

기독교 대학생의 삶의 의미 및 영적 안녕감이 삶의 만족도에 미치는 영향: 긍정정서 매개효과를 중심으로

오 윤 선*

국문초록

본 연구의 목적은 기독교 대학생의 삶의 의미 및 영적 안녕감과 삶의 만족도에서 긍정정서 매개효과를 검증하는 데 있다. 본 연구를 위하여 기독교 대학생 총 380명을 표집대상으로 설정하였다. 본 연구의 자료 수집은 온라인 설문지를 통한 무작위 표집법을 통해서 실시되었다. 수집된 자료 분석은 PASW(SPSS Win. 20) 통계 패키지 프로그램을 이용하여 실시되었으며, 주요 통계기법은 기술통계, 상관관계 분석, 회귀분석, SPSS의 Process Macro Model 4을 사용하여 분석을 실시하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 기독교 대학생들의 삶의 의미는 만족한 삶에 직접효과($t=13.879, p<.001$) 있을 뿐만 아니라 긍정정서는 간접효과($t=15.5675, p<.001$)가 있음이 입증되었다.

둘째, 기독교 대학생들의 영적 안녕감은 만족한 삶에 직접효과($t=10.4193, p<.001$) 있을 뿐만 아니라 긍정정서는 간접효과($t=10.7777, P<.001$)가 있음이 입증되었다.

본 연구 결과를 통하여 볼 때, 삶의 의미와 영적 안녕감이 기독교 대학생들의 삶의 만족도에 영향을 주는 중요한 요인으로 작용하였으며, 긍정정서 또한 매개변인으로 의미 있는 간접효과가 있을 것이라는 가설이 입증되었다고 할 수 있다.

주제어: 기독교 대학생, 삶의 의미, 영적 안녕감, 긍정정서, 삶의 만족도

-
- 논문 투고일: 2021년 9월 30일
 - 논문 수정일: 2021년 10월 30일
 - 게재 확정일: 2021년 11월 6일
 - * 한국성서대학교 기초교양교육원 교수
 - 이 논문은 2021년도 한국성서대학교 학술연구비의 지원을 받아 연구되었음.

I. 여는 글

대학생 시기는 발달 과정상 성인 진입(emerging adulthood) 단계로써 사회·심리적으로 주어지는 새로운 발달 과업을 달성해야 할 뿐만 아니라, 사회 환경의 변화에 따라 요구되는 경쟁과 압력들을 극복·적응하면서 온전한 성인으로 성숙하고 발전해가야 하는 시기이다(김용국, 주현, 2014; 오인수, 손지향, 조유경, 2018; Arnett, 2000).

특히 한국 대학생들의 경우 중·고등학교시절 학업 성취와 대학 입시를 중심으로 수동적이고 통제된 생활을 하다가(조효진, 2017), 대학생이 되어 새로운 역할실험과 삶의 방식을 확립하는 과정에서 동반되는 높은 수준의 스트레스로 인해 학업 및 진로, 대인관계, 가치관, 경제 등 다양한 영역에서 과업성취에 어려움을 겪으며 안녕감을 위협받고 있다(권석만, 2008; 이은숙, 2016). 그리고 최근 사회구조적인 청년 실업 문제로 취업을 위한 스펙 쌓기에도 주력해야 하는 부담을 더욱 가지게 되었다(장근호, 2019).

취업포털 잡코리아(2019)의 조사에 따르면, 우리나라 대학생 64.6%가 불안감과 무기력 증세를 보이는데, 이 가운데 2학년(74.7%)이 상대적으로 비중이 높게 나타났다. 이와 같은 '대2병'이 발생하게 된 이유는 그 시기부터 자신의 현실적 고민을 더 하게 되는데, 그 때의 모호하고 불확실한 미래에 대한 불안감과 무기력함이 원인으로 작용하기 때문이다(SBS스페셜-대2병, 학교를 묻다, 2017.4.2).

서울대학교 행복연구센터와 카카오 가치팀의 '2019 대한민국행복리포트'에서도 한국의 20대 대학생 세대가 가장 낮은 행복감을 경험한 것으로 나타나고 있음을 본다(최인철 외, 2019).

이러한 현상은 무한 경쟁사회에 살고 있는 한국 기독 대학생들에게도 예외가 될 수가 없음을 볼 수 있다(박미하, 김은혜, 2012). 박미라(2017)

의 연구에 따르면 기독교 대학생의 경우, 교회 내외의 신앙적 낙인에 대한 부담감으로 인하여 여러 심리적 문제가 있음에도 불구하고 노출할 수 없게 되어서 19.7%가 부정정서와 관련하여 상담이 필요하다고 피력하였다. 그리고 유지은(2017)의 연구에 따르면 기독교 대학생의 스트레스 또한 비기독교대학생과 차이가 없이 삶의 전반에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 기독교대학생 가운데는 기독교적 가치관과 세상의 가치관의 충돌에 따른 스트레스지수가 높은 것으로 나타났다(이원준, 2007). 그 뿐만 아니라 기독교 대학생의 자살 생각 지수도 심각한 것으로 나타났다(강은정, 이재희, 2013). 그리고 비기독교 대학생과 동일하게 기독교대학생의 부정정서는 학교부적응과 중도탈락과도 깊은 상관관계가 있음을 볼 수 있다(김영중, 이현철, 2016).

반면 기독교 대학생들의 내적 자원 및 영적 자원 활용은 삶의 질을 향상시키고 있음을 본다. 유지은(2017)의 연구에 따르면 한국 기독교 대학생들의 내적 성향과 신앙 정도가 생활만족감에 영향을 미치는 결과로 나타났다. 그리고 오윤선과 김미숙(2018)의 연구에서 기독교 대학생들의 신앙성숙은 수용행동과 깊은 상관관계가 있는 것으로 나타났고, 채일(2020)의 연구에서도 기독교 대학생들의 스트레스 해소와 스마트폰 중독 회복에 영적 안녕감이 매개효과로 작용한 것을 볼 수 있다.

이는 기독교 대학생들의 심리·신앙적 자원이 삶의 만족도에 직접적으로 영향을 미치고 있다는 것을 반증하는 것이라고 할 수 있다. 그리고 대학생 시기의 삶의 의미추구는 주관적 삶의 만족도에 지대한 영향을 미치기에(김예진, 2020; 박선영, 권석만, 2012; 이지은, 2020; 조효진, 2018; Lehman, Ward, & Linn, 1982; Heintzelman & King, 2014; Martela & Steger, 2016; Steger, 2018; Wong, 2014) 기독교 대학생들의 성서적 세계관에 입각한 가치관 설정과 삶의 의미추구 및 의미발견은 행복과 삶의 만족도에 중요한 요인이 된다고 볼 수 있다(Seligman, 2011). 삶의 의미는 대학

생의 정체감 발달을 도와주며(Negru-Subtirica, Pop, Luyckx, Dezutter, & Steger, 2016), 여러 과업들에서 동기를 가지게 해주는 등(Grouden, 2014) 긍정적인 영향을 미칠 수 있기에 기독교 대학생들의 기독교 세계관을 통한 삶의 의미는 삶의 만족도를 높이는데 매우 중요한 요소라고 하겠다.

