

종교적 대처방식과 삶의 의미가 외상후 성장에 미치는 영향 - 그리스도교를 중심으로 - *

이 정 호 · 이 희 경**

가톨릭대학교 심리학과

〈요 약〉

이 연구의 목적은 종교적 대처와 외상 후 성장의 관계에서 삶의 의미의 역할을 살펴보는 데 있다. 이를 위해 서울과 경기도 소재 그리스도교 신자 가운데 외상을 경험하고 심각한 심리적 고통을 겪었다고 보고한 377명을 대상으로 종교적 문제해결척도, 인생관점지표, 영적 의미척도, 외상후 질문지, 외상후 성장 척도를 통해 자료를 수집하고 구조방정식을 통해 종교적 대처방식과 외상후 성장 간에 삶의 의미의 매개모형을 검증하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 종교적 대처방식 가운데 협력형, 의탁형 대처방식과 외상 후 성장과의 관계에서 삶의 의미의 두 하위요인인 개인적 의미와 영적 의미는 유의미하게 외상후 성장을 예측하였다. 둘째, 종교적 대처방식과 외상후 성장의 관계에서 삶의 의미의 두 요인 중 영적 의미의 효과가 개인적 의미보다 더 높게 나타났다. 셋째, 자기주도형 대처방식과 외상후 성장 간의 관계에서 개인적 의미와 영적 의미의 부적 억제효과가 나타났다.

끝으로 본 연구 결과의 의의와 제한점 및 향후 연구 방향을 논의하였다.

핵심 주제어: 종교적 대처, 종교적 문제해결방식, 삶의 의미, 영적 의미, 외상후 성장

* 본 연구는 2011년도 가톨릭대학교 교비연구비의 지원으로 이루어졌음.

본 원고는 이정호(2011)의 석사학위 논문(지도교수 이희경)의 일부를 수정한 것임.

** 교신저자: 이희경, 경기도 부천시 원미구 역곡동 가톨릭대학교 심리학과

Tel: 02-2164-4296, E-mail: ahalee@catholic.ac.kr

I. 문제 제기

누구나 순조로운 삶을 살아가기 원하지만 현실의 삶은 끊임없는 역경과 도전 속에서 이루어진다. 어떤 사람들은 역경에 부딪혀 극복하기 어려운 고통을 겪고 좌절하기도 하지만 어떤 사람들은 이를 극복하고 더 큰 변화와 성장의 기회로 삼기도 한다. 일반적으로 역경에 대한 대처 과정에서 종교는 중요한 역할을 한다고 알려져 있다. 개인은 종교를 통해 자신의 고유한 삶의 의미와 삶 자체가 주는 초월적 의미, 즉 영적 의미를 통해 불안과 우울을 이기고 희망과 안녕을 얻는다.¹⁾ 그러나 종교성과 심리적 안녕감, 정신건강과의 관계에 대한 기존의 연구들은 항상 일치된 결과를 보이지 않았다. 이것은 종교성의 다차원적 구성개념을 협소하게 규정했거나 척도가 빈약했거나 혹은 종교성과 심리적 건강 사이에 제 3의 변수가 작용한 탓이기도 하다.²⁾

종교성과 여러 차원의 심리적 적응에 관한 선행연구들은 종교성이 영향을 미치는 요인과 관련하여 삶의 의미의 중요성을 제안하였다.³⁾ 개인은 영성과 초월성을 지향하기에 삶의 의미를 한 개인의 인생의 의미가 무엇인지 묻는 개인적 의미와 보편적인 차원에서 인생의 의미를 묻는 영적 의미로 구분하여 볼 수 있다.⁴⁾ 종교가 삶의 의미 형성에 중요한 역할을 하는 까닭은 개인에게 외상 경험을 설명하고 개인적 삶의 의미뿐 아니라 자기를 초월한 삶 자체의 의미, 확장된 수직-수평의 관계를 정립할 참조틀을 제공하기 때문이다. 개인적 의미는 개인 삶에 의미가 있는가하는 물음인데 비해 영적 의미는 개인적 의미를 이끌어내는 초월성을 갖고 있다.⁵⁾

그동안 종교적 대처방식과 심리적 적응의 관계를 살펴본 연구결과들이 다수 있었으나 종교적 대처방식이 삶의 의미 부여를 매개로 역경 이후 성장에 미치는 영향을 살펴본 연구는 없었다. 종교성의 다양한 개념 가운데 종교적 대처방식은 개인이 스트레스나 위기 상황을 이해하고 대처할 때 얼마나 종교와 관련짓는가에 초점을 맞추는데 스트레스나 위기 상황에서 개인의 정신건강에 직접적으로 영향을 미치는 것은 이러한 상황에서 선택하는 종교적 대처이다.⁶⁾ 따라서 종교성을 종교적 대처라는 방식으로 접근하여 살펴보는 것은 의미있다고 할 수 있다. 특히 종교인들이 인생의 심각한 외상사건을 극복하기 위해 취

1) Mascaro, N., & Rosen, D. H., "The role of existential meaning as a buffer against stress", *Journal of Humanistic Psychology*, 46, 2006, pp.168-189.

2) 조발그니·김병욱, 『가톨릭 청년의 종교성과 안녕감의 관계에서 종교대처의 조절효과 검증』, 『사회연구』 17(서울: 한국사회조사연구소, 2009), 83-109쪽.

3) Pargament, K. I., "Is religion nothing but ...? Explaining religion versus explaining religion away", *Psychological Inquiry*, 13, 2002, pp.239-244.

4) Mascaro, N., & Rosen, D. H., "Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms", *Journal of Personality*, 73(4), 2005, pp.985-1013.

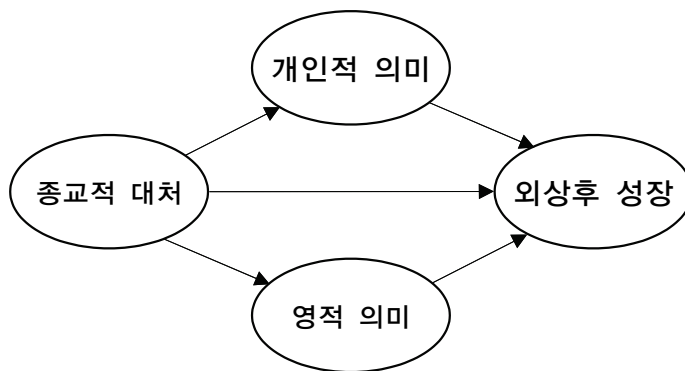
5) Mascaro, N., & Rosen, D. H., 앞의 글, pp.168-189.

6) 제석봉, 『종교대처와 정신건강』, 『종교연구』 26(서울: 한국종교학회, 2002), 25-42쪽.

하는 종교적 대처방식이 개인적 의미보다는 초월적인 영적 의미를 통해서 외상 후 성장에 더 큰 영향을 줄 것으로 생각된다. 따라서 본 연구에서는 역경 사건과 역경을 극복하고 성장하는데 주요한 의미 제공처인 종교성, 즉 종교적 대처와 삶의 의미와의 관계를 살펴보고자 한다.

이를 위해 다음과 같은 연구 가설을 설정하였다.

첫째, 종교적 대처방식과 외상후 성장 간의 관계를 삶의 의미의 하위 요인인 개인적 의미와 영적의미가 매개할 것이다. 둘째, 개인적 의미와 영적의미는 유의미하게 서로 다른 정도의 매개효과를 보일 것이다.



〈그림 1〉 연구모형

Ⅱ. 이론적 배경

1. 외상후 성장

최근 10여 년간 극심한 역경을 경험한 이후 고통을 극복하고 긍정적인 결과를 얻는 현상에 초점을 둔 연구들이 증가되고 있다. 특별히 신념, 삶의 우선순위, 대인관계 등을 포함하는 여러 영역에서 긍정적인 변화를 보고하는 경우가 많았다.⁷⁾ 이러한 변화의 현상을 ‘긍정적 심리적 변화’, ‘긍정적 변화’, ‘긍정적 소산’, ‘변형성 극복’, ‘스트레스 관련 성장’, ‘역경성 성장’, ‘외상후 성장’, ‘유익성 발견’ 등의 용어로 일컫고 있다.⁸⁾ 이처럼 다양한

7) Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G., “The post-traumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma”, *Journal of Traumatic Stress*, 9, 1996, pp.455-471; Park, C. L. & Helgeson, V. S., “Introduction to the special section: Growth following highly stressful life events-current status and future directions”, *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 74, 2006, pp.791-796.

