

청소년의 종교, 영성과 정신건강의 관계

김 상 원(이화여자대학교 교수)

I. 들어가면서

최근 심리학과 의학 등 여러 학문분야에서 종교와 영성에 대한 관심이 높아지고 있는 가운데, 청소년발달 연구에서도 이 주제가 주목받기 시작하였다(King & Roeser, 2009). 종교심리학은 긴 역사를 가지고 있으나, 행동주의에 대한 지나친 강조가 종교와 영성이 비과학적이라는 오해를 낳으면서 적절한 관심을 받지 못해왔다. 그러나 최근에 이르러서 인간을 전인적 관점에서 이해하려는 시도와 함께 인간 삶에서 중요한 부분을 차지하는 종교와 영성에 대한 학문적 관심이 새롭게 일기 시작하였다.

전통적으로 심리학에서 종교와 영성은 종교라는 구인에 포함되었으나, 최근에는 서구의 문화와 과학에서 종교와 영성을 구분하기 시작하였다. 이러한 구별에 대한 논쟁은 여전히 계속되고 있으며, 오늘날 종교와 영성 연구에서 개념적 정의 문제가 쟁점이 되고 있다. 그러나 종교를 사회문화적이고 역사적인 조직화된 체계로 정의하고, 영성을 개인적인 차원에서의 의미와 행복 추구로 보는 관점이 일반적으로 설득력있게 받아들여지고 있다. Koenig, McCullough와 Larson(2001)의 정의에 따르면 종교는 믿음, 행위, 의식과 상징으로 이루어진 조직화된 체계로서 개인이 성스러움(The sacred) 또는 초월적인 존재(예, 신, 절대자, 궁극적 진리)에 대해 친밀감을 느끼도록 촉진하며, 개인이 타인과 갖는 관계와 타인에 대한 책임을 이해하도록 하는 기능을 한다. 이에 반해, 영성은 성스러움 또는 초월자와의 관계, 의미, 삶에 관한 궁극적인 질문에 대한 답을 찾고자하는 개인적 추구로써 종교와 관련될 수도 있지만 무관할 수도 있다. 한편 종교심이란 종교의식에 참여하는 외적 행위와 더불어 종교적 가치와 가르침을 내면화하는 것을 뜻하며 또한 개인적으로 성스러움이나 초월자에게 다가가려 하는 추구를 포함한다.

미국 성인을 대상으로 종교와 영성의 관계에 대해 알아보았을 때 대부분의 사람들은 스스로를 ‘종교적이면서 영성적’이라고 묘사한 반면 소수의 사람들은 자신들을 ‘영성적이지만 종교적이지 않다’고 칭하였다(Zinnbuaer & Pargament, 2005). 청소년들의 경우에 정기적으로 종교의식이나 행사에 참여한다고 해서 반드시 종교적이라거나 영성적이라고 보기는 어렵다. 이는 종교생활을 하는 일차적인 이유가 부모의 압력이거나 또래와 어울리기 위한 목적인 경우에 특히 그러하다(King & Roeser, 2009). 종교심과 영성의 관계에 대해 Zinnbuaer와 Pargament(2005)는 이 두 가지가 동일하지는 않으나 서로 유사하고 공유하는 점이 많다고 보았다. 물론 개인적, 종교적 관점에 따라 이에 대해 의견을 달리 할 수 있을 것이다. 그러나 필자는 앞서 제시된 학자들과 동일한 입장에서 학문적 대상으로서의 종교와 영성이라는 주제에 접근하고자 한다.

청소년기는 종교심 및 영성 발달에서 중요한 시기로 ‘영적 깨어남’의 시기라고 불리기도 한다

(Fowler, 1981; Good & Willoughby, 2008). 추상적 사고능력의 발달과 함께 청소년들은 의미에 대한 실존적 추구를 하고 전통적 종교 가치에 대해 도전하는 한편 스스로의 영성적 가치를 탐색하게 된다. 이러한 점에서 Erickson(1968)은 청소년기 정체감 형성에서 종교의 역할을 강조하였다. 많은 연구들은 종교와 영성이 성인의 정신건강에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였다(Koenig et al., 2001). 유사하게 청소년 연구에서도 종교와 영성이 우울, 물질사용 등의 문제행동을 감소시키는 보호요인으로 작용하고 삶의 만족도를 향상시키는 등 청소년의 정신건강에 긍정적으로 기여함을 보여주었다(Kim & Esquivel, 2011). 따라서 본 논문에서는 종교와 영성이 청소년의 내재화 문제, 외현화 문제 및 주관적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보고, 이러한 관계를 이해하는데 유용한 종교의 기능에 관한 이론들을 소개하고자 한다. 이를 통해 필자는 종교와 영성에 대한 청소년 연구자들의 관심이 증가되고, 또한 오늘날 우리사회에서 심각한 문제로 대두되고 있는 청소년들의 정신건강 문제를 이해하고 다루는데 도움이 되길 바란다.