하지만 국내에서는 기독교 대학생을 대상으로 한 삶의 의미에 대한 연구가 이루어지지 못했다. 그리고 일반 대학생들을 대상으로 하는 삶의 만족도에 대한 연구는 지속적으로 진행되고 있으나(백옥경, 2014), 기독교 대학생의 영적 안녕감과 삶의 만족도 관련 연구 또한 유지은과 전예령(2019)이 유일하다고 하겠다. 오윤선(2016)의 '기독교대학생들의 행복 증진 프로그램 효과 분석'을 통해서 볼 때 한국 기독교 대학생들은 삶의 만족도와 행복감정을 추구하는 요구가 높게 나타났다.

따라서 본 연구는 기독교 대학생들의 삶의 의미와 영적 안녕감 및 삶의 만족도 관계에 대한 구체적인 연구가 미진한 관계로 실시하게 되었다. 본 연구의 목적은 기독교 대학생의 삶의 의미와 영적 안녕감이 삶의 만족도에 미치는 영향에 대해서 분석하고 긍정정서의 매개변인을 기독교 대학생들의 긍정감정 회복과 행복감 증진을 통해서 주관적 삶의 만족도를 높이기 위한 대안 마련에 있다. 그리고 이러한 연구를 기초로 다양한 문제 앞에 직면하고 있는 기독교 대학생들이 어떤 상황과 환경에서도 하나님의 기대주로서 심리·영적 안녕감과 균형 잡힌 인격형성 증진에 따른 대안 마련에 도움을 주는 데 있다.

본 연구의 목적을 달성하기 위해 연구문제는 '기독교 대학생의 삶의 의미와 영적 안녕감은 삶의 만족도에 어떠한 영향력을 미칠 것이며, 긍정정서는 매개효과가 있을 것인가?'로 설정하였다. 그리고 연구가설 1은 '기독교 대학생의 삶의 의미 및 영적 안녕감이 삶의 만족도에 영향을 미칠 것이다'이며, 연구가설 2는 '기독교 대학생의 삶의 의미와 영적 안녕감과 삶의 만족도 관계에서 긍정 정서는 매개효과가 있을 것이다'이다.

II. 펴는 글

1. 삶의 의미의 개념 및 선행연구 고찰

그리스도인의 삶(Christian life)은 예수 그리스도를 믿고 따르는 성도들의 가치관과 세계관을 반영하는 생활을 의미한다. 종교개혁자 Calvin은 『기독교 강요』(1559) 최종판 3권 6장에서 그리스도인의 삶(vita hominis Christiani)은 거룩의 삶(vita sancta, 례 19:2; 벧전 1:15-16), 보은(報恩)의 삶(말 1:6; 엡 5:1; 요일 3:1), 부족(不足)의 삶(absolutum Evangelium)이라는 의미를 가진다고 하였다(원광연, 2015).

삶의 의미는 삶에 대한 통일감, 목적 지향성 또는 목적의식, 개인적 중요성, 사건이 일어난 이유에 대한 귀인 과정, 경험에서 부정적인면을 초월할 수 있는 특징을 발견하는 대처 행동 등으로 다양하게 정의 된다(Buman & Wortman, 1997). 따라서 하나님의 창조목적을 이루기 위하여 삶을 살아가는 그리스도인에게 있어서 삶의 의미는 매우 중요하다.

의미 치료(logo therapy)를 창시한 Victor Frankl(1905~1997)에 따르면, 모든 인간은 자신의 삶에서 근본적으로 의미를 찾고자 하는 동기를 가진 존재이다(Frankl, 1963).

삶의 의미와 관련 된 연구는 1970년대부터 본격화 되었는데(Steger, 2018), 초기 연구들은 불행이나 고통, 죽음에 대한 보호요인으로서 삶의 의미의 역할에 초점을 두고 진행되었다(Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer, & Vohs, 2001; Taylor, 1983). 하지만 20세기 후반 긍정심리학이 등장하면서 삶의 의미에 관한 연구들은 인간의 긍정적인 특성과 심리적 강점에 집중하여 재조명되기 시작하였고(박선영, 권석만, 2012a), 이후 많은 연구를 통해 삶의 의미가 개인의 심리적 건강에 긍정적 영향을 미친다는 사실이 밝혀지며 현대 심리학에서 중요한 연구주제

가 되었다(Wong, 2014).

삶의 의미에 관한 학문적 관심의 증가는 이를 정확히 측정하고자 하는 시도로 이어지며 다양한 척도개발이 이루어졌다. 이 중 Crumbaugh와 Maholick(1964)에 의해 개발된 삶의 목적 척도(purpose in life test: PIL)와 Battista와 Almond(1973)에 의해 개발된 인생 관점 지표(life regard index: LRI)는 초기 삶의 의미를 측정하는 대표적인 척도로 많은 연구에 사용되었다(Steger et al., 2006). 그러나 이 두 가지 척도는 다른 변수들과의 높은 상관 및 일관성 없는 요인구조로 인하여 타당도에 관한 문제가 제기되며 많은 비판을 받았다(심미성, 2006; Chamberlain & Zika, 1988; McGregor & Little, 1998; Yalom, 1980). 또한, 기존의 척도들은 삶의 의미에 관한 연구가 모든 인간은 삶에서 의미를 찾고자 하는 동기를 가진다는 Frankl(1963)의 기본가정에서 시작되었음에도 불구하고 의미추구의 특성은 간과한 채 사람들이 이미 가지고 있는 의미감에만 초점을 맞추어 삶의 의미를 측정하였다(Steger et al., 2006). 이러한 문제점들을 고려한 Steger와 그의 동료들(2006)은 삶의 의미를 '의미추구(search for meaning)'와 '의미발견(presence of meaning)'으로 구분하여 측정하는 새로운 삶의 의미 척도 MLQ를 개발하게 되었다. 의미추구는 의미를 찾고자 하는 지향 또는 동기로서 의미를 찾으려는 인간의 욕구와 노력을 뜻하며, 의미발견은 실제 자신의 삶의 현장에 의미가 있다는 느낌을 뜻한다(Steger et al., 2006). 삶의 의미를 구성하는 이 두 가지 구성개념은 서로 구분되는 독립적인 요인으로서, 이후 Steger와 그의 동료들(2008a)은 의미추구와 의미발견의 관계를 명확히 하고자 후속연구를 진행하였다. 연구결과 의미추구는 긍정정서와 부정정서 모두 정적상관을 보였으나, 의미발견에서 긍정정서는 정적 상관으로 나타났으나 부정정서에서는 부적상관으로 나타났다(Steger et al., 2008a).

반면, 국내에서 실시한 김경희와 이희경(2013)의 단기 종단연구에서

는 의미추구와 의미발견 간에 일관된 정적상관이 나타남과 동시에 의미추구가 증가할수록 의미 발견도 증가 된 결과가 보고되었다. 이후 실시된 국내 대부분의 연구에서도 의미추구와 의미발견은 높은 정적상관을 보였다(김상희, 박성현, 2017; 유성경, 김유진, 2015; 지은주, 2018). 이러한 결과는 일본인과 중국인을 대상으로 한 연구(Jiang, Bai, & Xue, 2016; Steger et al., 2008b; Wang & Dai, 2008)에서도 동일하게 나타났다. 이처럼 동 · 서양에서 나타나는 상반된 연구결과에 대해 Steger 외(2008b)는 문화권에 따른 인지적 특성에서 기인하는 것으로 해석하였다.

