

국내 영성연구의 동향: 연구에서 사용된 변수와 프로그램의 분석*

정 명 숙[†]

꽃동네대학교 사회복지·상담심리학과

심리학을 비롯하여 사회복지학, 간호학, 종교학, 교육학 등 휴먼서비스와 관련된 다양한 학문분야에서 영성이 인간의 삶에 미치는 긍정적 영향력을 살펴보는 연구들이 많이 수행되었다. 이와 같이 영성을 주제로 하는 연구가 최근 들어 크게 활성화됨에 따라 영성 연구의 동향을 분석하고 향후 과제를 전망하는 논문들도 여럿 발표되고 있다. 그러나 이들 연구는 모두 영성을 주제로 하는 국내 연구들이 현재까지 어떤 사람들을 대상으로 어떤 측정도구와 분석방법을 사용해서 어떤 유형의 연구를 했는지 등을 파악하고 이를 기초로 향후 연구의 유형과 대상은 어떠해야 하며 어떤 측정도구와 분석방법을 사용할 필요가 있는지 진단·처방하는 데 주안점을 두었다. 이와 같은 기존의 동향분석 연구와 달리, 본 연구에서는 영성을 주제로 하는 연구들에서 영성과 관련하여 사용한 변수와 프로그램을 분석함으로써 이들 연구에서 (1) 영성 또는 영성프로그램이 구체적으로 인간의 어떤 긍정적 특성을 강화하고 어떤 부정적 특성을 억제하는 효과가 있는 것으로 밝히고 있는지, 또 (2) 어떤 변수 또는 프로그램이 영성수준에 차이를 가져오거나 영성을 증진하는 효과가 있는 것으로 밝히고 있는지 알아보았다. 본 연구는 1970년대에서 2016년까지 영성을 주제로 하여 국내에서 수행된 논문 582편을 분석하였다. 이러한 분석의 결과를 토대로, 대상자 집단의 특성과 요구를 고려한 집단별 맞춤형 영성증진 프로그램의 개발을 포함하여 향후 영성연구에서 다루어야 할 주요 주제들에 대해 논의하였다.

주요어 : 영성, 연구동향, 변수, 영성증진프로그램

* 이 연구는 2017년도 꽃동네대학교 교내연구비의 지원을 받아 수행되었습니다.

이 연구에서 분석한 문헌자료를 수집하는 과정에 참여해준 정시광, 이예슬, 광병규, 이상훈, 이막녀 등 꽃동네대학교 사회복지·상담심리학과 및 간호학과 학생 여러분에게 진심으로 고마운 마음을 전합니다.

† 교신저자 : 정명숙, 꽃동네대학교 사회복지·상담심리학과, 충청북도 청주시 서원구 현도면 상삼길 133

Tel : 043-270-0114, E-mail : mchung@kkot.ac.kr

모든 인간의 삶에는 종교와 관계없이 영적 차원이 존재한다. 빅터 프랭클에 따르면 인간은 삶의 의미가 무엇인가라는 영적인 질문을 끊임없이 던지고 그 답을 찾아내고자 노력하면서 살아간다(이시형, 2005). 자기가 진정으로 원하는 것이 무엇이며 자신이 처한 현실의 의미가 무엇인지에 대한 성찰이 없이 살아간다면 그 삶은 무의미하고 공허할 수밖에 없기 때문이다. 영성은 현실이 고통과 결핍, 소외로 가득 차 있을지라도 그로부터 의미를 찾아내고 긍정적 재해석을 가능하게 해줌으로써 문제를 해결하고 적응해나갈 수 있도록 돕는 역할을 한다(이혜숙, 1996). 예를 들어, 초월적 힘에 대한 믿음이 강한 사람들은 고통, 상실, 질병 등의 시련이 오히려 자신을 강하게 만들어주는 단련과정이라고 해석함으로써 좌절이나 우울감에 빠지지 않을 수 있고, 심지어 죽음에 직면해서도 가령 내세에 대한 믿음으로 절망을 이겨낼 수 있다(이원규, 2015). 인간이 본래적으로 가지고 있는 영성을 최대한 실현하며 살아간다면 자기 자신과 이웃, 환경뿐 아니라 시공을 초월하는 존재(신, 최고의 가치)와 조화로운 관계를 유지하며 건강한 삶을 영위할 수 있다는 것이다(김유심, 2008).

영성은 연구자의 관점과 관심분야에 따라 개념정의가 다양하게 이루어지고 있지만, 대체로 명상과 성찰을 통해 삶의 총체적 의미를 추구하는 내적 자원(김유심, 2010) 또는 삶에 대한 포괄적 해석과 더 나은 삶을 살아가기 위한 자기반성적 노력(이상우, 2010) 등으로 정의되고 있다.

우리나라의 영성관련 연구는 1970년대에 시작되었으나 2000년대 초반까지는 논문편수가 미미한 숫자에 그치다가 그 이후로 점차 활성화되고 있다. 최근에는 심리학, 사회복지학,

간호학, 교육학 등 대인서비스를 중요시하는 학문분야(helping professions)를 중심으로 논문발간 편수가 특히 가파르게 증가하고 있다(정명숙, 강석임, 김승주, 전혜원, 2017). 그 결과 우리나라에서 이 분야의 연구는 이제 토대를 수립하는 시기를 지나 번성기 초입에 들어선 것으로 보인다.

영성은 인간과 관련된 모든 학문분야에서 다루어질 수 있는 다학제적 성격을 지닌 연구 주제이다.¹⁾ 실제로 다양한 학문적 배경을 가진 연구자들이 영성을 주제로 하는 연구에 지대한 관심을 기울이고 있으며 영성이 인간의 삶에서 중요한 역할을 한다는 결과를 내놓고 있다. 심리학에서는 전통적으로 인간이 지닌 약점과 손상을 완화하거나 치유하는 데 역점을 두었으나, 최근에는 인간의 강점과 덕목에 관심을 기울이는 긍정심리학이 주요 시대정신으로 부상하고 많은 연구자들이 그러한 강점과 덕목의 하나로 영성에 주목하면서 영성 연구의 역할과 비중이 점차 확대되고 있다 (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Seligman,

1) 영성과 관련된 선행연구들은 영성 외에도 영적 안녕, 영적 건강, 영적 행복, 영성지수, 영성지능 등 다양한 용어를 사용하고 있다. 용어의 다양성은 측정도구의 다양성에도 그대로 반영되어 매우 다양한 척도들이 사용되고 있는데, Paloutzian과 Ellison(1982)이 개발한 영적 안녕(spiritual well-being) 척도가 학문분야에 관계없이 가장 널리 사용되고 있다(정명숙 등, 2017). 영성을 연구하는 연구자들은 일반 대중에게도 어느 정도 알려져 있는 영성이라는 용어보다는 영적 안녕이라는 용어를 더 보편적으로 사용하고 있다는 것을 알 수 있다. 본 연구에서는 일반 대중에게 좀 더 익숙한 ‘영성’으로 용어를 통일하여 사용하였으며, 어떤 용어를 사용하느냐에 관계없이 이 개념을 주제로 다루는 모든 연구를 통틀어 분석대상으로 삼았다.

Ernst, Gillham, Reivich, & Linkins, 2009).

심리학을 비롯하여 휴먼서비스와 관련된 다양한 학문분야에서 수행된 많은 연구들이 영성이 인간의 삶에 미치는 긍정적 영향력을 살펴보고 있으며, 이와 같이 영성을 주제로 하는 연구가 최근 들어 크게 활성화됨에 따라 영성 연구의 동향을 분석하고 향후 과제를 전망하는 논문들도 여럿 발표되고 있다(김용환, 최금주, 김승돈, 2009; 심은주, 이경화, 2012; 유승연, 2013; 정명숙 등, 2017). 김용환 등(2009)은 심리학, 간호학, 사회복지의 3개 학문분야에서 수행된 130편의 논문을 분석하고 학문분야 간의 연구동향을 비교하였으며, 심은주와 이경화(2012)는 교육학 분야의 논문 237편을 분석하였고, 유승연(2013)은 영적간호 관련 논문 209편을 분석대상으로 선정하였다. 그러나 이 세 편의 동향분석 연구는 최근 들어 급증한 연구들을 반영하지 못했거나(김용환 등, 2009) 단일 학문분야의 연구만을 대상으로 하고 있다는 한계가 있다(심은주·이경화, 2012; 유승연, 2013). 좀 더 최근에 정명숙 등(2017)은 모든 학문분야를 통틀어 우리나라에서 발표된 영성관련 논문 941편을 대상으로 하여 학문분야 간에 연구동향을 비교·검토함으로써 우리나라 영성연구의 전모를 파악하고자 시도한 바 있다.

이상의 동향 분석 연구들은 모두 영성을 주제로 수행된 국내연구들을 연구방법, 연구대상, 측정도구, 분석방법 등에 따라 분석함으로써 영성 연구의 확장과 발전 방안을 제시하고 있다는 공통점이 있다. 다시 말해 이들 동향 분석 연구들은 영성을 주제로 하는 국내연구들이 현재까지 어떤 사람들을 대상으로 어떤 측정도구와 분석방법을 사용해서 어떤 유형의 연구를 했는지 파악하고, 이를 기초로 향후

연구의 유형과 대상은 어떠한가 하며 어떤 측정도구와 분석방법을 사용할 필요가 있는지 진단·처방하고 있다.

