

대학생의 영성, 감성,
우울과의 상관관계 연구

**A Study on Correlation Among University
Students' Spirituality, Emotion, and Depression**

연세대학교 보건대학원

지역사회간호학과

장 은 주

대학생의 영성, 감성,
우울과의 상관관계 연구

지도 이 원 희 교수

이 논문을 보건학석사 학위논문으로 제출함

2006 년 6 월 일

연세대학교 보건대학원

지역사회간호학과

장 은 주

장은주의 보건학석사 학위논문을 인준함

심사위원_____인

심사위원_____인

심사위원_____인

연세대학교 보건대학원

2006 년 6 월 일

감사의 글

인생의 가장 어두운 곳에서 나를 부르시고 내 삶의 근원이 되시고 목적이 되시며 주인 되시는 여호와 하나님께 감사와 찬양을 드립니다.

특별히 하나님의 은혜와 믿음과 사랑으로 논문 전 과정을 무사히 마칠 수 있도록 인도해주시고 지도해 주신 이원희 교수님과 김선아 교수님 그리고 바쁘신 중에도 세심한 논문지도와 함께 끊임없이 기도해 주시고 격려해 주신 담임목사님이신 김주형 교수님께 존경과 감사를 드립니다. 학부 때부터 지금까지 오랜시간동안 어려운 시간마다 빛으로 인도해주시며 부족한 제자를 변함없이 아껴주시며 도움을 아끼지 않으시고 사랑해주신 한옥자 교수님께 깊은 감사와 사랑 드립니다.

저를 위해 끊임없이 기도하고 격려해 주신 분들이 있었기에 이 논문을 쓸 수 있었음을 고백합니다. 특별히 저를 위해 기도해주시고 격려해 주신 배선영 사모님과 힘이 되고 의지가 되어준 이주미 선생님과 송주은 선생님 그리고 교회 지체들, 함께 논문을 쓰는 힘든 과정 속에도 함께 한 대학원 동기 홍민순 선생님과 재현이 그 외 동기들 그리고 특별히 격려와 도움을 주신 대학원의 박동수 선생님께 깊은 감사를 드립니다. 또한 대학원 과정을 마칠 수 있도록 허락해주시고 배려해주신 고려대학교 직장동료 선생님들과 시험기간임에도 불구하고 설문에 도움을 준 여러 학생들에게 감사의 마음을 전합니다. 힘든 순간마다 용기와 힘을 주었던 사랑하는 나의 친구이자 삶의 동역자들인 승이, 성미, 혜란이, 효중이에게도 사랑과 감사의 마음을 전합니다. 그리고 멀리서 늘 지켜주시고 힘이 되어주시는 부족한 저를 위해 수고와 헌신의 삶을 사신 아버지, 어머니, 언니들과 형부들에게 감사와 존경과 사랑을 드립니다. 끝으로 이 논문이 나오기까지 가장 큰 도움을 주었던 하나님께서 보내주신 선물, 영원한 나의 멘토이자, 동역자인 사랑하는 나의 동생 은량이에게 감사와 함께 이 논문을 드립니다.

2006년 6월 장은주 올림

차 례

표차례	iii
국문요약	iv
I. 서 론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구목적	4
3. 용어의 정의	5
II. 문헌고찰	7
1. 우울	7
2. 청년기(대학생 우울)	9
3. 영성	10
4. 감성	13
III. 연구방법	16
1. 연구설계	16
2. 연구대상 및 표집	16
3. 연구도구	17
4. 신뢰도 분석	19
5. 자료분석방법	20
6. 연구의 제한점	21

IV. 연구결과	22
1. 연구대상자의 일반적 특성	22
2. 주요 변수 측정	24
1) 우울	24
2) 영성	27
3) 감성	29
3. 하위 변수와의 상관관계	33
1) 우울과 영성과의 상관관계	33
2) 우울과 감성과의 상관관계	33
3) 영성과 감성과의 상관관계	34
4. 주요 변수와 생활 습관과의 관계	35
1) 우울과 생활습관과의 관계	35
2) 영성과 생활습관과의 관계	36
3) 감성과 생활습관과의 관계	37
V. 논의	38
VI. 결론 및 제언	40
참고문헌	43
부 록	49
영문초록	73

표 차 례

표 1. 신뢰도 분석	19
표 2. 연구대상자의 일반적 특성	22
표 3. 우울 감정	25
표 4. 긍정적 감정	26
표 5. 신체적 및 둔화적 행동	27
표 6. 종교적 영적 안녕	28
표 7. 실존적 영적 안녕	29
표 8. 감성인식 능력	30
표 9. 감정 조절 능력	31
표 10. 동기 부여 능력	32
표 11. 우울과 영성과의 상관관계	33
표 12. 우울과 감성과의 상관관계	33
표 13. 영성과 감성과의 상관관계	34
표 14. 우울과 생활습관과의 관계	35
표 15. 영성과 생활습관과의 관계	36
표 16. 감성과 생활습관과의 관계	37

국 문 요 약

이 연구는 우울관련요인을 파악하고 우울에 미치는 변수로써 우울과 영성과 감성이 어떠한 관계가 있는지 규명하기 위한 상관관계 연구이다. 영성, 감성, 우울과의 관계를 분석하여 대학생들의 정신건강 증진을 위한 중재 방안을 위한 기초 자료를 제시하고자 시도하였다.

연구도구로써 우울 측정 도구로는 미국 정신 보건연구원(National Institute of Mental Health: NIMH)에 의해 1971년에 개발된 자기보고형(self-report) 우울척도로 신승철 등(1991)에 의해 번안한 CES-D(the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)이며, 영성 측정 도구로는 Paloutzian 과 Eillison(1982)이 개발한 영적안녕 척도를 최상순(1990)이 번안한 것으로 사용하였고, 감성 측정 도구로는 Goleman(1995)의 EQ검사를 기초로 장대익(2002)이 제작한 '정서지능 검사지'를 사용하였다.

이 연구의 대상자는 서울소재 K대 1,2,3,4학년 재학생들로 576명으로 자료수집기간은 2006년 5월 29일부터 2006년 6월 9일까지 설문지를 통해 수집하였으며 자료의 처리와 분석은 SPSS Windows 13.0프로그램을 이용하였다. 대상자의 인구학적 특성은 빈도분석과 교차분석을 하였고, 인구통계변인별 반응의 차이와 대상자의 우울, 영성, 감성 정도는 T-test와 분산분석(ANOVA)을 이용하였고, 우울, 영성, 감성간의 관계는 Pearson's 상관관계 분석을 하였다. 분석한 주요 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 영성 지수가 높을수록 우울 지수는 낮아지는 것으로 나타났으며

($r=-.26, p<.001$), 실존적 영적 안녕과는 비교적 높은 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=-.56, p<.05$).

둘째, 감성과 우울이 상관관계를 갖는 것으로 감성지수가 높을수록 우울이 유의미하게 낮아지는 것으로 나타났다($r=-.34, p<.05$). 하위변수 간에도 비교적 높은 상관관계를 보여 감성은 우울에 음의 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 우울에 미치는 영성과 감성은 통계적으로 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=.31, p<.05$). 영성과 감성지수가 높을수록 우울이 유의미하게 낮아져 통계적으로 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

이상의 연구결과를 종합해볼 때 영성과 감성지수가 높을수록 우울지수가 낮아지는 것으로 영성과 감성과 우울은 서로간의 밀접한 상관관계를 보인다는 것으로 나타났다. 우울 완화를 위해 영성과 감성을 높일 수 있는 간호중재의 개발과 독자적인 간호중재로 임상실무에서 적극 활용할 필요가 있다고 보고 앞으로의 연구하는 일은 상당한 의미 있는 연구라고 사료된다.

핵심되는 말 : 우울, 영성, 감성

I. 서 론

1. 연구의 필요성

최근의 세계적인 자료들은 현대의 전염병이라고 할 수 있는 우울이 현대적인 삶의 방식의 채용과 병행하여 전 세계적으로 확산되고 있음을 보여주고 있다. 우울은 기계문명의 급속한 발달과 인간관계의 복잡성에 대응해야 하는 정신적 부담이 가중됨으로 발생하는 질병으로 알려져 있다. 우울은 모든 연령층에 걸쳐 광범위하게 확산되어 현대의 가장 일반적인 정신, 정서적 장애 중의 하나가 되고 있다. 외국의 경우 건강 서비스 센터를 이용한 학생의 53%가 우울에 걸려있다고 보고하고 있다(Mkize, Nonkelela, & Mkize, 1998). 우울에 걸릴 가능성은 나이와 함께 증가하지만, 가장 높은 증가세는 청소년기에 발생하는 것처럼 세대가 이어짐에 따라서 우울 초기 증세를 보이는 연령층이 자꾸 낮아지고 있는 것이다. 세계보건기구(WHO)와 미국 하버드대 보건 대학원이 1990년부터 5년간 실시한 연구를 보면 2020년에는 전 세계적으로 우울이 심장병에 이어 두 번째 주요 사망 원인이 될 것이라고 예측했다. 우울은 대부분의 사람들을 정신적 신체적으로 쇠약하게 할 뿐 아니라 쉽게 재발한다는 점에서 임상적인 연구에 많은 주제가 되어왔다.

우리나라에서도 최근 사회적 이슈가 되고 있는 자살증가의 원인 중 하나가 우울로 나타났는데, 15세 이상의 성인 9명 중 1명이 경증 이상의 우울을 앓고 있다는 연구 결과가 나왔다(2003. 정영성). 우리나라 여성의 우

울은 신경정신질환의 약 41.9%, 남성은 29.3%를 차지함에 따라(WHO,2003) 가장 일반적인 정신건강 문제로서 대두되고 있다.

자신의 정체성을 찾는 발달 단계에 놓여 있는 청소년들은 특히 심리적인 혼란을 경험하게 된다. 대학생 시기는 발달상 청소년 후기에 해당하며, 이 시기에는 사춘기에서 성인기로 이행하는 과도기적 단계로 우리나라 대학생들은 고교시절 대학입시 준비로 인해 청소년 시기에 거쳐야 할 중요한 발달과제들을 제대로 성취하지 못한 채 대학에 입학하는 경우가 많다. 성인초기 대학생들은 자율적이고, 책임감 있는 생활태도 및 사고방식, 미래에 대한 생활설계의 구상, 전공공부 및 대인관계 특히 최근 대학생들은 지속되는 경제 불황과 관련된 청년실업률 증가로 이전 대학생과는 다른 생활을 하고 있다. 대학생의 이러한 경험은 가장 에너지가 많고 활동적인 시기에 신체적 건강은 물론 정신적, 사회적 건강을 위협하는 요인이 되고 있다 (Choi,2003).

대학생들은 스스로의 자유와 권리를 가지고 대학생활을 능동적이고 자율적으로 대처하고자 하지만 그동안 지속해 온 의존적, 수동적인 습성이 강하게 남아 있기 때문에 대학생활에의 적응문제는 쉽지 않다. 이로 인해 대학생들은 비효율적인 대처행동인 술, 담배, 도박이나 약물남용, 자살의 정신장애와 관련이 있는 것으로 나타나고 있다(Rhode et al.,1994). 이처럼 대학생의 우울은 정서적인 문제로부터 시작하여 행동 및 신체적 증상까지 문제를 야기 시킬 수 있는 잠재변인이 될 수 있다. 이와 같이 건강관리에 소홀하기 쉬운 성인 초기에 바람직한 건강증진행위 수행을 유도하고 건강한 학교생활 형성을 격려한다면 향후 중년기, 노년기의 건강증진도 도모할 수 있다는데 중요성을 가질 수 있다.

인간을 총체적 존재(total being)로 볼 때 인간으로서의 진인성을 가꾸어주는 진인건강의 에너지가 바로 영성(spirituality)이고, 이는 종교적인 신념이나 행위를 의미하는 것 이상의 인간의 내적 자원의 총체로서 인간을 활기 있도록 돕는, 건강 유지에 있어 필수적인 요소이다(Hill & Smith, 1985). Creagan(1997)은 사회적 지지체계와 영성 그리고 종교는 안녕감 증진, 우울과 불안감소, 면역감시 체계가 증진되어 질병치료 및 영적건강에 긍정적인 영향을 끼치는 것으로 보고하였다. 또한 영적안녕의 정도가 높은 사람은 부정적인 처지와 환경에도 불구하고 자신의 생에 대해 긍정적인 태도를 보이며, 내적인 조화와 평화, 감사와 만족, 타인과의 지지적인 관계 등으로 특징지어 진다고 설명하였다(Voughan, 1986). 이처럼 선행연구를 통해 영성은 삶의 안녕(well being)의 본질적인 부분에 영향을 미치거나 변화시킬 수 있는 영향력을 있는 힘을 가지고 있어 우울과 밀접한 관련성이 있다고 보고되고 있다.

우울의 원인을 새롭게 분석해 보면 감성지수(EQ: Emotional Quotient)의 결핍이 뚜렷하게 드러난다. 즉 인간관계 기술의 부족과 실패에 대한 비관적인 사고로 인해 우울이 더욱 조장되는 것이 그것이다. 우울증은 유전적인 결정에 기인하지만, 그런 경향성의 다른 측면은 인생의 작은 실패, 즉 좋지 않은 성격, 사회의 배척 등에 대한 반응하는 비관적인 사고방식에 기인한다고 보고되고 있다(Daniel Goleman, 1995). 오늘날 많은 사람들이 지능지수(IQ)도 중요하지만 감성지수(EQ)가 사실상 더 중요하다고 하는 것도 이를 뒷받침해주고 있다. 버클리(Buckley)는 주장하기를 감성과 영적발달은 아주 깊은 관계가 있기 때문에 그리스도인들은 하나님의 사랑을 받아들이고 그 사랑을 먼저 가정에서 실천해야 한다고 했다(1987). 이처럼 영성

발달을 위해서도 정서적 발달이 매우 중요하다는 것을 강조하였다.

언급한 바와 같이 우울연구에 대한 중요성과 심각성은 많은 연구에서 지적되어 왔다. 하지만 지금까지 선행연구에서는 우울과 영성 또는 정신건강과 감정(감성지능)에 대한 연구가 일부 이루어졌고 우울과 감정, 영성을 함께 고려하거나 상호관계를 분석하는 연구는 거의 이루어지지 않았다. 이 연구를 통해 우울관련요인을 파악하고, 영성, 감정, 우울과의 상관관계를 분석하여 우울에 미치는 변수 중 영성과 감정이 중요한 요소인 것을 연구에서 밝히고 대학생들의 바른 자아개념 확립과 올바른 인생의 방향을 제시하는 정신 건강증진을 위한 중재 방안을 위한 기초 자료를 제시하고자 한다.

2. 연구 목적

이 연구는 우울과 감정과 영성이 어떠한 관계가 있는지 규명하기 위한 상관관계 연구이다. 그에 따른 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) 대학생의 우울과 영성과의 관계를 분석한다.
- 2) 대학생의 우울과 감정과의 관계를 분석한다.
- 3) 대학생의 영성과 감정과의 관계를 분석한다.
- 4) 대학생의 영성, 감정, 우울과의 상관관계를 분석한다.