국내의 선행연구를 살펴보면, 의미추구와 의미발견의 미치는 영향(김기정, 김혜란, 2016; 송현심, 성승연, 2017; 유성경, 김유진, 2015; 정주리, 이기학, 2007; 지은주, 2018)과 의미추구가 심리적 영향에 미칠 가능성(김경희, 이희경, 2013; 원두리, 2005; 백지영, 서수균, 2014; 조효진, 2018)이 대학생들을 대상으로 많이 이루어지고 있음을 본다. 하지만 아직까지 본 연구에서 실시하고자 하는 기독교 신앙을 가진 대학생들을 통한 연구는 이루어지지 못한 것을 볼 수 있다.

2. 영적 안녕감 개념 및 선행 연구

영성(spirituality)은 그리스도를 믿고 거듭난 자녀들에게는 주어진 영적인 성품이다(엡 3:16, 20; 요일 1:3). 이러한 영성 개념은 오늘날 인생의 의미와 조화 그리고 신념 및 평안을 포괄하는 영적 안녕감으로 표현되고 있다(김찬규, 2015; 유해룡, 2015; 이한나 외, 2010).

그리스도인에게 있어서 영성과 영적 안녕감은 삶에 의미를 부여하고 목적을 추구 할 수 있는 삶의 원동력이며, 개인의 영적인 내적 자원이다(김정희, 2004). Ellison 외(1983)는 영적 안녕감은 영적 깊이와 넓이를 증진시켜서 발달 할 수 있는 영역으로 피력하였으며(강연정, 2007;

Chandler, Holden, & Kolander, 1992), Fish와 Shelly(1983)는 영적 안녕감은 하나님과 관계 속에서 삶의 의미와 목적을 발견하고 전인적인 온전함으로 성취해 가는 것을 의미한다고 하였다(윤매옥, 2009). 그 뿐만 아니라 Soeken과 Carson(1987)은 영적 안녕감이란 영적 본성을 개발시킬 능력으로 절대자 하나님과 자신, 이웃, 환경과의 관계에서 조화된 삶의 내적 차원의 총체적인 건강한 상태를 의미한다(김미진, 2009; 윤미, 2018)고 하였다.

최근 영적 안녕감에 대한 선행연구를 살펴보면, 수평적 차원의 실존적 안녕감(Existential well-being)과 수직적 차원의 종교적 안녕감(Religious well-being)을 통한 심리적 적응과 관련 된 연구가 시행되고 있음을 볼 수 있다. 먼저 영적 안녕감 및 심리적 지향성과 종교적 성숙도에 대한 연구는 2000년 대 초반부터 실시되었고(허현나, 2002), 영적 안녕감과 심리적 적응에 관련된 연구는 2000년 중후반부터 실시되었다(김은정, 2006; 박혜원, 2013), 영적 안녕감과 심리적 적응에 관한 선행 연구결과를 살펴 보면, 영적 안녕감 수준이 높을수록 심리적 안정감과 만족감이 높은 것으로 나타났다(계은경, 2007). 그리고 영적 안녕감에 대한 하위변인인 종교적 안녕감과 실존적 안녕감으로 구분한 연구도 실시되었는데, 조수환(2008)은 종교적 안녕감 및 실존적 안녕감과 자아정체감 관계에서 생의 의미에 각각의 영향력이 있음을 입증하였다. 또한 박승탁(2018)에 의해서 영적 안녕감의 하위요인인 실존적 안녕감과 삶의 만족도와의 구조적 관계연구도 실시되었고, 최근에는 오윤선과 김진태(2021)에 의해서 기독교인의 고통 감내력과 실존적 안녕감과 관계를 통한 회복탄력성에 관한 연구를 통해서 의미 있는 결과를 산출했다.

하지만 본 연구와 같이 삶의 의미인 의미추구와 의미발견을 영적 안녕감과 함께 독립변수로 실시한 연구는 아직 없는 것으로 볼 수 있다. 따라서 본 연구를 통해서 기독교인이 추구하는 삶의 만족감에 영적 안녕감

과 삶의 의미가 밀접한 관련이 있음을 과학적으로 입증하는 것은 매우 의미가 있다고 할 수 있다.

3. 긍정정서 개념 및 선행연구

인간의 정서 가운데 긍정정서(positive emotion)는 ‘열정’과 관련 된 정서로 활기와 생기 그리고 높은 내적 에너지를 유지하게 하는 것으로 어떠한 과제를 수행 할 때 집중과 몰입을 할 수 있는 자원이 된다(Watson, Clark, & Tellegen, 1988). 하나님께서는 우주 만물을 창조하시고 ‘보시기에 좋았다(창 1:4)’라고 긍정감정을 표현하시고, 지으신 모든 것을 보시고는 ‘심히 좋았더라(1:31)’라고 최상급의 긍정감정을 표현하는 것을 볼 수 있다. 그리고 신약성서 빌립보서에서는 그리스도인들에게 ‘기쁨’라는 긍정정서를 유지해 갈 수 있기를 권면하고 있다(빌 4:4).

이러한 긍정정서와 달리 성경에서 말하는 부정정서는 분노(창 4:5; 갈 5:26)와 경멸(잠 15장; 갈 4:14), 죄의식(요 8:34-35; 롬 7:14-20), 슬픔(사 57:15), 공포(잠 29:25) 등 고통과 불쾌감을 주는 정서를 의미한다(오윤선, 2021).

2000년대 전까지 심리학자들은 문제 중심적인 부정정서 요인들에 대한 연구에 치중해 왔으나(Seligman & Csikszentmihalyi, 2000), 최근 20년 간 해결중심 상담과 긍정심리학에 대한 관심이 높아지면서 긍정정서의 중요성이 강조되게 되었다(Seligman, 1998). 초기 긍정정서에 대한 연구에서는 긍정정서와 성공의 인과관계를 증명하는 것이 많았다(Lyubomirsky et al., 2005). 하지만 최근에는 긍정정서와 관련 된 이론 연구를 비롯하여 긍정정서의 다양한 양상에 대한 연구가 활발하게 진행되었다(박지은, 2019).

대학생을 대상으로 하는 정서에 관한 선행연구를 살펴보면, 조은영과

임정하(2014)의 연구에서 긍정정서는 심리적 안녕감에 정적(+) 영향력을 나타냈으며, 인지적 유연성을 매개로 했을 때도 간접적으로 정적(+) 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 김지예와 이상희(2014)의 연구에서는 정서와 콤포트 푸드(comfort food)의 관계를 분석하여 의미 있는 결과를 도출했고, 주소망과 김정민(2019)의 연구에서는 부정정서가 높을수록 불면증과 근육통, 소화불량 등과 같은 신체화 증상에 직접적인 정적(+) 영향이 미치는 것으로 나타났다. 하지만 기독교 대학생을 대상으로 긍정정서와 영적 안녕감을 독립 변수로 하여 실시된 연구는 이루어지지 못하였기에 본 연구는 의미가 있다고 하겠다.