기존의 이러한 동향 분석 연구들과 달리 본 연구는 국내의 영성관련 연구들에서 어떤 변수와 프로그램들을 사용했는지 분석함으로써 이들 연구에서 영성이 구체적으로 어떤 변수들을 강화하거나 억제하는 효과가 있는 것으로 보고하고 있는지, 또 어떤 변수 또는 프로그램이 영성을 강화하는 효과가 있는 것으로 보고하고 있는지를 알아보는 데 목적을 두었다. 이와 같이 영성에 영향을 주는 변수/프로그램과 영성으로부터 영향을 받는 변수를 분석해보는 연구는 영성의 긍정적 효과가 어느 분야에서 분명하게 드러나는지, 또 그러한 효과를 최대한 활용할 수 있도록 영성을 증진하는 방안에는 어떤 것들이 있는지를 모색하는데 도움이 될 기초자료를 제공할 수 있을 것이다.

지금까지 우리나라에서 수행된 영성연구들은 영성변수의 역할이 무엇인가에 따라 크게 두 가지 범주로 나뉘볼 수 있다. 하나는 영성이 인간의 삶에 미치는 긍정적 효과를 밝히는 데 초점을 둔 연구이고, 또 하나는 그와 같은 효과를 최대로 활용하기 위해 영성을 증진하는 방안을 알아보는 연구이다. 첫 번째 범주에 속하는 연구들 가운데 대다수는 영성(영성 프로그램)을 독립변수로 사용하며, 영성이 종속변수에 어떤 영향을 미치는지를 밝히는 데 관심을 기울인다. 다른 말로 하면, 이들 연구는 영성이 인간의 어떤 긍정적 측면을 고양·강화·촉진하며 어떤 부정적 측면을 완화·억제·해소하는가에 대한 답을 찾아내기 위해 노력한다. 최근에는 영성을 매개변수 또는 조절변수로 사용하는 연구들이 상당수 발표되면서

독립변수가 종속변수에 미치는 영향을 영성이 어떻게 매개 또는 조절하는지, 즉 영성이 어떻게 종속변수에 대한 독립변수의 부정적 효과를 완화하거나 긍정적 효과를 촉진하는지를 밝히고 있다. 이와 같이 영성을 독립, 매개, 또는 조절변수로 사용하는 연구들은 영성이 인간의 삶을 더 나은 방향으로 이끌어가는 데 어떤 기여를 할 수 있는지를 밝힘으로써 영성 연구의 중요성을 보여주고 있으며 영성연구가 지속되고 확장되어야 할 토대를 제공해주고 있다.

영성이 인간의 삶에서 이와 같이 긍정적 역할을 한다는 것을 전제로 하고 이 효과를 최대한 활용할 수 있도록 영성을 증진하는 방안을 찾아내고자 하는 연구들이 두 번째 범주에 속한다. 영성의 긍정적 영향력을 실생활에 적용하기 위한 구체적 방법을 찾는 연구라 할 수 있다. 이들 연구에서는 영성이 종속변수로 사용되며, 어떤 변수 또는 프로그램이 대상자들의 영성수준에 변화를 가져오는지를 밝히는데 힘을 쏟는다. 지금까지 대상자의 영성수준이 어떤 변수에 따라 달라지는지를 확인하거나 어떤 변수 또는 프로그램이 영성수준을 높여주는 효과를 발휘하는지를 검증하는 연구가 다수 수행되었다.

본 연구는 영성을 주제로 하는 국내 연구에서 영성과 관련하여 사용한 변수와 프로그램들을 분석함으로써 영성의 긍정적 영향력이 적용되는 범위 및 그러한 영향력이 실생활에서 효과적으로 활용될 수 있도록 하기 위한 영성증진 방안과 관련하여 이들 연구에서 밝혀낸 내용을 포괄적으로 파악하는 데 목적이 있다. 이러한 목적을 달성하기 위하여 다음과 같이 7가지 연구문제를 설정하였다. 연구문제 1-5는 영성 또는 영성프로그램이 어떤 변수들

에 영향을 미치는지를 알아보기 위한 것이고, 연구문제 6-7은 어떤 변수 또는 프로그램이 영성을 증진하는 효과가 있는지를 알아보기 위한 것이다.

1. 영성은 어떤 변수들에 영향을 미치는가? 즉 영성을 독립변수로 측정된 연구들은 어떤 변수들을 종속변수로 측정하였는가?
2. 영성 프로그램은 어떤 변수들에 영향을 미치는가? 즉 영성프로그램을 독립변수로 사용한 연구들은 영성 이외에 다른 어떤 변수들을 종속변수로 측정하였는가?
3. 영성은 어떤 변수들 간의 관계를 조절하는가? 즉 영성을 조절변수로 사용한 연구들은 어떤 변수들을 독립변수와 종속변수로 측정하였는가?
4. 영성은 어떤 변수들 간의 관계를 매개하는가? 즉 영성을 매개변수로 사용한 연구들은 어떤 변수들을 독립변수와 종속변수로 측정하였는가?
5. 영성은 어떤 변수들과 상관관계가 있는가? 즉 영성을 상관계수로 사용한 연구들은 영성 이외에 다른 어떤 변수들을 측정하였는가?
6. 어떤 변수들이 영성을 증진하는 효과가 있는가? 즉 영성을 종속변수로 사용한 연구들은 어떤 변수들을 독립변수로 측정하였는가?
7. 어떤 프로그램들이 영성을 증진하는 효과가 있는가? 즉 영성을 종속변수로 사용한 연구들은 어떤 프로그램을 독립변수로 사용하였는가?

이상의 분석을 통해 영성이 인간의 삶을 더 나은 방향으로 이끌어가는 데 어떤 기여를 할 수 있는지를 분명하게 밝힐 수 있을 것이다. 또한 이러한 분석의 결과는 영성의 긍정적 효

과를 최대화할 수 있도록 영성을 증진하는 방안을 마련하는 작업에 유용하게 쓰일 기초자료를 제공할 수 있을 것이다.

방 법

분석대상 논문의 선정

본 연구에서는 우리나라 영성연구들에서 사용된 변수들과 프로그램들을 체계적으로 분석하기 위해 다음과 같은 절차를 거쳐 분석대상 논문을 선정하였다. 먼저 국내 학술정보 데이터베이스(RISS, DBpia, KISS, 뉴논문, 교보문고 스콜라 등)와 국회전자도서관에서 ‘영성’과 ‘영적’을 주제어로 입력하여 1970년대 이후로 2016년까지 발표된 자료를 검색하였다. 여기서 검색된 자료 중에서 잡지 등에 실린 서평과 단상 등은 제외하고 학술지 게재 논문, 석·박사학위 논문과 학술대회 논문집에 발표된 논문을 추려내었다. 다음으로 이 논문들 중에서 도구를 사용하여 영성변수를 측정하거나, 영성증진을 목표로 하는 프로그램을 실시하거나, 이 둘 다에 모두 해당하는 논문을 분석대상으로 선정하였다. 학위논문이나 학술대회에서 발표된 논문이 학술지에 게재되었을 경우에는 학술지에 게재된 논문만 분석대상에 포함하였다. 그 결과 총 582편의 논문이 최종 분석대상으로 선정되었다.

분석기준과 분석방법

본 연구에서 분석대상으로 선정된 논문들은 다음과 같은 기준에 따라 분석하였다. 학문분야는 심리학, 사회복지학, 간호학, 종교/철학,

교육학의 5가지로 구분하였고 이들 분야에 해당하지 않는 논문은 ‘기타’로, 두 가지 이상의 학문분야에 걸친 논문은 ‘다학제’로 구분하여 분석하였다. 논문발간 연도는 2004년 이전, 2005-2010년, 2011-2016년의 3개 기간으로 구분하여 분석하였다. 영성은 독립, 조절, 매개, 상관, 종속 변수의 5가지 유형으로 구분하였고, 영성변수를 따로 측정하지 않고 영성프로그램만 사용한 경우에는 ‘기타’로 구분하였다. 프로그램은 영성프로그램, 용서치료, 예술치료, 독서치료, 집단상담, 영적간호중재프로그램의 6가지 유형으로 구분하였고 이 가운데 어디에도 해당하지 않는 프로그램은 ‘기타’로 구분하였다.

이상의 분석기준에 따라 첫째, 영성변수의 유형에 따른 논문발간 편수가 학문분야와 연도별로 차이가 있는지 알아보기 위해 빈도분석과 교차분석을 실시하였다. 둘째, 영성(영성프로그램)을 독립, 조절, 매개, 또는 상관변수로 측정한 연구들에서 어떤 변수들을 독립, 종속, 또는 상관변수로 사용하였는지 알아보기 위하여 학문분야 및 연도별로 각각 빈도분석을 실시하였다. 셋째, 영성을 종속변수로 측정한 연구들에서 어떤 변수 또는 프로그램을 독립변수로 사용하였는지 알아보기 위하여 학문분야 및 연도별로 빈도분석을 실시하였다. 끝으로, 프로그램의 유형에 따른 논문발간 편수가 학문분야와 연도별로 차이가 있는지 알아보기 위해 빈도분석과 교차분석을 실시하였다.