8) 이현수, 『역경 속의 성장』(서울: 학지사. 2009), 135쪽.

용어가 사용되는 이유는 이러한 현상에 대해 견고하고 통합적으로 접근하는 이론이 아직 없고, 고통스런 상황에 대처하는 데 있어 외상후 성장의 역할을 명쾌하게 다룬 문헌이 부족하기 때문이다. 본 연구에서는 역경을 겪고 좌절과 심리적 고통에 빠지지 않고 성장 및 적응을 성취하는 현상을 일반적으로 일컫는 용어로서 ‘외상후 성장’(posttraumatic growth)을 사용하고자 한다.

외상후 성장이란, 외상 경험의 여파에 대처하기 위한 시도의 결과로서 발생하는 긍정적인 변화를 의미한다.⁹⁾ 여기서 말하는 외상은 주관적으로 지각한 ‘삶의 위기’나 지진처럼 ‘삶을 뒤흔드는 사건’으로 부정적 심리적 결과를 유발하는 아주 높은 수준의 스트레스를 만들어내는 사건이며 외상 경험은 이러한 사건들을 직간접으로 경험하는 것으로 자연재해, 전쟁, 테러, 교통사고, 이혼, 암 등 신체적, 정신적 학대, 폭력 경험 등을 포함한다. 또한, 외상후 성장은 외상 사건이나 위기 사건을 겪은 후에 주관적으로 지각하게 되는 긍정적인 심리적 변화이며, 여기에서의 변화란 외상 사건 이전의 기능 수준으로의 회복을 넘어서는 성장을 의미한다. 즉, 외상후 성장은 외상후 스트레스장애와는 달리 외상후 스트레스 반응을 인지적 통합을 통해 긍정적 방향으로 극대화한 상태이면서 주관적으로 지각한 결과라고 할 수 있다.¹⁰⁾

외상후 성장에서 바라보는 ‘성장’은 세 가지 차원에서 논의가 된다.¹¹⁾ 첫째, 대인 관계의 질적 향상을 가져오며 둘째, 자기 자신을 바라보는 전망의 변화를 가져온다. 그리고 셋째, 생활 태도, 신념, 철학의 변화를 가져온다. 외상사건을 겪게 되면 사람들은 인생과 세상에 대해 가졌던 기본적인 도식에 의문을 품게 되고 결과적으로 대개는 고통과 불안에 직면하게 되는데 이처럼 혼란스런 기존 도식에 대하여 새로운 도식이 발전하게 된다. 삶의 도식은 개인이 지각한 자기, 세상에 대한 의미에 바탕을 두고 있는데 의미와 외상후 성장과의 관계에 대해 다음과 같이 종합적으로 말할 수 있다: ㄱ) 사람들은 개개인의 경험과 동기에 대한 인지적 틀을 제공하는 보편적 의미라고 일컬을 수 있는 지향성 구조를 지니고 있으며; ㄴ) 스트레스를 받는 상황에 직면했을 때 개인은 보편적 의미에 비추어 상황을 평가하고 수용 가능한 의미를 찾는다; ㄷ) 상황에 대해 평가된 의미가 그들의 보편적 의미와 불일치하는 정도에 따라 심리적 고통을 겪게 되는 정도가 다르다; ㄹ) 불일치로 인한 심리적 고통은 의미부여 과정을 시작하게 한다; ㅁ) 상황에 대한 의미를 추구하는 시도를 통해 개인은 상황 평가의 의미와 보편적 의미 사이의 불일치를 감소시키

9) Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G., “Posttraumatic growth: Conceptual issues”, In R. G. Tedeschi, C. L. Park, & L. G. Calhoun (eds.), *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis* (Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1998), pp.1-22.

10) Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. “Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence”, *Psychological Inquiry*, 15, 2004, pp.1-18.

11) Joseph, S., & Linley, P. A., “Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice”, *Clinical Psychology Review*, 26, 2006, pp.1041-1053.

는 동시에 세상과 자신의 삶이 여전히 가치롭다는 감각을 복구하고자 시도한다; ㄷ) 이 과정이 성공적일 때 스트레스 사건에 보다 잘 적응하게 된다.¹²⁾

극심한 스트레스 사건을 대처하는 데 있어서 의미를 찾고 이해하는 것은 중요하다. 스트레스 대처의 가장 중심요소는 의미 부여이고¹³⁾ 외상은 자아와 세계에 대한 전망을 위협하거나 뒤흔들어놓기 때문에 의미의 재형성이 필요하기 때문이다. 의미의 형성은 개인으로 하여금 새로운 목적, 신념을 재구성하게 만들며 이러한 과정을 통해 개인은 성장했다는 지각을 하게 된다. 외상 사건에 직면한 개인이 의미를 발견하고자 하는 시도 중의 하나는 종교와 영성을 통해서이다.¹⁴⁾

2. 종교적 대처

종교는 사람들이 삶의 문제를 이해하고 예측하고 통제하는 데 하나의 준거체계로 작용한다.¹⁵⁾ 종교적 대처란 스트레스를 겪을 때, 신성한 것과 연관된 방법으로 의미 있음을 추구하거나 스트레스나 위기 상황에서 개인이 취하는 종교적 신념이나 행동을 의미한다.¹⁶⁾ 지난 10여 년간 종교적 대처는 정신병과 심리치료와 더불어 관심을 불러일으키고 있으며 많은 연구가 이루어지고 있다. 종교적 대처와 심리적 건강과의 관계가 주목을 받는 이유는 첫째, 스트레스나 위기가 안녕감에 큰 영향을 미침에도 불구하고 기존의 연구는 대부분 일상생활의 차원에 머물러 심각한 스트레스나 위기상황에서 종교적 대처 유형의 영향을 연구하지 않았기 때문이고 둘째, 심각한 스트레스나 위기에 처했을 때 일반적인 종교성보다 구체적인 종교적 대처방식이 결과를 예언하는데 더욱 정확하기 때문이다. 셋째, 스트레스 상황에서 개인의 안녕감에 직접적인 영향을 미치는 것은 종교적 대처방식이기 때문이다.¹⁷⁾

종교적 대처방식은 협력형, 의탁형, 자기주도형¹⁸⁾으로 구분할 수 있는데 협력형은 문제

12) Park, C. L., "Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events", *Psychological Bulletin*, 136(2), 2010, pp.257-301.

13) Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R., "Assessment and prediction of stress-related growth", *Journal of Personality*, 64, 1996, pp.71-105.

14) Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G., 앞의 글, pp.1-22.

15) Spilka, B., Shaver, P., & Kirkpatrick, L., "A general attribution theory for the psychology of religion", *Journal for the Scientific Study of Religion*, 24, 1985, pp.1-20.

16) Pargament, K. I. & Brant, C. R., "Religion and coping", In H.G. Koenig (ed.), *Handbook of Religion and Mental Health* (London: Academic Press, 1998a), pp.111-128; 반신환, 「대학생의 종교와 종교적 대처: 내담자의 종교」, 『한국기독교 상담학회지』 11(서울: 한국기독교상담학회, 2006), 139-155쪽.

17) 제석봉, 앞의 글, 25-42쪽.