4. 삶의 만족도 개념 및 선행연구

현대적 의미에서의 삶의 만족도(life satisfaction)는 삶의 질, 웰빙, 행복 등과 혼용되는 용어이다(황매향, 최희철, 임효진, 2016). 인지적 측면에서 행복을 연구하는 학자들은 삶의 만족도를 행복한 삶의 질로 사용하기를 선호한다(최아람, 2020; Diener, 1984). 하지만 성경은 하나님과 관계를 통한 영적인 만족을 간파하고서는 인간의 삶의 만족도가 충족될 수 없음을 말하고 있다(오윤선, 2020). 성경은 복의 근원이 하나님임을 강조하고 있고, 하나님의 말씀과 함께 할 때 형통한 삶을 누리며 삶의 만족도가 높아진다고 하고 있다(시 1:2-3). 그리고 주 안에 거하며 성령의 조명하심의 조화 속에서 살아가는 삶이 진정한 삶의 만족임을 말하고 있다(마 5:3-10; 빌 4:4). 따라서 그리스도인에게 있어서 삶의 만족도는 최우선적으로 영적인 요소를 포함한 개인의 총체적인 삶에서 자신의 삶을 유의미하다고 여기고 목표를 성취하기 위해 환경에 잘 적응하여 기대 수준이 충족된 상태라고 할 수 있다(오윤선, 2012; 전해원, 2010; Diner et al., 1985).

삶의 만족도에 영향을 미치는 요인에 대한 선행연구들을 연령별로 분류해보면 성인의 경우에는 사회적 지지 중 물질적 지지와 정서적 지지가 삶의 만족도에 유의미하며(임안나, 박영숙, 2017), 노인들에게는 건강이나 여가 활동 등이 삶의 만족도에 중요한 요인이 됨을 보여주고 있다(나향진, 2002; 나동석, 김영대, 2011). 또한 중·고등 학생의 경우에는 부모의 양육방식, 또래집단의 관계(김은아, 배민영, 2016) 그리고 학업성취도가 삶의 만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(김명자, 손은령, 2018). 대학생들을 대상으로 한 선행연구에서는 대학생의 신체활동량, 건강상태(박지연·김나현, 2013), 진로정체감(유순규, 김은주, 2016), 심리적 스트레스(김영희, 고태순, 2016) 그리고 사회적 지지(정우희, 김혜원, 2017) 등이 삶의 만족도와 유의미한 관계가 있는 것으로 나타났다. 유지은(2017)이 기독교 대학생을 대상으로 한 연구에서 실존적 안녕감이 높은 학생들이 삶의 만족도가 높은 것으로 나타난 바 있으며(유지은, 2017), 우울과 영적 안녕감, 죽음, 삶의 만족도에 대한 연구(강은실 외, 2004; 김준원 외, 2013)에서 영적 안녕, 삶의 만족도, 우울 변수와 관련하여 각각의 관련 요인들을 살펴 본 연구가 있다(함유민, 2021). 하지만 기독교 대학생을 대상으로 하여 삶의 의미 및 영적 안녕감과 삶의 만족도 간의 관계를 실증적 연구를 시행한 연구는 없었다.

따라서 본 연구는 선행연구들을 발판으로 삶의 의미의 두 하위 요인인 의미추구와 의미발견과 영적 안녕감의 두 하위요인인 종교적 안녕감과 실존적 안녕감과 삶의 만족도 간의 관계에서 긍정정서를 구명하고자 한다.

2. 연구방법 및 절차

1) 연구대상

본 연구는 기독교 대학생의 삶의 의미(삶의 의미 추구, 삶의 의미 발견),

삶의 만족도, 영적 안녕감(종교적 안녕감, 실존적 안녕감), 긍정 정서 경험이라는 네 가지 변인들의 관계성 및 직·간접 매개효과를 검증하기 위하여 조사 연구방법이 적용되었다. 본 연구는 서울 및 경기도에 소재하고 있는 S대, H대, C대학교 소속 기독교 대학생과 K, S, L 교회에 출석하고 있는 대학생을 대상으로 온라인을 통한 질문법을 사용하여 조사·분석하였다. 조사 기간은 2021년 6월 20일부터 7월 18일까지이며, 총 401명을 표집하여 불성실한 21명의 응답을 제외한 최종 380명의 자료를 분석 자료로 활용하였다. 연구 대상의 성별분포는 남자 104명(27.37%), 여자 276명(72.63)이었으며, 학년은 1학년 92명(24.21%), 2학년 128명(33.68%), 3학년 92명(24.21%), 4학년 63명(16.58%), 졸업유예 5명(1.32%)이었다. 계열별 분포도는 인문계열 175명(46.05%), 사회계열 142명(37.37%), 자연계열 63명(16.58%)로 신학과가 있는 인문계열이 상대적으로 많았다. 그리고 신앙생활 기간은 6개월 이하 4명(1.05%), 1년 미만 7명(1.84%), 1년 이상~5년 미만 18명(4.74%), 5년 이상~10년 미만 62명(16.32%), 10년 이상 122명(32.11%), 모태 신앙 167명(43.95%)으로 10년 이상과 모태신앙자를 합하면 76.06%(289명)인 것으로 나타났다. 응답자가 가운데 289명(76.05%)이 교회 봉사활동 참여하고 있고, 미참여자 91명(23.95%)에 비해서 상대적으로 높게 나타났다.

2) 연구 도구

(1) 삶의 의미 척도

본 연구에서 사용된 삶의 의미 척도는 Steger, Oishi, Frazier와 Kaler (2004)가 개발한 ‘Meaning in Life Questionnaire’이다. 삶의 의미 척도의 총 문항수는 의미발견 5문항, 의미추구 5문항으로 구성되었으며, Likert식 7점 척도로 답하였다. Steger 외(2004)의 연구에서 의미발견

Cronbach's α 는 .86였고, 의미추구 Cronbach's α 는 .87로 나타났다. 본 조사에서는 <표 1>과 같이 의미발견 Cronbach's α .940, 의미추구 Cronbach's α .861로 나타났고 전체 Cronbach's α .927로 나타났다.

(2) 영적 안녕감 척도

본 연구에서 사용된 영적 안녕감 척도는 Paloutzian과 Ellison(1991)이 개발한 'Spiritual Well-Being Scale(SWBS)'로 짝수 10 문항은 종교적 안녕감 (Religious Well-Being: RWB), 홀수 10 문항은 실존적 안녕감(Existential Well-Being: EWB)으로 총 20 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 6점 Likert식 척도로 답하였다. Paloutzian과 Ellison의 영적 안녕감 Cronbach's α 는 0.91이고 종교적 안녕감 Cronbach's α 는 0.82이었으며, 실존적 안녕감 문항의 Cronbach's α 는 0.88이었다. 본 조사에서는 <표 1>과 같이 영적 안녕감 Cronbach's α .912, 종교적 안녕감 Cronbach's α .929, 실존적 안녕감 Cronbach's α .749로 나타났다.

(3) 긍정정서 척도

본 연구에서 사용된 긍정정서 척도는 Diener, Smith와 Fujita(1995)가 개발한 'Intensity and Time Affect Survey'이다. 본래 이 도구는 긍정적 정서경험과 부정적 정서경험을 측정하도록 되어 있으나 본 연구에서는 긍정정서에 해당하는 2가지 차원, 사랑과 기쁨만 사용하여 총 8문항으로 구성하였다. 각 문항은 Likert식 7점 척도로 답하였다. Diener 외 (1995)의 연구에서의 긍정정서 Cronbach's α 는 .77로 나타났고, 본 연구에서는 <표 1>과 같이 Cronbach's α 가 .961로 나타났다.