본 연구에서는 빈도를 분석할 변수의 수를 현실적으로 분석 가능한 수준으로 줄이기 위해 총 22개의 변수범주를 구성하였다. 범주 구성의 첫 번째 기준은 개념이 유사한 변수들을 최대한 모아서 단일 범주로 묶는 것이었고,

표 1. 영성연구에서 측정된 변수들의 범주

	범주	예
1	자기관련 특성	자아존중감, 자아탄력성, 자기효능감, 자아정체감, 자아통합, 자기개념, 자기조절
2	가족관련 특성	가족기능, 가족지지, 부부갈등, 가족위험요소, 가족의사소통
3	사회적 지지	
4	성격/성향	성격강점, 낙관주의, 감사성향, 이타심
5	우울	
6	불안	
7	기타 정서	수치심, 자부심, 분노, 절망감, 상실감, 희망, 고독감, 외로움, 공감
8	스트레스	생활스트레스, 생활사건스트레스, 직업(업무/직무)스트레스
9	죽음관련 특성	죽음불안, 죽음태도, 죽음인식, 죽음정위, 노후인식, 호스피스 태도
10	자살	자살생각, 자살예방, 자살위험성, 자살충동
11	중독	스마트폰중독, 알코올중독, 인터넷중독, 도박중독
12	공격성/학대/폭력	공격성, 폭력노출경험, 정서적 학대/방임, 파트너학대, 아동학대
13	신체건강/질병	건강상태, 건강증진행위, 병식, 질병/치료관련 요인, 피로, 통증
14	소진	
15	삶의 질/만족	삶의 질, 생활만족, 행복, 주관적 웰빙, 심리적 안녕
16	적응/정신건강	적응유연성, 탄력성, 정신건강, 학교생활적응, 교도소적응, 극복력
17	직무/조직 관련 특성	직무만족, 직무몰입, 직무성과, 직업의식, 조직몰입, 조직성과, 조직효과성
18	간호수행역량	영적간호수행, 간호중재, 간호역량, 간호업무수행
19	봉사활동	봉사활동, 자원봉사 만족도, 자원봉사 동기, 자원봉사 지속성
20	일반적 특성	대상자/보호자/환자의 성별, 연령, 교육수준
21	신앙관련 특성	신앙경력, 신앙성숙도, 기도생활정도, 종교지향성, 영성이해
22	기타	양육효능감, 성인애착, 학습자친화성, 복지의식, 외상후 성장, 리더십, 돌봄경험, 일상수행능력, 중년위기감, 용서, 상실경험, 대인관계문제, 진로결정수준, 투병의지

여기에 해당하는 범주가 17개였다. 두 번째로, 여러 연구에서 빈번히 측정되고 있어서 범주로 묶지 않아도 그 자체로 측정 빈도가 충분히 높은 변수가 4개(사회적 지지, 우울, 불안, 소진)였는데 이들 변수는 개별변수 없이 각각

하나의 범주로 구성하였다. 끝으로, 개념의 유사성에 따라 묶기 어려우면서 측정 빈도도 매우 낮은 변수들은 모두 기타 범주로 묶었다. 표 1에 이들 범주와 각 범주로 묶인 개별변수들의 예를 제시하였다.

결 과

영성변수의 유형에 따른 연구동향 분석

먼저 본 연구의 분석대상 논문 582편에서 영성변수를 어떤 유형으로 사용하고 있는지를 학문분야와 논문발간연도에 따라 분석하고 그 결과를 표 2에 제시하였다. 표 2를 보면 영성을 독립변수로 사용한 연구가 226편으로 가장 많았고 종속변수(133편)와 상관변수(113편)로 사용한 연구가 그 뒤를 이었다. 영성을 매개 또는 조절변수로 사용한 연구는 각각 59편과 27편에 그쳤다. 영성변수를 측정하지 않고 영성프로그램이 다른 어떤 변수들에 영향을 미치는지를 알아본 연구(‘기타’)는 24편으로 가장 적었다.

영성변수의 유형에 따른 학문분야별 논문발간 편수의 분포는 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 밝혀졌다, $\chi^2(30, N=582) = 216.666, p < .001$. 영성을 독립변수로 하는 연구는 대다수가 심리, 사회복지, 간호 분야에서 수행된 것으로 나타났는데, 이 결과는 이 세 분야의 연구자들이 다른 분야 연구자들에 비

해 영성의 긍정적 영향력을 알아보는 연구에 상대적으로 많은 관심을 기울이고 있다는 것을 보여준다. 영성을 매개 또는 조절 변수로 사용하는 연구는 심리와 사회복지 분야를 중심으로 수행되었고, 영성을 상관변수로 사용한 연구는 주로 간호학 분야에서 수행되었다. 영성을 종속변수로 하는 연구는 간호학 분야에서 가장 많이 수행되었으나 심리, 사회복지, 종교, 교육학 등 다른 학문분야에서도 상당수 수행된 것으로 나타났다.

영성변수의 유형에 따른 연도별 논문발간 편수의 추이에도 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다, $\chi^2(10, N=582) = 89.511, p < .001$. 영성을 독립변수로 사용한 연구는 최근으로 오면서 매우 가파른 증가세를 보이고 있고, 영성을 종속변수로 사용한 연구도 급격하게 증가하고 있다. 2010년까지만 해도 전체 연구에서 차지하는 비중이 미미하던 조절변수나 매개변수 연구들도 근래 들어 크게 증가하는 추세를 보이고 있다. 그러나 이와는 대조적으로 영성이 상관변수인 연구는 정체 또는 감소 추세를 보였다.

표 2. 영성변수의 유형에 따른 학문분야 및 연도별 논문발간 편수

구분	심리	사회 복지	간호	종교	교육	기타	다학제	2004 이전	2005- 2010	2011- 2016	계
독립변수	54	70	55	16	8	20	3	10	62	154	226
조절변수	6	18	-	2	1	-	-	2	5	20	27
매개변수	23	16	2	8	2	7	1	1	11	47	59
상관변수	8	11	76	4	10	2	2	35	44	34	113
종속변수	20	10	50	20	16	12	5	15	44	74	133
기타	3	1	8	2	9	1	-	6	3	15	24
계	114	126	191	52	46	42	11	69	169	344	582

영성의 긍정적 영향력을 보여주는 연구의 동향 분석

영성의 긍정적 영향력을 보여주는 연구의 동향을 알아보기 위하여 앞서 언급한 22개 범주 각각에 속하는 변수들을 분석대상 논문 582편에서 측정된 빈도를 분석하였다. 먼저 영성 또는 영성프로그램이 독립변수인 연구에서 어떤 변수범주들을 종속변수로 측정하였는지를 학문분야 및 연도별로 분석하였다. 다음으로는 영성이 조절 또는 매개변수인 연구에서 어떤 변수범주들을 각각 독립변수와 종속변수로 측정하였는지를 학문분야 및 연도별로 분석하였다. 끝으로, 영성을 상관변수로 측정된 연구에서 다른 어떤 변수들을 측정하였는지를 학문분야 및 연도별로 분석하였다.

한 연구에서 독립, 종속, 또는 상관변수들 둘 이상 측정하는 경우가 상당수 있었기 때문에, 각 변수가 측정된 빈도는 해당변수들을 측정된 것으로 보고한 논문의 편수보다 더 많은 경우가 대부분이었다.

영성이 독립변수인 연구에서 측정된 종속변수

영성을 독립변수로 사용한 연구에서 어떤 변수들을 종속변수로 측정하였는지를 학문분야와 연도별로 분석하고 그 결과를 표 3에 제시하였다. 영성을 독립변수로 하는 연구는 226편이었고 이들 연구에서 측정된 종속변수는 모두 256건이었다. 이들 연구에서 가장 많이 측정된 종속변수는 삶의 질(49건)이었고 그 다음이 자아존중감, 자기효능감 등의 자기관련 특성(27건)과 우울(22건)이었다. 적응/정신건강과 직무/조직관련 특성은 각 16건씩 측정되었고, 불안, 자살, 신체건강/질병, 간호수행역량

은 각 8건씩 측정되었다. 그밖에도 스트레스, 소진, 봉사활동, 공격성 등 다양한 변수가 종속변수로 측정되었다. 요약하면, 이들 연구는 영성이 삶의 질, 자기관련 특성, 정신건강과 적응, 신체건강, 직무만족과 조직몰입 수준 등을 향상시키고 우울, 불안, 자살생각, 스트레스, 소진, 공격성 등의 부정적 특성은 완화해주는 효과가 있다는 것을 보여주었다.