18) Pargament, K. I., Kennell, L., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J., & Jones, W., "Religion and the problem-solving process: Three styles of coping.", *Journal of the Scientific Study of*

해결의 책임이 본인과 신에게 있다고 생각하고 문제에 처했을 때 신의 뜻을 생각하며 본인이 적극적으로 해결하려는 유형이다. 의탁형은 문제해결의 책임을 신에게 전가하고 본인은 적극적으로 나서지 않으며 신이 문제를 해결해주리라 기대하는 유형이다. 자기주도형은 신이 인간에게 자유와 책임을 부여했다는 신념으로 문제를 해결할 때 자기 힘으로 해결하려는 유형이다.¹⁹⁾

심각한 스트레스 사건에 대한 종교적 대처가 유익한 역할을 한다는 것이 경험적인 여러 연구에서 밝혀졌다.²⁰⁾ 걸프전으로 인해 심한 스트레스를 받는 대학생들을 대상으로 한 연구에서 긍정적 종교적 대처는 낮은 수준의 고통과, 부정적 종교적 대처는 높은 수준의 고통과 상관관계가 있음을 보여주었다.²¹⁾ 또한 오클라호마 시의 폭탄테러를 겪은 신자들을 대상으로 한 연구에서는 긍정적 종교적 대처를 하는 경우, 외상후 스트레스 장애가 적게 나타난다는 것을 보고하였다. 반면 부정적 종교적 대처를 하는 경우 외상 후 스트레스 장애가 심하게 나타났다.²²⁾ 같은 연구에서 지난 3년 동안 부정적 사건을 경험한 대학생들의 경우에는 긍정적 종교적 대처를 할수록 정신 신체적 증상이 더 적고 스트레스 경험 후에도 긍정적 결과를 얻게 된다는 것을 보여주었다. 또한 정신병원 입원 환자들의 경우, 긍정적인 종교적 대처를 할수록 협동심이 높고 우울 경향이 더 낮았다. 암환자의 보호자들을 대상으로 한 연구에서도 긍정적인 종교적 대처 전략이 외상후 성장과 관련되며 가장 강력한 외상후 성장의 예언변인임을 밝혔다.²³⁾ 이는 긍정적인 종교적 대처가 외상후 성장에 있어서 중요한 기제 중의 하나임을 시사하고 있다.

Religion, 27, 1988, pp.90-104.

- 19) 제석봉 · 이성배, 『종교성향검사의 개발과 종교적성향이 적응 및 종교적 문제해결에 미치는 영향』, 『대구효성가톨릭대학교 연구논문집』 52(2) (대구: 대구효성가톨릭대학교, 1996), 53-76쪽.
- 20) McIntosh, D. N., Silver, R. C., & Wortman, C. B., "Religion's role in adjustment to a negative life event: Coping with the loss of a child", *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1993, pp.812-821; Weaver, A. J., Koenig, H. G., and Ochberg, F. M., "Posttraumatic stress, mental health professionals, and the clergy: A need for collaboration, training, and research", *Journal of Traumatic Stress*, 9, 1996, pp.847-856.
- 21) Pargament, K. I., Ishler, K., Dubow, E., Stanik, P., Rouiller, R., Crowe, P., Cullman, E., Albert, M., & Royster, B., "Method of religious coping with the Gulf War: Cross-sectional and longitudinal Analyses", *Journal for The Scientific Study of Religion*, 33, 1994, pp.347-361.
- 22) Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. M., "Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors", *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(4), 1998b pp.710-724.
- 23) Thombre, A., Sherman, A.C., & Simonton, S., "Religious coping and posttraumatic growth among family caregivers of cancer patients in India", *Journal of Psychosocial Oncology*, 28(2), 2010, pp.173-188.

3. 삶의 의미

사람들은 자신을 이해하고 그들을 둘러싸고 있는 세상을 이해하고자 하는 강한 욕구를 가지고 있다. 삶의 의미란, ‘방향감, 질서감이 있고 존재의 이유가 있고 명확한 개인적인 정체감을 가지고 사회적 의식을 갖는 것’을 뜻한다.²⁴⁾ 그래서 삶의 의미를 정의하는 것은 다양하지만 의미가 있는 삶이 진정한 삶이라는 데에 일치한다.²⁵⁾ 프랭클에 의하면 인간은 본질적으로 의미를 추구한다. 의미추구가 강하고 지속적일수록 건강하며 의미추구가 중단되거나 좌절되면 건강하지 못하다고 본다. 다른 어떤 욕구에 비해서 가치 있는 것은 삶의 의미를 추구하는 것이다.²⁶⁾ 그러나 개인이 삶의 의미를 발견할 고유한 동기를 깨닫지 못할 때, 즉, 쾌락과 권력을 추구하기 위해 삶의 뒷자리에 몰려앉아 있을 때, 그리고 독특한 추구의 방법인 목적을 찾지 못할 때면 실존적 공허라고 일컫는 상태를 겪게 된다. 그리고 이렇게 공허감을 느끼는 사람은 심각한 삶의 스트레스에 직면하게 되고 이는 실존적 신경증을 촉발하게 된다.²⁷⁾

삶의 의미가 지향하는 궁극적 목적에 대해서는 여러 견해가 있어왔으나 프랭클에 따르면 인생의 의미란 유기체의 잠재성의 충족과 같은 자아실현에서 오는 것이 아니라 세계와의 관계 속에서 그 자신을 넘어서는 목적을 발견하는 자아초월이며 이것이 건강한 사람이 도달 할 수 있는 최고의 상태로서 가장 인간다운 모습이라고 말하고 있다.²⁸⁾

삶의 의미는 스트레스 상황에서 적응적인 대처 방식을 촉진한다.²⁹⁾ 그러나 삶의 의미를 추구한다는 자체가 심리적 안녕감이나 적응을 가져오는 것이 아니라 의미를 발견하고 충족하였다는 것이 심리적 적응 및 안녕감을 가져온다고 할 수 있다.³⁰⁾ 개인의 삶에 있어서 충분한 의미의 발견 및 충족은 프랭클이 말하듯이 세계와의 관계 속에서 개인을 넘

24) Reker, G. T., “Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning”, In G.T. Reker & K. Chamberlain (eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2000), pp.39-58.

25) Kenyon, G. M., “Philosophical foundations of existential meaning”, In G. T. Reker & K. Chamberlain (eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (Thousand Oaks, CA: Sage, 2000), pp. 7-22.

26) Frankl, V. E., *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy* (New York: Washington Square Press, 1963).

27) Debats, D. L., Drost, J., & Hansen, P., “Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach”, *British Journal of Psychology*, 86, 1995, pp.359-375.

28) Frankl, V. E., “Self-transcendence as a human phenomenon”, *Journal of Humanistic Psychology*, 6, 1966, pp.97-106.

29) Park, C. L., & Folkman, S., “Meaning in the context of stress and coping”, *Review of General Psychology*, 1(2), 1997, pp.115-144.

30) Steger, M. F., & Frazier, P., “Meaning in life: One link in the chain from religiousness to well-being”, *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 2005, pp.574-582.

어선 삶 자체의 목적을 발견하는 자아 초월의 단계, 즉 영성적 단계와 연관될 수 있다. 따라서 가장 충만한 삶의 의미는 자아를 초월하는 영성적 단계와 관련되며 실존적 삶의 의미는 개인적 의미와 영적 의미로 구분하여 살펴볼 필요가 있다.³¹⁾ 개인적 의미는 자신의 고유한 삶의 목적과 방향을 인식하는 것이고, 영적 의미는 인생 그 자체를 얼마나 의미가 있다고 보는지 그리고 자신이 믿고 있는 인생 전체에 걸쳐 있는 힘으로부터 개인적 의미를 얼마나 얻어내는지의 정도를 평가하는 것이다. 이러한 보편적 삶에 대한 물음은 초월적 존재에 대한 인식과 초월적 질서에 대한 자각과 관련이 있다.

