

기독교청년의 초월덕목이 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 미치는 영향

박 미 하*

국문초록

본 연구의 목적은 기독교청년의 초월덕목이 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 미치는 영향을 검증하는데 있다. 연구대상은 기독교청년 238명이었으며, 초월덕목 척도, 종교적 안녕감 척도, 실존적 안녕감 척도를 실시하였다. 자료 분석은 SPSS 18.0을 사용하였다. 그 결과는 다음과 같다. 첫째, 기독교청년의 초월덕목, 종교적 안녕감, 실존적 안녕감 간에는 모두 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 둘째, 종교적 안녕감에는 초월덕목의 감사와 영성이 정적인 영향을 미치고 있었고 감상력은 부적인 영향을 미치고 있었다. 그러나 낙관성과 유머는 유의미한 영향이 없는 것으로 나타났다. 즉, 영성과 감사가 높고 감상력이 낮을수록 종교적 안녕감이 높아진다는 것이다. 셋째, 실존적 안녕감에는 초월덕목의 감사와 낙관성이 정적인 영향을 미치고 있었고 감상력은 부적인 영향을 미치고 있었다. 그러나 유머와 영성은 유의미한 영향이 없는 것으로 나타났다. 즉, 감사와 낙관성이 높고 감상력이 낮을수록 실존적 안녕감이 높아진다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 기독교청년의 초월덕목이 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 각기 다른 영향을 미치고 있다는 사실을 보여준다. 따라서 기독교청년의 종교적 안녕감과 실존적 안녕감을 증진시키는데 있어서 초월덕목의 차별화된 개입을 할 필요가 있다.

중심단어: 기독교청년, 초월덕목, 영적 안녕감, 종교적 안녕감, 실존적 안녕감

• 논문 투고일: 2015년 10월 12일

• 논문 수정일: 2015년 11월 8일

• 게재 확정일: 2015년 11월 12일

*한영신학대학교

I. 여는 글

최근 한국의 청년들은 자신들이 ‘헬조선’에서 살아가고 있다고 말한다. 헬조선이란 ‘Hell(지옥)조선’이라는 인터넷 유행어를 의미한다. 이외에도 청년들에게는 좋은 집안에서 태어나지 못한 금수저의 반대말인 흙수저, 월급쟁이에서 벗어나지 못하는 노예, 삼포(연애, 결혼, 출산 포기), 칠포세대 등의 수식어로 표현되고 있다.¹⁾ 이는 취업난, 장시간 근로, 스펙 경쟁 등으로 인해 청년들에게 미래가 없기 때문이다. 청년들의 절망과 고통은 자조와 저주로 이어지고 결국엔 자기비하라는 신종 유행병으로 번지고 있다. 국가에서도 여러 가지 제도적 노력을 하고 있다고는 하지만 지금의 청년들에게는 위로조차 무용지물이라고 한다.

기독교청년들도 예외는 아니다. 세상의 청년들과 똑같은 절망과 고통을 경험한다. 특히 기독교청년들은 부패와 경쟁으로 물든 세상에서 성경적 관점으로 인해 더 많은 신앙적 갈등과 고통을 경험하고 있을 수도 있다. 교회 공동체와 기독교 상담의 영역에서 이들을 도울 수 있는 방법이 시급히 강구되어야 한다. 절망과 자기비하에 빠져있는 청년들에게 필요한 것은 세상이 사랑하는 육신의 정욕, 안목의 정욕, 이생의 자랑(요일 1:16)을 맹목적으로 좇아가지 않고 영원한 소망 안에서 자신의 고유한 삶의 목적을 발견하고 행복한 삶을 영위하는 것이다.

이러한 의미에서 기독교청년에게 영적 안정감이 필요하다. 영적 안정감은 삶에 대한 태도로서 보다 의미 있고 긍정적인 삶을 살아가기 위한 정신적인 노력을 의미한다. 영적 안정감은 역경의 상황에서도 긍정적인 느낌과 태도를 유지하여 적극적으로 살아갈 수 있도록 용기를 주는 원천이

1) “新 허기진 군상(2) 미래 없는 청년들-광탈, 흙수저, 지잡대..우리를 위한 나라는 없다”, 『경향신문』(2015년 10월 8일). 2015년 10월 9일 접속. 해당 사이트: http://news.khan.co.kr/kh_news/khan_art_view.html?artid=201510072308305&code=210100.

된다.²⁾ 영적 안녕감은 수직적 차원에서 초월적 존재와의 관계를 추구하는 종교적 안녕감과 수평적 차원에서 삶의 의미와 목적을 추구하는 실존적 안녕감으로 구성되어 있다.³⁾ 기독교청년의 영적안녕감은 예수 그리스도의 구속을 근거로 하나님과의 관계에서 충족되는 종교적 안녕감과 세상과 구별된 성경적 가치가 있는 삶의 의미와 목적을 실현하는데서 만족감을 얻는 실존적 안녕감이라고 할 수 있다. 기독교청년들이 고통스러운 사회적 상황가운데서도 하나님과의 바른 관계 안에서 자신이 사랑받고 돌봄을 받고 있는 존재임을 발견하고, 타인과 사회를 위해 예수의 품성을 실천하면서 의미 있는 삶을 살아가도록 영적 안녕감을 증진시킬 필요가 있다.

영적 안녕감에 영향을 미치는 요인에는 긍정심리학의 성격강점이 있다. Seligman은 행복이란 일, 사랑, 놀이, 자녀양육과 같은 일상생활에서 자신의 대표강점을 매일 발휘하며 사는 것이며, 자신의 존재보다 더 큰 신과 타인 및 사회를 위해서 특징적인 강점을 사용하여 의미 있는 삶을 사는 것이 진정한 행복이라고 하였다.⁴⁾ 성격강점은 긍정심리학에서 행복에 기여하는 대표적인 심리기제로 많은 경험적 연구들을 통해서 그 가치를 인정받고 있다. 성격강점은 6개의 핵심덕목과 24개의 성격강점으로 구성되어 있다.⁵⁾ 6개의 핵심덕목은 지혜, 자애, 용기, 절제, 정의,

2) 박지아, “적응유연성과 영적 안녕 및 부모 애착간의 관계: 적응유연 청소년, 위험 청소년, 유능 청소년의 비교”(석사학위논문, 이화여자대학교, 2002), 14.

3) Raymond F. Paloutzian & C. W. Ellison, “Loneliness, Spiritual Well-Being and the Quality of Life,” in *Loneliness: A Source-Book of Current Therapy, Research and Therapy*, eds. L. A. Peplau & Daniel Perlman(New York: John Wiley & Sons, 1982), 224-236.

4) M. E. P. Seligman, *Authentic Happiness*, 김인자 역, 『긍정심리학』(서울: 물푸레, 2006), 400.

5) C. Peterson & M. E. P. Seligman, *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*, 문용린 · 김인자 · 원현주 · 백수현 · 안선영 역, 『긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류』(서울: 한국심리상담연구소, 2009), 62-63.