II. 종교 및 영성과 청소년 정신건강의 관계

1. 내재화 문제

여러 연구결과들은 청소년의 우울과 종교심 및 영성 간의 부적 관계를 일관되게 보고해왔다. Pearce, Little과 Perez (2003)는 종교심과 영성의 어떤 측면이 우울과 연관되어 있는지를 구체적으로 살펴보았는데, 이들이 측정한 다섯 가지 측면에는 종교모임 참석, 개인적 종교행위(예, 영적 훈련, 기도), 종교심에 대한 자기평가, 종교모임내 문제, 종교모임으로부터 받는 지지가 포함되었다. 회귀분석 결과, 개인적 종교행위를 제외한 나머지 종교심과 영성 차원들은 각각 예상한 방향으로 우울을 유의하게 예측하였다. 그러나 이 차원들을 동시에 투입한 중다 회귀분석에서는 종교모임의 지지와 종교모임내 문제만이 우울을 각각 부적, 정적으로 예측하였다. 이러한 결과는 청소년의 우울증상을 감소시키고 예방하는데 있어서 종교집단이 제공하는 지지가 중요함을 시사한다.

Cotton, Larkin, Hoopes, Cromer와 Rosenthal(2005)은 종교심과 영성이 우울에 미치는 영향을 연구하는데 있어서 신에 대한 믿음, 종교의 중요성 등의 전통적인 질문 이외에 영성적 안녕(Spiritual well-being)이라는 개념을 추가하였다. 영성적 안녕은 종교적 안녕(Religious well-being)과 실존적 안녕(Existential well-being)으로 나뉘는데, 전자는 신과의 관계에서 느끼는 안녕감을 의미하고 후자는 종교와 무관하게 갖는 삶의 목적의식과 삶의 만족감을 뜻한다. 연구결과 높은 우울을 보이는 청소년들은 종교의 중요성을 높게 평가하는 한편 낮은 실존적 안녕감을 보였다. 이 결과는 우울한 사람들이 위안과 지지를 얻기 위해 종교에 더욱 의지하는 경향을 반영한 것일 수 있다. 또한 우울한 청소년들이 실존적 안녕감이 낮다는 결과는 종교적 믿음과 종교적 안녕감 보다 의미와 만족감이 청소년들의 우울을 감소시키고 예방하는데 보다 중요함을 말해준다.

이와 유사한 결과가 청소년의 불안과 영성에 관한 연구에서도 보고되었다. Davis, Kerr와 Kurpius(2003)은 영성적 안녕, 종교적 오리엔테이션, 사회적 지지가 위험집단 청소년들의 불안을 예측하는지를 살펴보았는데, 그 결과 영성적 안녕 중에서 실존적 안녕만이 유의하였다. 즉 실존적

안녕감이 높을수록 불안 수준이 낮은 것으로 나타났다. 이러한 결과에 기초할 때, 종교가 청소년들의 삶에 의미와 목적을 부여하지 못한다면 종교 그 자체로서는 청소년들의 우울, 불안 등 내재화 문제를 해결하는데 도움을 주지 못함을 알 수 있다.

2. 외현화 문제

선행연구들은 종교심이 높은 청소년들일수록 술, 담배, 마리화나 등의 물질을 사용하지 않는다는 일관된 결과를 보고하였다(Johnson, 2008). 또한 종교적인 청소년들은 물질사용에 대해 부정적인 태도를 보이는 것으로 나타났다(Francis & Mullen, 1993). 종교심은 청소년들을 물질사용으로부터 보호하는 역할을 하는데, Wills, Yaeger와 Sandy(2003)의 종단연구 결과 종교심은 스트레스가 청소년의 물질사용에 미치는 영향을 약화시켰다. 청소년의 종교심은 비행과도 부적인 관계를 보였다(Blakeney & Blakeney, 2006). Sloane과 Potvin(1986)은 종교를 중요하게 생각하고 교회에 자주 참석하는 청소년들이 그렇지 않은 청소년들에 비해 심각한 싸움에 가담할 확률이 50% 더 낮았다고 보고하였다. 또한 Johnson, Jang, Larson과 Li(2001)에 의하면 종교적인 청소년들은 비행행동에 대해 부정적인 태도를 보이고 비행 또래와 어울리는 경향이 적으며 비행행동에 가담하지 않는 것으로 나타났다. 종교적인 내용을 자주 접한 청소년들일수록 반사회적 행동을 하거나 폭력을 목격하거나 폭력의 피해자가 되는 가능성이 줄어들었다(Pearson, Jones, Schwab-Stone, & Ruchkin, 2003). 아마도 종교가 청소년들에게 긍정적 행동을 조성하는 도덕적 가치와 태도를 가르치고 삶의 의미와 목적을 제공함으로써 외현화 문제행동의 감소에 도움이 되는 것으로 보인다.