지금까지의 많은 연구들은 개인적 의미와 영적 의미 모두 심리적 안녕감을 향상시킨다는 것을 보여주고 있다. 마스카로와 로젠은 영적 의미 수준이 낮은 사람들에게는 스트레스와 우울의 상관이 높았으나 영적 의미 수준이 높은 사람들에게는 스트레스와 우울 간에 유의한 상관이 나타나지 않았다고 보고하면서 영적 의미가 스트레스에 완충 작용을 한다는 것을 보여준다고 말한다.³²⁾ 이 같은 결과는 영적 의미가 심리적 안녕에 대해 갖는 영향력이 개인의 정신건강 전반에 폭넓은 긍정적 효과를 끼친다는 것을 시사하고 있다.³³⁾ 따라서 개인적 의미와 영적 의미는 밀접한 관계에 있으나 심각한 스트레스 사건을 경험한 이후 삶의 개인적 의미와 영적 의미는 외상 후 적응과 성장에도 서로 다른 정도의 영향을 줄 것이며 특히 영적 의미의 영향력이 클 것이라는 것을 가정할 수 있다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구대상

서울과 경기도의 천주교회와 개신교회에서 미사/예배에 참여한 신자들을 대상으로 설문 조사를 실시하여 외상사건의 주관적 고통의 정도가 집단 전체의 평균($M=6.0$) 이상인 377명을 최종 분석 대상에 포함시켰다. 참가자들의 성별은 남자 94명(24.9%), 여자 283명(75.1%)으로 구성되어 있다. 종교는 천주교가 315명(83.6%), 개신교가 62명 (16.4%)이고 연령은 만 17세부터 만 83세까지로 평균 연령은 54.37세($SD=10.56$)였다. 참가자 가운데 41세부터 66세가 68.7%를 차지하고 있다.

31) Mascaro, N., Rosen, D. H., & Morey, L. C., "The development, construct validity, and clinical utility of the Spiritual Meaning Scale", *Personality and Individual Differences*, 37, 2004, pp.845-860.

32) Mascaro, N., & Rosen, D. H. "The role of existential meaning as a buffer against stress", *Journal of Humanistic Psychology*, 46, 2006, pp.168-189.

33) 조성훈·안창일·이현수, 「한국판 영적 의미 척도의 타당화 연구」, 『한국심리학회지: 일반』 28 (서울: 한국상담심리학회, 2009), 687-705쪽.

2. 측정도구

1) 종교적 대처 척도

종교적 대처를 측정하기 위하여 종교적 문제해결 척도(Religious Problem-Solving Scale: RPSS)를 사용하였다. 종교적 문제해결 척도는 파거먼트 등³⁴⁾이 삶의 문제를 해결하는 전략을 측정하기 위해 개발한 18문항 5점 리커트 척도의 자기보고식 검사이다. 본 연구에서는 조발그니³⁵⁾가 번안한 것을 사용하였다. 종교적 문제해결방식은 협력형, 의탁형, 자기주도형의 하위 요인으로 구성되어 있다. 협력형은 6문항으로 문제해결의 통제력이 개인과 신에게 있다고 생각하고 문제해결의 공동책임을 진다는 태도이다(예: 어려운 상황에 처했을 때 신의 뜻을 생각하면서 스스로 좋은 방안을 선택하려고 노력한다). 의탁형은 6문항으로 문제해결의 책임을 신에게 전가하고 본인은 적극적으로 나서지 않는 태도이다(예: 나 혼자서 문제를 해결할 방안을 찾지 않고 신께서 해결할 방법을 찾아주시리라 생각하고 맡긴다). 자기주도형은 6문항으로 신이 개인에게 책임과 자유를 부여하였으므로 문제의 해결책임과 통제력은 자신에게 있다는 태도를 반영한다(예: 신은 내 문제를 해결할 행동을 취하지 않으므로 내 자신이 실행해야 한다). 조발그니의 연구에서 신뢰도는 협력형이 .88, 의탁형이 .81, 자기주도형이 .87이며 본 연구에서는 협력형이 .86, 의탁형이 .84, 자기주도형이 .86였다.

2) 삶의 의미 척도

(1) 개인적 의미 척도

삶의 의미 가운데 개인적 의미를 측정하기 위하여 인생관점지표-체계(LRI-Framework: Life Regard Index-Framework)를 사용하였다. 인생관점지표-체계는 바티스타와 아몬드³⁶⁾가 개인적 의미를 측정하기 위해 개발하였다. 이를 데바트³⁷⁾이 수정하였는데 14문항 5점 리커트 척도의 자기보고식 검사이다(예: 나는 삶에 대해 일관되고 체계적인 원칙을 갖고 있다). 인생관점지표-체계는 삶에 대한 틀과 철학을 갖고 있는가에 대한 인지적 측면만을 다루며 정서적 요소들은 배제되어 있다. 본 연구에선 심미성³⁸⁾이 번안한 것을 사용

34) Pargament, K. I., Kennel, J., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J., & Jones, W., 앞의 글, pp.90-104.

35) 조발그니 · 김병욱, 앞의 글, 83-109쪽.

36) Battista, J., & Almond, R., "The development of meaning in life", *Psychiatry*, 36, 1973, pp.409-427.

37) Debats, D. L., "Measurement of personal meaning: The psychometric properties of the life regard index", In P. T. P. Wong & P. S. Fry (eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum, 1998), pp.237-260.

하였다. 심미성의 연구에서 한국판 인생관점지표 - 체계의 신뢰도는 .83이었다. 본 연구에서는 .82였다.

(2) 영적 의미 척도

삶의 의미 가운데 영적 의미를 측정하기 위하여 영적 의미 척도(Spiritual Meaning Scale: SMS)를 사용하였다. 영적 의미 척도는 마스카로 등³⁹⁾이 개발한 15문항 5점 리커트 척도의 자기보고식 검사이다(예: 이 세상은 어떠한 목적에 의해 움직이고 있다). 영적의미의 구성개념은 삶을 기능하게 하는 어떤 힘(혹은 삶 그 자체)이 자신의 삶에 목적, 의도, 방향을 갖고 있다는 믿음의 정도로 정의된다. 이 개념은 삶 자체가 갖고 있는 의미를 개인이 발견할 수 있고 특정한 목적을 이루기 위한 사명감 혹은 소명의 방식으로 삶에 참여한다는 인식을 포함한다. 본 연구에서는 심미성⁴⁰⁾이 번안한 것을 사용하였다. 심미성의 연구에서 신뢰도는 .87이었고 본 연구에서 신뢰도는 .86이었다.

3) 외상 경험 질문지

외상 사건의 유형 및 강도를 알아보기 위해 주요 외상 사건들을 총 17가지 항목으로 분류하여 제시했다. 이 밖에도 외상 사건이 발생한 시기와 외상 사건이 발생했을 당시, 그리고 현재 얼마나 고통스럽고 괴로웠는지 7점 리커트 척도(1점: 전혀 고통스럽지 않음, 4점: 보통, 7점: 매우 고통스러웠음)로 응답하도록 했다.

4) 외상 후 성장 척도

외상 후 성장을 측정하기 위하여 외상후 성장 척도(Post-Traumatic Growth Inventory: PTGI)를 사용하였다. 외상 후 성장 척도는 테데치와 칼룬⁴¹⁾이 외상사건을 겪은 후 사람들이 보고하는 긍정적 변화들을 평가하기 위해 개발한 21문항 6점 척도의 자기보고식 검사이다. 5가지 하위 요인으로 나뉘는데, 새로운 가능성의 발견(예: 나는 새로운 것에 관심을 갖게 되었다), 대인관계의 깊이 증가(예: 나는 이웃의 필요성을 이전보다 더 인정하게 되었다), 자가지각의 변화(예: 나는 생각했던 것보다 나 자신이 강하다는 것을 알게 되었다), 삶에 대한 감사(예: 나는 매일매일에 대해 더 감사하게 되었다), 영적 관심의 변화(예: 영적/정신적세계에 대한 이해가 더 커졌다) 등이다. 본 연구에서는 송승훈⁴²⁾이 표준

38) 심미성, 『스트레스 완충자원으로서 삶의 의미의 역할』(가톨릭대학교대학원 석사학위논문, 2006), 32-34쪽.

39) Mascaro, N., Rosen, D. H., & Morey, L. C., 앞의 글, pp.845-860.

40) 심미성, 앞의 글, 34-35쪽.

41) Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G., "Postraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence", *Psychological Inquiry*, 15, 2004, pp.1-18.

42) 송승훈, 『한국판 외상후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구』, 『한국심리학회지: 건강』 14(1) (서울: 한국상담심리학회, 2007), 193-214쪽.

화한 것을 사용하였다. 본 연구에서는 개인적 의미와 영적 의미를 별개의 변인으로 측정하므로 과대상관을 피하기 위해 외상후 성장 척도의 하위 요인 중 영적변화는 제외하고 분석하였다. 송승훈의 연구에서 신뢰도는 .92였다. 본 연구에서 신뢰도는 .95이었다.

3. 연구절차

본 연구에서는 서울과 경기도 지역 천주교 신자와 개신교 신자를 대상으로 네 차례에 걸쳐 설문을 실시하였다. 실시 방식은 주일과 주간 미사/예배 시간에 연구자가 방문하여 안내를 하고 미사/예배 후에 종교적 문제해결 척도, 개인적 의미척도, 영적 의미척도 그리고 외상후 성장 척도를 소책자로 구성한 설문지를 배포하고 응답하게 했으며 연구자가 직접 배부 및 수거하였다. 실시 시간은 30분이었다.

4. 분석방법

자료 분석은 SPSS 18.0와 연구모형을 평가하기 위해 AMOS 18.0을 사용하였다. 모형을 평가하기 위한 적합도 지수는 χ^2 와, *CFI*(Comparative fit index), *TLI*(Tucker-Lewis Index), *RMSEA*(Root mean square error of approximation)를 사용하였다.

IV. 결 과

1. 주요 변인들의 상관관계

본 연구의 주요 변인인 종교적 대처(협력형, 의탁형, 자기주도형), 삶의 의미(개인적 의미, 영적 의미), 외상후 성장 간의 관련성을 알아보기 위하여 상관분석을 실시하였다. 그 결과, 종교적 대처 중 협력형, 의탁형은 개인적 의미, 영적 의미, 외상후 성장과 유의미한 정적상관을 보였으나 종교적 대처 중 자기주도형 대처는 협력형, 의탁형, 개인적 의미, 영적 의미, 외상후 성장과 부적상관을 보였다. 의탁형 대처는 협력형 대처와 높은 상관을 보이는 것으로 나타났다. 또한 개인적 의미와 영적 의미는 높은 상관을 보였다. 외상후 성장은 자기주도형 대처를 제외하고는 모든 변인들과 유의미한 상관관계를 보였다. 각 변인들의 상관계수는 <표 1>에 제시하였다.

〈표 1〉 종교적 대처와 삶의 의미, 외상후 성장간의 상관계수

	1	2	3	4	5	6
1. 협력형	—					
2. 의탁형	.76**	—				
3. 자기주도형	-.26**	-.37**	—			
4. 개인 의미	.29**	.51**	-.35**	—		
5. 영적 의미	.26**	.45**	-.32**	.76**	—	
6. 외상후 성장	.36**	.47**	-.19**	.49**	.49**	—

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

2. 외상 사건의 유형과 빈도

본 연구 참여자들이 경험한 외상사건 유형과 빈도를 알아본 결과, 외상사건을 경험한 시기는 1년 내 25명(9.8%), 1년에서 3년 사이가 69명(18.3%), 3년에서 10년 사이가 103명(27.3%), 10년 이상이 168명(44.5%)였다. 외상 사건의 유형 중 가장 많이 경험한 사건은 사랑하는 사람의 사망으로 총 377명 중 88명(23.3%)이 응답하였다. 사랑하는 사람의 질병이 50명(13.3%), 재정적 어려움(부도, 파산, 신용불량 등)이 48명(12.7%), 배신 충격(거짓말, 외도, 속임, 사기 등)이 40명(10.6%) 순으로 나타났다. 경험한 외상 사건에 대해서는 복수응답이 가능하도록 하였고 가장 큰 외상 사건으로 하나를 선택하도록 하였는데 중복 응답한 결과와 비율이 크게 다르지 않았다. 외상사건 유형과 빈도 분석 결과를 〈표 2〉에 제시하였다.

〈표 2〉 참가자들이 경험한 외상 사건 유형과 빈도

외상사건 유형	경험 빈도	%	가장 큰 외상사건	%
1. 사고 및 상해(교통사고, 산업재해, 화재, 폭발 등)	58	7.5	19	5.0
2. 자연재해(홍수, 지진, 폭설 등)	21	2.7	1	.3
3. 구타, 폭행, 강도 등의 범죄 피해	15	1.9	4	1.1
4. 성추행 및 성폭력	13	1.7	4	1.1
5. 본인의 심각한 신체 질병	69	9.0	35	9.3
6. 사랑하는 사람의 질병	92	12.0	50	13.3
7. 사랑하는 사람의 사망	134	17.4	88	23.3
8. 대인관계 파탄(이별, 실연, 절교)	41	5.3	25	6.6
9. 적응의 어려움(학교, 사회, 군대에서 따돌림, 소외)	35	4.6	14	3.7
10. 이혼 및 별거(본인 및 부모)	21	2.7	13	3.2
11. 학업, 과업 문제(낙방, 실패, 좌절 등)	54	7.0	14	3.7
12. 배신 충격(거짓말, 외도, 속임, 사기 등)	89	11.6	40	10.6

13. 재정적 어려움(부도, 파산, 신용불량 등)	85	11.0	48	12.7
14. 실직, 구직의 어려움	32	4.2	19	5.0
15. 어린 시절의 학대	7	.9	2	.5
16. 기타	3	.4	2	.5
계	769	100.0	377	100.0

3. 매개모형 및 매개효과 검증

본 연구에서 제시한 가설적 모형은 종교적 대처방식(협력형, 의탁형, 자기주도형)과 외상후 성장의 관계를 삶의 의미의 두 하위 요인인 개인적 의미와 영적 의미가 매개하리라는 것이었다. 이를 밝히기 위하여 구조방정식 모형검증을 실시하였다. 그 결과는 다음과 같다.

1) 협력형 대처방식과 삶의 의미, 외상후 성장의 매개모형

협력형 대처방식의 매개모형을 검증한 결과 전반적인 모형의 적합도를 평가하는 적합도 지수 통계치가 $\chi^2=378.606$, $df=164$, $TLF=.925$, $CFI=.932$, $RMSEA=.065$ 로 나타났다. 협력형 대처가 개인적 의미에 미치는 경로는 유의($\beta=.68$, $p<.001$)하였고 개인적 의미가 외상후 성장에 미치는 경로도 유의($\beta=.18$, $p<.01$)하였다. 협력형 대처가 영적 의미에 미치는 경로($\beta=.61$, $p<.001$), 영적 의미가 외상후 성장에 영향을 미치는 경로($\beta=.35$, $p<.001$)가 유의미하게 나타났으며 협력형 대처가 외상후 성장에 미치는 경로($\beta=.24$, $p<.01$)가 모두 유의미하게 나타났다. 연구모형의 적합도 결과는 <표 3>에 제시하였고 분석결과는 <표 4>에 제시하였다.

개인적 의미와 영적 의미 각각의 매개효과의 유의성을 검증하기 위하여 Sobel 검증을 실시하였다. 종교적 대처방식 중 협력형 대처와 외상후 성장 사이에서 개인적 의미의 매개효과는 Z값이 2.567이므로 $\alpha=.05$ 수준에서 유의하였고 협력형 대처와 외상후 성장 사이에서 영적 의미의 매개효과는 Z값이 4.343이므로 $\alpha=.001$ 수준에서 유의하였다. 따라서 협력형 대처와 외상후 성장 간에 개인적 의미와 영적 의미가 이를 매개할 것이라는 첫째 가설이 검증되었다. 그리고 개인적 의미와 영적 의미가 외상후 성장에 미치는 영향의 t값의 차이는 2.381이므로 $p<.05$ 수준에서 매개효과의 차이가 유효하였다. 따라서 협력형 대처와 외상후 성장과의 관계에서 개인적 의미와 영적 의미는 서로 다른 정도의 매개효과를 보일 것이라라는 둘째가설이 검증되었다. 즉, 영적 의미가 개인적 의미보다 더 큰 매개효과를 갖는 것으로 나타났다.

