

기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감과의 관계에서 회복탄력성과 초월자기의 매개효과

오 윤 선* 김 진 태**

국문초록

본 연구의 목적은 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감과의 관계에서 회복탄력성과 초월자기의 매개효과를 검증하는 데 있다. 이를 위하여 기독교인 총 315명을 표집 대상으로 설정하였다. 연구에서 사용한 통계 자료 수집을 위하여 온라인 설문지를 통한 무작위 표집법을 통하여 조사·분석하였다. 수집된 자료는 PASW(SPSS Win. 20) 통계 패키지 프로그램을 사용하여 분석하였다. 분석에 사용된 통계 기법으로는 빈도분석, 상관분석, SPSS Process Macro Model 6을 사용하여 분석하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감, 회복탄력성 그리고 초월자기는 서로 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 둘째, 기독교인의 고통 감내력은 실존적 안녕감에 영향을 미치며 이는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($\beta = -.748, p < .001$). 셋째, 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감과의 관계에서 회복탄력성과 초월자기는 이중매개효과를 가지며 이는 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

본 연구의 결과를 통하여 고통 감내력, 회복탄력성 그리고 초월자기가 기독교인의 실존적 안녕감에 영향을 주는 중요한 요인으로 작용한다는 사실을 시사하였다. 이러한 연구 결과에 근거하여 실천적 함의와 제언을 논의하였다.

주제어: 고통 감내력, 실존적 안녕감, 초월자기, 회복탄력성, 매개효과

• 논문 투고일: 2021년 3월 25일

• 논문 수정일: 2021년 5월 1일

• 게재 확정일: 2021년 5월 6일

* 한국성서대학교 기초교육원 교수

** 한국성서대학교 대학원 기독교상담전공 박사과정

I. 여는 글

우리는 코로나19 바이러스가 전 세계를 지배하는 세상에서 지금까지 한 번도 경험해 보지 못한 새로운 세상의 여러 면모를 경험하거나 목격하며 살고 있다. 이러한 현상은 많은 사람들의 삶의 일상을 송두리째 흔들고 있으며, 말할 수 없는 고통 속으로 몰아가고 있다. 앞으로 코로나가 정복된다고 할지라도 이 세상에서 진정한 유토피아를 기대 할 수 없는 이유는 코로나 못지않은 셀 수 없이 많은 종류의 바이러스와 박테리아들이 이 세상에는 여전히 그득하기 때문이다. 20세기에 접어들고 지난 1백여 년 동안 과학이 급속도로 발달하면서 많은 지식이 축적되었다. 이로 인하여 인간을 이해하는 수준에 상당한 진보를 이뤘음에도 불구하고 인간의 죽음을 포함한 고난과 고통이라는 본질적인 문제에 대해서는 여전히 해답을 찾지 못했다(크리스천투데이, 2020).

인간은 동물과는 다르게 심리적 괴로움과 육체적인 아픔이 함께하는 고통(苦痛)을 경험하는 존재이다(Hayes & Smith, 2010). 욥기의 저자는 “인생은 고난을 위하여 났나니 불티가 위로 날음 같으니라.”(욥 5:7)고 하였다. 시편 저자는 고통 받는 성도의 부르짖음이 가득한 것을 표현 하였(시 25:17, 31:7, 73:5, 88:7, 119:153), 선지자들의 메시지에서도 불의와 고통(사 49:13; 렘 10:9; 호 5:15)에 관한 내용을 많이 볼 수 있다. 그리고 신약 성경에서는 인류의 고통과 그 고통에 참여하시는 그리스도를 전하고 있는 모습을 볼 수 있다(행 9:16; 롬 8:18). 히브리서 저자는 이 땅에 고통이 없는 곳이 없는 이유는 “이 피조 된 세상에는 영원한 도성 없으므로”(히 13:14)라고 한다. 예수님의 십자가 고통의 원인은 죄를 없애고(요 일 3:5) 우리를 고통 그 자체에서 해방시키 위함이었다. 하지만 우리는 구원의 ‘이미’와 ‘아직’ (already but not yet) 사이의 긴장관계에 있기 때문에 고통은 현존의 삶 속에서 늘 존재 한다(요 1:12; 롬 8:18, 8:24).

고통은 누구에게든 찾아오지만 고통에 대한 반응은 사람마다 다르기 때문에 고통을 대하는 태도에 따라서 고통이 절감 되거나 더 큰 고통을 겪게 되기도 한다(정지현, 2015). 따라서 최근에 고통에 대한 반응과 관련한 고통 감내력이 다양한 정신장애의 예방과 치료에 있어서 중요한 연구 주제로 다루어지게 되었다(서장원, 권석만, 2015; 정지현, 권석만, 2015; 정지현, 2017; Bernstein et al., 2009; Cogle et al., 2011; Howell et al., 2010; Linehan, 1993; Vujanovic et al., 2013). 고통 감내력이 낮은 사람은 고통스러운 감정에 주의가 함몰되고 기능이 저하 되지만(김미경, 2016; Simons & Gaher, 2005) 고통을 수용하며 견뎌으로써 고통 감내력을 증진시킨 사람은 정적 정서가 증가되고 부정 정서가 감소되는 것으로 나타났다(정지현, 2020).

고통 감내력에 대한 초기 연구는 주로 경계선 성격장애와 고통 감내력의 관계를 밝히는데 목적이 있었으나(Linehan, 1993) 최근에는 정서와 행동(정지현, 2020) 그리고 중독(이한정, 신호철, 2020) 등 다양한 분야에서 연구가 실시되고 있다. 종교분야에서도 고통 감내력(한영인, 2019)을 변인으로 하는 연구가 실시되고 있다. 고통 또는 고난에 대한 기독교적 관점은 하나님의 섭리 속에서 하나님과 연합해 가는 여정으로 보고 있다(조인호, 2014; 최은영, 2008). 하지만 기독교 내에서 고통 감내력을 변인으로 한 연구는 실시되지 못하고 있는 실정이다.

성경은 고통을 감내 할 수 있는 능력 가운데 믿음(막 5:36; 롬 5:3-4)과 긍정적 태도(빌 4:13; 약 1:22)의 중요성을 강조하고 있으며, 소망(딤후 1:1; 골 1:27)을 통한 회복력과 내면의 자기 통찰(잠 1:2-4, 6)을 중요하게 여기고 있다.

따라서 본 연구에서 기독교인을 대상으로 하여서 고통 감내력이라는 독립변인을 지난 1980년대 이후 영적 안녕감의 연구에서 수평적적 요소로 적용 된 실존적 안녕감(박미하, 2015; 이진화, 2012; Banks, 1980;

Chapman, 1986; Ellison, 1983; Paloutzian & Ellison, 1982)을 종속변인으로 하여 현대인들의 마음의 건강지표가 되는 회복탄력성과 영성과 관련이 있는 초월자기의 다중매개의 효과성을 검증하기 위해서 실시하고자 한다.

본 연구의 목적은 기독교인의 고통 감내력이 실존적 안녕감에 영향을 미치는 가운데 회복탄력성과 초월자기의 매개효과를 검증함으로써 목회 및 교육현장 적용 할 수 있는 기초 자료를 제공하는데 있다. 또한 이러한 연구를 기초로 기독교인의 실존적 문제와 관련된 고통 감내에 대한 시사점 제언, 스트레스 대처행동 방안 모색 및 강점자원 개발 등을 위한 자료를 제시하는 데 있다. 그 뿐만 아니라 기독교인으로서 하나님의 섭리 안에서 주어진 고난을 감당하는 것에 대한 실존적 이해와 자기 초월을 기반 한 행복한 기독교인의 삶을 영위하며 시대적 사명을 감당하는데 도움을 줄 수 있는 참고자료를 제공하는데 있다.

본 연구의 목적을 달성하기 위한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 기독교인의 고통 감내력, 실존적 안녕감, 회복탄력성, 초월자기는 서로 상관관계가 있을 것이다.

둘째, 기독교인의 고통 감내력이 실존적 안녕감에 영향을 미칠 것이다.

셋째, 기독교인의 고통 감내력이 실존적 안녕감에 영향을 미치는 관계에서 회복탄력성과 초월자기는 이중 매개 효과를 가질 것이다.

II. 펴는 글

1. 이론적 배경

1) 고통 감내력의 의미 및 선행연구

고통 감내력(Distress tolerance)은 ‘고통(Distress)’과 ‘감내력

(Tolerance)'을 포괄하는 개념이다. 고통(distress)은 유기체의 부정적인 경험과 스트레스 사이에서 깊은 관련이 있으며(Selye, 1956), 감내력(tolerance)은 불쾌한 무언가를 견디는 능력(ability)을 의미한다(Leyro et al., 2010). 이 두 개념으로 구성된 고통 감내력은 주관적 혐오감을 유발하거나 위협으로 다가오는 상태를 견디는 능력이라고 넓게 정의되고 있다(Zvolensky et al., 2010). 하지만 고통을 어떠한 관점에서 보느냐에 따라서 고통 감내력에 대한 정의는 다양하다. 고통 감내력과 관련된 다양한 학자들의 개념을 정리하면 모호함에 대한 감내력(tolerance of ambiguity; Frenkel-Brunswik, 1948; Norton, 1975), 불확실성에 대한 감내력(intolerance of uncertainty; Buhr & Dugas, 2002; Freeston et al., 1994), 불편한 신체적 감각을 견디는 능력에 대한 불편감 감내력(discomfort intolerance; Schmidt, & Lerew, 1998), 부적 정서 상태를 경험하고 견디는 능력에 대한 고통 감내력(Simons & Gaher, 2005), 좌절에 대한 감내력(Harrington, 2005) 등이 있다(정지현, 2015).

종합하면, 고통 감내력은 불확실한 상황에서 오는 적응 도전(Hirsh, Mar, & Peterson, 2012)과 신체 · 심리 · 정서적 불편함(Simons & Gaher, 2005)을 초래하는 상황에서 인내하는 개인의 심리적 능력으로 정의할 수 있다.