3. 용어의 정의

1) 우울(Depression)

이론적 정의: 우울은 스트레스 적응과정에서 불안이나 갈등과 더불어 흔히 나타내는 자신에 대한 부정적인 인식의 결과를 의미하는 것으로 여러 가지 신체적 징후와 증상을 동반하며, 근심, 침울함, 실패감, 무력감, 무가치함으로 나타나는 정신적 상태(Feibel & Springer, 1982)를 말하는 것이다.

조작적 정의: 이 연구에서는 자기보고형 우울척도인 CES-D(the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)를 신승철 등(1991)에 의해 번안한 도구로 측정한 점수를 말하며 높을수록 우울의 정도가 심한 것을 의미한다.

2) 영성(Spirituality)

이론적 정의: 신, 자신, 타인, 사회/환경과의 수직적, 수평적 차원에서 신과의 관계성에 대한 종교적 안녕감과 자기 삶에 대한 의미와 목적을 인식하고 삶에 만족하는 실존적 안녕감을 포함한다(Paloutzian & Ellison, 1982).

조작적 정의: 이 연구에서 영성의 측정은 1982년 Palortzian과 Ellison이 개발한 영적안녕척도를 최상순(1990)이 한국어로 번안한 도구로 측정한 점수

를 말한다. 점수가 높을수록 영적으로 더욱 안녕한 것을 의미한다.

3) 감성(EQ: Emotional Quotient)

이론적 정의: 자신의 감정을 인지하는 능력, 자신의 감정을 조절하는 능력, 충동억제와 긍정적 사고로 자신을 동기화 하는 능력, 타인 감정을 인지하는 능력, 감정이입을 통한 대인관계 다루는 능력 등의 5단계 과정을 통해 자신의 내부, 대인관계, 학습상황, 자신의 활동 영역을 효과적으로 이끌어 내어 만족스러운 삶을 살 수 있도록 하는 고차원적 능력이다. 구체적으로 감성능력은 자아통제 능력, 자신을 동기화 하는 능력, 타인을 동기화 시키는 능력, 인내력 충동을 자제하면서 타인의 깊은 감정을 읽어내어 부드럽게 조정하는 능력, 좌절과 고통에 극복하는 능력, 희망을 가지는 능력, 위험을 대처하며 지배할 수 있는 능력이다.

조작적 정의: 이 연구에서 감성지능을 측정하기 위해 사용된 Goleman(1995)의 EQ검사를 기초로 장대익(2002)이 제작한 정서지능 도구로 측정한 점수를 말한다. 점수가 높은 수록 감성지능이 높다는 것을 의미한다.

Ⅱ. 문헌고찰

1. 우울(Depression)

사전적 의미에서 우울이란 ‘걱정이나 가벼운 슬픔으로 반성 없이 공상함’이다(이회승,1994). 우울은 일상생활에서 흔히 경험할 수 있는 현상으로 흥미나 즐거움이 감소되고 슬픈 감정이나 우울감을 지속적으로 느끼는 것이라고 정의하였다(American Psychiatry Association, 1997). 정신과에 영역에서도 가장 흔한 증세의 하나로 슬픈 감정으로 대개 불안, 신경쇠약, 후회 등이 대표적인 증상이고 그 밖에 슬픔, 공허함, 좌절감, 절망감, 죄책감, 무기력, 등의 정서적 증상과 일상생활에 대한 의욕 저하, 성욕 및 식욕 감퇴 등의 동기적 증상을 보인다. 인지적인 면에서는 주의 집중의 곤란, 기억력, 사고력, 판단력의 저하, 과제 수행 능력의 저하 등의 증상이 나타나고 행동적인 면에서는 사회생활 및 대인관계의 위축과 곤란, 지연행동, 우유부단한 행동 등을 보인다. 생리적 또는 신체적 측면에서는 피곤함, 활력 감소, 소화불량, 두통, 불면 등의 증상을 보인다(이홍철,1995).

정신분석학적 이론에 기초를 둔 연구들(Freud, 1957; Blatt, Wein, Chevron, & Quinaln, 1979)은 무기력한 불안과 연관되는 우울 상태의 병리적 정동은 안정감을 유지하기 위하여 대상이나 개인적 애착관계를 강박적으로 유지해야 하는 사람에게서 일어난다고 제시한다. Freud 는 우울은 상징적 혹은 실질적으로 사랑하던 대상의 상실에 기인한다고 한다. 우울을 일으키는 원인은 구강기에 이미 형성되는데, 구강기에 고착된 사람은 의존

적인 성격으로 발전하며 이러한 의존적인 사람이 애정의 대상을 상실하게 되면 그 대상에게 가지고 있던 양가감정과 죄의식이 자신에게 향하게 되어 우울을 느끼게 된다고 하였다.

행동주의적 입장에서는 반응-강화의 관계가 붕괴됨으로써 우울증이 일어난다고 하였다. Charles Ferster(1973)는 외부자극에 반응하는 비율의 감소가 일반화되어 개인에게 우울증이 일어난다고 하였다. Lewinshon은 우울은 반응에 수반되는 낮은 비율의 정적 강화에 기인한다고 한다. 즉 어떤 행동을 했을 때 적절하고 알맞은 강화를 적게 받게 되면 우울이 일어난다고 보는 입장으로 강화의 감소가 인지적, 정서적 장애를 동반하는 우울증을 일으키는데 무조건적인 자극이 된다는 것이다(Blancy,1977).

인지론적 입장에서 임상적 관찰에 기초한 Beck(1967)의 인지이론(cognitive theory)과 Seligman(1975)의 학습된 무기력 이론에서 발전된 귀인적 이론(attributional theory), 그리고 Higgins(1987)의 자기 불일치 이론(self-discrepancy theory)이 있으며, Burns(1980)의 이론에 기반을 완벽주의 관점 내에서도 설명이 되고 있다. Beck(1967,1976)은 우울한 사람들의 자기에 관한 지각과 평가는 부정적이고 주로 환경의 부정적인 측면을 처리하는 경향이 있다고 제안하였다. 사람의 특징은 자기 자신의 현재와 미래에 대한 가능성을 부정적으로 평가하는 사고적 특징을 가진다. 따라서 우울한 사람들은 보다 더 긍정적인 해석이 가능한 때에도 상황을 부정적으로 지각한다(Beck,1978).

우울한 사람은 우울하지 않은 사람과는 대조적으로 자기 자신을 부정적으로 지각하며 부정적인 내용에 더 많이 기억하며, 자신의 기분과 일치하는 정보가 회상될 확률이 높다고 할 수 있다(임양화, 1991).

2. 청년기(대학생) 우울

청년의 시기를 ‘제2의 탄생’ ‘반항기’ ‘질풍노도의 시기’ ‘심리적 이유기’라고 말하는데 이 시기에는 성인이 되기 위한 준비의 기간이고 경험하지 못한 새로운 미지의 세계로 들어가는 변화의 시기이다. 올포트는 ‘자기에 대한 새로운 탐색기’라고 했으며 에릭슨은 ‘정체감의 위기’ 또는 ‘심리, 사회적 집행유예기’라고 부르며 가장 중요한 발달과제는 ‘정체감 형성’이라고 했다. 그러한 청소년들은 발달 과정상 전인적인 발달을 도모하여야 하는데 이것은 인간이 유기체적인 통일성을 가진 기능적 개체이기 때문이다. 따라서 전인적인 발달은 신체적, 정서적, 인지적, 사회적, 도덕적, 영적 발달을 포함한다.

이처럼 청년기에 속하는 대학생 시기는 발달상 사춘기에서 성인기로 이행하는 과도기 단계로써 여러 가지 문제를 경험하게 되는데, 이 과정에서 적응에 실패할 경우 여러 가지 부적응 문제들이 나타날 수 있다. 대학생은 학업 및 학교생활 적응, 경제문제 해결, 가치관 정립, 진로 의사결정, 직업 선택 또는 준비, 이성교제, 배우자 선택 등과 관련된 문제를 겪게 되고, 이 과정에서 적응에 실패할 경우 우울등과 같은 정신적인 문제들이 나타날 수 있다. 발달과업을 제대로 이루지 못하면 전 생활에 걸쳐 문제가 일어날 수 있다. 또한 정서적으로 독립을 해야 하는 중요한 시기이면서도 이전의 부모에게 가졌던 의존성 때문에 갈등이 오게 되고 우울 등의 심리적 현상이 생긴다. 드 장(De Jang)은 선택의 어려움, 긴장과 근심, 시간을 다루는 긴급한 일, 경망스러움 행동, 집중력의 결핍, 경쟁에 대한 두려움, 부정적인 자아관등의 원인으로 자아확립에 어려움을 겪으면 혼란을 가져온다고 했다

(천정웅,1987) 그래서 해결되지 못한 마음들로 인해 열등감, 죄책감, 적개심 등이 나타날 수 있다고 했다(정정숙).

실제 대학생을 대상으로 정신건강 실태를 조사한 결과에 따르면 많은 대학생들이 부적응이나 정신건강 문제가 간과할 수 없는 수준에 이르고 부적응 문제를 유형별로 보았을 때 우울이 가장 많은 것으로 나타나고 있다. 사실상 대학 상담기관에서 내담자들이 호소하는 대부분의 문제는 우울과 직· 간접적으로 연관되어 있다고 볼 수 있다. 모든 측면에서 발달과 성숙을 하는 중요한 시기이고, 성인기까지 영향을 미치며 여러 가지 신체증상 및 문제행동, 부적응 같은 행동과도 연관되어 있다.

3. 영성(Spirituality)

영성이라는 말이 일반적으로 쓰일 때는 문자 그대로 “정신”(spirit)을 뜻하기 때문에 매우 광범위하게 적용되며 이에는 기독교를 포함한 모든 종교의 정신이나 사상, 그리고 한 시대의 뛰어난 인물의 정신과 삶에도 적용될 수 있다고 주장한다(김외식). 이러한 맥락에서 본다면 영성은 기독교에서만 소유한 것이 아니라 불교나 타종교에도 고유의 영성이 있으며, 인간의 사상이나 철학에도 영성이 있음을 알 수 있다(2004)

인간의 영성에 대한 연구결과들에 의하면 영성의 선행요인은 영(spirit)이며, 이는 천성적으로 인간에게 본질과 같은 것으로 활력을 주는 힘, 인격을 통합하는 힘, 절대자와 연결시키는 근원 등, 기능으로서의 의미가 있고, 인간 실존의 기본구조의 신, 자신, 타인, 사회 환경과의 관계에서 인간에게 내재된 영이 촉매기능을 할 때 영성이 발현되고, 인간 내(intra-personal),

인간 간(inter-personal), 인간 초월적(trans-personal)관계로 영향을 미치는 역동력이 있는 것으로 설명하였다(이미라, 2003: 강경아, 2000: 김강미자와 이병숙, 1998:Reed, 1992: Burkhardt., 1989:Carson, 1989:Ellison,1983).

인간의 내면에 존재하는 영(spirt)을 인지하고 영이 역동하는 사람은 신, 자신, 타인, 사회 환경과의 관계 속에서 자기를 이해하고, 사랑과 평화가 있는 조화로운 관계성, 자기 초월, 절대가치와 절대자의 믿음, 삶의 의미와 목적 인식, 희망 등의 영적 충만감 즉, 영적 안녕감을 경험한다(김주형, 2004; 오복자와 강경아, 2000:Miller & Thoresen, 2003; Seeman, et al, 2003:Halstead & Mickley, 1997). Paloutzian & Ellison(1982)은 신과의 관계에서 편안함을 느끼고 종교적 안녕감과 자기 삶의 목적과 가치를 인식하고 삶에 만족하는 실존적 안녕감을 포함하는 것으로 설명하였다.

기독교적 영성 개념에서 인간이 하나님과 역동적이고 인격적인 관계를 세우고 유지하는 영성을 충족시키기 위해 필요한 영적요구로서 하나님과 이웃과의 화해, 용서하고 용서받는 것, 사랑하고 사랑받는 것, 기쁨과 소망을 주고 받으며, 삶의 의미와 목적을 찾는 것을 포함한다고 설명하였다(Shelly 와 Miller/이원희 등 2002, Shelly/윤귀남 2001). 이것은 영성이 개인의 사고, 감정, 태도 및 행동으로 발현되고 이웃과의 관계에도 영향을 주기 때문이다(Musick et al., 1998; 오복자, 강경아,1999). 영적인 건강은 초월자와의 영적인 관계가 건강에 표현되는 것을 말하며, 이는 자기 자신의 건강, 이웃과의 건강한 관계에 표현되어지며(Chapman,1986), 영적인 건강은 타인과의 사랑, 용서, 믿음, 그리고 긍정적인 미래에 대한 희망으로 나타난다(Highfield, 1992; Fish & Shelly, 1978). 즉 초월적 존재와의 관계가 원활하면 개인의 마음과 정신은 긍정적인 상태가 되며 이는 다시 육체에

영향을 준다고 할 수 있다(이미라,1998).

영성이 건강에 미치는 영향에 대해 Stoll(1990)은 영이 사람의 전체적인 것을 통합하고 활기를 돋게 하는 삶의 방향과 질서를 제공하고, 몸이나 정신 속에 함께 통합되어 깊이 생각하게하고, 인내와 자기 절제를 통해 기분을 조절하며, 마음의 평정을 찾게 할 수 있고, 신체의 반응을 안정시키며 회복시키는 힘을 발휘하며, 영은 신체적 장애나 고통을 초월하게 하여 정서적, 영적 건강과 성장을 경험하게 한다고 주장하였다. 그리고 영적 에너지를 통해 사고과정에 긍정적 영향을 받게 될 때 마음이 안정되며 이로 인해 몸은 더욱 영양이 풍부해지고 안녕을 유지하게 된다고 Neuman(2002)은 주장하였다.

영성과 건강간의 관련성을 검증하는 연구가 많아지고 있는데, 신체적 차원에서 Seeman, et al(2003)은 기독교 종교생활이 혈압을 낮추고 면역기능을 높이는 것과 강한 관계가 있고, 명상과 신체상태 호전과도 매우 강한 관계가 있으며, 심혈과, 신경내분비, 면역기능 분야의 신체적 건강에 영향을 미치는 것을 보고하였다. 그리고 심리적 차원에 미치는 영향으로는 Chibnall, Videen, Duckro, & Miller(2002)의 연구결과 생명의 위협이 있는 중병을 가진 자들이 느끼는 죽음고통은 낮은 영적상태와 유의한 관계가 있는 것으로 보고하였고, Nelson, Rosenfeld, Breitbart, & Galietta(2002)는 말기 환자의 우울과 영적 안녕 간에는 강한 역상관관계가 있는 것으로 보고 하였다.

Idler와 Kasl(1992)은 영성은 장애자들의 우울증을 완화한다고 보고하였고, Ellison은 종교적인 신앙이 심각한 스트레스를 받은 후 나타나는 심리적인 문제를 줄이며 삶의 만족과 행복감을 가져온다고 하였다.