최근에는 영성적 덕목을 이용한 개입전략이 청소년들의 외현화 문제행동 치료에 효과적이라는 연구결과들이 보고되고 있다. 가장 주목받는 것으로 용서치료를 들 수 있는데, 용서는 다양한 종교전통에서 공통적으로 중요시되는 덕목 중의 하나이다. 이 치료법은 성인대상의 문헌에서는 이미 다양한 문제를 해결하고 증상을 완화시키는데 효과적인 방법으로 확고히 자리매김 되었다(Enright & Fitzgibbons, 2000). 상담 장면에서 용서치료를 사용할 경우 내담자와 상담자의 오리엔테이션에 따라서 이를 종교와 관련시킬 수 있지만 종교와 무관하게 사용할 수도 있다. 용서치료는 청소년 대상으로 그 연구가 확장되고 있는데, 심각한 외현화 문제행동을 보이는 청소년들을 대상으로 용서 치료를 사용하였을 때 이들의 문제행동이 유의하게 감소된 것으로 나타났다(Klatt, 2008; Perez, 2008). 또한 임상적인 관찰을 통해 볼 때 외현화 문제를 보이는 청소년들은 타인을 용서함으로써 그들의 분노를 해결할 수 있게 되었다(Enright & Fitzgibbons, 2000). 이러한 결과들은 종교적 맥락 밖에서 기존의 개입방식에 용서 등의 덕목을 포함시키는 것이 청소년의 외현화 문제행동 치료에 유용함을 시사한다.

3. 주관적 안녕감

주관적 안녕감에는 전반적인 삶의 만족도, 중요한 삶의 영역에서의 만족도, 높은 수준의 긍정적 정서 및 낮은 수준의 부정적 정서 등 여러 요소가 포함된다(Diener, 2000). 연구에 의하면

종교와 영성은 행복감에 긍정적 영향을 미치는데, 이러한 관계는 다양한 연령집단과 종교집단에서 공통적으로 발견되었다(예: Francis, Jones, & Wilcox, 2000; Abdel-Khalek, 2007).

일부 청소년 연구자들은 주관적 안녕감 중에서 삶의 만족도에 기여하는 종교심과 영성을 다양한 차원에서 살펴보았다. 그 결과, Kelley와 Miller(2007)는 일상적인 영적 체험, 용서, 긍정적인 종교적 대처와 종교모임의 지원이 삶의 만족도를 유의하게 예측하였으며, 특히 일상적인 영적 체험이 가장 강력한 설명력을 지녔다고 보고하였다. 일상적 영적 체험은 평소 개인이 신과의 관계에서 느끼는 친밀감을 뜻하는 것으로, 미국 한인 청소년들의 삶의 만족도를 예측하는 데에도 가장 중요한 변인으로 나타났다(Kim, Miles-Mason, Kim, & Esquivel, 2010, August). 이는 일상 생활에서 신과의 교류를 체험하고 신으로부터 지지받는다는 성스러움의 느낌을 촉진시키는 개입 전략이 안녕감을 향상시켰다는 연구결과와 일치한다(Goldstein, 2007; Pargament & Mahoney, 2002). 이러한 결과들에 기초할 때, 일상생활 가운데 신과의 친밀감을 느낄 수 있도록 돕는 개입이 청소년들의 삶의 만족감을 향상시키는데 효과적일 것으로 생각된다. 그러나 이러한 성스러운 순간에 초점을 맞춘 개입전략은 그리스도교의 맥락으로 제한해서 이해할 필요가 있다. 그리스도교 신앙에서는 신과의 개인적 관계를 통해 구원을 얻으며 삶의 의미를 찾는 경향이 있기 때문이다.

