

종교인의 자아방어기제 특성 - 무종교인과의 비교를 중심으로 - *

박 세 훈
연세대학교

〈요 약〉

이 연구의 목적은 무종교인과 비교하여 종교인의 자아방어기제 특성을 살펴보는 데 있다. 이를 위해 서울과 경기도 소재 불교, 개신교, 천주교, 원불교 신자와 무종교인 456명을 대상으로 한국판 방어유형 질문지(Korea-Defense Style Questionnaire : K-DSQ)를 통해 자료를 수집하고 독립표본 t-test와 일원변량분석(One-way ANOVA)을 통해 종교유무와 종교 유형에 따른 자아방어기제의 차이를 살펴보았다.

본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 종교를 가진 집단은 종교를 갖지 않은 집단보다 적응적 방어유형의 점수가 유의미하게 높았다. 둘째, 종교를 가진 집단은 종교를 갖지 않은 집단보다 승화, 반동형성의 방어기제 점수가 유의미하게 높았다. 셋째, 원불교 집단이 개신교, 천주교 집단과 비교하여 미성숙한 방어유형의 점수가 낮고 적응적 방어유형의 점수가 높았으며 이는 통계적으로 유의미 하였다.

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

핵심 주제어: 종교인, 자아방어유형, 자아방어기제, 승화, 반동형성

I. 서 론

“종교가 과연 인간에게 유익한 것인가”라는 질문에 대해 많은 종교인들은 그 경험적

* 본 원고는 박세훈(2007)의 석사학위 논문의 일부를 수정한 것임.

타당성에 대한 진지한 검토에 앞서 그러한 질문 자체를 ‘불경스러운 것’으로 생각하는 경향이 있다. 왜냐하면, 종교는 경험적 진리를 넘어서 실재와 관련되어 있다고 믿기 때문이다. 또한 종교는 도구적 합리성보다 가치 합리성을 더 추구하고 있다고 믿기 때문이다. 그래서 종교를 인간의 세속적 영역으로 끌어들이는 것에 대해 거부감을 느끼는 것이다.¹⁾ 종교적 삶 자체를 인생의 목적으로 삼고 있는 사람들에게 종교가 수단화된다는 사실은 참기 어려운 모욕으로 느껴질 것이다.

그럼에도 불구하고, 우린 “종교가 과연 인간의 정신건강 또는 행복에 기여하는가”라는 질문을 제기하지 않을 수 없다. 만약 종교가 이에 기여하지 못할 경우 ‘종교의 궁극성 주장’에도 불구하고 ‘종교가 왜 필요한가’라는 도전에 직면하지 않을 수 없기 때문이다. 종교의 도구적 가치가 무효화되면 그것의 본질적 가치 또한 흔들릴 수 밖에 없다. 종교에 대한 유익성 기대는 전혀 불경스러운 것이 아니며, 이에 대한 경험적 평가 또한 필요하다.

종교와 정신건강의 관계에 대한 연구들은 오랫동안 진행되어 온 연구주제이긴 하지만 그 결과는 다소 모호하고 일관되지 않다. 연구들에 따라서 종교의 유무나 종교집회의 참석과 같은 종교적 변인들과 정신건강, 삶의 만족도를 측정하는 여러 변인들이 정적 관계를 보이는 연구들도 있지만 둘 간의 상관성이 약하거나 무의미하게 나타나는 것들도 있다. Bergin(1983)은 1951년부터 1971년 사이에 종교와 정신건강간의 관계를 연구한 23개의 경험적 연구들을 메타분석 하였다. 그 결과 종교가 정신건강에 긍정적 영향을 미친 것으로 보고한 연구가 47%였고, 부정적 영향을 미친 것으로 보고한 연구는 23% 그리고 두 구성 개념 간에 관계가 없다고 보고한 연구가 30%였다.²⁾ Bergin은 이 분석 결과를 ‘종교가 정신건강에 유해하다’는 Ellis(1980)의 주장을 반박하는 근거로 사용하였지만, 엄밀히 살펴보면 이 결과는 엘리스의 주장을 부정한 것도 긍정적인 것도 아니라고 볼 수 있다.

Gartner 등(1991)은 종교와 정신건강 간 경험적 연구 200여 편을 분석하였다. 그 분석에서 그들은 정신 건강 관련 척도 21개 종류를 확인하였고, 이러한 정신건강 척도에 따라 종교와 정신건강간 관계의 성격이 달라진다는 것을 발견하였다. 즉, 자살 의도, 마약사용, 알콜 중독, 비행, 이혼과 결혼만족도, 심리적 복지, 그리고 우울증 등의 ‘심각한 변인(hard variable)’에 종교는 긍정적 영향을 미치고 있는 반면, 권위주의, 자아실현, 피암시성이나 의존성, 일시적인 간질, 그리고 교주주의나 경직성 등 ‘덜 심각한 변인(soft variable)’은 종교와 부정적 관계를 보인다는 것이다. 그리고 불안감, 자아 존중감, 성도착증, 편견, 정신질환, 지능과 교육 정도 등은 종교와 혼합된(mixed) 결과를 보이고 있었다.³⁾

1) 한내창, 『종교성이 정신건강에 미치는 영향에 관한 연구』, 『한국사회학』 36(3) (서울: 한국사회학회 2002), 157-182쪽.

2) Bergin, Allen, E., “Religiosity and Mental Health: A Critical Reevaluation and Meta-Analysis”, *Professional Psychology: Research and Practice*, 14 (1983), pp. 170-184.

3) Gartner, John, Dave B. Laeson, & George D. Allen., “Religious commitment and mental health: A review of the empirical literature”, *Journal of Psychology and Theology*, 19, pp. 6-25.

이들 논문들을 포함하여 종교와 정신건강 간 혼합된 결과들을 지적하고 있는 학자들은 한결 같이 이러한 결과의 원인을 개념화 및 측정 때문인 것으로 규정하고 있다.⁴⁾ 즉 척도에 따라 종교와 정신건강, 또는 삶의 질과의 관계가 다르게 평가되고 있다는 것이다. 척도가 빈약하거나 혹은 종교나 정신질환의 다차원적 구성 개념을 협소하게 규정함으로써 그렇게 나타났다고 지적하고, 좀 더 세련되고 포괄적인 정의와 정교한 다차원적 척도를 사용할 것을 주장하고 있다.

종교는 사람들이 삶의 문제를 이해하고 예측하고 통제하는데 하나의 준거체계로 작용한다.⁵⁾ 그래서 Pargament 등(1998)은 종교성과 심리적 변인과의 관계를 스트레스 대처 모델의 견지에서 설명하고자 했다. 이것은 종교가 일반적인 스트레스 대처 모델에서 스트레스 평가와 대처행동 과정에 영향을 준다는 것으로 종교적 태도가 삶의 어려움에 대한 의미를 부여하거나 스트레스를 다루는 방법에 영향을 미친다는 것이다.⁶⁾ 예를 들면 종교는 삶의 의미감이나 통제감을 부여하고 건강한 삶의 양식을 처방하며, 긍정적 사회적 기준을 세우게 한다. 종교는 사회적 지지를 제공하고 자신을 도와주는 초자연적 존재를 제공하게 되는데, 이러한 기능을 통해 사람들의 적응기제에 영향을 주고 적응 기제를 통해서 스트레스의 심리적, 생리적 효과들이 중재된다는 것이다.⁷⁾

자아방어기제는 내적, 외적 스트레스로 인한 자극에 대처하는 대처기제의 하나로 불안이나 공격성 같은 받아들일 수 없는 충동, 내적 갈등으로부터 개인을 보호하고 이러한 욕구나 본능, 희망, 충동과 외부 현실 사이에 생길 수 있는 갈등을 중재하고 조정하는 무의식적 심리 기제를 말한다.⁸⁾

방어 개념은 정신분석 초기부터 이론의 중요한 토대가 되어왔다. 일반적으로 방어는 자아의 기능으로서 신경증적 갈등으로부터 유래되는 불쾌한 정동, 불안, 심리적 고통이나 죄책감 등이 의식되지 않도록 하기 위해 사용된다. 정신분석에서 방어기제와 심리내적 갈등은 정신 병리의 이해와 치료에서 핵심적인 개념이다.⁹⁾ 또한 방어는 심리적 기능 영역

4) Ventis, W. Larry., "The relationship between religion and mental health", *Journal of Social Issues*, 51, pp. 33-48.

5) 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.

6) 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.

7) Donelson, E., "Psychology of religion and adolescents in the United States: past to present", *Journal of Adolescence*, 22, pp. 187-204.

8) Clark, A. J., *Defense mechanisms in the counseling process*, 『방어기제를 다루는 상담기법』, 김영애 외 (서울: 김영애가족치료연구소, 2005), 8쪽.

9) Perry, J. C., & Cooper, S., "What do cross-sectional measures of defense mechanisms predict?", In G. E. Vaillant (Ed.), *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers* (Washington, DC: American Psychiatric Press, 1992), pp. 195-216.

에서 개인차를 규명하는데 있어서 그리고 심리치료에서 내담자를 이해하고 심리치료를 계획하는 데 있어서 중요한 개념으로 사용되고 있다.