성경은 고통을 다양한 관점으로 바라보고 있다. 로마서 8:28과 연결되는 힐링과 영성 그리고 하나님의 섭리로 이해되는 고통(박철현, 2013), 고난 속에서 탄원을 통하여 하나님의 회복에 대한 기대(박영준, 2020), 인간의 태도와 하나님의 은혜의 관계(시 120:1-4; 욥 1-42; 약 1:2-3; 고후 12:9), 믿음 안에서 고통 감내력을 통한 정적 성숙을 대표적인 예시로 들 수 있다(시 34:19, 119:71; 약 1:2). 그리스도인들에게 고통을 견디고 수용할 수 있는 고통 감내력이 필요한 이유는 영적 성장(고전 3:3-4; 히 5:12-14; 엡 4:13-16)과 정신건강을 위해서이다(Linehan,

1993; Simons et al., 2005).

고통 감내력에 대한 선행 연구를 살펴보면, 고통 감내력의 기본 개념 및 주요 이론에 대한 포괄적 접근(김수민, 2016; 서장원, 권석만, 2015; 안계훈, 김은정, 2017; Bardeen et al., 2013; Zvolensky et al., 2011)을 비롯해서 고통 감내력의 개인차에 대한 연구(강화정, 이지연, 2016; 고효정, 2014; 권희주, 2014; 김수민, 2016; 신석환, 2019; 신윤경, 2017; 양혜미, 이봉건, 2016; Brown et al., 2002; Buckner et al., 2007; Daughters et al., 2005; Howell et al., 2010)가 활발하게 진행되었다. 그리고 고통 감내력의 계층적 모델에 대한 연구(Zvolensky et al., 2010)와 상위차원의 고통 감내력의 시사점을 제안하는 연구들이 실시되었다(이연주, 2020).

임상과 관련 된 고통 감내력 연구로는 통증에 대한 감지력 측정(김세원, 2019; 권영실, 2017; 서아현, 2019; Litt, 1988; Scott et al., 1981)과 우울 및 불안과 자살 위험에 관련된 연구가 실시 되었고(정지현, 권석만, 2013; 장하연, 조용래, 2012; 조용상, 2018 서장원, 권석만, 2016), 경계선 성격장애(Linehan, 1993), 불안장애(Lapos et al., 2015)를 비롯해서 다양한 심리장애의 공통요인에 대한 연구도 주목받게 되었다(Leyro, Zvolensky, & Bernstein, 2010). 그리고 고통 감내력 향상과 관련 된 프로그램 적용 연구(김선경, 한영주, 2014; 신정연, 손정락, 2011; 심교린, 김완석, 2018; 한초롱, 김정호, 김미리혜, 2019; Kristeller et al., 2006)도 실시되었다. 최근에는 이연주(2020)에 의해서 고통 감내력의 하위요인을 신체적, 정서적 불확실한 상황에 대한 감내력으로 구분하여 성인용 고통 감내력 척도 개발 연구도 실시되었다.

이와 같이 일반 심리학의 영역에는 고통 감내력에 대한 연구가 활발하게 진행되고 있음을 볼 수 있다. 하지만 하나님의 뜻을 이루어가기 위한 믿음의 인내와 성숙이 요구되는 기독교인들을 대상으로 하는 고통 감

내력에 대한 연구가 없음을 볼 수 있다. 따라서 본 연구는 기독교인들을 대상으로 인내와 성숙에 중요한 요인으로 작용하는 고통 감내력에 대한 학술적 연구로서의 의의가 있다고 하겠다.

2) 실존적 안녕감의 의미 및 선행연구

실존(實存)으로 번역된 ‘Existence’, ‘Existenz’은 라틴어 *existentia*의 동사 *existere*에서 유래 되었는데, 이는 밖을 의미하는 *ex*와 *to stand*, ‘서 있다’ 또는 ‘나타나다’를 의미하는 *sistere*의 합성어로 ‘밖에 드러나 있는 것’ 즉, ‘현존(現存)을 의미한다(박영식, 2000; Zimmermann, 1987).

실존철학의 창시자인 Kierkegaard(1941: 181)는 종교적 실존의 입장에서 “사람은 어떻게 크리스천이 되는가”를 필생의 과제로 탐구했다(조수환, 2008). 이러한 맥락에서 실존적 안녕감은 영적 안녕감의 하위변인 중 하나로 분류되어 구체적으로 탐구의 대상이 되고 있다.

실존적 안녕감에 대한 정의는 학자에 따라 다양하게 이해되고 있는데, Morberg(1984: 360-364)는 “실존적 안녕감은 자신의 존재에 대한 만족 또는 인생의 의미나 목적의 지각”이라고 하였다. Meraviglia (1999: 30-33)는 실존적 안녕감과 종교적 안녕감을 구분하여 실존적 안녕감을 자기 자신, 타인, 자연이 관계하는 수평적 차원으로 구분하고 종교적 안녕감을 수직적 차원으로 구분하였다. Banks(1980), Ellison(1983)과 Chapman(1986)는 실존적 안녕감은 수평적 안녕감으로 자신과 타인 그리고 삶에 대한 목적과 의미 등의 가치에서 얻어지는 안녕감이라고 말하였다. 실존적 안녕감의 대표적 학자인 Paloutzian과 Ellison(1982: 230-236)은 실존적 안녕감에 대해서 다음과 같이 정의하였다.

실존적 안녕감은 인간의 삶에 대한 만족감과 삶의 의미와 목적에 관

제한다. 이는 인간의 신념, 가치, 생활양식을 통한 하나님과의 관계에서 궁극적으로 가치가 있는 경험을 포함하며, 개인과 환경과의 상호작용을 반영한다. 또한 인간의 대인관계는 사랑과 용서, 믿음의 표현에 기본을 두며, 이것은 생의 의미와 목적으로 연결된다.

정리하면, 실존적 안녕감은 수평적 차원으로써 인간의 삶에 대한 만족감, 의미, 목적과 관계된다. 그리고 현재 개인의 삶에 대해서는 현실적 만족과 의미를 가지며, 미래에 대해서는 미래지향성을 갖고 있는 긍정적인 건강성을 의미한다.

따라서 실존적 안녕감은 자기 가치와 삶의 만족, 의미를 통해 미래를 긍정적으로 바라보며, 자신과 관련한 환경과 원만한 상호관계를 유지하는 것을 의미한다고 하겠다(조수환, 2008).

박미하(2015: 112)는 기독교적인 관점에서 “실존적 안녕감은 하나님과의 관계에서 세상과 구별된 삶의 의미와 목적을 추구하는 영적 욕구”라고 정의하였는데, 공동체와의 관계성과 안녕으로 표현되는 구약 성경의 샬롬(שָׁלוֹם)을 통해서 구체적으로 이해 할 수 있다(Westermann, 1969). 샬롬은 구약성경에서 209번이나 나타나며 어근인 ‘šlm’은 우가릿어에서 ‘온전하다’라는 기본적인 의미를 가진다(홍성혁, 2015). 신학적 관점에서 샬롬은 책임, 안전, 과정, 온전함으로 정의하는 목회신학적 관점과 토라와 언약에서 중요하게 여기는 순종과 관련되어 이해된다(김영욱, 2014; 김정우, 2015). 구약 성경에서 샬롬은 개인과 공동체의 실존적 안정감과 번영을 의미하며(대상 4:10, 22:9; 시 37:11, 72:3, 147:14; 사 9:7, 26:3, 12, 54:13, 66:12; 슥 8:12; 레 26:6; 민 6:26; 렘 4:10, 8:15, 14:19)(Batto, 1987: 187-211), 하나님으로 부터 받은 모든 존재 양식(대상 22:9; 민 6:26)과 실존적 안녕(대상 22:9; 민 6:26; 렘 6:13-14)에 대해서 말하고 있음을 본다. 성경은 인간의 진정한 실존적 안녕은 하나님과 관계를 통해서 이루어질 수 있으며(시 50:1, 147:5; 마

10:30; 요일 3:20), 평화의 왕으로 오신 주님과과의 관계를 통해서 성취 될 수 있음을 의미한다(눅 2:14; 요 14:27, 16:33; 엡 2:16-17). 이는 영적 안녕감의 수직적 차원인 종교적 안녕감과 수평적 차원인 실존적 안녕감의 상호작용 속에서는 진정한 안녕(Well-being)이 이루어 질 수 있음을 의미한다고 하겠다.

실존적 안녕감에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다. 실존적 안녕감에 대한 연구는 서구에서 1980년부터 영적 안녕감에 포함되어 실시되었고, 우리나라에서는 1990년 이후 연구가 실시되었다(김유심, 2008). 실존적 안녕감이 본격적으로 연구되어진 것은 Paloutzian과 Ellison(1983)이 영적 안녕을 수직적 차원과 수평적 차원으로 구분하여 설명하기 시작하면서 부터라고 할 수 있다. 선행연구에서는 실존적 안녕감이 높은 사람은 부정적 생활사건 가운데에서도 삶의 의미와 목적에 초점을 두며 고통을 극복하는 특징이 있는 것으로 나타났다(이진화, 2012; Hendricks-Ferguson, 2006). 그리고 실존적 안녕 정도가 높은 사람은 부정 처지와 환경에도 불구하고 자신의 인생에 긍정적 태도를 보이며, 내적인 조화와 평화, 감사와 만족, 타인과의 지속적인 관계를 유지할 수 있고(박미하, 2015; Vaughan, 1986) 삶의 활력소를 지니게 되는 것으로 나타났다(남정민, 2017; Underwood & Teresi, 2002). 그 뿐만 아니라 심리 및 종교와 관련한 연구에서 실존적 안녕감이 높을수록 부정 정서가 완화되고 삶의 만족도 높은 것으로 나타났다(김은정, 2006; 박혜원, 2013; 서경현, 전검구, 2004; 서경현 외, 2009; 허현나, 2002). 그리고 청소년들을 대상으로 연구에서 실존적 안녕감은 학교적응을 높이는 요인으로 작용하는 것으로 나타났다(안영혜, 허난설, 2020; 오윤선 2018). 또한 실존적 안녕감은 알코올 의존 환자의 회복과 정신건강 증진에 내적 자원이 될 수 있었다(정현옥, 채영선, 김희숙, 2015). 이처럼 실존적 안녕감은 정신건강에 영향을 미치는 중요한 요인

임을 알 수 있다. 선행 연구를 통해서 볼 때 기독교인을 대상으로 한 실존적 안녕감에 대한 다양한 연구가 실행되었다. 하지만 고통 감내력을 독립 변수로 한 연구는 본 연구가 처음으로 실시되기에 연구의 의의가 있다고 하겠다.