이처럼 종교와 그로 인한 영성은 행복감, 만족감, 그리고 일반적인 웰빙을 증가시키는 일부 행동이나 태도를 증진시킬 수 있다. 그래서 종교 활동을 활발히 함으로 우울증에 걸릴 확률이 줄어들고 우울한 상태로 지낼 확률도 줄어든다는데 동의하는 연구들이 증가하고 있다.

4. 감성((EQ: Emotional Quotient)

사전에서는 ‘감성’의 정확한 의미로서 “마음과 감정 그리고 걱정의 동요나 혼란 즉, 격렬하거나 흥분된 정신 상태”라고 정의하고 있다. 즉, 감성은 마음과 감정 그리고 걱정의 동요 상태를 의미하는 정의적인 영역이다. ‘감성지능’ 혹은 ‘정서지능’으로 번역되는 이 단어가 ‘감성지수’ 또는 EQ로 불려지게 되었다. EQ는 IQ(Intelligence Quotient)에 대칭되는 개념으로 EI를 보다 편리하게 번안한 것이다.

Darwin(1872)은 감성은 어떤 특정 상황에서 요구되는 행동을 활성화시키고 생존적 가치를 지닌 신호체계를 포함하고 있다고 하였다. Young(1936)은 감성을 대뇌 통제의 완전한 상실을 일으키며 어떤 의식적인 목적의 흔적도 갖지 않는다고 하였다. Scharffer(1940)는 혼란스럽고 본능적인 반응이며 효과적이지 못하는 곳에서 온다고 하였다. Mayer와 Salovey는 감성을 생리적, 인지적 동기적 및 경험적 체계를 포함하는 체계적인 반응으로 생각하고 감성은 적응적이고 기능적이며, 인지적 활동과 후속행동을 구성하고 조직해 주는 것이라고 보았다.

Goleman(1995)은 감성을 느낌, 그리고 느낌의 독특한 사고, 심리적이고 생물학적인 상태, 행동 경향으로 정의하였다. 체계적 감성반응이 적응을 돕

고, 대인 상호작용과 사회 상호작용을 풍부한 경험으로 변형시킨다는 것이다. Salovey와 Mayer의 감성지능이론을 과학적으로 제시해 Goleman에 등에 의해 심화발전 시켜 정의를 내리고 있다. 즉 감성지능이란, 자신의 감정을 인식하는 능력, 자신의 감정을 조절하는 능력, 충동억제와 긍정적 사고로 자신을 동기화 하는 능력, 타인을 감정적으로 인식하는 능력, 감정이입을 통해 대인관계를 다루는 능력 등의 5단계 과정을 통해 만족스러운 삶을 살 수 있도록 하는 고차원적인 능력이라고 표현하였다.

최근에 이르러 많은 학자들은 인간의 성공과 행복 등은 단순히 IQ만 높다고 이루어지는 것이 아니라 정서적 두뇌와 이성적 두뇌가 적절히 조화를 이루어야 한다고 주장하고 있다. 감성지능이 모든 인지과업의 수행에 영향을 미치는 근본 뿌리라는 주장(Salovey & Mayer, 1993)과 감성은 신경학적으로 대뇌를 좌우할 수 있는 신경회로를 가지고 있다는 주장(Goleman,1995)의 의미는 감성을 사려 깊게 통제하고 잘 활용을 한다면 인지능력만으로는 해결할 수 없는 문제들을 해결할 수 있다는 것이다.

미국 정신건강 자문위원회(1995)는 정신건강에 미치는 감성을 ‘감성은 많은 주요 정신장애에서 핵심적인 역할을 한다. 정신분열증에서 보이는 둔감한 감성표현, 조울증에서 보이는 극도의 고양상태나 우울, 편집증이나 불안장애에서 보이는 공포 등을 살펴보자. 실제로 정신병과 감성적 문제는 일상용어에서 거의 동의어로 사용되고 있다. 더 나아가 감성은 신체 건강과 관련해서도 매우 중요한 요인으로 나타나고 있다.’라고 정리했다. 왕일(1997)은 사회성과 정신건강의 관계를 분석한 연구에서 사회성의 하위영역인 준법성, 협동성, 사교성이 좋은 학생이 정신건강도 좋은 것으로 보고하였다. 장광수(1999)도 자아존중감과 사회성점수가 높을수록 정신건강 상태

가 좋은 것으로 보고 하였다.

지금까지의 선행연구에서 자아개념, 사회성, 자아존중감 등이 정신건강 등과 관련한 연구들은 있었지만 직접적으로 감성지능과 우울과의 관계에 관한 연구나 감성영성과 우울과의 관계에 대한 연구는 거의 시도되지 않았다. 이에 이 연구에서 우울에 미치는 변수 중 감성과의 관계를 분석하고 어떠한 관계가 있는지를 알아보고 우울감소를 위한 중재방안을 제시하고자 한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구 설계

이 연구는 대학생의 우울과 관련이 깊은 변수인 감성과 영성과의 관계를 파악하고 효과를 분석하여 이 후 대학생의 건전한 대학생활을 통해 건강증진 방안을 제시하고자 시도된 서술적 조사연구이다. 독립변수는 영성과 감성이고, 종속변수는 우울이다.

2. 연구대상 및 표집

이 연구의 조사기간은 2006년 5월 22일부터 2006년 5월 26일까지 서울소재 K대 1,2,3,4학년 재학생으로 보건진료소를 방문한 50명을 대상으로 예비조사를 실시한 후 설문지 문항을 수정 보완하여 2006년 5월 29일부터 2006년 6월9일까지 서울소재 K대 1,2,3,4학년 재학생에게 각 학년, 학과별 수업 전 사전에 양해를 얻은 후 연구의 목적에 동의를 얻고 목적과 내용을 충분히 설명하여 설문지의 내용을 이해한 학생들 총 700명을 조사대상으로 하였다. 설문조사 시 무응답과 잘못 표기 된 것 등을 제외하여 순수히 얻은 것으로 대상자는 총 576명이였다. 대상자는 기독교 신앙인인 종교가 있는 사람과 비종교 모두를 포함하였다.

3. 연구도구

1) 우울 측정 도구

우울척도로는 CES-D(the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)는 일반인을 대상인 우울증의 지역사회 역학 조사용으로 미국 정신보건연구원(National Institute of Mental Health: NIMH)에 의해 1971년에 개발된 20개의 문항으로 구성된 자기보고형(self-report) 우울척도이며, 우울증의 일차 선별용 도구이다(Radloff 1997, Weissman등 1986). 각국어로 번역되어 매우 광범위하게 사용되어지고 있으며 높은 내적일치도(internal consistency)와 타당도가 입증되어져 있다(Radloff와 Locke 1986: Eaton과 Kessler 1981: Roberts 1980).

그러므로 이 연구에서 일반 인구 집단을 대상으로 하기에 적절한 신승철 등(1991)에 의해 번안된 것을 사용하였다.

지난 일주일 동안 경험했던 우울 증상의 빈도에 따라 우울증상을 네 단계의 수준으로 측정하며, 20개의 문항 중에는 긍정적 감정의 내용을 가진 문항(4,8,12,16번)은 계산 시 역으로 종합 합산하여 채점하게 된다. 각 문항마다 0에서 4점까지이며 총점은 0에서 최대 점수 60점까지 채점 되어진다. CES-D의 Cronbach's alpha는 0.8이다.

2) 영성 측정 도구

Paloutzion 과 Eillison(1982)이 개발한 영적안녕 척도를 최상순(1990)이

번안한 것으로 척도는 주관적으로 영적안녕 상태를 측정하기 위한 것으로 하나님과의 관계에서 안녕감을 갖는 종교적 영적안녕과 삶의 의미와 목적에 초점을 둔 실존적 영적안녕 상태를 측정하는 두 개의 하위 척도로 구성되어 있다. 종교적 안녕 문항은 10개의 홀수 문항, 실존적 문항은 10개의 짝수 문항이다. 1에서 6까지(1점: 전혀 그렇지 않다, 6점: 매우 그렇다) 6점 Likert척도로 되어 있다. Cronbach's α =.91이다.

3) 감성 측정 도구

이 연구에서는 감성지능을 측정하기 위해 Goleman(1995)의 EQ검사를 기초로 장대익(2002)이 제작한 '정서지능 검사지'를 사용하였다. 장대익(2002)의 정서지능 척도는 감정이해, 감정조절, 동기부여, 타인감정이해, 인간관계 등 다섯 개의 하위영역으로 나누어져 구성되어 있는데, 이 연구에서는 조사하고자 하는 감성지능의 내용에 따라 감정이라는 용어대신 감성이라는 용어를 사용하였고, 장대익이 기초로한 Goleman의 감성지능 하위요인 구분을 참조하여 감성인식, 감성조절, 동기부여, 타인감성인식(공감), 인간관계(대인관계)의 용어로 사용하였다. 문항구성을 살펴보면 감성인식 10문항, 감성조절 10문항, 동기부여 10문항, 타인감성인식 10문항, 대인관계 10문항으로 총 50문항으로 구성되어 있다. 검사 채점방법은 각 질문에 대해 전혀 그렇지 않다(1점), 거의 그렇지 않다(2점), 약간 그렇다(3점), 대체로 그렇다(4점), 매우 그렇다(5점)를 주어 각 요인별로 점수를 합산한다. 이 척도의 개발당시 신뢰도는 .91으로 나타났다.

4. 신뢰도 분석

<표 1> 신뢰도 분석

구분	하위 영역	Cronbach's 알파값
우울	우울 감정	0.834*
	긍정적 감정	0.658
	신체적 및 둔화적 행동	0.673
	대인관계	0.662
영성	종교적 영적안녕	0.975*
	실존적 영적안녕	0.850*
감성	감성인식 능력	0.730*
	감성조절 능력	0.698
	동기부여 능력	0.777*
	타인 감성인식 능력	0.635
	인간관계	0.660

도구의 신뢰도는 우울감정이 0.834, 긍정적 감정이 0.658, 신체적 및 둔화적 행동이 0.673, 대인관계가 0.662, 종교적 영적안녕이 0.975, 실존적 영적안녕이 0.850, 감성인식 능력이 0.730, 감성조절 능력이 0.698, 동기부여 능력이 0.777, 타인 감성인식 능력은 0.635, 인간관계(대인관계)은 0.660으로 나타났으며, 영성과 우울감정, 감성인식 능력과 동기부여 능력 등에 높은 신뢰도를 나타냈다.

5. 자료 분석 방법

통계프로그램:SPSS Windows 13.0을 사용하여,

- 1) 설문 응답자의 인구통계별 분포를 알기위해서 빈도분석(frequency analysis)을 하였다.
- 2) 우울, 영성, 감성의 각 하위 영역에 해당하는 설문항이 해당 하위 영역을 적절하게 측정하는지 검증하기 위해 Cronbach's 알파 값을 구하여 신뢰도 분석을 하였다.
- 3) 일반사항에서 설문항이 범주형일 경우 인구통계 변인별로 응답의 차이가 있는지 검증하기 위해 교차 분석(cross-tabs analysis)하여 분할표(contingency table)를 구하고 Pearson's χ^2 검증을 하였다.
- 4) 일반 사항 중 Likert 척도로 되어 있는 설문 문항은 인구 통계 변인별로 반응의 차이에 대한 검증을 하였는데 집단이 두 개인 경우 t 검증(t-test)하고 집단이 세 이상인 경우 분산분석(ANOVA)하여 F 검증을 하였다.
- 5) 우울, 영성, 감성의 각 하위 영역 등이 인구 통계 변인별로 반응의 차이가 있는지 분석하기 위해 집단이 두 개인 경우 t 검증(t-test)하고 집단이 세 이상인 경우 분산분석(ANOVA)하여 F 검증을 하였다.
- 6) 우울, 영성, 감성간의 관계를 알기 위해서 Pearson's 상관계수를 구하였다.

6. 연구의 제한점

- 1) 이 연구의 대상은 임의로 선택, 표집 한 것이고, 일개 대학의 대학생만을 중심으로 하였기 때문에 이 연구의 결과를 임상집단 및 다양한 연령대에 집단이나 대상에 확대 해석할 경우 신중을 기할 필요가 있다.
- 2) 조사연구의 속성 상 관련 변수의 인과관계를 규명하기 어렵다는 제한점이 있다.

IV. 연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

<표 2>

(N=576)

구분	분류	빈도수	백분율(%)
성별	남자	392	68.1
	여자	184	31.9
	계	576	100.0
연령	20세 미만	38	6.6
	20-25세 미만	334	57.7
	25-30세 미만	202	34.9
	30세 이상	5	0.9
	계	579	100.0
학년	1학년	117	20.3
	2학년	108	18.8
	3학년	159	27.6
	4학년	192	33.3
	계	576	100.0
대학전공	문과	267	46.4
	이과	308	53.6
	계	575	100.0
동거여부	부모,가족과 동거	277	48.2
	별거	298	51.8
	계	575	100.0
가족 월 소득	200만원 미만	74	13.0
	200만원-400만원	242	42.6
	400만원-600만원	156	27.5
	600만원 이상	96	16.9
	계	568	100.0
아르바이트여부	예	184	31.9
	아니오	392	68.1
	계	576	100.0
본인 월소득	50만원 이하	417	72.8
	50-100만원	136	23.7
	100만원 이상	20	3.5

	계	573	100.0
종교	없다.	308	53.5
	기독교	121	21.1
	천주교	75	13.0
	불교	64	11.1
	기타	5	0.1
	무응답	3	0.1
	계	576	100.0
흡연	한다	124	26.0
	안한다	353	74.0
	계	477	100.0
음주	한다	505	93.9
	안한다	33	6.1
	계	538	100.0

연구 대상자는 총 576명으로 이 중 여성이 184명(31.9%), 남성이 392명(68.1%)였다. 연령별로는 20세 이하가 38명, 20세 이상 25세 미만이 334명, 25세 이상 30세 미만이 202명, 그리고 30세 이상이 5명이었다. 참가자의 학년으로는 4학년 총33.3%(192명)로 가장 많았으며 다음으로는 3학년, 2학년 1학년 순이었다. 전공별로는 문과가 46.6%(267명)였고 그리고 이과는 308명(53.6%)으로 이과가 약간 많았다. 현재 가족 동거 여부에 대한 질문에서 가족과 함께 동거하는 비율은 48.1%였고, 가구 월 소득은 200만원~400만원 사이가 42.6%로 가장 많았고 다음으로는 400만원~600만원 사이가 27.5%로 200만원 이상 소득자의 자녀가 전체 응답자 중 70%이상이었다. 그러나 200만원 미만도 13.0%에 달해 현재 도시근로자 평균 소득원에 못 미치는 가정의 자녀도 있는 것으로 추정된다. 응답자 중 아르바이트를 해서 용돈 및 학비를 스스로 버는 학생이 32%(184명)였고 이들이 버는 수입 및 부모로부터 받는 용돈으로는 50만원 이하가 72.8%였다. 우울 영성 감성의 영향을 미치는 것으로 선행 연구되어진 종교로는 무종교가 전체 응답자의 53.5%

였고 46.6%의 응답자는 종교를 가지고 있는 것으로 조사되었다. 종교로는 기독교가 21.1%로 가장 많았고 다음으로는 천주교(13.0%), 불교(11.1%) 순으로 우리나라 국민 종교 실태 조사와는 다소 다른 결과를 보였다. 응답자 중 흡연율은 19.1%였고 음주율은 93.9%로 음주에 더 관대한 태도를 보였다.

