

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2007. Vol. 12, No. 3, 599 - 616

고등학생의 영적 안녕과 사회불안[†]

서 경 현[‡] 김 신 섭
삼육대학교 상담학과

박 성 연
삼육대학교대학원 상담교육학과

본 연구의 목적은 고등학생의 사회불안과 영적 안녕 간의 관계를 탐색함으로써 사회불안을 다루는 심리학자들이나 건강 전문가들에게 유용한 정보를 제공하기 위함이다. 본 연구의 참여자는 남녀 고등학생 496명(남: 239, 여: 257) 이었으며, 이들의 연령 분포는 만 14세에서 18세(M=15.97, SD=.83) 사이였다. 본 연구에서 사용된 심리검사는 한국판 영적 안녕 척도, 청소년용 사회불안 척도, 한국판 아동청소년용 사회불안 척도, 일반적 자기효능감 척도, 상태-특성 불안 척도이다. 분석 결과, 여학생이 남학생보다, 종교를 가지고 있는 학생들이 그렇지 않은 학생들보다 종교적 안녕 수준이 높았다. 영적 안녕 수준이 높거나 중간 수준인 집단에 비해 낮은 집단에서 대인관계불안과 수행불안 수준이 높았다. 종교적 안녕도 수행불안과는 부적 상관이 있었으나, 영적 안녕 중에 특히 실존적 안녕이 사회불안과 매우 유의한 상관이 있었다. 실존적 안녕, 특성불안 및 자기효능감은 대인불안과 수행불안 모두의 유의한 예언변인이었고, 실존적 안녕은 특성불안이나 자기효능감보다도 수행 불안에 대한 더 강력한 예언변인이었으며 수행불안의 변량을 10%정도 설명할 수 있었다. 본 연구의 결과는 정신건강이나 사회 적응을 정확하게 이해하기 위해 생물·심리·사회적 모델에 영적인 측면을 추가해야 할지를 고려하게 하고, 심리학자들이 환자나 내담자의 종교성과 영적 안녕에 관심을 가져야 한다는 것을 시사하고 있다.

주요어 : 청소년, 특성불안, 자기효능감, 사회불안, 영적안녕

[†] 이 논문은 삼육대학교 학술연구비 지원에 의하여 연구되었음.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 서경현, (139-742) 서울시 노원구 공릉2동 26-21 삼육대학교 상담학과, 전화: 02) 3399-1676 E-mail: khsuh@syu.ac.kr

대부분의 부모들은 청소년 자녀의 행복과 성공을 바라지만, 자녀의 사회 불안 자체에 대하여는 상대적으로 관심이 적은 것 같다. 자녀가 유치원생 혹은 초등학생일 때에는 자녀의 사회성에 관심을 가지고 교사와 의논하기도 하지만 고등학생 자녀의 사회성이나 사회적 관계에서 느끼는 감정어까지 관심을 가지기 어려운 것은 부모에게 입시가 훨씬 중요하게 여겨지기 때문일 것이다. 그런데 청소년기부터 증상을 보이는 사회불안이 학업 수행에 영향을 주고 문제 행동을 유발할 수도 있다는 것을 알고 있다면 그런 생각이 달라질 것이다. 사회불안이 학업과 생활에 부정적인 영향을 준다는 것은 이미 검증된 바 있다(허재홍, 조용래, 2005; Stein, Walker, & Forde, 1996). 무엇보다도 남들 앞에서 무언가를 수행하는 것에 대한 두려움을 가지고 있다면 사회에서 성공하기 힘들다.

서울시 소아청소년 정신장애 유병률 조사(학교보건진흥원, 2005)에서 불안장애를 가진 아동과 청소년들의 비율이 23.03%로 나타났다. 이들 중에는 사회 상황에서 불안을 경험하는 청소년들이 적지 않다. DSM-IV(American Psychiatric Association, 1994)에서는 사회불안을 불안장애 중 사회공포증으로 구분하여 “한 가지 혹은 그 이상의 사회적 상황이나 활동 상황에 대한 현저하고 지속적인 두려움, 즉 개인이 친숙하지 않은 사람들이나 타인에 의해 주시되는 상황에 대한 두려움, 개인들은 자신들이 수치스럽거나 당혹스런 방식으로 행동할까봐 (또는 불안 증상을 보일까봐) 두려워하는 장애”로 분류하고 있다. 청소년 시기에 보이는 사회불안이 적절하게 치유되지 않으면 만성적으로 영향을 미쳐 개인이 사회에 적

응하지 못할 뿐 아니라 전반적으로 삶의 질을 떨어뜨린다(Schneider, Johnson, Horing, Liebowitz, & Weissman, 1992). 고등학생 시기에는 입시 혹은 미래를 위해 준비하면서 스트레스를 많이 받고 있어 아동기부터 발달되어 온 심리적 문제가 표출될 수 있고, 이 시기에 사회성을 발달시키지 못하고 사회적 상황에서 불안을 경험한다면 성인기에도 그것이 계속 지속될 수 있기 때문에 연구자들은 고등학생을 대상으로 연구하고자 하였다.

한편, 2003년 통계청 조사에서 한국인들의 50% 이상이 특정 종교를 믿고 있다고 응답하였다. 그리고 청소년들은 종교에 관해 긍정적인 생각을 가지고 있는 듯한데, 그 증거로 문화관광부의 조사(1997)에서 한국 청소년들의 79.6%가 종교는 인간에게 필요한 것으로 생각하고 있으며 종교가 개인의 행복에 기여한다고 보고하였다. 특정 종교를 믿으며 신앙생활을 하지 않더라도 성장하면서 부모나 주위 사람들을 통해서 종교적인 내용을 접했기 때문에 혹은 지역사회의 특성 때문에 종교성을 가지고 있는 청소년들도 많다.

인간의 적응과 관련하여 종교성 혹은 영적 차원의 중요성은 이미 예전부터 강조되어 왔으며(Frankl, 1967), 미국심리학회(1992)에서는 종교 관련 심리학을 연구하는 심리학자들이 활동하고 있고(Nielsen, Johnson, & Ellis, 2001), 미국심리학회 윤리 강령에서도 종교성이 중요하게 취급되고 있다(APA, 1992). 1948년 세계보건기구(WHO)는 “신체적, 심리적, 및 사회적 안녕 상태”를 건강이라고 개념화 하였는데(Brannon & Feist, 2000), 이는 신체적 요소만을 강조했던 생물·의학적 모델(biomedical model)에서 심리적·사회적 요소까지 포함한 포괄적인 생물·심리·사회적 모델

(biopsychosocial model)로의 전환이라고 할 수 있다(Engel, 1977). 그런데 오래 전부터 건강을 정의할 때 영적 안녕도 포함시켜야 한다는 주장들이 있다. 이런 주장은 인간을 바르게 이해하고 그것을 적절히 다루기 위해서는 영적 차원에 대한 고려가 반드시 필요하다는 것이다. 다시 말해 현대인의 신체건강과 정신건강을 바르게 이해하고 개입하기 위해서는 생물·심리·사회적 모델에서 생물·심리·사회·영적(biopsychosociospiritual) 모델로의 확장이 필요하다는 것이다(서경현, 전경구, 2004; 전경구, 정봉도, 김영환, 2000). 이렇게 전인적인 관점이 중요시되고 있었음에도 불구하고 생물·심리·사회적 차원에 관한 연구들이 많았고 영적 차원에 대한 연구 수행은 상대적으로 적었다.