3) 회복탄력성의 개념 및 선행연구

회복탄력성의 영문 표기인 ‘Resilience’는 라틴어인 ‘resiliens’에서 유래된 용어으로써, 원래는 탄력이 있는 물질에 대하여 설명하기 위해 사용된 용어이다(Olsson et al., 2003). 하지만 긍정심리학이 주목을 받기 시작하면서, 1990년 이후 ‘resilience’는 ‘심리적 건강성’(이완정, 2002), ‘회복력’(김혜성, 1997), ‘회복탄력성’(신우열, 최민아, 김주환, 2009) 등 다양하게 번역되어 사용되었다. Resilience가 우리나라에서 ‘회복탄력성’의 개념으로 일반화된 것은 김주환(2011)이 적극 사용하면서이다. 회복탄력성에 대하여 학자들은 위험한 상황에 대한 개인의 대처능력(강연정, 2012; 오윤선 2015; Block, 1980; Russell, 1995)으로 일관되게 정의를 내린다. 회복탄력성을 구성하는 하위요인은 크게 개인적 차원과 사회적 차원으로 나뉜다(신우열, 김민규, 김주환, 2009; 홍은숙, 2006; Dyer & McGuinness, 1996; Wagnild & Young, 1993). 종합하면 회복탄력성은 스트레스에 대한 적절한 대처행동과 관련이 있다.

성경은 회복과 관련된 하나님의 은혜를 다루고 있다(대하 7:14; 마 5:1-12). 그리고 고난과 관련하여 고난을 극복하게 하는 하나님의 은혜(히 12:7-11; 뱀전 4:12-13; 고전 10:13)에 대해서도 다루고 있다. 최용성(2016: 109-111)은 “회복탄력성은 성경에서도 중요한 개념으로 떠오르며, 성화의 목표인 그리스도의 형상으로 변화하는 과정에서 매우 중요한 개념이다. 하나님께서 우리의 삶을 괴로움으로 채우는 이유는 예수

그리스도의 형상을 닮고 회복탄력성을 배우게 하기 위함”이라고 주장하며 회복탄력성의 중요성을 강조했다.

회복탄력성에 대한 선행 연구는 다음과 같다. 회복탄력성은 Norman Garmezy가 1970년대에 개발한 ‘Project Competence’에서 최초로 언급이 되었다(오윤선, 2015). 그 이후 유년기의 경험에 대한 발달적 측면에서 본격적으로 이루어 졌으며(Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000), 이후 성인 까지 확장되어 꾸준한 연구가 이루어지고 있다(Bonanno, 2005).

임상적 측면에서는 우울, 스트레스 그리고 자살에 영향을 미치는 중요한 요인으로 주목을 받고 있으며, 코로나19(COVID-19)로 인한 심리적 문제에서도 중요한 요인으로 떠오르고 있다(박원주, 이기학, 2010; 양영미, 2013; 이명진, 2021). 기독교 상담에서는 회복탄력성을 인간의 영적 이해에서 중요한 개념이며, 기독교인의 신앙과 용서 그리고 종교적 신념에 영향을 미치는 요인으로 주목을 받고 있다(강수경, 유상희, 2020; 오윤선, 2015; 유상희, 2019; 조운옥, 2016).

이를 통해서 회복탄력성은 개인의 심리적 건강뿐만 아니라 영적 건강 차원에서도 중요한 자원임을 알 수 있다. 선행연구를 통해 볼 때 기독교인을 대상으로 한 회복탄력성 연구는 기독교인의 신앙 및 정신건강과 관련이 있다. 하지만 독립변수인 고통 감내력과 관련된 연구는 없으므로 본 연구의 학술적 의의가 있다고 볼 수 있다.

4) 초월자기의 개념 및 선행연구

초월에 대한 논의는 철학, 신학 그리고 심리학의 분야에서 논의되어 왔다. 초월에 대한 철학적 의미는 ‘초월적(transcendent)’이라는 뜻으로 넘어가는 것을 의미하며, 인식론에서는 ‘초월론적(transcendental)’이라는 뜻으로 인식의 초월을 의미한다(박병준, 2006, 2009). 신학적 관점에

서 초월은 하나님과의 관계성, 하나님의 형상(imago Dei)과 그리스도를 닮아가는 것 그리고 마음을 드높이는 것(sursum corda)과 관련이 있다(김선권, 2015; 박재홍, 2004; 서창원, 2003; 안인숙, 2017; 오방식, 2013; 유진열, 2013; 이규성, 2012; Hoekema, 2012; McGrath, 2014). 심리학적 접근에서 초월은 초개인으로도 이해되며, 개인의 경험적 측면과 관련이 있는 다차원적인 요인으로 이해된다(강성례, 2006; 김명권, 2009; 최영민, 조아라, 김민숙, 2008; Coe & Hall, 2010; Grof, 1993; Lukoff & Lu, 2005; May, 1982; Sperry, 2001). 이러한 논의 속에서 인간은 초월의 본질을 지닌 존재이며, 자아실현의 욕구를 가진 존재로 이해할 수 있다(Benner, 1992; Maslow, 1970).

초월자기라는 개념은 기독교상담의 한 이론인 초월상담에서 시작되었다(안인숙, 2017). 초월상담에는 초월이 인간 내면의 초월적 본능과 외부의 초월적 존재의 상호작용에서 나타타며, 개인과 초월자와 연관이 있는 수직적 차원 그리고 대인관계적 측면과 연관이 있는 수평적 차원에서 일어난다고 주장한다(김용태, 2004, 2014). 안인숙과 김용태(2019: 186)는 초월자기를 에 대하여 하나님과의 관계, 초월자와의 관계, 심리내적, 영적, 인식 확장, 대인관계와 개인의 욕구의 관계, 내면화된 영성으로 구분했다. 각각의 하위요인에 대한 정의는 다음과 같다.

심리내적 초월은 내가 현재의 나를 넘어서서 나를 보는 것이며 그 결과 자신과의 대화를 통해 존재의 근원을 알고 개인의 욕구와 현실을 알고 조절하는 것이다. 영적 초월은 하나님과의 관계를 통한 초월이고 관계적 초월은 자신을 넘어 타인을 자각하고 그에 따라 자신의 욕구를 조절하거나 변형하는 것을 의미한다.

라며 초월자기를 구성하는 하위요인에 대하여 정의했다. 초월에 대한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다. 초월이라는 개념이 국내에서 주목을

받기 시작한 것은 2004년 부터였다(김용태, 2004). 그 이후 철학적 개념 부터 임상적 적용까지 연구가 다양하게 시도되었다(김용태, 2007, 2014, 2018; 안인숙, 김용태, 2019). 초월과 관련된 척도는 국외에서 영성과 관련하여 Judy W. Howden(1992)의 ‘The spiritual assessment scale(SAS)’, Ralph L. Piedmont(1999)의 ‘The spiritual transcendence scale(STS)’ 이 개발되었다. 국내에서도 마찬가지로 영성과 관련하여 ‘한국인을 위한 영성 척도(이경열, 김정희, 김동원, 2003)’, ‘한국판 인본주의적-현상적 영성 지향 척도(박성현, 성승연, 2013)’ 가 개발되었다. 초월에 초점을 맞춘 척도로는 안인숙(2017)의 ‘초월자기척도’가 개발되었다. 자기초월을 위한 프로그램 개발은 주로 간호학 분야에서 이루어 졌다(권인각 외, 2001; 박민애, 오현수, 2020). 초월에 대한 임상적 연구에서 초월은 행복감, 영성, 죽음 관련 불안, 중독, 심리적 건강성 등에 중요한 영향을 끼치는 요인으로 나타났다(김순이, 이정인, 2013; 김연실, 김석선, 2017; 송수진, 정영숙, 2016; 정영숙 외, 2013). 이를 통해 알 수 있는 것은 초월은 영성과 밀접한 관련이 있다는 것이다. 하지만 초월과 관련된 실증적 연구 및 척도 개발에 대한 연구는 부족한 실정이다. 또한 기독교적 관점에서 초월에 대한 연구의 필요성은 지속적으로 언급되고 있다(김용태, 조난숙, 2013; 김용환 최금주, 김승곤, 2009). 따라서 본 연구는 초월과 관련된 다양한 연구의 필요성에 의하여 고통과 인간 실존의 문제에서 철학적, 신학적 개념인 초월에 대한 양적 연구를 실시한다는 점에서 의의가 있다고 하겠다. 또한 초월과 관련한 변인들과의 상관성 검증과 영향력 검증을 통해 초월이 갖고 있는 실증적 자료를 제시한다는 점에서 연구의 의의가 있다고 하겠다.

2. 연구방법 및 절차

1) 연구방법 및 대상

본 연구는 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감과의 관계에서 회복탄력성과 초월자기의 이중매개효과를 고찰하기 위한 연구방법이 적용되었다. 이를 위해 서울 및 경기도에 거주하면서 지역교회에 소속되어 있는 기독교인을 대상으로 온라인을 통한 질문법을 사용하여 조사·분석되었다. 조사 기간은 2021년 2월 1일부터 2021년 2월 22일까지이며, 수거된 자료 가운데 불성실한 응답을 제외한 최종 315명의 수집 자료를 가지고 분석 자료로 활용하였다. 연구 대상의 분포는 남자 110명(34.9%), 여자 205명(65.1%)이었으며, 연령대는 20대 45명(14.3%) 30대 115명(36.5%), 40대 55명(17.5%), 50대 85명(27%), 60대 이상 15명(4.8%)로 나타났다.