2. 주요 변수 측정

1) 우울

이 연구의 독립변수인 우울은 하위 변수인 우울 감정, 긍정적 감정, 신체적 및 둔화적 행동, 대인관계로 구성되어 있다.

우울감정은 4점 척도에서 평균 1.795로 비교적 우울 정도가 낮은 것으로 나타났다. 성별로는 여성이 남성보다 우울 정도가 심한 것으로 나타났고($t=-4.722$, $p<.001$), 연령별로는 20-25세가 가장 심하고 25세-30세가 가장 낮은 것으로 나타났다. 학년별로는 2학년이 가장 우울 감정이 심하고 3학년이 가장 심하지 않은 것으로 나타났다. 그러나 전공대학, 가족 소득, 기타 소득 부모 동거 여부는 우울 감정과는 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다.

<표 3> 우울 감정

(N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(sd)	F/t 값	p 값
성별	남자	1.66	0.61	-4.722	0.000*
	여자	1.93	0.67		
연령	20세 미만	1.66	0.60	6.353	0.000*
	20-25세 미만	1.84	0.67		
	25-30세 미만	1.60	0.58		
	30세 이상	1.76	0.90		
학년	1학년	1.82	0.68	4.451	0.004*
	2학년	1.90	0.65		
	3학년	1.67	0.62		
	4학년	1.66	0.63		
전공대학	문과	1.77	0.67	1.034	0.302
	이과	1.72	0.62		
동거여부	부모,가족과 동거	1.72	0.64	-0.762	0.446
	별거	1.76	0.65		
가족 월소득	200만원 미만	1.74	0.79	1.974	0.117
	200만원-400만원	1.79	0.62		
	400만원-600만원	1.64	0.61		
	600만원 이상	1.81	0.64		
아르바이 트여부	예	1.71	0.64	-0.762	0.448
	아니오	1.76	0.65		
본인 월소득	50만원 이하	1.76	0.66	1.463	0.232
	50-100만원	1.71	0.60		
	100만원 이상	1.53	0.52		

* p<0.05

긍정적 감정은 여성보다는 남성이 긍정적 감정이 높은 것으로 나타났고 3학년이 우울감과 마찬가지로 긍정적 감정이 가장 높은 것으로 나타났으며 기타 다른 변수는 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다.

<표 4> 긍정적 감정

(N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(sd)	F/t 값	p 값
성별	남자	1.78	0.59	-1.931	0.049*
	여자	1.88	0.55		
연령	20세 미만	1.80	0.58	2.106	0.098
	20-25세 미만	1.86	0.56		
	25-30세 미만	1.73	0.59		
	30세 이상	1.80	0.86		
학년	1학년	1.86	0.58	2.597	0.048*
	2학년	1.92	0.56		
	3학년	1.73	0.54		
	4학년	1.79	0.61		
대학	문과	1.82	0.59	0.416	0.677
	이과	1.80	0.57		
동거여부	부모,가족과 동거	1.79	0.56	-0.833	0.405
	별거	1.83	0.60		
가족 월소득	200만원 미만	1.87	0.71	0.655	0.580
	200만원-400만원	1.83	0.55		
	400만원-600만원	1.77	0.54		
	600만원 이상	1.82	0.61		
아르바이 트여부	예	1.78	0.57	-1.063	0.288
	아니오	1.83	0.58		
본인 월소득	50만원 이하	1.84	0.57	2.127	0.120
	50-100만원	1.77	0.58		
	100만원 이상	1.60	0.77		

* p<0.05

우울 감정을 느끼면 신체적으로 활동이 둔화되는데 활동 둔화는 성별만 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉, 여성이 남성보다 신체적 활동이 둔화되는 것으로 나타났다.

<표 5> 신체적 및 둔화적 행동

(N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(sd)	F/t 값	p 값
성별	남자	1.79	0.53	-3.423	0.001*
	여자	1.95	0.57		
연령	20세 미만	1.90	0.55	1.216	0.303
	20-25세 미만	1.87	0.55		
	25-30세 미만	1.78	0.55		
	30세 이상	1.72	0.58		
학년	1학년	1.89	0.52	2.295	0.077
	2학년	1.93	0.56		
	3학년	1.76	0.53		
	4학년	1.83	0.58		
대학	문과	1.86	0.58	0.778	0.437
	이과	1.82	0.52		
동거여부	부모,가족과 동거	1.82	0.53	-0.773	0.440
	별거	1.86	0.57		
가족 월소득	200만원 미만	1.84	0.60	1.848	0.137
	200만원-400만원	1.87	0.55		
	400만원-600만원	1.76	0.48		
	600만원 이상	1.90	0.60		
아르바이 트여부	예	1.82	0.54	-0.590	0.555
	아니오	1.85	0.55		
본인 월소득	50만원 이하	1.86	0.55	1.841	0.160
	50-100만원	1.83	0.55		
	100만원 이상	1.62	0.53		

* p<0.05

대인관계는 전체적으로 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다.

2) 영성

영성은 5점 척도의 총 20문항으로 종교적 영적 안녕과 실존적 영적 안녕으로 구성되었다. 종교적 영적 안녕은 평균 2.29로 여성이 남성보다 신심

이 더 깊은 것으로 나타났다. 월 가족 소득은 소득이 많을수록 신심이 높은 것으로 나타났으며 아르바이트를 하는 사람의 종교적 영적 안녕이 높은 것으로 나타났다. 그 밖에 변수와는 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다.

<표 6> 종교적 영적 안녕

(N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(sd)	F/t 값	p 값
성별	남자	2.13	1.10	-3.049	0.002*
	여자	2.44	1.12		
연령	20세 미만	1.95	0.96	1.129	0.337
	20-25세 미만	2.21	1.10		
	25-30세 미만	2.31	1.14		
	30세 이상	2.26	1.70		
학년	1학년	2.04	1.07	2.521	0.057
	2학년	2.11	1.05		
	3학년	2.34	1.09		
	4학년	2.32	1.18		
대학	문과	2.29	1.12	1.124	0.261
	이과	2.18	1.10		
동거여부	부모,가족과 동거	2.31	1.13	1.733	0.084
	별거	2.15	1.09		
가족 월소득	200만원 미만	2.17	1.11	3.182	0.024*
	200만원-400만원	2.11	1.06		
	400만원-600만원	2.46	1.19		
	600만원 이상	2.18	1.09		
아르바이 트여부	예	2.40	1.18	2.570	0.010*
	아니오	2.15	1.07		
본인 월소득	50만원 이하	2.22	1.10	0.154	0.857
	50-100만원	2.28	1.15		
	100만원 이상	2.26	1.24		

* p<0.05

실존적 영적 안녕은 저학년이 높고 고 학년일수록 낮은 것으로 나타났다

다. 그 밖에 변수는 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다.

<표 7> 실존적 영적 안녕 (N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(sd)	F/t 값	p 값
성별	남자	3.47	0.70	0.057	0.954
	여자	3.47	0.63		
연령	20세 미만	3.35	0.78	1.885	0.131
	20-25세 미만	3.43	0.67		
	25-30세 미만	3.56	0.64		
	30세 이상	3.52	0.92		
학년	1학년	3.33	0.71	4.123	0.007*
	2학년	3.37	0.66		
	3학년	3.58	0.69		
	4학년	3.51	0.63		
대학	문과	3.51	0.66	1.486	0.138
	이과	3.43	0.68		
동거여부	부모,가족과 동거	3.48	0.64	0.147	0.883
	별거	3.47	0.70		
가족 월소득	200만원 미만	3.41	0.69	0.467	0.706
	200만원-400만원	3.47	0.69		
	400만원-600만원	3.52	0.64		
	600만원 이상	3.45	0.69		
아르바이 트여부	예	3.57	0.63	2.379	0.018*
	아니오	3.42	0.69		
본인 월소득	50만원 이하	3.44	0.68	1.498	0.224
	50-100만원	3.53	0.64		
	100만원 이상	3.64	0.72		

* p<0.05

3) 감성

감성은 감성인식, 감성조절, 동기부여, 타인감성인식(공감), 인간관계(대인관계)로 구성되었고 5점 척도 구성되었다. 감성인식능력은 성별, 연령,

학년, 전공, 가족 동거여부, 소득 등과는 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다. 그러나 아르바이트를 하는 학생이 안하는 학생보다 감성인식능력이 떨어지는 것으로 나타났다.

<표 8> 감성 인식 능력

(N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(sd)	F/t 값	p 값
성별	남자	3.29	0.56	1.130	0.259
	여자	3.24	0.51		
연령	20세 미만	3.20	0.49	3.111	0.026*
	20-25세 미만	3.23	0.52		
	25-30세 미만	3.36	0.57		
	30세 이상	3.54	1.26		
학년	1학년	3.17	0.50	3.186	0.023*
	2학년	3.22	0.49		
	3학년	3.33	0.56		
	4학년	3.33	0.58		
대학	문과	3.31	0.57	1.255	0.210
	이과	3.25	0.53		
동거여부	부모,가족과 동거	3.26	0.53	-0.570	0.569
	별거	3.29	0.56		
가족 월소득	200만원 미만	3.20	0.59	0.648	0.585
	200만원-400만원	3.29	0.58		
	400만원-600만원	3.31	0.51		
	600만원 이상	3.26	0.50		
아르바이 트여부	예	3.35	0.53	2.128	0.034*
	아니오	3.24	0.55		
본인 월소득	50만원 이하	3.25	0.54	2.068	0.127
	50-100만원	3.36	0.54		
	100만원 이상	3.27	0.67		

* p<0.05

감성 조절능력은 남성이 여성보다 높으며, 학년이 높아질수록 높아지는 것으로 나타났다. 그러나 그 밖에 연령, 학년 소득과는 통계적 유의성이 없

는 것으로 나타났다.

<표 9> 감성조절능력

(N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(sd)	F/t 값	p 값
성별	남자	3.04	0.53	2.081	0.038*
	여자	2.94	0.51		
연령	20세 미만	3.03	0.51	2.019	0.110
	20-25세 미만	2.96	0.51		
	25-30세 미만	3.08	0.54		
	30세 이상	3.16	0.98		
학년	1학년	2.98	0.51	2.763	0.041*
	2학년	2.89	0.50		
	3학년	3.05	0.50		
	4학년	3.06	0.56		
대학	문과	3.01	0.54	0.068	0.946
	이과	3.01	0.51		
동거여부	부모,가족과 동거	3.01	0.53	-0.171	0.865
	별거	3.01	0.52		
가족 월소득	200만원 미만	3.00	0.63	0.044	0.988
	200만원-400만원	3.02	0.51		
	400만원-600만원	3.01	0.52		
	600만원 이상	3.00	0.47		
아르바이 트여부	예	3.02	0.48	0.403	0.687
	아니오	3.00	0.55		
본인 월소득	50만원 이하	3.01	0.53	0.684	0.505
	50-100만원	3.02	0.48		
	100만원 이상	2.88	0.58		

* p<0.05

동기부여 능력은 남성이 여성 보다 높은 것으로 나타났으나 다른 변수는 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다.

<표 10> 동기부여 능력

(N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(sd)	F/t 값	p 값
성별	남자	3.30	0.58	2.040	0.042*
	여자	3.19	0.58		
연령	20세 미만	3.23	0.68	1.732	0.159
	20-25세 미만	3.23	0.56		
	25-30세 미만	3.32	0.57		
	30세 이상	3.64	1.05		
학년	1학년	3.20	0.59	2.612	0.049*
	2학년	3.16	0.57		
	3학년	3.32	0.57		
	4학년	3.32	0.57		
대학	문과	3.28	0.60	0.408	0.683
	이과	3.26	0.55		
동거여부	부모,가족과 동거	3.26	0.55	-0.096	0.923
	별거	3.27	0.60		
가족 월소득	200만원 미만	3.21	0.59	0.584	0.626
	200만원-400만원	3.27	0.57		
	400만원-600만원	3.26	0.61		
	600만원 이상	3.32	0.53		
아르바이 트여부	예	3.33	0.59	1.830	0.068
	아니오	3.24	0.57		
본인 월소득	50만원 이하	3.24	0.56	1.037	0.355
	50-100만원	3.32	0.61		
	100만원 이상	3.35	0.71		

* p<0.05

기타 타성 감성 인식 능력과 인관관계는 다른 변수들과 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다.

3. 하위 변수와의 상관관계

1) 우울과 영성과의 상관관계

<표 11> 우울과 영성과의 상관관계 (N= 576)

구분	종교적 영적안녕	실존적 영적안녕	영성 전체
우울 감정	0.01	-0.43*	-0.20*
긍정적 감정	0.02	-0.50*	-0.22*
신체적 및 둔화적 행동	-0.00*	-0.48*	-0.23*
대인관계	-0.03	-0.45*	-0.24*
우울 전체	0.01	-0.56*	-0.26*

우울의 하위 변수는 종교적 영적안녕과 통계적으로 유의한 상관관계가 없는 것으로 나타났다($r=0.01$, $p<.05$). 그러나 실존적 영적안녕은 비교적 높은 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=-.56$, $p<.05$)

2) 우울과 감성과의 상관관계

<표 12> 우울과 감성과의 상관관계 (N= 576)

구분	감성인식 능력	감성조절 능력	동기부여 능력	타인감성 인식능력	인간관계	감성전체
우울 감정	-0.24*	-0.23*	-0.20*	-0.15*	-0.22*	-0.27*
긍정적 감정	-0.32*	-0.25*	-0.25*	-0.18*	-0.27*	-0.33*
신체적 및 둔화적	-0.30*	-0.18*	-0.19*	-0.10*	-0.19*	-0.25*

행동						
대인관계	-0.27*	-0.26*	-0.27*	-0.17*	-0.25*	-0.32*
우울 전체	-0.34*	-0.26*	-0.26*	-0.17*	-0.27*	-0.34*

* p<0.05

감성과 우울의 상관관계도 감성은 우울과의 음의 상관관계를 갖는 것으로 나타났다($r=-.34$, $p<.05$). 기타 하위변수간도 비교적 높은 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

3) 영성과 감성과의 상관관계

<표 13> 영성과 감성과의 상관관계 (N= 576)

구분	감성인식 능력	감성조절 능력	동기부여 능력	타성감성 인식능력	인간관계	감성전체
종교적 영적안녕	0.05	0.08	0.11*	0.02	0.02*	0.07*
실존적 영적안녕	0.52*	0.34*	0.49*	0.29*	0.35*	0.53*
영성전체	0.28*	0.22*	0.32*	0.16*	0.18*	0.31*

* p<0.05

우울에 영향을 미치는 영성과 감성은 통계적으로 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=.31$, $p<.05$). 기타 하위 변수 간 상관관계를 살펴보면 종교적 영적 안녕은 감성인식능력, 감성조절능력, 타인감정조절능력과는 상관관계는 통계적으로 유의성이 없는 것으로 나타났다. 그러나 실존적 안

녕은 감성을 구성하는 하위 변수간은 통계적으로 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

4. 주요변수와 생활습관과의 관계

1) 우울과 생활습관과의 관계

<표 14> 우울과 생활습관의 관계 (N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(s d)	F/t 값	p 값
흡연 여부	흡연	1.94	0.54	0.621	0.535
	비흡연	1.91	0.50		
음주 여부	비음주	2.05	0.58	3.100	0.046*
	과거 음주	2.01	0.43		
	현재 비음주				
운동	음주	1.89	0.50	2.411	0.048*
	주 1회미만	1.96	0.53		
	1-2회	1.82	0.45		
	3-4회	1.86	0.41		
	5-6회 이상	2.03	0.66		
종교	매일	1.85	0.53	1.155	0.330
	기독교	1.89	0.49		
	천주교	1.98	0.54		
	불교	1.87	0.55		
	기타	2.27	0.35		
	없다	1.91	0.50		

* p<0.05

우울이 건강습관에 영향을 미칠 것이라고 보고 건강 습관과 우울과의 관계를 살펴 본 결과 통계적 유의성은 없으나 흡연자가 비흡연자보다 우울

지수가 높은 것으로 나타났다. 음주는 비음주자의 우울 지수가 가장 높고, 과거 음주자가 음주자보다 더 우울지수가 높은 것으로 나타났다. 그러나 운동은 주 1회 미만자의 우울 지수가 가장 높고, 거의 매일 운동하는 재학생도 우울 지수가 높은 것으로 나타났다. 이 결과는 우울한 감정을 극복하기 위해 운동을 더 열심히 하는 것으로도 볼 수 있다. 기타 종교를 가진 학생의 우울지수가 높으나 통계적 유의성은 없었다.