초월이며, 각 덕목아래 3-5개의 강점들이 포함되어 있다. 초월덕목은 심미안, 감사, 낙관성, 유머, 영성으로 구성되어 있는데 기독교청년들이 현 상황을 건강하게 극복하는데 매우 필요한 강점이다. 미래가 없는 절망에서 낙관성으로, 상대적 박탈감의 저주에서 감사로, 모순적인 사회상황에 대한 불평에서 승화된 유머로, 지옥 같은 상황에서 아름다움을 발견할 수 있는 심미안이 필요하기 때문이다.

초월덕목은 기독교인과의 밀접한 관련이 있다. 초월덕목을 제외한 다섯 가지의 덕목들은 모두 개인의 행복이나 사회적 번영에 기여하는 강점들이다. 반면, 초월덕목은 초월적인 존재와 세계가 있다는 것을 확신하고 그것들과의 연결성을 추구함으로써 인간의 삶을 좀 더 의미 있는 것으로 경험하도록 만들어주는 영적 강점이기 때문이다.⁶⁾ 기독교인도 초월적인 하나님의 존재를 믿고 하나님과의 관계를 추구하면서 삶의 의미와 목적을 경험한다는 점에서 매우 유사하다. 감사와 낙관성은 성경에서 요구하는 기독교인의 대표적인 성품이며, 영성도 신과의 연결을 통해서 인간의 유한성을 초월하고 인생의 의미를 발견하도록 돕는다는 점에서 기독교인의 신앙적 특성과 관련이 깊다. 선행연구에서도 기독교인의 6개의 핵심덕목 중 초월덕목이 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타나서 초월덕목이 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 영향을 미칠 가능성이 높다.⁷⁾ 그러나 종교적 안녕감이 하나님과의 관계를 추구하는 영적 욕구인 반면, 실존적 안녕감은 삶의 의미와 목적을 추구하는 욕구라는 점에서 초월덕목의 하위강점들이 기여하는 영향력은 다를 것으로 예상된다. 향후 기독교청년들의 안녕감 증진을 위한 구체적인 상담적 개입과 지도전략 수립을 위해서도 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 기여하는 초월덕목 각각의 영향력을 검증할 필요가 있다.

6) 권석만, 『인간의 긍정적 성품: 긍정심리학의 관점』(서울: 학지사, 2011), 445.

7) 박미하, “성격강점과 영적 안녕감과 관계: 자존감과 일치성의 매개효과 검증”(박사 학위논문, 한영신학대학교, 2012), 82-85.

이에 본 연구에서는 불안한 사회적 상황에서 고통 받는 기독교청년들을 구체적으로 돕기 위한 영적 자원을 개발하기 위해 초월덕목이 영적 안녕감에 미치는 영향을 경험적으로 규명해보고자 한다. 초월덕목이 영적 안녕감에 영향을 미치는 요인으로 검증된다면, 향후 기독교청년의 영적 안녕감을 증진시키는데 중요자원으로 활용될 것이다. 그리고 기독교의 대표 덕목인 감사, 낙관성, 영성은 경험적 연구를 통해 검증된 덕목이라는 점에서 그 가치를 더 발휘할 수 있는 근거가 될 것이다. 이러한 연구목적을 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 기독교청년의 초월덕목, 종교적 안녕감, 실존적 안녕감 간의 관계는 어떠한가?

둘째, 기독교청년의 초월덕목이 종교적 안녕감에 미치는 영향은 어떠한가?

셋째, 기독교청년의 초월덕목이 실존적 안녕감에 미치는 영향은 어떠한가?

II. 펴는 글

1. 이론적 배경

1) 초월덕목

초월덕목은 인간을 초월하는 더 큰 존재와의 관계 추구를 통해 삶을 더욱 의미 있고 충만하게 만드는데 기여하는 영적 강점이다. 이 강점은 삶을 초월하는 인간의 내적세계인 정신적인 측면에 대한 헌신과 이러한 측면에 대해 항상 믿음을 가지는 것을 의미한다.⁸⁾ 초월덕목에는 감상력,

8) Peterson & Seligman, 『긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류』, 597.

감사, 낙관성, 유머, 영성이 있다.

(1) 감상력

감상력은 현실 및 사회적 세계에서 아름답고 탁월한 존재를 발견하고 그 안에서 즐거움과 의미를 발견해 내는 능력이다.⁹⁾ 감상력이 있는 사람들은 다양한 삶의 장면에서 아름다움을 발견하여 즐거움을 누릴 뿐만 아니라 자신의 삶에 더 많은 의미를 발견하고 타인과 더 깊은 관계를 맺을 수 있다. 즉, 자신의 삶속에서 사소하고 작은 것이라도 그 안에서 아름다움과 의미를 발견하고 기뻐할 수 있는 것이다. 감상력에는 경이로움과 놀라움의 특성이 포함되는데 바울이 다메섹으로 가는 길에 예수 그리스도를 만났을 때 경험한 감동이 전형적인 본보기이다.¹⁰⁾ 이런 의미에서 기독교인의 감상력은 하나님의 탁월함과 경이로움을 인식하고 하나님의 섭리가운데 나타나는 자연, 예술, 지식, 도덕적인 아름다움과 탁월함을 민감하게 알아차리며 그 안에서 삶의 의미를 발견하고 기뻐하는 능력이라고 할 수 있다.

(2) 감사

감사는 다른 사람이 베푼 수고와 배려를 인식하고 고마워하는 마음과 함께 보답하고자 하는 성향을 말한다.¹¹⁾ 이는 수혜에 대한 심리적인 반응으로 타인에 의해 은혜를 받았다는데서 오는 초월적인 정서이다.¹²⁾ 감사는 타인에게 겸손이나 친절과 같은 친사회적인 행동을 하게하고 도덕적인 행동을 지속시켜서 건설적인 대인관계를 가지도록 해준다.¹³⁾ 감사하는 자신에게 무엇인가를 제공한 사람 또는 그 존재 자체로 고마워하는 개인적 감사가 있고, 신, 초월자, 우주에 고마움을 느끼는 초월적 감사가

9) Peterson & Seligman, 『긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류』, 619.
10) Peterson & Seligman, 『긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류』, 600.
11) 권석만, 『인간의 긍정적 성품』, 448.
12) 권석만, 『긍정심리학: 행복의 과학적 탐구』 (서울: 학지사, 2008), 326.
13) M. E. McCullough, S. D. Kilpatrick, R. A. Emmons, & D. B. Larson, "Is Gratitude a Moral Affect?" *Psychological Bulletin* 127, no. 2(2001): 249-266.

있다. 기독교인에게 감사는 마지막 절망의 상황가운데서도 하나님을 향해 드릴 수 있는 신앙의 응답이며, 하나님의 주권을 인정하고 구원을 기대하면서 하나님의 뜻에 온전히 순종하는 믿음의 반응이다.¹⁴⁾ 기독교인은 예수 그리스도의 구속과 자신에게 주어지는 긍정적인 결과들이 모두 하나님의 은혜로 주어졌다는 사실을 인식하고 감사하면서 이웃에게 감사를 실천한다. 따라서 기독교인에게 감사하는 신앙의 표식으로 성경에서도 '범사에 감사하라' (살전 5:17)고 강조하고 있다.