(4) 삶의 만족도 척도

본 연구에서 사용된 삶의 만족도 척도는 Diener와 그의 동료(Diener, Emmons, Larsen, Griffin, 1985)들이 개발한 것을 조명한과 차경호 (1998)가 번안한 한국판 척도(KSWLS)이다. 본 척도는 총 5문항으로 이루어져 있으며, Likert 7점 척도로 구성되어 있다. 선행연구에서 나타난

Cronbach's α .80이었으면 본 연구에서는 <표 1>과 같이 Cronbach's α 가 .884로 나타났다.

<표 1> 측정 변인의 신뢰도

변인	문항	문항 수	Cronbach's α
삶의 의미 추구	1, 2, 3, 4, 5	5	.940
삶의 의미 발견	1, 2, 3, 4, 5*	5	.861
삶의 의미 전체		10	.927
삶의 만족도	1, 2, 3, 4, 5	5	.884
종교적 안녕감	1*, 3, 5*, 7, 9*, 11, 13*, 15, 17, 19	10	.929
실존적 안녕감	2*, 4, 6*, 8, 10, 12*, 14, 16*, 18, 20	10	.749
영적 안녕감 전체		20	.912
긍정정서	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	8	.961

*역채점

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 4를 이용하여 분석을 실시하고, 통계적 유의 수준은 5%로 설정 하였다.

3. 연구의 결과분석 및 해석

1) 기술통계

본 연구의 정확한 기술통계 분석을 위해 변인들 간 왜도(skewness) 및 첨도(kurtosis)를 검증하였다. 왜도가 0이고 첨도가 1일 때 완전한 정규

분포를 이룬다. 그리고 왜도의 기준은 절대 값이 3을 초과하지 않고 첨도의 기준은 절대 값이 8에서 10을 초과하지 않으면 정규분포를 이룬다고 해석한다(Kline, 2005). 본 연구에서는 모든 변인이 왜도 및 첨도의 절대 값의 기준을 만족했으므로 정규분포를 이룬다고 하겠다. 변인들의 왜도 및 첨도를 검증한 결과는 <표 2>와 같다.

<표 2> 측정 변인의 기술통계

(N = 380)

variable	M	SD	min value	max value	skewness S/SE	kurtosis S/SE		
삶의 의미	5.5807	1.10583	1.00	7.00	-1.020	.205	1.742	.407
삶의 만족도	4.4529	1.19414	1.00	6.00	-.295	.205	-.748	.407
영적 안녕감	3.8896	.71551	1.85	4.90	-.368	.205	-.837	.407
긍정정서	5.6830	1.19721	1.00	7.00	-1.037	.205	1.346	.407

2) 변수들 간의 상관관계 분석

기독교 대학생의 삶의 의미(삶의 의미 추구, 삶의 의미 발견), 삶의 만족도, 영적 안녕감(종교적 안녕감, 실존적 안녕감), 긍정정서 간 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시한 결과는 <표 3>과 같다.

기독교 대학생의 삶의 의미와 삶의 만족과 관계에서 정적 상관($r=.763$, $p<.01$), 영적 안녕감과 삶의 만족은 정적(+상관($r=.664$, $p<.01$))으로 나타났다. 그리고 삶의 의미와 긍정정서 관계에서 정적(+상관 ($r=.798$, $p<.01$))으로 나타났고, 영적 안녕감과 긍정정서와 관계에서 정적(+상관 ($r=.676$, $p<.01$))으로 나타났다.

또한 삶의 의미의 하위변인과 삶의 만족과 관계에서 삶의 의미 추구 ($r=.658$, $p<.01$), 삶의 의미 발견($r=.755$, $p<.01$)은 모두 정적 상관으로 나타났으며, 영적 안녕감 하위변인과 삶의 만족 관계에서 종교적 안녕감 ($r=.517$, $p<.01$) 실존적 안녕감 ($r=.751$, $p<.01$)도 정적 상관으로 나타났

다. 이와 같이 모든 변인들 간 상관관계는 유의수준은 $p < .01$ 에서 유의하다는 결과가 나타났다(Dancey & Reidy, 2007).

〈표 3〉 하위요인 및 변인 간의 상관관계

변인	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 삶의 의미	1							
2. 삶의 의미 추구	.919**	1						
3. 삶의 의미 발견	.942**	.733**	1					
4. 삶의 만족	.763**	.658**	.755**	1				
5. 영적 안녕감	.798**	.751**	.737**	.664**	1			
6. 종교적 안녕감	.676**	.654**	.609**	.517**	.948**	1		
7. 실존적 안녕감	.827**	.754**	.785**	.751**	.893**	.704**	1	
8. 긍정 정서	.798**	.709**	.772**	.776**	.676**	.512**	.787**	1

** $p < .01$

3) 기독 대학생의 삶의 의미와 영적 안녕감 그리고 삶의 만족 간의 관계에서 긍정정서의 매개효과

기독교대학생의 삶의 의미 및 영적 안녕감이 삶의 만족에 영향을 미치는지와 긍정정서의 매개효과 검증에 위해 회귀분석(Regression Analysis)과 SPSS Process Marco Model 4를 이용하여 분석한 결과는 〈표 4〉와 같다.

〈표 4〉 기독교 대학생의 삶의 의미 및 영적안녕감 삶의 만족과의 관계에서 긍정정서의 매개효과

모형	Coeff	se	t	F	R2	LLCI	ULCI
outcome variable: 긍정정서(M)							
삶의 의미(X)	0.8642	0.0555	15.5675***	242.3484***	0.6372	0.7544	0.974
outcome variable: 삶의 만족도(Y)							
삶의 의미(X)	0.8242	0.0594	13.879***	192.6256***	0.5826	0.7068	0.9417

outcome variable: 삶의 만족도(Y)

삶의 의미(X)	0.4277	0.0894	4.7847***	132.6144***	0.6594	0.2509	0.6045
긍정 정서 경험(M)	0.4589	0.0826	5.5576***			0.2956	0.6221

outcome variable: 긍정정서(M)

영적 안녕감(X)	1.1312	0.105	10.7777***	116.1585***	0.457	0.9236	1.3387
-----------	--------	-------	------------	-------------	-------	--------	--------

outcome variable: 삶의 만족도(Y)

영적 안녕감(X)	1.1074	0.1063	10.4193***	108.5619***	0.4403	0.8973	1.3176
-----------	--------	--------	------------	-------------	--------	--------	--------

outcome variable: 삶의 만족도(Y)

영적 안녕감(X)	0.4267	0.1164	3.6646***	120.7107***	0.638	0.1964	0.6569
긍정정서(M)	0.6018	0.0696	8.6488***			0.4642	0.7394

*** $p < .001$

첫째, <표 4>에 나타난 바와 같이 독립변수인 삶의 의미(X)와 매개변수인 긍정정서(M)에서 삶의 의미는 긍정정서에 정적으로 유의미한 영향을 미치며($t=15.5675$, $p<.001$), 설명력은 63.72%이고, LLCI와 ULCI의 값의 사이에는 0이 없는 것으로 나타났다(0.7544~0.974). 그리고 독립변수인 삶의 의미(X)와 종속변수인 삶의 만족도(Y)에서 삶의 의미는 삶의 만족도에 정적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며($t=13.879$, $p<.001$), 설명력은 58.26%로 나타났고 LLCI와 ULCI의 값의 사이에는 0이 없는 것으로 나타났다(0.7068~0.9417). 그리고 긍정정서의 매개효과에서 삶의 의미와 긍정정서를 같이 독립변수로 투입되었을 때에 설명력 65.94%로 직·간접효과를 나타내는 것으로 나타났다.