그런데 이 주제를 다루면서 가장 논란이 될 수 있는 것이 종교성(religiosity) 혹은 영성(spirituality)이 과연 개인의 적응에 있어서 심리적으로 도움이 될 수 있는가이다. 일련의 실증적 선행연구들에서는 영성이 건강 혹은 질병과 관련하여 건강 효과(Hathaway & Pargament, 1990; Ross, 1995), 병리 효과(Rosenstiel & Keefe, 1983), 혹은 건강과 병리 효과 모두(Andreasen, 1972; Bergin, 1983) 있는 것으로 나타났다. 종교성이 인간의 적응에 도움이 되지 않고 심지어 부정적인 기능을 하는 것으로 나타난 연구의 결과는 융통성 없고 절대적인 종교성이 정서적·사회적 부적응을 낳기 때문인 것으로 설명하기도 한다(Hunsberger, Alisat, Pancer, & Pratt, 1996). 그러나 일반적으로 종교성은 개인의 적응에 도움이 된다는 의견이 우세하다(Kirkpatrick, 1997).

선행연구들에서 다룬 종교 혹은 영성 관련 변인으로는 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) 등이 있다. 그 중 본 연구에서는 영적 안녕을 영성 변인으로 다루고자 한다. 영적 안녕을 변인으로 채택한 이유는 선행 연구에서 개념적 접근(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(강은실, 2003; 서경현, 전경구, 2004; 서경현, 정성진, 구지현, 2005; Ross, 1997; Potts, 1996)가 자주 수행되었기 때문이다. 더 큰 이유는 종교성은 특정 종교인에게만 제한적으로 적용되지만 영성 혹은 영적 안녕은 보다 포괄적으로 적용할 수 있기 때문이다. 영적 안녕은 단지 종교를 가진 사람들만의 문제가 아니고, 실존적 의미와 그와 관련된 공허함이 영적 안녕의 중요 요소이다. 영적 안녕을 수직적 차원과 수평적 차원으로 나누어 볼 수 있는데(Ellison, 1983), 수직적 차원은 신과의 관계에서 느끼는 종교적 안녕으로 개인이 질병이나 고통, 상실 등과 같은 위기에 어떻게 대처할 것인지와 자기 자신과 삶에 대한 관점을 결정하는데 영향을 준다. 한편, 수평적 차원은 인간의 삶에 대한 만족감과 삶의 의미 및 목적과 관련된 실존적 안녕으로 인간의 신념과 생활 방식으로 통해 절대자인 신과의 관계에서 경험하는 궁극적인 삶의 가치와 자신, 이웃, 그리고 환경과의 상호작용을 반영한다. 이런 영적 안녕의 수직적 차원과 수평적 차원을 독립적으로 설명할 수는 없지만 연구자들은 인생의 가치관을 형성하고 있는 청소년이 사회적 관계에서 느끼는 감정을 발달시키는데 영적 안녕이 영

향을 줄 것이라고 가정하였다.

영적 안녕이 사회불안과 관계가 있다고 가정할 수 있는 것일까? 영적 안녕은 신이나 초월적 대상과의 관계의 편안함이 사회적 관계에서의 정서 지원과 유사할 것이라고 가정할 수 있다(Idle, 1987; 전경구 등, 2000에서 재인용). 또한, 실존적 충만감은 낙관적 관점을 가지게 할 수 있다. 더 구체적으로는 어려운 상황에 봉착하거나 힘든 수행을 할 때 자신이 충분한 자원을 가지고 있다고 생각하거나 느끼게 할 수 있다. 실존적 의미를 느끼는 사람들은 자기정체성과 인생의 방향성을 가지고 일시적 수행 결과에 신경을 쓰기보다 수행 과정을 포괄적 견지를 유지할 수 있을 것이다 (Pollner, 1989).

청소년의 영적 안녕과 사회불안간의 관계를 직접 규명한 연구가 한국에 거의 없지만, 사회적응성과 영적 안녕 간의 관계를 증명한 연구가 있었다(박지아, 유성경, 2003). 박지아와 유성경(2003)의 연구에서는 적응성이 높은 청소년이 그렇지 않은 청소년보다 영적 안녕 수준이 높은 것으로 나타났다. 이 연구에서 적응성은 자기보고뿐 아니라 가장 밀접한 사회적 관계에 있는 교사와 학급 친구들이 평정한 결과를 포함한 것이다. 부모의 양육태도나 부모와의 관계가 자녀의 사회불안에 영향을 미친다는 것이 여러 연구에서 밝혀졌는데, 박지아와 유성경(2003)의 연구에서는 영적 안녕은 청소년의 부모 애착과 매우 유의한 정적 상관이 있었다. 앞선 Ellison과 Paloutzian(1978)의 연구에서도 부모와 자녀 간의 관계의 질은 영적 안녕과 유의한 정적 상관이 있었다. 강은실, 송양숙, 조향숙 및 강성년(2004)의 연구에서는 영적 안녕이 청소년의 자살의도와도 부적 상관이

있었다. 이들은 이런 결과를 영적 안녕이 삶 속에서 의미와 목적으로 확인하고 살아야 하는 이유와 그 가치를 발견하였기 때문일 것이라고 설명하며, 부정적인 환경과 처지에서도 생에 대한 긍정적인 태도와 자신감을 가지게 될 것이라고 덧붙였다.

‘역경이나 위험 상황에서도 적응적으로 기능을 유지하는 능력’인 탄력성의 개념에는 인지적인 측면과 정서적인 측면 외에도 영적인 측면이 포함된다. 이해리와 조한익(2006)은 한국 청소년을 대상으로 탄력성 척도를 개발하면서 하위 개념에 지적 차원, 정서적 차원, 의지적 차원과 함께 영적 차원을 포함시켰으며, 영적 차원을 종교적 영성과 의미추구와 같은 실존적 영성으로 두 가지 하위 개념으로 나누었다. 이들은 종교적 영성을 “초월적 절대자로서 신이 살아있고 자신을 사랑하고 돌본다는 믿음”에 기초한다고 정의하였으며, 의미추구를 “개인적 삶의 의미와 목적, 그리고 자기 가치를 깨닫고, 그러한 내적 가치에 근거하여 현재 경험하는 사건을 해석하고 행위에 대한 정당성을 부여해 주는 과정”으로 설명하고 있다. 이 척도 개발 연구에서 탄력성의 영적차원 중 의미추구, 즉 실존적 영성은 불안, 우울, 긴장과 사회적 부적응 등으로 대표되는 심리적 불안정과 유의한 부적 상관이 있었지만, 종교적 영성은 그렇지 않았다. 한편, 종교적 영성과 실존적 영성 모두 학업 적응 및 사회 적응과 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 그렇다면 영적 안녕은 사회불안과 관계가 있을 것이라고 가정할 수 있다.