방어가 무의식적 현상인 만큼 그것을 평가하는데 어려움이 있고, 그래서 그 임상적인 중요성에 비해서 경험적인 연구는 활발하지 못한 편이었다. 오랫동안 방어를 경험적으로 평가하는 것은 연구자들에게 중대한 도전이었다. 그 동안 방어를 평가하는 몇 가지 방법들이 개발되었고, 주로 개인의 방어와 심리사회적 적응 또는 정신건강의 관계가 연구되었다. 일관되게 발견된 결과는 방어가 적응과 관련하여 위계적으로 배열될 수 있다는 것이었다.¹⁰⁾ Vaillant(1986)는 종단연구를 통해 개인의 방어유형이 일종의 성격특성으로서, 방어가 성숙할수록 좋은 적응 및 정신건강과 관련됨을 증명하였다.¹¹⁾ 즉, 방어가 성숙한(적응적) 방어유형과 미성숙한(비적응적) 방어유형으로 나누어 질 수 있다고 하였다. 이러한 구분의 기준은 충동이나 욕구, 불안 등에 직면했을 경우, 이때의 처리방식이 심리적인 성숙의 정도와 얼마나 관련성을 가지고 있는지에 따라 나뉘어진 것이라고 하였다. 성숙한 방어유형(예: 이타주의, 승화, 유머, 예견)은 충동이나 욕구, 불안, 부정적 감정, 좌절 또는 갈등을 경험했을 때 정서적인 충동들을 재조정하고 현실을 약화시키며 더 적응적이고 건전한 방식으로 표현함으로써 심리적 안정감을 준다. 미성숙한 방어유형(예: 행동화, 회피, 퇴행, 신체화)은 현실을 훨씬 왜곡하는 경향이 있으며 더 극단적으로 표현하거나 부적절하게 평가하는 방식을 가지며 정서적인 표현이나 감사를 표현하는 데 있어서 심각한 제한을 가진다. 이후 연구에서 Kaplan과 Sedock(1989)은 방어기제를 성숙도에 따라서 자기애적 방어기제, 미성숙한 방어기제, 신경증적 방어기제, 성숙한 방어기제의 4단계로 분류하였다.¹²⁾ 성숙한 단계의 방어기제를 주로 사용하는 사람은 자아존중감 수준과 자아발달 수준이 높았으며, 아동기의 정서적 문제를 적게 경험하였고, 미성숙한 방어기제를 사용하는 사람보다 직업적 성취와 대인관계와 같은 일하고 사랑하는 능력 면에서 높은 수준의 심리 사회적 기능을 보였다.¹³⁾ 그리고 나이가 들어감에 따라 정신적, 신체적, 건강상의 문제도 적게 겪는 것으로 나타났다. 또한 성숙한 방어기제는 사회 병질적 특성, 실업과 부적 상관을, 성인기의 사회적 계층 및 사회적 지위 상승과 유의미한 정적 상관을 보였다.¹⁴⁾

현재 국내에서는 국외연구를 통해 밝혀진 방어기제의 단계를 국내 상황에 맞춘 이화방

10) Perry, J. C., "Longitudinal studies of personality disorder, *Journal of Personality Disorders* (suppl. Spring, 1993), pp. 63-85.

11) Vaillant, G. E., Bond M., & Vaillant, C., An empirically validated hierarchy of defense mechanisms, *Archives of General Psychiatry*, 43 (1986), pp. 786-794.

12) Kaplan, H. L., & Sadock, B. J., *Comprehensive textbook of psychiatry IV* (Baltimore: Williams & Wilkins, 1989), p. 157.

13) Vaillant, G. E., & Schnurr, P., "What is a case? A 45-Year study of psychiatric impairment within a college sample selected for mental health", *Archives of General Psychiatry*, 45 (1988), pp. 313-319.

14) Vaillant, G. E., "Ego mechanisms of defense and personality psychology", *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1) (1994), pp. 44-50.

어기제와 한국판 방어유형 질문지(Korea-Defense Style Questionnaire: K-DSQ)가 방어성 연구에 주요 도구가 되고 있다. 따라서 이제까지 방어성에 관한 연구는 특정 방어기제를 중심으로 이루어져 왔으며, 적응적인 방어유형과 비적응적인 방어유형을 나누어 다른 심리적 요인들과의 관계를 탐색하는 것에 국한¹⁵⁾되어 왔다. 그러나 최근에는 특정 집단의 구성원이 공유하는 기본적 특성이나 집단내의 특유한 행동양식, 적응방식 등을 살펴보기 위해서 의사, 한의사,¹⁶⁾ 북한 이탈자¹⁷⁾ 등 특정 집단을 대상으로 한 연구들이 조금씩 이루어지고 있다. 그러나 아직까지 종교인들을 대상으로 한 방어기제 연구는 없었기에 한국판 방어유형 질문지를 통해 종교인들의 방어기제 특성을 예비적인 수준에서 고찰해 보고자 하였다.

종교는 바람직한 삶의 모델을 제시하고 경험에 대한 통합된 의미를 부여하는 것과 같이 긍정적이고 성숙한 적응기제에 영향을 미칠 수도 있지만 때로는 종교기관이나 교리로 인한 엄격하고 극단적인 행동규범이나 의무가 과도한 책임감이나 죄책감을 유발하여 부정적이고 미성숙한 적응기제에 영향을 줄 수 있다.¹⁸⁾ 즉 내적인 갈등이나 불안을 가중시키거나 조절하는 역할을 통해 방어행동에 영향을 미칠 수 있다. 또한 종교는 한국인의 삶에서 매우 의미 있는 부분을 차지하고 있다. 조사 자료에 의하면 한국인의 53.1%가 종교를 가지고 있으며,¹⁹⁾ 55.7%의 한국인이 생활에서 종교가 중요하다고 응답하였다.²⁰⁾ 따라서 종교유무 및 종교유형에 따라 나타나는 방어기제의 특성을 살펴보는 것은 종교와 정신건강과의 관계를 살펴볼 수 있다는 점에서 의미가 있을 것이다.

이러한 연구목적을 달성하기 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, ‘종교 유무에 따라 방어유형 및 방어기제에 차이를 보이는가?’ 둘째, ‘종교유형에 따라 방어유형에 차이를 보이는가?’ 셋째, ‘무종교인과 비교하여 종교인들의 방어기제의 특성은 어떠한가?’이다.

15) 이윤아 · 이기학, 「억압적 성격 성향자의 적응적/비적응적 특성에 관한 비교 연구」, 『한국심리학회지: 사회 및 성격』 18(3) (서울: 한국 사회 및 성격심리학회, 2004), 187-200쪽.

16) 김지영 · 조혜영 · 김윤영 · 조성훈 · 황의완, 「한의과대학생들의 자아방어기제 특성에 대한 예비적 연구」, 『동의신경정신과 학회지』 19(3) (2008), 23-34쪽.

17) 조영아 · 전우택 · 민성길, 「북한이탈주민의 종교성향과 자아방어유형」, 『한국기독교상담학회지』 8 (서울: 한국기독교상담학회, 2004), 279-300쪽.

18) Salkovskis, P. M., Shafran, R., Rachman, S., & Freeston, M. H., “Multiple pathways to inflated responsibility beliefs in obsessional problem: possible origins and implications for therapy and research”, *Behavior Research and Therapy*, 37 (1999), pp. 1055-1072.

19) 통계청, 『시도별 종교인구』 (2005년 인구총조사).

20) 한국갤럽, 『한국인의 종교와 종교의식: 제4차 비교조사』 (서울: 한국갤럽, 2004).

II. 연구 방법

1. 연구대상

서울과 경기도의 불교 절, 개신교 교회, 천주교 성당, 원불교 교당에서 정기적(월1회 이상)으로 종교의식(예불, 미사, 예배, 법회)에 참여하는 종교 신자들과 신봉하는 종교가 없는 무종교인을 대상으로 설문 조사를 실시하였다. 구체적으로 살펴보면 3곳의 서울지역 4년제 대학 대학생들에게 90부, 5곳의 일반 중소기업에 100부, 4곳의 개신교회에 100부, 2곳의 불교 절에 70부, 3곳의 천주교 성당에 70부, 4곳의 원불교 교당에 120부로 총 550부를 배포하여 481부가 회수되었다. 이 중 불성실하게 응답한 경우를 제외한 456부(남자 209명, 여자 247명)의 자료가 최종적으로 통계 분석에 포함되었다.

2. 측정도구

1) 한국판 방어유형 질문지(K-DSQ)

자아방어기제를 측정하기 위해 Bond, Gardner, Christian 및 Sigal(1983)이 개발한 Defense Style Questionnaire(DSQ)²¹⁾를 1999년 조성호가 수정 완성한 한국판 방어유형 질문지(Korea - Defense Style Questionnaire: K - DSQ)²²⁾를 사용하였다.

본 연구에서 K-DSQ의 하위요인을 확인하기 위해 전체연구 대상자의 방어기제 점수를 기초로 요인분석을 실시한 결과 조성호(1999)의 연구에서와 같이 방어기제들이 네 가지 유형 즉 미성숙한 방어유형, 적응적 방어유형, 자기 억제적 방어유형, 그리고 갈등 회피적 방어유형으로 나뉘어졌다. 각 유형의 예를 들어보면 다음과 같다. 미성숙한 방어유형으로는 “어쩔 수 없이 충동적으로 행동해 버릴 때가 종종 있다”, “사람들은 늘 나를 제대로 대접하지 않는 것 같다”이고, 적응적 방어유형으로는 “재치 넘치는 유머로 심각한 분위기를 부드럽게 만드는 재주가 있다는 말을 종종 듣는다.”, “나는 내가 아는 그 누구보다도 더 뛰어난 사람이다.”이다. 자기 억제적 방어유형은 “사람들에게 내 권리를 주장하기가 웬지 매우 조심스럽다.”, “누가 나를 귀찮게 해도 싫은 표시를 못하고 오히려 더 친절하게 대하는 때가 종종 있다.”이고, 갈등 회피적 방어유형으로는 “주위사람들에게 내 사정을 아무리 호소해봐도 아무 소용이 없을 것 같다.”, “곰곰이 생각해보면 화가 날만도 한데 실제로는 화난 감정을 전혀 느끼지 못하는 때가 종종 있다.”이다.

21) Bond, M., Gardner, S., Christian, J., & Sigal, J., “Empirical study of self-rated defense styles”, *Archives of General Psychiatry*, 40 (1983), pp. 333-338.