2) 의탁형 대처와 삶의 의미, 외상후 성장의 매개모형

의탁형 대처방식의 매개모형을 검증한 결과 전반적인 모형의 적합도를 평가하는 적합도 지수 통계치가 $\chi^2=378.566$, $df=164$, $p=.000$, $CFI=.924$, $TLI=.911$, $RMSEA=.076$ 을 나타내고 있다. 의탁형 대처가 개인적 의미에 미치는 경로($\beta=.53$, $p<.001$), 영적 의미에 미치는 경로($\beta=.47$, $p<.001$)와 개인적 의미가 외상후 성장에 영향을 미치는 경로($\beta=.26$, $p<.001$), 영적 의미가 외상후 성장에 미치는 경로($\beta=.39$, $p<.001$)가 유의미하게 나타났다. 의탁형 대처가 외상후 성장에 미치는 경로($\beta=.17$, $p<.05$)도 유의미하였다. 연구모형의 적합도 결과는 <표 3>에 제시하였고 분석결과는 <표 4>에 제시하였다.

개인적 의미와 영적 의미 각각의 매개효과가 유의성을 검증하기 위하여 Sobel 검증을 실시하였다. 의탁형 대처와 외상후 성장 사이에서 개인적 의미의 매개효과는 Z값이 3.588이므로 $\alpha=.001$ 수준에서 유의하였고 의탁형 대처와 외상후 성장 사이에서 영적의미의 매개효과는 Z값이 4.465이므로 $\alpha=.001$ 수준에서 유의하였다. 따라서 의탁형 대처와 외상후 성장 간에 개인적 의미와 영적 의미가 이를 매개할 것이라는 첫째 가설이 검증되었다. 그리고 개인적 의미와 영적 의미가 외상후 성장에 미치는 영향의 t값의 차이는 2.081이므로 $p<.05$ 수준에서 매개효과의 차이가 유효하다는 것을 알 수 있다. 따라서 의탁형 대처와 외상후 성장과의 관계에서 개인적 의미와 영적 의미는 서로 다른 정도의 매개효과를 보일 것이라라는 둘째 가설이 검증되었다. 즉, 영적 의미가 개인적 의미보다 더 큰 매개효과를 갖는 것으로 나타났다.

3) 자기주도형 대처와 삶의 의미, 외상후 성장의 매개모형

자기주도형 대처방식의 매개모형을 검증한 결과모형의 검증 결과, 모형의 적합도 지수가 $\chi^2=330.848$, $df=164$, $p=.000$, $CFI=.905$, $TLI=.902$, $RMSEA=.087$ 을 나타내고 있다. 자기주도형 대처가 개인적 의미에 미치는 경로는 유의($\beta=.35$, $p<.001$)하였고 개인적 의미가 외상후 성장에 미치는 경로도 유의($\beta=.35$, $p<.001$)하였다. 자기주도형 대처가 영적 의미에 미치는 경로($\beta=.34$, $p<.001$), 영적 의미가 외상후 성장에 영향을 미치는 경로($\beta=.42$, $p<.001$)가 유의미하게 나타났다. 자기주도형 대처가 외상후 성장으로 직접 가는 경로는 유의하지 않아 개인적 의미와 영적 의미가 자기주도형 대처와 외상후 성장 사이를 부적으로 완전 매개하는 것이 더욱 적합하다고 나타났다. 연구모형의 적합도 결과는 <표 3>에 제시하였고 분석결과는 <표 4>에 제시하였다.

자기주도형 대처는 직접 외상 후 성장에 영향을 주기보다는 개인적 의미 혹은 영적 의미의 완전매개를 통해서 영향을 준다고 나타났다. 또한 개인적 의미와 영적 의미가 외상후 성장에 미치는 영향의 t값의 차이는 1.040이므로 그 차이가 유의하지 않았다. 따라서 자기주도형 대처와 외상후 성장과의 관계에서 개인적 의미와 영적 의미가 서로 다른 정도의 매개효과를 가질 것이라는 가설의 예측과는 다른 결과를 나타냈다.

〈표 3〉 매개모형 적합도

모형	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
협력형	378.606	164	.925	.932	.065
의탁형	378.566	164	.911	.924	.076
자기주도형	330.848	164	.902	.905	.087

〈표 4〉 매개모형의 경로계수

모형	경로	Estimate	S.E.	C.R.	p	Estimate (표준화)
협력형 대처	→ 개인 의미	1.058	.101	10.444	***	.676
	대처방식 → 영적 의미	.406	.047	8.606	***	.613
	→ 외상후 성장	.854	.291	2.938	.003	.243
	개인 의미 → 외상후 성장	.413	.156	2.647	.008	.184
	영적 의미 → 외상후 성장	1.869	.372	5.028	***	.352
의탁형 대처	→ 개인 의미	1.271	.186	6.818	***	.530
	대처방식 → 영적 의미	1.080	.170	6.352	***	.468
	→ 외상후 성장	.874	.362	2.416	.016	.165
	개인 의미 → 외상후 성장	.565	.134	4.207	***	.257
	영적 의미 → 외상후 성장	.885	.141	6.288	***	.386
자기주도형 대처	→ 개인 의미	-.815	.143	-5.678	***	-.352
	대처방식 → 영적 의미	-.754	.138	-5.478	***	-.339
	→ 외상후 성장	.013	.286	.361	.718	.019
	개인 의미 → 외상후 성장	.731	.115	6.327	***	.346
	영적 의미 → 외상후 성장	.912	.124	7.367	***	.416

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

V. 결론 및 논의

본 연구는 삶의 역경을 겪은 사람들 가운데 어떤 이들은 좌절과 고통에 빠지고 어떤 이들은 이를 극복하고 오히려 성장하는 모습을 보면서 무엇이 이들로 하여금 역경을 극복하고 적응 혹은 성장에 이르렀는지에 대한 물음으로 시작되었다. 외상사건을 극복하기 위해 다수의 사람들이 종교에서 힘과 위안을 얻고 종교적으로 대처하고, 종교성은 다양한 기제를 통해서 성장과 적응 그리고 안녕감에 영향을 미친다는 선행 연구결과들을 토대로 종교성과 외상후 성장 사이에서 삶의 의미가 외상후 성장을 예언하는 변인인지를 확인하고자 하였다. 이를 위해 예배의식에 참여한 그리스도교신자의 종교적 문제해결 방식과 개인적

의미, 영적 의미, 외상후 성장 간의 관계를 구조방정식 모델을 이용하여 살펴보았다.

결과는 다음과 같다. 첫째, 종교적 대처방식과 외상후 성장 간의 관계를 개인적 의미와 영적 의미가 매개할 것인가 하는 연구문제에 대해서 협력형, 의탁형 대처방식과 외상후 성장과의 관계에서는 개인적 의미와 영적 의미는 유의미하게 매개효과를 보이는 것으로 나타나 첫 번째 가설이 부분적으로 검증되었다. 종교인들이 신과의 깊은 연관을 갖고 외상사건에 대해 신과 함께 혹은 신에게 의지하여 문제를 이해하고 극복하려는 시도는 삶의 의미와 목적을 분명하게 하고 이는 스트레스 혹은 외상 상황에서 적응적 또는 성장의 변화를 예측한다는 것으로 해석할 수 있다. 그러나 자기주도형 대처방식과 외상후 성장 사이에서 개인적 의미와 영적 의미가 유의미하게 매개할 것이라고 예측하였는데 예측과는 달리 정적인 매개효과를 나타내지 않았다. 이는 삶의 의미를 측정하는데 영적 의미를 포함하였기 때문에 자기주도적이고 현실적인 통제력을 갖고자 하는 대처방식과 관련이 적었기 때문일 수 있다. 또 다른 해석의 가능성은 특히 우리나라의 그리스도교 종교인에게 자기주도형 대처방식은 비종교적이라고 받아들여질 수도 있다는 점이다. 신이 인간에게 자유와 책임을 부여했다는 신념으로 상황과 사건에 대한 통제력이 자신에게 있다고 보고 스스로 문제를 해결하려고 할 때 신과의 관계를 통한 문제해결을 ‘종교적인 태도’라고 보는 대다수 그리스도교 종교인들의 입장에서는 이러한 태도를 개인적 의미나 영적 의미로 받아들일 수 없다고 할 수 있을 것이다. 또 다른 한 가지 해석은 외상사건의 특성 상 통제가 불가능하기에 개인에게 통제력이 있다고 생각하는 자기주도형 대처방식을 가진 이들에게는 외상 사건이 자신이 견지했던 삶의 의미 내에 수용하기 어렵고 따라서 상충하는 결과를 낳을 수밖에 없다고 보여진다.

