로”. 한국기독교교육정보학회. 「기독교교육정보」 제21권(2008): 81-104.
- 김준수. “인간 동기의 심리학적 이론과 성경적 이해”. 한국복음주의 기독교상담학회. 「복음과 상담」 제18권(2012): 106-130.
- 김지윤. “기독교 대학생의 하나님이미지와 심리적 안녕감, 정신건강과의 관계에서 영적 안녕감과 자존감의 매개효과”. 석사학위논문, 한동대학교, 2011.
- 김진영·손애리. “한국 청소년의 인터넷 중독실태 및 정신건강과의 관련성”. 「한국 보건학의 도전과 미래」. 대한보건협회 보건종합학술대회(2013): 35-36.
- 박종익 외. “한국판 일반 건강 설문지의 요인 구조”. 대한신경정신의학회. 「신

- 경정신의학」 제51권 4호(2012): 178-184.
- 변영인. “청소년의 영성이 자기주도학습에 미치는 영향”. 한국복음주의 기독교 상담학회. 「복음과 상담」 제20권(2013): 154-186.
- 변영인. “헨리 나우웬의 영성과 치유적 상담에 대한 고찰”. 한국복음주의 기독교 상담학회. 「복음과 상담」 제11권(2008): 47-91.
- 송광선. “소위 정상 한국인에 있어서 General Health Questionnaire의 인자분석에 관한 연구”. 석사학위논문, 충남대학교대학원, 1984.
- 송순재. “학교 교육의 방향전환을 위한 새로운 영성 교육”. 한국홀리스틱교육학회. 「한국홀리스틱교육학회지」 제6권 1호(2002): 131-163.
- 서경현. “종교를 가진 고등학생의 영적 안녕과 자기개념 및 정신건강 간의 관계”. 한국청소년학회. 「청소년학연구」 제3권 3호(2014): 219-241.
- 서경현·전경구. “영적 안녕, 생활 스트레스 및 대처”. 한국심리학회. 「한국심리학회지: 건강」 제9권 2호(2004): 333-350.
- 서영석 외. “한국인이 경험한 외상사건: 종류 및 발생률”. 한국심리학회. 「한국심리학회지: 상담 및 치료」 제24권 3호(2012): 681-692.
- 신성만 외. “청소년의 실존적 영적 안녕감과 인터넷 중독의 관계: 자아존중감과 우울의 매개효과”. 한국상담학회. 「상담학연구」 제12권 5호(2011): 1613-1628.
- 신혜진. “내적-외적 종교성향과 편견과의 관계”. 석사학위논문, 고려대학교, 1991.
- 오윤선. “청소년 발달특성 문제에 관한 기독교 영성과 상담심리의 통합적 접근”. 한국복음주의 기독교상담학회. 「복음과 상담」 제11권(2008): 209-236.
- 이은규. “복음주의 상담을 위한 영성에 대한 고찰”. 한국복음주의 기독교상담학회. 「복음과 상담」 제11권(2008): 9-44.
- 이원규. “종교성과 사회계층의 관계에 대한 경험적 연구”. 한국신학연구소. 「신학사상」 제69권(1990): 485-528.
- 이종연. “Jung과 Frankl의 상담이론의 관점에서 본 학교 상담자의 영적 안녕”. 한국교원교육학회. 「한국교원교육연구」 제30권 2호(2013): 171-195.
- 이진화. “영적안녕감 척도의 타당화 연구”. 석사학위논문, 숙명여자대학교, 2012.
- 천정웅·이용교. 『아동청소년복지』. 서울: 인간과 복지, 2007.
- 채유경. “지각된 가족 기능성, 부부 갈등, 자아존중감, 영성 및 청소년 공격성

- 간의 관계”. 한국예술심리치료학회. 「예술심리치료연구」 제1권 (2005): 74-90.
- 최영민. “기독교상담에서 종교성과 영성의 평가”. 한국기독교 상담심리치료학회. 「기독교 상담 학회지」 제3권(2001): 139-158.
- 통계청. 『2014 청소년 통계』. 서울: 통계청, 2014.
- 한국정보화진흥원. 『스마트폰중독 진단척도 개발 연구 2011』. 서울: 한국정보화진흥원, 2011.
- 한국정보화진흥원. 『2012 인터넷 중독 실태조사』. 서울: 한국정보화진흥원, 2012.
- 홍대우 · 김춘경. “청소년 전인건강 척도 개발”. 한국상담학회. 「상담학연구」 제9권 1호 (2008): 67-83.
- Allport, G. W. & J. M. Ross. “Personal Religious Orientation and Prejudice.” *Journal of Personality and Social Psychology* 5, no. 4 (1967): 432-443.
- Benda, B. B., S. K. Pope & K. J. Kelleher. “Church Attendance or Religiousness: Their Relationship to Adolescents’ Use of Alcohol, Other Drugs, and Delinquency.” *Alcoholism Treatment Quarterly* 24 (2006): 75-88.
- Benjamin, Fain. *Creation Ex Nihilo: Thoughts on Science, Divine Providence, Free Will and Faith in the Perspective of My Own Experiences*. New York: Gefen Books, 2007.
- Bergin, A. E. “Values and Religious Issues in Psychotherapy and Mental Health.” *American Psychologist* 46, no. 4 (1991): 394-403.
- Bergin, A. E., K. S. Masters & P. S. Richards. “Religiousness and Mental Health Reconsidered: A Study of an Intrinsically Religious Sample.” *Journal of Counseling Psychology* 34, no. 2 (1987): 197-204.
- Ellison, C. W. “Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement.” *Journal of Psychology and Theology* 11, no. 4 (1983): 330-340.
- Foster, Richard J. *Celebration of Discipline*. 보이스사 편집부 역. 『영적 성장을 위한 제자훈련』. 서울: 보이스사, 1985.
- Fowler, James W. *Stages of Faith*. 사미자 역. 『신앙의 발달단계』. 서울: 대한예수교 장로회 총회 교육부, 1987.