22) 조성호, 『한국판 방어유형 질문지 타당화 연구』, 『한국심리학회지: 상담 및 심리치료』 11(2) (서울: 한국상담심리학회, 1999), 157-137쪽.

총 16개의 방어기제 척도로 구성되어 있으며 모두 65개의 문항으로 이루어졌다. ‘전혀 일치하지 않는다’에서부터 ‘매우 일치한다’까지의 7점 척도상에서 응답하며 점수가 높을수록 특정 문항이 측정하고자 하는 방어기제를 응답자가 더 많이 사용한다고 본다. 특정 방어기제에 대한 점수는 그 방어기제에 소속된 문항 점수들을 평균함으로써 구해진다. 조성호(1999)는 각 요인의 내적합치도가 요인1에서 요인4까지 각각 .82, .76, .75, .64로 보고하였으나, 본 연구의 내적합치도(Cronbach's α)는 각각 .81, .77, .73, .66이었다. 측정하고자 하는 자아방어 유형의 하위요소는 다음과 같다.²³⁾

- ① 행동화 : 개인은 반성하거나 느끼기보다는 행동으로 대응함으로써 감정적 갈등이나 내외적인 스트레스를 처리한다.
- ② 투사 : 개인이 자신의 용납할 수 없는 감정이나 충동, 사고 등을 부당하게 타인의 탓으로 돌림으로써 감정적 갈등이나, 내·외적인 스트레스를 처리한다.
- ③ 분리 : 상대방에 대한 극단적인 평가를 내리거나 책임을 상대방에게로 전가시킨다.
- ④ 공상 : 충동을 공상을 통해 해결하거나 간접적이고 우회적인 방식으로 문제를 해소한다.
- ⑤ 수동-공격 : 타인에게 간접적이거나 비공격적으로 공격성을 표현함으로써 감정적 갈등이나 내·외적인 스트레스를 처리한다.
- ⑥ 소비 : 충동이나 욕구를 부적절한 방식(예: 알콜 섭취)으로 해결한다.
- ⑦ 유머 : 갈등이나 스트레스 요인의 유쾌한 측면이나 역설적인 측면을 강조함으로써 감정적 갈등이나 내·외적인 스트레스를 처리한다.
- ⑧ 전능 : 자아의 확대를 지향하며, 이것이 현실과 동떨어진 경우에는 자아의 병리를 반영하는 것에 지나지 않지만, 현실적 기반과 어느 정도 관련이 있을 경우에는 자기에 대한 자긍심과 자신감을 반영한다.
- ⑨ 승화 : 잠재적으로 비적응적인 충동을 사회적으로 용납될 수 있는 행동으로 변형시켜 표현함으로써 감정적 갈등이나 내·외적인 스트레스를 처리한다.
- ⑩ 부정 : 내·외적 현실에 대한 전면적인 수용 거부일 경우에는 병리적인 자기 기만에 불과하지만, 그것이 원만한 현실적응을 위해 내적 욕구나 충동을 자기로부터 일시적으로 분리시키는 것이라면 상당한 심리적 안정감을 준다.
- ⑪ 억제 : 괴롭히는 문제나 욕구, 감정 또는 경험들에 대해 생각하는 것을 의식적으로 피함으로써 감정적 갈등이나 내·외적인 스트레스를 처리한다.
- ⑫ 반동형성 : 용납할 수 없는 생각이나 감정 등과는 정반대의 행동이나 생각, 감정들로 대체함으로써 감정적 갈등이나 내외적인 스트레스를 처리한다.
- ⑬ 철수 : 스트레스를 경험할 때, 사람으로부터 일정한 거리를 둠으로써 자기를 보호한다.

23) 조성호, 앞의 글, 157-137쪽.

- ⑭ 취소 : 용납될 수 없는 생각, 감정, 또는 행동을 무효화하거나 상징적으로 수정하려는 말이나 행동에 의해 감정적 갈등이나 스트레스를 처리한다.
- ⑮ 체념 : 주위의 그 누구도 자신을 진정으로 이해하거나 도울 수 없을 것이기 때문에 관계에 대한 욕구를 스스로 포기하는 것이며, 이러한 포기는 관계에서 겪게 되는 갈등을 되풀이하지 않고자 하는 노력을 반영한다.
- ⑯ 격리 : 심리적 갈등이나 부정적 감정의 의식적인 차단을 의미한다. 감정이나 충동은 위험한 것이라고 생각하여 이들을 의식적 경험으로부터 배제시키는 것이 자기를 보호하는 방편이 된다고 생각한다.

〈표 1〉 한국판 방어유형의 하위척도별 문항 수, 해당문항, 내적합치도

척도1	척도2	문항수	해당문항	α
미성숙한 방어유형	행동화	5	4, 14, 20, 25, 36	.81
	투사	9	2, 8, 18, 28, 44, 46, 51, 55, 65	
	분리	3	34, 42, 49	
	공상	3	19, 23, 31	
	수동 - 공격	5	1, 15, 30, 35, 43	
	소비	3	56, 61, 64	
적응적 방어유형	승화	3	3, 13, 38	.77
	유머	3	5, 26, 47	
	전능	6	7, 12, 16, 17, 22, 29	
	부정	3	10, 33, 41	
자기 억제적 방어유형	억제	5	6, 11, 21, 32, 40	.73
	반동형성	5	9, 37, 45, 48, 50	
	철수	3	24, 27, 39	
	취소	2	54, 60	
갈등 회피적 방어유형	체념	3	52, 57, 62	.66
	격리	3	53, 58, 59	

3. 연구절차

본 연구에서는 서울과 경기도 지역 불교, 개신교, 천주교, 원불교 신자를 대상으로 설문을 실시하였다. 설문지 배포 시 응답자의 성별, 직업, 종교경력, 연령, 학력이 골고루 안배 될 수 있도록 고려하였다. 특히 종교인에게 설문을 할 때에는 종교경력이 5년 이상 된 사람을 위주로 설문을 배포하였고 종교 생활을 성실하게 그리고 지속적으로 하고 있는 사람을 대상으로 설문을 배포하였다. 설문지는 연구자가 응답자를 직접 만나서 부탁하

기도 했으며, 종교시설은 제3자를 거쳐서 응답자에게 전해지기도 하였다. 대개 설문은 15~20분 정도의 시간이 소요되었으며 설문 내용을 이해하고 시행하는 데 별다른 어려움이 없이 순조롭게 진행되었다.

4. 분석방법

자료분석에 사용된 통계 프로그램은 SPSS 10.0이다.

- 1) 인구사회학적 배경을 비교하기 위해 빈도분석을 실시하였다.
- 2) 종교인과 무종교인의 자아방어기제 및 자아방어유형의 차이를 알아보기 위해 독립표본 t-test를 실시하였다.
- 2) 종교유형에 따른 자아방어기제 및 자아방어유형의 차이를 알아보기 위해서 일원변량분석 (One-way ANOVA)을 실시하였다.
- 3) 종교유형에 따른 세부 집단 간의 자아방어기제 및 자아방어유형의 차이를 알아보기 위해 Scheffe의 사후검증을 실시하였다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 조사대상자들의 일반적 특성

설문에 참여한 응답자들의 일반적 특성을 정리하면 다음 <표 2>와 같다.

<표 2> 조사대상자의 일반적 특성

구분		빈도	퍼센트	유효퍼센트	누적퍼센트
성별	남	209	45.8	45.8	45.8
	여	247	54.2	54.2	100.0
나이	25세 이하	137	30.0	30.0	30.0
	26-30세	106	23.2	23.2	53.3
	31-40세	111	24.3	24.3	77.6
	40세 이상	102	22.4	22.4	100.0
결혼	기혼	178	39.0	39.0	39.0
	미혼	269	59.0	59.0	98.0
	이혼	9	2.0	2.0	100.0

학력	고졸	125	27.4	27.4	27.4
	전문대졸	62	13.6	13.6	41.0
	대졸	165	36.2	36.2	77.2
	석사	51	11.2	11.2	88.4
	박사	10	2.2	2.2	90.6
	기타	43	9.4	9.4	100.0
종교	무교	105	23.0	23.0	23.0
	개신교	116	25.4	25.4	48.5
	천주교	62	13.6	13.6	62.1
	불교	42	9.2	9.2	71.3
	원불교	131	28.7	28.7	100.0
종교경력	1년미만	25	5.5	7.1	7.1
	1-3년	29	6.4	8.3	15.4
	3-5년	28	6.1	8.0	23.4
	5-10년	48	10.5	13.7	37.0
	10-20년	95	20.8	27.1	64.1
	20년 이상	126	27.6	35.9	100.0
직업	종교성직자	41	9.0	9.0	9.0
	교육관련업종	42	9.2	9.2	18.2
	상담 및 복지관련	29	6.4	6.4	24.6
	간호사/의료	39	8.6	8.6	33.1
	군인	11	2.4	2.4	35.5
	문화사업종사	14	3.1	3.1	38.6
	서비스업	54	11.8	11.8	50.4
	제조업	13	2.9	2.9	53.3
	대학원생	3	.7	.7	53.9
	기타	210	46.1	46.1	100.0

응답자의 일반적 특성을 살펴보면, 성별에 따라 남자는 209명(45.8%), 여자 247명(54.2%)이었으며, 연령에 따라 25세 이하 137명(30.0%), 26~30세는 106명(23.2%), 31~40세는 111명(24.3%), 40세 이상은 102명(22.4%)으로 나타났다. 결혼여부에 따라 기혼이 178명(39.0%), 미혼은 269명(59.0%), 이혼은 9명(2.0%)이었다. 학력에 따라 고졸 125명(27.4%), 전문대졸 62명(13.6%), 대졸 165명(36.2%), 석사 51명(11.2%), 박사 10명(2.2%), 기타 43명(9.4%)이었으며, 종교에 따라 무교 105명(23.0%), 개신교 116명(25.4%), 천주교 62명(13.6%), 불교 42명(9.2%), 원불교 131명(28.7%)으로 나타났다. 종교경력에 따라 1년 미만은 25명(5.5%), 1~3년은 29명(6.4%), 3~5년은 28명(6.1%), 5~10년은 48명(10.5%), 10~20년은 95명(20.8%), 20년 이상은 126명(27.6%)이었다. 직업에 따라 종교성직자가 41명

(9.0%), 교육 관련업종이 42명(9.2%), 상담 및 복지 관련이 29명(6.4%), 간호사/의료가 39명(8.6%), 군인이 11명(2.4), 문화사업 종사 14명(3.1%), 서비스업 54명(11.8%), 제조업 13명(2.9%), 대학원생 3명(0.7%), 기타 210명(46.1%)으로 나타났다.

