

상태'인데 영적 안녕도 포함시켜야 한다는 의견들이 있는 것으로 알려져 있다. 이런 주장은 인간의 건강과 질병을 바르게 이해하고 그것을 적절히 다루기 위해서는 영적 차원에 대한 고려가 반드시 필요하다는 것을 시사하는 것이다. 이것을 달리 표현하면 현대인이 경험하고 있는 건강과 질병을 바르게 이해하고, 질병의 예방, 진단, 치료, 혹은 재활을 적절히 다루기 위해서는 생물·심리·사회적 모델에서 생물·심리·사회·영적(biopsychosociospiritual) 모델로의 확장이 요구된다는 것이다(전경구, 정봉도, 김영환, 2000).

일찍이 Plato(B.C. 428~347)도 인간을 세 부분을 나누어 설명하면서 영적인 측면을 포함시켰고(박희영, 2001), Jung(1875~1961)도 인간에게 내재되어 있는 신성 혹은 영적인 면이 있다고 주장했다(김성민, 1998). 일명 자아초월(transpersonal) 심리학자들은 영적인 면이 인간 의식의 기본 구조라는 것을 강조하면서 자연과 신성에 속하는 영성이 인간의 삶에 깊이 관여한다고 주장하고 있다(Wilber, 1997). 또한, 이들은 영적(spiritual)이라는 표현보다는 자아초월적(transpersonal)이라는 표현을 더 선호하고 있는데, 영성은 개인적(personal) 자아를 넘어서(trans) 인류, 영혼 및 우주 등 보다 넓은 측면까지 확대된 경험을 의미한다(Assagioli, 1969). 이런 의미에서 볼 때 영성 혹은 영적인 측면은 종교에서 말하는 신앙심과 유사하지만 종교가 없는 사람들의 위에서 언급한 측면까지를 포괄적으로 포함한다고 할 수 있겠다.

인간의 적응과 관련하여 영적 차원의 중요성은 이미 강조된 바 있는데(Crawford, 1989; Frankl, 1967), 미국 심리학회 윤리 강령에도 종교

변인이 중요한 변인으로 포함되어 있다(APA, 2002). 그러나 이런 전인적인 관점이 중요시되는 것과는 달리 상대적으로 생물·심리·사회적 차원보다 영적 차원에 대한 연구는 지금까지 적었다. 한국에서는 더욱 그러한데, 영적 간호가 중요하다고 여기는 간호학 분야를 제외하고 다른 분야에서는 건강 및 질병, 치료와 재활과 관련하여 영적 차원에 대한 연구가 매우 부족한 상태이다.

영적 차원에 대한 연구를 다루기 위해서는 과연 영성(spirituality) 또는 종교성(religiosity)이 개인의 적응 혹은 정신 건강에 도움이 되는가를 살펴볼 필요가 있겠다. 지금까지 연구를 살펴보면, 융통성 없고 절대적인 종교성은 정서적·사회적 부적응을 낳지만(Hunsberger, Alisat, Pancer, & Pratt, 1996), 일반적으로 종교성은 개인의 적응에 도움이 된다는 결과가 나타나고 있다(Batson, Schoenrade, & Ventis, 1993; Donahue, 1985; Kirkpatrick, 1997; Pargament, 1977). 보다 구체적으로 지금까지 수행된 실증적 연구들을 살펴보면 영성이 건강 혹은 질병과 관련하여 건강 효과(Hathaway & Pargament, 1990; Lea, 1982; Peterson & Roy, 1985; Ross, 1995), 병리 효과(Rosenstiel & Keefe, 1983), 혹은 건강과 병리 효과 모두(Andreasen, 1972; Bergin, 1983)와 관계가 있는 것으로 나타나고 있다.

Bergin(1983)이 종교성과 정신 건강 간의 관계를 살펴본 결과 두 가지 서로 다른 방향이 나타났다는데, 종교심이 높을수록 적응적인 집단과 부적응인 집단으로 양분되어서 나타났다. 즉, 종교성과 정신 병리 간의 관계를 다룬 24개의 선행 연구를 분석한 결과, 효과의 크기가 $-.32 \sim +.82$ 범위로 나타났다. 그 가운데 23%는 종교와 정신 건

강 간에 부적 관계로 나타나고 있는 반면에, 47%는 정적 관계를 보여주고 있었다. 이런 결과는 연구에서 다양한 척도가 사용되었다는 점과 양자간의 연관성이 그렇게 크지 않았다는 점을 고려할 때 명확한 방향을 결론 내리기 어렵다. 하지만, 이런 결과는 종교가 긍정적인 효과를 낼 수도 있고 부정적인 효과를 낼 수 있다는 점을 시사해준다. 이와 관련하여 Andreason(1972)은 종교가 양날을 가지고 있는 칼이라고 묘사하기도 했다. 다시 말해, 종교심이 강할수록 정신 건강이 좋아지는 경우가 있는가 하면, 종교심이 강할수록 정신 건강이 나빠지는 경우가 있다는 것이다.

정서적·합리적 행동치료를 주창한 Ellis(1980)는 Bergin(1980)의 “심리치료와 종교적 가치관 (Psychotherapy and religious values)”이란 논문에 대한 반론으로 “심리치료와 무신론적 가치관 (Psychotherapy and atheistic values)”이란 논문을 그 해 같은 저널에 게재하며 종교성이 개인의 적응에 도움이 되지 않는다고 주장한 바 있지만 (Ellis, 1986), 최근에 들어서는 종교성이 일반적으로 정신 건강에 도움이 된다고 언급하고 있다 (Ellis, 2000). 물론 그러면서도 그는 종교의 부정적인 측면은 절대적인 자기 패배적 신념과 관련되어 있다고 주장하면서 절대적인 자기 패배적 신념을 유발할 환경을 종교가 가지고 있는 것은 사실이지만 자기 패배적 신념을 논박할 수 있는 요소도 종교가 가지고 있다고 피력하고 있다.

그렇다면 영성이 어떻게 인간의 적응 또는 부적응에 영향을 미치는 것일까? Idler(1987: 전검구 등, 2000에서 재인용)는 종교성과 건강 혹은 정신 건강 간의 관계를 설명하면서 다음과 같은 세 가지 가설을 언급하고 있다. 첫째, 종교는 종교와 관

련된 사회적 관계망으로부터 사회적 지원을 제공하는데 이런 사회적 지원이 인간을 정신적으로 건강하게 한다는 사회적 응집성 가설(social cohesiveness hypothesis)이다. 그런 사회적 지원에는 정서적, 인지적, 및 실질적 지원이 포함된다. 둘째는 종교가 낙관적 관점을 배태하고 운명론적 관점을 감소시키므로 정신 건강을 유지시킨다는 일관성 가설(coherence hypothesis)이다. 마지막으로, 종교가 고통의 부정적 지각을 바꾸고, 심지어 고통을 긍정적으로 해석하도록 만듦으로써 정신 건강을 도모한다는 호신론적 가설(theodicy hypothesis)이다.