주관적 안녕감의 증진에 효과적인 또 다른 영성적 개입전략으로 불교의 명상법을 이용한 감사명상이 있다. 김동희(2008)는 감사명상을 통해 고등학생들이 자신은 물론 가족, 이웃, 사회, 삼라만상 등 주변의 모든 것에 대해 감사를 경험하고 표현하도록 하였는데, 감사명상을 한 청소년들이 그렇지 않은 청소년들과 비해 삶의 만족도와 긍정적 정서에서 유의한 증가를 보이고 부정적 정서에서는 유의한 감소를 보인 것으로 나타났다.

Ⅲ. 종교의 기능에 대한 심리학적 이론

종교와 영성이 청소년들의 삶에서 스트레스의 부정적 영향을 완화시키고 만족감을 증진시키는 현상을 이해하는데 있어서 심리학적 이론들이 유용한 틀을 제공할 수 있다. 이에 다양한 이론들 가운데 관계체계로서의 종교와 의미체계로서의 종교에 중점을 두어 설명하고자 한다.

1. 관계체계로서의 종교

부모-유아 애착이론은 종교 영역으로 확대 적용되어 왔다. Kirkpatrick(1997)은 그리스도교 전통에서의 신이 애착대상에 부합된다고 보고, 개인과 신의 관계를 부모와의 애착관계에 관련지어 설명하고자 하였다. 부모와의 애착이 유아를 위협으로부터 보호하는 기능을 하는 것과 유사하게, 종교는 스트레스나 다른 어려운 시기에 개인에게 위안과 안정감을 제공하는 관계적 체계로서의 역할을 한다.

Kirkpatrick(1997)는 두 가지 주요 가설, 즉 보상가설(The compensation hypothesis)과 정신모델 가설(The mental model hypothesis)을 제안하였다. 보상가설이란 부모와 불안정 애착을 형성한

개인이 유아기 때의 관계적 안정성의 부재를 보상하기 위해서 ‘사랑이 깃들고, 친근하며, 늘 곁에 있는 신’에 대한 믿음을 발달시킨다는 것이다. 연구결과 이 가설은 비종교적인 가정에서 지지되었는데, 비종교적인 어머니에게 회피 애착을 형성했던 사람들의 경우 성인이 되었을 때 종교적 성향이 더 강했고 종교활동에 더 열성적이었으며 신에 대해 보다 큰 친밀감을 보고하였다. 이들은 또한 극적인 회심의 경험을 보고하는 경향이 있었다. 청소년대상의 연구에서도 유사한 결과가 나타났는데, 유아기때 불안정 애착을 형성한 청소년들은 안정 애착을 형성한 청소년들에 비해 ‘사랑이 깃든 신’을 믿는 경향이 더 컸다. 이와 달리 정신모델가설(The mental model hypothesis)에서는 안정 애착이든 불안정 애착이든 어린 시절의 애착은 이후의 종교적 신념이나 신에 대한 관계적 이미지를 형성하는데 기초가 되는 정신적 모형으로 작용한다고 설명한다. 실제로 개인이 신과 갖는 애착은 그가 부모와 형성한 애착과 유사하였으며(Piedmont, 2005), 부모에게 안정적으로 애착된 사람들은 부모의 신앙이나 신에 대한 이미지를 받아들이는 경향이 있었다(Hertel & Honahue, 1995).

관련 연구들은 애착이론이 종교를 이해하는데 유용함을 확인해주었다. Eshleman, Dickie, Mera-sco, Shepard와 Johnson(1999)은 아동기 초기에서 중기로 넘어갈 때 아동들이 부모로부터 점점 더 멀어지는 반면, 신에 대한 친밀감은 더욱 증가한다고 보고하였다. 아동이 부모로부터 독립적이 되면서 신이 ‘애착 대리(attachment substitute)’가 된다는 이러한 결과는 독립성이 주요 특징인 청소년기에도 시사하는 바가 크다고 하겠다. 또한 Granqvist와 Hagekull(1999)은 애착의 안정성과 종교심의 유형 간에 관련성을 있음을 발견하였다. 성인의 경우 부모에게 안정 애착된 사람들은 사회성에 기초한 종교심을 보이는 반면, 회피 애착을 형성한 사람들은 정서에 기초한 종교심을 가지는 것으로 나타났다. 또한 불안정 애착은 갑작스런 종교적 회심과 관련되어 있었다. 청소년 연구에서도 유사한 결과가 보고되었는데, 불안정 애착을 가진 청소년들은 정서에 기초한 종교심을 보이고 종교적 변화에 대한 체험이 있으며 대안 종교에 대한 관심을 보이는 것으로 나타났다.