둘째, 기독교 대학생의 영적 안녕감이 삶의 만족도에 영향을 미치는데 있어서 긍정정서의 매개효과 검증에 위해 SPSS Process Marco Model 4를 이용하여 분석한 결과는 <표 4>와 같다. 독립변수인 영적 안녕감(X)과 매개변수인 긍정정서(M)에서 영적 안녕감은 긍정정서에 정적으로 유

의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며($t=10.7777$, $p<.001$), 설명력은 45.7%로 나타났고 LLCI와 ULCI의 값의 사이에는 0이 없는 것으로 나타났다(0.9236~1.3387). 그리고 독립변수인 영적 안녕감(X)과 종속변수인 삶의 만족도(Y)에서 영적 안녕감은 삶의 만족도에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났으며($t=10.4193$, $p<.001$), 설명력은 44.03%로 나타났고 LLCI와 ULCI의 값의 사이에는 0이 없는 것으로 나타났다(0.8973~1.3176). 또한 긍정 정서의 매개효과에 대하여 삶의 의미와 긍정정서를 같이 독립변수로 투입되었을 때에는 정적으로 유의미하게 영향을 미치며, 설명력은 65.94%로 간접 및 직접효과를 나타내는 것으로 나타났다.

셋째, 독립변수 삶의 의미와 영적 안녕감이 종속변수인 삶의 만족도에 영향을 미치는데 있어서 매개변수인 긍정정서의 간접효과 유의성 검증을 위하여 경로의 부분매개를 5,000번 추출하여 bootstrapping을 사용하였는데(Shrout & Bolger, 2002), 그 결과는 <표 5>와 같다.

<표 5> 매개변수 경로의 간접효과 검증

독립변수	매개변수	종속변수	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
삶의 의미	긍정정서	삶의 만족도	0.3965	0.0796	0.2436	0.5625
영적 안녕감	긍정정서	삶의 만족도	0.6808	0.099	0.4711	0.8684

<표 5>에 나타난 바와 같이 삶의 의미의 매개변수인 긍정정서에 대한 간접효과의 유의성에서 삶의 의미가 긍정정서를 경유하여 삶의 만족도에 이르는 경로의 간접효과의 95% 신뢰구간에서 0을 포함하고 있지 않기 때문에 정적으로 유의한 것으로 나타났다($BootLICI \sim BootULCI$ [-0.2346~-0.5625]). 그리고 영적 안녕감 매개변수인 긍정정서에 대한 간접효과의 유의성에서 영적 안녕감 또한 긍정정서를 경유하여 삶의 만족

도에 이르는 경로의 간접효과의 95%신뢰구간에서 0을 포함하고 있지 않기 때문에 정적으로 유의한 것으로 나타났다($BootLICI \sim BootULCI$ [0.4711~0.8684]).

III. 닫는 글

1. 연구의 논의

본 연구는 기독교 대학생의 삶의 의미와 영적 안녕감이 삶의 만족도에 미치는 영향을 살펴보고 긍정정서의 매개효과 검증을 목적으로 실시되었다. 본 연구를 통하여 도출된 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 기독교 대학생의 삶의 의미(삶의 의미 추구, 삶의 의미 발견), 삶의 만족, 영적 안녕감(종교적 안녕감, 실존적 안녕감), 긍정 정서 경험에서 모든 변인들은 상호간 유의수준 $p < .01$ 에서 유의한 정적(+), 상관을 나타냈다(Dancey & Reidy, 2007). 이는 선행연구에서 의미추구가 심리적 영향과 밀접한 관계가 있으며(백지영, 서수균, 2014; 조효진, 2018), 영적 안녕감과 심리적 적응에 관련이 있고(박혜원, 2013; 서경현, 전경구, 2004), 긍정정서는 심리적 안녕감에 정적(+) 영향을 미치게 된다는(조은영, 임정하, 2014) 연구 결과를 지지한다. 그리고 유지은(2017)의 기독교 대학생을 대상으로 한 연구에서 실존적 안녕감과 삶의 만족도의 높은 상관관계가 있음과 유사한 결과가 나타났다. 본 연구를 통해서 기독교 대학생의 삶의 의미 추구하고 삶의 의미 발견을 포괄한 삶의 의미와 종교적 안녕감과 실존적 안녕감을 포괄한 영적 안녕감이 삶의 만족감과 긍정정서에 밀접한 상호관계성이 있다는 점을 확인 할 수 있었다.

둘째, 기독교 대학생의 삶의 의미가 삶의 만족에 미치는 영향력은

($t=13.879$, $p<.001$)로 나타났고, 설명력은 58.26%로 정적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 기독교 대학생의 삶의 의미와 삶의 만족에서 매개변인인 긍정정서의 영향력은 ($t=15.5675$, $p<.001$)로 나타났고, 설명력은 63.72%로 정적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 뿐만 아니라 긍정정서의 매개효과에서 삶의 의미와 긍정정서를 같이 독립변수로 투입되었을 때에 ($F=132.6144$, $p<.001$)로 나타났고, 설명력 65.94%로 직·간접효과를 나타내는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 기독교 대학생의 삶의 의미 즉, 삶의 의미 추구하고 삶의 의미 발견이 삶의 만족도에 직접적으로 영향력을 미치며, 긍정정서는 간접적 영향력을 미치는 것을 의미한다.

이는 삶의 의미가 심리적 영향을 미치며(조효진, 2018), 긍정정서는 삶의 만족감에 영향을 미친다는 연구 결과를 지지한다고 하겠다(정미예, 조남근, 2015; Lepp, Barkley, & Karpinski, 2014; Ozben, 2013).

셋째, 기독교 대학생의 영적 안녕감이 삶의 만족도에 미치는 영향력은 ($t=10.4193$, $p<.001$)로 나타났고, 설명력은 44.03%로 정적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 기독교 대학생의 영적 안녕감과 삶의 만족도에서 매개변인인 긍정정서에 영향력은($t=10.7777$, $p<.001$)로 나타났고, 설명력은 45.7%로 정적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 뿐만 아니라 긍정정서의 매개효과에서 영적 안녕감과 긍정정서를 같이 독립변수로 투입되었을 때에($F=120.7107$, $p<.001$)로 나타났고, 설명력 65.94%로 직·간접효과를 나타내는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 기독교 대학생의 영적 안녕감 즉, 종교적 안녕감, 실존적 안녕감이 삶의 만족도에 직접적으로 영향력을 미치며, 긍정정서는 간접적 영향력을 미치는 것을 의미한다. 이는 연구가설 1 ‘기독교 대학생의 삶의 의미 및 영적 안녕감이 삶의 만족도에 영향을 미칠 것이다’를 입증하였다고 하겠다.

이와 같은 연구 결과는 기독교인들에게 있어서 영적 안녕감은 심리적 적응과의 관련이 깊고(박혜원, 2013; 서경현 외, 2005), 영적 안녕감은 심리적 지향성과 종교적 성숙도에 영향을 미친다는 선행연구(허현나, 2002)와 일치한다고 하겠다.