이와 유사하게 Pollner(1989)는 종교가 문제 상황에 대한 설명과 해결을 위한 자원을 개인에게 제공하며, 능력과 자기효능감의 증가를 유도하고, 개인의 정체감과 방향성을 제공함으로써 공허감을 유발할 수도 있는 사건 및 상황을 의미 있게 받아들일 수 있게 한다고 설명하였다. 그 이전에 Peterson과 Roy(1985)도 종교가 개인에게 자신과 환경에 대한 포괄적인 해석의 틀을 제공하기 때문에 적응 또는 부적응에 영향을 주는 것은 직접적 경로를 통해서가 아니고 삶의 의미와 충족감을 확장시키는 간접적 경로를 통해서 영향을 준다고 설명하고 있다.

본 연구에서는 영성이 대학생의 생활 스트레스 및 대처 방식과 어떤 관계가 있는지 탐색하고자 한다. 지금까지 연구들에서 다룬 영성은 신의 개념(Schwab & Petersen, 1990), 내·외재적 방향성(Donahue, 1985), 종교성(Peterson & Roy, 1985), 영적 대처 방식(Pargament et al., 1988), 영적 안녕(Ellison, 1983) 등인데, 본 연구에서는 영적 안녕을 영성 변인으로 다루고자 한다. 그 이

유는 선행 연구에서 영적 안녕에 대한 개념적 접근(예: Elkins, Hedstrom, Hughes, Leaf, & Saunders, 1988)이 가장 많았고, 척도 개발(Elkins et al., 1988; Genia, 1991; Jagers & Smith, 1996)도 많이 이루어졌으며, 실증적인 연구(Ross, 1997; Potts, 1996)도 자주 수행되었기 때문이다. 이전에는 종교성 개념이 많이 사용되었으나 최근에는 영적 안녕에 대한 연구가 상대적으로 많이 이루어지는 경향이 있다. 그리고 가장 중요한 것은 종교성은 특정 종교인에게만 매우 제한적으로 적용되는 반면에, 영성 혹은 영적 안녕은 보다 포괄적으로 적용할 수 있기 때문이다.

일련의 선행 연구에 근거하여 가정할 수 있는 것은 일반적으로 영적 안녕은 동일한 어려운 상황이라도 스트레스에 의한 효과를 감소시킬 수 있을 것이라는 것이다. 전경구 등(2000)의 연구에서도 영적 안녕은 생활 스트레스와 부적 상관을 보였으며 우울을 감소시킬 수 있다는 가능성이 발견되었다. 반면에 영성(또는 종교성) 가운데 병리적 측면이 있다면 스트레스에 부정적인 효과를 가져올 수도 있을 것이다.

스트레스가 신체 병리나 정신 병리와 밀접하게 관련되어 있다는 것은 여러 연구를 통해 이미 널리 알려져 있다(Brown & Harris, 1989; Dohrenwend & Dohrenwend, 1981; Holmes, 1979; Kessler & Magee, 1993). 그러나 Rabkin과 Struening(1976)은 스트레스와 질병 간에 일관적인 연관성이 나타나고 있지만 스트레스는 질병의 전체 변량의 9% 이하밖에 설명하고 있지 못하고 있다고 지적하고 있다. 따라서 스트레스와 질병 간의 관계에서 나머지 변량을 설명하기 위한 다양한 노력이 있었는데, 이러한 맥락에서 대처에

관한 연구가 급증하게 된 바 있다(Aldwin & Revenson, 1987). 한편, 영적 안녕이 생활 스트레스를 감소시킬 수 있다면 영적 안녕은 대처와도 밀접한 관계가 있을 것이라고 가정할 수 있다. 대처에 대한 선행 연구는 개인적 수준에서의 대처 방식과 사회적 수준에서의 사회적 지원에 관한 연구를 중심으로 매우 활발하게 되어 왔다. 초기 연구에서는 이 두 가지 연구 주제가 서로 독립적으로 수행되었으나, 80년대 이후 개인적 대처와 사회적 지원에 대한 통합적 접근이 이론적으로(Thoits, 1986), 그리고 실증적으로(Billings & Moos, 1981; Dean & Ensel, 1982; Hobfoll & Lieberman, 1987; Holahan & Moos, 1986) 이루어지고 있다. 예컨대, Thoits(1986)는 사회적 지원을 대처 기능의 하나로 개념화한 바 있다. 앞에서 언급한 바 있는 Idler(1987: 전경구 등, 2000에서 재인용)의 사회적 응집성 가설은 유사한 맥락에서 이해될 수 있겠다.

본 연구의 목적은 영적 안녕이 대학생의 생활 스트레스와 대처 방식과 어떤 관계가 있는지 조사 연구를 통해 탐색하는 것이다. 그 목적을 성취하기 위해 연구자들은 다음과 같은 문제를 다루고자 한다. 첫째, 영적 안녕 척도의 신뢰도와 타당도는 어떠한가? 서양에서는 건강 혹은 질병과 관련하여 영적 변인의 중요성이 부각되었고 이를 측정할 수 있는 다양한 척도가 개발되어 있지만, 한국의 실정은 아직 그렇지 않다. 본 연구에서는 전경구 등(2000)의 선행 연구에서 기초하여 Ellison(1983)의 영적 안녕 척도에 대한 추가적인 신뢰도와 타당도를 검증하면서 연구를 수행하고자 한다. 이어서 둘째, 영적 안녕은 대학생 생활 스트레스 및 대처와 관계가 있는가? 셋째, 영적

안녕의 어떤 하위 변인이 대학생 생활 스트레스와 대처의 하위 변인과 관계가 있는가?

방 법

참여자

본 연구는 수도권에 위치하고 있는 두 대학에 재학하고 있는 남녀 대학생을 대상으로 하였다. 대상자들은 심리학 관련 교양과목을 수강하거나 기독교 채플(chapel) 시간에 참여한 학생들이었다. 1차 연구에 참여한 학생은 279명(남, 155명; 여, 124명), 2차 연구에만 참여한 학생은 23명(남, 17명, 여, 12명), 그리고 두 번에 걸친 연구에 모두 응답한 학생은 144명이었다. 따라서 일반적인 분석에서는 1차 연구에 참여한 279명을 대상으로 실시되었으나, 영적 안녕 척도의 요인분석에서는 2차 연구에서 추가로 참여한 302명 자료에 기초하였고, 검사-재검사 신뢰도는 144명에 기초하여 실시하였다.

