

# Effects of Religious Presence on Emotional Control and Forgiveness of Middle and High School Students

## 중·고등학생의 종교유무가 정서조절력과 용서에 미치는 효과

Jeong Suk Park<sup>1</sup>, Mi-Na Lee<sup>2</sup>

박정숙<sup>1</sup>, 이미나<sup>2</sup>

<sup>1</sup> The Doctor's Course, Department of Human Service Education, Kwangshin University, South Korea, Bjsja0421@naver.com

<sup>2</sup> Professor, Welfare Counseling Convergence Department, Kwangshin University, South Korea, lmn4780@naver.com

Corresponding author: Mi-Na Lee

**Abstract:** The purpose of this study was to find out the effect of religion or not in middle and high school students on emotional regulation and forgiveness. Therefore, the effect of emotional regulation according to the presence or absence of religion in adolescents and the effect of forgiveness level according to the presence or absence of religion were investigated. For this study, the results were analyzed based on a total of 398 questionnaires targeting middle and high school students located in Jeolla-do. The actual conditions of emotional regulation and forgiveness level of the subjects of this study were investigated. The results of the investigation are as follows. The level of emotional regulation was above average, and the emotional regulation of others was found to be high. The research results are as follows. First, the level of emotional regulation and forgiveness of survey subjects was high on average. Second, when examining factors according to religious life, there is a significant difference in emotional forgiveness, behavioral forgiveness, and total forgiveness. Third, there is an effect on the forgiveness level according to the emotional regulation capacity. Therefore, there was a positive correlation between emotional regulation and forgiveness level in adolescents. In order to improve the level of emotional regulation and forgiveness, more diverse and specific programs for education and experience are needed.

**Keywords:** Middle and High School Students, Emotional Regulation Ability, Level of Forgiveness, Presence of Religion, Adolescence

**요약:** 본 연구의 목적은 중고등학생의 종교유무가 정서조절과 용서에 미치는 효과를 알아보고자 실시하였다. 이에 청소년의 종교유무에 따른 정서조절력의 효과와 종교유무에 따른 용서수준에 효과를 알아보았다. 본 연구를 위해 전라도에 소재하는 중·고등학생을 대상으로 총 398부의 설문지를 바탕으로 결과를 분석하였다. 본 연구대상자의 정서조절과 용서수준의 실태를 알아보았다. 조사결과는 다음과 같다. 정서조절 수준은 평균이상으로 나타났으며, 타인의 정서조절이 높은 것으로 나타났다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 조사

Received: November 01, 2022; 1<sup>st</sup> Review Result: December 15, 2022; 2<sup>nd</sup> Review Result: January 18, 2023  
Accepted: February 28, 2023

대상자의 정서조절과 용서수준은 평균적으로 높다. 둘째, 종교생활에 따른 요인을 살펴볼 때, 정서용서, 행동용서, 전체 용서에서는 유의미한 차이가 있다. 셋째, 정서조절 역량에 따라 용서수준에 효과가 있다. 따라서, 청소년들의 정서조절과 용서수준은 정적상관이 나타났다. 정서조절과 용서수준을 증진시키기 위해서는 보다 다양하고 구체적인 교육과 경험을 위한 프로그램 개발이 필요하다.

**핵심어:** 중고등학생, 정서조절능력, 용서수준, 종교 유무, 청소년기

## 1. 서론

청소년기는 아동기에서 벗어나 성인기로 전환되는 과도기적인 시기이다. 이 시기의 급격한 신체적, 정서적, 변화는 대부분의 모든 청소년이 경험하는 공통적인 특성이다. 주변인의 시기로서 신체적, 심리적, 사회적, 도덕적인 면에서 급격한 변화를 겪게 된다. 성장을 이루며 성숙에 대한 성취감을 경험하는 동시에 급격한 신체 발달에 따른 호르몬의 변화로 불안정한 정서감정을 느낀다.

현재 사회의 청소년에게 정서조절 교육이 얼마나 중요한지 알 수 있다. 감정이 불편한 상황에서는 상대방을 긍정적으로 바라볼 수 있는 정서가 부족하다. 이와 같은 경험 속에서 청소년은 서서히 자신을 성찰하고 그에 따라 자신을 새로운 방향에서 인식하게 되면서 그것에 근거해 삶의 태도를 보이게 된다. 이러한 삶의 변화는 중고등학생의 종교적 경향에 직접 영향을 미치게 된다. 종교인이 비종교인보다 정서조절력을 더 높게 지각한다고 하였다.