한국인을 대상으로 한 일련의 선행 연구에서는 영적 안녕은 생활 스트레스(서경현, 전경구, 2004; 전경구 외, 2000)와 우울(서경현 외, 2005;

임현숙, 1998)과는 부적 상관이 있고, 자아존중감 (강은실, 2003; 서경현 외, 2005)과는 정적 상관이 있음이 밝혀졌다. 내담자의 영적 수준을 심리적으로 개입하는데 어떠한 영향을 주는지에 관해 관심이 높아지고 있는 가운데(박노권, 2002; Chae, 2001; Nielsen et al., 2001), 본 연구에서는 종교성이 심리적으로 어떤 관계가 있는지를 탐색하기 보다는 영적으로 안정된 상태 혹은 영적으로 안정한 상태가 사회불안과 어떤 관계가 있는지를 검증하여 내담자들을 상담 혹은 심리치료 할 때 그들의 영적 상태를 어느 정도 고려해야 하는지에 관한 정보를 제공하려고 한다.

개인이 낼 수 있는 결과를 예측할 수 있는 자신의 능력에 대한 신념을 자기효능감이라고 하는데(Bandura, 1977), 자기효능감은 대인관계나 사회성과도 상관이 있고 자기효능감이 낮은 사람은 사회불안을 경험할 가능성이 크다는 것이 여러 연구에서 검증되었다(서경현, 유제민, 최신혜, 2007; Bandura, 1986; Mcdonald & Parke, 1984). 종교성이나 영성이 어려운 일에 대한 해결 자원을 가지고 있다는 느낌 혹은 자기효능감을 증진시킨다고 하는데(Pollner, 1989), 연구자들은 영적 안녕의 사회불안에 대한 설명력을 자기효능감과 비교하고자 하였다.

특성불안은 개인의 비교적 안정된 불안 성향으로 스트레스를 경험하는 상황을 위협이 된다고 지각하여 불안 반응의 강도를 높이는 역할을 한다(Spielberger, 1983). 특성불안은 사회적 상황에서 청소년을 더 긴장시키고 불안하게 할 것이다. 다시 말해, 낯선 사람들과 함께 할 때나 여러 사람들 앞에서 무언가 수행을 하여야 할 때 평소 불안 수준이 높은 청소년이 그렇지 않은 청소년

보다 상대적으로 불안을 느낄 가능성이 크다고 가정할 수 있다. 이에 영적 안녕의 사회불안에 대한 설명력을 특성불안의 설명력과 비교하고자 하였다.

본 연구의 목적은 고등학생의 영적 안녕을 탐색하고, 사회불안과의 관계를 검증하는 것이다. 조금 더 구체적으로 영적 안녕의 하위변인 중에 어떤 것, 즉 종교적 안녕과 실존적 안녕 중에 어떤 하위변인이 사회불안과 더 밀접한 관계를 있는지를 탐색하려고 하였다. 게다가 사회불안과 관계가 있다고 알려진 자기효능감과 개인의 불안 성향이 라고 할 수 있는 특성불안과 비교하여 사회불안에 대한 영적 안녕의 설명력을 검증하려고 하였다.

본 연구의 목적을 이루기 위해 다음과 같은 연구문제를 제기하였다. 첫째, 영적 안녕은 성과 종교를 가지고 있는 여부에 따라 차이가 있는가? 둘째, 영적 안녕 수준에 따라 사회불안에 차이가 있는가? 셋째, 영적 안녕 하위변인과 사회불안 하위변인 간에 어떤 상관관계가 있는가? 넷째, 사회불안에 대한 자기효능감이나 특성불안의 설명력과 비교하여 영적 안녕의 설명력은 어떠한가? 이와 같이 제기된 연구 문제를 검증하기 위하여 성과 종교 여부를 독립변인으로 하고 영적 안녕을 종속변인으로 하는 이원변량분석을 하였고, 영적 안녕 수준에 따라 세 집단(상·중·하)으로 나누어 사회 불안에 차이가 있는지 검증하였으며, 특성불안, 자기효능감 및 영적 안녕과 사회불안 간의 상관분석으로 하였고, 마지막으로 사회불안을 준거변인으로 하고 특성불안, 자기효능감 및 영적 안녕을 예언변인으로 하여 단계적 회귀분석을 실시하였다.

방 법

참여자 및 절차

본 연구는 수도권에 위치하고 있고 기독교 재단에서 운영하고 있는 두 곳의 인문계 사립 고등학교에 재학하고 있는 1, 2학년 남녀 학생들을 대상으로 하였다. 고등학교 3학년 학생들은 입시라는 또 다른 변인에 의해 너무 심한 불안감을 경험하고 있을 수 있고, 현실적으로 자료를 모기도 힘들어 연구에서 제외하였다. 총 533명으로부터 설문지를 회수할 수 있었으나 불완전한 자료는 제외하여 최종 분석에 포함된 참여자 수는 총 496명(남학생 239명, 여학생 257명)이었다.

최종 분석에 포함된 496명의 연령은 만 14세에서 18세($M=15.97$, $SD=.83$)까지 분포되어 있다. 학년별 참여자 수는 1학년이 264명(남학생 129명, 여학생 135명), 2학년이 232명(남학생 110명, 여학생 122명) 이었다. 참여자들 중에 209명(42.1%)이 자신이 종교를 가지고 있지 않다고 응답했으며, 18명(3.6%)이 천주교, 248명(50.0%)이 개신교, 15명(3.0%)이 불교, 6명(1.2%)이 그 외 종교를 믿고 있다고 응답했다. 기독교 재단이 운영하는 사립학교에 재학하고 있는 학생들이기 때문에 기독교인 비율이 높았고, 종교를 가지고 있는 학생들은 287명으로 전체 대상자 중 57.9%였다.

가정의 경제 상태를 묻는 질문에 '상류'라고 응답한 학생이 3명(6%), '중류 중에 상'이라고 응답한 학생이 48명(9.7%), '중류 중에 중'이라고 응답한 학생이 309명(62.3%), '중류 중에 하'라고 응답한 학생이 98명(19.8%), '하류'라고 응답한 학생이 10명(2.0%)이었으며, 28명(5.6%)의 학생은 이 질문

에 응답을 하지 않았다. 학업 성적을 묻는 질문에 '아주 못한다'고 응답한 학생이 63명(12.7%), '보통 이하'라고 응답한 학생이 160명(32.3%), '보통'이라고 응답한 학생이 199명(40.1%), '보통 이상'이라고 응답한 학생이 69명(13.9%)이었으며, 5명(1.0%)의 학생은 이 질문에 응답을 하지 않았다.

설문에 응답하기 전 참여자들에게 연구의 내용을 충분히 설명하고 참여에 동의를 구하였고, 개인정보의 누출이 없을 것이며 연구 참여를 언제든지 포기할 수 있다고 알렸다. 참여자들이 설문 과정에서 소비한 시간은 약 20분이었다. 본 연구를 위한 통계분석은 SPSS 13.0 for Windows에 의해 실행되었고, 주요 통계분석 방법은 이원변량 분석, Pearson 적률상관분석, 단계적 회귀분석이었다.