최종 분석에 포함된 279명은 만 18세에서 29세($M=20.91$, $SD=2.02$)까지 분포되어 있었다. 참여자들 중에 113명(40.5%)이 자신이 종교를 갖고 있지 않다고 응답했으며, 132명(47.3%)이 개신교, 18명(6.5%)이 천주교, 15명(5.4%)이 불교, 1명(0.5%)이 그 외 종교를 믿고 있다고 응답했다. 참여자들이 재학하고 있는 학교가 기독교 재단이 운영하는 사립대학이고 기독교 채플(chapel) 시간에 참여한 학생들이 많이 포함되어 있었기 때문에 개신교 비율이 높았던 것으로 사료된다.

연구 절차

검사-재검사 신뢰도 분석을 위해 심리학 관련 교양과목을 수강하는 학생들에게 모든 척도가 포함되어 있고 일련번호가 적혀있는 설문지를 나누어주고 응답하게 하였으며 일련번호를 교재 뒤 표지에 적어 놓으라고 하였다. 4 주가 지난 후 영적 안녕 척도만을 나누어주고 응답하게 하면서 교재의 뒤 표지에 적어 놓았던 번호를 설문지 위에 적도록 하였다. 교재가 없거나 교재에 번호를 적지 않은 학생들도 2차 설문에 응답하였고, 그들에게서 얻은 자료는 요인분석에 활용하였다.

설문에 응답하기 전 참여자들에게 연구의 내용을 충분히 설명하였고 참여에 동의를 구하였다. 이 때, 개인정보의 누출이 없을 것이며 연구 참여를 언제든지 포기할 수 있다고 알렸다. 참여자들이 설문 과정에서 소비한 시간은 1차 설문을 위해 약 15분, 2차 설문을 위해 약 5분이었다.

본 연구를 위한 통계분석은 SPSS 11.5 for Windows에 의해 실행되었고, 주요 통계분석은 요인분석, 이원변량분석, Pearson 적률상관분석이었다.

조사 도구

영적 안녕 척도: 영적 안녕을 측정하기 위해 Ellison(1983)의 영적 안녕 척도에 기초하여 개발한 한국판 영적 안녕 척도(전경구 등, 2000)의 문항 중에 일부를 제거하고 추가하여 만든 척도를 사용하였다. 이 척도는 20문항으로 구성되어 있으며 종교적 안녕과 실존적 안녕 두 가지 개념을 포함하고 있다. 처음 문항을 변안하는 과정에서는

두 번째 연구자가 일차적으로 번안을 한 후 영어권 국가에서 심리학 박사학위를 취득한 교수 4명에게 전문가 평가를 의뢰함으로써 보다 양질의 번안이 되도록 노력하였다. 아울러 기독교 외의 종교에도 적용할 수 있도록 'God'라는 단어를 '신(부처)'라고 수정하여 사용하였다. 원래 척도에서는 6점으로 평정하도록 고안되었으나, 본 연구에서는 7점으로 수정해서 평정(-3 = 전혀 다르다, -2 = 상당히 다르다, -1 = 조금 다르다, 0 = 그저 그렇다, 1 = 조금 그렇다, 2 = 상당히 그렇다, 3 = 매우 그렇다)하도록 고안되었다. 본 연구에서 이 척도는 비교적 만족할만한 수준의 신뢰도와 타당도를 보였다(표 2 참고).

대학생 생활 스트레스 척도: 대학생의 스트레스를 측정하기 위하여 전경구, 김교현, 및 이준석(2000)이 개발한 대학생용 생활 스트레스 척도를 사용하였다. 이 척도는 개방형 질문지로 대학생들이 생활에서 경험하는 스트레스를 파악한 후 문항을 제작하였다. 대학생용 생활 스트레스 척도는 50문항으로 구성되어 있으며 8가지 요인을 포함하고 있다. 각 요인은 경제 문제(7 문항), 이성과의 관계(6 문항), 교수와의 관계(6 문항), 가족과의 관계(7 문항), 장래 문제(7 문항), 가치관 문제(5 문항), 학업 문제(7 문항), 친구와의 관계(5 문항)에서 경험하는 스트레스를 측정하고 있다. 모든 문항은 부적인 생활사건 만을 묘사하고 있다. 각 문항은 3점 척도로 평정하도록 되어 있는데, 참여자가 지난 1년, 즉 12개월 동안 경험한 사건을 0--'전혀', 1--'보통', 2--'자주'로 평정하도록 고안되어 있다. 아울러, 스트레스에 대한 경험 빈도에 덧붙여, 지난 1년 동안 경험한 사건에 대하

여 그 사건이 얼마나 중요했는가에 대한 중요도를 3점 척도로 평정하도록 고안되어 있다. 그러나 본 연구에서는 중요도와 관련된 분석은 실시하지 않았다. 본 연구에서 각 요인의 내적일치도(Cronbach α)는 .75~.91 수준이었다.

대처 척도: 스트레스 상황에서 사용하는 대처 방식을 측정하기 위해 개정판 다차원적 대처 척도(전경구, 김교현, 서경현, 이민규, 준비중)를 사용하였다. 개정판 다차원 대처 척도는 개인적 대처 차원, 사회적 대처 차원, 및 종교적 대처 차원을 포함하는 13개의 하위척도(50 문항)로 구성되어 있다. 개인적 대처 차원은 적극적 대처(3 문항), 정서 표출(4 문항), 적극적 망각(4 문항), 자제(2 문항), 고집(4 문항), 긍정적 해석(4 문항), 긍정적 비교(4 문항), 양보 혹은 동화(3 문항), 체념(3 문항), 자기 비판(4 문항), 정서적 진정(4 문항)으로 구성되어 있고, 사회적 대처 차원은 정서적 지원 추구(4 문항)로 구성되어 있으며, 종교적 대처 차원으로는 종교적 추구(4 문항)가 포함되어 있다. 각 문항은 4점 척도로 평정하도록 되어 있는데, 특정한 대처방식을 일상생활 속에서 평소에 일반적으로 어느 정도 사용하느냐는 질문에 0--'전혀 그렇지 않다', 1--'조금 그렇다', 2--'상당히 그렇다', 3--'매우 그렇다'로 평정하도록 되어 있다. 전경구 등(준비중)의 척도 개발에서는 만족할 만한 수준의 신뢰도와 타당도를 보이고 있다.