2) 연구 도구

(1) 성인용 고통 감내력 척도

본 연구에서 사용된 고통 감내력의 측정 도구는 이연주(2020)가 개발한 성인용 고통 감내력 척도이다. 이 도구는 고통 감내력에 대해서 신체적 고통 감내력, 정서적 고통 감내력 그리고 불확실한 상황에 대한 감내력 세 가지 하위 요인으로 구성되어 있다. 이 척도는 Likert 5점으로 '매우 그렇다(5점)'에서 '전혀 그렇지 않다(1점)'로 평정하였다. 척도의 개발 당시 전체 Cronbach's α 는 .81로 나타났으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 계수는 .764로 나타났다.

(2) 실존적 안녕감 척도

본 연구에서 사용된 실존적 안녕감의 측정 도구는 Paloutzian과 Ellison(1982)이 개발하고 이진화가 번안 및 수정하여 타당화 연구를 마

친 것을 이수경(2020)이 사용한 척도이다. 본래 이 도구는 Paloutzion과 Ellison이 영적 안녕감(Spiritual well-being)을 위해서 개발하였으며, 하위요인으로 종교적 안녕감과 실존적 안녕감으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 영적 안녕감에서 실존적 안녕감 요인을 추출하여 사용하였다. 이 척도는 Likert 5점으로 ‘매우 그렇다(5점)’에서 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’로 평정하였다. 이수경(2020)의 연구에서 실존적 안녕감의 Cronbach’s α 계수는 .982로 나왔으며 본 연구에서 Cronbach’s α 계수는 .896로 나타났다.

(3) 회복탄력성 척도

본 연구에서 사용된 회복탄력성의 측정 도구는 신우열, 김민규, 김주환(2009)에 의해 개발된 ‘YKRQ-27’을 허운영(2012)이 수정·보완한 척도이다. 회복탄력성 척도는 총 27문항으로 3개의 하위척도인 통제성, 긍정성, 사회성 안에 9가지 유형인 원인분석력, 감정통제력, 충동통제력, 감사하기, 생활만족도, 낙관성, 관계성, 소통능력, 공감능력으로 구성되어 있다. 이 척도는 Likert 5점으로 ‘매우 그렇다(5점)’에서 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’으로 평정하였다. 오윤선(2015)의 연구에서는 Cronbach’s α 계수가 .913으로 나타났으며 본 연구에서 Cronbach’s α 계수는 .873으로 높은 수준의 신뢰도로 나타났다.

(4) 초월자기 척도

본 연구에서 사용된 자기초월성의 측정 도구는 안인숙(2017)이 개발한 초월자기 척도(the Transcendental Self Scale)의 수정본이다. 초월자기 척도는 심리내적 초월, 절대자와의 관계에서 초월, 초월자와의 관계에서 초월, 인식 확장을 통한 관계 포용, 대인관계에서 욕구 조절, 내면화된 영성으로 총 6가지의 하위요인으로 구성되었다. 이 척도는 Likert 6점으로 ‘매우 그렇다(6점)’에서 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’로 평정하였다. 안인숙(2017)의 척도 개발 당시 초월자기의 Cronbach’s α 계수는 .914

로 나타났으며 본 연구에서 Cronbach's α 계수는 .866으로 나타났다.

3) 자료분석 기법

본 연구를 위한 자료 분석은 PASW(SPSS Win. 20) 통계 패키지 프로그램을 이용하여 실시되었다. 본 연구를 위한 주요 통계기법은 기술통계, 정규성 검증, 신뢰도(Cronbach's α) 측정, 상관관계 검증(Pearson's correlation)이 실시되었다. 그리고 연구 문제에 대한 통계적 검증을 위해서 회귀분석(Regression Analysis)을 실시하였으며, 매개효과 검증을 위해 SPSS의 Process Macro Model 6을 이용하여 분석을 실시하고, 통계적 유의 수준은 5%로 설정 하였다.

3. 연구의 결과분석 및 해석

1) 기술통계

본 연구의 기술통계 분석을 위해 변인들 간 왜도(skewness) 및 첨도(kurtosis)를 검증하였다. 왜도가 0이고 첨도가 1일 때 완전한 정규분포를 이룬다고 한다. 그리고 왜도의 기준은 절대값이 3을 초과하지 않고 첨도의 기준은 절대값이 8에서 10을 초과하지 않으면 정규분포를 이룬다고 해석한다(Kline, 2005). 또는 왜도의 절대값이 2 미만이고 첨도의 절대값이 4미만인 경우 정규분포를 이룬다고 한다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009). 본 연구에서는 실존적 안녕감의 첨도의 절대값(-1.069)이 상승한 것을 제외하고는 다른 요인들은 정규분포를 이루고 있다고 볼 수 있다. 변인들의 왜도 및 첨도를 검증 한 결과는 <표 1>과 같다.

(표 1) 측정 변인의 기술통계 ($N = 315$)

variable	M	SD	min value	max value	skewness S/SE		kurtosis S/SE	
고통 감내력	2.9580	.50066	1.57	4.21	-.226	.137	.105	.274
실존적 안녕감	4.1302	.65269	2.80	5.00	-.309	.137	-1.069	.274
초월자기	4.7997	.42585	3.83	5.66	-.111	.137	-.334	.274
회복 탄력성	4.6553	.58380	3.07	4.93	.015	.137	-.170	.274

2) 변수들 간의 상관관계 분석

기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감, 회복탄력성, 초월자기 간 Pearson의 상관관계를 실시한 결과는 <표 2>와 같다.

첫째, 고통 감내력은 실존적 안녕감($r = -.574$)과 부적 상관이 있으며, 초월자기($r = -.237$)와는 약한 수준의 부적 상관이 있고 회복탄력성($r = -.540$)과는 적당한 수준의 부적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이것은 고통 감내력의 점수가 낮을수록 실존적 안녕감, 심리내적 초월자기, 회복탄력성의 수준이 상승한다는 점을 시사한다. 둘째, 실존적 안녕감은 초월자기($r = .641$)와 높은 수준의 정적 상관이 있으며 회복탄력성($r = .720$)과도 높은 수준의 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 실존적 안녕감의 수준이 높으면 초월자기와 회복탄력성의 수준이 상승한다는 점을 시사한다. 셋째, 초월자기는 회복탄력성($r = .624$)과 높은 수준의 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 초월자기의 수준이 높을수록 회복탄력성의 수준이 상승한다는 점을 시사한다.

〈표 2〉 변인들의 상관관계 ($N = 315$)

변인	1	2	3	4
고통 감내력	1			
실존적 안녕감	-.574**	1		
초월자기	-.237**	.641**	1	
회복탄력성	-.540**	.720**	.624**	1

** $p < .01$

3) 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감과 관계에서 회복탄력성과 초월자기의 매개효과

기독교인의 고통 감내력(독립변수, X)과 실존적 안녕감(종속변수, Y) 사이에서 회복탄력성(매개변수1, M1)과 초월자기(매개변수2, M2) 각각의 매개효과와 이중매개 효과를 검증하기 위해 Andrew Hayes가 개발한 SPSS Macro 3.5의 model 6을 사용하여 분석하였다. 그 결과는 〈표 3〉과 같다.

매개효과 분석 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 독립변수인 고통 감내력과 종속변수인 실존적 안녕감의 회귀모형은 통계적으로 유의미하였으며($F = 153.732, p < .001$), 32.9% 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 독립변수인 고통 감내력은 종속변수인 실존적 안녕감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났는데($\beta = -.748, p < .001$), 고통 감내력의 점수가 낮을수록 실존적 안녕감의 수치는 상승하는 하는 것을 의미한다.

둘째, 독립변수인 고통 감내력과 매개변수1인 회복탄력성의 회귀모형은 통계적으로 유의미하였으며($F = 123.730, p < .001$), 29.1% 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 독립변수인 고통 감내력은 매개변수1인 회복탄력성에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났는데($\beta = -.432, p < .001$), 고통 감내력의 점수가 낮을수록 회복탄력성의 수치는 상승하는 하는 것을 의미한다.

셋째, 독립변수인 고통 감내력과 매개변수1인 회복탄력성 그리고 매개변수2인 초월자기의 회귀모형은 통계적으로 유의미하였으며($F = 105.458, p < .001$), 전체 모형에 대해서는 40.3% 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 독립변수인 고통 감내력은 매개변수2인 초월자기에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며($\beta = .012, p < .01$), 매개변수1인 회복탄력성은 매개변수2인 초월자기에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .744, p < .001$). 이는 고통 감내의 점수가 높은 경우 즉, 고통에 대해서 취약할 때 초월자기 점수도 상승하는 것을 의미한다고 볼 수 있다. 회복탄력성의 수준이 높은 경우 초월자기의 수준도 같이 상승하는 것을 의미한다.

마지막으로 독립변수인 고통 감내력, 종속변수인 실존적 안녕감, 매개변수1인 회복탄력성과 매개변수2인 초월자기의 회귀모형은 통계적으로 유의미하였으며($F = 188.833, p < .001$), 전체 모형에 대해서는 64.6% 설명력을 갖는 것으로 나타났다. 매개변수를 투입했을 때, 고통 감내력은 실존적 안녕감에 부정적인 영향을 나타냈다($\beta = -.408, p < .001$). 매개변수인 회복탄력성($\beta = .526, p < .001$)과 초월자기($\beta = .559, p < .001$)는 실존적 안녕감에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 회복탄력성과 초월자기의 수준이 높을수록 실존적 안녕감의 수준이 증가하는 것으로 해석할 수 있다.