2. 종교 유무에 따른 자아방어유형

종교인과 무종교인의 방어유형을 비교 분석한 결과는 다음 <표 3>과 같다.

<표 3> 종교인-무종교인의 방어유형 비교분석 결과

구분	무종교인		종교인		t	P
	평균	표준편차	평균	표준편차		
미성숙한 방어유형	20.23	4.26	19.27	4.63	1.905	.057
적응적 방어유형	14.56	2.81	15.36	3.11	-2.366	.018*
자기억제방어유형	14.48	3.25	14.96	3.01	-1.391	.165
갈등회피적방어유형	5.77	1.99	5.05	1.85	1.268	.206

* $p < .05$

종교인과 비종교인의 방어유형을 비교해 보면, 미성숙한 방어유형에서 무종교인은 20.23, 종교인 19.27로 나타났으나 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았으며, 적응적 방어유형에서 무종교인은 14.56, 종교인은 15.36으로 이러한 차이는 유의수준 $p < .05$ 에서 유의미하였다. 자기억제방어유형에서 무종교인은 14.48, 종교인은 14.96으로 나타났으나 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다. 마지막으로 갈등회피적 방어유형에서 무종교인은 5.77, 종교인은 5.05로 나타났으나 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다.

3. 종교 유무에 따른 자아방어기제

종교 유-무에 따른 자아방어기제를 비교 분석한 결과는 다음 <표 4>와 같다.

〈표 4〉 종교 유·무에 따른 자아방어기제 비교분석 결과

구 분		종교유무	평균	표준편차	t	P
적응적 방어 유형	승화	종교없음	3.46	1.10	-3.922	.000***
		종교있음	3.96	1.14		
	유머	종교없음	3.97	1.24	-.458	.647
		종교있음	4.04	1.28		
	전능	종교없음	3.42	1.07	-1.295	.196
		종교있음	3.57	1.03		
	부정	종교없음	3.70	.92	-.793	.428
		종교있음	3.79	1.06		
자 방어 기제 유형	억제	종교없음	3.88	1.07	-.262	.793
		종교있음	3.91	.95		
	반동형성	종교없음	3.09	1.10	-3.807	.000***
		종교있음	3.55	1.08		
	철회	종교없음	4.02	1.42	.168	.866
		종교있음	3.99	1.46		
	취소	종교없음	3.51	1.21	.082	.935
		종교있음	3.50	1.15		
갈등 회피 유형	체념	종교없음	2.82	1.21	1.516	.130
		종교있음	2.62	1.13		
	격려	종교없음	2.94	1.20	.576	.565
		종교있음	2.87	1.08		

*** $p < .001$

종교 유·무에 따른 자아방어기제를 비교해 보면, 승화는 종교 없음(3.46)보다 종교 있음(3.96)이 더 높게 나타났으며 이러한 차이는 유의수준 $p < .001$ 에서 유의미하였다. 유머, 전능, 부정, 억제에서도 종교 없음보다 종교 있음이 더 높게 나타났으나 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다. 반동형성에서도 종교 없음(3.09)보다 종교 있음(3.55)이 높게 나타났으며 이러한 차이는 유의수준 $p < .001$ 에서 유의미하였다. 철회, 취소, 체념, 격려에서는 종교 없음이 종교 있음보다 높게 나타났으나 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다.

〈표 5〉 종교 유-무에 따라 유의미한 차이를 나타낸 자아방어기제 하위 문항

방어유형	문항		평균/표준편차		t	P
			종교무	종교유		
미성숙한 방어유형	행동화	어쩔 수 없이 충동적으로 행동해 버릴 때가 있다.	4.13 (1.48)	3.73 (1.60)	2.409	.017
	수동공격	누가 나에게 억지로 무슨 일을 시킨다면 겉으로는 열심히 하는 척 해도 실은 건성으로 해 버린다.	3.60 (1.77)	3.20 (1.69)	2.102	.036
	소비	신경 쓰이는 일이 있을 때 담배를 피우거나 술을 마시면 기분이 한결 나아진다.	3.81 (2.02)	2.63 (1.79)	5.361	.000***
적응적 방어유형	승화	나는 마음이 불편할 때 건설적이고 창조적인 일로 불안한 마음을 달래곤 한다.	3.56 (1.75)	4.21 (1.81)	-3.251	.001**
		나는 순간순간 겪게 되는 힘든 일들을 글을 쓰거나 그림을 그리면서 해소하곤 한다.	2.74 (1.72)	3.25 (1.74)	-2.650	.008**
		힘들게 사는 다른 사람의 사정을 위로해 주다 보면 어느덧 내 마음의 아픔까지도 덜어지는 경우가 종종 있다.	4.11 (1.31)	4.42 (1.51)	-2.097	.037
	부정	나쁜 짓은 하지도 말고 보지도 말라는 것이 내 삶의 힘이다.	4.01 (1.68)	4.47 (1.65)	-2.469	.014
자기 억제적 방어유형	억제	성에 대해 터놓고 이야기하기가 힘들다	3.06 (1.68)	3.60 (1.65)	-2.929	.004**
	반동형성	내 돈을 뺏어간 강도가 벌을 받기보다는 차라리 그 돈이 도움이 되었으면 좋겠다.	2.32 (1.57)	3.49 (1.88)	-6.396	.000***
		화를 내도 시원찮을 사람에게조차도 매우 친절하게 대하는 경우가 있다.	3.13 (1.60)	3.50 (1.61)	-2.057	.040
갈등회피적 방어유형	체념	주위의 그 누구도 내가 가진 문제를 해결하는데 도움이 안된다.	3.10 (1.58)	2.76 (1.52)	1.981	.048

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

문항분석을 통해서 종교 유-무에 따라 유의미한 차이를 보이는 방어기제 하위 문항들을 살펴보았다. 미성숙한 방어유형 중 종교가 없는 집단이 종교가 있는 집단에 비해 높은 점수를 보인 문항은 행동화 방어기제를 나타내는 문항 중 “어쩔 수 없이 충동적으로 행동해 버릴 때가 있다”, 수동공격 방어기제를 나타내는 문항 중 “누가 나에게 억지로 무슨 일을 시킨다면 겉으로는 열심히 하는 척 해도 실은 건성으로 해 버린다”, 소비 방어기제를 나타내는 문항 중 “신경 쓰이는 일이 있을 때 담배를 피우거나 술을 마시면 기분이 한결 나아진다” 였다. 특히 소비 방어기제를 나타내는 “신경 쓰이는 일이 있을 때 담배를 피우거나 술을 마시면 기분이 한결 나아진다” 문항에서 점수 차이가 컸다(종교 무 3.81 > 종교 유 2.63).

적응적 방어유형에서 유의미한 차이를 보이는 문항은 승화 방어기제를 나타내는 문항인 “나는 마음이 불편할 때 건설적이고 창조적인 일로 불안한 마음을 달래곤 한다”, “나는 순간순간 겪게 되는 힘든 일들을 글을 쓰거나 그림을 그리면서 해소하곤 한다”, “힘들게 사는 다른 사람의 사정을 위로해 주다 보면 어느덧 내 마음의 아픔까지도 덜어지는 경우가 종종 있다.” 의 3문항 전체에서 종교가 있는 집단이 종교가 없는 집단에 비해 높은 점수를 나타냈다. 부정의 방어기제를 나타내는 문항인 “나쁜 짓은 하지도 말고 보지도 말라는 것이 내 삶의 힘이다”에서도 종교가 있는 집단이 종교가 없는 집단에 비해 높은 점수를 나타냈다.

자기억제적 방어유형에서 유의미한 차이를 보이는 문항은 억제 방어기제를 나타내는 “성에 대해 터놓고 이야기하기가 힘들다”와 반동형성 방어기제를 나타내는 “내 돈을 뺏어간 강도가 벌을 받기보다는 차라리 그 돈이 도움이 되었으면 좋겠다”, “화를 내도 시원찮을 사람에게조차도 매우 친절하게 대하는 경우가 있다” 였다. 3개의 문항 모두 종교가 있는 집단이 종교가 없는 집단에 비해 높은 점수를 나타냈다. 특히 반동형성 방어기제를 나타내는 “내 돈을 뺏아간 강도가 벌을 받기보다는 차라리 그 돈이 도움이 되었으면 좋겠다”의 문항에서 점수 차이가 가장 컸다(종교 무 2.32 < 종교 유 3.49).

마지막으로 갈등회피적 방어유형에서 유의미한 차이를 보이는 문항은 체념의 방어기제를 나타내는 “주위의 그 누구도 내가 가진 문제를 해결하는데 도움이 안된다.” 였다.

4. 종교 유형에 따른 자아방어유형

종교유형에 따른 자아방어유형을 비교 분석 결과는 다음 <표 6>와 같다.