결 과

영적 안녕 척도의 신뢰도와 타당도

영적 안녕 척도의 요인이 어떻게 구성되어 있는가를 알아보기 위하여 탐색적 요인분석을 하였고 결과를 표 1에 제시하였다. 주축요인 방법(principal axis factoring)에 의해서 요인의 개수를 미리 정하지 않고 고유가(eigen value) 1이상인 요인을 추출하는 방식과 직각 회전(varimax

rotation)으로 분석하였다. 그 결과, 요인수가 3개로 나타났으며(eigen values=7.17, 3.42, 1.34), 이 세 요인이 전체 변량의 57%가량을 설명해주는 것으로 나타났다(32.84%, 17.10%, 6.70%).

20 문항 중에 요인 1에는 10 문항, 요인 2에는 5 문항, 요인 3에도 5 문항이 포함되었다. 요인 1에 포함된 문항들은 신과의 관계에서의 안녕감을 묘사하고 있었고, 요인 2와 요인 3에 포함된 문항들은 실존적 안녕감을 묘사하고 있다. 그런데, 실존적 안녕감을 묘사하고 있는 요인 2와 요인 3은

표 1. 영적 안녕 척도 문항의 요인분석

문항	요인부하량			R ²
	1	2	3	
개인적 기도를 함에 있어서 별로 만족스럽지 못하다	-.618		.40	.568
신(또는 부처)이 나를 사랑하고, 보살펴 주고 있다고 믿는다	.830			.712
신이 먼 존재로 느껴지며, 나의 일상 생활에 아무런 관심이 없다	-.740			.646
신과 개인적으로 의미 있는 관계를 맺고 있다	.831			.721
신으로부터 능력과 지원을 받고 있지 못하다	-.580		.420	.513
신이 나의 문제에 대하여 관심을 갖고 있다	.872			.796
신과의 관계에서 개인적으로 만족스럽지 못하다	-.493		.467	.461
신의 존재는 외로움을 느끼지 않도록 도움을 주고 있다	.821			.724
신과 가까이 생활할 때에 가장 충족감을 느낀다	.880			.799
신과의 관계는 나의 안녕감에 영향을 미친다	.849			.765
인생이란 긍정적인 측면이 많다고 느낀다		.671		.541
나의 삶에 대하여 충만하고 만족스럽게 느끼고 있다		.710		.604
인생에서 내가 나아가고 있는 방향에 대하여 만족감을 느끼고 있다		.736		.582
나의 장래가 좋을 것이라고 느끼고 있다		.662		.492
나의 인생에 어떤 진실된 목적이 있다고 믿는다		.613		.494
내가 어떤 존재이고, 어디서 왔으며, 어느 곳으로 가고 있는 지를 모른다			.519	.391
나의 장래에 대하여 불안정하게 느끼고 있다			.519	.351
인생이 그다지 즐겁지 않다		-.404	.650	.587
인생이란 갈등과 불행으로 가득 차 있다고 느끼고 있다			.649	.533
인생에서 어떤 특별한 의미를 느끼고 있지 못하다		-.461	.659	.646
Eigenvalues	7.168	3.420	1.340	
% of Variance	32.842	17.100	6.699	

주. 요인부하량 .35 이하 생략

각각 충족감과 의미감으로 대표된다. 표 2에서 보듯이 비록 전반적으로 뚜렷한 요인 구조를 보이고는 있지만, 다른 요인에도 .35이상의 요인부하량을 보인 문항들이 6개 나타나고 있었다.

영적 안녕 척도의 내적일치도(Cronbach α)는 .91로 만족스러운 수준이었다. 하위 척도별로는 신과의 관계에서 .93, 충족감에서 .82, 의미감에서 .77의 내적일치도를 보였다(표 2 참고). 검사-재검사 신뢰도는 신과의 관계에서 .82, 충족감에서 .68, 의미감에서 .75로 나타났으며, 전체 영적 안녕감에서는 .82의 검사-재검사 신뢰도를 보였다.

성과 종교의 유무에 따른 영적 안녕

성과 종교 유무에 따라 영적 안녕에 차이가 있는지를 탐색하기 위하여 영적 안녕을 종속변인으로 하는 2(성) × 2(종교 유무) 이원변량 분석을 실행하였고, 결과가 표 4에서 제시되어 있다.

분석 결과, 영적 안녕에 대하여 성($F(1,275)=14.45, p<.001$)과 종교 유무($F(1,275)=45.93, p<.001$)가 유의한 주효과로 나타났다. 하지만 세 부적인 분석에서 성의 주효과는 영적 안녕 모든 하위변인에서 나타난 반면에, 종교 유무의 주효과는 신과의 관계($F(1,275)=108.98, p<.001$)에서만 발견되었고 충족감($F(1,275)=.12, ns$)이나 의미감($F(1,275)=.01, ns$)에서는 발견되지 않았다. 이런 결과는 종교를 가지고 있는 것이 실존적 안녕과

는 관계가 적음을 암시하고 있다. 한편, 여성이 남성에 비하여 높은 종교적 안녕감과 실존적 안녕감이 있는 것으로 나타났다. 아울러, 종교를 가지고 있는 대학생이 종교를 가지고 있지 않은 대학생보다 신과의 관계에서 더 높은 안녕감을 느끼고 있었다(표 3 참고). 한편, 모든 영적 안녕 하위변인에서 성과 종교 유무의 유의한 상호작용은 발견되지 않았다.

영적 안녕과 대학생의 생활 스트레스와의 관계

영적 안녕의 어떤 하위변인이 대학생의 생활 스트레스와 관계가 있는지를 상관분석을 통해 탐색해 보았다(표 5). 그 결과, 종교적인 안녕감은 가족과의 관계에서의 스트레스($r=-.19, p<.01$)와 부적 상관이 있었고, 다른 스트레스 변인과는 유의한 상관이 없었다. 한편, 충족감은 이성과의 관계 및 교수와의 관계에서의 스트레스를 제외한 모든 생활 스트레스와 유의한 부적 상관이 있었으며, 의미감은 이성과의 관계에서의 스트레스를 제외한 모든 생활 스트레스 하위변인과 유의한 부적 상관이 있었다. 이런 결과는 대학생이 생활에서 주로 겪는 스트레스는 영적 안녕 중에 종교적 안녕보다는 실존적 안녕과 더 밀접한 관계가 있음을 시사하고 있다.