본 회귀모형에서 독립변수인 고통 감내력이 종속변수인 실존적 안녕감에 미치는 영향에서 매개변수인 회복탄력성과 초월자기를 투입하지 않았을 때와 투입했을 때를 비교하면 영향력이 작아진 것을 확인할 수 있었다($\beta = -.748 \rightarrow \beta = -.408$). 또한 매개변수를 투입한 후에도 독립변수인 고통 감내력이 종속변수인 실존적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 보면, 회복탄력성과 초월자기는 고통 감내력과 실존적 안녕감과의 관계를 부분매개 하는 것으로 나타났다. 이는 기독교인의 실존적 안녕감에

고통 감내력과 회복탄력성 그리고 초월자기 모두 영향을 미치는 중요한 요인임을 시사한다. 본 연구를 통해서 나타난 변수 값의 통계적 유의성에 대한 이중 매개효과 연구모형을 제시하면 [그림 1]과 같다.

〈표 3〉 기독교인의 고통 감내력, 심리내적 초월자기, 회복탄력성의 매개효과

모형	Coeff	se	t	F	R2
outcome variable: 실존적 안녕감(Y)					
고통 감내력 (X)	-.748	.060	-12.399***	153.732***	.329
outcome variable: 회복 탄력성(M1)					
고통 감내력 (X)	-.432	.038	-11.346***	123.730***	.291
outcome variable: 초월자기(M2)					
고통 감내력 (X)	.120	.044	2.704**	105.458***	.403
회복탄력성 (M1)	.744	.055	13.471***		
outcome variable: 실존적 안녕감(Y)					
고통 감내력 (X)	-.408	.053	-7.717***	188.883***	.646
회복탄력성 (M1)	.526	.082	6.403***		
초월자기 (M2)	.559	.067	8.347***		

p < .01, *p < .001

매개변수인 회복탄력성과 초월자기가 독립변수인 고통 감내력과 종속변수인 실존적 안녕감 사이에서 가지는 간접효과의 유의성을 검증하기 위해 Bootstrapping 검증을 실시한(Shrout, & Bolger, 2002)결과는 〈표 4〉와 같다.

〈표 4〉에 의하면 본 연구의 총 효과는 신뢰구간 95%에서 상한 값과 하한 값 사이에 '0' 이 없으므로 유의하며(LLCI~ULCI[-.867~-.630]) 독립변수가 가지는 직접효과 또한 신뢰구간 95%에서 상한 값과 하한 값 사

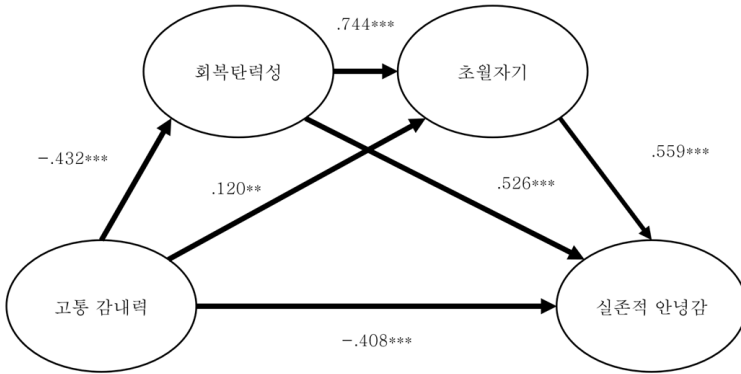
이에 '0' ($LLCI \sim ULCI[-.512 \sim -.304]$)이 없으므로 유의하다. 이는 독립변수가 종속변수에 미치는 영향이 매개변수에 의해 부분매개 됨을 의미한다. 즉, 독립변수인 고통 감내력은 매개변수인 회복탄력성과 초월자기를 통해서 종속변수에 영향을 끼치며 고통 감내력이 종속변수인 실존적 안녕감에 부분적으로 영향을 미친다고 할 수 있다. 간접효과의 통계적 유의성은 신뢰구간 95%에서 상한 값과 하한 값 사이에 '0' ($LLCI \sim ULCI[-.429 \sim -.244]$)이 없으므로 간접효과의 통계적 유의성이 검증되었다. 이는 독립변수가 종속변수에 미치는 영향이 매개변수에 의해 부분 매개되는 것을 의미한다. 즉, 독립변수인 고통 감내력은 매개변수인 회복탄력성과 초월자기와 함께 실존적 안녕감에 영향을 미친다고 볼 수 있다. 또한 본 연구의 이중 매개효과 모델의 경로인 경로 1(Ind 1; $X \rightarrow M1 \rightarrow Y$; $(LLCI \sim ULCI[-.320 \sim -.136])$)과 경로 2(Ind 2, $X \rightarrow M1 \rightarrow M2 \rightarrow Y$; $(LLCI \sim ULCI[.016 \sim .124])$) 경로 3(Ind 3, $X \rightarrow M2 \rightarrow Y$; $(LLCI \sim ULCI[-.241 \sim -.123])$)이 갖고 있는 간접 효과에 대한 통계적 유의성을 의미한다.

따라서 독립변수와 종속 변수 사이에서 회복탄력성이 매개효과를 갖는 경로(경로 1), 회복탄력성과 초월자기를 순차적으로 매개하는 경로(경로 2) 그리고 초월자기를 매개하는 경로(경로 3) 모두 95% 신뢰구간에서 상한값과 하한값에 '0'을 포함하지 않으므로 세 경로 모두 통계적으로 유의하다고 하겠다.

〈표 4〉 간접효과의 통계적 유의성

모형	B	se	LLCI	ULCI
Total effect	-.748	.060	-.8670	-.630
Direct effect	-.408	.053	-.512	-.304
Indirect effects	Total	0.047	-.429	-.244
	Ind 1	0.047	-.320	-.136
	Ind 2	0.027	.016	.124
	Ind 3	0.030	-.241	-.123

Ind 1: X → M1 → Y
 Ind 2: X → M1 → M2 → Y
 Ind 3: X → M2 → Y
 LLCI: Lower Level Confidence Interval
 ULCI: Upper Level Confidence Interval



〈그림 1〉 이중 매개효과 모형

III. 닫는 글

1. 연구의 논의

본 연구의 목적은 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감과의 관계에서 회복탄력성과 초월자기의 이중매개효과를 검증하는 데 있다. 연구 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감, 회복탄력성 그리고 초월자기의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 상관계수 분석을 실시하였다. 그 결과 고통 감내력은 실존적 안녕감($r = -.574$)과 적당한 수준의 부적 상관이 있으며, 초월자기($r = -.237$)와는 낮은 수준의 부적 상관이 있고 회복탄력성($r = -.540$)과는 적당한 수준의 부적 상관관계가 있는

것으로 나타났다. 실존적 안녕감은 초월자기($r = .720$)와 높은 수준의 정적 상관관계가 있으며, 회복탄력성($r = .665$)과도 높은 수준의 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 초월자기는 회복탄력성($r = .651$)과 높은 수준의 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 본 연구의 상관분석을 통해 ‘연구가설 1: 기독교인의 고통 감내력, 실존적 안녕감, 회복탄력성, 초월자기는 서로 상관관계가 있을 것이다.’가 입증된 것이다. 이와 같은 연구 결과는 박영례와 조성호(2018)의 연구에서 고통 감내력이 주관적 안녕감과 밀접한 관계가 있다는 것과 유사한 결과이다. 또한 고효정(2014)의 연구에서 중년 여성의 영성과 불안·우울의 관계에서 모호함에 대한 감내력이 부분적으로 영향을 미친다는 연구 모형의 결과와 유사하다. 이는 기독교인에게 다가오는 적응적 도전(Hirsh, Mar, & Peterson, 2012)에 따른 개인의 심리적 요인과 영적인 요인이 서로 관계가 있음을 의미한다. 특히 개인의 심리적 능력과 영성 그리고 초월자기의 의 상관관계를 입증함으로써 심리적, 영적 관계에서 초월이 갖고 있는 관계성에 대한 시사점을 제공했다는 것에 의미가 있다고 하겠다.

둘째, 기독교인의 고통 감내력이 실존적 안녕감에 미치는 영향을 분석한 결과 고통 감내력은 실존적 안녕감($\beta = -.748, p < .001$) 통계적으로 유의한 영향을 미치며 32.9%의 설명력을 갖고 있는 것으로 나타났다. 이는 ‘연구가설 2: 둘째, 기독교인의 고통 감내력이 실존적 안녕감에 영향을 미칠 것이다.’가 증명되었다고 하겠다. 이와 같은 연구 결과는 Hendricks-Ferguson(2006)의 연구에서 실존적 안녕감이 높은 사람은 고통을 극복하는 특성이 있다는 결과와 유사하며, 박미하(2015)의 연구에서 실존적 안녕 정도에 따른 적응의 정도는 관련이 있다는 결과와 유사하다. 이를 통해 고통 감내력이 유기체인 인간의 실존과 관련된 문제에 중요한 영향을 끼치는 요인이라는 점을 입증했다. 또한 고통을 다룬 기존의 연구(조인호, 2014; 최은영, 2008)에 대하여 양적 연구 자료를

제시함으로써 고통 감내력은 기독교인의 실존적 문제에 영향을 끼치는 중요한 요인으로 예측할 수 있게 되었다.

셋째, 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감의 관계에서 회복탄력성과 초월자기의 이중매개효과 및 간접효과의 검증을 실시한 결과 매개변수인 회복탄력성($\beta = .526, p < .001$)과 초월자기($\beta = .559, p < .001$)는 실존적 안녕감에 유의한 영향을 미치며, 독립변수인 고통감내력($\beta = -.408, p < .001$)도 실존적 안녕감에 영향을 미친다. 이는 회복탄력성과 초월자기가 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감에 부분매개 효과를 갖는 것을 의미한다. 연구의 모형은 64.6%의 설명력을 갖으며, 총효과와 직접효과 그리고 간접효과의 세 경로 모두 신뢰구간 95%에서 하한값과 상한값 사이에 '0'을 포함하지 않으므로 통계적으로 유의하다는 결과가 나왔다. 이는 '연구가설 3: 기독교인의 고통 감내력이 실존적 안녕감에 영향을 미치는 관계에서 회복탄력성과 초월자기는 이중 매개 효과를 가질 것이다.'가 입증되었다고 하겠다. 이와 같은 연구 결과는 김순이, 이정인(2013)의 연구에서 영성과 죽음에 대한 불안 그리고 자기초월은 서로 관련이 있다는 결과와 장민희(2019)의 연구에서 자기초월은 불확실성 공포 및 죽음공포와 죽음회피에 영향을 주어 자기초월적인 사람은 실존적인 공포나 회피를 덜 한다는 결과와 유사하다고 하겠다. 이는 기독교인의 심리적 건강과 실존적 문제에 중요한 요인으로 작용하는 고통 감내력과 심리적 자원인 회복탄력성 그리고 영적 차원인 초월자기의 효과성을 예측할 수 있게 되었다.