(3) 낙관성

낙관성은 미래에 대한 긍정적인 태도를 말한다. 이 태도는 미래에 원하는 결과가 나오길 기대하면서 그런 결과를 얻기 위한 행동을 하는 것이다. 낙관성이 높은 사람들은 역경 속에서도 인생의 긍정적인 면을 보면서 희망과 용기를 가지고 목표를 위해 적극적으로 노력한다.¹⁵⁾ 기독교인에게 낙관성은 하나님과의 관계 안에서 미래에 대한 확실한 소망을 믿음으로 현재의 고난에 대해서 인내하며 기쁨의 태도를 가지는 것이다.¹⁶⁾ 기독교인의 낙관성은 하나님의 약속에 근거한 확실한 기대라는 점에서 비현실적 낙관성의 제한을 갖는 긍정심리학의 낙관성과는 분명한 차이가 있다. 따라서 낙관성이 높은 기독교인들은 현실에서 경험하는 고난가운데서도 하나님의 뜻을 발견하고, 그 뜻을 삶속에서 구체적으로 실천하기 위한 행동을 하면서 성장을 하게 된다.

(4) 유머

유머는 인생의 역설적인 면을 재미있는 것으로 인식하고 즐기고 만들어 내는 것이며, 불행의 긍정적인 측면을 볼 수 있도록 해 줌으로서 다른

14) 오윤선, “감사가 기독교 청소년의 행복감 증진에 미치는 효과 연구”, 한국복음주의 상담학회, 『복음과 상담』 제18권(2012): 243.

15) 권석만, 『긍정심리학』, 332.

16) 김순원, “성경적 낙관성과 그리스도인의 행복연구: 로마서 5장 3-5절을 중심으로” (석사학위논문, 총신대학교, 2009), 74.

사람을 웃게 만드는 강점이다.¹⁷⁾ 유머는 고통스럽고 모순적인 인생의 측면을 유쾌함으로 승화시키는 초월덕목이다. 고난을 경험할 때 보다 더 의연하고 즐거운 태도로 극복하며, 자신과 타인의 삶까지도 유쾌하고 즐겁게 만들어 친화적인 관계를 촉진시킨다.¹⁸⁾ Ruch와 Carrell은 진정한 유머는 이 세상에 완전한 것이 없다는 지혜에 근거를 두고 있는 참된 특질이라고 하였다.¹⁹⁾ 즉, 인간은 실존적인 존재로 고난이 없는 완전한 행복은 없기 때문에 그 고난을 어떻게 수용하느냐가 중요하다는 것이다. 이로 볼 때, 기독교인의 유머는 죄로 인해 불가피한 고난의 경험은 피할 수 없지만, 전능하신 하나님과의 관계 안에서 기뻐할 수 있는 능력이라고 할 수 있다. 바울도 빌립보 감옥이라는 억울한 상황에서 찬양의 기쁨으로 승화시켰으며, 어떤 상황에 처하든지 자족함으로 항상 기뻐하라고 하였다(약 1:2; 빌 4:11-12).

(5) 영성

영성은 삶의 초월적 차원이 있다는 확신을 기반으로 한 믿음과 실천을 의미하는 것으로 종교성, 신앙심, 삶의 목적의식이라고도 한다. 영성은 존재의 의미를 알려주고 신과 관계를 맺어야 할 이유를 제공해 준다. 영성은 종교성과 동의어로 많이 사용되는데, 종교성은 신적 형상에 대한 경배, 공적 또는 사적인 예배 참여와 관련된 신념을 수용하는 정도를 의미한다. 반면, 영성은 신과 인간 사이의 사적이고 친밀한 관계와 이 관계를 기초로 나타나는 덕목들이라고 할 수 있다.²⁰⁾ 이와 같은 의미에

17) Peterson & Seligman, 『긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류』, 671.

18) 권석만, 『인간의 긍정적 성품』, 498.

19) W. Ruch & A. Carrell, "Trait Cheerfulness and the Sense of Humor," *Personality and Individual Differences* 24(1998): 551-558.

20) Brian J. Zinnbauer, Kenneth I. Pargament, Brenda Cole, Mark S. Rye, Eric M. Butter, Timothy G. Belavich, Kathleen M. Hipp, Allie B. Scott, & Jill L. Kadar, "Religion and Spirituality: Unfuzzifying the Fuzzy," *Journal for the Scientific Study of Religion* 36, no. 4(1997): 549-564; Jacqueline S. Mattis, "African American Women's Definitions of Spirituality and Religiosity," *Journal of Black Psychology* 26(2000): 101-122.

서 기독교인의 영성은 유일하고 초월적 존재인 하나님에 대한 확신을 기반으로 공식적인 교회활동을 통해 예수 그리스도의 구속에 대한 믿음과 실천을 하면서 사적으로는 하나님과의 친밀한 관계를 통해 예수 그리스도의 품성을 나타내는 포괄적인 개념이라고 할 수 있다. 기독교인의 영성은 삶의 목적과 의미를 알려주며 고난을 극복할 수 있는 힘을 제공해 준다.

2) 종교적 안녕감

Paloutzian과 Ellison은 영적 안녕감을 초월적 존재와의 관계에서 누리는 수직적 차원의 종교적 안녕감과 개인의 삶의 의미와 목적과 관계된 실존적 안녕감으로 구분하였다.²¹⁾ 종교적 안녕감은 초월적 존재와의 의미 있는 관계를 통해 자신이 돌봄을 받고 있다는 것을 확신하는데서 오는 안녕감이다. 종교적 안녕감은 자신을 초월하는 더 큰 힘을 가진 존재와 연결되어있다는 유대감을 전제로 하기 때문에 삶의 역경과 고난을 바라보는 관점과 태도에 영향을 주는 것으로 알려져 있다.

이로 볼 때, 기독교인의 종교적 안녕감은 유일신인 하나님과의 관계에서 경험하는 안녕감이라고 할 수 있다. 기독교인은 예수 그리스도의 구속을 근거로 하나님의 자녀가 된다(요 1:12). 하나님의 형상으로 지음 받은 인간은 하나님을 떠나서는 살 수 없는 영적인 존재로 하나님과의 바른 관계 정립은 기독교인의 안녕감에 핵심조건이다. Chapman은 인간이 하나님과 바른 관계를 가질 때 사랑, 기쁨, 평안을 누리며 잠재력을 최대한 발휘할 수 있게 되는 것이 종교적 안녕감이라고 하였다.²²⁾ 이 관계 안에서 기독교인은 하나님의 사랑과 돌봄 가운데 모든 치유와 평안,

21) Paloutzian & Ellison, "Loneliness, Spiritual Well-Being and the Quality of Life," 224-236.

22) L. Chapman, "Spiritual Health: A Component Missing from Health Promotion," *American Journal of Health Promotion* 1, no 1(1986): 38-41.

안정, 자신감 등 전인적 안녕감을 영위할 수 있기 때문이다.²³⁾ 또한 하나님과의 바른 관계 정립은 하나님의 형상으로서의 자존감을 회복시켜 삶의 목적과 의미를 새롭게 부여해 준다. 즉, 삶을 바라보는 관점과 태도에 대한 변화로 고난과 역경상황에서도 하나님의 약속에 근거한 소망을 가지고 하나님의 인도하심에 따라 문제를 해결해 나가게 된다. 따라서 기독교인의 종교적 안녕감은 하나님과의 관계를 추구하는 영적 욕구를 충족하는 것으로 하나님의 형상으로서의 긍정적인 자존감을 회복하고 현실을 초월한 내적 평안과 기쁨을 영위하는 것이라고 할 수 있다.