표 2 영적 안녕 척도의 신뢰도

신뢰도 계수	신과의 관계	충족감	의미감	(전체) 영적 안녕감
내적일치도(N=302)	.93	.82	.77	.91
검사-재검사 신뢰도(N=144)	.82	.68	.75	.82

표 3. 성별 및 종교 유무별 영적 안녕의 평균, 표준편차

성별	종속변인	종교 유무	
		종교 없음	종교 있음
		M(SD)	M(SD)
		n=78	n=77
남	신과의 관계	33.99(10.06)	46.17(11.77)
	충족감	24.37(4.55)	24.31(5.72)
	의미감	22.06(4.90)	22.35(5.75)
	(전체) 영적 안녕	80.42(9.06)	92.83(20.41)
		n=35	n=89
여	신과의 관계	36.14(9.47)	52.28(10.38)
	충족감	26.23(4.88)	26.73(4.61)
	의미감	24.17(4.95)	23.76(6.07)
	(전체) 영적 안녕	86.54(15.76)	102.78(17.97)

표 4. 성별 및 종교 유무에 따른 영적 안녕의 이원변량분석 결과

종속변인	변량원	자승화	자유도	평균 자승화	F
신과의 관계	성(A)	1041.77	1	1041.77	9.29**
	종교 유무(B)	12222.91	1	12222.91	108.98***
	A × B	238.56	1	238.56	2.13
	오차	30844.06	275	112.16	
	전체	574058.00	279		
충족감	성(A)	278.58	1	278.58	11.34***
	종교 유무(B)	2.97	1	2.97	.12
	A × B	4.81	1	4.81	.20
	오차	6756.44	275	24.57	
	전체	183268.00	279		
의미감	성(A)	188.91	1	188.91	6.15*
	종교 유무(B)	.22	1	.22	.01
	A × B	7.34	1	7.34	.24
	오차	8441.23	275	30.70	
	전체	155589.00	279		
(전체) 영적 안녕	성(A)	3932.77	1	3932.77	145***
	종교 유무(B)	12501.41	1	12501.41	433***
	A × B	222.90	1	222.90	.82
	오차	74844.04	275	272.16	
	전체	2445119.00	279		

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

영적 안녕과 대처와의 관계

영적 안녕의 어떤 하위변인이 대학생의 대처와 관계가 있는지도 상관분석을 통해 검증해 보았으며, 그 결과를 표 6에 제시하였다.

표 6에서 보듯이, 종교적인 안녕감은 고집 또는 자기비판과는 유의한 부적 상관이 있는 반면

에, 긍정적 해석, 정서적 진정, 정서적 지원 추구, 종교적 추구($r=.65, p<.001$)와는 정적 상관이 있었다. 한편, 충족감은 체념 또는 자기비판과는 부적 상관이 있는 반면에, 긍정적 해석($r=.46, p<.001$), 정서적 진정, 정서적 지원 추구, 및 종교적 추구는 정적 상관이 있었다. 그리고 의미감은 체념 및 자기비판과는 부적 상관으로 나타난 반면에,

표 5. 영적 안녕과 대학생 스트레스 하위변인간의 상관행렬(N=279)

영적 안녕 스트레스	신과의 관계	충족감	의미감
경제 문제	-.01	-.24***	-.24***
이성과의 관계	-.09	-.08	-.11
교수와의 관계	-.08	-.10	-.15*
가족과의 관계	-.19**	-.25***	-.27***
장래 문제	-.09	-.18**	-.32***
가치관 문제	-.07	-.22***	-.36***
학업 문제	-.10	-.16**	-.26***
친구와의 관계	-.06	-.28***	-.30***

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

표 6. 영적 안녕과 대처 하위변인간의 상관행렬(N=279)

영적 안녕 대처	신과의 관계	충족감	의미감
적극적 대처	.02	.22***	.13*
정서 표출	.01	.11	.06
적극적 망각	-.02	.06	-.02
자제	-.02	.08	.01
고집	-.21**	-.05	-.12
긍정적 해석	.19**	.46***	.40***
긍정적 비교	.09	.02	.01
양보(동화)	.00	.07	.07
체념	-.09	-.12*	-.19**
자기 비판	-.13*	-.14*	-.19**
정서적 진정	.19**	.37***	.31***
정서적 지원 추구	.19**	.17**	.06
종교적 추구	.65***	.22***	.20***

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

적극적 대처, 긍정적 해석($r=.46, p<.001$), 정서적 진정, 및 종교적 추구와는 정적 상관이 있었다.

요약하면, 전반적으로 긍정적 해석, 정서적 진정, 적극적 대처, 정서적 지원 추구, 및 종교적 추구가 영적 안녕과 정적 연관성으로 나타나고 있는 반면에, 고집, 체념, 및 자기비판이 부적 연관성으로 나타나고 있었다.

논 의

본 연구에서는 영성이 대학생의 생활 스트레스와 대처 방식과 어떤 관계가 있는지 살펴보았다. 주요 분석에 앞서, 일부 예외적 시도(정성덕 등, 2001)를 제외하고는, 영성을 측정할 수 있는 표준화된 척도가 국내에서 개발되어 있지 않기 때문에 서양에서 가장 널리 사용되는 Ellison(1983)의 영적 안녕 척도를 번안하고 한국 실정에 맞게 수정한 척도의 대한 신뢰도와 타당도를 검증하였다.

본 연구에서 사용한 영적 안녕 척도는 비교적 안정적인 요인구조를 보이며 세 요인이 도출되었다. 이런 결과는 Ellison(1983)의 연구 결과와 전반적으로 일치하는 것이고, 한국 성인을 대상으로 한 전경구 등(2000)의 연구 결과와도 일관된 것이다. 하지만, Ellison(1983)의 영적 안녕 척도에 대한 타당성 검증을 시도한 국내 선행 연구들에 비하여 본 연구에서 나타난 요인구조가 더 안정적인 시사하고 있다. 전경구 등(2000)의 연구에서는 본 연구와 같이 세 요인이 나타났지만, 20문항 중에 몇몇의 문항은 요인들에서 제외되었다. 한편, 정성덕 등(2001)의 연구에서는 다섯 요인으로 군집화 되었다. 정성덕 등(2001)은 다섯 요인을 중

교적 안녕과 실존적 안녕을 나누어 설명하면서 이론적 구성개념과 일치한다고 결론 내렸다. 그리고 요인들 간의 관계와 영적 안녕이 신체 건강과 밀접하게 관계가 있다는 것에 근거해 Ellison(1983)의 영적 안녕 척도가 타당한 측정도구라고 보고하고 있다.

Ellison(1983)은 문항들이 “원칙적으로 기대했던 것처럼 군집화 되었다(p. 333)”고 하면서도 실제로는 종교적 안녕 문항들이 하나의 요인으로 수렴되고 있는 반면에, “실존적 안녕 문항들은 두 개의 하위 요인으로 나뉘는 것으로 보인다(p. 333)”고 보고하고 있다. 따라서 척도의 요인 구조가 구성 개념과 완전히 일치하지 않다는 점에서 (Ledbetter, Smith, Fischer, Vosler-Hunter, & Chew, 1991), 추후에는 영적 안녕에 대한 보다 명확한 구성 개념을 확립하고 더욱 세련된 척도를 개발할 필요가 있겠다. 더 나가서 본 연구에서 6개 문항이 다른 요인 구조에 .35이상의 요인부하량을 보임으로써 추후에는 보다 세련되고 적절한 문항을 포함시킬 필요성을 암시하고 있다. 한편, 본 연구에 포함된 대학생 집단이 다소 특수한 대학생 집단일 가능성도 존재하므로 본 연구에서 사용한 동일한 영적 안녕 척도를 다른 대학생 집단에게 실시함으로써 추가적인 타당도 검증을 시도할 필요가 있겠다.