넷째, 기독교인의 고통 감내력이 실존적 안녕감에 영향을 미치며 회복탄력성과 초월자기가 이중매개효과를 갖는다는 본 연구의 결과는 Leyro(2010)가 제시한 고통 감내력의 상위 차원으로 기독교 영성을 제시했다는 점이다. 즉, 고난은 하나님의 섭리이자 하나님과 하나가 되어가는 성숙의 과정으로 바라보는(조인효, 2014; 최은영, 2008) 기

독교 영성(고후 12:9)을 제시한다는 점에서 연구의 의의가 있다고 하겠다.

2. 결론 및 제언

본 연구를 통해서 나타난 결론은 다음과 같다.

첫째, 독립변수인 고통 감내력, 종속변수인 실존적 안녕감 그리고 매개변수인 회복탄력성 및 초월자기 관계에서 모두 정적 또는 부적 상관관계($p < .01$)성립 되었다. 이는 신앙과 건강한 심리적 요인이 불확실한 상황에서 발생하는 적응 도전과 신체·심리·정서적 불편함을 초래하는 상황에서도 삶의 활력과 위기 극복의 자원이 된다는 것을 입증한다고 하겠다. 둘째, 본 연구를 통해서 영적 안녕감의 수평적 관계요인이 실존적 안녕감이 높은 사람이 고통 감내력 높은 것으로 나타남($\beta = -.748, p < .001$)으로 개인의 신앙적 요인과 신앙공동체를 통한 건강한 성도의 교제는 고통 감내력을 활성화 시키는데 중요한 원동력이 될 수 있다고 하겠다. 셋째, 회복 탄력성 및 초월자기가 고통 감내력과 실존적 안녕감에 이중 매개 효과가 있는 것으로 나타난 점은 신앙인들의 수용성과 자기 객관화의 정도가 고통을 극복하고 건강한 수평적 관계를 유지하는데 매우 중요한 요인임을 알게 하였다. 따라서 교회 지도자들과 공동체는 일상의 개인적 어려움과 코로나19 바이러스 확산으로 인해 고통 가운데 있는 성도들 위해서 예수 그리스도 믿음 안에서 고통 감내력, 회복탄력성, 초월적자기, 실존적 안녕감 향상을 위한 노력이 요구 된다고 하겠다.

본 연구에 이어서 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 기독교인의 고통 감내력에 대해서 처음으로 실시한 양적 연구라는 의의가 있으나 고통 감내력에 대한 기독교적 논의가 부족하다. 따라서 기독교인의 고통 감내력에 대한 다양한 접근으로 연구가

이루어지기를 바란다. 둘째, 본 연구는 객관식 질문지를 통한 양적연구에 해당한다. 따라서 기독교인의 고통 감내력에 대한 심층적인 정보는 부족하다는 점이 있다. 이를 위해 기독교인의 고통 감내력에 대한 질적연구가 이루어지기를 바란다. 셋째, 본 연구는 서울, 경기도 거주하는 기독교인을 대상으로 실시하였다. 따라서 우리나라 전체 인구를 대표하기에는 다소 무리가 있다. 이에 따라서 다양한 인구단위를 대상으로 한 연구가 필요하다.

【 참고문헌 】

- 강성례 (2006). 영적간호의 개념분석. **대한간호학회지**, 36(5), 803-812.
- 강수경, 유상희 (2020). 목회자 자녀의 회복탄력성에 관한 현상학적 연구. **한국기독교상담학회지**, 31(4), 9-37.
- 강연정 (2012). 교회 위기청소년의 자아탄력성 증진을 위한 기독교 교육상담적 접근. **복음과 상담**, 18, 43-75.
- 강화정, 이지연 (2016). 여고생의 부정적 정서와 대인불안과의 관계: 자기위로 능력과 정서적 고통 감내력의 매개효과. **청소년시설환경**, 14(2), 69-81.
- 고효정 (2014). 중년기 여성의 영성이 불안과 우울에 미치는 영향에서 모호함에 대한 감내력의 효과. 건양대학교대학원 석사학위논문.
- 권영실 (2017). 좌절된 대인관계 욕구와 급성 음주가 죽음에 대한 인지 및 정서, 신체적 고통 감내력에 미치는 영향. 중앙대학교대학원 박사학위논문.
- 권인각, 박은영, 함윤희, 류성숙, 이은옥 (2001). 유방암 환자의 자기초월감 증진을 위한 자조집단과정 개발 및 운영 효과. **대한중양간호학회**, 1(2), 217-228.
- 권희주 (2014). 고통 감내력, 분노반추와 역기능적 분노의 관계: 청소년과 성인 집단 비교. 서울여자대학교대학원 석사학위논문.
- 김명권 (2009). 자아초월심리학 개관. **상담과 지도**, 44, 57-68.
- 김미경 (2016). 중·고등학교 학생들의 학업 스트레스가 우울에 미치는 영향: 고통 감내력의 조절효과. 건국대학교대학원 석사학위논문.
- 김선경, 한영주 (2014). 마음챙김 명상을 접목한 스트레스 완화 프로그램이 여중생의 스트레스 대처와 우울에 미치는 효과. **청소년학연구**, 21(6), 1-25
- 김선권 (2015). 깔뱅신학 안에서 초월성과 내재성의 결합으로서의 마음을 드높여(sursum corda). **장신논단**, 47(2), 119-147.
- 김세원 (2019). 지각된 통제감에 따라 수용대처전략의 개입이 통증역치와 통증 감내력에 미치는 영향. 중앙대학교대학원 석사학위논문.
- 김수민 (2016). 심리적 외상경험이 관계중독에 미치는 영향: 주관적 고통감 내력의 매개효과. 가톨릭대학교대학원 석사학위논문.

- 김순이, 이정인 (2013). 재가노인의 자기초월, 영적안녕, 죽음불안. **한국보건학회**, **27(3)**, 480-489.
- 김연실, 김석선 (2017). 약물 중독자를 위한 자기초월증진 프로그램의 효과: 혼합설계연구 적용. **정신간호학회지**, **26(1)**, 1-13.
- 김영옥 (2014). 토라와 샬롬 -신명기를 중심으로. **신학지남**, **81(3)**, 121-143.
- 김용태 (2004). 초월의 현상으로서 범주 확장. **한국기독교상담학회지**, **7**, 20-44.
- 김용태, 조난숙 (2013). 초월상담의 소개와 자기심리학의 기독교상담으로 통합 가능성 타진: 두 이론의 비교를 통한 제언을 중심으로. **한국기독교상담학회지**, **24(3)**, 25-84.
- 김용환, 최금주, 김승돈 (2009). 한국에서의 영성관련 연구동향 분석 및 학문적 함의. **상담학연구**, **10(2)**, 813-829.
- 김유심 (2008). 빈곤층 여성한부모의 생활사건 스트레스와 우울에 관한 대처자원 연구. 연세대학교 사회복지대학원 박사학위논문.
- 김은정 (2005). 청소년의 종교성과 영적 안녕이 불안과 우울에 미치는 영향. 이화여자대학교대학원 석사학위논문.
- 김정우 (2015). 성경 히브리어 샬롬의 어휘 -의미론적 연구와 그 신학적 함의. **신학지남**, **82(4)**, 7-34.
- 김주환 (2011). **회복탄력성: 시련을 행운으로 바꾸는 유쾌한 비밀**. 서울: 위즈덤하우스.
- 김혜성 (1997). 회복능력개념 개발. 중앙대학교대학원 박사학위논문.
- 남경민 (2017). 중년 성인의 죽음불안, 노화불안, 중년기 위기감, 실존적 안녕감, 삶의 만족도 간의 구조적 관계. 대구가톨릭대학교대학원 석사학위논문.
- 박노권 (2006). 영성과 심리학의 관계에 대한 비교연구. **한국기독교상담학회지**, **12**, 117-138.
- 박미하 (2015). 기독교청년의 초월덕목이 종교적 안녕감과 실존적 안녕감에 미치는 영향. **복음과 상담**, **23(2)**, 103-128.
- 박민애, 오현수 (2020). 자기초월 중재 프로그램이 중년기 여성의 자기초월감, 노화불안, 안녕감 및 자아통합감에 미치는 효과, 139-139. **한국간호과학회 추계학술대회**,
- 박병준 (2006). 인간의 초월성 - 칼 라너의 '말씀의 칭자' 로서의 초월론적 종교철학적 인간해명. **한국철학회**, **88**, 143-177.
- 박성현, 성승연 (2013). 한국판 인본주의적-현상적 영성 지향 척도(K-HPSOI)