<표 6> 종교유형에 따른 자아방어유형

구 분		평균	표준편차	F	P	사후분석 (Scheffe)
미성숙한 방어유형	무교	20.23	4.26	7.830	.000***	무교>원불교 개신교>원불교 천주교>원불교
	개신교	20.35	4.62			
	천주교	20.69	4.96			
	불교	18.54	4.13			
	원불교	17.86	4.22			
적응적 방어유형	무교	14.56	2.81	7.388	.000***	무교<원불교 개신교<원불교 천주교<원불교
	개신교	14.89	3.12			
	천주교	14.26	3.41			
	불교	15.42	2.62			
	원불교	16.28	2.88			

자기억제형 방어유형	무교	14.48	3.25	.709	.586	
	개신교	15.16	2.82			
	천주교	14.72	3.47			
	불교	14.92	2.94			
	원불교	14.90	2.99			
갈등회피적 방어유형	무교	5.77	1.99	2.458	.045*	
	개신교	5.56	1.78			
	천주교	6.05	1.96			
	불교	5.29	1.61			
	원불교	5.25	1.88			

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

미성숙한 방어유형에서는 유의수준 .001에서 집단 간 유의미한 차이가 있었으며, Scheffe 사후분석 결과 원불교를 다니는 집단이 개신교, 천주교, 무교 집단과 비교하여 미성숙한 방어유형의 점수가 유의미하게 낮았다. 적응적 방어유형에서도 유의수준 .001에서 집단 간 유의미한 차이가 있었으며, 사후분석 결과 원불교를 다니는 집단은 각각 개신교, 천주교, 무교 집단보다 적응적 방어유형의 점수가 유의미하게 높았다. 자기억제 유형에서는 집단 간에 유의미한 차이가 없었고, 갈등회피적 방어유형에서는 차이가 크지는 않지만, 유의수준 .05에서 집단 간 차이를 보이고 있었다.

5. 종교 경력에 따른 자아방어유형

종교경력에 따른 자아방어유형은 다음 <표 7>과 같다.

<표 7> 종교 경력에 따른 자아방어유형

구 분		평균	표준편차	F	P	사후분석 (Scheffe)
미성숙한 방어유형	1년 미만	19.62	4.84	1.653	.145	
	1-3년	21.08	4.07			
	3-5년	18.74	4.56			
	5-10년	20.10	5.20			
	10-20년	18.99	4.30			
	20년 이상	18.79	4.68			

적응적 방어유형	1년 미만	15.45	3.62	4.686	.000***	3-5년 < 20년 이상
	1-3년	14.23	2.51			
	3-5년	13.58	3.46			
	5-10년	14.66	2.99			
	10-20년	15.68	2.44			
	20년 이상	16.03	3.33			
자기억제형 방어유형	1년 미만	15.35	3.45	.606	.696	
	1-3년	15.61	2.61			
	3-5년	14.44	3.77			
	5-10년	15.08	2.92			
	10-20년	14.78	3.06			
	20년 이상	14.93	2.85			
갈등회피적 방어유형	1년 미만	5.10	1.55	1.201	.308	
	1-2년	5.32	1.94			
	3-5년	5.27	1.79			
	5-10년	6.00	1.96			
	10-20년	5.60	1.78			
	20년 이상	5.41	1.88			

***p<.001

종교경력에 따른 사용방어기제 검증 결과는, 미성숙한 방어유형에서 1~3년은 21.08, 5~10년 20.10, 1년 미만 19.62, 10~20년 18.99, 20년 이상 18.79, 3~5년 18.74 순으로 나타났으나 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다. 적응적 방어유형에서는 20년 이상 16.03, 10~20년 15.68, 1년 미만 15.45, 5~10년 14.66, 1~3년 14.23 순으로 나타났으며 이러한 차이는 유의수준 .001 통계적으로 유의미하였으며, Scheffe의 사후분석결과, 종교경력 3~5년과 20년 이상의 차이가 유의미하였다. 자기억제형 방어유형에서는 1~3년 15.61, 1년 미만 15.35, 5~10년 15.08, 20년 이상 14.93, 10~20년 14.78, 3~5년 14.44 순으로 나타났으나 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다. 갈등회피적 방어유형에서는 5~10년 6.00, 10~20년 5.60, 20년 이상 5.41, 1~3년 5.32, 3~5년 5.27 순으로 나타났으나 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다.

IV. 결론 및 논의

1. 종교인의 자아방어유형 특성

연구 결과 종교를 가진 집단은 종교를 갖지 않은 집단보다 적응적 방어유형의 점수가 높았다. 한편 종교를 갖지 않은 집단이 종교를 가진 집단보다 미성숙한 방어유형의 점수가 높을 것이라 예상하였으나 두 집단 간 유의미한 점수 차이는 없었다. 성숙한 방어유형의 점수는 종교를 가진 집단 내에서 종교경력이 20년 이상인 집단에서 가장 높게 나타났으며 그 차이는 종교경력이 짧은 집단과 비교하여 통계적으로 유의미하였다.

따라서 종교인은 무종교인과 비교하여 성숙한 방어기제를 더 많이 사용하나, 미성숙한 방어기제는 비슷한 수준에서 사용한다고 볼 수 있으며 종교인이 사용하는 성숙한 방어기제의 강도차이는 종교 경력에 따라 달라진다고 할 수 있다.

이러한 연구 결과는 정신적으로 건강한 사람은 적응적 방어와 함께 미성숙한 방어도 함께 사용 한다는 Vaillant(1976)의 연구와 일치되는 것이다. Vaillant(1976)에 의하면 적응적 방어(혹은 성숙한 방어)는 청소년으로부터 노인에 이르기까지 ‘건강한’ 사람들에게서 공통적으로 나타나는 것이고, 덜 성숙한 기제들의 잘 조화된 합성물로 생각할 수 있다.²⁴⁾ 김은경(1992)의 연구에서도 성숙한 방어유형을 사용할것이라 여겼던 집단에서 특정 유형의 방어기제만을 배타적으로 사용 하지는 않았다. 즉 이 집단에 속하는 사람들은 대체로 성숙유형에 해당하는 방어유형을 사용하기는 하되 극단적으로 높은 점수를 얻는 것은 아니며, 다소 미성숙한 유형의 방어기제라도 융통성 있게 사용할 수 있는 것으로 보였다.²⁵⁾

Greenberg 등(1983)의 연구에 의하면 사회적 바람직성의 영향을 많이 받는 사람들은 화가 나고 좌절해도 공격적 행동을 억제하며, 특히 불안이나 분노 같은 부정적 감정을 방어적으로 회피하였다.²⁶⁾ 또한 Pauls와 Stemmler(2003)의 연구에 의하면 이런 특징들은 이들이 인정을 추구하고 타인의 평가에 의존적인 성격을 가졌거나, 사회적 배척으로 인하여 자존감이 위협받는 것을 예방함으로써 이상화된 자기-개념을 유지하려는 것으로 이해되었다.²⁷⁾ 절대적인 종교적 교리와 신념에 영향을 받는 종교인들은 이러한 이상화된 자기-개념을 유지하려는 사회적 바람직성이 무종교인 보다 더 강할 것으로 예상해 볼 수 있다.

24) Vaillant, G. E., *Adaptation to life* (Boston: Harvard University, 1995), 한성열, 『성공적 삶의 심리학』 (서울: 나남출판, 2005), 140-141쪽.

25) 김은경, 『자아방어기제를 통해 본 방어성과 자기존중감간의 관계』 (고려대학교대학원 석사학위논문, 1992), 35-36쪽

26) Kiecolt-Glaser, & Greenberg, B., "On the use of physiological measures in assertion research", *Journal of Behavioral Assessment*, 5 (1983), pp. 97-109.

27) Pauls, C. A., & Stemmler, G., "Repressive and defensive coping during fear and anger", *Emotion*, 3(3) (2003), pp. 284-302.

박노권(2001)의 연구에 의하면 종교인들은 종교인으로서의 정체성이 지나치게 강조되면서 한 인간으로서의 정체성은 상대적으로 약화되어, 많은 종교인들이 많은 심리내적 (intrapsychic) 갈등을 경험한다고 하였다.²⁸⁾ 이러한 갈등은 종교적으로 이상화된 자기-개념을 유지하려는 데서 발생한다고 볼 수 있다. 따라서 종교인들이 지닌 높은 사회적 바람직성의 영향으로 전체적인 방어성이 높아져서 적응적이면서 동시에 비적응적인 방어유형이 함께 나타나는 것으로 생각해 볼 수 있다.

2. 종교인의 자아방어기제 특성

종교가 있는 집단과 종교가 없는 집단은 자아방어기제 활용에 몇 가지 차이가 있었다. 종교가 있는 집단은 종교가 없는 집단보다 승화의 방어기제 점수가 더 높게 나왔으며, 이러한 차이는 통계적으로도 유의미하였다. 유머, 전능, 억제에서도 종교 없음보다 종교 있음이 더 높게 나타났으나 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다. 다만, 억제의 방어기제중 성과 관련된 문항에서는 통계적으로 유의미한 차이가 있었다. 반동형성에서도 종교 없음 보다 종교 있음이 높게 나타났으며 이러한 차이는 통계적으로도 유의미하였다. 또한 철수, 취소, 체념, 격리에서는 종교 없음이 종교 있음 보다 높게 나타났으나 이러한 차이는 통계적으로 유의미하지 않았다.

무종교인과 비교하여 종교인이 갖는 자아방어기제의 특성을 정리해보면 다음과 같다.