영적 안녕의 세 가지 하위요인 모두에서 여학생이 남학생보다 높은 수준을 보였다. 이러한 결과는 일반적으로 여성이 남성보다 더 영성이 강하다는 말과 일치하는 결과이지만, 추가적인 연구를 통하여 이에 대한 보다 명확한 양상과 기제를 규명할 필요가 있겠다. 한편, 종교적 안녕, 즉 신과의 관계에서의 안녕은 종교의 유무에 따라 큰

차이가 있었다. 사실 특정한 종교를 믿지 않고 있다면 자신의 삶에서 신의 개입 여지가 없기 때문에 이와 같은 결과는 자연스러운 결과로서 해석할 수 있겠다. 흥미로운 점은 종교의 유무에 따라서 실존적 안녕, 즉 충족감과 의미감에서 차이가 없었다. 이런 결과는 대학생이 단순히 종교를 가지고 있는 것은 실존적 안녕에 큰 도움이 되지 않을 수 있음을 암시하고 것이다. 한편, 추후 연구에서는 일반적인 수준에서의 종교와 실존적 안녕 간의 관계를 넘어서 보다 깊은 수준(예, 신에 대한 절대적 믿음, 깊은 종교 생활)과 실존적 안녕 간의 관계를 살펴볼 필요가 있겠다.

본 연구에서 영적 안녕 수준은 대학생의 생활 스트레스와 밀접한 관계가 있었다. 특히, 영적 안녕 수준이 높을수록 경제 문제, 가족과의 관계, 장애 문제, 가치관 문제, 학업 문제, 친구와의 관계에서의 스트레스가 낮게 나타났다. 보다 세부적인 분석에서는 종교적 안녕은 생활 스트레스와 유의한 연관성이 없는 반면에, 충족감과 의미감, 즉 실존적 안녕이 생활 스트레스와 부적 상관으로 나타남으로써, 최소한 대학생 집단에서는 종교적 안녕감보다는 실존적 안녕감이 생활 스트레스와 밀접한 연관성이 있음을 보여주고 있다. 실제로, Sheehan(1979)은 스트레스를 감소시키는데 종교의 역할이 탁월하다고 강조하면서, 그 이유를 어려움이 있더라도 신의 능력과 함께 할 때 결국에는 실패하지 않으리라는 효능감에서 오는 안정감과 차분한 내적 상태로서 설명하고 있는 바, 본 연구의 결과는 그의 설명과 맥락을 같이 하고 있다. 전경구 등(2000)의 연구에서도 영적 안녕이 생활 스트레스의 부정적 효과를 전반적으로 감소시키는 것으로 나타났다. 아울러 이러한 결과는

충족감이 정신 건강과 정적 상관이 있고, 의미감의 결여는 병리적 상태와 연관이 있다는 일련의 선행연구와 같은 맥락에서 이해할 수 있다 (Coleman, Kaplan, & Downing, 1986; Ganellen & Blaney, 1984; Harlow, Newcomb, & Bentler, 1986; Yalom, 1980; Zika & Chamberlain, 1987).

영적 안녕과 대처 방식 간에 관계를 살펴본 결과, 영적 안녕 수준이 높을수록 일반적으로 적극적으로 대처하고, 현상을 긍정적으로 해석하며, 타인과 긍정적으로 비교하고, 정서를 더 잘 진정시키며, 타인으로부터의 정서적 지원을 더 많이 추구하고, 종교적 추구도 더 많이 하고 있음을 보여주고 있다. 한편, 영적 안녕 수준이 높을수록 고집스럽게 하던 일을 지속하거나, 체념하거나, 자기 비판을 하지 않는 것으로 나타났다.

위와 같은 결과는 영적 안녕이 넓은 의미에서 대처의 기능으로 작용하고 있음을 시사하고 있다. 전경구(1992)는 대처의 자원을 크게 개인적 대처 자원과 대리적 대처 자원으로 구분하고 있다. 그리고 대리적 대처 자원은 다시 사회적 대처와 영적 대처로 구분될 수 있다고 설명하고 있다. 이와 같은 관점에서 볼 때 생활 스트레스와 대처 간의 관계를 적절하게 이해하고 설명하기 위해서는 생물·심리·사회·영적 모델의 관점에서 접근할 필요가 있겠다(전경구 등, 2000). 참고적으로 Pargament 등의 연구(1989; 전경구 등, 2000에서 재인용)에 의하면 다양한 사회경제적 배경을 갖은 약 600명 가운데 중요한 부정 생활 사건에 대한 대처에서 종교가 의미 있게 관련되어 있다고 응답한 자가 39%, 그리고 어느 정도 관련되어 있다고 응답자가 역시 39%로 나타났으며, 종교와 대처 간에 무관하다고 응답한 참여자는 전체 응답

자 가운데 겨우 22%에 지나지 않았다. 이런 비율은 종교가 매우 중요한 대처 자원임을 암시하고 있다. 이러한 연구 결과들은 스트레스와 대처 간의 관계를 명확하게 규명하기 위해서는 생물·심리·사회·영적 모델이 필요함을 암시하고 있다.

본 연구 결과는 부분적으로 Lazarus의 관점에서 이해할 수가 있겠다. Lazarus와 Folkman(1984)은 “개인의 능력 혹은 자원을 초과하여 안녕을 위협하는 평가”로서 스트레스를 개념화하고, 환경 혹은 상황에 대한 평가를 일차 평가, 이차 평가, 그리고 재평가로 구분한 바 있다. 그런데 영성은 일차 평가와 이차 평가 모두에 긍정적인 영향을 줄 가능성이 있다. 예컨대, 종교를 가지고 있는 사람은 스트레스 자체를 신이 자신을 단련시키는 수단으로 보거나, 다소 어려운 상황에 직면해서도 위협적이거나 해로운 것이 아니라고 평가할 수 있다(일차 평가). 또한 영성은 스트레스 상황에서 신이 자신을 도와줄 수 있다고 평가하기 때문에 스트레스 상황을 보다 쉽게 대처할 가능성이 높다(이차 평가). 한편, 정서적 합리적 행동치료 관점에서 보더라도 종교성이 스트레스 상황을 긍정적 해석하고 정서적 진정을 보다 쉽게 발생할 수 있다(Nielsen, Johnson, & Ellis, 2001).