- Genia, V. & D. G. Shaw. "Religion, Intrinsic-Extrinsic Orientation, and Depression." *Review of Religious Research* 32, no. 3 (1991): 274-283.
- Goldberg, D. P. & V. F. Hillier. "A Scaled Version of the General Health Questionnaire." *Psychological Medicine* 9, no. 1 (1979): 139-145.
- Hodge, D. R., P. Cardenas & H. Montoya. "Substance Use: Spirituality and Religious Participation as Protective Factors among Rural Youths." *Social Work Research* 25, no. 3 (2001): 153-161.
- Holder, D. W., R. H. Durant & T. L. Harris. "The Association between Adolescent Spirituality and Voluntary Sexual Activity." *Journal of Adolescent Health* 26, no. 4 (2006): 295-302.
- Imam, S. S., A. S. Nurullah, P. R. Makol-Abdul, S. A. Rahman, & H. M. Noon. "Spiritual and Psychological Health of Malaysian Youths." *Research in the Social Scientific Study of Religion* 20, (2009): 85-101.
- Lambert, Heath. *The Biblical Counseling Movement After Adams*. Wheaton, IL.: Crossway, 2012.
- Long, Jonathan. "Spirituality and the Idea of Transcendence." *International Journal of Children's Spirituality* 5, no. 2 (2000): 147-161.
- Macdonald, W., S. Bradley, P. Bower, T. Kramer, B. Sibbald, E. Garralda, & R. Harrington. "Primary Mental Health Workers in Child and Adolescent Mental Health Services." *Journal of Advanced Nursing* 46, no. 1 (2004): 78-87.
- McDougall, Tim. "Child and Adolescent Mental Health Services in the UK: Nurse Consultants." *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing* 18, no. 2 (2005): 79-83.
- McGrath, Alister E. *Christian Spirituality: An Introduction*. 김덕천 역. 『기독교 영성 베이직』. 서울: 대한기독교서회, 2006.
- Merriam-Webster Dictionary. Accessed on October 13, 2014. Available at: <http://www.merriam-webster.com>.
- Myers, David G. "A Levels-of-Explanation View." In *Psychology & Christianity: Five Views*. Ed. Eric L. Johnson. Downers Grove, IL.: InterVarsity Press, 2010.

- Popkess-Vawter, S., E. Yoer & B. Gajewski. "The Role of Spirituality in Holistic Weight Management." *Clinical Nursing Research* 14, no. 2 (2005): 158-174.
- Powlison, David. "X-Ray Questions: Drawing Out the Whys and Wherefores of Human Behavior." *The Journal of Biblical Counseling* 18, no. 1(1999): 2-9.
- Schaeffer, Francis A. *True Spirituality*. Carol Stream, IL.: Tyndale House Publishers, 1973.
- Tailaferro, L A., B. A. Rienzo, M. Pigg, M. D. Miller, & V. J. Dodd. "Spiritual Well-Being and Suicidal Ideation Among College Students." *Journal of American College Health* 58, no. 1 (2009): 83-90.
- Tripp, Paul. *Age of Opportunity*. 황규명 역. 『위기의 십대 기회의 십대』. 서울: 디모데, 2002.
- Tripp, Ted. *Shepherding a Child's Heart*. 조경애 · 조남민 역. 『마음을 다루면 자녀의 미래가 달라진다』. 서울: 디모데, 2008.
- Welch, Edward T. "Counseling Those Who Are Depressed." *The Journal of Biblical Counseling* 18, no. 2 (2000): 5-31.
- Welch, Edward T. "Motives: Why Do I Do the Things I Do?" *The Journal of Biblical Counseling*, no. 1 (2003): 48-56.
- Westgate, C. E. "Spiritual Wellness and Depression." *Journal of Counseling and Development* 75, no. 1 (1996): 26-35.
- World Health Organization. "Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice." Fact Sheet (2004). Accessed on October 7, 2014. Available at: [http://www.who.int/mental\\_health/evidence/en/promoting\\_mhh.pdf](http://www.who.int/mental_health/evidence/en/promoting_mhh.pdf).

【 Abstract 】

## Research on Spirituality, Religiosity and Mental Health of Christian Adolescent and Implications for Christian Counseling

**Soo Young Choi & Jun Kim**

Chongshin University

This research examined the effect of spirituality and religiosity on general mental health of Christian adolescent. A sample of 333 junior-high and high school students of Sunday school was examined using General Health Questionnaire-12, Spiritual Well-Being Scale by Paloutzian and Ellison, and Religious Orientation Inventory by Allport and Ross. Significant difference existed among household finance groups in terms of mental distress scores, with poor household finance group more mentally distressed than affluent household finance group. Significant correlations were found between spiritual well-being and religiosity. Students with high religious well-being tend to have high intrinsic religious orientation and low extrinsic religious orientation. Significant correlations were found between spiritual well-being and mental health, and religiosity and mental health. Students with high spiritual well-being and high intrinsic religious orientation tend to have good mental health; students with high extrinsic religious orientation tend to have poor mental health. A significant causal relationship was found from spiritual well-being and religiosity to mental health. Mental health was positively affected by religious well-being and intrinsic religious orientation, whereas it was negatively affected by extrinsic religious orientation. No significant causal relationship was found from existential well-being to mental health.

These results showed a mutual relationship between spiritual well-being and religiosity on mental health. This study suggested a holistic approach to mental health and provided implications for Christian counseling by means of therapeutic and preventative measures.

**Key words:** Christian adolescent, spiritual well-being, religiosity, mental health, Christian counseling