조사 도구

영적 안녕: 영적 안녕을 측정하기 위해 Ellison(1983)의 영적 안녕 척도에 기초하여 개발한 한국판 영적 안녕 척도(전경구 외, 2000)의 문항 중에 일부를 제거·추가하고 수정하여 만든 척도를 사용하였다. 이 척도는 20문항으로 구성되어 있으며 종교적 안녕과 실존적 안녕 두 가지 개념을 포함하고 있다. 본 척도는 기독교 외의 종교에도 적용할 수 있도록 'God'라는 단어를 '신(부처)'라고 수정하여 사용하였다. 서경현과 전경구의 연구(2004)에서 본 척도의 검사-재검사 신뢰도는 .82였으며, 내적일치도(Cronbach α)도 .91로 만족스러운 수준이었다. 본 연구에서는 주축요인 방법(principal axis factoring)과 직각 회전(varimax rotation)으로 요인분석을 하였다. 그 결과, 표본적 절성 측정치인 Kaiser-Mayer-Olkin(KMO)값이

.912이고, Bartlett의 구형성 검증 통계치가 $p < .05$ 로 나타나 자료의 상관성이 요인분석에 적합하다고 판단되었으며, 종교적 안녕과 실존적 안녕으로 두 개의 요인이 나타났다. 두 개의 요인 구조는 전체 변량의 48.6%를 설명하였다. 원래 척도에서는 6점으로 평정하도록 고안되었으나, 서경현과 전경구의 연구(2004)에서처럼 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 했다. 본 연구에서는 종교적 안녕에서 .91, 그리고 실존적 안녕에서 .83의 내적일치도(Cronbach's α)를 보였다.

대인불안: 본 연구에서는 고등학생들이 사회 상황에서 경험하는 대인불안의 정도를 측정하기 위하여 LaGreca(1998)의 청소년용 사회불안 척도(Social Anxiety Scale for Adolescents: SAS-A)를 오경자와 양윤란(2003)이 우리말로 변안한 척도를 사용하였다. 본 척도는 “나는 주위에 사람들이 몇 명만 있으면 긴장한다”, “다른 사람들이 나를 어떻게 생각할지 걱정한다” 등 대인관계 상황에서 느낄 수 있는 불안감을 나타내는 18개의 문항으로 구성되어 있으며 5점 평정척도로 평가하도록 되어 있다. 점수는 18-90점의 범위를 가지며 점수가 높을수록 사회불안의 정도가 심각한 것을 의미한다. 오경자와 양윤란(2003)의 연구에서는 부정적 평가 두려움, 새로운 상황 두려움, 일반적 상황 두려움 세 요인으로 나뉘었다. 본 연구에서도 제 1요인은 ‘부정적 평가 두려움(7개 문항)’, 제 2요인은 ‘일반적 상황 두려움(7개 문항)’ 그리고 제 3요인은 ‘새로운 상황 두려움(4개 문항)’ 요인으로 구분되었다(KMO = .936, Bartlett의 구형성 검증

통계치 $p < .05$). 세 개의 요인 구조는 전체 변량의 61.5%를 설명하였다. 본 연구에서의 내적일치도(Cronbach's α)는 각각 .91, .85, .77이었다.

수행불안: 본 연구에서는 수행 상황에서 경험하는 고등학생들의 불안을 측정하기 위하여 문혜신과 오경자(2002)가 개발한 한국판 아동·청소년용 사회불안 척도의 수행불안 하위척도를 사용하였다. 본 척도는 아동이나 청소년이 자주 접하게 되는 수행 상황에서 얼마나 긴장하는지를 묻는 9 문항으로 구성되어 있으며, 5점 평정척도로 평가하도록 되어 있다. 문항의 예로는 “수업시간에 발표를 하거나 큰소리로 책을 읽어야 할 때면 긴장한다”, “너무 겁이 나서 수업시간에 질문을 잘 못한다” 등이 있다. 점수의 범위는 9에서 45까지이고, 본 연구에서의 내적일치도(Cronbach's α)는 .90이었다.

자기효능감: 본 연구의 목적을 위하여 Jerusalem과 Schwarzer(1992)의 일반적 자기효능감척도를 이영민이 번안하여 Schwarzer와 Jerusalem이 함께 한국판 척도로 표준화한 것을 사용하였다. 긍정적인 자기효능감을 표현하는 10개의 문항으로 구성되어 있는데, 응답은 1-‘전혀 아니다’, 2-‘거의 아니다’, 3-‘대체로 그렇다’, 4-‘매우 그렇다’까지 4점 척도로 평정하게 되어 있다. 점수의 범위는 10에서 40까지이고, 본 연구에서의 내적일치도(Cronbach's α)는 .90이었다.

특성불안: 참여자들의 불안 수준을 측정하여 비교하기 위해 Spielberger(1983)의 상태-특성 불안척도(STAI, State-Trait Anxiety Inventory) Y

형을 한국화한 한국판 상태-특성 불안표현 척도 (한덕용, 이장호, 전경구, 1996) 중에 특성불안 하위변인을 사용하였다. 이 척도는 상태-특성 불안 척도(STAI, State-Trait Anxiety Inventory) X형 (Spielberger, 1970) 검사를 개정하여 불안을 더

잘 측정하기 위하여 고안된 것이다. 특성불안이란 비교적 안정적인 불안성향을 의미한다. 원래 특성 불안은 총 20문항으로 구성되어 있는데, 척도개발 연구에서 내적일치도가 높은 10문항만을 선택하여 사용하였다. 각 문항은 4점 평정척도로 구성되어

표 1. 성별 및 종교 유무별 영적 안녕의 평균, 표준편차

성별	종속변인	종교 유무	
		종교 없음 <i>M(SD)</i> <i>n</i> =101	종교 있음 <i>M(SD)</i> <i>n</i> =138
남	종교적 안녕	-5.69(13.12)	7.43(12.46)
	실존적 안녕	2.92(10.37)	5.83(10.63)
	(전체) 영적 안녕	-2.77(18.72)	13.25(20.03)
여	종교적 안녕	-.32(12.01)	9.55(10.64)
	실존적 안녕	4.58(12.33)	5.58(10.72)
	(전체) 영적 안녕	4.26(19.28)	15.13(18.07)

표 2. 성별 및 종교 유무에 따른 영적 안녕의 이원변량분석 결과

종속변인	변량원	자승화	자유도	평균 자승화	<i>F</i>
종교적 안녕	성(A)	1694.76	1	1694.76	11.80***
	종교 유무(B)	15966.25	1	15966.25	111.19***
	A × B	318.19	1	318.19	2.22
	오차	70647.79	492	143.59	
	전체	95136.00	496		
실존적 안녕	성(A)	60.92	1	60.92	.50
	종교 유무(B)	460.65	1	460.65	3.81
	A × B	109.55	1	109.55	.91
	오차	59519.62	492	120.98	
	전체	71979.97	496		
(전체) 영적 안녕	성(A)	2398.28	1	2398.28	6.64*
	종교 유무(B)	21850.85	1	21850.85	60.47***
	A × B	801.14	1	801.14	2.22
	오차	177793.90	492	361.37	
	전체	238897.00	496		

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

있으며, 개인이 얻을 수 있는 점수의 범위는 10에서 40까지이다. 척도개발에서 내적일치도(Cronbach α 값)는 .90이었다. 검사-재검사 신뢰도는 $r=.76$ 으로 비교적 안정된 높은 상관을 보였다. 본 연구에서의 내적일치도(Cronbach α)는 각각 .86이었다.

결 과

성별과 종교 유무에 따른 영적 안녕 수준

고등학생의 성별에 따라 영적 안녕 수준에 차이가 있는지, 그리고 종교를 가지고 있는지 그 여부에 따라 영적 안녕 수준에 차이가 있는지, 그리고 영적 안녕에 성과 종교 유무의 상호작용이 있는지를 2(성: 남/여) \times 2(종교 유무: 종교 가지고

있지 않음/종교 가지고 있음) 이원변량분석으로 검증하였다.