1) 승화

종교인들은 무종교인 집단에 비해 ‘승화’의 방어기제를 많이 사용하는 것으로 밝혀졌다. 이 연구결과는 종교적 영향에 따른 방어기제 사용의 차이로 종교집단이 무종교집단보다 승화, 이타주의, 억제 등의 성숙한 방어기제들을 많이 사용한다고 보고한 박경화(1991)의 연구²⁹⁾와 맥을 같이 한다. 문항분석 결과를 통해 ‘승화’ 방어기제의 사용을 구체적으로 살펴보면 “나는 마음이 불편할 때 건설적이고 창조적인(기도, 명상, 선, 봉사활동) 일로 불안한 마음을 달래곤 한다”, “나는 순간순간 겪게 되는 힘든 일들을 글을 쓰거나 그림을 그리면서 해소하곤 한다”, “힘들게 사는 다른 사람의 사정을 위로해 주다 보면 어느덧 내 마음의 아픔까지도 덜어지는 경우가 종종 있다.”의 3문항에서 종교가 있는 집단이 종교가 없는 집단에 비해 높은 점수를 나타냈다. 이러한 결과는 종교인들이 신앙생활을 통한 창조적인 일(기도나 명상, 선, 봉사활동)로 스트레스상황을 극복하고 있음을 보여주는 것이다. 이에 반하여 무종교인들은 “신경 쓰이는 일이 있을 때 담배를 피우거나 술을 마시면 기분이 한결 나아진다”의 소비의 방어기제문항 점수가 종교인 집단과 비교하여

28) 박노권, 『목회현장에서의 갈등분석과 치유방안』, 『신학과 현장』, 11 (2001), 188-210쪽.

29) 박경화, 『한국인의 자아방어기제 연구』 (이화여자대학교대학원 박사학위논문, 1991), 33쪽.

유의미하게 높았다. 이렇듯 스트레스 상황에서 나타나는 방어기제 사용 모습을 볼 때 종교생활이 스트레스나 갈등상황 극복에 긍정적인 대처기제로 작용하고 있음을 알 수 있다.

그러나 단순히 겉으로 표현된 행동만으로 종교인 집단이 승화나 이타주의의 방어기제를 주로 사용한다고 단정할 수는 없다. Vaillant(1976)에 의하면 반동형성과 이타주의, 승화의 방어기제는 외면적으로는 차이가 없어 보인다고 하였다. 그러나 그 내면을 자세히 들여다보면 반동형성에 의한 봉사와 이타주의에 의한 봉사에는 큰 차이가 있었다. 같은 봉사활동이지만 이타주의에 의한 봉사에는 내면의 즐거움이 있었지만 반동형성에 의한 봉사활동은 내면의 즐거움이 없이 무미건조하였다. 단지 종교적 당위성과 의무가 있을 뿐이었다.³⁰⁾ 반동형성은 개인의 내적인 경험을 감추고, 외부적으로 과장된 ‘모범적인’ 행동을 보이는 것이다. 또한 Kaplan과 Sedock은 특정 방어유형(예: 통제, 전치, 해리, 이지화, 고립, 억압, 반동형성 등)이 성숙한(적응적) 방어유형과 미성숙한(비적응적) 방어유형 그 둘 사이에 모두 존재하며, 개인들의 방어의 적응적인 강도는 발달에 의해 조정된다고 하였다. 따라서 종교인 집단이 많이 사용하는 승화의 방어기제도 종교적인 성숙도에 따라서 질적인 차이가 있을 것이며 실제로는 반동형성의 방어기제가 승화의 방어기제처럼 나타나 보일 가능성도 배제할 수 없을 것이다.

2) 반동형성

종교인과 무종교인 집단의 자아방어기제 비교에서 가장 큰 차이를 보인 방어기제는 ‘반동형성’이었다. 자기억제적 방어유형인 반동형성에서 종교인 집단은 무종교인 집단보다 점수가 통계상 유의미하게 높았다. Vaillant(1976)에 의하면 “반동형성은 수용될 수 없는 충동에 정반대되게 나타나는 융통성 없는 태도, 감정 혹은 행동을 나타낸다. 건강한 성인의 발달에서 이것은 하나의 정류장으로서, 비행(delinquency)의 자식이자 이타주의의 부모가 된다.”고 하였다. 또 반동형성은 고행과 금욕주의로 이끈다고 하여 인격적으로 성숙하지 않은 종교인들에게 많이 나타날 수 있음을 암시하였다. 이 방어기제에는 강박 충동적인 경향이 기본적으로 존재한다. 이해령(2003)은 종교성향과 강박적 성격특성이 사고행위 융합에 미치는 영향에 대해서 연구하였는데 종교를 가진 사람은 종교가 없는 사람들보다 사고행위 융합 점수가 높고 특히 도덕성 사고행위 융합 점수가 높은 것으로 보고하였다.³¹⁾ 이는 종교를 가진 사람들이 그렇지 않은 사람들 보다 도덕적인 가치에 대해 더 민감할 수 있음을 시사한다. 방어기제로서 반동형성의 정의는 실제로 그 사람이 경험하는 인지적·정서적인 기능과는 정반대되는 과장된 도덕적 행동을 강조한다. 즉 반동형성에는 비난받지 않고 도덕적으로 우월하게 보이려는 과장되고 지나친 반응들도 포함된다. 반동

30) Vaillant, G. E., 앞의 책, 226쪽

31) 이기학 · 이해령, 「종교성향과 강박적 성격특성이 사고-행위 융합에 미치는 영향」, 『상담학연구』 4(3) (서울: 한국상담학회, 2003), 463-478쪽.

형성이 행동양식으로 고정되면 마치 그 사람의 성격의 일부인 것처럼 보이게 되고, 그 사람의 고귀한 품성으로 여겨져 오히려 많은 사람들로부터 칭찬을 받을 수 있다. 이런 긍정적 피드백을 받을수록 더욱더 반동형성에 의존한 ‘고결한’, ‘명예롭게 여겨지는’ 행동을 하게 된다.³²⁾ 이혜령(2003)의 연구에서 나타나듯이 종교인들은 도덕적 가치에 민감함으로 도덕적으로 우월하게 보이려는 욕구가 무종교인들보다 높을 것이며 이러한 욕구가 아직 인격적으로 성숙되지 않은 상태에서 발현이 될 때에는 반동형성에 의존한 ‘고결한’, ‘명예롭게 여겨지는’ 행동을 많이 하게 될 것이다. J. Clark(1998)는 이러한 반동형성의 사용은 사회문화적 영향을 많이 받으며 특히 자기가 속한 종교문화의 영향을 많이 받는다³³⁾고 하여 본 연구의 결과를 지지해 주고 있다.

3) 성적인 사고의 억제

종교인들은 무종교인 집단에 비교하여 ‘억제’의 방어기제를 많이 사용하는 것으로 밝혀졌다. 그러나 이는 통계적으로 유의미하지는 않았다. 다만 종교인들은 억제의 방어기제 관련 문항 중 성과 관련된 문항의 점수가 무종교인과 비교해서 통계적으로 유의미하게 높았다. 따라서 종교인들은 무종교인 집단과 비교하여 성적인 사고를 억압하고 있음을 알 수 있다.

종교와 성태도·성행동의 경험적 연구들에 관하여 국내외 연구를 개관한 한내창(2009)의 연구³⁴⁾를 보면 전체적으로 경험적 연구들의 결과들은 종교의 억제효과 가설을 지지하고 있는 것으로 나타났다. 즉 성에 대한 공포와 죄의식의 전통이 종교적 가르침에 담겨 개인들에게 가치로 내면화됨으로써 종교성은 성수용도나 성행동을 억제하는 방향으로 작용해온 것이다. 이러한 종교의 억제효과는 신봉종교에서 보수종단에 속하고, 종교활동에 적극적으로 참여하며, 스스로 종교적으로 열성적이라 생각할수록 높았다. 특히 오은규(2003)의 미혼 기독교남자청년들의 성 스트레스 연구에서 성 스트레스의 원인은 성적욕구 충동과 기독교신앙의 영향과 자신의 성 욕구에 대한 그릇된 인식이 주요한 요인임을 밝혀, 기독교 청년의 성 스트레스의 내용과 형태는 성적 욕구 불만과 심리 정서적 부담, 그리고 신앙의 갈등으로 나타난다고 보았다.³⁵⁾

일반적으로 종교인들은 종교의 교리를 내면화 하고 종교의 교리에 대한 신앙과 수행으로 성적인 정서를 유발할 수 있는 상황에서도 침착하거나 성과 관련된 정서표현을 적게 사용 경우가 있다. 그러나 자아방어와 건강의 측면에서 본다면, 표현을 비롯한 자연스

32) Clark, A. J., 앞의 책, 186쪽.

33) 위의 책, 188쪽.

34) 한내창, 『종교와 성태도·성행동의 경험적 연구들에 관한 국내외 연구 개관』, 『종교연구』 57 (서울: 한국종교학회, 2009), 31-55쪽.

35) 오은규, 『미혼 남성의 성에 관한 연구 : 기독교 청년들의 성스트레스를 중심으로』 (연세대학교대학원 석사학위논문, 2003), 76-77쪽.

러운 정서 과정을 억제하는 것이 심리 신체적 질환을 유발한다는 연구결과들이 보고되고 있어 신앙과 수행의 과정에서 나타날 수 있는 종교인들의 성숙한 억제를 평가절하 할 수 있는 가능성이 있어 보인다. 그러나 한편으로는 정서표현 억제의 역할에 대한 가설들이 무비판적으로 수용되고 있다는 비판 역시 제기되고 있다.³⁶⁾ 이러한 연구결과들은 억제가 적응적인지 부적응적인지에 대해 원론적인 의문을 제공한다.