3) 실존적 안녕감

실존적 안녕감은 종교적인 선호나 신조에 더하여 삶의 의미와 목적을 발견하고 삶에 대한 긍정적인 정서와 태도를 갖는 것을 말한다.²⁴⁾ Flankl은 모든 인간에게는 삶의 의미를 추구하는 욕구가 있다고 하였다. 즉, 인간은 실존적이고 영적인 존재이기 때문에 삶 속에서 자신이 살아야 할 이유와 가치를 발견하고 이를 실현하고자 한다는 것이다. 이러한 실존적 안녕감은 삶에 대한 목적과 방향을 제시해 주기 때문에 위기상황에서도 심리적인 안정감을 주는 내적자원으로 작용하여 적응적인 대처를 하도록 촉진시킨다.²⁵⁾

이와 같은 의미에서 볼 때, 기독교인의 실존적 안녕감은 하나님과의 관계 안에서 세상과는 구별된 삶의 의미와 목적을 추구하는 영적 욕구라고 할 수 있다.²⁶⁾ 기독교인은 자신을 초월하는 하나님과의 관계에서 사

23) 김정우, “하나님 자녀의 정체성이 전인건강에 미치는 영향”(석사학위논문, 총신대학교, 2009), 45.

24) 정현옥·채영선·김희숙, “알코올 의존 환자의 자존감, 특성분노, 우울, 가족기능, 대인관계가 실존적 영적 안녕감에 미치는 영향”, 한국간호과학회 정신간호학회, 「정신간호학회지」 제24권1호(2015): 50-60.

25) J. N. Yang, E. J. Choi, S. H. Park, & G. H. Jang, “Effect of Social Support in Mental Health among A.A. Members: Mediating effects of Alcohol Insight and Spirituality,” *The Journal of Korean Alcohol Science* 14, no. 2(2013): 65-79.

26) 박미하, “성격강점과 영적 안녕감과의 관계”, 22.

랑, 용서, 믿음과 같은 하나님의 성품을 경험하게 된다. 그리고 자신이 경험한 하나님의 성품을 수평적 차원의 이웃과의 관계에서 실천하면서 삶의 목적과 의미를 발견한다. 예수님도 “내 계명은 곧 내가 너희를 사랑한 것 같이 너희도 서로 사랑하라 하는 이것이니라. 사람이 친구를 위하여 자기 목숨을 버리면 이보다 더 큰 사랑이 없나니 너희는 내가 명하는 대로 행하면 곧 나의 친구라”고 말씀하셨다(요 15:12-14).

기독교인의 궁극적인 삶의 목적은 하나님으로부터 받은 사랑을 나누며 사는 것이다. 실제로 기독교인의 수평적인 이웃에 대한 성경적 실천은 모두 하나님과의 관계에서 경험한 하나님의 성품이다. 이러한 실천이 기독교인의 삶의 가치를 높여주고 신앙을 성숙시켜 주며 대인관계에서 경험하는 어려움에 적응적이고 지혜로운 대처를 통해 삶에 대한 만족감과 안정감을 갖도록 해준다. 따라서 기독교청년의 실존적 안녕감은 삶의 의미와 목적을 추구하는 영적 욕구를 충족하는 것으로 하나님과의 관계에서 경험하는 하나님의 성품을 자신, 사회, 환경과의 상호작용을 통해 실천하는 것이라고 할 수 있다.

4) 초월덕목, 종교적 안녕감, 실존적 안녕감 간의 관계

초월덕목은 자신보다 더 큰 존재와의 연결된 관계경험을 통해 우리의 행위와 경험으로부터 삶의 의미를 발견하도록 해준다. 초월덕목 중 감상력은 탁월함, 감사는 선한 것, 낙관성은 미래의 소망, 유머는 역경과 모순을 두려움이나 분노가 아닌 즐거움으로 연결해 준다. 영성은 자신을 초월하는 존재와의 연결감을 통해 자신의 삶에 의미를 부여해 준다.

감상력이 높아서 경이 경험과 고상함을 경험한 사람들은 자기 향상, 개인적 변화, 이타적인 의도와 행위, 타인과 공동체에 헌신하고자 하는 동기가 높아서 사회적 관계를 강화시킨다.²⁷⁾ 결과적으로 감상력은 친사

27) Peterson & Seligman, 『긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류』, 631-632에서 재인용.

회적인 결과를 증진시켜 긍정적인 정서를 더 많이 경험하도록 해 줌으로써 안녕감에 기여한다.²⁸⁾ 특히 감상력을 통해서 긍정적인 감정을 느끼게 되는 대상에는 도덕적 가치나 미덕에 대한 것이 있다. 기독교청년의 감상력은 하나님을 인격적으로 만나는 경이경험과 하나님의 성품에 대해 느끼는 감동과 도덕적 고양감으로 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 영향을 줄 가능성이 있을 것으로 보인다.

감사는 높은 수준의 삶의 만족도와 긍정정서, 열정, 낙관성 뿐만이 아니라 신앙 및 영성과도 상관이 있는 것으로 나타났다. 성경묵상, 기도, 종교행사에 정기적으로 참여하는 사람들이 감사하는 마음을 가지고 있으며, 타인에 대한 책임과 의무감을 가지고 자신의 삶에서 일어나는 일들이 타인과 연결되어 있다는 믿음을 가지는 경향이 있다고 하였다.²⁹⁾ 감사강점이 높은 사람은 일상에서의 긍정정서가 확대되어 안녕감과 정적상관이 있으며, 대인간에 관계를 오래 지속시켜 주고 물질적 기준을 성공의 척도로 삼지 않아서 자신의 소유물을 나누어 가지는 경향이 높은 것으로 나타났다.³⁰⁾ 기독교인을 대상으로 한 연구에서도 감사는 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.³¹⁾

낙관성은 성인을 대상으로 한 박소영의 연구에서 종교적 안녕감과 정적인 상관이 있는 것으로 나타났으나, 청소년을 대상으로 한 신건호의 연구에서는 종교적 안녕감과 상관이 없고 실존적 안녕감과 정적인 상관이 있는 것으로 나타났다. 비일관적인 연구결과들을 볼 때, 낙관성이

28) B. L. Fredrickson, "The Role of Positive Emotions in Positive Psychology: The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions," *Journal of American Psychological Association* 54(2001): 218-226.

29) Peterson & Seligman, 「긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류」, 646.

30) 김민경, 「대학생의 우울, 감사 및 낙관성과 행복과의 관계」, 한국청소년문화연구소, 「청소년문화포럼」 28호(2011): 19-20; 권석만, 「긍정심리학」, 329.

31) 박미하, 「감사와 우울과의 관계에서 영적 안녕감의 매개효과」, 한국복음주의상담학회, 「복음과 상담」 제22권 2호(2014): 201-203.