영성과 적극적 대처 또는 체념과 관련해서는 Sheehan(1979)의 주장처럼 신의 능력과 함께 할 때 결국에는 실패하지 않으리라는 효능감 상승으로 인하여 어려운 상황에서도 적극적으로 대처하게 하고, 따라서 쉽게 체념하지 않게 한다고 가정할 수 있겠다. 이와 같은 가정은 앞에서 언급한 Lazarus(1993)의 이차 평가로서 설명할 수 있겠다. 한편, 영성과 고집 간의 관계와 관련해서는 융통성 없는 종교성이 신과의 관계에서 안녕감을

느낄 수 없을 수 있다는 지적(Nielsen et al., 2001)에서 살펴 볼 수 있겠다. 앞에서 언급하였듯이 Ellis(2000)는 융통성 없고 독단적인 종교성은 종교의 부정적인 효과로서 지적한 바 있다.

그밖에도 영성과 사회적 지원 추구와의 관계는 앞에서 언급한 사회적 응집성 가설 등으로 설명할 수 있겠다. 하지만, 이러한 해석은 본 연구가 조사 연구라는 점에서 다소 임의적일 수 있으므로 추후 연구에서 앞에서 언급한 점들에 대한 보다 명확한 규명을 시도할 필요가 있겠다. 다시 말하면 이러한 관계성이 일방향적 인과관계가 아니며, 상호 영향, 또는 다른 변인들에 의하여 영향받을 수 있으므로 조심스런 해석일 뿐임을 밝혀두고자 한다.

본 연구는 다음과 같은 제한점을 가지고 있다. 첫째, 본 연구가 수도권에 있는 두 대학교, 그것도 기독교 재단에 소속된 사립대학교 학생들만을 대상으로 하였기 때문에 일반화에 한계가 있다. 둘째, 본 연구에서 사용한 영적 안녕 척도가 Ellison(1983)의 척도를 기초로 구성되었으나, 영적 안녕에 대한 보다 개선된 척도(Rayburn & Richmond, 1996)를 참조하여 보다 세련되고 양호한 척도를 개발할 필요가 있겠다. 특히 한국 문화에 적절한 영적 안녕 척도를 개발함으로써 국내 연구에서 사용하기에 적절한 신뢰롭고 타당한 척도를 개발할 필요가 있겠다. 셋째, 본 연구가 조사 연구에 기초하고 있어서 영적 안녕, 생활 스트레스, 및 대처 간의 관계에 대한 명확한 인과 관계를 논하기가 어렵다. 더 나아가서 추후 연구에서는 변인들 사이에 매개변인 혹은 조절 변인 역할에 대한 세부적인 분석을 시도할 필요가 있겠으며, 전향적 연구 등을 통하여 이 주제에 대한 심도

있는 연구를 수행할 필요가 있겠다.

본 연구에서는 영성이 대학생의 생활 스트레스와 대처 방식과 유의한 관계가 있는 것으로 나타났다. 하지만 국내에서도 이 주제에 대한 보다 다양하고 세부적인 연구를 통하여 영성이 신체 건강과 정신 건강에 미치는 기제가 보다 심도 있게 규명되고, 이러한 연구를 기초로 예방, 치료, 및 재활에 활용될 수 있기를 기대한다.

참 고 문 헌

- 김성민(1998). 용의 심리학과 종교. 서울: 동명사.
- 박희영(2001). 플라톤 철학과 그 영향. 서울: 서광사.
- 전점구(1992). 대처 기제 이해를 위한 포괄적 시론: 제어 이론적 조망. 한국심리학회지: 임상, 11, 176-195.
- 전점구, 김교현, 서경현, 이민규(준비중). 개정판 다차원적 대처 척도의 개발.
- 전점구, 김교현, 이준석(2000). 개정판 대학생용 생활 스트레스 척도 개발 연구. 한국심리학회지: 건강, 5, 316-335.
- 전점구, 정봉도, 김영환(2000). 생활스트레스, 영적 안녕 및 우울간의 관계. 난청과 언어장애연구, 23(특집호), 311-325.
- 정성덕, 이종범, 박형배, 김진성, 배대석, 이관현, 사공정규, 소창진, 배진우(2001). 한국판 영적 안녕 척도의 신뢰도 및 타당도 연구. 신경정신의학, 40, 230-242.
- Aldwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 337-348.
- American Psychological Association (2002). Ethical principles of psychologists and code of conduct. Washington DC: APA Order Department.
- Andreasen, N. J. C. (1972). The role of religion in depression. *Journal of Religion and Health*, 11, 153-166.
- Assagioli, R. (1969). Some considerations regarding transpersonal psychology. *Journal of Psychology*, 1, 11-20.
- Batson, C. D., Schoenrade, P., & Ventis, W. L. (1993). *Religion and the individual: A social-psychological perspective*. New York: Oxford University Press.
- Bergin, A. E. (1980). Psychotherapy and religious values. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 75-105.
- Bergin, A. E. (1983). Religiosity and mental health: A critical reevaluation and meta-analysis. *Professional Psychology: Research and Practice*, 14, 170-184.
- Billings, A. G., & Moos, R. H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the impact of stressful life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 54, 139-157.
- Brannon, L., & Feist, J. (2000). *Health Psychology: An Introduction to Behavior and Health*. Belmont: Wordsworth.
- Brown, G. W., & Harris, T. O. (1989). *Life events and illness*. London: Guilford.
- Coleman, S., Kaplan, J., & Downing, R. (1986). Life cycle and loss—the spiritual vacuum of heroin addiction. *Family Process*, 25, 5-23.
- Crawford, C. (1985). Ayurveda: The science of long life in contemporary perspective. A. A. Sheikh & K. S. Sheikh (Eds.), *Eastern and*