표 2에서 볼 수 있듯이, 영적 안녕에 대하여 성과 종교 유무의 주효과가 있었다. 그런데, 영적 안녕 하위변인 중에 종교적 안녕에서만 성($F=11.80, p<.05$)과 종교 유무($F=111.19, p<.05$)의 주효과가 발견되었고, 실존적 안녕에는 성과 종교 유무의 주효과가 없었다. 여학생들이 남학생들보다 신과의 관계에서의 안녕감을 더 느끼고 있었고, 종교를 가진 학생들이 그렇지 않은 학생들보다 신과의 관계에서의 안녕감을 더 느끼고 있었다(표 1 참고). 종교를 가지고 있다고 응답한 학생의 비율이 남학생의 경우 57.7%(138명)이고, 여학생의 경우 58%(149명)이었기 때문에 여학생 중에 종교를 가진 학생의 비율이 높기 때문에 후자의 결과가 나타난 것은 아니었다. 한편, 영적 안

표 3. 영적 안녕 수준에 따른 대인불안과 수행불안의 차이

변인	영적 안녕 수준	M(SD)	F	Post-hoc (Scheffe)
부정적 평가 두려움	상 ^a	16.16(6.25)	12.72***	c>a,b***
	중 ^b	16.39(6.18)		
	하 ^c	19.44(7.27)		
일반적 상황 두려움	상	12.11(4.51)	12.39***	c>a***,b**
	중	12.98(5.38)		
	하	15.02(6.33)		
새로운 상황 두려움	상	10.22(3.89)	5.98**	c>a**
	중	10.60(3.59)		
	하	11.47(5.11)		
(전체) 대인불안	상	38.49(13.00)	14.02***	c>a,b***
	중	39.96(13.11)		
	하	46.08(15.11)		
수행불안	상	16.29(6.75)	15.40***	c>a***,b**
	중	17.81(7.03)		
	하	20.79(8.52)		

** $p<.01$, *** $p<.00$.

주. a=영적 안녕 상위수준 집단($n=163$), b=영적 안녕 중간수준 집단($n=167$), c=영적 안녕 하위수준 집단($n=166$)

영에는 성과 종교 유무의 상호작용이 발견되지 않았다.

영적 안녕 수준에 따른 사회불안 수준

고등학생들을 영적 안녕 수준에 따라 상(163명)·중(167명)·하(166명) 세 집단으로 나누어 대인불안과 수행불안에 차이가 있는지를 검증하였다(표 3 참고). 영적 안녕 상·중·하 집단의 영적 안녕 점수는 각각 -57~-1, 0~16, 17~60으로 분포되어 있었다.

분석 결과, 대인불안의 하위변인인 부정적 평가에 대해 두려워하는 정도($F=12.72, p<.001$), 일반적 상황에 대한 두려워하는 정도($F=12.39, p<.001$), 그리고 새로운 상황에 대해 두려워하는 정도($F=5.98, p<.01$)가 세 집단 간에 유의한 차이를 보였다. 또한 수행불안에서도 같은 양상을 보

였다, $F=15.40, p<.001$. 사후분석 결과, 영적 안녕의 하위 집단이 높은 집단이나 중간 집단에 비하여 사회 불안이 높게 나타났다. 표 3에서 보듯이 영적 안녕 수준이 낮은 집단의 대인불안 및 수행불안, 즉 사회불안 수준이 높았다.

사회불안과 자기효능감, 특성불안 및 영적 안녕 간의 관계

자기효능감, 특성불안, 그리고 영적 안녕 하위변인이 대인불안의 하위변인 및 수행불안과 어떤 관계가 있는지를 상관분석을 통해 검증해 보았으며, 그 결과를 표 4에 제시하였다. 자기효능감은 대인불안의 모든 하위변인들은 물론 수행불안과도 부적상관이 있었다. 반대로 특성불안은 사회불안의 모든 하위변인들과 매우 유의한 정적 상관 관계를 보였다. 영적 안녕 중에 실존적 안녕은 사

표 4. 사회불안과 자기효능감, 특성불안 및 영적 안녕간의 상관행렬(N=496)

변인	사회 불안	부정적 평가 두려움	일반적 상황 두려움	새로운 상황 두려움	수행불안
자기효능감		-.27***	-.25***	-.26***	-.30***
특성불안		.50***	.35***	.30***	.28***
종교적 안녕		-.07	-.13**	-.07	-.15**
실존적 안녕		-.36***	-.29***	-.24***	-.31***

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

표 5. 사회불안에 대한 단계적 중다회귀분석 결과(N=496)

예언변인	준거변인: 대인불안			준거변인: 수행불안			
	β	R^2	ΔR^2	β	R^2	ΔR^2	
특성불안	.46***	.211***	.211	실존적 안녕	-.31***	.096***	.096
실존적 안녕	-.15**	.229***	.018	자기효능감	-.21***	.131***	.035
자기효능감	-.11*	.238***	.009	특성불안	.12*	.141***	.010

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

회불안의 모든 하위변인들과 유의한 부적상관이 있었으나, 종교적 안녕은 대인불안 중에 일반적 상황에 대한 두려움($r=-.13, p<.01$), 그리고 수행불안($r=-.15, p<.01$)과는 유의한 부적 상관이 있었으나 부정적 평가에 대한 두려움이나 새로운 상황에 대한 두려움과는 상관이 없었다.

사회불안에 대한 영적 안녕의 설명력을 특성불안이나 자기효능감과 비교하기 위하여 대인불안과 수행불안을 준거변인으로 하고 특성불안, 자기효능감, 그리고 영적 안녕 하위변인을 예언변인으로 하는 단계적 회귀분석을 하였다. 분석 결과, 특성불안과 자기효능감은 물론 실존적 안녕도 대인불안과 수행불안에 대한 유의한 예언변인이었다. 대인불안에 대해서는 특성불안($\beta=.40, p<.001$)이 가장 설명력이 높은 변인이었고, 실존적 안녕($\beta=-.15, p<.01$)은 자기효능감($\beta=-.11, p<.05$)보다 더 유의한 예언변인이었다. 그런데, 수행불안에 대해서는 자기효능감($\beta=-.21, p<.01$)과 특성불안($\beta=-.12, p<.05$)보다 실존적 안녕($\beta=-.31, p<.001$)이 더 설명력이 높은 예언변인으로 나타났다. 자신이 어떤 일을 잘 해낼 수 있다고 생각하고 느끼는 것인 자기효능감보다 실존적 안녕이 더 설명력이 높다는 것은 시사하는 바가 크다. 한편, 특성불안, 자기효능감 및 실존적 안녕으로 대인불안의 변량을 24%가량 설명할 수 있는 것으로 나타난 것에 비해 수행불안의 변량은 14%정도 밖에 설명할 수 없는 것으로 나타났다. 이는 수행불안을 설명할 수 있는 다른 변인들이 많다는 것을 의미한다.