2) 영성과 생활 습관과의 관계

<표 15> 영성과 생활습관과의 관계

(N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(s d)	F/t 값	p 값
흡연 여부	흡연	2.76	0.71	-1.525	0.128
	비흡연	2.87	0.71		
음주 여부	비음주	3.28	0.83	13.510	0.000*
	과거 음주	3.05	0.72		
	현재				
	비음주 음주	2.79	0.68		
운동	주 1회미만	2.82	0.72	0.950	0.434
	1-2회	2.84	0.70		
	3-4회	2.98	0.75		
	5-6회 이상	2.85	0.64		
	매일	2.91	0.68		
종교	기독교	3.61	0.66	83.497	0.000*
	천주교	3.05	0.62		
	불교	2.83	0.51		
	기타	2.88	0.66		
	없다	2.51	0.53		

p<.05

영성은 비 음주자가 더 높은 것으로 나타났다. 종교적으로 종교를 가진 사람이 없다고 답변한 학생보다 영성이 높은 것으로 나타났다. 종교적으로는 기독교, 천주교, 기타 종교 순으로 영성이 높은 것으로 나타났고 이결과는 통계적으로 유의미하다.

3) 감성과 생활 습관과의 관계

<표 16> 감성과 생활습관과의 관계

(N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(sd)	F/t 값	p 값
흡연 여부	흡연	3.25	0.45	1.464	0.144
	비흡연	3.18	0.39		
음주 여부	비음주	3.25	0.42	1.446	0.236
	과거 음주	3.27	0.36		
	현재				
	비음주				
음주	3.18	0.40			
운동	주 1회미만	3.15	0.39	2.719	0.029*
	1-2회	3.25	0.39		
	3-4회	3.25	0.43		
	5-6회 이상	3.22	0.31		
	매일	3.31	0.43		
종교	기독교	3.18	0.40	0.739	0.565
	천주교	3.22	0.41		
	불교	3.19	0.40		
	기타	2.92	0.22		
	없다	3.20	0.40		

p<.05

감성은 흡연, 음주, 종교 등과는 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다. 그러나 운동은 3-4회 정도 하는 학생이 가장 높은 것으로 나타났다.

V. 논 의

본 연구는 우울에 대한 중재의 시도로 영성과 감성과의 상관성을 알아보았다. 우울은 우울한 감정, 긍정적인 감정, 신체적 및 둔화적 행동, 대인관계의 4개의 하부 영역으로 측정하였고, 영성은 신과의 관계성에 대한 종교적 영적 안녕과 삶에 만족하는 실존적 영적 안녕의 2개의 하부 영역을 통하여 측정하였고, 감성은 자신의 감정을 인식하는 능력을 뜻하는 감성인식, 자신의 감정을 조절하는 능력을 나타낸 감정조절, 타인을 감정적으로 인식하는 능력을 말하는 타인 감성인식, 충동억제와 긍정적 사고로 자신을 동기화 하는 능력을 뜻하는 동기부여, 감정이입을 통해 대인관계를 다루는 인간관계 등의 5가지 하부 영역으로 측정하였다.

연구에서 나타난 중요 결과를 보면 인구학적 특성에서 종교로는 기독교가 21.1%로 가장 많았고 다음으로 천주교13.0%, 불교11.1%순으로 우울, 영성, 감성의 영향을 미치는 것으로 선행 연구되어진 종교로 무종교가 전체 응답자의 53.5%였고, 46.6%의 응답자는 종교를 가지고 있는 것으로 조사된 것으로 다소 다른 결과를 보였다.

각각의 하위 변수와의 상관관계 결과를 보면 우울의 하위변수는 종교적 영적안녕과 상관관계가 없는 것으로 나타났으나($r=.01$, $p<.05$). 실존적 영적안녕은 비교적 높은 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=-.56$, $p<.05$). 이는 삶의 의미와 목적을 두고 만족하는 실존적 영적 안녕이 일상 생활에서 밀접한 관련이 있음을 보여준다. 감성과 우울의 상관관계도 감성이 높게 나타나면 우울감정이 낮아지고 5개의 하위 변수간도 비교적 높

은 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r = -.34, p < .05$). 우울에 영향을 미치는 영성과 감성은 통계적으로 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r = .31, p < .05$). 하위 변수간 상관관계에서도 종교적 영적안녕은 통계적 유의성이 없으나 실존적 안녕은 감성의 하위변수간에도 통계적으로 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

영성, 감성과 우울과의 밀접한 상관관계를 볼 때 우울의 중재과정에 긍정적인 감정이 미치는 영향이 크다는 것을 연구결과를 통해 알 수 있었었고 직간접적으로 우울중재에 도움을 주리라 생각 할 수 있다.

지금까지 영성, 감성과 우울에 대한 선행연구가 거의 이루어지지 않았다. 따라서 본 연구 결과는 정신사회적 건강인 영성과 감성을 증진시킴으로서 우울의 관리와 치료에 중요한 요소가 될 수 있음을 인지하고 접근법들이 관심의 대상이 되어야 함을 제시하고 있다. 감성과 영적 건강상태 상승을 위한 중재를 개발하고 우울을 낮추는데 적용하면 보다 나은 삶의 질이 상승되는 효과를 기대할 수 있을 것이다.

본 연구의 결과를 몇 가지 제한점은 한 대학에 국한하여 자료를 수집하였으므로 우리나라 전체 대학생을 대표 할 수 없어 연구 결과를 일반화하기는 어렵다. 향후 여러 집단과 학교로 범위를 확대하여 연구하는 것이 필요하다. 그리고 선행 연구가 거의 되어있지 않아 비교 분석할 수 있는 자료가 없어 앞으로 보다 적극적이고 체계적인 연구와 좀더 구체적인 관련성에 대한 연구가 이루어져야 할 것이다.

VI. 결론 및 제언

이 연구는 우울관련요인을 파악하고, 영성, 감성, 우울과의 상관관계를 분석하고 우울에 가장 많이 미치는 변수를 파악하여 대학생들의 정신건강 증진을 위한 중재 방안을 위한 기초 자료를 제시하고자 시도하였다.

연구도구로써 우울 측정 도구로는 CES-D(the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)는 일반인을 대상으로한 우울증의 지역사회 역학 조사용으로 미국 정신 보건연구원(National Institute of Mental Health: NIMH)에 의해 1971년에 개발된 자기보고형(self-report) 우울척도로 내적 일치도(internal consistency)와 타당도가 입증되어진 것으로 신승철 등(1991)에 의해 번안된 것을 사용하였고, 영성 측정 도구로는 Paloutzion 과 Ellison(1982)이 개발한 영적안녕 척도를 최상순(1990)이 번안한 것으로 사용하였으며, 감성 측정 도구로는 Goleman(1995)의 EQ검사를 기초로 장대익(2002)이 제작한 ‘정서지능 검사지’를 사용하였다.

이 연구의 대상자는 서울소재 K대 1,2,3,4학년 재학생들로 576명이었으며 자료수집기간은 2006년 5월 29일부터 2006년 6월 9일까지 설문지를 통해 수집하였으며 자료의 처리와 분석은 SPSS Windows 13.0프로그램을 이용하였다. 대상자의 인구학적 특성은 빈도분석과 교차분석을 하였고, 인구통계 변인별 반응의 차이와 대상자의 우울, 영성, 감성 정도는 T-test와 분산분석(ANOVA)을 이용하였고, 우울, 영성, 감성간의 관계는 Pearson's 상관관계 분석을 하였다. 분석한 주요 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 우울과 영성은 음의 상관관계를 가지는 것으로 나타났다. 즉 영성 지수가 높을수록 우울 지수는 낮아지는 것으로 나타났다($r=-.26, p<.001$).

영성이 우울과 우울의 하위변수에 미치는 영향에서 종교적 영적 안녕과는 통계적으로 유의한 상관관계가 없는 것으로 나타났고($r=-.01, p<.05$). 실존적 영적 안녕과는 비교적 높은 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=-.56, p<.05$).

이 연구결과 실존적 영적안녕 상태는 높아지는 상관관계를 보였으나 종교적 영적안녕 상태는 상관관계가 없는 것으로 나타났다.

둘째, 감성과 우울과는 음의 상관관계를 갖는 것으로 나타났고 이는 통계적 유의미하다($r=-.34, p<.05$). 하위변수 간에도 비교적 높은 상관관계를 보여 감성은 우울에 음의영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 우울에 미치는 영성과 감성은 통계적으로 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다($r=.31, p<.05$). 기타 하위변수 간 상관관계를 살펴보면 종교적 영적안녕은 감성을 구성하는 하위변수 간에 통계적으로 유의성이 없는 것으로 나타났고, 실존적 안녕은 감성을 구성하는 하위변수 간은 통계적으로 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다.

이상의 연구 결과를 토대로 다음과 같이 제언한다.

첫째, 임상집단 및 다양한 연령대의 집단이나 대상으로 확대 연구해 볼 필요가 있다.

둘째, 인과관계를 규명하고 방향이나 변인들 간의 관계에 대한 심도 있는 추후연구가 필요하다.

셋째, 영적 안녕 상태와 감성을 높일 수 있는 구체적인 방안에 대한 중

재연구들이 필요할 것이며, 비 종교 학생과 종교인 학생간의 비교하는 방법적 접근을 통한 중재 연구가 필요하다.

넷째, 감성에 있어 관심 있는 접근과 연구를 통해 독자적인 간호중재로 임상실무에서 활용할 수 있는 적극적인 연구가 필요하다.

다섯째, 우울과 감정, 영성의 상호관계 분석에 대한 추후 지속적인 연구가 필요하다.

참 고 문 헌

- 강은실 외(2003). 청소년의 자살의도와 우울, 영적안녕과의 관계. 전인간호 과학연구소.
- 강준민 역(2000). 꿈꾸는 자가 알아야 할 21가지 믿음의 법칙, 두란노
- 권택조 역(1999). 영성발달. 예찬사, 1999.
- 고려대학교 부설 행동과학연구소 편. 심리척도 핸드북 I,II, 학지사, 1998, 2000.
- 김경렬(2003). 청소년의 스포츠 참여가 자기효능감 및 정신건강의 관계. 용인대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김석선 외(1997). 영적 건강과 정신건강과의 상관관계 연구. 이화간호학회 지, 30.
- 김성춘(2004). 아동 정서반응(EQ) Test에 관한 애니메이션 활용도 연구. 홍익대학교 산업대학원 석사학위논문.
- 김은수(2004). 중학생의 감성지능과 학교적응의 관계. 충남대학교 교육학 석사학위논문.
- 김주형, 이원희 외(2006). 영성 증진 중재가 암환자의 영성, 사회적 지지 및 투병정신에 미치는 효과. 성인간호학회지 18(2).
- 김현진(2002). 대학생의 우울취약성과 자의식이 대인관계에 미치는 영향. 연세대학교 심리학석사학위논문.
- 민소영(1995). 암환자의 영적상태에 관한 탐색적 연구. 이화여자대학교 간호학 석사학위논문.

- 박 경(2003). 부정적인 생활 스트레스와 대인관계 문제가 영성의 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지, 8(3): 581-593.
- 박노해(2002). 청소년을 위한 인지행동적 자존감증진 프로그램이 고등학생의 스트레스와 우울에 미치는 효과. 경성대학교 교육학 석사학위논문.
- 서경현, 정성진 외(2005). 대학생의 영적안녕과 생활스트레스, 우울, 및 자아존중감. 한국심리학회지, 17(4): 1077-1095.
- 서영진(2005). 초등학생의 감성지능과 정신건강 및 학교적응과의 관계. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 양성은(1999). 대학생의 자아정체감과 우울간의 관계 연구. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 여은경(2004). 심상치료 초기 ‘마음 문제점 정리 작업’이 아동의 정서(EQ) 향상에 미치는 효과. 명지대학교 심리치료학석사학위논문.
- 윤매옥, 박정숙(2002). 영적 간호중재가 호스피스 환자의 불안과 우울에 미치는 효과. 성인간호학회지, 14(3).
- 윤매옥(2004). 영적간호중재가 말기 암환자의 삶의 의미와 영적고통에 미치는 효과. 호스피스교육연구소지, 8.
- 윤지영(1998). 목회적 진단에 관한 연구. 연세대학교 연합신학대학원 석사학위논문.
- 이보경(2004). 청소년의 정서지능 및 스트레스 대처 유형이 우울 및 비행에 미치는 영향. 홍익대학교 교육학 박사학위논문.
- 이상은(2003). 지역교회 노인들의 영적안녕과 외로움, 생활만족과의 관계. 고신대학교 간호학 석사학위논문.
- 이한기(2004). 학동기의 스포츠 활동과 특기적성활동의 참가가 감성지수 및

- 성격 특성에 미치는 영향. 대한물리치료학회지, 16(1):103-112.
- 이화인(2002). 일부 간호대학생이 영적안녕과 정신건강과의 관계 연구. 대한 간호학회지, 32(1).
- 전경구 외(1999). 한국판 CES-D 개정 연구. 사회과학연구 6(1):429-451.
- 정성덕 외(2004). 중국거주 조선족 여성의 영적 안녕정도가 정신건강에 미치는 영향. 영남의대학술지, 21(2).
- 정영성(2003). 영성 훈련을 통한 우울증 치료에 관한 연구. 목원대학교 신학대학원 석사학위 논문.
- 조미령(2002). 정서지능과 스트레스 수준 및 대처방식과의 관계. 원광대학교 문학 석사학위논문.
- 조학래(2006). 노인들의 우울에 영향을 미치는 요인 연구. 복음과 실천(37집): 343-377.
- 최연선(2001). 대학생의 우울, 불안수준과 자기불일치간의 관계. 서울여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 최영아(2003). 심리극이 자기개념과 정서에 미치는 영향. 성신여자대학교 심리학석사학위논문.
- 한영란, 정영수(2004). 영성교육의 교육적 의미. 한국교육학연구 10(1):5-18.
- 황태호 역(1996). '감성지능' EQ. 상, 하 . 비전코리아, 1996.
- Banks, R(1980). Health and Spiritual dimension: relationships and implications for Professional preparation programs. J of School Health, 50(4): 195-202.
- Beck, A. T. (1967). Depression: Causes and treatment. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

- Choi, S. S. (1990). A Correlational study on spiritual well-being, hope and perceived health status of urban adults. Doctoral Dissertation, Graduate School of Yen-sei University.
- Ellison, C. W.(1983). Spiritual well-being: Conceptualization and Measurement, *Journal of Psychology and theology*, 11(4):330-340.
- Feibel, J.H. & Springer,C.J.(1982). Depression and failure to social activities after stroke, *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 63:276-278.
- Gardner, H.(1993). *Multiple intelligence: The theory in practice*, NY: Basic Books.
- Goleman. D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Guilford. J. P.(1968). *The nature of human intelligence*. NY: McGraw-Hill.
- Higgins, E. T., Klein, R. and Strauman, T.(1985). Self-concept discrepancy theory: A psychological model for distinguishing among different aspects of depression and anxiety, *Social cognition*, 3:51-76.
- Hill, L., & Smith, N. (1985). *Self-Care Nursing; Promotion of Health*, Appleton-Century - Crofts, 186-216.
- Kaplan HI, Benjamin Js(1991): *synopsis of psychiatry: Behavioral Science/ Clinical Psychiatry*. 6th ed. Baltimore, Williams & Wilkins.
- Klerman, G.L.(1988). Relation between anxiety and depression. In M.