학문분야별로 보면 영성을 독립변수로 하는 연구는 사회복지(70편), 심리(54편), 간호(55편) 분야에서 주로 수행되었다. 심리와 사회복지 분야 연구는 삶의 질과 자기관련 특성을, 간호 분야 연구는 삶의 질, 우울 및 간호수행역량과 관련된 변수들을 종속변수로 많이 측정하였다. 연도별 변동 추이를 보면 영성을 독립변수로 하는 연구는 2004년 이전에는 거의 찾아볼 수 없다가 최근 들어 크게 증가하였는데, 특히 삶의 질을 종속변수로 측정하는 연구가 가파르게 증가한 것으로 나타났다.

영성프로그램이 독립변수인 연구에서 측정된 종속변수

본 연구의 분석대상 논문 중에서 프로그램의 효과를 검증한 연구는 총 91편이었다. 영성증진을 목적으로 개발된 '영성' 프로그램을 사용한 연구는 전체 프로그램 연구의 절반을 조금 넘긴 48편이었는데, 이들 연구 중에서 영성프로그램이 영성만이 아니라 다른 여러 ('비영성') 변수에 미치는 영향을 알아본 연구가 24편이었고, 영성변수 없이 '비영성' 변수만 종속변수로 측정된 연구가 24편이었다. 영성프로그램을 사용한 연구 48편에서 측정된 종속변수를 학문분야와 연도별로 분석하고 그 결과를 표 4에 제시하였다.

영성프로그램이 독립변수인 연구에서 측정

표 3. 영성이 독립변수인 연구에서 종속변수로 측정된 변수의 빈도(괄호 안은 논문편수)

변수범주	심리	사회 복지	간호	종교	교육	기타	다학제	2004 이전	2005- 2010	2011- 2016	계
자기관련 특성	13	7	2	2	2	1			12	15	27
가족관련 특성				1						1	1
사회적 지지			2						1	1	2
우울	6	3	11		2				11	11	22
불안	4		3		1				6	2	8
기타 정서		1	1		1	1	1	1		4	5
스트레스	2		2		1	1			2	4	6
죽음관련 특성		7	4						6	5	11
자살	2		4	2					1	7	8
중독	2									2	2
공격성/폭력						1				1	1
신체건강/질병	1		5		2	2		2	1	5	8
소진	2	2	1						1	4	5
삶의 질	15	18	10	2		1	1	1	17	31	49
적응/정신건강	7	4	3	1		1		1	3	12	16
직무/조직관련 특성	3	8	1	1		3		2	2	12	16
간호수행역량			8					1	2	5	8
봉사활동		5				1			4	2	6
신앙관련 특성		1		1			1		2	1	3
기타	11	18	5	6	3	9		2	8	42	52
계	68 (54)	74 (70)	62 (55)	16 (16)	12 (8)	21 (20)	3 (3)	10 (10)	79 (62)	167 (154)	256 (226)

한 ‘비영성’ 종속변수로는 자기관련 특성(20건)이 가장 많았고 우울(12건)과 불안(7건)이 그 뒤를 이었다. 그밖에도 신체건강, 적응/정신건강, 삶의 질, 죽음관련 특성, 소진, 간호수행역량 등 다양한 변수들이 측정되었다. 요약하면, 영성프로그램이 대상자에게 어떤 긍정적 영향을 미치는지 살펴본 연구들은 영성프로그램이

(영성뿐만 아니라) 자기효능감이나 자아존중감과 같은 자기관련 특성, 신체건강, 적응/정신건강, 삶의 질, 간호수행역량 등을 더 나은 수준으로 개선하는 반면에, 우울, 불안, 소진, 죽음관련 특성 등의 부정적 특성은 감소시켜 준다는 결과를 보고하였다.

학문분야별로 보면, 영성프로그램을 사용한

표 4. 영성프로그램이 독립변수인 연구에서 종속변수로 측정한 변수의 빈도(괄호 안은 논문편수)

변수 범주	심리	사회 복지	간호	종교	교육	기타	다학제	2004 이전	2005- 2010	2011- 2016	계
자기관련 특성	4	1	1	1	12	1		1	5	14	20
사회적 지지	1								1		1
우울	1		5		3	2	1	3	3	6	12
불안			5	1	1			2	3	2	7
기타 정서			3		1				3	1	4
스트레스						2				2	2
죽음관련 특성	1		2						2	1	3
자살				1						1	1
공격성/폭력					2					2	2
신체건강/질병			3		1	1		2	1	2	5
소진		2	1						1	2	3
삶의 질/만족	2		1					1	1	1	3
적응/정신건강	1	2							2	1	3
직무/조직관련 특성						1				1	1
간호수행역량			3					1		2	3
신앙관련 특성				1						1	1
기타	1		4		2	1		1	3	4	8
영성	3	2	7	1	6	4	1	2	10	12	24
계	14 (6)	7 (3)	35 (15)	5 (3)	28 (15)	12 (5)	2 (1)	13 (8)	35 (13)	55 (27)	103 (48)

연구는 간호와 교육학 분야에 각 15편씩으로 가장 많았다. 간호학 분야 연구는 우울, 불안, 기타정서, 신체건강, 간호수행 역량 등 다양한 종속변수를 측정하였으나 교육학 분야 연구는 대다수(12/15편)가 자기관련 특성을 종속변수로 측정한 것으로 나타났다. 영성프로그램 연구는 최근으로 오면서 증가하는 추세를 보였는데 자기관련 특성을 종속변수로 측정한 연구의 편수가 가장 급격하게 증가하였다.

영성이 조절변수인 연구에서 측정한 독립변수와 종속변수

영성을 조절변수로 사용한 연구에서 측정한 독립변수와 종속변수를 학문분야와 연도별로 분석하고 그 결과를 각각 표 5와 표 6에 제시하였다. 영성이 조절변수인 연구는 모두 27편이었고 이들 연구에서는 독립변수 28건과 종속변수 29건을 측정하였다. 영성을 조절변수로 하는 연구는 상당수(27편 중 18편)가 사회

표 5. 여성이 조절변수인 연구에서 독립변수로 측정된 변수의 빈도(괄호 안은 논문편수)

변수 범주	심리	사회 복지	종교	교육	2004 이전	2005- 2010	2011- 2016	계
자기관련 특성		2	1	1			4	4
가족관련 특성	1	3			1		3	4
우울	1	1					2	2
기타 정서		1					1	1
스트레스	1	5	1		1	2	4	7
죽음관련 특성		1					1	1
공격성/폭력		1				1		1
소진		1					1	1
기타	3	4				2	5	7
계	6 (6)	19 (18)	2 (2)	1 (1)	2 (2)	5 (5)	21 (20)	28 (27)

표 6. 여성이 조절변수인 연구에서 종속변수로 측정된 변수의 빈도(괄호 안은 논문편수)

변수 범주	심리	사회 복지	종교	교육	2004 이전	2005- 2010	2011- 2016	계
자기관련 특성		1					1	1
가족관련 특성		1					1	1
우울	2	3	1	1	1	3	3	7
불안	1	1				1	1	2
자살	1	4					5	5
공격성/폭력		1			1			1
소진		1					1	1
삶의 질/만족		1				1		1
적응/정신건강		3	1			1	3	4
직무관련 특성		1					1	1
기타	2	2					4	4
계	7 (6)	19 (18)	2 (2)	1 (1)	2 (2)	6 (5)	21 (20)	29 (27)

복지 분야에서 수행되었으며, 대부분(27편 중 20편)이 2010년 이후에 발표되었다.

영성이 조절변수인 연구의 독립변수로는 스트레스(7건)가 가장 많이 측정되었고, 자기 및 가족 관련 특성(각 4건), 우울(2건), 기타 정서, 죽음관련 특성, 학대, 소진(각 1건) 순으로 측정되었다. 종속변수로는 우울(7건), 자살(5건), 적응/정신건강(4건)이 비교적 많이 측정되었고 불안, 자기 및 가족 관련 특성, 삶의 질, 학대, 소진, 직무/조직관련 특성도 한두 건씩 측정된 것으로 나타났다. 즉 이들 연구는 일상생활사건이나 직무로부터 받는 스트레스와 자기 및

가족관련 특성 등의 변수가 우울, 자살생각, 적응, 불안 등에 미치는 영향을 영성이 조절하는 역할을 한다는 것을 보여주었다.