청소년기 종교유무에 따라 개인이 지각한 정서조절은 기독교인이 정서조절을 높게 지각한다[1]. 이는 신앙이 정서에 안정을 주고 있음을 보여주는 결과라고 할 수 있다. 고통을 있는 그대로 느끼는 정서 자각 능력과 정직하게 직면하면서 안정된 관계에서 건강하게 표현할 수 있는 정서조절력이 필요하다. 또한, 타인에게 초점을 두는 용서의 과정은 자신의 상황과 상처받은 마음에만 집착하지 않고 상대방과 가해 상황을 객관적으로 바라보려고 노력하며 더 나아가서 새로운 눈으로 상대방을 바라보면서 그 사람의 입장에서 느껴보고, 그의 고통에 대해 동정심을 가지며 마음의 감정을 전환하는 것이라고 했다. 그웬 다지(Gwen H. Dodge)는 정서조절력이 높을수록 용서수준이 높다는 연구결과에서 정서조절력이 부족한 청소년은 여러 상황에서 타인의 의도를 정확하게 파악하지 못한다고 했다. 이는 중고등학생들이 대인관계에서 일어나는 문제를 제대로 인식하지 못하고 이러한 문제와 갈등을 해결하고 해소하는 능력이 부족하다는 맥락에서 이해할 수 있다고 할 수 있다. 상대방과의 갈등상황에서 자신의 부정적인 감정을 조절할 수 있는 정서조절능력은 자신이 처한 상황과 상대의 의도를 침착하게 파악하고 이성적으로 판단하는 데 도움을 줄 수 있음을 의미하며, 갈등상황이나 문제를 효과적으로 해결할 수 있는 용서 전략에 정서조절능력이 중요한 요인임을 시사한다. 이처럼 정서조절능력이 중고등학생에게 영향을 미치고 있다는 것은 인간이 대인관계에서 겪게 되는 갈등과 문제 상황을 효과적으로 해결하기 위한 개인적 요인으로서 부정적인 감정을 조절하여 긍정적인 정서로 전환할 수 있는 것이라 하겠다. 따라서 청소년기 발달단계 특성상 정서적 안정이 필요함과 더불어 정서조절능력이 용서에 중요한 역할을 한다는 것을 볼 수 있다.

따라서 본 연구의 목적은 종교유무에 따른 정서조절 능력과 용서수준의 차이에 대해 검증하고자 한다. 본 연구의 목적은 중·고등학생들을 대상으로 종교유무에 따른 정서조절력이 용서수준에 미치는 영향을 살펴보고자 한다. 이러한 연구목적에 위해 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

첫째, 중고등학생의 종교유무, 정서조절력, 용서수준 간에 관계가 있는가?

둘째, 중고등학생의 종교유무에 따른 정서조절 및 용서수준에 미치는 효과는 어떠한가?

## 2. 이론적 배경

### 2.1 청소년의 이해

청소년에 대한 여러 학자들의 표현과 특징들을 살펴보면, 홀은 청소년 시기를 신체 및 생리적 변화에 따른 격동과 혼란, 갈등을 묘사하면서 ‘질풍노도의 시기’라고 정의하였고 에릭 에릭슨(Erik H. Erikson)은 청소년기를 ‘정체감 위기의 시기’라고 정의하면서 이 시기 청소년들은 자기 자신을 발견하려는 노력을 많이 하게 된 시기라고 보았다. 장 루소(Jean J. Rousseau)는 ‘제3의 탄생 길’로 정의하면서 이 시기에는 많은 고민과 갈등을 수반하면서 생물학적 탄생이 아닌 새로운 자아로 태어난다고 하였다. 제임스 스타 벅(James E. Starbuck)은 청소년기를 ‘종교적 회심의 시기’라고 정의 하면서 진정으로 하나님을 만날 수 있는 신앙의 좋은 개화기로 주장하였다[2].

청소년들은 심리적으로 영향을 많이 받기 때문에 특히 정서적인 문제들이 많이 일어난다. 이러한 문제들은 다른 사람들과 상호작용의 방식을 통해서 변화를 가져오기도 한다. 청소년기를 정서적으로 불안정하고 충동적이고 기성세대에 대한 거부감이 생기는 시기라고 했다. 청소년들에게 당면한 과제들인 학업 문제, 교우관계, 진학 및 진로선택 등의 영역에서 새로운 사회적 선택과 적응의 문제가 제기되면서 청소년들은 정서적 긴장과 갈등을 경험하게 된다. 더욱이 청소년기는 신체적, 정서적, 사회적 발달과 함께 영적 발달도 변화하는 시기로 기존에 아동기에서 가졌던 신앙의 단계에서 한 단계 더 발전하게 된다[1]. 아동기는 종교가 무비판적으로 성실하게 수용하는 신앙이라면 청소년기에는 신앙과 종교생활에 대해 예리한 비판적 태도를 취하기 시작한다[2]. 그리하여 신앙에 의심과 회의를 품고 신앙의 궁극적 이유와 원인을 규명하려고 하는 반면, 인생의 목적과 삶의 방향을 구체화시키면서 신앙 또는 심화되는 특성을 보이기도 한다. 청소년의 신앙적 특징으로는 종교가 자기에게 도움이 되고, 자신의 생활에 실제적으로 도움이 되길 원하며, 봉사와 같이 실천하는 종교를 원하게 된다. 이 시기의 청소년들은 말씀을 받아들이기엔 적절한 영성을 지니고 있다. 청소년들은 그의 독자적인 개별성을 인정받고, 성인들로부터 독립하고자 하는 한 인격체로 자신의 행동이나 미래에 대하여 더 큰 책임감을 느낀다. 제임스 파울러(James W. Fowler)는 자신의 신앙 개념을 일반화 하려고 했으며, 그에게 ‘신앙’은 예수 그리스도로 인해 하나님의 선물로 받은 신앙을 의미하는 종교 개혁자들의 개념과 대치되는 독특한 개념으로 이해할 수 있다. 이런 파울러의 신앙 발달의 개념을 바탕으로 청소년기의 신앙을 이해하면 파울러는 청소년기를 종합적, 인습적 시기로 보고 있다. 대개의 경우 청소년들 개인 생활 경험이나 인생 경험이 이전 시기에 비해 비약적인 확대가 이루어짐으로 미분화된 성인의 의식을 소유하기 시작한다[3].