이러한 모순에 대하여 King와 Emmons(1990)는 정서를 표현하는지 억제하는지의 이분법적 구분보다는 억제의 어떤 측면이 부적응적으로 작용하는지에 연구 초점을 맞추어야 한다고 주장하며 자신의 감정을 표현하고 싶은 욕구가 있는데 이를 억제하며 갈등하는 것을 ‘정서표현 양가성(Ambivalence over Emotional Expressiveness)’이라 개념화 하며, 정서표현이 적더라도 편안한 상태인 조용한 사람들과 억압되고 긴장되어 표현이 감소된 사람들을 구분하는 것이 중요하다고 이야기 하고 있다. 한편, Vaillant(2000)는 억제의 개념을 이면의 갈등이나 비수용성의 역동까지 포함하여 ‘억제는 갈등의 모든 요소를 마음속으로 억제하면서 행동, 감정적 반응, 관념적 걱정을 미루는 것’ 즉, 감정 표현을 보다 적절한 때와 장소로 미루기로 선택하는 성숙한 방어기제로 보았다.³⁷⁾ 따라서 억제에 대한 개념의 차이에서도 종교인이 사용하는 성과 관련된 억제의 방어가 적응적인지 부적응지에 대한 논란이 발생할 가능성이 있어 보인다. 따라서 본 연구에서 나타난 종교인의 성과 관련된 억제의 방어적 특성에 대하여 단순히 부적응적이라고 결론을 내리기 보다는 추후 억제의 어떤 측면이 부적응적으로 작용하는지 살펴볼 필요가 있다.

3. 종교유형별 자아방어유형의 차이

개신교, 천주교, 불교 원불교 집단은 몇 가지 방어유형에서 차이를 보였는데 가장 큰 특징은 원불교 집단이 개신교, 천주교 집단과 비교하여 미성숙한 방어유형의 점수가 낮고 적응적 방어유형의 점수가 높았으며 이는 통계적으로 유의미 하였다는 것이다.

Rachman(1998)이 주장하는 인지모델에서 자신의 생각 이 중요하다는 평가는 다양한 오류적 해석으로 이어지며, 생각의 의미에 과도하게 치중하게 하여 결과적으로 강박사고가 지속되는 데 기여한다고 설명하였다.³⁸⁾ 그리고 그 생각 자체에 과도한 의미를 부여함에 따라 생각과 행동의 경계가 허물어지면서 생각이 곧 행동과 같은 실제적인 의미를 띠고 있는 것으로 여겨지는 사고행위 융합을 보이게 된다고 주장하고 있다. Rachman(1993)

36) King, L. A., & Emmons, R. A., "Conflict Over Emotionnal Expression: Psychological and Physical Correlates", *Journal of Personality and Social Psychology*, 58 (1990), pp. 864-877.

37) Vaillant, G. E., "Adaptive mental mechanism : Their role in a positive psychology", *American Psychologist*, 55(1) (2000), pp. 107-118.

38) Rachman, S., "A cognitive theory of obsessions: Elaborations", *Behavior Research and Therapy*, 36 (1998), pp. 385-401.

은 사고행위 융합 중 가능성 융합이 생각의 존재로 인하여 그러한 사건이 실제로 발생할 가능성이 높아진다는 왜곡된 인지적 평가라면, 도덕성 융합은 부정적인 생각을 하는 것은 실제로 그런 행동을 저지른 것과 마찬가지로 평가한다고 주장³⁹⁾하였다. 특히, Shafran, Thordarson & Rachman(1996)은 이러한 사고행위융합의 발달에 종교나 문화적요소도 개입한다고 주장하면서, 가톨릭에서 ‘간음, 불경, 공격적 사고는 죄이다’라고 하는 것이 사고행위융합 발달에 일정역할을 했을 것⁴⁰⁾이라고 제안한바 있다.

한편 Rassin와 Koster(2003)는 사고행위융합의 경향이 높은 사람이 종교를 가지게 될 가능성도 높을 것이라고 주장하였다. 또한 종교별로 볼 때 개신교인이 천주교인이나 불교인보다 사고행위 융합점수와 도덕성 사고행위 융합점수가 유의미하게 높게 나타났다고 보고하였다. 특히 개신교는 도덕성사고행위 융합과는 정적으로 높은 상관을 보였으나 가능성 사고행위 융합과는 부적으로 상관이 있었다는 보고를 하였다. 이에 대하여 기독교가 도덕적 가치관단을 더 엄격하게 적용하기 때문이라고 설명하였다.⁴¹⁾

실제로 나광진(2010)의 연구에서 성적침투사고를 겪는 남성목회자들은 성적인 사고(또는 심상, 충동)가 떠오른다는 것은 그 생각이 매우 중요하다는 것을 의미한다고 해석하고 있었다. 즉 성적침투사고를 경험하는 것은 실제로 그러한 행동을 하는 것만큼 나쁜 일(도덕적 사고행위 융합)이라고 생각하는 것이었다. 예를 들어 “목사인 내가 이런 성적인 충동을 가지고 있다는 것은 실제로 이러한 성적인 행동을 하는것과 다를 바 없이 나쁜 일이야.”와 같이 사고와 행위를 혼동하는 경향⁴²⁾이 있었다. 단지 부정적인 성적생각이나 도덕적으로 용납할 수 없는 성적생각을 떠올리는 것만으로도 직접적으로 의도하지 않은 성적인 행위나 결과를 이끌 수 있다고 해석하고 믿는 것이었다. 이렇듯 도덕성사고행위 융합이 높고 가능성 사고행위 융합이 낮은 개신교 집단과 개신교 집단보다는 도덕성사고행위 융합이 낮지만 원불교보다는 도덕성사고행위 융합이 높을 것으로 예상되는 천주교 집단의 사고행위융합 특성으로 인해 방어유형검사 응답 시 도덕적 가치관단을 원불교 집단보다 더 엄격하게 적용 했으리라 여겨진다. 이와 반대로 수행이나 생활 중 일어나는 다양한 침투사고에 대하여 원불교 『정전』에서는 “망념이 침노하면 다만 망념인 줄만 알아두면 망념이 스스로 없어지나니, 절대로 그것을 성가시게 여기지 말며 낙망하지 말라”고 지도하고 있다. 즉 원불교 교리에서는 도덕성사고행위 융합 자체를 또 다른 망념(분별작용)

39) Rachman, S., “Obsessions, responsibility, and guilt”, *Behaviour Research Therapy*, 31 (1993), pp. 149-154.

40) Shafran, R., Thordarson, D. S., & Rachman, S., “Thought-action fusion in obsessive compulsive disorder”, *Journal of Anxiety Disorders*, 10 (1996), pp. 379-391.

41) Rassin, E., & Koster, E., “The correlation between thought-action fusion and religiosity in a normal sample”, *Behaviour Research and Therapy*, 41 (2003), pp. 361-368.

42) 나광진, 『성적침투사고를 겪는 남성목회자들의 심리적 경험』 (백석대학교기독교전문대학원 박사학위논문, 2010), 111쪽.

으로 보기 때문에 도덕성사고행위의 융합이 일어날 가능성이 개신교나 천주교 보다 낮을 것으로 여겨진다. 또한 침투사고 자체를 없애려는 노력이 또 하나의 분별이며 오히려 침투사고가 더 많이 일어날 수 있도록 자극한다고 보고 있다. 중요한 것은 모든 분별과 주착을 내려놓고 즉, 판단중지하고 일어나는 침투사고를 있는 그대로 바라보는 것이 가장 적절한 대처임을 원불교 경전⁴³⁾에서는 밝히고 있다. 이러한 영향들로 인해 원불교 집단이 개신교, 천주교 집단과 비교하여 미성숙한 방어유형의 점수가 낮고 적응적 방어유형의 점수가 높게 나타난 것으로 여겨진다. 다만 이러한 결과를 해석함에 있어 단순히 원불교 집단이 다른 종교집단보다 정신건강이 성숙하다고 단정 짓기는 어려우며 각 종교가 지닌 교리적 특성이 사고행위융합 경향성을 통해 방어기제에 영향을 미치는 경로를 좀 더 심층적으로 살펴볼 필요가 있을 것이다.

4. 연구의 제한점

첫째, 본 연구의 한계로 표본 선택에 있어서의 통제부분을 들 수 있다. 종교인들의 자아방어기제 점수를 측정함에 있어 인과관계가 분명하게 증명되지 못했다. 본 연구는 종교인들의 성숙한 방어기제 점수가 높은 것은 자기가 속한 종교의 영향 때문이라는 기본가정에서 출발했다. 그러나 종교인들에게서 성숙한 방어기제의 점수가 높은 것이 종교의 영향 때문인지 원래부터 성숙한 사람이 종교생활을 많이 해서 점수가 높은 것인지 불분명하다. 또한 종교경력이 오래될수록 성숙한 방어기제의 점수가 높아졌는데 이 또한 나이가 들어감에 따른 성숙의 효과인지 종교생활의 효과인지 분명하지가 않다. 따라서 좀 더 정확한 연구가 이루어지려면 종교 신앙 전후로 방어기제를 측정한 후 비교해야 할 것이다.

둘째, 종교성이라는 주관적 요소를 규정하는 문제이다. 같은 종교의 신자라고 해도 각자가 가진 경험과 자아강도 등 내적 요인에 따라서 그 종교에 대한 믿음과 이해 정도가 다를 것이다. 그러나 본 연구에서는 종교에 대한 믿음과 이해의 정도차를 고려하지는 못하였다.

셋째, 인구학적 변인이 충분히 통제되지 못한 한계가 있다. 본 연구에서는 종교 종류를 분류할 때 현실적인 한계로 인하여 기독교와 불교의 종파(또는 교파)를 고려하지 못하였다. 한국종단협의회에 불교는 26개 종단이 등록되어 있고, 개신교도 장로교, 감리교, 침례교, 성결교의 주요 종파가 있다. 이 외에도 수많은 종파가 있고, 각 종파 안에서도 수많은 분파가 있다고 할 수 있다. 또한 기성종단에 의해 리스트에 오른 수많은 이단종파가 있다. 따라서 각 종교가 갖는 특성 외에 불교나 기독교의 경우 종파에 따라 달라질 수 있는 차이를 본 연구에서는 충분히 고려하지 못하였다.