영성이 매개변수인 연구에서 측정된 독립변수와 종속변수

영성을 매개변수로 사용한 연구에서 측정된 독립변수와 종속변수를 학문분야와 연도별로 분석하고 그 결과를 표 7과 표 8에 각각 제시하였다. 영성을 매개변수로 사용한 연구는 59편이었고 이들 연구는 독립변수 64건과 종속변수 62건을 측정하였다. 영성을 매개변수로

표 7. 영성이 매개변수인 연구에서 독립변수로 측정된 변수의 빈도(괄호 안은 논문편수)

변수 범주	심리	사회 복지	간호	종교	교육	기타	다학제	2004 이전	2005- 2010	2011- 2016	계
자기관련 특성	1	2		1		1			2	3	5
가족관련 특성	3	2		4	1	3		1	6	6	13
사회적 지지	1	3							1	3	4
우울		3		1						4	4
기타 정서	2	1	1		1					5	5
스트레스	4	3							1	6	7
죽음관련 특성	1									1	1
자살	1									1	1
중독	1									1	1
공격성/학대/폭력		1				2			2	1	3
신체건강/질병			1						1		1
적응/정신건강	1									1	1
봉사활동		1								1	1
신앙관련 특성	1	1					1		1	1	2
기타	8	1		2		4				15	15
계	23 (23)	18 (16)	2	8 (8)	2	10 (7)	1	1	14 (11)	49 (47)	64 (59)

표 8. 영성이 매개변수인 연구에서 종속변수로 측정된 변수의 빈도(괄호 안은 논문편수)

변수 범주	심리	사회 복지	간호	종교	교육	기타	다학제	2004 이전	2005- 2010	2011- 2016	계
자기관련 특성	2	1		2						5	5
가족관련 특성		1								1	1
우울	3	1	1							3	3
스트레스		1							1	4	5
죽음관련 특성	1								1		1
자살	3	3		2					1	7	8
중독	2									2	2
공격성/학대/폭력	1		1	1		3			4	2	6
소진		1								1	1
삶의 질/만족	4	2	1	1					1	7	8
적응/정신건강	3	3			1			1	1	5	7
직무관련 특성	2	2				1			1	4	5
기타	3	2		2	1	3	1		1	11	12
계	24 (23)	17 (16)	3 (2)	8 (8)	2 (2)	7 (1)	1 (1)	1 (1)	12 (11)	49 (47)	62 (59)

사용한 연구는 주로 심리학과 사회복지 분야를 중심으로 수행되었으며, 최근 들어 발간 편수가 크게 증가하였다.

영성이 매개변수인 연구의 독립변수로는 가족관련 특성(13건)이 가장 많이 측정되었고 스트레스(7건), 자기관련 특성과 기타정서(각 5건), 사회적 지지와 우울(각 4건), 학대/폭력(3건), 신앙관련 특성(2건) 등의 순으로 측정되었다. 종속변수로는 자살과 삶의 질(각 8건), 적응/정신건강(7건), 공격성(6건), 자기관련특성, 스트레스, 직무/조직관련 특성(각 5건), 우울(3건), 중독(2건) 등이 측정되었다. 즉 이들 연구는 가족 및 자기관련 특성, 스트레스, 우울, 학대/폭력 같은 독립변수들이 자살생각, 공격성, 스트레스, 우울, 중독 등의 부정적 변수들

과 삶의 질이나 적응/정신건강과 같은 긍정적 변수들에 미치는 영향을 영성이 매개한다는 결과를 보고하였다.

영성이 상관변수인 연구에서 측정된 영성이외의 변수

영성과 상관관계가 있는 것으로 보고된 변수들을 학문분야와 연도별로 분석하고 그 결과를 표 9에 제시하였다. 영성을 상관변수로 측정된 연구는 총 113편이었고 이들 연구는 영성과 상관관계가 있는 변수로 156건을 보고하였다. 영성을 상관변수로 하는 연구는 학문분야별로 보면 간호학 분야에서 압도적으로 많이 수행되었다. 상관연구의 편수는 연도에 따른 변화가 거의 없었으며 최근 들어 감소추

표 9. 영성이 상관변수인 연구에서 함께 측정된 변수들의 빈도(괄호 안은 논문편수)

변수 범주	심리	사회 복지	간호	종교	교육	기타	다학제	2004 이전	2005- 2010	2011- 2016	계
자기관련 특성	2	1	8	2	1	1		2	6	6	14
가족관련 특성		1	4					3	1	1	5
사회적 지지	1		1		1					3	3
성격/성향				1					1		1
우울		3	13		1			4	7	6	17
불안			6					1	2	3	6
기타 정서		1	9					6	3	1	10
스트레스	1		6					1	3	3	7
죽음관련 특성			14			1		2	9	4	15
자살			1		1			1	1		2
중독	1			1	1				1	2	3
공격성/학대/폭력					1					1	1
신체건강/질병	1	1	11	1				8	2	4	14
소진			2						2		2
삶의 질/만족		1	6		5		1	2	6	5	13
적응/정신건강	3		2					2	1	2	5
직무관련 특성		1								1	1
간호수행역량		1	3					2	2		4
일반적 특성			1					1			1
신앙관련 특성	1	1	7					4	4	1	9
기타	1	4	10	1	2	1	1	5	9	6	20
계	12 (8)	15 (11)	106 (76)	6 (4)	13 (10)	2 (2)	2 (2)	44 (35)	60 (44)	51 (34)	156 (113)

세를 보이는 것으로 나타났다.

이들 연구에서 영성의 상관변수로는 우울(17건)이 가장 많이 보고되었고 죽음관련 특성(15건), 신체건강/질병 및 자기관련 특성(각 14건), 삶의 질(13건)이 그 뒤를 이었다. 그밖에

도 기타정서(10건), 신앙관련 특성(9건), 스트레스(7건), 불안(6건), 적응/정신건강과 가족관련 특성(각 5건)이 영성과 상관관계가 있는 것으로 보고되었다.

영성 증진 방안 모색과 관련된 연구의 동향 분석

영성을 종속변수로 측정한 연구 133편 가운데 66편은 대상자의 영성수준에 차이를 가져오는 여러 변수들을 독립변수로 사용하였고 나머지 67편은 프로그램을 독립변수로 사용하였다. 영성증진 방안 모색과 관련된 연구의 동향을 알아보기 위하여 이들 연구에서 독립변수로 사용한 개별변수 또는 프로그램을 학문분야와 연도별로 분석하였다.

영성이 종속변수인 연구에서 독립변수로 사용한 변수

영성을 종속변수로 사용한 연구 66편에서 어떤 변수들을 독립변수로 사용하였는지를 학문분야와 연도별로 분석하고 그 결과를 표 10에 제시하였다. 이들 연구에서 측정한 독립변수는 모두 89건이었다. 자기관련 특성이 17건으로 가장 많이 측정되었고 그 다음으로 일반적 특성 11건, 신체건강 및 신앙관련 특성이 각 6건씩, 가족관련 특성, 사회적 지지, 기타 정서, 삶의 질이 각 5건씩, 성격/성향이 4건, 우울이 3건 측정되었다. 이들 연구에서는 그 밖에도 불안, 스트레스, 죽음관련 특성, 직무관련 특성이 각 1건씩 측정되었다. 요약하면, 이 연구들은 대상자들의 영성수준이 자기관련 특성과 일반적 특성, 신체건강, 신앙관련 특성, 가족관련 특성, 사회적 지지, 삶의 질, 성격 등에 따라 차이가 있다는 것을 보여주었다.

표 10에서 볼 수 있듯이, 영성에 영향을 미치는 변수들을 살펴본 연구 중에는 간호학 분야 연구가 42편으로 압도적으로 많았고 그 다음이 종교 분야의 연구(15편)이었다. 사회복지(9편), 심리(8편), 교육(6편) 분야에서도 각각 일

정 수의 논문이 발표되었고 다학제 연구도 7편이 발표되었다. 연도별로 보면, 개별변수와 영성수준의 관계를 살펴본 연구의 수는 최근으로 올수록 증가하고 있는데, 특히 대상자의 자기관련 특성에 따른 영성수준의 차이를 알아본 연구의 증가세가 두드러진 것으로 나타났다.

영성이 종속변수인 연구에서 독립변수로 사용한 프로그램

영성이 종속변수인 연구에서 프로그램을 독립변수로 사용하여 영성증진 효과를 살펴본 연구는 67편이었다. 표 11에는 이들 연구의 발간 빈도를 프로그램의 유형에 따라 학문분야 및 연도별로 제시하였다. 프로그램을 독립변수로 사용한 영성연구는 간호학 분야(20편)에서 가장 많이 수행되었고 그 다음이 심리학(14편), 교육학(11편), 종교(6편), 사회복지(5편)의 순이었다. 프로그램 연구의 발간 빈도는 최근으로 오면서 전반적으로 증가하는 추세를 보였다.

표 11의 상단을 보면, 영성훈련, 영성교육, 영성증진, 영성지향감사 등 기본적으로 영성증진을 목적으로 하여 별도로 개발된 ‘영성’ 프로그램을 사용한 연구는 전체 67편 가운데 13편에 불과하였다. 예술치료(11편), 영적간호중재(6편), 용서치료(5편), 집단상담(4편), 독서치료(3편)에 기반을 둔 프로그램 등 그동안 치료현장에서 많이 사용되어오던 프로그램들도 일부 연구에서 사용되었다. ‘기타’로 분류된 프로그램을 사용한 연구는 25편으로, 프로그램 연구 67편 가운데 가장 비중이 큰 것으로 나타났다. 이는 프로그램의 영성증진 효과를 검증한 연구들 중에서 상당수가 연구마다 각기 다른 프로그램을 사용한다고 볼 수 있을

표 10. 영성이 종속변수인 연구에서 독립변수로 측정된 변수의 빈도(괄호 안은 논문편수)

변수 범주	심리	사회 복지	간호	종교	교육	기타	다학제	2004 이전	2005- 2010	2011- 2016	계
자기관련 특성	2	3	4	3	3		2	2	4	11	17
가족관련 특성		1	1	2			1			5	5
사회적 지지		1	4					2		3	5
성격/성향	2		1	1					1	3	4
우울		1	2						1	2	3
불안			1					1			1
기타 정서	2		2	1					2	3	5
스트레스							1			1	1
죽음관련 특성		1								1	1
신체건강/질병			6					3	2	1	6
삶의 질/만족				1	1	1			2	3	5
직무관련 특성			1						1		1
일반적 특성			11					5	3	3	11
신앙관련 특성		1	3	2					4	2	6
기타	2	1	6	5	2	1	3	2	5	13	20
계	8 (6)	9 (5)	42 (30)	15 (14)	6 (5)	2 (2)	7 (4)	15 (12)	24 (18)	50 (36)	89 (66)

정도로 매우 다양한 프로그램들을 사용하여 영성 증진 효과를 검증하고 있다는 것을 의미한다. 그러한 프로그램으로는 의미요법, 생애 회고, 요가수련, 직관, 인지행동, 죽음준비교육, 통합건강관리, 포레생명지킴이, 포레도우미훈련, 산림치유 프로그램 등이 있다.