청소년기 영적 정체성을 확립함으로 이들의 내부의 갈등과 불안이 해소되고 외부적으로 나타나는 행동 또한 절제하고 해결할 수 있는 능력이 길러지는 것이다[3]. 본

연구는 중고등학생의 종교유무가 이 시기의 정서적인 불안정과 갈등으로 분노와 충동성이 강하게 나타나는 청소년들의 정서조절능력에 영향을 미치는지, 또한 이와 관련해 정서조절능력과 용서수준과의 상관관계가 있는지 살펴보고자 한다.

## 2.2 정서조절 능력

정서는 인간이 경험하는 여러 상황들에 의한 인지 과정을 통해 나온 반응이다. 이 반응은 시간이 경과되면서 급속하게 경감된다. 외부자극이 인지과정을 거친 반응이라는 뜻은 상황적 의미와 생각에 따라 정서가 달라진다는 것이다. 이렇게 정서는 조절하는 능력에 따라 달라짐을 알 수 있는데, 이러한 의미에서 인간에게 있어 정서조절 능력은 매우 중요하다고 볼 수 있다. 정서는 인간뿐만 아니라 다른 영장류에서도 관찰된다. 정서는 너무나 빠르게 생성되지만 오래 지속되지는 않는다[4].

정서조절능력이란 자신의 긍정적·부정적 정서를 상황에 맞게 효과적으로 조절하고 표현하고 적응하는 능력을 의미하는 것으로서, 부정적 정서를 바로잡고 최소화하는 것뿐만 아니라, 상황에 맞는 적절한 긍정적 정서표현의 유지와 조화를 포함한다. 감정적 부적절성, 긍정적 또는 부정적 정서, 적응성, 상황 적합성 등의 정서과정에 대한 측정이 이루어지며, 적응적 정서조절과 부적응적 정서조절의 두 측면에서 정의된다[5].

정서조절은 긍정적이거나 부정적 감정표현이 필요한 상황에서 적절하게 긍정적 또는 부정적 감정표현을 하는 것으로 화, 분노 등의 부정적 정서를 바로 잡는 것뿐만 아니라 상황에 맞는 긍정적 정서표현의 유지 및 조화도 포함하여 정서적으로 자극되는 상황에서 유연하게 전략적으로 반응하는 양식이다 뿐만 아니라 정서조절이란 우리가 어떠한 정서를 언제, 얼마나 강하게 경험하고 표현할지를 조절하기 위해 이용하는 방법으로 스트레스 상황에서 차분하게 과민해지지 않으며, 자신을 불안한 감정으로부터 효과적으로 방어하며, 신속히 부정적 감정 상태를 치유하는 능력을 말한다. 또한, 정서조절의 개념은 초기에는 부정적 정서표현을 조절하는 능력으로 정의되었지만, 연구가 진행되면서 부정적 정서뿐만 아니라 긍정적 정서까지 조절하는 능력으로 확장되었다고 했다. 한편, 정서조절을 정서지능의 하위요인 중 하나로 보는 연구도 존재한다.

정서조절 능력의 특성과 중요성은 여러 측면을 통한 다양한 연구들로 충분히 알 수 있다. 특히 사회·문화적으로 수많은 관계를 배우고 형성해 나가는 청소년들에게 무엇보다 중요한 능력이다[6]. 청소년들의 발달단계 특성상 긍정적인 정서보다 부정적인 정서가 더 발달되어 있지만 정서조절이 높은 청소년은 자신의 정서를 잘 이해하고 분별함으로써 자신의 문제의 원천이 무엇인지 지각하고 자신들에게 주어진 환경변화에 충분히 대응할 수 있는 능력을 갖고 있다.

## 2.3 용서

린다 모로우(Linda Morrow)에 의하면 용서는 동서고금을 막론하고 철학과 신학에서 오랫동안 논의되어 온 전통적인 주제들 가운데 하나였다. 인간이 가지는 갈등에 대한 가장 고차원적 해결 방식으로서 용서는 하나의 덕목으로 강조되어 왔을 뿐 아니라, 인간으로서 행하기 힘든 크나큰 사랑과 자비의 표현으로 여겨지면서 인간적인 행동이라기보다는 신적인 행위라는 위상으로 분류되어 오기도 하였다. 서양에서는 특히 기독교 정신을 중심으로 용서 행위에 대한 강조가 이루어져 왔다. 신약 성서에서는

‘용서하다(avfi, hmi, 아피에미)’라는 뜻의 단어만 해도 145회나 언급되고 있으며, 주기도문 역시 용서가 기도의 주된 내용을 이루었다[7].