2. 의미체계로서의 종교

종교는 개인이 어려움에 직면할 때 그 사건에 의미를 부여해주고 삶의 목적을 찾게 해주는 의미체계(meaning systems)로서 기능한다. 예를 들어, 개인은 설명할 수 없는 사건 앞에서 신의 은총, 죄에 의한 과보, 혹은 구원 등의 종교적 귀인을 하게 된다. 의미를 찾음으로써 개인은 어려운 상황에서도 통제감을 가질 수 있으며 안정감을 형성할 수 있게 된다(Spilka, Hood, Hunsberger, & Gorsuch, 2003). Frankl(1963)은 삶의 의미추구는 심리적 안녕에 필수적이며 심리적 부적응은 삶의 목적이 결여된 결과라고 주장하기도 하였다.

관련 연구를 살펴보면, Werner(1996)는 적응유연성(resilience)이 높은 아동들은 영성적 가치를 통해 삶에 대한 긍정적인 관점을 유지하고 어려운 상황에서도 의미를 찾아간다고 보고하였다. 최근 청소년 연구 중에는 목적의 중요성을 강조하는 동향이 있는데, 그 중에서도 Damon, Menon과 Bronk(2003)는 목적의식이 친사회적 행동과 긍정적 관계를 보이는 반면, 내재화 및 외현화 문제행동과는 부정적 관계를 갖는다고 보고하였다. 이러한 결과들을 통해서 볼 때 종교를 통해

찾게 되는 삶의 목적과 의미가 어려운 상황에서 청소년들을 보호하는 완충역할을 한다고 볼 수 있다.

의미체계로서의 종교와 관련하여 주목할 만한 연구주제로 종교적 대처(Religious coping)가 있다. 이 분야의 개척자이자 권위자인 Pargament(2007)는 종교적 대처를 스트레스를 받는 시기에 '성스러움'에 관련된 방식으로 의미를 추구하는 것이라고 정의하였다. 대부분의 종교적 대처 연구는 성인 대상으로 청소년에 대한 연구는 많이 이루어지지 않았다. 유대인 청소년에 대한 연구에서는 스트레스 상황에서 청소년들이 사용하는 종교적 대처전략으로 신에게 도움 요청하기, 영성적 관점에서 어려움을 바라보기 등을 발견하였다. 종교적 대처전략은 특히 소수인종과 이민자 청소년들에게 중요한 보호요인으로 작용한다. 미국의 흑인 청소년들에 대한 연구에 따르면, 흑인으로서 안정적인 정체성을 가진 고등학생들에게서 종교적 대처전략의 사용이 가장 두드러졌으며(Constantine, Donnell, & Myers, 2002), 종교적인 흑인 고등학생일수록 흑인에 대한 미국 주류사회의 차별을 내면화하지 않는 것으로 나타났다(Brega & Coleman, 1999).

IV. 마치며

최근에 증가되고 있는 종교와 영성에 대한 관심은 전인적인 관점에서 청소년을 이해하는데 도움이 된다. 대부분의 연구들이 성인을 대상으로 하였고 청소년 대상의 연구가 상대적으로 부족한 실정이지만, 이제까지의 연구들은 종교와 영성이 청소년의 문제행동을 감소시키고 주관적 안녕감을 증진시키는 등 정신건강에 도움이 된다는 결과들을 보고하였다. 이는 종교와 영성이 청소년 발달에 갖는 잠재적 가치를 지지하는 것으로, 부모와 교육자를 비롯하여 청소년 전문가들에게 시사하는 바가 크다고 할 수 있다.

종교와 정신건강의 관계를 이해하는데 유용한 이론으로 두 가지 접근을 살펴보았는데, 먼저 관계체계로서 종교를 보는 관점은 스트레스를 받는 동안 어떻게 신과의 관계가 청소년에게 안전기반으로 작용하는지와 애착 불안정을 보상하는지에 대해 설명한다. 또한 의미체계로서의 종교에 대한 이론적 접근은 종교가 제공하는 삶의 목적과 의미가 청소년들에게 완충 역할과 함께 긍정적 발달을 이끄는 원동력이 됨을 보여준다. 특히 소수인종과 이민자 청소년들에게 종교적 대처가 중요한 보호요인으로 작용하다는 외국의 연구결과는 우리사회의 다문화가정 청소년들에게도 잠재적 함의를 가질 수 있겠다.

이제 주목받기 시작한 청소년의 종교와 영성 연구가 더욱 발전하기 위해서는 앞으로의 연구에서 다차원적이고 복잡한 현상인 종교심과 영성이 어떻게 정신건강에 영향미치는지 그 기제를 밝히는 것이 필요하겠다. 서구의 그리스도교 문화권에서 주로 이루어진 연구결과들이 다른 종교적 문화와 전통을 가진 우리사회의 청소년들에게 어떻게 적용되는지에 대한 연구 역시 향후 다루어야 할 중요한 과제이다.