둘째, 협력형 대처방식에서는 개인적의미의 매개효과보다 영적의미의 매개효과가 더 컸고 의탁형 대처방식에서도 같은 결과를 보임으로써 두 번째 가설이 부분적으로 검증되었다. 이는 인생의 고통스러운 사건을 극복하는 데는 개인적 의미보다 영적인 의미가 더 큰 영향을 준다는 것인데 신이 함께 있다고 확신할수록 혹은 신이 함께 있고 삶의 방향을 제시한다고 확신할수록 스트레스와 외상 상황에서 보다 더 효과적이고 긍정적인 방향으로 종교적 대처를 사용한다고 볼 수 있다. 개인의 존재와 가치 그리고 삶의 목적을 발견하는 동시에 초월성과 영적 소명 그리고 인생 그 자체가 의미있다는 의식을 갖는다면 스트레스 상황에서 적응적이라는 연구결과⁴³⁾와 맥을 같이하고 있다. 이는 종교인들에게 주요한 삶의 참고틀이 되는 종교성이 외상 후 성장에 영향을 미치는 과정에서 인간의 보편적인 초월적 지향성을 드러내는 것이라고 볼 수 있다. 초월성을 지향하는 경향은 종교의 유무, 유형을 넘어 삶의 심각한 스트레스 사건에 직면하여 보다 분명하게 나타나는데 개인적 삶의 목적과 방향을 잃거나 찾지 못하여 실망과 좌절을 겪는 피교육자들에게 접근할 방

43) Mascaro N., & Rosen, D. H., 앞의 글, pp.168-189.

법을 시사한다고 할 수 있다. 영적 차원은 건강한 삶을 추구하는 데 있어서 중요하게 다루는 내용 가운데 하나인데 인간의 영적 차원은 인간 심리 기능의 내적부분으로 삶의 모든 영역을 통합하여 성장과 자아실현의 잠재력을 극대화하다고 할 수 있다. 초월성을 잃고 살아가는 오늘날 우리 사회에 만연되어 있는 공허감, 상실감, 무의미함과 건조함은 개인이 삶 자체가 의미있다는 초월적인 영적의미를 회복하고 견고하게 힘으로써 극복할 수 있을 것이다. 피할 수 없는 심각한 삶의 고통에 직면하여 이를 극복하고 성장하게 하는 힘은 개인적 의미뿐만 아니라 영적 차원의 의미라는 것을 본 연구에서 다시 확인하였다.

자기주도형 대처방식에서는 유의미한 정적 매개효과가 나타나지 않았지만 그럼에도 불구하고 개인적 의미와 영적 의미가 외상 후 성장을 유의미하게 예측한다는 것은 분명하다. 개인적 의미와 영적 의미는 자기주도형 대처방식과 외상 후 성장 간의 관계를 자세히 살펴보면 자기주도적 태도가 낮을수록 개인적 의미와 영적 의미를 더욱 강하게 지각하고 외상후 성장에 미치는 영향은 커질 수 있다는 것을 시사한다. 즉, 문제해결의 책임이 개인에게 있다는 생각은 외상 사건에 직면할 때 자신의 삶에 대한 신뢰와 확신이 혼란을 겪는다고 생각할 수 있다. 그러나 반대로 삶의 의미를 강하게 지각한다면 외상 후 성장에 영향을 미칠 수도 있다는 것을 보여준다. 이와 같은 결과는 삶의 의미가 외상후 성장을 예측한다는 선행연구결과와도 일치하는 것이다.⁴⁴⁾ 역경에 처했을 때 사건에 대한 통제와 책임을 개인에게 귀인하여 심리적 고통을 강하게 지각할 경우, 개인적인 삶의 의미와 초월적인 영적의미를 고취시킴으로써 적응과 성장을 도모하는 교육적 접근이 필요하다는 것을 시사하는 내용이기도 하다.

지금까지 국내에서 외상후 성장에 영향을 미치는 변인을 연구한 대부분의 연구들은 역경을 겪거나 겪고 있는 사람들을 대상으로 하기보다는 주로 대학생들을 대상으로 측정한 것에 비해 본 연구는 인생 경험을 통해 실제 역경을 경험했다고 보고한 사람들을 대상으로 한 외상 후 성장에 관한 연구이다. 본 연구에서 종교적 대처와 삶의 의미가 외상후 성장에 영향을 미치는 변인으로 확인하였으며, 종교적 대처와 외상후 성장과의 관계에서 삶의 의미가 매개역할을 한다는 것을 확인하여 외상후 성장에 영향을 주는 개인의 심리적 변인에 대한 연구를 확장시켰다고 볼 수 있다. 그리고 종교성이 어떤 기제로 역경 이후 극복과 성장에 영향을 미치는지 연구했다는 점에 의의가 있다. 따라서 인구의 절반 이상이 종교를 가진 우리나라의 경우 고통을 겪고 이를 극복하기 위해 노력할 때 어떤 접근을 취해야 할지 중요한 함의를 제공할 수 있겠다. 종교성은 인간 삶의 고통과 불안, 죽음에 대한 주요한 영향을 미치는 심리적 변인 가운데 하나이기 때문이다. 신과 협력적 태도를 취하거나 전적으로 맡기고 의탁하는 태도가 삶의 의미를 고취시키고 외상후 성장에 영향을 준다는 연구결과를 통해서 볼 때 종교가 스트레스 상황에서 하나의 대처 자원이

44) Park, C. L., & Folkman, S., 앞의 글, pp.115-144.

로 활용되고 있지만 단순히 종교를 가지고 있다는 사실이 아니라 그 종교가 얼마나 개인에게 내면화되어 있고 생활 전반을 통합하고 있는가 하는 것이 중요하다는 것을 보여주고 있다. 한 개인이 종교적으로 얼마나 성숙한가에 따라 스트레스 상황에서 어떠한 대처유형을 활용할 것이지가 결정되고 따라서 삶의 의미와 목적이 결정지어짐을 알 수 있다. 이는 개인의 성숙과 안녕을 다루는 교육 현장에서 피교육자가 가지고 있는 종교를 고려해야 할 뿐만 아니라 어떠한 태도로 종교에 접근하고 있는지를 고려해야 한다는 것을 제시하고 있다.

본 연구는 그리스도교 종교를 가진 이들 가운데 일부 지역(서울과 경기)에서 미사/예배 참석자들만을 대상으로 연구하였다는 제한점이 있다. 종교성은 다양하게 발현되므로 후속연구에서는 예배의식 참여뿐만 아니라 삶의 여러 차원에서 드러나는 종교적 대처방식과 삶의 의미 관계를 살펴보아야 하며 불교 및 다른 종교 혹은 비종교인의 대처와 개인적 의미, 영적 의미 사이의 관계를 살펴봄으로써 삶의 의미와 영성 그리고 외상후 성장 간의 관계를 보다 다양한 측면에서 살펴볼 필요가 있겠다. 또한 대안적 모형의 가능성을 생각해볼 수 있다. 본 연구에서는 종교적 대처가 외상후 성장에 영향을 주고, 삶의 의미가 매개변인이 된다는 결과를 얻었지만, 역경을 겪은 후 종교적 태도에 변화가 생기거나, 삶의 의미를 더 잘 추구하거나 발견하게 될 가능성이 있다. 따라서 종교적 대처, 삶의 의미, 외상후 성장 간의 순환적 모형도 가능할 수 있겠다. 이에 대한 후속 연구도 필요하다 하겠다.