용서는 종교적, 철학적, 윤리적인 주제로 이해되면서 과학적 연구에서 배제되어왔다. 그러나 1980년대 이후부터 교육과 상담 및 심리치료 영역에서 용서의 긍정적 기능과 대인관계에서의 역할에 대한 경험 과학적이고 체계적인 연구가 시작되었다. 그동안 연구된 결과에 대한 학자들의 정의에 의하면 진 가신(Jean Gassin)은 용서를 상대에 대한 부정적 정서(분노, 미움, 증오, 원한, 슬픔 등), 판단(비난, 비판 등), 행동(복수, 처벌 등)이 사라지고 긍정적 정서(부정적 감정의 소멸, 동정심, 사랑 등), 판단(비판적, 상대가 잘 되기를 바램 등), 행동(도움을 주고자 함, 화해하고자 함 등)이 나타나는 반응이 포함된다고 하였다[8]. 용서를 정의하는 것은 ‘사랑’을 정의하는 것만큼 어려운 일이다. 용서에는 사랑처럼 단번에 확실하게 파악될 수 없는 신비한 측면, 초월적인 측면과 복합적인 측면이 있기 때문이라고 했다. 따라서 용서는 단 하나의 개념이 아닌 복합 개념일 수 있으며, 용서가 아닌 것과 명확히 분리해서 용서가 무엇인가를 정의하는 것은 쉽지 않은 일이다. 이처럼 용서의 정의는 어떤 측면을 연구하느냐에 따라 달라진다.

용서를 하는 사람들은 가해자에 대해서 보다 더 자애롭고 관대한 긍정적 태도를 보일 뿐만 아니라 복수하거나 회피하려는 부정적 행동을 덜 보인다. 하지만 어떤 일에 대해서든 관대함을 나타내는 일반적인 용서 성향(forgivingness)과 특수한 가해자나 가해 행동에 대한 용서(forgiveness)는 구분되어야 한다. 용서 연구의 대표적 인물인 엔라이트는 용서를 정서적, 인지적, 행동적 체계로, 용서하는 개인이 상대에 대해서 어떻게 느끼고, 생각하고 행동하는지를 포함하는 개념이다. 용서는 가해자뿐만 아니라 고통 속에 있는 모든 사람들에 대한 연민과 관대함을 의미하는 일반적인 개념인 자비(mercy)의 특수한 유형으로 볼 수 있다. 용서는 심리적인 건강뿐만 아니라 분노나 격양된 상태 등의 부정적 정서를 줄여서 교감 신경의 각성 수준을 낮추고 내분비 및 면역 체계를 좋게 하여 심혈관이나 전염성 질병이 발병할 가능성을 줄이고 치유 능력이 향상되는 등 신체적 건강과도 밀접하다[9].

용서는 상대방에 대한 분노감과 보복 욕구를 개인이 자발적으로 내려놓는 심리적 노력을 의미한다. 이러한 용서는 상대방에 대한 부정적 감정을 해소할 뿐만 아니라 사회구성원 간의 갈등과 폭력을 감소시킨다는 점에서 친사회적 행동이라고 할 수 있다. 용서는 개인이 타인과의 관계에서 발생하는 부정적 상황을 긍정적으로 조절하기 위해서 긍정적인 말과 행동으로 자각하여 표현할 수 있다. 용서는 분노상황에 있는 내담자와 분노를 발생시키는 원인을 제공한 상대방을 긍정적 정서조절로 대처하는 긍정적이고 능동적인 행위로서 자신과 타인의 관계 형성을 회복하는 것이다[8].

용서의 효과는 개인에 따라 다르게 나타날 수 있지만, 기본적으로 용서는 개인의 심리적인 건강에 긍정적인 작용을 한다. 기혼여성을 대상으로 한 최미옥의 연구에서는 용서가 개인의 심리적 안녕감에 긍정적인 영향을 주는 것으로 나타났다. 또한, 한국인의 상처와 용서에 대한 오영희의 연구에서는 용서의 결과로 미움이나 분노감과 같은 부정적인 정서가 감소하였다는 것과 마음의 편안함을 얻었다는 등의 응답이 높은 비율을 차지하였다[10]. 용서를 성공적으로 경험한 사람은 갈등이나 상처로 손상된 인간관계를 회복하고 대인관계를 긍정적으로 유지할 수 있게 된다. 이처럼 용서 연구에서 가장 많은 관심을 받는 부분이 용서의 효과에 치중되어 온 것이 사실이다.

### 3. 연구방법

#### 3.1 연구대상

본 연구는 종교유무에 따른 정서조절이 용서수준에 미치는 영향을 알아보기 위하여 중·고등학교 학생 450명을 대상으로 실시하였다. 조사 대상자는 전라남북도에 거주하는 중·고등학교 학생들을 임의 표집하여 실시하였다. 설문을 조사하기 위하여 각 학교의 상담 교사에게 설문지의 취지와 목적을 설명하고, 각 담임선생님으로부터 설문을 조사하여 수거하도록 하였다. 설문조사 시 유의사항에 대하여는 충분히 본 연구자가 설명하였다. 조사 기간은 2019년 10월부터 2019년 11월까지 실시하였으며, 450부를 배부하여 총 410부를 수거하였으며, 응답이 부실한 12부를 제외하고 총 398부를 자료 분석에 활용하였다.