논 의

본 연구에서는 고등학생의 사회불안과 관련이

있을 수 있는 영적 안녕을 탐색하여 사회불안의 개입하려는 심리학자들에게 유용한 정보를 제공하려고 하였다. 이런 시도는 개인의 문제에 대한 전인적인 접근이 강조되고 있는 점, 특히 현대인의 신체·심리적 건강을 바르게 이해하고 개입하기 위해서는 생물·심리·사회적 모델로부터 생물·심리·사회·영적(biopsychosociospiritual) 모델로의 확장이 필요하다는 견해에 기초하고 있다. 영적인 면이 인간에 내재되어 있다고 주장한 Jung(1875~1961) 외에도 일명 자아초월(transpersonal) 심리학자들은 영적인 면이 인간 의식의 기본 구조라는 것을 강조하면서 자연과 신성에 속하는 영성이 인간의 삶에 깊이 관여한다고 믿고 있다(Wilber, 1997). 더 나아가 이들은 영성이 개인적(personal) 자아를 넘어서(trans) 인류, 영혼 및 우주 등 보다 넓은 측면까지 확대된 의미를 지닌다고 생각한다(Assagioli, 1969). 이런 의미에서 볼 때 영성 혹은 영적인 측면은 종교에서 말하는 신앙심과 유사하지만 종교가 없는 사람들의 위에서 언급한 포괄적 측면까지 포함한다.

결과에 관한 논의에 앞서 본 연구에서 사용한 Ellison(1983)의 영적 안녕 척도에 관해 설명할 필요가 있다. 이 척도는 척도 개발에서 뿐 아니라 대학생 혹은 성인을 대상으로 한 한국의 선행 연구들(서경현, 전경구, 2004; 전경구 외, 2000)에서 세 요인이 도출되었다. 종교적 안녕과 실존적 안녕이라는 두 가지 하위 구성 개념으로 접근하였으나 세 가지 요인구조를 보인 것에 관해 Ellison(1983)은 종교적 안녕 문항들이 하나의 요인으로 수렴되고 실존적 안녕 문항들은 두 개의 하위 요인으로 나뉘었지만 문항들이 원칙적으로 기대했던 것처럼 군집화 된 것이라고 설명하였다.

그러나 척도의 요인 구조가 구성 개념과 완전히 일치하지 않다는 것이 약점이 아닐 수 없음을 지적하는 사람들도 있다(Ledbetter, Smith, Fischer, Vosler-Hunter, & Chew, 1991). 그런데, 한국 고등학생을 대상으로 한 본 연구에서는 Ellison의 구성 개념과 정확히 일치하는 종교적 안녕과 실존적 안녕 두 가지 요인구조를 보였다.

대학생들을 대상으로 한 선행연구(서경현, 전경구, 2004; 서경현 외, 2005)에서는 종교적 안녕은 물론 실존적 안녕에서도 성의 주효과가 있었는데 반해, 본 연구에서는 영적 안녕 하위변인 중 종교적 안녕에서만 성의 주효과가 발견되었다. 종교 여부에 따른 대상자의 분포에는 성차가 없었는데, 여학생이 남학생보다 종교적 안녕 수준이 높은 것은 청소년기부터 여성이 종교성이 더 강하게 발현되는 것이 아닌가하고 조심스럽게 추론해 볼 수 있다. 남자 청소년보다 여자 청소년들이 신앙을 가지는 것을 편하게 느끼고 그 안에서 심리적 안정을 더 느끼고 있는 듯하다.

종교를 가지고 있는가, 즉 종교 유무의 주효과는 영적 안녕 중에 종교적 안녕, 즉 신과의 관계에서의 안녕에서만 발견되었다. 종교를 가지고 있지 않다면 자신의 삶에 신의 개입을 인정하지 않을 것이고, 이런 점에서의 안녕감은 느낄 수 없었을 것이기 때문에 당연한 결과라고 할 수 있다. 선행 연구(서경현, 전경구, 2004; 서경현 외, 2005)에서도 이런 결과를 얻었다. 실존적 안녕에서는 종교 유무의 주효과는 발견되지 않았는데, 이런 결과는 고등학생이 단순히 종교를 가지고 있는 것이 실존적 불안을 없애주거나 자동적으로 실존적 의미나 충만감을 보장해 주는 것은 아니라는 점을 일깨워준다. 이런 결과에 관해 성직자들과

종교를 가진 내담자를 접하는 심리학자들이 한번 생각해 보아야 할 점이다. 심리학자는 내담자가 종교가 종교를 가지고 있다는 것만으로 비종교인보다 당연히 삶의 의미를 더 느끼고 있으며 충만감을 느낄 것이라고 미리 가정하고 상담이나 심리치료를 해서는 안 된다는 것을 의미한다.

영적 안녕 수준에 따라 나는 상중하 세 집단의 사회불안, 즉 대인불안과 수행불안에 유의한 차이가 있었다. 특히, 영적 안녕 수준이 중간 정도 일 때는 사회불안을 경험하지 않지만, 영적 안녕 수준이 낮을 경우에는 고등학생들이 대인관계에 어려움을 겪는다는 것을 시사하는 결과이다. 수행불안에서도 동일한 결과를 보여 영적 안녕 수준이 낮은 고등학생들은 사회적 환경에서 어떤 일을 수행하는데도 곤란을 겪고 있다는 것을 알 수 있었다.

고등학생의 영적 안녕 중에 실존적 안녕이 사회불안과 더 밀접한 관계가 있었으나, 종교적 안녕은 수행불안과 부적 관계가 있었다는 것도 시사하는 바가 있다. Sheehan(1979)은 신의 능력과 함께 할 때 결국에는 실패하지 않으리라는 효능감 상승으로 인하여 어려운 상황에서도 적극적으로 대처할 수 있게 한다고 주장하였다. 사회불안 중에 자기효능감과 더 밀접한 관계가 있는 수행불안이기 때문에 종교적 안녕도 그것과 어느 정도 관계가 있는 것이 아닌가 생각한다. 그러나 회귀분석에서는 종교적 안녕은 수행불안의 유의한 예언변인으로 나타나지 않았기 때문에 실존적 안녕처럼 수행불안에 대한 완충효과가 있는지는 추후 연구에서 검증할 필요가 있다.

그러나 종교성과 관련해서는 고려해야 할 점이 있다. 종교성과 정신건강 간의 관계를 탐색한

Bergin(1983)의 연구에서는 두 가지 서로 다른 방향이 나타났다. 종교심이 강한 사람들 중에 적응적인 집단과 부적응인 집단으로 양분된 것이다. 종교성과 정신병리 간의 관계를 검증한 24개의 선행 연구를 분석하였더니 그 효과의 크기가 -.32에서부터 +.82까지 나타났다. 그 연구들 중 23%에서 종교가 심리적 건강과 부적상관을 보인 반면에, 47%에서는 정적상관을 보였다. 이런 결과는 종교가 긍정적인 효과를 낼 수도 있고 부정적인 효과를 낼 수 있다는 점을 시사해 주는 것이다. 이런 양상은 융통성 없는 강한 종교성이 정서적·사회적 부적응을 낳는다는 Hunsberger 등(1996)의 주장과 관련하여 이해할 수 있다.