프로그램 유형에 따른 논문발간 편수는 학문분야 간에 유의미한 차이가 있었다, $\chi^2(36, N=67) = 76.460, p < .001$. 심리학 분야에서는 영적간호중재를 제외한 다양한 치료프로그램의 효과를 검증하였고, 간호학 분야 연구들은 영적간호중재 프로그램(6편)과 ‘기타’로 분류된

프로그램들(11편)을 많이 사용하였으나, 교육학 분야에서는 영성증진을 목표로 하여 구성된 프로그램을 주로 사용하였다.

논문발간 편수의 연도별 변화 추세도 프로그램 유형에 따라 유의미한 차이가 있었다, $\chi^2(12, N=67) = 26.791, p < .01$. 예술치료나 집단상담 같이 널리 알려진 프로그램들의 사용 빈도는 연도에 따라 큰 변화를 보이지 않았으나, ‘기타’로 분류된 프로그램을 사용하는 연구는 최근 들어 급격히 증가하고 있는 것으로 나타났다.

프로그램 연구에서 사용된 프로그램들을 (1)

영성 프로그램, (2) 일반 프로그램, 그리고 (3) 영성강화 일반 프로그램의 세 유형으로 재분류하여 사용빈도를 분석해보았다. 미술치료, 용서치료, 집단상담 등 다양한 치료 장면에서 사용되고 있는 기존의 치료기법에 바탕을 둔 프로그램들을 ‘일반’ 프로그램으로 구분하였고, 영성증진 집단상담, 영성 미술치료, 영성 지향 음악활동과 같이 일반 프로그램에 종교적 성격을 가미하여 영성증진 요소를 강화한 프로그램을 ‘영성강화 일반’ 프로그램으로 구분하였다. 표 11의 하단에는 영성을 종속변수로 측정하고 프로그램을 독립변수로 사용한 연구에서 이와 같이 세 유형의 프로그램을 사용한 빈도를 학문분야 및 연도별로 제시하였다. 종래에 사용되고 있던 일반프로그램들을 그대로 활용한 연구가 32편으로 가장 많았고, 영성강화 일반프로그램을 사용한 연구도 22편에 달하는 것으로 밝혀졌다. 영성증진을 목적으로 별도 개발된 ‘영성’ 프로그램을 사용한

연구는 13편으로 비중이 가장 적었다.

영성연구에서 사용한 프로그램을 영성프로그램, 일반프로그램, 영성강화 일반프로그램의 세 유형으로 분류했을 때 학문분야별 논문발간 편수의 분포는 통계적으로 유의미한 차이가 있었다, $\chi^2(12, N=67) = 29.947, p < .005$. 표 11에서 볼 수 있듯이, 심리학과 간호학 분야의 연구들은 기존의 치료프로그램들을 그대로 활용하여 영성증진 효과를 검증하는 경우가 많았으나, 교육학 분야 연구들은 ‘영성’ 프로그램을 따로 구성하여 사용하는 경향이 상대적으로 높은 것으로 나타났다.

그러나 이와 같이 프로그램을 세 유형으로 분류했을 때에는 논문발간 편수의 연도별 분포가 유의미한 차이를 보이지 않았다, $\chi^2(4, N=67) = 2.285, p = .683$. 즉 프로그램을 사용한 연구의 편수는 프로그램의 유형에 관계없이 최근으로 올수록 증가하는 경향이 있었다.

표 11. 영성이 종속변수이고 프로그램이 독립변수인 연구의 프로그램 유형별 발간 편수

프로그램 유형	심리	사회 복지	간호	종교	교육	기타	다학제	2004 이전	2005-2010	2011-2016	계
영성	2	2	1	2	6				6	8	13
용서치료	3		2						3	2	5
영적간호중재			6					2	2	2	6
예술치료	2				1	7	1		4	7	11
독서치료	2				1				2	1	3
집단상담	2			1	1			1	3		4
기타	3	3	11	3	2	3			6	18	25
영성	2	2	1	2	6				6	7	13
일반	10	3	13	1	2	3		1	13	18	32
영성강화 일반	2		6	3	3	7	1	2	7	13	22
계	14	5	20	6	11	10	1	3	26	38	67

논 의

본 연구에서는 1970년대부터 최근에 이르기까지 우리나라의 영성연구에서 사용한 변수와 프로그램을 체계적으로 분석함으로써 (1) 영성 또는 영성프로그램이 어떤 변수들을 강화 또는 억제하는 효과가 있는지, 또 (2) 어떤 변수가 영성수준에 차이를 가져오며 어떤 프로그램이 영성 증진 효과가 있는지 알아보았다. 다음에는 이 두 주제와 관련된 내용을 차례로 요약하고 논의하였으며, 각각의 주제와 관련하여 향후 이 분야에서 관심을 가지고 다룰 필요가 있는 것으로 생각되는 연구과제 및 연구방향에 대해 검토하였다.

영성 또는 영성프로그램은 어떤 변수들에 영향을 미치는가?

영성 또는 영성프로그램이 어떤 변수들에 영향을 미치는지 알아보기 위하여 영성을 독립변수, 조절변수, 또는 매개변수로 사용하거나 영성프로그램을 사용한 연구에서 측정된 종속변수 범주의 빈도를 전부 합해보았다. 표 12에서 볼 수 있듯이, 영성 또는 영성프로그램은 본 연구에서 설정한 22개 변수범주 가운데 성격/성향과 일반적 특성 범주에 속하는 변수들을 제외한 20개 범주에 속하는 변수들에 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다.

지금까지의 연구에서 영성 또는 영성프로그램이 영향을 미치는 변수로 가장 많이 보고된 변수는 삶의 질/만족(61/450건)이었고 자기관련 특성(53건), 우울(44건), 적응/정신건강(30건)과 관련된 변수들이 그 뒤를 이었다. 즉 영성을 주제로 하는 국내 연구에 참여한 대상자들은 본래 지니고 있던 영성수준이 높을수록 또는

영성프로그램을 통해 영성수준이 증진될수록 자신의 삶에 대해 더 높은 만족감과 행복감을 느끼고 있었으며, 자아존중감, 자아탄력성, 자기효능감 등 자기관련 특성이 현저하게 더 높았고, 적응력과 정신건강도 더 뛰어난 것으로 드러났다. 영성수준이 높은 대상자들은 또 우울, 불안, 스트레스, 죽음불안, 자살, 공격성, 소진과 같은 부정적 특성들을 더 적게 경험하는 것으로 보고되었다. 이와 같이 영성을 주제로 하는 연구들은 예외 없이 영성이 인간 삶의 다양한 측면에서 긍정적 효과를 발휘한다는 것을 보여주었다.

그러나 영성 또는 영성프로그램을 독립, 조절 또는 매개변수로 사용한 연구에서 실제로 측정건수가 가장 많았던 종속변수는 ‘기타’ 범주에 속하는 변수들로 전체 450건 중에서 76건에 달했다. 이는 한두 편의 연구에서 한두 건 정도밖에 측정되지 않았기에 본 연구에서 각각 별도의 범주로 묶어서 분석할 수 없었던 변수들이 종속변수로 측정된 경우가 그만큼 많았다는 것을 의미한다. ‘기타’ 범주에 속하는 변수들을 종속변수로 측정한 연구들은 영성이 양육효능감, 리더십, 투병의지, 복지의식, 또는 일상생활수행능력을 높이거나 중년기 위기감을 낮추고 대인관계 문제를 해소하는 데 도움을 주는 등 인간의 삶에 광범위하게 긍정적인 영향력을 끼친다는 것을 보여주었다.

요약하면, 영성을 독립변수, 조절변수, 매개변수로 사용하거나 영성프로그램을 사용한 연구는 영성이 인간이 지닌 긍정적 특성을 강화하고 부정적 특성은 완화하거나 억제함으로써 인간 삶의 다양한 영역에서 역량 개선 및 증진에 중요한 역할을 할 수 있다는 것을 보여주었다.