#### 3.2 연구도구

##### 3.2.1 정서조절 능력 척도

본 연구에서는 정서조절능력을 측정하기 위해 문용린이 개발한 성인용 정서지능검사(Adult Emotional Quotient Test: AEQT)를 연구 목적에 맞게 자신과 타인의 정서조절 능력을 묻는 영역을 발췌하여 연구지시 수정 사용하였다. 정서조절 척도는 2개의 하위요인 자신 정서조절, 타인 정서조절을 포함하고 있으며, 총 15문항으로 구성되어 있다[6]. 모든 문항은 Likert 5점 척도를 사용해 ‘전혀 그렇지 않다 1점, 비교적 그렇지 않다 2점, 보통이다 3점, 대체로 그렇다 4점, 매우 그렇다 5점’으로 응답하게 되어 있고 점수가 높을수록 정서조절능력이 높음을 의미한다. 본 연구에서 정서 조절 척도 신뢰도는 .864로 높은 수준의 신뢰도 계수를 가졌으며 정서조절 척도의 하위요인별 문항 구성 및 신뢰도는 다음의 [표 1]과 같다.

[표 1] 정서조절 문항 구성

[Table 1] Composition of Emotion Regulation Items

하위요인	문항 번호	문항 수	Cronbach $\alpha$
자신 정서조절	1, 2, 4, 6, 9, 10, 11, 13	8	.819
타인 정서조절	3, 5, 7, 8, 12, 14, 15	7	.781
전체	1~15	15	.864

##### 3.2.2 용서 수준 척도

본 연구에서는 용서수준을 측정하기 위하여 로버트 엔라이트(Robert D. Enright)등이 개발한 Enright 용서심리검사(Enright Forgiveness Inventory, EFI)를 박종효가 엔라이트와 함께 번안한 EFI-K(Enright Forgiveness Inventory-K)를 사용하였다. EFI는 총 60문항으로 문항들은 상처를 준 상대방에 대한 정서, 행동, 인지영역의 용서수준을 측정한다[11]. 가해자에게 갖는 감정을 묻는 20문항(1번~20번), 행동을 묻는 문항(21번~40번), 생각을 묻는 문항(41번~60번)이 점수에 합산되고, 총 60문항이며, 긍정적 문항과 부정적 문항을 포함한다. 각 문항은 6점 Likert형 척도로 ‘전혀 그렇지 않다’1점, ‘매우 그렇다 6점으로

채점하고 부정적 문항은 역산하여 사용하였다. 각 영역은 20점에서 120점 사이의 점수를 가진다. 그리고 피해 상황에 대한 고통을 부인하거나 가해자의 행동을 묵과하는 거짓용서 정도를 묻는 5문항(61~65번)이 첨가되어 있다. 본 연구에서 사용한 용서 수준 문항구성의 내용, 신뢰도(Cronbach- $\alpha$ )는 [표 2]와 같다.

[표 2] 용서 수준 문항구성

[Table 2] Forgiveness Level Item Composition

영역	내용	문항 번호	문항 수	신뢰도
정서	상대방이 용서받아야 할 존재임을 인식하는 것	(2,5,8,9,10,12,13,14,16,20) 1,3,4,6,7,11,15,17,18,19	20	.97
행동	용서를 행동화하는 것	(22,23,24,26,29,31,33,34,36,39) 21,25,27,28,30,32,35,37,38,40	20	.97
인지	자신의 상처를 바르게 지각, 노출하고 공감하는 것	(41,42,43,46,48,49,52,53,55,58) 44,45,47,50,51,54,56,57,59,60	20	.96
전체			60	.97

\* 괄호 안은 역채점 문항임

### 3.2.3 연구가설

종교유무에 따라 정서조절과 용서수준에 미치는 영향을 검증하기 위하여 다음과 같은 연구가설을 수립하고 연구를 진행하였다.

가설 1. 정서조절은 전체용서 수준에 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 종교유무에 따른 정서조절, 용서수준의 상관이 있을 것이다.

### 3.2.4 자료 분석방법

종교 유무에 따라 정서조절이 용서수준에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다음과 같은 자료 분석 절차를 활용하였으며, 자료의 처리는 SPSS 21.0 통계패키지를 활용해 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 조사대상자의 인구 사회학적 특성을 위해 빈도분석, 기술통계 분석, 차이를 검증하기 위하여 t검증과 F검증을 실시하였다. 회귀분석을 상관관계 분석을 실시하였다. 종교유무에 따라 정서조절이 용서수준에 미치는 영향을 알아보기 위하여 다중회귀분석을 실시하였다.

## 4. 연구결과

### 4.1 인구사회학적 특성

본 연구에 참여한 조사대상자의 인구사회학적 특성을 알아본 결과 아래와 같이 나타났다. 성별을 보면 여학생의 경우 64.8%, 남학생은 35.2%로 여학생이 높게 나타났으며, 학년에서 고등학교 1학년이 31.7%, 고등학교 2학년이 26.1%, 중학교 3학년이 16.6%, 중학교 2학년이 15.6%, 중학교 1학년이 5.5%, 고등학교 3학년이 4.5% 순으로 나타나 고등학교 1학년이 가장 높게 나타났다. 조사대상자의 인구사회학적 특성에서 성별, 학년, 가족관계별 빈도를 살펴보면 [표 3]과 같다.