안녕감과 관련은 있지만 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 미치는 영향이 다를 수 있다는 관점에서 더 많은 경험적 연구가 필요하다.³²⁾

유머는 부정적인 상황을 호의적으로 해석하도록 만들어 자신 및 타인에게 유쾌정서를 유발하고, 대학생의 심리적 안녕감 및 주관적 안녕감에도 정적인 상관성이 있는 것으로 나타났다.³³⁾ 마지막으로 영성은 관계적인 삶에 긍정적인 결과를 가져오고 친사회적인 덕목을 증진시키며, 심리적 안녕감, 삶의 만족도, 의미 만들기와 관련된 안녕감에도 영향을 미치는 것으로 나타났다.³⁴⁾

위에서 살펴본 바에 의하면, 초월덕목이 안녕감에 영향을 주는 변인이라는 사실을 알 수 있다. 그러나 지금까지 기독교인을 대상으로 초월덕목과 종교적 안녕감 및 실존적 안녕감 간의 관계를 경험적으로 연구한 경우는 거의 찾아보기 힘들다. 기독교인을 대상으로 한 연구에서 6개의 덕목 중 초월덕목이 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 정적인 영향을 미친다는 연구 결과가 있었지만 초월덕목의 어떤 하위강점이 구체적으로 안녕감에 영향을 미치는지에 대해서는 알 수가 없어 이에 대한 연구가 필요하다.³⁵⁾ 초월에 속한 각 강점들의 핵심특성에 따라 기독교청년의 안녕감에 미치는 영향력이 다를 수 있기 때문에 종교적 안녕감과 실존적 안

32) 박소영, “종교적 안녕감이 자기수용에 미치는 영향: 낙관성 매개효과를 중심으로” (석사학위논문, 광운대학교, 2012), 27-28; 신건호, “중, 고등학생의 영적 안녕감이 교사와 학교만족도에 미치는 영향”, 한국종교교육학회, 『종교교육학연구』 제26권 (2008): 243-244.

33) 최남정 · 오정희, “예비유아교사의 유머감각과 심리적 안녕감 및 자아탄력성의 관계에 관한 연구”, 한국보육지원학회, 『한국보육지원학회지』 제9권 6호(2013): 428; 이재선 · 민현기, “대학생의 유머대처 및 유머스타일이 심리적 안녕감에 미치는 영향”, 21세기 사회복지학회, 『21세기 사회복지연구』 제6권 1호(2009): 57-58; 이용수 · 임태홍, “체육전공생의 성격강점과 주관적 안녕감과의 관계”, 한국체육학회, 『한국체육학회지-인문사회과학』 제52권 5호(2013): 311-312.

34) Peterson & Seligman, 『긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류』, 696-697에서 재인용.

35) 박미하, “성격강점과 영적 안녕감과의 관계”, 83-84.

녕감에 미치는 영향력을 구분하여 구체적으로 살펴보고자 한다.

2. 연구방법 및 절차

1) 연구대상

서울, 경기지역에 소재한 4개의 교회에 출석 중인 기독청년 270명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 지역교회에서 청년부를 담당하는 사역자들에게 연구의 목적과 실시방법 등을 설명한 후에 실시하였다. 회수된 설문지 중 불성실하게 응답한 32부를 제외하고 총 238명의 자료를 최종분석에 사용하였다. 대상의 성별은 남자가 82명(34.5%), 여자가 156명(65.5%)이었고, 20대가 203명(85.3%), 30대가 35명(14.7%)이었다. 신앙연수는 1년 이내가 21명(8.8%), 2-5년이 22명(9.2%), 6-10년이 14명(5.9%), 10년 이상이 181명(76.1%)이었다.

2) 측정도구

(1) 초월덕목 척도

초월덕목 척도는 Peterson과 Seligman이 제시한 VIA 강점척도(VIA-IS)를 기초로 권석만이 개발하고 표준화한 성격강점 척도 가운데 초월덕목(감상력, 감사, 낙관성, 유머, 영성)을 측정하는 50개 문항을 본 연구에 맞게 수정하여 사용하였다.³⁶⁾ 각 문항은 ‘전혀 아니다’에서 ‘매우 그렇다’까지 Likert 4점 척도(0-3점)로 평정하며, 각 하위강점의 점수범위는 0-30점으로 점수가 높을수록 해당 강점이 높다는 것을 의미한다. 개발 당시 신뢰도 계수는 .74-.92의 범위였으며, 본 연구에서는 감상력이 .78, 감사가 .88, 낙관성이 .85, 유머가 .87, 영성이 .84이었으며,

36) 권석만, 『서울대 리더십 향상 프로그램의 운영을 위한 성격강점 검사의 개발』(서울: 서울대 기초교육연구원 연구보고서, 2009).

전체 신뢰도는 .95이었다.

(2) 종교적 안녕감과 실존적 안녕감 척도

Paloutzion과 Ellison(1982)이 개발하고 박지아가 번안하여 수정한 것을 다시 기독교청년에 맞게 수정하여 사용하였다.³⁷⁾ 이 척도는 총 20문항으로 종교적 안녕감 10문항과 실존적 안녕감 10문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 평정하며, 부정 진술문은 통계 처리 시 역채점 하였다. 점수범위는 20점에서 100점까지로 점수가 높을수록 안녕감이 높다는 것을 의미한다. 박지아의 연구에서 신뢰도는 종교적 안녕감이 .90, 실존적 안녕감이 .87이었다. 본 연구에서는 종교적 안녕감이 .74, 실존적 안녕감이 .89이었다.

3) 자료 분석

본 자료의 분석은 SPSS WIN 18.0을 사용하였다. 주요 분석 방법은 연구대상자의 일반적인 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였고, 초월덕목, 종교적 안녕감, 실존적 안녕감 간의 관계를 알아보기 위하여 상관분석(Pearson correlation)을 하였다. 측정변인의 신뢰도를 산출하였으며, 초월덕목이 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 어떠한 영향을 미치고 있는지 알아보기 위하여 중다회귀분석(Multiple Regression Analysis)을 실시하였다.

3. 연구의 결과 분석

1) 초월덕목, 종교적 안녕감, 실존적 안녕감 간의 관계

각 변인에 대한 평균과 표준편차를 구하고, 주요변인들 간의 상관관계를 알아본 결과는 다음의 <표 1>과 같다. 초월덕목의 하위변인인 감상

37) 박지아, “적응유연성과 영적 안녕 및 부모 애착간의 관계”, 23-24.

력($r=.24, p<.001$), 감사($r=.50, p<.001$), 낙관성($r=.41, p<.001$), 유머($r=.26, p<.001$), 영성($r=.65, p<.001$)은 모두 종교적 안녕감과 정적 상관이 있었다. 감상력과 유머는 낮은 상관이었으며, 낙관성과 감사는 상관이 있었고, 영성은 높은 상관이 있었다. 그리고 실존적 안녕감과도 감상력($r=.32, p<.001$), 감사($r=.63, p<.001$), 낙관성($r=.60, p<.001$), 유머($r=.37, p<.001$), 영성($r=.45, p<.001$)은 모두 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 감상력과 유머는 낮은 상관이 있었고, 영성은 상관이 있었으며, 낙관성과 감사는 높은 상관이 있었다. 이러한 결과를 볼 때, 초월덕목이 높을수록 종교적 안녕감과 실존적 안녕감 모두 높아진다는 사실을 알 수 있다. 또한 종교적 안녕감은 초월덕목 중 영성과 가장 높은 정적 상관이 있으며, 실존적 안녕감은 낙관성과 감사가 가장 높은 상관이 있어서 기독교 청년의 영적 안녕감과 초월덕목의 관계가 서로 다르다는 사실을 시사해 준다.