표 12. 영성을 독립변수, 조절변수 또는 매개변수로 사용하거나 영성프로그램을 사용한 연구에서 측정된 종속 변수 범주의 빈도(괄호 안은 논문편수)

	변수 범주	독립변수	조절변수	매개변수	프로그램	계
1	자기관련 특성	27	1	5	20	53
2	가족관련 특성	1	1	1		3
3	사회적 지지	2			1	3
5	우울	22	7	3	12	44
6	불안	8	2		7	17
7	기타 정서	5			4	9
8	스트레스	6		5	2	13
9	죽음관련 특성	11		1	3	15
10	자살	8	5	8	1	22
11	중독	2		2		4
12	공격성/폭력	1	1	6	2	10
13	신체건강/질병	8			5	13
14	소진	5	1	1	3	10
15	삶의 질/만족	49	1	8	3	61
16	적응/정신건강	16	4	7	3	30
17	직무/조직관련	16	1	5	1	23
18	간호수행역량	8			3	11
19	봉사활동	6				6
21	신앙관련 특성	3			1	4
22	기타	52	4	12	8	76
	계	256 (226)	29 (27)	62 (59)	103 (48)	450 (360)

향후 연구과제

영성 또는 영성프로그램이 ‘삶의 질/만족’ 범주에 속하는 변수들에 미치는 영향을 다룬 연구는 전체 360편 가운데 61편으로, 본 연구에서 설정한 22개 변수범주 중 ‘기타’ 범주에 속하는 변수들을 다룬 연구를 제외하고는 발

표편수가 가장 많은 것으로 확인되었다. 더욱이 영성 또는 영성프로그램의 효과를 검증하는 연구가 최근으로 올수록 증가하고 있는데, ‘삶의 질/만족’ 범주에 속하는 변수들을 종속변수로 측정하는 연구가 특히 가파른 증가세를 보이면서 이들 연구가 전체 연구에서

차지하는 비중이 점차 커지고 있는 것으로 나타났다. 이러한 현상은 우리나라 영성 연구자들이 사회 구성원들의 행복수준과 삶의 질 제고라는 주제에 각별한 관심을 기울이고 있다는 것을 보여준다. 이러한 관심이 궁극적으로는 영성을 이용한 삶의 질/만족 증진 방안을 마련하는 작업으로 이어질 필요가 있을 것이다.

앞서 지적했듯이, 영성 또는 영성프로그램을 사용한 연구에서 종속변수로 측정된 빈도가 가장 높은 변수는 ‘기타’ 범주로 분류된 변수들이었다. 이 범주에 속한 변수들은 개별적으로는 측정 빈도가 한두 건씩에 불과하거나 많아야 몇 건을 넘지 못하는 정도이지만, 이들 변수의 측정 빈도를 합하면(76/450건) 전체 연구에서 차지하는 비중이 가장 크다는 결과는 이 범주에 그만큼 많은 수의 개별변수가 포함되어 있다는 것을 의미한다. 아직 연구되지 않은(앞으로 연구될) 변수들까지 고려한다면 영성이 인간 삶에 미치는 영향력이 현재 우리가 알고 있는 것보다 훨씬 더 넓은 범위에 걸쳐서 작동할 가능성이 있는 것으로 생각해볼 수 있다. 향후 연구에서는 인간 삶에 긍정적 변화를 가져올 수 있는 영성의 잠재력이 어디까지 발휘될 수 있는지를 폭넓게 탐구하고 이를 실생활에 구체적으로 적용하기 위한 노력에 박차를 가할 필요가 있을 것이다.

전체 영성연구에서 영성을 매개변수 또는 조절변수로 사용하는 연구가 차지하는 비중은 아직 크지 않지만, 이들 연구는 각각 심리학과 사회복지학 분야를 중심으로 근래 들어 가파른 증가세를 보이고 있다. 이와는 대조적으로, 영성과 다른 변수들 간의 상관관계를 분석하는 연구는 증가세가 미미하였을 뿐 아니라 2010년도 이후로는 오히려 감소하는 추세를

보였다. 사실 특정 변수가 인간의 삶에 미치는 영향력을 제대로 파악하기 위해서는 이 변수와 다른 변수들 간의 단선적 관계를 밝히는 데 그치지 않고 변수들 간의 복잡한 상호작용 양상이 어떤 방식으로 전개되는지 알아볼 필요가 있을 것이다. 따라서 인간의 일상적 삶에서 영성이 갖는 긍정적 영향력의 스펙트럼이 어느 정도로 폭이 넓은지 입증해내고자 하는 연구들은 점차 구조방정식 같은 고급 통계방법을 적용하는 방향으로 나아가는 것이 필수적 경로인 것으로 보인다.

어떤 변수 또는 프로그램이 영성수준에 영향을 미치는가?

영성이 인간의 삶에 이렇듯 광범위하게 긍정적인 영향력을 발휘한다면, 영성을 함양 또는 촉진할 방안을 찾음으로써 그 효과를 최대한 활용할 수 있도록 해야 할 것이다. 영성 또는 영성프로그램의 긍정적 영향력을 보여준 연구의 수에 비해 영성을 종속변수로 측정하고 이에 영향을 미치는 변수 또는 프로그램을 알아본 연구는 상대적으로 적은 편이었는데, 이들 연구는 지금까지 크게 두 갈래로 진행되고 있다.

첫 번째 갈래에 속하는 연구들은 영성을 종속변수로 하고 어떤 변수들이 영성수준에 영향을 미치는지 알아보았다. 이들 연구는 본 연구에서 설정한 22개 변수범주 가운데 자살, 중독, 소진, 공격성/학대/폭력 등 7개 범주에 속하는 변수들을 제외한 나머지 15개 범주에 속하는 변수들이 대상자들의 영성수준에 차이를 가져온다는 결과를 보고하였다. 특히 자기 관련 특성, 신체건강, 가족관련 특성, 사회적 지지, 삶의 질 등의 변수가 영성에 대한 영향

력이 있다는 것을 보여주는 연구가 많이 발표되었다. 예를 들어 자기효능감이나 자기통제감 수준이 높고, 건강증진행위를 많이 하며, 부부간 갈등이 적고 가족의사소통이 원활하며, 사회적 지지를 많이 받고 있고, 삶의 질이 높다고 느끼는 대상자들일수록 영성수준이 더 높다는 것이다. 이러한 결과는 영성증진 프로그램을 구성할 때 이런 변수들을 함양할 수 있는 요소를 추가한다면 프로그램의 효과성을 높이는 데 도움이 될 수 있을 것임을 시사한다. 최근에는 특히 자기관련 특성이 영성수준에 미치는 영향력을 입증하는 연구가 크게 증가하고 있다. 따라서 대상자의 영성을 증진하기 위해서는 이와 같은 자기관련 특성들을 육성하는 데 특별히 많은 관심을 기울일 필요가 있을 것으로 보인다.

프로그램을 독립변수로 하고 이들 프로그램이 대상자의 영성수준에 미치는 효과를 검증한 연구들이 두 번째 갈래에 속한다. 이들 연구는 영성 증진을 목적으로 하는 프로그램을 별도로 개발하거나, 집단상담이나 예술치료와 같이 기존의 치료현장에서 사용되고 있던 프로그램들을 보완하여 영성프로그램을 구성하고 그 효과를 검증하였다. 현재로는 전자의 연구(13편)보다는 기존의 치료프로그램을 그대로 사용하거나 여기에 영성강화요소를 추가·보완하여 영성증진 효과를 검증한 후자 유형의 연구(54편)가 훨씬 더 많다.

프로그램을 사용한 연구는 심리학, 간호학 및 교육학 분야에서 주로 수행되었는데, 학문분야의 성격에 따라 그 분야에서 많이 사용되는 프로그램의 유형에 차이가 있었다. 심리학 분야의 연구들은 내담자의 영성을 증진하고 그 결과로 불안, 우울, 스트레스와 같은 문제가 어느 정도 해결되는지를 알아보기 위해 영

성증진에 목적을 두고 개발된 ‘영성’ 프로그램과 용서치료, 독서치료, 집단상담 등 기존에 사용되고 있던 치료프로그램들을 다양하게 사용하였다. 간호학 분야 연구들은 영성을 증진함으로써 질병의 치료효과를 높이는 데 목적을 둔 영적간호중재 프로그램을 많이 사용하였고, 산림치유, 또래생명지킴이훈련, 의미요법, 생애회고요법, 죽음준비교육 등 ‘기타’로 분류된 프로그램들도 다양하게 많이 사용하였다. 교육학 분야 연구들은 학습자의 영성 증진을 목표로 하여 별도로 구성된 영성프로그램을 많이 사용하였다.

이상에서 살펴본 대로, 영성을 주제로 하는 많은 연구들은 매우 다양한 프로그램들이 영성을 증진하는 효과가 있다는 결과를 보고하고 있다. 이들 프로그램은 여러 유형의 대상자들에게 적용될 수 있을 것이나, 영성을 강화하는 치료프로그램의 중요성은 노인, 호스피스 대상자, 암과 같이 치유가 어려운 질병을 앓고 있는 환자 등 삶의 여러 측면에서 상실을 겪고 있는 노약자의 경우에 더욱 뚜렷하게 드러날 수 있다. 고령자나 호스피스 환자와 같이 삶의 유한성을 인식하고 죽음을 받아들여야 하는 시기 또는 상황에 놓인 사람들에게는 삶의 의미 추구하고 영성이 더욱 중요하게 부각될 수밖에 없기 때문이다. 우리 사회는 근래 들어 노인 인구가 급격히 증가하면서 고령사회로 접어들고 있다. 영성치료 프로그램의 효용성은 앞으로 이 분야에서 점차 더 크게 주목을 받게 될 것으로 전망된다.