[표 3] 조사대상자의 배경

[Table 3] Background of the Research Subjects

구 분		빈도	퍼센트
성별	남	140	35.2
	여	258	64.8
학년	중1	22	5.5
	중2	62	15.6
	중3	66	16.6
	고1	126	31.7
	고2	104	26.1
	고3	18	4.5

n=398

4.2 상관관계 분석

변인들 간의 상관관계를 알아보기 위하여 상관관계 분석을 실시한 결과 아래 [표 4]과 같이 나타났다. 먼저 전체용서는 자기 정서조절( $r=.16, p<.01$ )이 가장 높은 상관성을 보이고 있었으며, 다음으로는 타인 정서조절( $r=.11, p<.05$ ) 순으로 상관성을 보이고 있었다. 인지용서에서는 자기 정서조절( $r=.17, p<.01$ ), 타인 정서조절( $r=.12, p<.05$ ) 순으로 상관성을 보이고 있었다. 행동용서에서는 자기 정서조절( $r=.18, p<.01$ ), 타인 정서조절( $r=.16, p<.01$ ) 순으로 상관성이 있는 것으로 나타났다. 정서용서에서는 자기 정서조절( $r=.12, p<.05$ )과만 상관성이 있는 것으로 나타났다. 전체 정서조절은 행동용서( $r=.19, p<.01$ )와 가장 높은 상관성이 있는 것으로 나타나고 있고 그 다음 순으로 인지( $r=.16, p<.01$ ), 전체용서( $r=.15, p<.01$ ) 순으로 상관성이 있는 것으로 나타났다. 거짓용서는 행동용서( $r=.44, p<.01$ )와 전체용서( $r=.44, p<.01$ )와 공동으로 높은 상관성을 나타내고 있으며 그 다음 순으로 인지( $r=.40, p<.01$ ), 정서( $r=.40, p<.01$ ) 순으로 상관성을 보이고 있었다. 기독교 유무는 정서조절과 용서수준에서 직접적인 차이를 보이고 있지 않았지만 종교유무에 따른 정서조절과 용서수준의 차이에 조절효과를 통해 검증하면 정서조절이 용서수준에 미치는 결과에 영향을 미칠 것으로 예측된다.

[표 4] 변인 간의 상관관계

[Table 4] Correlation Between Variables

구 분	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 종교유무	1								
2 자기정서조절	-.046	1							
3 타인정서조절	-.070	.576**	1						
4 전체정서조절	-.065	.887**	.889**	1					
5 거짓 용서	-.066	.088	-.096	-.005	1				
6 정서	.081	.119*	.047	.094	.396**	1			
7 행동	.032	.177**	.158**	.189**	.443**	.783**	1		
8 인지	.045	.174**	.117*	.163**	.401**	.786**	.858**	1	
9 전체 용서	.059	.164**	.110*	.154**	.443**	.934**	.939**	.925**	1

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



### 4.3 종교유무에 따라 정서조절 능력과 용서수준

#### 4.3.1 정서조절 능력이 전체 용서에 미치는 영향

정서조절 능력이 전체 용서에 미치는 영향을 알아보기 위하여 정서조절의 하위요인인 자기 정서조절과 타인 정서조절을 투입하여 다중회귀분석을 실시한 결과 아래 [표 5]와 같다. 먼저 자기 정서조절이  $\beta=.150$ ,  $p<.05$  수준에서 전체 용서에 영향력을 행사하고 있었고, 타인 정서조절은 영향력이 나타나지 않았다. 그러므로 자신의 정서조절 능력이 높을수록 전체 용서수준은 높아짐을 알 수 있다. 전체 정서조절의 하위요인들은 전체 용서수준을 약 2.7% 정도 설명하고 있었다.

[표 5] 정서조절 능력이 전체 용서에 미치는 영향

[Table 5] The Effect of Emotional Regulation Ability on Total Forgiveness

변인		b	$\beta$
정서 조절	자기 정서조절	13.981	.150*
	타인 정서조절	2.204	.024
상수		158.162***	
n		398	
R		.165	
R <sup>2</sup>		.027	
F값		5.515**	

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

#### 4.3.2 종교와 정서조절 능력, 전체 용서 수준

종교에 따른 정서조절 능력이 전체용서 수준에 미치는 영향을 알아보기 위하여 정서조절의 하위요인인 자기 정서조절과 타인 정서조절을 투입하여 다중회귀분석을 실시한 결과 아래 [표 6]과 같이 나타났다. 먼저 자기 정서조절은  $\beta=-.042$ ,  $p>.05$  수준에서, 타인 정서조절은  $\beta=.038$ ,  $p>.05$  수준에서 통계적으로 영향을 행사하고 있지 않았다. 그러므로 자신의 정서조절 역량과 타인의 정서조절 역량은 종교가 없는 학생들의 전체용서 수준에 통계적 영향력을 행사하고 있지 않았다. 정서조절의 하위요인들은 전체 용서수준을 약 0.1%밖에 설명하고 있지 않았다.