【참 고 문 헌】

- 김동희 (2008). 감사 프로그램이 일반계 고등학생의 주관적 안녕감에 미치는 영향. 창원대학교 석사학위논문.
- Abdel-Khalek, A. M. (2007). Religiosity, happiness, health, and psychopathology in a probability sample of Muslim adolescents. *Mental Health, Religion & Culture*, 10(6), 571-583.
- Blakeney, R. F., & Blakeney, C. D. (2006). Delinquency: A quest for moral and spiritual integrity? In E. C. Roehlkepartain, P. E. King, L. Wagener, & P. L. Benson (Eds.), *The handbook of spiritual development in childhood and adolescence*(pp.371-383). Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.
- Brega, A. G., & Coleman, L. M. (1999). Effects of religiosity and racial socialization on subjective stigmatization in African-American adolescents. *Journal of Adolescence*, 22(2), 223-242.
- Constantine, M. G., Donnell, P. C., & Myers, L. J. (2002). Collective self-esteem and Afri-cultural coping systems in African-American adolescents. *Journal of Black Studies*, 32, 698-710.
- Cotton, S., Larkin, E., Hoopes, A., Cromer, B., & Rosenthal, S. (2005). The impact of adolescent spirituality on depressive symptoms and health risk behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 36, 529.
- Damon, W., Menon, J., & Bronk, K. C. (2003). The development of purpose during adolescence. *Applied Developmental Science*, 7(3), 119-128.
- Davis, T. L., Kerr, B. A., & Kurpius, S. E. R. (2003). Meaning, Purpose, and Religiosity in At-Risk Youth: The Relationship between Anxiety and Spirituality. *Journal of Psychology and Theology*, 31, 356-365.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. NewYork: Norton.
- Eshleman, A. K., Dickie, J. R., Merasco, D. M., Shepard, A., & Johnson, M. (1999). Mother god, father god: Children's perceptions of god's distance. *International Journal for the Psychology of Religion*, 9(2), 139-146.
- Fowler, J. W. (1981). *Stages of faith: The psychology of human development and the quest for meaning*. San Francisco: Harper Collins.
- Francis, L. J., & Mullen, K. (1993). Religiosity and attitudes towards drug use among 13-15 year olds in England. *Addiction*, 88(5), 665-672.
- Francis, L. J., Jones, S. H., & Wilcox, C. (2000). Religiosity and happiness: During adolescence, young adulthood, and later life. *Journal of Psychology and Christianity*, 19(3), 245-257.

- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning: an introduction to logotherapy*. Oxford, England: Washington Square Press.
- Goldstein, E. D. (2007). Sacred moments: Implications on well-being and stress. *Journal of Clinical Psychology, 63*(10), 1001-1019.
- Good, M., & Willoughby, T. (2008). Adolescence as a sensitive period for spiritual development. *Child Development Perspectives, 2*(1), 32-37.
- Granqvist, P., & Hagekull, B. (1999). Religiousness and perceived childhood attachment: Profiling socialized correspondence and emotional compensation. *Journal for the Scientific Study of Religion, 38*(2), 254-273.
- Hertel, B. R., & Donahue, M. J. (1995). Parental influences on god images among children: Testing durkheim's metaphoric parallelism. *Journal for the Scientific Study of Religion, 34*, 186-199.
- Johnson, B. R. (2008). A tale of two religious effects: Evidence for the protective and prosocial impact of organic religion. In K. K. Kline (Ed.), *Authoritative communities: The scientific case for nurturing the whole child* (pp.187-225). New York: Springer.
- Johnson, B. R., Jang, S. J., Larson, D. B., & Li, S. D. (2001). Does adolescent religious commitment matter? A reexamination of the effects of religiosity on delinquency. *Journal of Research in Crime and Delinquency, 38*(1), 22-44.
- Kelley, B. S., & Miller, L. (2007). Life satisfaction and spirituality in adolescents. *Research in the Social Scientific Study of Religion, 18*, 233-261.
- Kim, S., & Esquivel, G. B. (2011). Adolescent spirituality and resilience: Theory, research, and educational practices. *Psychology in the Schools, 48*(7), 755-765.
- Kim, S., Miles-mason, E., Kim, C. Y., & Esquivel, G. (2010, August). *Religiosity, spirituality, and life satisfaction in Korean American adolescents*. Poster presented at the annual convention of the American Psychological Association, San Diego, CA.
- King, P. E., & Roeser, R. W. (2009). *Religion and spirituality in adolescent development*. Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.
- Kirkpatrick, L. A. (1997). An attachment-theory approach to the psychology of religion. In B. Spilka & D. N. McIntosh (Eds.), *Psychology of religion: Theoretical approaches* (pp. 114-133). Boulder, CO: Westview.
- Klatt, J. (2008). Testing a forgiveness intervention to treat aggression among adolescents in a type 1 correctional facility: A pilot study. Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences (Vol. 69(5-A), 1670).
- Koenig, H. G., McCullough, M. E., & Larson, D. B. (2001). *Handbook of religion and health*. New York: Oxford University Press.
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. New York: Guilford Press.