특히 실존적 안녕이 사회불안과 매우 유의한 부적 관계를 보였고, 대인불안의 경우는 특성불안보다는 더 유의한 예언변인은 아니었지만 자기효능감보다는 더 강력한 예언변인이었다. 더욱이 자기효능감과 밀접한 연결되어 있을 수행불안에 대해서 특성불안은 물론 자기효능감보다 더 강력한 예언변인이라는 것은 시사하는 바가 크다. 특히 자녀의 학업수행과 사회적 성공을 원하는 부모들은 이런 결과가 시사하는 점을 간과해서는 안 된다. 게다가 유병율이 높은 정신 장애인 불안장애, 그 중 흔한 사회불안과 영적 안녕이 밀접하게 연결되어 있다는 것은 정신건강 실무자나 건강심리 학자들에게 유용한 정보를 제공하는 것이다.

영성 혹은 영적 안녕이 인간의 적응 또는 부적응, 좀 더 구체적으로 사회불안에 어떻게 영향을 미치는 것일까? 우선 종교성과 심리적 건강 간의 관계를 설명하는 Idler(1987: 전경구 등, 2000에서 재인용)의 세 가지 가설은 이렇다. 첫째, 종교는 종교와 관련된 사회적 관계망에서 지원을

제공하는데, 이런 사회적 지원이 인간을 심리적으로 건강하게 할 수 있다. 그런 사회적 지원에는 정서적, 인지적, 그리고 실질적 지원이 포함된다. 둘째, 종교가 운명론적 관점을 버리고 낙관적 관점을 가지게 함으로써 심리적 건강을 유지시킬 수 있다. 셋째, 종교가 고통을 부정적으로 지각하는 수준을 줄이고 더 나아가 고통을 긍정적으로 해석하게 할 수 있다. 또한, Pollner(1989)는 종교가 문제 상황에 대한 설명과 해결을 위한 자원을 개인에게 제공하고 능력 혹은 자기효능감을 증가시킬 수 있으며 개인의 정체감과 미래를 향한 방향성을 제공함으로써 낙담시킬 수 있거나 공허감을 느끼게 할 수 있는 사건 및 상황을 의미 있게 받아들일 수 있다고 주장한다. 그러나 본 연구의 결과는 종교를 가지고 있는 것만으로 심리적 건강이 보장되는 것이 아니라는 점을 보여주고 있다. 예를 들어, 본 연구에서는 종교를 가지고 있다고 보고한 남자 청소년들의 신앙으로 안녕감을 크게 느끼지 못하고 있는 듯했다. 이런 결과는 종교가 개인에게 자신과 환경에 대한 포괄적인 해석의 틀을 제공하기 때문에 적응 또는 부적응에 영향을 주는 것은 직접적 경로를 통해서가 아니고 삶에서의 의미와 충족감을 확장시키는 간접적 경로를 통해서라는 Peterson과 Roy(1985)의 주장을 옹호하는 것이다.

본 연구 결과로 미루어 볼 때 스트레스 관리나 정신건강 증진을 위해 영성을 개발하는 것이 도움이 될 수 있을 것이다. Moritz 등(2006)은 스트레스가 심한 사람들을 대상으로 한 실험 연구에서 재택 교육(home study)에 기반을 둔 영성증진 교육 프로그램이 명상보다도 긴장과 우울, 그리고 혼란 수준을 감소시킨다는 결과를 얻었다.

그들은 오디오 테이프를 통해 영성증진 교육을 8주간 실시하였다. 명상 수업을 8주간 수강한 명상 집단은 아무 처치도 받지 않은 대기통제집단보다 긴장과 우울은 감소하였으나 분노, 피로, 혼란 수준은 유의하게 감소되지 않았는데 반해 영성증진 교육 프로그램에 참여한 사람들은 긴장과 우울, 분노, 피로, 혼란 등의 스트레스 반응에 큰 변화를 보였다. 따라서 건강심리학자는 물론 각기 다른 배경을 가지고 있는 정신건강 실무자이라도 종교성과 영성을 적절히 다루어야 한다.

심리적 서비스를 위해 내담한 사람들 중에도 종교를 가지고 있는 사람의 비율이 상당하고 그들이 토로하는 문제가 그들의 종교성이나 영성과 관련이 있을 수 있다. 하지만 통계에 따르면 종교를 믿는 비율이 매우 낮은 대표적인 직업이 심리학자 등 정신건강 전문가이고(Shafranske, 1996), 상담 혹은 심리치료 도중에 종교와 관련된 주제를 다루기를 꺼려하는 심리학자들이 많은 것으로 알려져 있다(Bergin & Jensen, 1990). 정서적·합리적 행동치료(REBT)를 세상에 소개한 Ellis(1980)는 “심리치료와 무신론적 가치관 (Psychotherapy and atheistic values)”이란 논문을 통해 종교성이 개인의 적응에 도움이 되지 않는다고 주장한 적이 있지만(Ellis, 1986), 최근에 들어서 종교성이 일반적으로 심리적 건강에 도움이 된다고 결론지었다(Ellis, 2000). 그는 절대적인 자기패배적 신념을 유발할 환경을 종교가 가지고 있다는 것을 경고하면서도 자기패배적 신념을 논박할 수 있는 요소 또한 종교가 가지고 있다고 자신의 입장을 피력하였다.

부모와 청소년의 교육을 담당하고 사람들은 고등학교 재학 시기가 미래를 결정하는데 매우

중요하다고 생각하고 있는 듯하다. 그렇다면 이 시기에 가질 수 있는 사회불안과 아울러 영적인 면에도 관심을 가지고 접근하여야 할 것이다. 본 연구에서는 가치관이 형성되는 시기에 있으면서 입시라는 어찌면 성공 혹은 실패를 결정짓는 스트레스 상황을 벌써부터 경험하고 있는 고등학생들의 사회불안이 영적 안녕과 밀접한 관계가 있음을 검증하였으며, 시사점을 제공하고 있다. 그러나 본 연구를 해석하는데 있어서 다음과 같은 한계점이 있다. 첫째, 기독교 재단에서 운영하고 있는 두 곳의 인문계 사립 고등학교에 재학하고 있는 학생들만을 대상으로 하였기 때문에 일반화에 한계가 있다. 특히, 기독교 재단에서 운영하는 학교에 재학하는 학생들이라 기독교인 비율이 높았기 때문에 더욱 그렇다. 둘째, Ellison(1983)의 영적 안녕 척도의 경우 몇몇 선행연구와는 달리 본 연구에서는 구성개념과 요인구조도 일치하였으나, 개선된 영적 안녕 척도를 개발하여 사용할 필요가 있다는 주장이 있다(Rayburn & Richmond, 1996). 셋째, 본 연구가 조사 연구에 기초하고 있어서 영적 안녕과 사회불안의 명확한 인과 관계를 논하기가 어렵다. 따라서 이 변인들 간의 관계를 검증할 심도 있는 추후연구가 필요하다.

참고문헌

- 강은실(2003). 청소년의 삶의 목적, 영적 안녕, 자아개념 및 자아존중감과 의 관계. *정신간호학회지*, 12, 245-259.
- 강은실, 송양숙, 조향숙, 강성년(2004). 청소년의 자살의도, 우울, 영적 안녕과의 관계. *정신간호학회지*, 13, 190-199.