[표 6] 종교와 정서조절, 전체용서 수준

[Table 6] Religion, Emotional Regulation, and Total for Giveness

변인		b	$\beta$
정서 조절	자기 정서조절	-4.198	-.042
	타인 정서조절	3.774	.038
상수		210.260***	
n		202	
R		.037	
R <sup>2</sup>		.001	
F값		.149	

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

## 5. 논의 및 결론

정서조절이란 개인이 정서적으로 반응하고 정서에 대한 경험과 표현을 상황적 요구에 맞추어 조절해 나가는 능력으로, 단순히 슬픔이나 고통을 멈추게 하는 것 이상을 의미한다. 이러한 조절 과정은 환경에 대응하여 내적인 정서 상태를 적절하게 바꾸고 유동적으로 재배열하는 과정을 포함하는데, 각 개인이 경험하는 순수한 정서들 이외에도 자신의 감정을 어떻게 조절하는가에 대해 많은 관심을 가져온 것을 보면 정서조절의 중요성을 알 수 있다. 이러한 정서조절이 용서수준에 미치는 영향에 있어 종교 유무가 어떻게 영향을 미치는지 기존 연구[5]를 토대로 본 연구 결과와 비교하여 보면 다음과 같다.

첫째, 전체 응답자의 정서조절 능력이 용서에 미치는 영향을 알아보기 위하여 정서조절의 하위요인인 자기 정서조절과 타인 정서조절을 투입하여 다중회귀분석을 시행한 결과 자기 정서조절이 전체용서와 정서용서, 행동용서, 인지용서에 영향력을 행사하고, 타인 정서조절은 영향력이 나타나지 않았다. 그러므로 자기 정서조절 능력이 높을수록 전체 용서수준이 높아진다는 것을 알 수 있다[6]. 본 연구에서 자기 정서조절능력이 높을수록 정서용서, 행동용서, 인지용서, 전체용서수준이 높게 나타난 결과는 그 의의가 크다고 할 수 있다[2]. 그런데도 불구하고 본 연구의 결과는 응답자의 범위가 특정지역에 한정되어 나온 결과이기 때문에 보다 더 광범위한 지역의 대상자를 토대로 연구할 필요가 있다.

둘째, 종교 유무에 따른 정서조절능력이 용서수준에 미치는 영향에 대해 분산분석을 실시하였다. 정서조절은 전체 용서수준, 정서용서, 행동용서, 인지용서에 미치는 영향에서 종교유무에 따라 차이가 나타났다. 사후 분석 결과 아버지의 종교가 천주교인 집단이 기독교, 불교, 무교보다 더 높은 전체 용서수준이 높은 것으로 나타났다.

본 연구는 종교유무에 따른 청소년의 정서조절능력과 용서수준의 관계를 고찰하고, 종교유무에 따라 정서조절능력이 용서 수준에 어느 정도 영향을 미치는지를 알아보고자 하였다. 이를 위하여 전라남도 00시에 소재하는 00고등학교와 전라북도 00시에 소재하는 00중학교의 학생들을 대상으로 연구를 진행하였으며, 조사된 450부의 설문 중 본 연구의 목적에 적합한 398부를 자료 분석에 활용하였다. 연구결과 다음과 같은 결과를 얻을 수 있었다.

첫째, 본 연구에 참여한 조사 대상자의 인구 사회학적 특성은 성별에서 여학생의 경우가 남학생보다 높게 나타났으며, 학년에서는 고등학교 1학년이 가장 높았다. 가족관계에서는 1남, 1녀가 가장 높은 빈도를 보이고 있다. 가족 서열 중에서 첫째가 가장 높은 빈도를 보이고 있다. 여학생이 높게 나타난 것은 학교 특성상 남학생보다 여학생이 집중되었을 가능성이 있으며, 1남, 1녀나 서열에서 첫째가 가장 높은 빈도를 보이는 것은 우리나라 가족형태의 영향에 의한 것이라 추론할 수 있다.

둘째, 정서조절과 용서수준의 실태를 알아본 결과는 정서조절 수준은 평균 이상으로 나타났으며, 자신의 정서조절(3.47) 보다는 타인의 정서조절(3.55)이 높게 나타났다. 용서수준 하위영역 정서(68.9), 행동(75.2), 인지(70.4)로 행동 용서수준이 가장 높게 나타났다. 따라서 타인의 정서조절이 높은 것은 타인의 감정을 조절하고 변화시키고자 하는 능력과 자신에 대해 타인이 갖게 되는 인상을 통제하려는 행동양식 조절이 높다고 할 수 있다. 또한, 용서수준은 사고하는 것보다 행동으로 나타내는 용서가 높은 것으로 볼 수 있다.

셋째, 인구 사회학적 특성에 따른 종교생활 정도 및 성별에 따른 전체 용서수준의 차이는 정서용서 수준, 행동용서 수준, 인지용서 수준, 전체용서 수준에 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 결과적으로 종교유무와 성별은 용서수준에 따른 차이가 없는 것으로 나타났다. 또한, 용서와 감정을 발달시키고, 행동으로 연결되어 실제적인 대인관계에서의 갈등을 해소하는데 도움이 될 수 있도록 청소년 대상의 용서프로그램의 개발이 요구 된다. 따라서 이러한 결과는 종교 교리나 가치관에 따라 용서를 중요하게 생각하며 타인을 용서하는데 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 하지만 어머니 종교에 따른 용서수준에 유의미한 차이가 없게 나타난 것은 향후 후속적인 연구를 통하여 검증할 필요가 있겠다.