넷째, 독립변수 삶의 의미와 영적 안녕감이 종속변수인 삶의 만족도에 영향을 미치는데 있어서 매개변수인 긍정정서의 간접효과 유의성 검증을 위하여 경로의 부분매개를 5,000번 추출하여 bootstrapping을 사용한 결과는 삶의 의미(*BootLICI*~ *BootULCI* [-0.2346~-0.5625])와 (Shrout & Bolger, 2002), 영적 안녕감 (*BootLICI*~*BootULCI* [0.4711~0.8684]) 모두 정적으로 유의미한 결과가 도출되었다. 이는 연구가설 2의 ‘기독교 대학생의 삶의 의미와 영적 안녕감과 삶의 만족도 관계에서 긍정정서는 매개효과가 있을 것이다’를 입증한 것이다.

2. 결론 및 제언

본 연구를 통하여 입증된 연구결과를 중심으로 내린 결론은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 기독교 대학생들의 삶의 의미는 만족한 삶에 직접효과 있을 뿐만 아니라 긍정정서는 간접효과가 있음이 입증되었다. 이는 기독교 대학생들의 기독교 세계관에 입각한 삶의 의미는 이 땅에서 그리스도인으로서 만족한 삶 즉, 행복한 삶을 살아가는데 매우 중요하며, 믿음 안에서 긍정정서 또한 촉매제가 된다고 하겠다. 무한 경쟁사회에서 한국 기독교 대학생들은 비기독교 학생들과 스트레스 지수에 큰 차이가 없으며(유지은, 2017), 학교 부적응 비율에도 큰 차이가 없는 현실 속에서(김영중, 이현철, 2016) 한국교회와 기독교 대학에서는 기독교 대학생들의 기독교적 세계관에 입각한 가치관 확립과 삶의 의미 정립에 깊은 관심을 가져

야 할 것이다(이원준, 2007). 그리고 보다 적극적으로 기독 대학생들의 만족한 삶을 증대시키기 위해서 기독 공동체에서 삶의 의미추구 및 의미 발견에 관련 된 현실적이며 체계적인 프로그램 마련과 믿음의 긍정정서 함양을 위한 노력들이 요구 된다고 하겠다.

둘째, 기독 대학생들의 영적 안녕감은 만족한 삶에 직접효과 있을 뿐만 아니라 긍정정서는 간접효과가 있음이 나타났다. 따라서 기독 대학생들의 영적 안녕감은 주관적인 만족한 삶에 절대적으로 영향을 미치기에 불투명한 미래사회를 살아가 기독대학생들을 위한 영적 안녕감 증대를 위한 시스템 구축과 프로그램 개발이 요구된다고 하겠다. 그리고 복음을 통한 긍정 정서 함양을 통해서 행복한 크리스천의 삶을 살아 갈 수 있는 기반마련 또한 필요하다고 하겠다.

본 연구를 위한 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 코로나19로 인해 온라인을 통한 질문법을 사용하여 일부 기독 대학생으로 조사·분석하였다. 후속 연구에서는 보다 다양한 지역과 계층을 대상으로 연구의 규모를 확대할 수 있기를 제언한다.

둘째, 본 연구는 양적 연구로만 진행되었지만 각 변인들의 인간관계를 질적 연구 및 실험연구 등 다양한 방법을 적용하는 연구가 필요하다고 하겠다.

셋째, 본 연구는 한국 기독 대학생을 대상으로만 하였지만 후속연구에서는 좀 더 다양한 다른 나라 대학생을 비교 군으로 하는 연구의 범위로 확대할 필요가 있을 것이다.

넷째, 본 연구를 기반으로 하여 후속 연구에서 기독 대학생의 삶의 의미와 영적 안녕감, 삶의 만족감, 긍정정서 함양을 위한 집단상담 프로그램이 운영 될 수 있기를 제언한다.

【 참고문헌 】

- 강연정 (2015). 긍정심리학 이론에 대한 기독교 상담학적 고찰-행복 (Happiness)이론을 중심으로-. **복음과 상담**, 23(2), 9-37.
- 권대훈 (2017). 진로진학상담교사의 긍정정서 및 부정정서, 삶의 의미, 삶의 만족 간의 구조적 관계. **한국교원교육연구**, 34(1), 1-24.
- 권석만 (2011). **긍정심리학: 행복의 과학적 탐구**. 서울: 학지사.
- 김성아, 정해식 (2019). 연령대별 삶의 만족 영향요인 분석과 정책 과제. **보건 복지포럼정책분석, 통권**, 95-104.
- 김여흠, 이윤주 (2013). 대학생의 행복감에 영향을 미치는 사회불안, 공감, 사회적 기술, 분노 표현양식, 대인관계만족에 대한 구조 방정식 모델 검증. **상담학연구**, 14(3), 1587-1604.
- 김용국, 주현 (2014). 대학생의 스트레스, 건강상태가 대학생활 적응에 미치는 영향. **한국사회 체육학회지**, 56(1), 749-757
- 김지경, 정연순, 이계백 (2015). 20대 청년, 후기청소년정책 중장기 발전 전략 연구(연구보고 15-R08). 세종: 한국청소년정책연구원.
- 김지예, 이상희 (2014). 대학생들의 정서에 따른 콤포트 푸드의 차이: 성차를 중심으로. **감성 과학**, 17(3), 15-28.
- 김찬규 (2015). 기독교 영성과 정신건강의 관계성. **신학과 실천**, 46, 193-94.
- 나성운 (2017). 대학생의 가족건강성이 삶의 만족도에 미치는 영향-성취동기 및 자기효능감의 매개효과를 중심으로-. 목포대학교대학원 박사학위 논문.
- 안진영, 유순화 (2016). 대학생의 수용행동이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 인지적 정서조절 전략의 매개효과. **청소년복지연구**, 18(2), 173-197.
- 오복자, 강경아 (2000). 영성개념 분석. **대한간호학회지**, 30(5), 1148.
- 오윤선 (2016). 성격강점과 말씀묵상기도를 활용한 기독교대학생들의 행복증진 프로그램 효과. **복음과 상담**, 24(1), 133-163.
- 오윤선, 김미숙 (2018). 기독교 대학생의 수용행동이 신앙성숙도와 강점인식에 미치는 영향: 긍정적 대처의 매개효과. **복음과 상담**, 26(1), 127-161.
- 오인수, 손지향, 조유경 (2018). 근거이론적 접근을 통한 대학생들의 '대2병' 경험 분석 연구. **교육과학연구**, 49(2), 27-58.
- 유지은 (2019). 기독교 대학생의 종교적 안녕감, 실존적 안녕감, 우울, 삶의 만족