- Pargament, K. I., & Mahoney, A. (2002). Spirituality: Discovering and conserving the sacred. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp.646-659). New York: Oxford University Press.
- Pearce, M. J., Jones, S. M., Schwab-Stone, M., & Ruchkin, V. (2003). The protective effects of religiousness and parent involvement on the development of conduct problems among youth exposed to violence. *Child Development, 74*(6), 1682-1696.
- Pearce, M. J., Little, T. D., & Perez, J. E. (2003). Religiousness and depressive symptoms among adolescents. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 32*, 267-276.
- Perez, J. (2008). A forgiveness protocol for adolescents with disruptive behavior disorders: A pilot study. Dissertation Abstracts International Section B: The Sciences and Engineering (Vol. 68(9-B), 6328).
- Piedmont, R. L. (2005). The role of personality in understanding religious and spiritual constructs. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion* (pp. 253-273). New York: Guilford Press.
- Sloane, D. M., & Potvin, R. H. (1986). Religion and delinquency: Cutting through the maze. *Social Forces, 65*(1), 87-105.
- Spilka, B., Hood, R. W., Hunsberger, B., & Gorsuch, R. (2003). *The psychology of religion: An empirical approach* (3rd ed.). New York: Guilford Press.
- Werner, E. E. (1996). Vulnerable but invincible: High risk children from birth to adulthood. *European Child & Adolescent Psychiatry, 5*, 47-51.
- Wills, T. A., Yaeger, A. M., & Sandy, J. M. (2003). Buffering effect of religiosity for adolescent substance use. *Psychology of Addictive Behaviors, 17*(1), 24-31.
- Zinnbuaer, B., & Pargament, K. I. (2005). Religiousness and spirituality. In R. Paloutzian & C. Parks (Eds.), *Handbook of psychology and religion* (pp. 21-42). New York: Guilford Press.

청소년의 종교, 영성과 정신건강의 관계

김 영 주(울산대학교 교수)

프로이드는 종교를 심리적 강박증이라고 보았고, 칼 마르크스는 심리적 아편이라고 정의한 바 있다. 따라서 시간이 흐름에 따라 종교는 사라질 것이라고 보았으나 오히려 우리는 영적인 붐을 맞이하고 있다. 신학분야에서 다루어지던 영적 종교적 주제를 학문분야에서 과학적 연구 대상으로 삼고 있는 것이다.

아동 청소년 분야도 예외는 아니어서 영적 발달을 인간발달 혹은 인간 기능의 한 분야로 보고 아동 청소년 발달에서 영성의 개념과 기능, 주요성에 관한 연구를 시작하고 있다. 그러나 아직까지 다른 분야(사회복지, 간호학, 상담 심리학 등)에 비해 아동 청소년 발달과 교육 분야에서는 생소하게 여겨지던 청소년의 종교, 영성과 정신 건강에 관한 원고를 받아 보게 되어 반가웠다.

연구자는 종교와 영성 연구에서 영성에 대한 개념을 정의하고, 특히 청소년기를 “영적 깨어남”의 시기로 보고 있다. 더 나아가 우리 사회에서 심각한 문제로 대두되고 있는 청소년의 정신 건강 문제를 이해하고 다루는데 종교와 영성을 차용하고 있다. 구체적으로 청소년의 우울이나 불안과 같은 내재화 문제, 물질남용이나 비행행동과 같은 외현화 문제에 영성적 덕목을 이용한 개입전략을 사용할 것을 제안하고 있다.

또한 종교와 영성을 기존의 심리학적 이론 체계를 빌어 설명하였다. 먼저 관계체계로서의 종교로, 어릴 때 부모와 형성한 애착이 절대자인 신과의 관계에 그대로 적용이 되는지(정신모델 가설), 아니면 반대로 적용이 되는지(보상가설)를 살펴보았다. 또한 종교가 의미체계로서 어떻게 기능하는지를 살펴보았다. 예를 들면 종교나 영성이 심리적 기능을 강화하고, 아동과 청소년의 대처기능의 하나로서 작용한다는 것이다.