- western approaches to healing: Ancient wisdom and modern knowledge.* New York: John Wiley & Sons.
- Dean, A., & Ensel, W. (1982). Modeling social support, life events, competence, and depression in the context of age and sex. *Journal of Community Psychology, 10*, 392-408.
- Dohrenwend, B. S., & Dohrenwend, B. P. (1974). *Stressful life events: Their nature and effects.* New York: Wiley.
- Donahue, M. J. (1985). Intrinsic and extrinsic religiousness: Review and meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 48*, 400-419.
- Elkins, D. N., Hedstrom, L. J., Hughes, L. L., Leaf, J. A., & Saunders, C. (1988). Toward a humanistic-phenomenological spirituality: Definition, description, and measurement. *Journal of Humanistic Psychology, 28*(4), 5-18.
- Ellis, A. (1980). Psychotherapy and atheistic values: A response to A. E. Bergin's "Psychotherapy and religious values" *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 48*, 635-639.
- Ellis, A. (1986). Do some religious beliefs help create emotional disturbance? *Psychotherapy in Private Practice, 4*, 101-106.
- Ellis, A. (2000). Can REBT be effectively used with people who have devout beliefs in God and religion? *Professional Psychology: Research and Practice, 31*, 29-33.
- Ellison, C. W. (1983). Spiritual well-being: Conceptualization and measurement. *Journal of Psychology and Theology, 11*(4), 330-340.
- Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science, 196*, 129-136.
- Frankl, V. (1967). *Psychotherapy and existentialism.* New York: Simon & Schuster.
- Genellen, R. J., & Blaney, P. H. (1984). Hardiness and social support as moderators of the effects of life stress. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*, 156-163.
- Genia, V. (1991). The Spiritual Experience Index: A measure of spiritual maturity. *Journal of Religion and Health, 30*(4), 337-347.
- Harlow, L. L., Newcomb, M. D., & Bentler, P. M. (1986). Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational factor. *Journal of Clinical Psychology, 42*, 5-21.
- Hathaway, W. L., & Pargament, T. I. (1990). Intrinsic religiousness, religious coping, and psychosocial competence. *Journal for the Scientific Study of Religion, 29*, 423-441.
- Hobfoll, S. E., & Lieberman, J. R. (1987). Personality and social resources in immediate and continued stress resistance among women. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 18-26.
- Holahan, C. J., & Moos, R. H. (1986). Personality, coping and family resources in stress resistance: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 389-395.
- Holmes, T. H. (1979). Development and application of a quantitative measure of life change magnitude. In J. E. Barrett (Ed.), *Stress and mental disorder.* New York: Raven.
- Hunsberger, B., Alisat, S., Pancer, S. M., & Pratt, M.

- (1996). Religious fundamentalism and religious doubts: Content, consciousness and complexity of thinking. *International Journal of the Psychology of Religion, 6*, 39-49.
- Jagers, R. J., & Smith, P. (1996). Further examination of the Spirituality Scale. *Journal of Black Psychology, 22*, 429-442.
- Kessler, R. C., & Magee, W. J. (1993). Childhood adversities and adult depression: basic patterns of association in a U.S. national survey. *Psychological Medicine, 23*, 679-690.
- Kirkpatrick, L. A. (1997). A longitudinal study of changes in religious belief and behavior as a function of individual differences in adult attachment style. *Journal for the Scientific Study of Religion, 36*, 207-217.
- Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology, 44*, 1-21.
- Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lea, G. (1982). Religion, mental health, and clinical issues. *Journal of Religion and Health, 21*, 336-351.
- Ledbetter, M. F., Smith, L. A., Fischer, J. D., Vosler-Hunter, W. L., & Chew, G. P. (1991). An evaluation of the construct validity of the Spiritual Well-Being Scale: A confirmatory factor analytic approach. *Journal of Psychology and Theology, 19*, 94-102.
- Nielsen, S. L., Johnson, W. B., & Ellis, A. (2001). *Counseling and Psychotherapy with Religious Persons*. New York: Lawrence Erlbaum Associates.
- Pargament, K. (1977). *The Psychology of religion and coping*. New York: Guilford.
- Pargament, K., Grevengoed, N., Hathaway, W., Kennel, J., Newman, J., & Jones, W. (1988). Religion and problem-solving: Three styles of coping. *Journal for the Scientific Study of Religion, 27*, 90-104.
- Peterson, L. R., & Roy, A. (1985). Religiosity, anxiety, and meaning and purpose: Religions' consequences for psychological well-being. *Review of Religious Research, 27*, 49-62.
- Pollner, M. (1989). Divine relations, social relations, and well-being. *Journal of Health and Social Behavior, 30*, 92-104.
- Potts, R. G. (1996). Spirituality and the experience of cancer in African-American community: Implications for psychosocial oncology. *Journal of Psychosocial Oncology, 14*(1), 1-19.
- Rabkin, J. G., & Struening, E. L. (1976). Life events, stress and illness. *Science, 194*, 1013-1020.
- Rayburn, C. A., & Richmond, L. J. (1996). *Inventory on spirituality*. Silver Spring, MD: Author.
- Rosenstiel, A. K., & Keefe, F. J. (1983). The use of coping strategies in chronic low back pain patients: Relationship to patient characteristics and current adjustment. *Nursing Studies, 32*(5), 457-468.
- Ross, L. A. (1995). Spiritual dimension: its importance to patients' health, well-being and quality of life and its implications for nursing practice. *International Journal of Nursing Studies, 32*(5), 457-468.
- Ross, L. A. (1997). Elderly patients' perceptions of their spiritual needs and care: a pilot study. *Journal of Advanced Nursing, 26*, 710-715.
- Schwab, R., & Petersen, K. U. (1990). Religiousness: Its relation to loneliness, neuroticism and

- subjective well-being. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29, 335-345.
- Sheehan, G. (1979). On Stress, Mental Health, and Religion. *The Physician and Sports Medicine*, 7(2), 149.
- Thoits, P. A. (1986). Social support as coping assistance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 416-423.
- Wilber, K. (1997). *The eye of spirit*. Boston: Shambhala Publication.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Zika, S., & Chamberlain, K. (1987). Relation of hassles and personality to subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 155-162.

원고 접수: 2004년 5월 8일
수정원고 접수: 2004년 6월 3일
게재 결정: 2004년 6월 12일

Spiritual Well-being, Life Stress, and Coping

Kyung Hyun Suh
Dept. of Counseling
Sahmyook University

Kyum Koo Chon
Dept. of Rehabilitation Psychology
Daegu University

This study aims to investigate the relationship among spirituality, life stress, and coping by Korean college students. The participants were 279 college students (155 males and 124 females). The instruments utilized in the present study were the Spiritual Well-Being Scale, the Life Stress Scale, and the Multidimensional Coping Scale. The Spiritual Well-Being Scale showed satisfactory level of reliability and validity. Correlational analysis revealed that existential well-being was negatively associated with most of life stress domains except life stress with lover, whereas religious well-being was negatively associated with family life stress. In addition, spiritual well-being was positively associated with active coping, positive interpretation, positive comparison, emotional pacification, seeking social support, and seeking religious coping. On the other hand, it was negatively associated with perseverance, fatalism, and self-criticism. The present findings suggest that biopsychosocialspiritual model is needed to understand the relationship among stress, coping, and health and/or disease in terms of prevention, treatment, and rehabilitation.

Keywords: spirituality, life stress, coping, spiritual well-being