43) 『정전』, 제3 수행편, 제4장 제2절 좌선의 방법.

넷째, 방어유형을 측정하는 방법과 관련된 문제이다. 본 연구에서 방어유형은 자기보고식 척도에 의해서 측정되었다. 본래 방어는 무의식적 과정으로 자기보고식 척도에 의해서 측정하는 것은 무의식적 과정의 의식적 파생물을 측정한다는 의미이다. Davidson과 MacGregor(1998)에 의하면 자기 보고에 의해 방어유형을 측정하는 것은 손쉽게 방어기제를 측정할 수 있다는 장점은 있지만 본질적으로 무의식적 과정인 방어과정을 이해하는데 다소 제한이 있고 정신병리에 대한 예측 타당도가 떨어진다는 단점이 있다.⁴⁴⁾ 특히 본 연구에서 사용된 한국판 방어유형 질문지(Korea - Defense Style Questionnaire: K-DSQ)는 본래 개별 방어기제보다는 방어유형을 보기 위한 것으로 개별 방어기제 차이를 알아내는 데는 한계가 있다. 또한 각 기제의 문항수가 다르기 때문에 종교인의 주요 정신기제가 무엇인지를 알아내는 데는 한계가 있다. 따라서 일반적인 방어기제 연구에서 권장되는 바와 같이 종교인들의 정신기제를 연구함에 있어서도 정신 역동적 임상 면담이나 심리검사를 통해서 방어기제를 측정하고 이것을 자기보고식 척도의 결과와 함께 사용하는 연구가 필요하다고 본다.

그럼에도 불구하고 본 연구는 처음으로 한국의 4대종교(불교, 개신교, 천주교, 원불교) 종교인의 방어기제 특성을 무종교인과 비교하여 분석해 보았다는 데 그 의의를 둘 수 있을 것이다. 본 연구 결과를 통해서 종교인들이 좀 더 성숙한 정신건강을 영위할 수 있도록 각 종단에서 종교 신자를 교육하는데 본 연구가 기초적인 자료가 될 수 있기를 기대해 본다.

44) Davidson, K, & MacGregor, M. W., "A critical appraisal of self-report defense mechanism measures", *Journal of Personality*, 66(6) (1998), pp. 965-992.

참고문헌

- 김은경. 「자아방어기제를 통해 본 방어성과 자기존중감간의 관계」. 고려대학 교대학원 석사학위논문. 1992.
- 김지영 · 조혜영 · 김윤영 · 조성훈 · 황의완. 「한의과대학생들의 자아방어기제 특성에 대한 예비적 연구」. 『동의신경정신과 학회지』. 19(3). 2008.
- 나광진. 「성적침투사고를 겪는 남성목회자들의 심리적 경험」. 백석대학교기독교전문대학원 박사학위논문. 2010.
- 박경화. 「한국인의 자아방어기제 연구」. 이화여자대학교대학원 박사학위논문. 1991.
- 박노권. 「목회현장에서의 갈등분석과 치유방안」. 『신학과 현장』. 11. 2001.
- 오은규. 「미혼 남성의 성에 관한 연구: 기독 청년들의 성스트레스를 중심으로」. 연세대학교 대학원 석사학위논문. 2003.
- 이기학 · 이혜령. 「종교성향과 강박적 성격특성이 사고-행동 융합에 미치는 영향」. 『상담학 연구』. 4(3). 서울: 한국상담학회. 2003.
- 이윤아 · 이기학. 「억압적 성격 성향자의 적응적/비적응적 특성에 관한 비교 연구」. 『한국심리학회지: 사회 및 성격』. 18(3). 서울: 한국 사회 및 성격심리학회. 2004.
- 조성호. 「한국관 방어유형 질문지 타당화 연구」. 『한국심리학회지: 상담 및 심리치료』. 11(2). 서울: 한국상담심리학회. 1999.
- 조영아 · 전우택 · 민성길. 「북한이탈주민의 종교성향과 자아방어유형」. 『한국기독교상담학회지』. 8. 서울: 한국기독교상담학회. 2004.
- 『정전』. 『원불교전서』. 익산: 원불교출판사, 1977.
- 통계청. 『시도별 종교인구』 (2005년 인구총조사).
- 한국갤럽. 『한국인의 종교와 종교의식: 제4차 비교조사』. 서울:한국갤럽. 2004.
- 한내창. 「종교성이 정신건강에 미치는 영향에 관한 연구」. 『한국사회학』. 36(3). 서울: 한국 사회학회. 2002.
- 한내창. 「종교와 성태도 · 성행동의 경험적 연구들에 관한 국내외 연구 개관」. 『종교연구』. 57. 서울: 한국종교학회. 2009.
- Bergin, Allen, E. "Religiosity and Mental Health: A Critical Reevaluation and Meta-Analysis". *Professional Psychology: Research and Practice*, 14. 1983.
- Bond, M., Gardner, S., Christian, J., & Sigal, J. "Empirical study of self-rated defense styles". *Archives of General Psychiatry*, 40. 1983.
- Clark, A. J. *Defense mechanisms in the counseling process*. 『방어기제를 다루는 상담기법』. 김영애 외. 서울: 김영애가족치료연구소. 2005.
- Davidson, K, & MacGregor, M. W. "A critical appraisal of self-report defense mechanism measures". *Journal of Personality*, 66(6). 1998.
- Donelson, E. "Psychology of religion and adolescents in the United States: past to present". *Journal of Adolescence*, 22.
- Gartner, John, Dave B. Laeson, & George D. Allen. "Religious commitment and mental

- health: A review of the empirical literature”. *Journal of Psychology and Theology*. 19.
- Kaplan, H. L., & Sadock, B. J. *Comprehensive textbook of psychiatry IV*. Baltimore: Williams & Wilkins, 1989.
- Kiecolt-Glaser, & Greenberg, B. “On the use of physiological measures in assertion research”. *Journal of Behavioral Assessment*. 5. 1983.
- King, L. A., & Emmons, R. A. “Conflict Over Emotionnal Expression: Psychological and Physical Correlates”. *Journal of Personality and Social Psychology*. 58. 1990.
- 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.
- Perry, J. C., & Cooper, S. “What do cross-sectional measures of defense mechanisms predict?”. In G. E. Vaillant (Ed.). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington, DC: American Psychiatric Press. 1992.
- Perry, J. C. “Longitudinal studies of personality disorder”. *Journal of Personality Disorders*. (suppl. Spring). 1993.
- Pauls, C. A., & Stemmler, G. “Repressive and defensive coping during fear and anger”. *Emotion*. 3(3). 2003.
- Rachman, S. “A cognitive theory of obsessions: Elaborations”,. *Behavior Research and Therapy*. 36. 1998.
- Rachman, S. “Obsessions, responsibility, and guilt”. *Behaviour Research Therapy*. 31. 1993.
- Rassin, E. & Koster, E. “The correlation between thought-action fusion and religiosity in a normal sample”. *Behaviour Research and Therapy*. 41. 2003.
- Salkovskis, P. M., Shafran, R., Rachman. S., & Freeston, M. H. “Multiple pathways to inflated responsibility beliefs in obsessional problem: possible origins and implications for therapy and research”. *Behavior Research and Therapy*. 37. 1999.
- Shafran, R., Thordarson, D. S., & Rachman, S. “Thought-action fusion in obsessive compulsive disorder”. *Journal of Anxiety Disorders*. 10. 1996.
- Spilka, B., Shaver, P., & Kirkpatrick, L. “A general attribution theory for the psychology of religion”. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 24. 1985.
- Vaillant, G. E, & Schnurr, P. “What is a case? A 45-Year study of psychiatric impairment within a college sample selected for mental health”. *Archives of General Psychiatry*. 45. 1988.
- Vaillant, G. E. “Ego mechanisms of defense and personality psychology”. *Journal of Abnormal Psychology*. 103(1). 1994.
- Vaillant, G. E., Bond M., & Vaillant, C. “An empirically validated hierarchy of defense mechanisms”. *Archives of General Psychiatry*. 43. 1986.
- Vaillant, G. E. “Adaptive mental mechanism: Their role in a positive psychology”.

- American Psychologist*, 55(1), 2000.
- Vaillant, G. E. *Adaptation to life*. Boston: Harvard University, 1995. 한성열. 『성공적 삶의 심리학』. 서울: 나남출판, 2005.
- Ventis, W. Larry. "The relationship between religion and mental health". *Journal of Social Issues*, 51.

원고접수 : 2012년 1월 13일 1차 심사 : 1월 25일 게재승인일 : 2월 13일

연구자소개 : 박세훈

① 전공 : 아동·가족학 / 소속 : 연세대학교 아동·가족학과

② 관심영역 : 인성교육, 마음공부, 종교심리, 청소년 상담

③ E-mail : won7672@nate.com

Abstract

Characteristics on Ego Defense Mechanism of Believers in Religion: Focused on Comparison with Persons without Religion or Unbelievers

Park, Saehoon

Yonsei University

The purpose of this study was to examine characteristics on ego defense mechanism of believers in religion compared with unbelievers. Korea—Defense Style Questionnaires (K-DSQ) have been administered to a sample of 456 Buddhists, Christians, Catholics, Won-Buddhists and persons without religion living in Seoul and Gyeonggi-do. It was reviewed the difference of ego defense mechanism according to the religions and the kinds of religions based on t-test and One-way ANOVA. The results indicated that:

1) The group that hold religious beliefs had higher scores at the adaptive defense style compared with the group that didn't.

2) The score of defensive mechanism such as sublimation and reaction formation was higher too.

3) The Won-Buddhists got lower scores at the immature defense style and had higher scores at the adaptive defense style compared with the Christians and the Catholics.

The outcome of this study and the direction for future research were discussed.

Key words: Believers in Religion, Ego Defense Style, Ego Defense Mechanism, Sublimation, Reaction Formation