〈표 1〉 초월덕목, 종교적 안녕감, 실존적 안녕감 간의 상관관계

변인	감상력	감사	낙관성	유머	영성	종교적 안녕감	실존적 안녕감
감상력	-						
감사	.51*	-					
낙관성	.60*	.72*	-				
유머	.56*	.50*	.60*	-			
영성	.49*	.61*	.58*	.43*	-		
종교적 안녕감	.24*	.50*	.41*	.26*	.65*	-	
실존적 안녕감	.32*	.63*	.60*	.37*	.45*	.65*	-
M	1.75	2.23	2.05	1.83	2.07	3.55	3.96
SD	.51	.53	.52	.57	.55	.52	.68

* $p<.001$

2) 초월덕목이 종교적 안녕감에 미치는 영향

초월덕목이 종교적 안녕감에 미치는 영향을 알아보기 위하여 중다회귀분석을 실시한 결과는 다음의 <표 2>와 같다. 기독교청년의 초월덕목 중 감사($\beta=.21, p<.01$)와 영성($\beta=.60, p<.001$)은 종교적 안녕감에 정적인 영향을 미치고 있었고, 감상력($\beta=-.15, p<.05$)은 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 낙관성과 유머는 종교적 안녕감에 통계적으로 유의한 영향을 미치지 않고 있었다. 회귀모형은 F값이 38.96으로 유의수준 .001에서 초월강점이 종교적 안녕감을 유의하게 설명하고 있으며, 45%의 설명력을 가지고 있는 것으로 나타났다. 초월덕목 강위변인들의 종교적 안녕감에 대한 기여도를 비교하면, 영성, 감사, 감상력의 순으로 영향을 미치고 있었다. 이러한 결과는 기독교청년의 영성과 감사가 높고, 감상력이 낮을수록 종교적 안녕감이 높아진다는 사실을 보여준다.

<표 2> 초월덕목이 종교적 안녕감에 미치는 영향

종속변인	독립변인	B	SE	β	t	R^2 (Adj- R^2)	F
종교적 안녕감	감상력	-.15	.07	-.15	-2.24*	.45(.44)	38.96***
	감사	.21	.07	.21	2.84**		
	낙관성	.02	.08	.02	.24		
	유머	-.04	.06	-.04	-.61		
	영성	.56	.06	.60	9.27***		

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

3) 초월덕목이 실존적 안녕감에 미치는 영향

초월덕목이 실존적 안녕감에 미치는 영향을 알아보기 위하여 중다회귀분석을 실시한 결과는 다음의 <표 3>과 같다. 기독교청년의 초월덕목 중 감사($\beta=.41, p<.001$)와 낙관성($\beta=.35, p<.001$)은 실존적 안녕감에 정적인 영향을 미치고 있었고, 감상력($\beta=-.13, p<.05$)은 부적인 영향을 미치

는 것으로 나타났다. 그러나 유머와 영성은 실존적 안녕감에 통계적으로 유의한 영향을 미치지 않고 있었다. 회귀모형은 F값이 38.74로 유의수준 .001에서 초월강점이 실존적 안녕감을 유의하게 설명하고 있으며, 45%의 설명력을 가지고 있는 것으로 나타났다. 초월덕목 강위변인들의 실존적 안녕감에 대한 기여도를 비교하면, 감사, 낙관성, 감상력의 순으로 영향을 미치고 있었다. 이러한 결과는 기독교청년의 감사와 낙관성이 높고, 감상력이 낮을수록 실존적 안녕감이 높아진다는 사실을 보여준다.

〈표 3〉 초월덕목이 실존적 안녕감에 미치는 영향

종속변인	독립변인	B	SE	β	t	R^2 (Adj- R^2)	F
실존적 안녕감	감상력	-.18	.09	-.13	-2.04*	.45(.44)	38.74***
	감사	.53	.10	.41	5.47***		
	낙관성	.46	.11	.35	4.38***		
	유머	.01	.08	.01	.13		
	영성	.06	.08	.05	.79		

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

III. 닫는 글

1. 논의

본 연구는 기독교청년의 초월덕목이 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 미치는 영향에 대하여 알아보았다. 본 연구의 결과를 토대로 한 논의와 결론은 다음과 같다.

첫째, 기독교청년의 초월덕목과 종교적 안녕감, 실존적 안녕감의 상관관계를 분석한 결과, 초월덕목은 종교적 안녕감과 실존적 안녕감 모두 정적 상관이 있는 것으로 나타나서 초월덕목이 높을수록 종교적 안녕감

과 실존적 안녕감도 높아진다는 사실을 알 수 있었다. 초월덕목 중 영성이 종교적 안녕감과 가장 높은 정적 상관이 있었고, 실존적 안녕감은 낙관성과 감사가 상관이 가장 높은 것으로 나타났다.

둘째, 기독교청년의 초월덕목 중 감사와 영성은 종교적 안녕감에 정적인 영향을 미치고 있었고, 감상력은 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 낙관성과 유머는 유의미한 영향이 없는 것으로 나타났다. 즉, 감사와 영성이 높고 감상력이 낮을수록 종교적 안녕감이 높아진다는 것이다.

셋째, 실존적 안녕감에는 감사와 낙관성이 정적인 영향을 미치고 있었고, 감상력은 부적인 영향을 미치고 있었다. 유머와 영성은 실존적 안녕감에 유의미한 영향이 없는 것으로 나타났다. 즉, 감사와 낙관성이 높고 감상력이 낮을수록 실존적 안녕감이 높아진다는 것이다. 이러한 결과는 신건호의 연구에서 낙관성이 종교적 안녕감과 상관이 없고, 실존적 안녕감과 관련이 있었다는 연구결과와 일치한다.³⁸⁾

위의 결과들을 볼 때, 기독교청년의 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 기여하는 초월덕목에 차이가 있다는 사실을 알 수 있다. 먼저 감사는 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 공통적으로 정적인 영향을 미치고 있었다. 이는 기독교인들이 하나님으로부터 받은 긍정적인 혜택이 많다는 사실을 인식하고 감사를 많이 할수록 하나님과의 관계에서 내적인 평안과 기쁨을 누리는 종교적 안녕감이 높아지기 때문인 것으로 보인다. 그리고 감사를 많이 하는 사람들은 자신의 소유물을 나누어 갖는 경향이 있고 타인에 대한 책임과 의무감을 가지고 있으며 자신에게 일어난 성공의 결과물이 타인의 도움으로 이루어졌다는 사실을 표현하는 친사회적인 행동들을 빈번히 사용하기 때문에 수평적 차원에서도 삶의 의미와 관련된

38) 신건호, “중, 고등학생의 영적 안녕감이 교사와 학교만족도에 미치는 영향”, 243-244.