토론자는 연구자가 원고에서 논의한 바대로 영성이 현대 아동 및 청소년 교육의 문제점을 해결하기 위한 대안이 될 수 있다는 것에 대해 적극 동의한다. 아동 교육 분야에서도 영성적 관점에서 아동을 바라보고 교육해야 한다는 반성에 따라 홀리스틱 교육, 발도르프 교육, 생태 유아 교육, 명상이나 산책 등을 활용한 명상 교육 등이 실시되고 있다.

그러나 현재 일어나고 있는 아동 및 청소년 발달과 교육 연구 동향에서 몇 가지 문제점을 부연하고자 한다. 첫째는 최근 영성이 개인주의적 경향을 지닌다는 것이다. 연구자의 원고에서도 나타난 바와 같이 개인의 심리적 기능을 향상시키고 내적 자아의 발전을 위해 영성을 강조하는 것이다. 그러나 영성이 자아와 타인, 공동체와 절대자 혹은 신적이 존재에 관한 인식이라고 본다면 이러한 현재의 개인주의적 경향에 대한 반성이 필요하다. 두 번째 비판은 영성을 실용주

의적 맥락에서 보는 경향이 강하다는 것이다. 즉 영성의 본질적 특성인 신성 자체에 관심을 두기보다 개인적 삶의 변화에 초점을 둔다는 것이다. 실용주의적 영성의 목적은 개인 안에 내재한 신성을 깨닫는 것이 아니라 훌륭하고 효율적인 인간을 만들어내는데 있으나 이는 올바른 영성 교육이라고 보기 어렵다. 마지막으로 최근 들어 강조되는 영성 연구와 교육의 한계는 일상적 삶과 영적인 삶이 분리되어 있다는 것이다. 공동체적 선을 실천하기 보다는 내적 세계나 심리적 기능에 몰두하는 경향이 있다.

이처럼 아동 청소년 교육에서 영성 연구와 교육의 왜곡된 측면은 영성을 있는 그대로 받아들이기 어려운 현대사회의 문제를 반영하는 것이기도 하다. 영성을 있는 그대로 받아들이기 어려운 첫 번째 문제는 연구자가 서두에서 언급한 바와 같이 영성과 종교성을 혼동하는 것이다. 영성과 종교성은 유사하지만 같은 것이 아니다. 영성은 좀 더 넓은 의미로 신념과 가치관을 일컫지만, 종교는 보다 문화적이고 형식적이고 제도적인 것이라고 할 수 있다. Byers(1992)가 말하기를 종교는 생명과 창조와 삶의 의미에 대한 보편적인 질문에 대한 특정한 대답이며 영성은 그 질문에 대한 보편적이면서 일반적인 관심이다. Elkind(1992)도 영성은 좁은 의미에서 영성은 종종 일련의 특정한 종교적 신념을 나타내는 데 사용되고, 넓은 의미에서의 영성은 종교적 신념과는 관계없이 일상의 삶에서 사랑, 용서, 관용과 같은 인간의 가장 고상한 자질에 관한 것이라고 하였다. 우리가 다루어야 할 영성은 넓은 의미에서 비종교적인 의미의 영성¹⁾이다. 즉 영성은 특정 종교가 아니라 지능과 같이 인간이라면 누구에게나 내재되어 있는 것이며, 이는 교육과 환경에 의해서 계발되거나 지체될 수 있는 것이라고 보는 것이다.

이상으로 청소년의 종교, 영성과 정신건강에 관한 이론적 고찰을 통해 아동 및 청소년의 영성 발달과 교육에 관한 관심을 불러일으켜 준 연구자에게 감사하며 토론을 마치고자 한다.

1) 비종교적인 영성이란 다른 말로 다문화 영성이라고도 할 수 있다. 다문화 영성이란 유신론자(천주교, 개신교, 이슬람교 등을 모두 포함), 무신론자, 불가지론자, 다신론자, 무속 신앙 숭배자들이 문화적 구성, 사회적 역할, 그리고 개인적 특이성 이전에, 혹은 그것을 넘어서, 혹은 가장 깊게, 그리고 근본적으로 우리가 누구인가에 대한 분명한 자각에 이르는 것이다. 이러한 자각을 바탕으로 타인과의 관계에서 모든 종교와 법의 기초이며 근본이 되는 황금률(남에게 대접받고자 하는 대로 너희도 남을 대접하라)을 따르는 것이다.