- Roth, R. Noyes Jr., & G.D. Burrows.(Eds.) Handbook of Anxiety. Vol. 1: biological, Clinical and Cultural Perspective. Amsterdam: Elsevier.
- Koenig, H. G., McCullough, M. E., Lar. 'Handbook of Religion and Health.' Oxford Univ Pr, 2001.
- Krantz, S., & Hammen, C. L.(1979). Assessment of cognitivebias in depression. Journal of Abnormal Psychology, 88:611-619.
- Lilliston, L., Klein DG(1991). A Self-discrepancy Reduction Model of Religious Coping. Journal of Clinical Psychology 47. 854-860.
- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1995). Emotional Intelligence. NY: Basic Books.
- Paloutzian, J. F., & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, spiritual well-being and quality of life. In L.A. Peplau and K. Perlman, Loneliness: A sourcebook of the theory, research and therapy Wiley Interscience.
- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. Imagination, Cognition & Personality. NY: Basic Books.
- Scott, L., L. O'Hara, M.W.(1993). Self-discrepancies in clinically anxious and depressed university students. Journal of Abnormal Psychology, 102: 282-287.
- Stoll, R. I.(1989). The essence of spirituality. In V. B. Carson(Ed.), Spiritual dimension of nursing practice(pp.4-21). Philadelphia: Saunders.

Zung, W. W. (1965). A self-rating depression scale. *Archives of General Psychiatry*, 13:508-515.

< 부 록 >

1. 질문지 안내
2. 일반적 특성 검사지
3. 우울측정 검사지
4. 영성측정 검사지
5. 감성지능 검사지
6. 기타
 - 1) 영성에 관한 학자들의 시각
 - 2) 대상자의 생활습관 측정
 - 3) 사회적 지지와의 관계
 - 4) 주요 변수와 사회적 지지와의 관계

질문지>

여러분 안녕하십니까.

바쁘신 중에도 설문에 응해주셔서 진심으로 감사드립니다.

이 질문지는 학생 여러분의 정신건강에 대한 조사연구입니다.

조사 결과는 정신건강에 대한 관련 요인과 그에 관련이 깊은 변수들을 분석하고 정신건강에 미치는 영향을 파악하여 보다 건강한 대학생활과 건강증진 향상 방안을 위한 연구논문에 사용될 자료를 수집하기 위한 것입니다.

각 내용별 문항마다 응답요령이 제시되어 있으니 모든 내용을 처음부터 끝까지 읽으시면서 답해주시기 바랍니다. 이 질문지는 맞거나 틀린 답이 없습니다. 여러분 자신이 평소의 생활에서 어떤 태도나 생각을 가지고 있다고 생각하는가를 알아보려는 것이니 빠트리는 문항 없이 있는 그대로 솔직히 응답해 주시기 바랍니다. 이 질문지는 귀하께서 원치 않으시면 언제든지 중단할 수 있습니다.

이 설문지의 결과는 연구목적 이외에는 절대로 사용되지 않으며 개인의 비밀이 보장 됩니다.

협조하여 주셔서 감사드립니다.

2006년 6월
연세대학교 보건대학원
지역사회 간호 전공
장은주

<일반적인 특성>

다음에 귀하의 일반적 특성을 여쭙 보겠습니다. 해당란에 답(V표)해 주십시오.

1. 성별: ①남 ②여

2. 연령: ()세

3. 학년: ①1학년 ②2학년 ③3학년 ④4학년

4. 학부/학과(전공): ()대학 ()학과

5. 현재 동거여부

①부모와 가족이 함께 산다

②떨어져 산다 -자취, 하숙, 친척집

6. 가족의 월수입 표시해 주십시오

①200만원 미만 ②200만원-400만원 ③400만원-600만원 ④600만원 이상

7. 귀하는 아르바이트를 하십니까?(예인 경우 8번으로 이동)

①예

②아니요

8. 귀하의 월수입(용돈포함)은 얼마이십니까?

①50만원이하 ②50-100만원 ③100-150만원 ④150-200만원 ⑤200만원 이상

9. 귀하는 현재 흡연을 하고 계십니까?

(예인 경우 10번으로 이동, 아닌 경우13번으로 이동)

①그렇다 ②아니다

10. 현재까지 담배를 피운 기간? ()년()개월

11. 귀하는 지난 30일(한달) 동안 며칠이나 흡연 하였습니까?

①흡연한 적이 없다 ②1-2일 ③3-5일 ④6-9일 ⑤10-19일 ⑥20-29일 ⑦30일(매일)

12. 지난 한달 동안 하루 평균 흡연 량은?

①1개비 ②2-5개비 ③6-10개비 ④11-20개비
⑤21개비이상 ⑥지난 한달 동안은 피운 적 없다

13. 술을 마십니까?

①마시지 않는다 ②과거에 마셨으나 지금은 안 마신다 ③현재 마신다

14. 지난 한달 동안 술을 마신 횟수는? ()회/1달

15. 주로 마시는 술의 종류 하나를 택하시고 한번에 마시는 양을 기록 하세요.

소주	막걸리	맥주	양주	포도주	청주	기타
잔	잔	잔	잔	잔	잔	잔

16. 귀하는 일주일에 땀이 날 정도로 얼마나 자주 운동을 하십니까?

- ①주 1회 미만 ②1-2회/주 ③3-4회/주 ④5-6회 이상/주 ⑤매일

17. 귀하의 평균 수면시간은 어느 정도 됩니까?

- ①9시간이상 ②8시간~6시간이하 ③5~3시간 ④불규칙하다

18. 귀하는 자신이 가장 친밀 하다고 느끼는 사람이 있습니까?

- ①부모 ②형제/자매 ③친척 ④친구 ⑤연인 ⑥종교인/성직자 ⑦이웃 ⑧기타

19. 위(18번)에 사람이 어느 정도 가깝다고 느끼십니까?

(0-10점 기준으로 가까운 곳에 표시하십시오)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

20. 학교생활과 다른 활동 사이에 시간을 배분하는 문제가 생긴다면 좋은 조언을 해줄 사람이 주변에 있습니까?

- ①전혀 그렇지 않다 ②대체로 그렇지 않다 ③그렇지 않다
④그렇다 ⑤대체로 그렇다 ⑥매우 그렇다

21. 귀하가 학교생활에 적응하는데 어려움을 느낀다면 이에 대해 마음 놓고 이야기 할 수 있는 사람이 주변에 있습니까?

- ①전혀 그렇지 않다 ②대체로 그렇지 않다 ③그렇지 않다
④그렇다 ⑤대체로 그렇다 ⑥매우 그렇다

22. 귀하가 문제를 처리하는 방식에 대해 객관적인 평가를 해줄 사람이 있습니까?

- ①전혀 그렇지 않다 ②대체로 그렇지 않다 ③그렇지 않다
④그렇다 ⑤대체로 그렇다 ⑥매우 그렇다

23. 귀하의 친구들은 귀하가 그들의 문제를 해결하는데 얼마나 도움이 된다고 느끼십니까?

- ①전혀 그렇지 않다 ②대체로 그렇지 않다 ③그렇지 않다
④그렇다 ⑤대체로 그렇다 ⑥매우 그렇다

24. 귀하의 주변에 귀하가 성취한 일에 대해 자랑스럽게 여기는 사람이 있다고 느끼십니까?

- ①전혀 그렇지 않다 ②대체로 그렇지 않다 ③그렇지 않다
④그렇다 ⑤대체로 그렇다 ⑥매우 그렇다

25. 내가 외롭고 힘들 때 언제라도 함께 할 사람이 있습니까?

- ①전혀 그렇지 않다 ②대체로 그렇지 않다 ③그렇지 않다
④그렇다 ⑤대체로 그렇다 ⑥매우 그렇다

26. 귀하가 아파서 학교를 결석하거나 시험공부 시 귀하를 도울 수 있는 사람이 있습니까?

- ①전혀 그렇지 않다 ②대체로 그렇지 않다 ③그렇지 않다
④그렇다 ⑤대체로 그렇다 ⑥매우 그렇다

27. 귀하는 종교가 있으십니까?

- ①기독교 ②천주교 ③불교 ④기타 ⑤없다

<종교가 있으신 분에 한하여 답해 주십시오>

28. 종교가 있으시다면 신앙생활 기간은 얼마나 되십니까?

①6개월 미만 ②6-1년 미만 ③1-3년 미만 ④3-10년 ⑤10년 이상

29. 귀하는 지난 한달 동안 공적모임이나 예배에 참석한 횟수는?

①1번 ②2-3번 ③3-4번 ④4-5번 ⑤5-6 ⑥6번 이상 ⑦ 없다

번호	질 문	극히 드물다	가끔 있었다	종종 있었다	대부분 그렇다
1	평소에는 아무렇지 않던 일들이 괴롭게 귀찮게 느껴졌다	①	②	③	④
2	먹고 싶지 않고, 식욕이 없다	①	②	③	④
3	어느 누가 도와준다 하더라도 나의 울적한 기분은 떨쳐 버릴 수 없을 것 같다.	①	②	③	④
4	무슨 일을 하든 정신을 집중하기가 힘들었다	①	②	③	④
5	비교적 잘 지냈다	①	②	③	④
6	상당히 우울했다	①	②	③	④
7	모든 일들이 힘들게 느껴졌다	①	②	③	④
8	앞 일이 암담하게 느껴졌다	①	②	③	④
9	지금까지의 내 인생은 실패작이라는 생각이 들었다	①	②	③	④
10	적어도 보통 사람들만큼의 능력은 있었다고 생각한다	①	②	③	④
11	잠을 설쳤다(잠을 이루지 못했다)	①	②	③	④
12	두려움을 느꼈다	①	②	③	④
13	평소에 비해 말수가 적었다	①	②	③	④
14	세상에 홀로 있는 듯 한 외로움을 느꼈다	①	②	③	④
15	큰 불만 없이 생활했다	①	②	③	④
16	사람들이 나에게 차갑게 대하는 것 같았다	①	②	③	④
17	갑자기 울음이 나왔다	①	②	③	④
18	마음이 슬펐다	①	②	③	④
19	사람들이 나를 싫어하는 것 같았다	①	②	③	④
20	도무지 뭘 해 나갈 엄두가 나지 않았다	①	②	③	④

번호	질 문	전혀 그렇다 않다	거의 그렇지 않다	그렇다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 개인적으로 하나님(절대자)께 기도하는 것에 큰 만족을 얻는다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 내가 누구인지, 어디서 왔는지, 혹은 어디로 가고 있는지 알고있다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 하나님(절대자)이 나를 사랑하고 돌보아 주신다는 것을 믿는다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 삶이 긍정적인 경험이라고 믿는다	①	②	③	④	⑤
5	나는 하나님(절대자)이 인간적이고 나의 일상적 상태에도 관심이 있다고 믿는다	①	②	③	④	⑤
6	나는 나의 장래가 불안정하다고 생각한다	①	②	③	④	⑤
7	나는 하나님(절대자)과 개인적으로 의미 있는 관계를 가지고 있다	①	②	③	④	⑤
8	나는 나의 삶이 매우 충족하고 만족스럽게 느낀다	①	②	③	④	⑤
9	나는 개인적으로 하나님(절대자)으로부터 힘과 지지를 많이 얻는다.	①	②	③	④	⑤
10	나는 나의 삶이 가고 있는 방향에 대해 안녕감을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
11	나는 하나님(절대자)이 나의 문제에 대해 관심을 갖고 있다고 믿는다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 삶이 즐겁다	①	②	③	④	⑤
13	나는 개인적으로 하나님(절대자)과 만족스러운 관계를 갖고 있다.	①	②	③	④	⑤
14	나는 나의 장래를 좋게 본다	①	②	③	④	⑤
15	나와 하나님(절대자)의 관계는 나를 의롭지 않게 해준다.	①	②	③	④	⑤
16	나는 삶이 갈등과 불행으로 가득 차 있다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
17	나는 내가 하나님(절대자)과 함께 할 때 가장 충족함을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
18	삶이 가치 있다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
19	나와 하나님(절대자)의 관계는 나에게 안녕감을 갖게 해준다.	①	②	③	④	⑤
20	나는 나의 삶에 어떤 진정한 목적이 있다고 믿는다.	①	②	③	④	⑤

번호	질 문	전혀 그렇지 않다	거의 그렇지 않다	약간 그렇다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 내 감정을 표현하는데 별다른 어려움을 느끼지 않는다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 새로운 일을 시작할 때 두렵거나 불안하다.	①	②	③	④	⑤
3	친구가 나를 화나게 하면 나는 기분이 나쁘다고 말한다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 평소에 내가 하고 싶은 일이 무엇인지 알기 때문에 전공 선택 문제로 별로 고민하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 내가 좋아하는 여자(남자)친구 스타일을 가지고 있다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 감정과 행위가 다를 수 있다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 성격뿐만 아니라 나 자신에 대해 너무나 잘 알고 있다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 나 자신과 대화를 자주 하는 편이다. 가령, '나는 누구인가', '네가 왜 그랬을까?'와 같이 자신과 대화하며 문제에 대처한다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 언제나 내 자신의 능력에 맞는 목표를 세워놓고 행동한다.	①	②	③	④	⑤
10	나는 내가 무엇을 원하는지 분명히 표현 할 수 있다.	①	②	③	④	⑤
11	나는 성격이 침착하고 차분하다는 얘기를 많이 듣는 편이다.	①	②	③	④	⑤
12	얕체같이 갖길로 달리는 사람들을 보면 욕하기 보다는 무슨 사정이 있어서 그럴 거라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤

13	식당에서 밥을 먹으려고 줄을 섰는데 누가 새 치기를 하면 욕하기보다 배가 몹시 고프기 때문이라고 생각하여 참는다.	①	②	③	④	⑤
14	맛있는 음식이 있어도 다른 가족들이 식탁에 앉기까지 먹지 않고 기다리는 편이다.	①	②	③	④	⑤
15	누가 내 발을 밟아 놓고 사과하지 않더라도 나는 쉽게 화를 내지 않는다.	①	②	③	④	⑤
16	나는 상대방이 어떻게 받아드릴지 몰라 말을 함부로 하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
17	나는 물건을 살 때 충동적으로 사서 후회하는 일이 거의 없다.	①	②	③	④	⑤
18	나는 내 감정을 잘 조절할 수 있다고 믿는다.	①	②	③	④	⑤
19	스트레스를 받더라도 나는 쉽게 흥분하지 않고 스트레스를 풀 수 있는 방법을 가지고 있다.	①	②	③	④	⑤
20	나는 풍부한 정서생활을 하고 있다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
21	세상은 노력한 만큼 얻을 수 있다고 생각하기 때문에 잘살고 못사는 것은 모두 자기책임이다.	①	②	③	④	⑤
22	나는 어떤일에 실패하면 그 원인이 무엇인지를 분석해서 대처한다.	①	②	③	④	⑤
23	나는 내 능력에 맞는 목표를 스스로 세우고 그것을 달성하기 위해 노력한다.	①	②	③	④	⑤
24	나는 '실패는 성공의 어머니'라는 말을 믿는다.	①	②	③	④	⑤
25	나는 내가 부족한 것이 무엇인지를 찾아 그것을 채우려고 한다.	①	②	③	④	⑤

26	집안이 어려워 대학에 가지 못할 상황이라도 학업을 계속 하겠다(대학원 진학 등)	①	②	③	④	⑤
27	여자(남자)친구에게 데이트를 신청했다가 거절당하더라도 포기하지 않고 다시 도전한다.	①	②	③	④	⑤
28	나는 평소 말과 행동이 다르지 않고, 내가 한 말을 그대로 실천하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
29	누군가 불쌍하다는 생각이 들면 그 사람을 반드시 도와준다.	①	②	③	④	⑤
30	나는 무언가 일이 있으면 그것에 몰두해 시간가는 줄 모른다.	①	②	③	④	⑤
31	나는 다른 사람과 입장을 바꿔 놓고 생각하기 때문에 다른 사람이 무슨 생각을 하는지 잘 안다.	①	②	③	④	⑤
32	나는 부모나 선생님, 친구들이 기분이 좋은 상태인지 나쁜 상태인지를 잘 판단한다.	①	②	③	④	⑤
33	사람을 첫 인상 가지고 판단하는 것은 옳지 않다.	①	②	③	④	⑤
34	나는 내 주위 사람들이 나에게 무엇을 원하는지를 잘 알고 있다	①	②	③	④	⑤
35	나는 부모님이 단지 자존심 때문에 자식을 대학에 보내려는 것은 아닐 거라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
36	나는 누가 섭섭한 말을 하더라도 그럴만한 이유가 있을 거라고 생각하고 참는 편이다.	①	②	③	④	⑤
37	나는 친구의 행동이 내 맘에 안 들더라도 그 친구에게 이런저런 잔소리를 하지 않는 편이다.	①	②	③	④	⑤
38	나는 사랑에 빠지더라도 친구나 가족이 눈에 들어오지 않는 것을 이해할 수 없다.	①	②	③	④	⑤

39	나는 친구가 약속할 때마다 늦게 오더라도 뭐라고 하기보다는 늦을 만한 이유가 반드시 있을 거라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
40	모처럼 친구와 등산을 가서 정상을 눈앞에 두었는데 친구가 죽어도 못 올라간다고 하면 나는 친구와 함께 내려오겠다	①	②	③	④	⑤
41	나는 다른 사람들과 어울리는 것을 좋아한다.	①	②	③	④	⑤
42	나는 다른 사람이 기분 상하지 않게 내 의사를 잘 표현한다.	①	②	③	④	⑤
43	나는 친구들의 말이 다소 논리가 없더라도 그것을 지적하지 않고 이해하려고 한다.	①	②	③	④	⑤
44	나는 다른 사람들과 슬픔과 기쁨, 분노와 같은 감정을 공유할 줄 한다.	①	②	③	④	⑤
45	나는 사람들이 이기적이기보다는 이타적이라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
46	나는 고정관념이나 편견이 맞을 수도 있지만 실제로는 틀린 경우가 더 많다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
47	어떤 사람을 행동이나 말투를 가지고 판단하는 것은 잘못된 것이다.	①	②	③	④	⑤
48	나는 토론할 때 다른 사람이 나와 다른 주장을 하더라도 그것을 불평 없이 받아 드릴 수 있다.	①	②	③	④	⑤
49	나는 다른 사람들이 나를 칭찬하든 비난하든 별로 개의치 않는다.	①	②	③	④	⑤
50	친구가 약속시간에 늦으면 약간 화를 내도 상관없다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤

기타>

1) 영성에 관한 학자들의 시각

학자	강조점
샌더스(Oswald Sanders)	-하나님과의 깊은 관계를 갖는 내적 자질 -타자중심적인 삶을 의미 =>과정중시
핑크(Arthur Pink)	-내적인 차원에서 평가 * 하나님을 아는 것: 인지적 영역 * 하나님을 사랑하는 것: 정서적 영역 * 하나님의 뜻에 따라 사는 것: 행위적 영역
카터(John Carter)	-인격과 동떨어진 특수한 요소가 아닌 인격 속에 묻혀서 개발되어야 하는 전인적 개념 :하나님과의 관계 또한 인간과의 관계 중시 =>전인성 강조
윗체른(Frank Wichern)	-영적 지도력과의 관계성에 초점 =>하나님과 인간과의 관계 중시
리차드(Lawrence Richards)	-하나님과의 관계를 맺고 살아가는 인간의 삶이라 정의 -영적인 세계와 물질적인 세계가 연합된 것
벤너(David Benner)	-심리적인 차원과 영적차원 통합시켜 전인적 존재를 주장하는 통합주의적 철학 입장
엘리슨(Craig Ellison)	-신학과 사회심리학 접목 -하나님과의 관계 및 인간과의 관계 중시
맬로니(Newton Malony)	-전인적인 차원 -정신 건강과 영적 성숙은 밀접한 관계이름

2) 대상자의 생활습관

(1) 흡연

흡연자의 실태를 분석해 보면 남성은 33.0%가 흡연하는 것으로 나타났고 여성은 8.3%만이 흡연을 하는 것으로 나타났고 이 결과는 통계적으로 유의미하다($\chi^2=45.570$, $p<.001$). 그러나 이 결과는 다른 흡연 실태 결과와는 다른 결과를 보이는데 이 결과는 대학의 강의 도중 설문을 실시하여 나타난 결과가 아닌가 사료된다.

연령별 및 학년별로는 학년이 높아질수록 흡연율이 증가하는 것으로 나타났으나 부모 동거 및 전공에 따른 차이, 아르바이트 여부는 흡연과 통계적으로 유의미한 차이는 없는 것으로 나타났다. 부모의 소득 수준은 흡연에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 소득이 많아질수록 흡연율이 높아지는 것으로 나타났고 이 결과는 통계적으로 유의미하다($\chi^2=32.422$, $p<.006$)

흡연량은 <표 1>와 같다.

< 표 1 > 대학생의 흡연실태

(N= 576)

구분	비교	1개비	2-5개비	6-10개비	11-20개비	21개비 이상	비흡연	χ^2 값	p 값
성별	남자	7	14	30	55	7	232	40.583	0.000*
		2.02	4.05	8.67	15.90	2.02	67.05		
	여자	3	1	2	0	5	121		
		2.27	0.76	1.52	0.00	3.79	91.67		
연령	20세 미만	1	1	0	1	0	27	51.811	0.000*
		3.33	3.33	0.00	3.33	0.00	90.00		
	20-25세 미만	6	6	12	14	7	219		
		2.26	2.26	4.53	5.28	2.64	82.64		
	25-30세 미만	3	8	20	38	5	104		
		1.69	4.49	11.24	21.35	2.81	58.43		
	30세 이상	0	0	0	2	0	3		
		0.00	0.00	0.00	40.00	0.00	60.00		

학년	1학년	2	3	0	2	1	82	34.243	0.003*
		2.20	3.30	0.00	2.20	1.10	90.11		
	2학년	3	2	11	7	4	63		
		3.33	2.22	12.22	7.78	4.44	70.00		
	3학년	3	2	8	21	3	102		
		2.16	1.44	5.76	15.11	2.16	73.38		
	4학년	2	8	13	25	4	106		
		1.27	5.06	8.23	15.82	2.53	67.09		
대학	문과	5	7	12	24	4	153	1.174	0.947
		2.43	3.40	5.83	11.65	1.94	74.27		
	이과	5	8	20	31	8	199		
		1.85	2.95	7.38	11.44	2.95	73.43		
동거여부	부모,가족과 동거	6	11	14	24	4	171	6.136	0.293
		2.60	4.76	6.06	10.39	1.73	74.03		
	별거	4	4	18	31	8	182		
		1.62	1.62	7.29	12.55	3.24	73.68		
가족월소득	200만원 미만	1	0	7	2	0	54	32.422	0.006*
		1.56	0.00	10.94	3.13	0.00	84.38		
	200만원-400만원	2	6	12	21	7	154		
		0.99	2.97	5.94	10.40	3.47	76.24		
	400만원-600만원	5	3	7	13	3	91		
		4.07	2.44	5.69	10.57	2.44	73.98		
	600만원 이상	2	6	6	19	2	47		
		2.44	7.32	7.32	23.17	2.44	57.32		
아르바이트여부	예	4	5	13	10	2	114	7.456	0.189
		2.70	3.38	8.78	6.76	1.35	77.03		
	아니오	6	10	19	45	10	239		
		1.82	3.03	5.76	13.64	3.03	72.42		
본인월소득	50만원 이하	5	9	22	31	10	272	22.119	0.015*
		1.43	2.57	6.29	8.86	2.86	77.71		
	50-100만원	4	5	7	22	1	70		
		3.67	4.59	6.42	20.18	0.92	64.22		
	100만원 이상	1	1	3	2	1	9		
		5.88	5.88	17.65	11.76	5.88	52.94		
전체	10	15	32	55	12	353			
	2.09	3.14	6.69	11.51	2.51	73.85			

* p<0.05

(2) 음주 실태

대학생의 지난 한달 동안 음주 횟수를 분석해 보면 남성은 356명(95.4%)이 음주를 한 것으로 나타났고 여성은 149명(90.3%)이 음주한 것으로 나타났고 이 결과는 통계적으로 유의미하다($\chi^2=12.069$, $p<.007$).

연령별로는 20-25세미만이 가장 높았으며($\chi^2=23.387$, $p<.005$), 학년별로는 학년이 높아질수록 음주율이 증가하는 것으로 나타났고 이 결과는 통계적으로 유의미하다($\chi^2=21.717$, $p<.010$). 대학, 부모동거 및 아르바이트 여부, 월 소득 여부는 음주와 통계적으로 유의미한 차이는 없는 것으로 나타났다.

<표 2 > 대학생의 지난 한달 간 음주횟수 (N= 576) * $p<0.05$

구분	비교	비음주	1-5회	6-10회	10회 이상	χ^2 값	p 값
성별	남자	17	243	90	23	12.069	0.007*
		4.55	64.97	24.06	6.15		
	여자	16	119	24	6		
		9.70	72.12	14.55	3.64		
연령	20세 미만	0	19	10	5	23.378	0.005*
		0.00	55.88	29.41	14.71		
	20-25세 미만	23	212	62	12		
		7.42	68.39	20.00	3.87		
	25-30세 미만	8	129	41	12		
		4.21	67.89	21.58	6.32		
	30세 이상	2	2	1	0		
		40.00	40.00	20.00	0.00		
학년	1학년	2	65	37	7	21.717	0.010*
		1.80	58.56	33.33	6.31		
	2학년	4	70	23	7		
		3.81	66.67	21.90	6.67		
	3학년	10	107	23	7		
		6.80	72.79	15.65	4.76		
	4학년	17	120	31	8		
		9.66	68.18	17.61	4.55		
대학	문과	16	170	42	13	3.864	0.276
		6.61	70.25	17.36	5.37		
	이과	17	191	72	16		
		5.74	64.53	24.32	5.41		
동거여부	부모,가족과 동거	15	174	56	14	0.138	0.987
		5.79	67.18	21.62	5.41		
	별거	18	187	58	15		
		6.45	67.03	20.79	5.38		
가족 월소득	200만원 미만	4	54	12	0	11.318	0.255
		5.63	76.06	16.90	0.00		
	200만원-400만원	17	145	51	16		
		7.42	63.32	22.27	6.99		
	400만원-600만원	10	100	26	8		
		6.94	69.44	18.06	5.56		
	600만원 이상	2	58	22	5		

아르바이트 여부	예	2.30	66.67	25.29	5.75	3.815	0.282
		13	108	37	13		
	7.60	63.16	21.64	7.60			
	아니오	20	254	77	16		
		5.43	69.02	20.92	4.35		
본인 월소득	50만원 이하	24	264	83	18	3.347	0.764
		6.17	67.87	21.34	4.63		
	50-100만원	7	86	27	9		
		5.38	66.15	20.77	6.92		
	100만원 이상	2	10	4	2		
		11.11	55.56	22.22	11.11		
전체	33	362	114	29			
	6.12	67.16	21.15	5.38			

(3) 운동

대학생의 일주일간 운동 실태를 분석해 보면 운동 횟수는 여자보다 상대적으로 남자가 높게 나타났고($\chi^2=34.146$, $p<.000$), 주 1회 미만이 가장 높게 나타났다($\chi^2=34.146$, $p<.000$). 전공대학별로는 문과보다 이과가 높게 나타났으며($\chi^2=11.825$, $p<.037$), 아르바이트와 용돈을 포함한 본인의 월 소득은 50만원 이하가 높게 나타났다($\chi^2=42.819$, $p<.000$). 연령, 학년별, 가족동거여부, 가족의 월 소득 및 아르바이트 여부와는 통계적으로 유의미한 차이는 없는 것으로 나타났다.