39) Peterson & Seligman, 『긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류』, 646; 김민경, “대학생의 우울, 감사 및 낙관성과 행복과의 관계”, 19-20; 권석만, 『긍정심리학』, 329.

실존적 안녕감이 높아지는 것이라고 볼 수 있다.³⁹⁾ 이 결과는 성경을 통해 기독교인의 미덕으로 요구되고 있는 감사가 실제 기독교인의 안녕감에 기여하고 있다는 사실을 입증해 준다. 따라서 교회와 기독교 상담에서는 기독교 청년들의 안녕감을 증진시키는데 있어서 감사의 중요성을 집중적으로 교육시키고 다양한 프로그램들을 통해 감사를 증진시켜야 할 것이다.

반면 감상력은 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 공통적으로 부적인 영향을 미치고 있었다. 이러한 결과는 교사, 군인, 종교인과 비종교인 등의 특정집단에서 일부 강점들(학구열, 겸손, 친절, 개방성)이 안녕감에 부적인 영향을 보여준 연구들과 맥을 같이한다고 볼 수 있다.⁴⁰⁾ 이 연구들은 집단의 특성에 따라 가치롭게 여겨지는 성격강점이 있다는 사실을 보여준다. 이로 볼 때, 감상력은 기독교 청년의 종교적 안녕감과 실존적 안녕감의 영역에서 가치 있는 강점이 되지 못한다는 사실을 알 수 있다. 따라서 기독교 청년의 안녕감을 증진시키는데 있어서 감상력에 대해서는 개입을 고려할 필요가 있다. 유머도 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 모두 유의미한 영향력을 미치지 않고 있었다. 이는 유머가 일반인에게는 문제와 모순의 상황을 초월하여 자신과 타인을 즐겁게 만드는 강점이기는 하지만, 기독교 청년이 하나님과의 관계를 추구하고 삶의 의미와 목적을 추구하는데 있어서는 영향을 주지 못한다는 사실을 시사해 준다. 이와 같은 결과들을 볼 때, 성격강점을 활용하여 상담적 개입을 할 때에는 특정집단이나 안녕감에 따라 영향력이 다를 수 있다는 점을 고려해야 할 것이다.

40) 김광은 · 윤유경 · 권석만 · 허승수, “긍정심리학적 관점에서 본 사관생도의 성격적 강점과 행복 및 생활적응과의 관계”, 한국심리학회, 『한국심리학회지: 상담 및 심리치료』 제22권 1호(2010): 233-248; N. Park, C. Peterson & M. E. P. Seligman, “Strengths of Character and Well-Being,” *Journal of social and Clinical Psychology* 23(2004): 603-619.

또 기독교청년의 종교적 안녕감에는 영성이 영향을 미치고, 실존적 안녕감에는 낙관성이 영향을 미치고 있었다. 영성은 신과 관계를 맺어 할 이유를 제공해주고, 신과의 친밀한 관계를 가지도록 돕는 강점으로 하나님과의 관계를 추구하는 종교적 안녕감의 영적 욕구를 가장 잘 충족시켜 주고 있기 때문이라고 할 수 있다. 낙관성은 미래에 대한 긍정적인 태도로 종교적 안녕감에는 유의미한 영향을 미치지 않았고, 실존적 안녕감에만 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 낙관성이 하나님과의 관계가 아닌 삶의 의미와 목적을 추구하는 실존적 안녕감을 충족시키는데 더 유용한 강점이라는 사실을 시사해 준다. 낙관성은 역경과 고난 속에서도 하나님의 뜻을 발견하도록 해 준다. 즉, 고난 속에서도 살아야 할 이유와 삶의 의미를 제공해 주는 것이다. 따라서 기독교청년의 종교적 안녕감과 실존적 안녕감을 증진시키는데 있어서 초월덕목의 차별화된 개입이 필요하다.

2. 결론 및 제언

본 연구는 지금까지 기독교인을 대상으로 초월덕목과 안녕감과의 관계에 대한 연구를 거의 찾아볼 수 없는 상황에서 이를 실증적으로 검증하고 초월덕목을 영적 자원으로 제시하였다는 데에 그 의의가 있다. 더 나아가 초월덕목이 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 영향을 주는 구체적인 영향력을 검증함으로써 향후 기독교청년을 대상으로 한 프로그램 개발과 기독교 상담, 지도 및 교육에 있어 초월덕목의 각기 다른 영향력에 따라 차별화된 개입을 할 수 있는 기초자료를 제공하였다.

본 연구의 결과가 기독교상담에 주는 함의는 성경을 통해 기독교인의 미덕으로 요구되고 있는 감사, 낙관성, 감상력, 유머, 영성이 실제 기독교인의 안녕감에 어떻게 기여하고 있는지 경험적으로 검증했다는 것이다. 연구결과와 같이 초월덕목들은 실제 기독교인의 삶에서 정적 또는

부적으로 영향을 미치거나 추구하는 안녕감에 따라 영향력이 다른 것으로 나타났다. 이는 기독교의 초월덕목들이 절대적인 가치를 가지고 있는 것은 사실이지만 기독교 내담자의 실제 삶과는 차이가 있다는 사실을 보여주는 것이다. 기독교 상담은 어떤 의미에서 성경이 요구하는 삶과 기독교 내담자의 실제 삶의 격차를 좁혀주는 역할을 하는 것이라고 할 수 있다. 따라서 경험적으로 검증한 본 연구의 결과는 기독교상담에서 내담자에게 성경의 절대성만을 가지고 모든 초월덕목들을 가지도록 요구하기 보다는 실제 내담자가 추구하는 안녕감에 어떻게 기여하는지 그 효과성을 과학적으로 제시해 주고, 내담자가 실제 삶에서 추구하는 안녕감에 어떤 강점들이 더 필요하고 효과적인지를 알 수 있도록 상담방향을 제시해 준다.

그러나 긍정심리학의 초월덕목이 기독교에서 강조하는 대표적인 성품과 유사하기는 하지만 성경을 기반으로 하지 않았다는 점에서 신중한 주의가 요구된다. 긍정심리학에서의 강점은 자신이 공급주체가 되지만, 기독교의 품성은 예수 그리스도를 믿음으로 회복된 하나님과의 관계 안에서 성령의 역사에 의해 이루어지는 강점이라는 점에서 매우 큰 차이가 있기 때문이다. 그러므로 본 연구의 결과들을 그대로 적용하기 보다는 양적연구를 통해 도출된 기초연구의 관점에서 신중하게 적용해 나가야 할 것이다.

본 연구의 제한점과 제언은 다음과 같다. 첫째, 서울, 경기지역의 기독교청년만을 대상으로 했기 때문에 본 연구의 결과를 일반화시키는 데에는 제한이 있다. 둘째, 초월덕목 척도가 일반대학생을 대상으로 개발되었기 때문에 기독교청년들의 신앙적 특성에 따른 초월덕목을 측정할 수 있는 척도 개발이 필요하다. 셋째, 긍정심리학의 초월덕목은 일반적인 개념으로 성경을 기초로 한 기독교 고유의 초월덕목을 개발하고 실증연구를 통해 영적자원을 확장시킬 필요가 있다.