- 도의 관계. *기독교교육논총*, 58, 285-310.
- 유지은 (2017). 한국 기독교 대학생의 종교성, 영적 안녕감, 사람의 만족감에 관한 연구. *대학과 선교*, 34, 131-164.
- 유지은 (2017). 기독교 대학생의 스트레스와 우울에 관한 연구: 영적 안녕감의 조절 효과를 중심으로. *신학논단* 87, 237-264.
- 유해룡 (2015). 한국적 상황에서의 영성의 연구동향. *신학과 실천*, 47, 177-206.
- 임전옥 (2017). 대학생의 영성과 삶의 만족도의 관계에서 자기수용과 생활 스트레스의 매개효과. *청소년학연구*, 24(4), 179-210.
- 조은영, 임정하 (2014). 대학생의 긍정정서 및 부정정서가 심리적 안녕감에 미치는 영향: 인지 적 유연성의 매개효과를 중심으로. *한국청소년연구*, 25(4), 185-210.
- 차정식 (2017). 바울의 감정 표현에 나타난 심리조율과 심리치유의 수사학. *한국기독교신학논총*, 106, 93-135.
- 채일 (2020). 기독교대학생의 일상생활 스트레스가 스마트폰 중독에 미치는 영향: 영적 안녕감의 매개효과를 중심으로. *총신대학교대학원 박사학위 논문*.
- Barber, B. (1983). *The logic and limit of trust*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Buckworth, J., & Dishman, R. K. (2002). Determinants of exercise and physical activity. In J. Buckworth (Eds.), *Exercise psychology* (pp. 191-209). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Calvin, J. (2003). *기독교 강요*(원광연 역, *Institutes of the Christian Religion*). 서울: 크리스찬 다이제스트.(원전 1559 출판).
- Dancey, C. P., & Reidy, J. (2007). *Statistics without maths for psychology*. Hoboken, NJ: Pearson Prentice Hall.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

- Diener, E. D., & Suh, M. E. (1997). Subjective well-being and age: An international analysis. *Annual review of gerontology and geriatrics*, 17(1), 304–324.
- Fredrickson, B. L., & Cohn, M. A. (2008). Positive Emotions. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of Emotions* (pp. 777–796). New York: Guilford Press.
- George, J. M. (2000). Emotions and leadership: The role of emotional intelligence. *Human Relations*, 53(8), 1027–1055.
- Gerrig, R. J. (2013). *Psychology and life*. Boston: Pearson.
- Greenberg, L. S. (1993). Emotion and change process in psychotherapy. In M. Lewis, and J. Haviland (Eds.), *Handbook of emotion* (pp. 499–510). New York: Guilford Press.
- Guerra, N. G., & Bradshaw, C. P. (2008). Linking the prevention of problem behaviors and positive youth development: Core competencies for positive youth development and risk prevention. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 10(122), 1–17.
- Hazen, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511–524.
- Helliwell, J. F., Layard, R., & Sachs, J. (2019). *World happiness report 2019*. New York: The sustainable development solutions network.
- Huebner, E. S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social Indicators Research*, 66, 3–33.
- Judge, T. A., & Watanabe, S. (1993). Another look at the job satisfaction–life satisfaction relationship. *Journal of Applied Psychology*, 78(6), 939–948.
- Keltner, D., & Shiota, M. N. (2003). New displays and new emotions: A commentary on Rozin and Cohen. *Emotion*, 3, 86–91.
- Kline, T. J. (2005). *Psychological testing: A practical approach to design and evaluation*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2012). Emotional intelligence and life satisfaction in Chinese university students: The mediating role of self-esteem and social support. *Personality and Individual*

Differences, 53(8), 1039–1043.

- Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and satisfaction with life in college students. *Computers in Human Behavior*, 31, 343–350.
- Lund, J. W. (2010). Successful faculty peer relationships at evangelical Christian colleges. *Christian Higher Education*, 9(3), 207–225.
- Ma, S. Y. (2003). The Christian college experience and the development of spirituality among students. *Christian Higher Education*, 2(4), 321–339.
- Mahanta, D., & Aggarwal, M. (2013). Effect of perceived social support on life satisfaction of university students. *European Academic Research*, 1(6), 1083–1094.
- Mayer, R. C., Davis, J. H., & Schoorman, F. D. (1995). An integrative model organizational trust. *Academy of Management Review*, 20, 709–734.
- Mehta, S. S., Newbold, J. J., & O'Rourke, M. A. (2011). Why do first-generation students fail?. *College Student Journal*, 45(1), 20–36.
- Moberg, D. (1994). Subjective measures of spiritual well-being, *Review of Religious Research*, 25, 355.
- Moltmann, J. (2001). *Ecumenism and philosophical questions for a renewal of dialogue*. Ann Arbor, MI: Sapientia Press.
- Ozben, S. (2013). Social skills, life satisfaction, and loneliness in Turkish university students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 41(2), 203–213.
- Pittman, L. D., & Richmond, A. (2007). Academic and psychological functioning in late adolescence: The importance of school belonging. *The Journal of Experimental Education*, 75(4), 270–290.
- Plutchik, R. (1982). A psycho evolutionary theory of emotions. *Social Science Information*, 21(4), 529–553.
- Plutchik, R. (2003). *Emotions and life: Perspectives of psychology, biology and evolution*. Washington, D.C: American Psychological Association.
- Reeve, J. M. (1992). *Understanding motivation and emotion*. Toronto:

Harcourt Brace Jovanovich College Publishers.

- Roberts, M. C., Brown, K. J., Johnson, R. J. & Reinke, J. (2002). Positive psychology for children: Development, prevention, and promotion, In C. R. Synder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 663–675), New York: Oxford University Press.
- Rotenberg, K. J. (2010). The conceptualization of interpersonal trust: A basis, domain, and target framework. In K. J. Rotenberg (Ed.), *Interpersonal trust during childhood and adolescence* (pp. 2–27). New York: Cambridge University Press.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65, 14–23.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness*. New York: Free Press.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422–445.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063–1070.
- Wiking, M. (2018). 그들은 왜 더 행복할까 -덴마크 행복연구소가 찾아낸 남들보다 행복한 사람들의 비밀(이종인 역, *The little book of Lykke*). 서울: 마일스톤.(원전 2016 출판).
- Yang, Y. (2008). Social inequalities in happiness in the United States, 1972 to 2004: An age-period-cohort analysis. *American Sociological Review*, 73(2), 204–226.
- Youniss, J. (1980). *Parents and peers in social development: A Sullivan-Piaget perspective*. Chicago, IL: University of Chicago Press.

【 Abstract 】

The Effects of Life Meaning and Spiritual Well-Being of
Christian University Students on the Life Satisfaction:
Focusing on the Mediating Effect of Positive Emotion

Oh, Yoon Sun*

The purpose of this study is to verification the effects of Christian university students' life meaning and spiritual well-being on the life satisfaction, focusing on the mediating effect of positive emotion.

For this study, a total of 380 Christian university students were selected for sampling. Data collection in this study was performed by a random sampling method through online question and answer.

The collected data was analyzed using the PASW (SPSS Win. 20) statistical package program, and the main statistical techniques were analyzed using descriptive statistics, correlation analysis, regression analysis, and SPSS' Process Macro Model 4.

The results of this study are as follows. First, the meaning of life of Christian university students in this study had a direct effect on a satisfactory life ($t=13.879$, $p<.001$). and it was proved that positive emotions have an indirect effect ($t=15.5675$, $p<.001$). Second, the spiritual well-being of Christian university students had a direct effect on a satisfactory life ($t=10.4193$, $p<.001$). and it has been proven that positive emotions have an indirect effect ($t=10.7777$, $p<.001$).

Through the results of this study, it can be said that the hypothesis that the meaning of life and spiritual well-being act as an important factor influencing the life satisfaction of Christian university students, and that positive emotions also have meaning as a mediating variable, has been confirmed.

Key words: Christian university student, meaning of life, spiritual well-being, positive emotions, life satisfaction.

* Korean Bible University, Department of Liberal Studies / Professor