참고문헌

- 반신환. 「대학생의 종교와 종교적 대처: 내담자의 종교」. 『한국기독교 상담학회지』 11. 서울: 한국기독교상담학회. 2006.
- 송승훈. 「한국판 외상후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구」. 『한국심리학회지:건강』14(1). 서울: 한국상담심리학회. 2007.
- 심미성. 「스트레스 완충자원으로서 삶의 의미의 역할」. 가톨릭대학교대학원 석사학위논문. 2006.
- 이현수. 『역경 속의 성장』. 서울: 학지사. 2009.
- 조발그니 · 김병욱. 「가톨릭청년의 종교성과 안녕감의 관계에서 종교대처의 조절효과 검증」. 『사회연구』 17. 서울: 한국사회조사연구소. 2009.
- 조성훈 · 안창일 · 이현수. 「한국판 영적 의미 척도의 타당화 연구」. 『한국심리학회지: 일반』 28. 서울: 한국상담심리학회. 2009.
- 조하 · 신희천. 「생활사건 스트레스가 자살사고에 미치는 영향: 삶의 의미의 매개효과와 조절효과」. 『한국심리학회지: 상담 및 심리치료』 21(4). 서울: 한국상담심리학회. 2009.
- 제석봉. 「종교대처와 정신건강」. 『종교연구』 26. 서울: 한국종교학회. 2002.
- _____. 이성배. 「종교성향검사의 개발과 종교적성향이 적응 및 종교적 문제해결에 미치는 영향」. 『대구효성가톨릭대학교 연구논문집』 52(2). 대구: 대구효성가톨릭대학교. 1996.
- Battista, J., & Almond, R. "The development of meaning in life". *Psychiatry*. 36. 1973.
- Debats, D. L. "Measurement of personal meaning: The psychometric properties of the life regard index". In P. T. P. Wong & P. S. Fry (eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum. 1998.
- Debats, D. L., Drost, J., & Hansen, P. "Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach". *British Journal of Psychology*. 86. 1995.
- Frankl, V. E. *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. New York: Washington Square Press. 1963.
- _____. "Self-transcendence as a human phenomenon". *Journal of Humanistic Psychology*. 6. 1966.
- Mascaro, N., & Rosen, D. H. "Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms". *Journal of Personality*. 73(4). 2005.
- _____. "The role of existential meaning as a buffer against stress". *Journal of Humanistic Psychology*. 46. 2006.
- Mascaro, N., Rosen, D. H., & Morey, L. C. "The development, construct validity, and clinical utility of the Spiritual Meaning Scale". *Personality and Individual Differences*. 37. 2004.
- McIntosh, D. N., Silver, R. C., & Wortman, C. B. "Religion's role in adjustment to a negative life event: Coping with the loss of a child". *Journal of Personality and Social Psychology*. 65. 1993.

- Joseph, S., & Linley, P. A. "Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice". *Clinical Psychology Review*, 26, 2006.
- Kenyon, G. M. "Philosophical foundations of existential meaning" In G. T. Reker & K. Chamberlain (eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span*. Thousand Oaks, CA: Sage. 2000.
- Pargament, K. I. "Is religion nothing but...? Explaining religion versus explaining religion away". *Psychological Inquiry*, 13, 2002.
- Pargament, K. I. & Brant, C. R. Religion and coping. In H. G. Koenig (ed.), *Handbook of Religion and Mental Health*. London: Academic Press, 1998a.
- Pargament, K. I., Kennel, J., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J., & Jones, W. "Religion and the problem-solving process: The styles of coping". *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27(1). 1988.
- Pargament, K. I., Ishler, K., Dubow, E., Stanik, P., Rouiller, R., Crowe, P., Cullman, E., Albert, M., & Royster, B. "Method of religious coping with the Gulf War: Cross-sectional and longitudinal Analyses". *Journal for The Scientific Study of Religion*, 33, 1994.
- Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. M. "Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors". *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(4). 1998b.
- Park, C. L. "Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events". *Psychological Bulletin*, 136(2). 2010.
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. "Assessment and prediction of stress-related growth". *Journal of Personality*, 64, 1996.
- Park, C. L. & Helgeson, V. S. "Introduction to the special section: Growth following highly stressful life events-current status and future directions". *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 74, 2006.
- Park, C. L., & Folkman, S. "Meaning in the context of stress and coping". *Review of General Psychology*, 1(2). 1997.
- Reker, G. T. "Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning". In G. T. Reker & K. Chamberlain (eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2000.
- Spilka, B., Shaver, P., & Kirkpatrick, L. "A general attribution theory for the psychology of religion". *Journal for the Scientific Study of Religion*, 24, 1985.
- Steger, M. F., & Frazier, P. "Meaning in life : One link in the chain from religiousness to well-being". *Journal of Counseling Psychology*, 52(4). 2005.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. "The post-traumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma". *Journal of Traumatic Stress*, 9, 1996.

- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. "Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence". *Psychological Inquiry*. 15. 2004.
- Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G. "Posttraumatic growth: Conceptual issues". In R. G. Tedeschi, C. L. Park, & L. G. Calhoun (eds.). *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. 1998.
- Thombre, A., Sherman, A. C., & Simonton, S. "Religious coping and posttraumatic growth among family caregivers of cancer patients in India". *Journal of Psychosocial Oncology*. 28(2). 2010.
- Wang, M. C., Lightsey, O. R., Pietruszka, T., Uruk, A. C., & Wells, A. G. "Purpose in life and reasons for living as mediators of the relationship between stress, coping, and suicidal behavior". *The Journal of Positive Psychology*. 2(3). 2007.
- Weaver, A. J., Koenig, H. G., & Ochberg, F. M. "Posttraumatic stress, mental health professionals, and the clergy: A need for collaboration, training, and research". *Journal of Traumatic Stress*. 9. 1996.

원고접수 : 2011년 6월 17일 1차 심사 : 6월 28일 게재승인일 : 7월 11일

연구자소개 : 이정호

- ① 전공 : 교회역사, 심리학 / 소속 : 가톨릭대학교 심리학과
- ② 관심영역 : 상담심리, 종교심리, 긍정심리
- ③ E-mail: paing.lee@gmail.com

연구자소개 : 이희경

- ① 전공 : 심리학 / 소속 : 가톨릭대학교 심리학과 부교수
 - ② 관심영역 : 상담심리, 긍정심리
 - ③ 주요논저 : 「긍정심리학적 인간 이해와 변화」, 『긍정심리학 핸드북』(역)
 - ④ E-mail : ahalee@catholic.ac.kr
-

Abstract

The Mediating Role of Meaning in Life in the Relationship between Religious Coping Styles and Posttraumatic Growth among Christians

Lee, Jeongho · Lee, Heekyung

The Catholic University of Korea

The purpose of this study was to examine the mediational role of meaning in life in the relationship between religious coping and posttraumatic growth. Religious Problem-Solving scale(RPSS), Life regard Index-R(LRI-R), Spiritual Meaning Scale(SMS) and Posttraumatic Growth Inventory(PTGI) were administered to a sample of 377 Christians living in Seoul and Gyeonggi-do.

With structural equation model, mediated effect of meaning in life in the relationship between religious coping styles and posttraumatic growth was tested. The results indicated that: 1) personal meaning and spiritual meaning were positively mediated between the collaborative style, deffering style and posttraumatic growth. 2) Spiritual meaning more predict posttraumatic growth. 3) Personal meaning and spiritual meaning showed negative inhibited effect of self-directing style on posttraumatic growth.

Implicatons for counseling practice and directions for future research were discussed.

Key words: Religious Coping, Religious Problem Solving Styles, Meaning in Life, Spiritual Meaning, Posttraumatic Growth