【 참고문헌 】

- 권석만. 『서울대 리더십 향상 프로그램의 운영을 위한 성격강점 검사의 개발』. 서울: 서울대 기초교육연구원 연구보고서, 2009.
- 권석만. 『인간의 긍정적 성품: 긍정심리학의 관점』. 서울: 학지사, 2011.
- 권석만. 『긍정심리학: 행복의 과학적 탐구』. 서울: 학지사, 2008.
- 김광은 · 윤유경 · 권석만 · 하승수. “긍정심리학적 관점에서 본 사관생도의 성격적 강점과 행복 및 생활적응과의 관계”. 한국심리학회. 『한국심리학회지: 상담 및 심리치료』 제22권 1호(2010): 233-248.
- 김민경. “대학생의 우울, 감사 및 낙관성과 행복과의 관계”. 한국청소년문화연구소. 『청소년문화포럼』 28호(2011): 7-32.
- 김순원. “성경적 낙관성과 그리스도인의 행복연구: 로마서 5장 3-5절을 중심으로”. 석사학위논문, 총신대학교, 2009.
- 김정우. “하나님 자녀의 정체성이 전인건강에 미치는 영향”. 석사학위논문, 총신대학교, 2009.
- 박미하. “감사와 우울과의 관계에서 영적 안녕감의 매개효과”. 한국복음주의상담학회. 『복음과 상담』 제22권 2호(2014): 201-203.
- 박미하. “성격강점과 영적 안녕감과 관계: 자존감과 일치성의 매개효과 검증”. 박사학위논문, 한영신학대학교, 2012.
- 박소영. “종교적 안녕감이 자기수용에 미치는 영향: 낙관성 매개효과를 중심으로”. 석사학위논문, 광운대학교, 2012.
- 박지아. “적응유연성과 영적 안녕 및 부모 애착간의 관계: 적응유연 청소년, 위험 청소년, 유능 청소년의 비교”. 석사학위논문, 이화여자대학교, 2002.
- 신건호. “중 · 고등학생의 영적 안녕감이 교사와 학교만족도에 미치는 영향”. 한국종교교육학회. 『종교교육학연구』 제26권(2008): 237-250.
- 오윤선. “감사가 기독교 청소년의 행복감 증진에 미치는 효과 연구”. 한국복음주의상담학회. 『복음과 상담』 제18권(2012): 237-263.
- 이용수 · 임태홍. “체육전공생의 성격강점과 주관적 안녕감과 관계”. 한국체육학회. 『한국체육학회지-인문사회과학』 제52권 5호(2013): 307-318.
- 이재선 · 민현기. “대학생의 유머대처 및 유머스타일이 심리적 안녕감에 미치

- 는 영향”. 21세기 사회복지학회. 「21세기 사회복지연구」 제6권 1호 (2009): 51-63.
- 정현옥 · 채영선 · 김희숙. “알코올의존 환자의 자존감, 특성분노, 우울, 가족기능, 대인관계가 실존적 영적 안녕감에 미치는 영향”. 한국간호과학회 정신간호학회. 「정신간호학회지」 제24권 1호(2015): 50-60.
- 최남정 · 오정희. “예비유아교사의 유머감각과 심리적 안녕감 및 자아탄력성의 관계에 관한 연구”. 한국보육지원학회. 「한국보육지원학회지」 제9권 6호(2013): 417-438.
- 경향신문홈페이지(http://news.khan.co.kr/kh_news/khan_art_view.html?artid=201510072308305&code=210100).
- Chapman, L. “Spiritual Health: A Component Missing from Health Promotion.” *American Journal of Health Promotion* 1, no 1(1986): 38-41.
- Fredrickson, B. L. “The Role of Positive Emotions in Positive Psychology: The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions.” *Journal of American Psychological Association* 54(2001): 218-226.
- Mattis, Jacqueline S. “African American Women’s Definitions of Spirituality and Religiosity.” *Journal of Black Psychology* 26(2000): 101-122.
- McCullough, M. E., S. D. Kilpatrick, R. A. Emmons, & D. B. Larson. “Is Gratitude a Moral Affect?” *Psychological Bulletin* 127, no. 2(2001): 249-266.
- Paloutzian, R. F. & C. W. Ellison. “Loneliness, Spiritual Well-Being and the Quality of Life.” In *Loneliness: A Source-Book of Current Therapy, Research and Therapy*. Eds. L. A. Peplau & Daniel Perlman. New York: John Wiley & Sones, 1982.
- Park, N., C. Peterson & M E. P. Seligman. “Strengths of Character and Well-Being.” *Journal of social and Clinical Psychology* 23(2004): 603-619.
- Peterson, C. & M E. P. Seligman. *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. 문용린 · 김인자 · 원현주 · 백수현 · 안선영 역. 『긍정심리학의 입장에서 본 성격 강점과 덕목의 분류』. 서울: 한국심리상담연구소, 2009.
- Ruch, W. & A. Carrell. “Trait Cheerfulness and the Sense of Humor.” *Personality and Individual Differences* 24(1998): 551-558.

- Seligman, M. E. P. *Authentic Happiness*. 김인자 역. 『긍정심리학』. 서울: 물푸레, 2006.
- Yang, J. N., E. J. Choi, S. H. Park, & G. H. Jang. “Effect of Social Support in Mental Health among A.A. Members: Mediating Effects of Alcohol Insight and Spirituality.” *The Journal of Korean Alcohol Science* 14, no. 2(2013): 65–79.
- Zinnbauer, Brian J., Kenneth I. Pargament, Brenda Cole, Mark S. Rye, Eric M. Butter, Timothy G. Belavich, Kathleen M. Hipp, Allie B. Scott, & Jill L. Kadar. “Religion and Spirituality: Unfuzzifying the Fuzzy.” *Journal for the Scientific Study of Religion* 36, no. 4(1997): 549–564.

【 Abstract 】

Effects of the Transcendence Virtues of Christian Young Adults on Religious Well-being and Existential Well-being

Mi Ha Bak

Hanyoung Theological University

The purpose of this study is to verify the effects of transcendence virtues of Christian young adults on religious well-being and existential well-being. As for research object, 238 Christian young adults were selected and transcendence virtues, religious well-being scale and existential well-being scale were conducted. As for data analysis, SPSS 18.0 was used. The results are as follow. First, it was found that there was a positive correlation among the transcendence virtues, religious well-being and existential well-being of Christian young adults. Second, gratitude and spirituality of transcendence virtues were having positive effects regarding religious well-being and appreciation was having negative effects. However, optimism and humor were found to have no significant effects. Namely, it means that religious well-being increases when spirituality and gratitude are high and appreciation is low. Third, gratitude and optimism of transcendence virtues were having positive effects regarding existential well-being and appreciation was having negative effects. However, humor and spirituality were found to have no significant effects. Namely, it means that existential well-being increases when gratitude and optimism are high and appreciation is low. Such results show that transcendence virtues of Christian young adults is having respectively different effects on religious well-being and existential well-being. There is a need for differentiated intervention of transcendence virtues in enhancing the religious well-being and existential well-being of Christian young adults.

Key words: Christian young adults, transcendence virtues, spiritual well-being, religious well-being, existential well-being