< 표 3 > 대학생의 1주일 간 운동 실태 (N= 576)

구분		주1회 미만		1~2회		3~4회		5~6회		매일		χ^2 값	p 값
		실수	비율	실수	비율	실수	비율	실수	비율	실수	비율		
성별	남자	175	45.1	122	31.4	61	15.7	15	3.9	15	3.8	34.146	0.000*
	여자	126	68.5	27	14.7	25	13.6	3	1.6	2	1.1		
연령	20세 미만	22	59.5	12	32.4	3	8.1	0	0.0	0	0.0	10.799	0.768

	20-25세 미만	171	52.0	89	27.1	48	14.6	8	2.4	12	3.7		
	25-30세 미만	106	52.7	46	22.9	34	16.9	10	5.0	5	2.5		
	30세 이상	2	40..	2	40.0	1	20.0	0	0.0	0	0.0		
학년	1학년	54	46.6	45	38.8	11	9.5	2	1.7	4	3.5	24.717	0.054
	2학년	57	53.3	28	26.2	12	11.2	5	4.7	5	4.7		
	3학년	84	53.1	39	24.7	28	17.7	3	1.9	3	1.9		
	4학년	106	55.5	37	19.4	35	18.3	8	4.2	5	2.6		
대학전공	문과	142	53.6	57	21.5	48	18.1	6	2.3	11	4.2	11.825	0.037*
	이과	158	51.6	92	30.1	38	12.4	12	3.9	6	2.0		
동거여부	부모,가족과 동거	137	49.6	83	30.1	44	15.9	6	2.2	5	1.8	9.500	0.091
	기타생활	163	55.3	66	22.4	42	14.2	12	4.1	12	4.1		
가족 월소득	200만원 미만	43	58.11	19	25.7	8	10.8	3	4.1	1	1.4	9.812	0.831
	200만원-400만원	128	53.1	60	24.9	37	15.4	9	3.7	7	2.9		
	400만원-600만원	77	50.0	41	26.6	29	18.8	3	2.0	3	2.0		
	600만원 이상	47	49.5	29	30.5	12	12.6	3	3.2	4	4.2		
아르바이트여부	예	89	48.9	45	24.7	33	18.1	9	4.95	5	2.8	7.516	0.185
	아니오	212	54.4	104	26.7	53	13.6	9	2.3	12	3.1		
본인 월소득	50만원 이하	232	56.0	106	25.6	58	14.0	9	2.2	9	2.2	42.819	0.000*
	50-100만원	57	42.2	39	28.9	25	18.5	7	5.2	7	5.2		
	100만원 이상	9	45.0	4	20.0	3	15.0	2	10.0	1	5.0		

* p<0.05

3) 사회적 지지와의 관계

우울 및 우울에 영향을 미치는 것으로 선행 연구에 나타난 영성, 감성은 사회적 지지 및 자원 량과 관계있는 것으로 나타나고 있다. 이 연구에서는 사회적 자원을 타인과의 친밀감 정도, 일상 삶을 위한 시간 배분 조언자, 학교생활 적응을 지원하는 조언자, 문제 발생 시 평가하고 지원하는 사람, 고민을 나눌 친구, 성취 시 공감자, 외로울 때 동반자, 아프거나 힘들 때 도움 주는 사람을 6점 척도 측정하였다. 그 결과 가장 친밀감을 느끼는 사람은 친구, 부모, 연인 순이었다. 그런데 친밀한 대상은 성별 및 학년, 가족 동거 여부, 용돈 및 월 소득에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 성별로는 여성이 남성보다 부모, 형제자매와 친밀한 관계를 유지하는 반면 남성은 특징적으로 친구가 친밀의 대상이 되고 있다. 학년별로는 저학년 때는 친구가 친밀의 대상이나 고학년이 될수록 연인이 친밀의 대상이 되고 있는 것으로 나타났다. 가족 동거 여부에 따라서는 가족 동거자들은 가족이 친밀의 대상이나 별거 학생은 연이어 가족을 대상해 친밀의 대상이 되는 것으로 나타났다.

<표 4> 본인 인지 친밀한 대상

(N= 576)

구분		부모		형제자매		친척		친구		연인		종교인		이웃		기타		χ^2 값	p 값
		실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율	실수비율			
성별	남자	113	28.9	34	8.7	2	0.5	162	41.4	70	17.9	1	0.3	1	0.3	8	2.1	20.724	0.004*
	여자	58	31.7	29	15.9	0	0.0	46	25.1	44	24.0	2	1.1	0	0.0	4	2.2		
연령	20세 미만	14	38.9	2	5.6	1	2.8	16	44.5	3	8.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	24.122	0.287
	20-25세 미만	95	28.7	42	12.7	1	0.3	118	35.7	67	20.2	2	0.6	0	0.0	6	1.8		
	25-30세 미만	58	28.7	19	9.4	0	0.0	74	36.6	43	21.3	1	0.5	1	0.5	6	3.0		
	30세 이상	4	80.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	20.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
학년	1학년	34	29.3	13	11.2	2	1.7	56	48.3	10	8.6	0	0.0	0	0.0	1	0.9	45.818	0.001*
	2학년	24	22.2	9	8.3	0	0.0	47	43.5	26	24.1	0	0.0	0	0.0	2	1.9		
	3학년	50	31.6	22	13.9	0	0.0	50	31.7	30	19.0	3	1.9	0	0.0	3	1.9		
	4학년	63	32.8	19	9.9	0	0.0	55	28.7	48	25.0	0	0.0	1	0.5	6	3.1		
대학전공	문과	80	30.1	30	11.3	0	0.0	81	30.5	69	25.9	1	0.4	0	0.0	5	1.9	16.817	0.019*
	이과	91	29.6	32	10.4	2	0.7	127	41.4	45	14.7	2	0.7	1	0.3	7	2.3		
동거여부	부모,가족과 동거	90	32.6	38	13.8	2	0.7	94	34.0	45	16.3	1	0.4	0	0.0	6	2.2	12.827	0.076

	별거	80	26.9	25	8.4	0	0.0	114	38.4	69	23.2	2	0.7	1	0.3	6	2.0		
가족 월소득	200만원 미만	24	32.4	9	12.2	1	1.4	28	37.8	12	16.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	19.864	0.530
	200만원-400만원	75	31.1	23	9.5	1	0.4	95	39.4	40	16.6	2	0.8	0	0.0	5	2.1		
	400만원-600만원	43	27.7	17	11.0	0	0.0	52	33.6	39	25.2	1	0.7	0	0.0	3	1.9		
	600만원 이상	25	26.0	14	14.6	0	0.0	31	32.3	22	22.9	0	0.0	1	1.0	3	3.1		
아르바이 트여부	예	54	29.4	29	15.8	1	0.5	57	31.0	35	19.0	1	0.5	0	0.0	7	3.8	12.405	0.080
	아니오	117	30.0	34	8.7	1	0.3	151	38.7	79	20.3	2	0.5	1	0.3	5	1.3		
본인 월소득	50만원 이하	121	29.2	42	10.1	1	0.2	165	39.8	76	18.3	3	0.7	0	0.0	7	1.7	30.480	0.007*
	50-100만원	41	30.1	18	13.2	1	0.7	40	29.4	33	24.3	0	0.0	1	0.7	2	1.5		
	100만원 이상	6	30.0	3	15.0	0	0.0	3	15.0	5	25.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0		
전체		171	29.8	63	11.0	2	0.3	208	36.2	114	19.9	3	0.5	1	0.2	12	2.1		

* p<0.05

대학생들이 가진 사회적 자원 중 일상생활에 대한 시간 배분을 조언해 주는 지지 정도를 물어본 결과 조언 정도는 성별, 연령, 학년을 비롯하여 일반적 사항에 따른 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다. 학교생활 조언 여부는 여성이 더 조언자가 있다고 느끼고($t=-2.311, p<.05$), 문제가 발생하여 평가해주는 사람이 있다고 느끼는 것은 학년에 따른 차이가 있는 것으로 나타났다($F=3.700, p<.05$). 친구의 도움 정도는 학년에 따른 차이만이 존재하는 것으로 나타났고, 성취 공감은 성별 차이가 있는 것으로 나타났다.

본인 인지 사회적 지지는 평균 4.94로 대부분 사회적 지지를 충분히 받는 것으로 나타났다. 본인이 인지한 사회적 지지의 정도는 성별, 연령, 전공, 부모동거여부, 소득은 통계적으로 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 그러나 학년과 가구 소득과는 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 학년별로는 고학년일수록 지지자원이 많다고 느끼고 가구 소득이 많을수록 지지량이 많다고 느끼는 것으로 나타났다.

< 표 5 > 본인 인지 사회적 지지 정도

(N= 576)

구분	분류	평균(m)	표준편차(sd)	F/t 값	p 값
성별	남자	4.90	0.81	-1.148	0.252
	여자	4.98	0.70		
연령	20세 미만	4.82	0.90	1.232	0.297

	20-25세 미만	4.90	0.76		
	25-30세 미만	4.98	0.78		
	30세 이상	5.37	0.98		
학년	1학년	4.88	0.80	4.538	0.004*
	2학년	4.72	0.75		
	3학년	4.94	0.79		
	4학년	5.05	0.75		
대학	문과	4.95	0.77	0.697	0.486
	이과	4.90	0.79		
동거 여부	부모,가족과 동거	4.91	0.74	-0.537	0.591
	별거	4.94	0.82		
가족 월소득	200만원 미만	4.72	0.88	2.692	0.045*
	200만원-400만원	4.93	0.77		
	400만원-600만원	4.97	0.73		
	600만원 이상	5.04	0.76		
아르바이트 여부	예	4.96	0.73	0.820	0.413
	아니오	4.91	0.80		
본인 월소득	50만원 이하	4.90	0.80	1.017	0.362
	50-100만원	4.98	0.67		
	100만원 이상	5.10	0.84		

<표 6 > 사회적 지지 정도

(N= 576)

항목 내용	평균	표준 편차(s)
시간배분 조언자	4.27	1.24
학교 생활 적응 조언자	4.62	1.04
문제 처리 객관적 평가자	4.29	1.10
친구의 도움	4.32	0.98
성취 공감자	4.69	1.04
외로울 때 동반자	4.43	1.11
아프거나 시험 공부 시 조력자	4.40	1.06
평균	4.43	1.08

대상 학생들이 가지고 있는 사회적 지지의 정도는 잘하는 일을 칭찬하고 격려해 줄 수 있는 사람, 학교생활의 조언자, 외로울 때 동반자, 어려운 상황에서의 도움 주는 친구, 객관적 평가자의 순이었다. 대상 학생들은 6점 척도 중 4.43의 비교적 풍부한 사회적 지지그룹을 가지고 있는 것으로 나타났다.

4) 주요 변수와 사회적 지지와의 관계

우울, 영성, 감성과 사회적 지지는 선행 연구에서 높은 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 우울을 극복하는 중재 요인으로 사회적 관계를 확대하거나 인간 관계 훈련등이 추천되고 있다. 본 연구에서는 스스로 인정한 사회적 지지의 양이 우울, 감성, 영성에 영향을 미치는지를 살펴보고자 양방향성 상관관계 분석을 하였다. 그 결과 사회적 지지는 우울과 높은 상관성을 보였고 통계적으로도 유의미한 것으로 나타났다. 즉, 사회적 지지가 정도가 높을수록 우울은 낮은 것으로 나타났다. 우울을 구성하는 요소 인 우울 감정은 사회적 지지가 높을수록 낮은 것으로 나타났으며, 사회적 지지가 높을수록 긍정적 감정은 높은 것으로 나타났다.

<표 7 > 사회적 지지와 우울과의 상관관계

구분	우울 감정	긍정적 감정	신체적 및 문화적 행동	대인관계	우울전체
사회적 지지	-0.28*	-0.33*	-0.31*	-0.26*	-0.34*

* p<0.05

사회적 지지와 영성은 정적 상관관계를 보인다($r=-.034, p<.001$). 즉, 사회적 지지가 많을수록 영성이 높은 것으로 나타났고 이 결과는 통계적으로 유의미하다. 그런데 영성의 하위 요소 중 실존적 영적 안녕은 사회적 지지와 정적 상관관계를 보이나($r=.42, p<.001$) 종교적 안녕과는 통계적 유의성이 없는 것으로 나타났다.

<표 8 > 사회적 지지와 영성과의 상관관계

구분	종교적 영적안녕	실존적 영적안녕	영성 전체
사회적 지지	0.06	0.42*	0.24*

* p<0.05

사회적 지지와 감성과는 정적 상관관계를 보이는 것으로 나타났다($r=.36$, $p<.001$). 감성의 하위 요소인 감성인식능력, 감성조절능력, 동기부여능력, 타인감성인식능력, 인간관계와도 정적인 상관관계를 나타낸다. 즉, 사회적 지지가 많다고 느낄수록 감성인식능력이 높고, 감성 조절 능력이 높으며, 동기부여 능력, 타성 감성인식능력도 높은 것으로 나타났다. 또한 사회적 지지가 많다고 느낄수록 인간관계가 좋은 것으로 나타났다.

<표 9 > 사회적 지지와 감성과의 상관관계

구분	감성인식능력	감성조절능력	동기부여능력	타인감성인식능력	인간관계	감성전체
사회적 지지	0.33*	0.21*	0.27*	0.25*	0.34*	0.36*

* $p<0.05$

ABSTRACT

A Study on Correlation Among University Students' Spirituality, Emotion, and Depression

Eun Ju Chang

Dept. of Community Nursing Care

The Health Graduate School

Yonsei University

Purpose: This is a correlation study to identify factors in depression and determine how depression is correlated with spirituality and emotion as variables affecting depression. An attempt was made to analyze correlation among spirituality, emotion, and depression to present basic data for an intervention scheme to help college students improve their mental health.

Methods: Depression was measured by the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) translated by Shin and others (1991), which was a self-report depression scale developed by the U.S. National Institute of Mental Health (NIMH) in 1971; spirituality was measured by Choe's (1990) translation of the Spiritual Well-Being Scale developed by Paloutzian and Ellison (1982); and emotion was measured by the Emotional Intelligence Scale manufactured by Jang (2002) on the

basis of Goleman's (1995) EQ Test.

576 students of K University in Seoul, regardless of school years, participated in this study; data collection was implemented by a survey from May 29 through June 9, 2006; and an SPSS Windows 13.0 program was used for data processing and analysis. Frequency analysis and cross-tabulation analysis were carried out for demographics, along with t-test and ANOVA for the degree of respondents' depression, spirituality, and emotion and differences in responses by demographic variables and Pearson's correlation analysis for correlation among depression, spirituality, and emotion. The main results can be summarized as follows:

Results: The higher spirituality, the lower depression ($r=-.26$, $p<.001$); depression had relatively stronger correlation with existential spiritual well-being ($r=-.56$, $p<.05$).

Second, emotion was correlated with depression: the higher emotion, the significantly lower depression ($r=-.34$, $p<.05$). There was relatively high correlation among sub-variables: emotion had negative effects on depression.

Third, there was statistically significant correlation between emotion and spirituality affecting depression ($r=.31$, $p<.05$). The higher spirituality and emotion, the significantly lower depression, showing statistically significant correlation.

Conclusion: To put the results together, there is strong correlation among spirituality, emotion, and depression: the higher spirituality and emotion, the lower depression. It is necessary to develop nursing intervention to improve spirituality and emotion to relieve depression and use it actively in a clinical practice as independent nursing intervention, which will be very significant.

Key words: spirituality, depression, emotion