향후 연구과제

지금까지 국내에서 수행된 영성연구들이 영성증진 효과를 갖는다고 보고한 프로그램의 수는 상당히 많다. 프로그램을 사용한 연구 67

편 가운데 13편은 영성증진을 기본 목적으로 하여 개발된 프로그램을 사용하였고, 나머지 54편은 집단상담이나 미술치료 같은 기존의 치료기법을 그대로 적용한 프로그램(32편)이나 여기에 영성강화요소를 추가한 프로그램(22편)을 사용하였다. 특기할 점은 이 54편의 연구 중에서 절반가량(25편)이 ‘기타’ 유형에 속하는 프로그램을 사용하였다는 것이다. 이는 상당히 많은 수의 프로그램이 한두 편의 연구에서만 검증되었다는 것을 의미한다. 추후 연구에서 이들 프로그램의 효과성에 대한 엄밀한 검증 과정이 필요하다고 판단되는 대목이다.

영성증진 효과가 있는 것으로 보고된 프로그램의 수가 (검증횟수에 관계없이) 이렇게 많다면 현장에서 영성증진 프로그램을 활용하고자 하는 전문가들이 프로그램을 선택하는 데 상당한 어려움을 겪을 수 있다고 생각된다. 따라서 엄밀한 효과성 검증을 통해 사용이 권장되는 프로그램을 선별해내는 동시에, 해결이나 개선을 요하는 문제영역에 따라 효과가 확실하게 기대되는 프로그램을 선택할 수 있게 해주는 지침 내지는 권장기준을 마련하는 작업이 매우 중요하고 시급한 것으로 판단된다.

프로그램의 효과성 검증 및 선별과 맞물려 있는 또 하나의 중요한 연구과제는 이미 개발되어 사용되고 있는 프로그램들을 대상자 집단의 특성에 맞게 개선하는 작업이라고 생각된다. 1970년대 이후로 최근까지 국내에서 수행된 영성관련 연구들의 동향을 분석한 연구(정명숙 등, 2017)에 따르면, 프로그램을 사용한 영성연구에는 연령, 종교, 질환의 종류나 서비스 업종 등에서 차이가 있는 다양한 대상자들이 참여하였다. 따라서 향후 연구에서는 영성증진 프로그램을 적용할 대상자 집단의

특성을 고려하여 기존에 사용되어오던 프로그램들을 집단별로 특화된 맞춤형 프로그램으로 정교하게 다듬어나갈 필요가 있는 것으로 생각된다. 이를 위해 기존 프로그램의 어떤 요소들이 영성을 제고하는 효과를 발휘하는지, 각각의 프로그램이 어떤 사람들을 대상으로 어떤 유형의 문제를 치료하는 데 특히 효과가 있는지 등을 파악해볼 필요가 있을 것이다. 심리학을 비롯한 여러 학문분야의 연구자들이 대상자가 지니고 있는 문제의 유형이나 대상자의 연령 등에 특화된 맞춤형 영성증진 프로그램을 개발해낸다면 다양한 유형의 대상자들이 영성의 치유효과를 최대한 누리며 더욱 나은 삶을 구가할 수 있게 될 것이다.

영성수준의 제고는 치료프로그램의 대상자 뿐만 아니라 치료자 본인에게도 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 알코올의존자의 가족, 시설거주 장애인, 결손가정 청소년, 독거노인 등 일상생활에서 각종 어려움을 겪고 있는 개인과 가족에게 서비스를 제공하는 직업에 종사하는 전문가들은 소진을 경험하기 쉬운데, 소진은 서비스의 질 저하 및 종국에는 이직이라는 결과를 초래할 수도 있다(백미숙, 정명숙, 2014). 그러나 높은 수준의 영성은 치료자가 스트레스와 갈등에도 불구하고 소진상태에 빠지지 않고 초기에 가졌던 순수한 열정을 이어가도록 보호해줄 뿐만 아니라 자신이 맡은 업무를 효율적으로 지속해나갈 동력을 직·간접적으로 제공해줄 수 있다(박정해, 2006; 양영은, 2009; 한규성, 2013). 이런 주제를 다루는 연구들도 향후 영성연구의 중요한 부분이 되어야 할 것으로 판단된다.

본 연구는 국내의 영성연구만을 다루었다는 제한점이 있다.²⁾ 그러나 본 연구는 우리나라

2) 외국에서 수행된 영성연구를 대상으로 본 연구

에서 영성을 주제로 하는 연구가 시작된 1970년대 이후로 최근에 이르기까지 수행된 수많은 연구들을 체계적·포괄적으로 분석함으로써 우리사회 구성원들이 영성의 긍정적 영향력을 일상적 삶의 다양한 영역에서 활용하고 그 결과 더 나은 삶으로 나아갈 수 있도록 해줄 기초자료를 마련했다는 데 의의가 있다.

참고문헌

- 김용환, 최금주, 김승돈 (2009). 한국에서의 영성관련 연구동향 분석 및 학문적 함의. *상담학연구*, 10, 813-829.
- 김유심 (2008). 빈곤층 여성한부모의 생활사건 스트레스와 우울에 관한 대처자원 연구. 연세대학교 사회복지대학원 박사학위논문.
- 김유심 (2010). 생활사건 스트레스가 빈곤층 여성 한부모의 우울에 미치는 영향: 영적 안녕감의 조절효과를 중심으로. *한국가족복지학*, 28, 187-218.
- 박정혜 (2006). 상담자의 자기위로능력, 영적안녕 및 상담자 발달수준과 심리적 소진의 관계. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 백미숙, 정명숙 (2014). 사회복지시설 종사자의 자아탄력성이 소진에 미치는 영향: 영적 안녕의 조절효과 검증. *한국사회복지조사연구*, 42, 27-49.
- 심은주, 이경화 (2012). 교육학 분야 영성연구의 동향과 과제-2000년부터 2022년까지 발표된 국내논문을 중심으로. *열린교육연구*, 20, 137-158.
- 양영은 (2009). 간호사의 영적안녕, 영적요구 및 소진. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 유승연 (2013). 영적 간호에 관한 국내 연구동향 분석. *성인간호학회지*, 25, 332-343.
- 이상우 (2010). 근대통합교육에 대한 영성교육 논의. *통합교육과정연구*, 4, 69-91쪽.
- 이시형 (2005). 삶의 의미를 찾아서. 청아출판사.
- 이원규 (2015). 종교사회학의 이해. 사회비평사.
- 이혜숙 (1996). 임상사회복지에서의 영성 개념화를 위한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 정명숙, 강석임, 김승주, 전해원 (2017). 우리나라 영성연구의 동향과 향후과제. *인간연구*, 34, 93-126.
- 한규성 (2013). 공감과 영성이 사회복지사의 심리적 소진에 미치는 영향에 대한 연구. 서강대학교 신학대학원 석사학위논문.
- Paloutzian, R. F. & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, spiritual well-being and the quality of life. In L. A. Paplau, & D. Perman (eds). *Loneliness: a source-book of current theory, research and therapy* (pp.224-236). New York: John Wiley & Sons.

한국심리학회지: 일반

Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000).
Positive Psychology: An Introduction. *American
Psychologist*, 55, 5-14.

Seligman, M., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich,
K., & Linkins, M. (2009). Positive
education: Positive psychology and classroom
interventions. *Oxford Review of Education*, 35(3),
293-311.

1차원고접수 : 2018. 04. 24.

수정원고접수 : 2018. 07. 09.

최종게재결정 : 2018. 08. 09.

Trends of spiritual research in Korea: Analyses of variables and programs used

Myung-Sook Chung

Department of Counseling Psychology, Kkottongne University

In a variety of people-oriented disciplines such as psychology, social welfare, nursing, education, a number of research were carried out to show positive influences of spirituality on various aspects of people's lives. As research on the topic of spirituality were vitalized lately, several articles analysing trends of spiritual research in Korea were published. They all, however, focused on identifying research methodology, participants of research, measuring instruments, method of analysis, etc. of advanced research on spirituality and on diagnosing and prescribing future directions of spiritual research in terms of those aspects. Different from these previous articles of trend analysis, the present article analysed variables and programs used in research on spirituality, and attempted to figure out (1) the positive (or negative) human attributes which proved to be facilitated (or suppressed) via spirituality or spiritual enhancement programs, and (2) the variables or programs which proved to demonstrate the effects of enhancing spirituality. In this article 582 pieces of spiritual research performed from the 1970s to 2016 were selected and analysed. Based on the results of these analyses the topics to be addressed in future research on spirituality were discussed, including customizing spiritual enhancement programs suited to the needs and characteristics of various groups of people.

Key words : spirituality, research trend, variables, spiritual enhancement program