- 문혜신, 오경자(2002). 한국판 아동·청소년용 사회불안 척도의 타당화 연구. *한국심리학회지:임상*, 21, 429-443.
- 문화관광부(1997). 청소년의 영혼과 종교세계 의식조사. 청소년 대화의 광장.
- 박노권(2002). 기독교 영성에 대한 심리학적 접근. *한국기독교신학논총*, 24, 311-321.
- 박지아, 유성경(2003). 적응 유연성과 영적 안녕 및 부모 애착 간의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 15, 765-778.
- 서경현, 유제민, 최신혜(2007). 부모간 양육태도 불일치가 고등학생의 사회불안에 미치는 영향: 자기 효능감의 중재효과와 행동억제체계의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 19(2), 255-272.
- 서경현, 전검구(2004). 영적 안녕, 생활 스트레스 및 대처. *한국심리학회지: 건강*, 9(2), 333-350.
- 서경현, 정성진, 구지현(2005). 대학생의 영적 안녕과 생활 스트레스, 우울, 및 자아존중감. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(4), 1079-1097.
- 오경자, 양윤란(2003). 청소년기 사회불안의 발생과 유지의 심리적 기제 I: 행동억제기질, 부모양육태도 및 외상경험의 영향. *한국심리학회지:임상*, 22, 557-576.
- 이혜리, 조한익(2006). 한국 청소년 탄력성 척도의 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 18, 353-371.
- 임현숙(1998). 영적안녕과 희망과의 관계. *삼육대학교 석사학위 논문*.
- 전검구, 정봉도, 김영환(2000). 생활스트레스, 영적 안녕 및 우울간의 관계. *난청과 언어장애연구*, 23, 311-325.
- 통계청(2003). 종교 활동 참여인구. http://kosis.nso.go.kr/cgi-bin/sws_999.cgi?ID=DT_1WDA011&IDTYPE=3&FPUB=3에서 2007, 06, 25 인출.
- 학교보건진흥원(2005). 서울시 소아청소년 정신장애 유병률 조사. 서울시 교육청: 학교보건연보.
- 한덕웅, 이장호, 전검구(1996). Spielberger의 상태-특성 불안 검사 Y형의 개발. *한국심리학회지: 건강*, 1, 1-14.
- 허재홍, 조용래(2005). 자기불일치와 사회불안이 대학생의 학업적응에 미치는 영향. *인지행동치료*, 5(2), 85-100.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Washington D.C.: American Psychiatric Association.
- American Psychological Association (1992). Ethical principles of psychologists and code of conduct. *American Psychologist*, 47, 1597-1611.
- 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.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundation of Thought and Action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bergin, A. E. (1983). Religiosity and mental health: A critical reevaluation and meta-analysis. *Professional Psychology: Research and Practice*, 14, 170-184.
- Bergin, A. E., & Jensen, J. P. (1990). Religiosity of psychotherapists: A national survey. *Psychotherapy*, 27, 3-7.
- Brannon, L., & Feist, J. (2000). *Health psychology: An introduction to behavior and health*. Belmont: Wordsworth.

- Chae, P. K. (2001). Mental health needs and resources in Christian community in South Korea. *Journal of Psychology and Theology, 29*(2), 140-147.
- 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.
- Ellison, C. W., & Paloutzian, R. F. (1978). Assessing quality of life: Spiritual well-being, Presented at the 87th Annual Convention of the American Psychological Association, 29.
- 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.
- Genia, V. (1991). The Spiritual Experience Index: A measure of spiritual maturity. *Journal of Religion and Health, 30*(4), 337-347.
- Hathaway, W. L., & Pargament, T. I. (1990). Intrinsic religiousness, religious coping, and psychosocial competence. *Journal for the Scientific Study of Religion, 29*, 423-441.
- 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.
- Jerusalem M., & Schwarzer R. (1992). Self-efficacy as a resource factor in stress appraisal processes. In R. Schwarzer (Eds.), *Self-efficacy: Thought control of action* (pp. 195-213). Washington, DC: Hemisphere.
- 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.
- LaGreca, A. M. (1998). *Manual for the social anxiety scales for children and adolescents*. Miami, FL: Author.
- 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.
- Mcdonald, K. A., & Parke, R. D. (1984). Bridging the gap: parent-child play interaction and peer

- interaction. *Child Development*, 55, 1267-1277.
- Moritz, S., Quan, H. Rickhi, B., Liu, M., Angen, M. Vintila, R., Sawa, R., Soriano, & Toews, J. (2006). A Home study-based spirituality education program decreases emotional distress. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 12, 26-35.
- Nielsen, S. L., Johnson, W. B., & Ellis, A. (2001). *Counseling and psychotherapy with religious persons*. New York: Lawrence Erlbaum Associates.
- 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.
- 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.
- Schneider, F. R., Johnson, J., Horing, C. D., Liebowitz, M. R., & Weissman, M. M. (1992). Social phobia: Comorbidity and morbidity in an epidemiological sample. *Archives of General Psychiatry*, 49, 282-288.
- Schwab, R., & Petersen, K. U. (1990). Religiosity: Its relation to loneliness, neuroticism and subjective well-being. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29, 335-345.
- Shafranske, M. S. (1996). Religious beliefs, affiliations, and practices of clinical psychologist. In E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and the clinical practice of psychology* (pp. 561-568). Washington, DC: American Psychological Association.
- Sheehan, G. (1979). On stress, mental health, and religion. *The Physician and Sports Medicine*, 7(2), 149.
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory: STAI (Form Y)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Stein, M. B., Walker, J. R., & Forde, D. R. (1996). Public speaking fears in a community sample: Prevalence impact on functioning and diagnostic classification. *Archives of General Psychiatry*, 53, 169-174.
- Wilber, K. (1997). *The eye of spirit*. Boston: Shambhala Publication.
- 논문접수일: 2007년 7월 3일
수정논문접수일: 2007년 8월 25일
게재결정일: 2007년 9월 7일

Spiritual Well-being and Social Anxiety among High School Students

Kyung-Hyun Suh Shin-Seop Kim Seung-Yeun Park
Sahmyook University

The present study examines the relation of spiritual well-being to social anxiety among high school students, in order to provide useful implications for psychologists or health practitioners who are involved with the intervention of the social anxiety. The participants were 496 Korean high school students (239 males and 257 females) whose ages ranged from 14 to 18 ($M=15.97$, $SD=.83$). The psychological tests used in this research included the following: the Korean version of the Spiritual Well-Being Scale, Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A), Korean Social Anxiety Scale for Children and Adolescents, Jerusalem & Schwarzer's General Self-Efficacy Scale, and Spielberger's State-Trait Anxiety Inventory. Results indicated that female students or students who belong to the religious groups showed higher spiritual well-being than male students or students who do not belong to the religious groups. Students who showed lower level of spiritual well-being are likely to have higher social anxiety, in both interpersonal anxiety and performance anxiety, than those who showed moderate or higher level of spiritual well-being. Although religious well-being has negative relation to performance anxiety, especially existential well-being have very significant negative relations to both interpersonal anxiety and performance anxiety. Step-wise regression analyses revealed that existential well-being, self-efficacy, and trait anxiety are significant independent predictors of both interpersonal anxiety and performance anxiety, and existential well-being accounted for the most variance, approximately 10%, of performance anxiety. These findings suggest biopsychosocialspiritual model to understand mental health or social adjustment appropriately, and to be concerned about clients' religiosity and spiritual well-being as a health practitioner.

Keywords : adolescents, trait anxiety, self-efficacy, social anxiety, spiritual well-being