- 의 타당화 연구. **인문학논총**, 32, 181-209.
- 박영식 (2000). **서양철학사의 이해**. 서울: 철학과 현실사.
- 박영준 (2020). 시편 테라피: 시편을 통한 심리치료에 관한 연구. **한국개혁신학**, 65, 295-324.
- 박원주, 이기학 (2010). 아동, 청소년상담: 고등학생의 자아탄력성이 내재화 문제에 미치는 영향: 긍정정서의 매개효과. **상담학연구**, 11(2), 795-808.
- 박재홍 (2004). 하나님의 형상으로서의 인간 이해: 칼빈과 판넨베르크를 중심으로. 영남신학대학교대학원 석사학위논문.
- 박철현 (2013). 힐링과 설교를 위한 오경 본문 주해. **헤르메니아 투데이**, 55, 85-94.
- 박혜원 (2013). 노인의 영적 안녕감이 우울에 미치는 영향에 대한 연구. 장로회 신대학교대학원 석사학위논문.
- 서경현, 김정호, 유제민 (2009). 성격과 주관적 웰빙 간의 관계: Big 5 성격요인과 BAS/ BIS를 중심으로. **한국심리학회지: 사회문제**, 15(1), 169-186.
- 서경현, 전경구 (2004). 영적 안녕, 생활 스트레스 및 대처. **한국심리학회지: 건강**, 9(2), 333-350.
- 서아현 (2019). 비자살적 자해에 대한 경계선 성격 성향, 통증감내력, 대인관계에서의 정서적 고통의 효과. 동덕여자대학교대학원 석사학위논문.
- 서장원, 권석만 (2015). 고통을 견디는 과정에 대한 이론적 고찰: 정동적 판단 모델의 개발. **한국심리학회**, 34(3), 641-666.
- 서장원, 권석만 (2016). 문제음주와 고통 감내력의 관계. **한국심리학회지: 일반**, 35(1), 143-166.
- 서창원 (2003). 현대 신학적 인간론: 하나님의 형상 이해. **신학과 세계**, 46, 254-272.
- 송수진, 정영숙 (2016). 중년기 성인의 자기고양, 자기초월과 자기수용 및 행복과의 관계, 291-291. **한국심리학회 연차학술대회**.
- 신석환 (2019). 개인종목 대학선수들의 고통 감내력이 우울과 주관적 안녕감에 미치는 영향. **한국사회체육학회지**, 77, 217-227.
- 신우열, 최민아, 김주환 (2009). 회복탄력성의 세 가지 요인이 청소년의 온라인 게임 중독 성향에 미치는 영향. **사이버커뮤니케이션학보**, 26(3), 43-81.

- 신윤경 (2017). 완벽주의가 신체이형장애 성향에 미치는 영향: 고통 감내력과 반추의 조절된 매개효과. *가톨릭대학교대학원 석사학위논문*.
- 신정연, 손정락 (2011). 마음챙김에 기반한 인지치료(MBCT) 프로그램이 문제음주 대학생의 우울, 충동성 및 문제음주 행동에 미치는 효과. *한국심리학회지: 건강*, **16(2)**, 279-295.
- 심교린, 김완석 (2018). 한국형 마음챙김에 기반한 스트레스완화(K-MBSR) 프로그램이 노인의 통증강도와 통증과국화, 노인우울에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, **23(3)**, 611-629.
- 안계훈, 김은정 (2017). 정서적 고통 감내력과 불확실성에 대한 인내력 부족이 걱정 증상에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제*, **3(1)**, 207-228.
- 안영혜, 허난설 (2020). 청소년이 지각한 가족건강성과 학교적응의 관계: 실존적 영적 안녕감과 자아탄력성의 순차적 매개 효과. *청소년학연구*, **27(5)**, 227-251.
- 안인숙 (2017). 초월자기 척도의 개발과 타당화 연구. *햇빛트리니티대학원 박사학위논문*.
- 안인숙, 김용태 (2019). 초월자기 척도의 개발과 타당화 연구. *한국기독교상담학회지* **30(1)**, 185-220.
- 양영미 (2013). 부모-자녀 간 의사소통과 자아탄력성 및 청소년 우울의 관계. *강원대학교 대학원 석사학위논문*.
- 양혜미, 이봉건 (2016). 대학생의 사회지향성과 폭식행동의 관계에서 고통 감내력의 매개효과. *청소년학연구*, **23(1)**, 387-405.
- 오방식 (2013). 자기초월의 관점에서 바라본 토마스 머튼의 자기(self)이해. *신학과 실천*, **34**, 269-298.
- 오윤선 (2015). 기독교 대학생의 신앙성숙도와 회복탄력성이 용서에 미치는 영향. *복음과 상담*, **23(2)**, 223-254.
- 오윤선 (2018). 기독교 청소년의 사이버불링 피해경험이 영적·심리적 안녕감에 미치는 영향-자기통제력 매개효과-. *복음과 상담* **26(2)**, 155-184.
- 유상희 (2019). 회복탄력성에 대한 기독교상담적 고찰. *한국기독교상담학회지*, **30(2)**, 155-184.
- 유진열 (2013). 신의 형상으로서의 자아초월성에 대한 니버와 판넨베르크의 이해. *성경과 신학*, **68**, 375-404.
- 이규성 (2012). 인간의 초월성에 대한 신학적 이해. *신학과 철학*, **21**, 57-92.

- 이명진 (2021). 코로나19(COVID-19)시대의 직업불안정성과 사회심리적 건강과의 관계에서 회복탄력성의 조절효과. 한신대학교대학원 석사학위논문.
- 이수경 (2020). 중년 기혼 여성의 가족건강성과 생성감의 관계: 삶의 의미발견, 영적 안녕감의 매개효과. 국제뇌교육종합대학원 박사학위논문.
- 이연주 (2020). 성인용 고통 감내력 척도 개발 및 타당화. 서울여자대학교대학원 석사학위논문.
- 이완정 (2002). 발달과정에서 위험요소에 노출된 유아의 심리적 건강상과 보호요인 분석. **아동학회지**, **23(1)**, 1-16.
- 이은진 (2020). 자살유가족의 복합비에, 회복탄력성, 성장적 반추, 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향. 성균관대학교대학원 박사학위논문.
- 이진화 (2012). 영적 안녕감 척도의 타당화 연구. 숙명여자대학교대학원 석사학위논문.
- 이한정, 신호철 (2020). 관계중독의 선행변수에 관한 연구: 고립감, 고통 감내력, 자기개념 명확성을 중심으로. **정서·행동장애연구**, **36(2)**, 315-337.
- 장민희 (2019). 자기중심성과 자기초월성이 삶과 죽음 태도에 미치는 영향: 자아존중감의 확장적 개념 고찰. 중앙대학교대학원 박사학위논문.
- 장하연, 조용래 (2012). 타인의 인정에 대한 과도한 요구 신념과 정서적 고통 감내력이 사회적 수행불안에 미치는 영향. **인지행동치료**, **12(3)**, 299-313.
- 정영숙, 조설애, 안정신, 정여진 (2012). 한국 노인의 삶의 의미 원천으로서 가족관계와 자기초월가치가 성공적 노화에 미치는 영향. **한국심리학회지: 발달**, **25(1)**, 19-41.
- 정지현 (2015). 고통 감내력과 정신건강과의 관계: 주관적, 행동적 고통 감내력이 우울 및 불안에 미치는 영향. 서울대학교대학원 석사학위논문.
- 정지현 (2017). 행동적 고통 감내력 측정과제의 개발. **한국심리학회**, **22(2)**, 289-304.
- 정지현 (2020). 고통 감내력 증진 처치가 정서와 행동적 고통 감내력에 미치는 영향. **인문사회21**, **11(5)**, 2089-2204.
- 정지현, 권석만 (2013). 고통 감내력과 심리적 건강과의 관계. **한국임상심리학회**, **32(3)**, 627-647.
- 정지현, 권석만 (2015). 고통 감내력의 두 측면 -주관적 인식과 행동적 반응의 관계. **한국심리학회**, **34(1)**, 227-247.

- 정현옥, 채영선, 김희숙 (2015). 알코올의존 환자의 자존감, 특성분노, 우울, 가족기능, 대인관계가 실존적 영적 안녕감에 미치는 영향. *정신간호학회*, **24(1)**, 50-60.
- 조수환 (2008). 중년기 크리스천 남성의 종교적 안녕감과 실존적 안녕감이 자아정체감과 생의 의미에 미치는 영향. 백석대학교대학원. 박사학위논문.
- 조용상 (2018). 우울과 자살성 간의 관계에서 고통 감내력의 조절효과. 서강대학교대학원 석사학위논문.
- 조윤옥 (2016). 기독교대학생의 영적안녕과 회복탄력성에 대한 연구. *기독교교육정보*, **48**, 207-236.
- 조인효 (2014). 십자가의 요한이 본 영적성장에서의 고난의 의미: 목회상담학적 고찰. *복음과 상담*, **22(2)**, 340-370.
- 최순미, 정문경 (2019). 부정적 정서와 주관적 안녕감의 관계에서 고통 감내력의 매개효과 연구. *한국산학기술학회논문지*, **20(5)**, 145-154.
- 최용성 (2016). 긍정심리학과 행복 · 덕윤리교육의 적용: 기독교적 관점에서. *철학연구*, **140**, 75-127.
- 최은영 (2008). 기독교상담학, 고난에 대한 해석: 단일사례 연구를 중심으로. *한국기독교상담학회지*, **16**, 265-291.
- 한영인 (2019). 고통(苦痛)에 관한 해석의 현대적 시도: 의학적 · 철학적인 관점에서 신정론적인 답변. 대전 카톨릭대학교대학원 석사학위논문.
- 한초룡, 김정호, 김미리혜 (2019). 정서 마음챙김 기반 폭식 개선 프로그램이 폭식경향 대학생의 부정정서, 고통 감내력, 정서적 섭식 및 폭식행동에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, **24(2)**, 393-411.
- 허현나 (2002). 종교적 지향성과 영성적 안녕 및 심리적 안녕간의 관계. 가톨릭대학교대학원 석사학위논문.
- 홍성혁 (2015). 메시아 예언 본문들에 나타난 '살림'(평화). *구약논단*, **21(1)**, 121-152.
- Banks, R. (1980). Health and spiritual dimension: Relationships and implications for professional preparation programs. *Journal of School Health*, **50**, 195-202.
- Bardeen, J. R., Fergus, T. A., & Orcutt, H. K. (2013). Testing a hierarchical model of distress tolerance. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, **35(4)**, 495-505.

- Batto, B. F. (1987). The covenant of peace: A neglected ancient near eastern motif. *Catholic Biblical Quarterly*, 49(2), 187–211.
- Benner, D. G., (1992). Spirituality in personality psychotherapy. In L. Aden, D. G. Benner, & J. H. Ellens (Eds.), *Christian perspectives on human development*. Grand Rapids: Baker Book House.
- Bernstein, A., Zvolensky, M. J., Vujanovic, A. A., & Moos, R. (2009). Integrating anxiety sensitivity, distress tolerance, and discomfort intolerance: A hierarchical model of affect sensitivity and tolerance. *Behavior Therapy*, 40(3), 291–301.
- Block, J. H., & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. *Development of cognition, affect, and social relations: The Minnesota symposia on child psychology*, 13, 39–101.
- Bonanno, G. A. (2005). Resilience in the face of potential trauma. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 135–138.
- Brown, R., Lejuez, C., Kahler, C., & Strong, D. (2002). Distress tolerance and duration of past smoking cessation attempts. *Journal of Abnormal Psychology*, 111, 180–185.
- Buckner, J. D., Keough, M. E., & Schmidt, N. B. (2007). Problematic alcohol and cannabis use among young adults: The roles of depression and discomfort and distress tolerance. *Addictive Behaviors*, 32(9), 1957–1963.
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The Intolerance of Uncertainty Scale: Psychometric properties of the English version. *Behaviour Research and Therapy*, 40(8), 931–946.
- Chapman, L. S. (1986). Spiritual health: A component missing from health promotion. In J. S. Levin(Ed). *Religion in Aging Health* (pp. 38–41). CA: Sage.
- Cougle, J. R., Timpano, K. R., Fitch, K. E., & Hawkins, K. A.(2011), Distress tolerance and obsessions: An integrative analysis, *Depression and Anxiety*, 28(10), 906–914.
- Daughters, S. B., Lejuez, C. W., Kahler, C. W., Strong, D. R., & Brown, R. A. (2005). Psychological distress tolerance and duration of most

- recent abstinence attempt among residential treatment-seeking substance abusers. *Psychology of Addictive Behaviors*, 19(2), 208–211.
- Dyer, J. G., & McGuinness, T. (1996). Resilience: Analysis of the concept. *Archives of Psychiatric Nursing*, 10(5), 276–282.
- Ellison, C. W. (1983). Spiritual well-being: Conceptualization and measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4), 330–340.
- Freeston, M. H., Rheaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry?. *Personality and Individual Differences*, 17(6), 791–802.
- Frenkel-Brunswik, E. (1948). Review of personality: A biosocial approach to origins and structure. *Psychological Bulletin*, 45(4), 348–351.
- Grof, S. (1993). *The holotropic mind: The three levels of human consciousness and how they shape our lives*. San Francisco: HarperCollins.
- Harrington, N. (2005). The frustration discomfort scale: Development and psychometric properties. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 12(5), 374–387.
- Hayes, S. C., & Smith, S. (2010). 마음에서 빠져나와 삶 속으로 들어가라(문현미, 민병배 역, *Get out of your mind & Into your life*). 서울: 학지사. (원전 2005 출판).
- Hendricks-Ferguson, V. (2006). Relationships of age and gender to hope and spiritual well-being among adolescents with cancer. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 23(4), 189–199.
- Hirsh, J. B., Mar, R. A., & Peterson, J. B. (2012). Psychological entropy: A framework for understanding uncertainty-related anxiety. *Psychological Review*, 119(2), 304–320.
- Hoekema, A. A. (2012). 개혁주의 인간론(이중용 역, *Created in God's image*). 서울: 부흥과 개혁사. (원전 1986 출판).
- Howden, J. W. (1993). Development and psychometric characteristics of the spirituality assessment scale. *Dissertation Abstracts International*, 54(1-B), 166.
- Howell, A. N., Leyro, T. M., Hogan, J., Buckner, J. D., & Zvolensky, M.

- J. (2010). Anxiety sensitivity, distress tolerance, and discomfort intolerance in relation to coping and conformity motives for alcohol use and alcohol use problems among young adult drinkers. *Addictive Behaviors*, 35(12), 1114–1147.
- Kierkegaard, S. (1941). *Concluding unscientific postscript*. (D. F. Swenson & W. Lowrie, Trans.). Princeton: Princeton University.
- Kristeller, J. L., Baer, R. A., & Quillian-Wolever, R. (2006). Mindfulness-based approaches to eating disorders. In R. A. Baer. (Ed.), *Mindfulness-based treatment approaches: Clinician's guide to evidence base and applications* (pp. 75–92). San Diego, CA: Elsevier.
- Laposa, J. M., Collimore, K. C., Hawley, L. L., & Rector, N. A. (2015). Distress tolerance in OCD and anxiety disorders, and its relationship with anxiety sensitivity and intolerance of uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 33, 8–14.
- Leyro, T. M., Zvolensky, M. J., & Bernstein, A. (2010). Distress tolerance and psychopathological symptoms and disorders: A review of the empirical literature among adults. *Psychological Bulletin*, 136(4), 576–600.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. NY: Guilford Press.
- Litt, M. D. (1988). Self-efficacy and perceived control: Cognitive mediators of pain tolerance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(1), 149–160.
- Lukoff, D., & Lu, F. (2005). *A transpersonal-integrative approach to spiritually oriented psychotherapy*. In L. Sperry & E. P. Shafranske (Eds.), *Spiritually oriented psychotherapy* (pp. 177–205). American Psychological Association.
- 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.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). NY: Harper & Row

- May, G. G. (2006). *영성 지도와 상담*(노종문 역, *Care of mind care of spirit*). 서울: IVP.(원전 1982 출판).
- McGrath, A. E. (2016). *Christian theology: An introduction*. NY: Wiley.
- Meraviglia, M. G. (1999). Critical analysis of spirituality and its empirical indicators. *Journal of Holistic Nursing*, 17(1), 18–33.
- Morberg, D. O. (1984). Subjective measures of spiritual well-being. *Review of Spiritual Research*, 25(4), 351–364.
- Norton, R. W. (1975). Measurement of ambiguity tolerance. *Journal of Personality Assessment*, 39(6), 607–619.
- Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodrick, D. A., & Sawyer, S. M. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of Adolescence*, 26(1), 1–11.
- Paloutzian, R. F., & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, spiritual well-being and the quality of life. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 224–236). NY: John Wiley & Sons.
- Piedmont, R. L. (1999). Does spirituality represent the sixth factor of personality? Spiritual transcendence and the five-factor model. *Journal of Personality*, 67, 985–1013.
- Russell, L., & Russell, J. (1995). *Change resilience*. NY: Three River Press.
- Schmidt, N. B., & Lerew, D. R. (1998). Prospective evaluation of psychological risk factors as predictors of functional impairment during acute stress. *Journal of Occupational Rehabilitation*, 8, 199–212.
- Scott, V., & Gijsbers, K. (1981). Pain perception in competitive swimmers. *British Medical Journal*, 283, 91–93.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. NY: McGraw-Hill.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422–445.
- Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). The distress tolerance scale: Development and validation of a self-report measure. *Motivation and Emotion*, 29(2), 83–102.

- Sperry, L., & Shafranske, E. P. (2008). 영성지향 심리치료(최영민, 조아라, 김민숙 역, *Spiritually oriented psychotherapy*). 서울: 하나의학사. (원전 2004 출판).
- Underwood, L. G., & Teresi, J. A. (2002). The daily spiritual experience scale: Development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health-related data. *Annals of Behavioral Medicine, 24*(1), 22–33.
- Vaughan, F. (1986). *The inward arc: Healing and wholeness in psychotherapy and spirituality*. Boston: New Science Library.
- Vujanovic, A. A., Hart, A. S., Poter, C. M., Berenz, E. C., Niles, B., & Bernstein, A. (2013). Main and interactive effects of distress tolerance and negative affect intensity in relation to PTSD symptoms among trauma-exposed adults. *Journal of Psychopathology and Behavior Assessment, 35*(2), 235–243.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement, 1*(2), 165–178.
- Westermann, C. (1969). Der Frieden(shalom) im Alten Testament. *Forschung am Alten Testament, II*, 196–229.
- Zimmermann, F. (1987). 실존철학 (이기상 역, *Einführung in Existenz philosophie*). 파주: 서광사. (원전 1977 출판).
- Zvolensky, M. J., Leyro, T. M., Bernstein, A., & Vujanovic, A. A. (2011). Historical perspectives, theory, and measurement of distress tolerance. *Distress tolerance: Theory, Research and Clinical Applications, 3–27*.
- Zvolensky, M. J., Vujanovic, A. A., Bernstein, A., & Leyro, T. (2010). Distress tolerance: Theory, measurement, and relations to psychopathology. *Current Directions in Psychological Science, 19*(6), 406–410.
- 크리스천투데이 (2020. 4. 11). 창조 의 신비, 약함과 고난과 십자가에 있다. <https://www.christiantoday.co.kr/news/330678>에서 2021년 4월 26일 인출.

【 Abstract 】

**The Mediating Effect of Resilience and Transcendence Self
in the Relationship between Christians' Distress Tolerance
and the Existential well-being**

Oh, Yoon Sun* Kim, Jin Tae**

The purpose of this study is to investigate the mediating effect of resilience and transcendence self in the relationship between Christians distress tolerance and the existential well-being. For this study, 315 Christians were selected for the sampling of this study and randomly collection was conducted. The data collected were analyzed using the PASW(SPSS Win. 20) Statistical Package Program. The statistical analysis methods used were analyzed with frequency analysis, correlation, and SPSS Process Macro Model 6. The results of this study are as follows: First, distress tolerance has a negative correlate existential well-being, resilience and transcendence self and then existential well-being, resilience and transcendence self has a positive correlate to each other and this result has a statistically significant level($p < .001$). Second, distress tolerance had negative effect on existential well-being. In addition, this result has a statistically significant level($p < .001$). Third, in the relationship between Christians distress tolerance and existential well-being, resilience and transcendence self have a dual mediating effect. In addition, this result has a statistically significant level($p < .001$). The results of this study suggest that distress tolerance, resilience, and transcendence self are important factors that affect the existential well-being of Christian and also this study suggests that Christian faith can be higher level of distress tolerance.

Key words: distress tolerance, existential well-being, resilience,
transcendence self, mediating effect

* Korean Bible University, Department of Liberal Studies / Professor

** Korean Bible University, Department of Christian Counseling / Doctoral Student