종교유무에 따라 정서조절 능력이 전체 용서수준에 미치는 영향에 있어서 종교인 학생들과 비종교인 학생들만 선별하여 각각 다중회귀분석을 시행한 결과 자신의 정서조절 역량이 높을수록 정서용서 수준, 행동용서 수준, 인지용서 수준이 높아짐을 알 수 있었다. 따라서 자신의 정서조절 능력이 용서에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 이에 종교인들이 타인에 대한 배려, 인정, 도움, 친절을 중요한 도덕적 가치로 삼고 있다.

이상의 연구결과를 바탕으로 실천적인 제언과 향후 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 실천적 제언은 첫째, 정서조절이 용서수준에 정적인 영향을 고려하여 청소년 상담 시 정서조절을 할 수 있는 다양한 개인 및 집단 상담 프로그램을 개발할 필요가 있다. 특별히 정서조절이 신앙적인 측면에서 조절효과가 있으므로, 교회의 청소년들을 대상으로 한 정서조절 프로그램을 활성화시켜 학교 생활적응을 돕는 영성상담 측면의 강조가 요구된다.

둘째, 비종교인 청소년들의 경우 정서조절이 용서수준에 미치는 영향이 미약하다는 것을 고려하여 비종교인 학생들을 위한 용서수준을 향상하기 위한 특화된 프로그램 개발이 요구된다. 일반학생들 즉 신앙이 없는 학생들의 경우 어떠한 요인들이 용서수준에 미치는 영향이 큰지 살펴보고 이러한 측면을 고려한 개인 및 집단 상담 프로그램을 도입할 필요가 있다.

셋째, 중고등학생 학교 상담현장과 연계하여 프로그램을 진행할 시, 종교에 따라 다른 개입방법을 쓰는 개별화 전략이 필요하다. 단순히 종교유무가 용서수준에 중요한 영향 요인임을 본 연구가 밝히고 있기 때문에 학교 현장의 상담사는 학교 주변의 종교기관과 연계한 프로그램 개발을 적극적으로 도입할 필요가 있다.

다음으로 후속 연구를 위한 제언은 첫째, 종교유무에 따른 정서조절과 용서수준의 차이를 보였으나, 본 연구는 특정 지역에 있는 중학교 1개교, 고등학교 1개교를 대상으로 하였으므로 이를 다른 지역이나 학년에 관계없이 다양한 학생들에게 일반화 하는데 한계가 있다. 둘째, 지역이나 학년을 고려하여 보다 많은 사례를 확보하여 상황에 따른 발달적 변화를 비교하는 연구가 필요하다. 셋째, 본 연구에서는 청소년의 종교유무와 관련해 용서수준에 따른 정서조절력은 연구하지 못하였다. 이는 검사 여건을 충분히 고려해주지 못한 점에서 학생들이 검사에 신중히 답변하지 못했을 가능성이 있으므로 설문 실시할 때 문항을 정선하여 한 번에 답변할 질문지 문항 수를 응답자에게 부담스럽지 않도록 조절해야 할 것이다.

## References

- [1] J. R. Kang, Parents' Child-Rearing Behaviors Perceived by Adolescents and Adolescents' Emotional Intelligence as

- Related to Adolescents' Forgiveness, Ewha Womans University, Doctoral Dissertation, pp.52-53, (2010)
- [2] O. I. Park, S. I. Beck, J. S. Park, Youth Psychology and Counseling. Seoul: Changjisa, (2013)
- [3] G. N. Yoo, A Study on the Christian School Curriculum for Adolescent Faith Formation, Jangshin University, Master Thesis, pp.15-18, (2010)
- [4] J. E. Yang, A Child's Emotional Regulation Ability according to Parent-Children Communication Types, Sungkyul University, Master Thesis, p.12, (2013)
- [5] S. J. Lee, The Mediation Effect of the Image of God on Parentification and Emotion Regulation in Christian Youth, Soongsil University, Master Thesis, pp.15-20, (2016)
- [6] H. M. Yoon, The Application of Self-understanding Creative Drama Program for Improving Adolescent's Emotional Regulation Ability : Focused on the Emotional Regulation, Self-esteem, Empathic Ability, Dankook University, Master Thesis, p.15, (2016)
- [7] Y. S. Hwa, (The)Effects of a forgiveness education program on forgiveness and emotional intelligence of elementary school children, Seoul National University, Master Thesis, p.36, (2006)
- [8] J. S. Lee, (The) effects of parent-child conflicts and empathy on forgiveness and psychological maladjustment, Catholic University, Master Thesis, p.14, (2004)
- [9] M. O. Choi, A Study on Forgiveness and Sense of Subjective Well-being of Married Women, Kyonggi University, Master Thesis, p.9, (2007)
- [10] Y. H. Oh, A Survey of Hurt and Forgiveness of Korean people, Korean Journal of Educational Psychology, (2006), Vol.20, No.2, pp.467-486.  
UCI: G704-000199.2006.20.2.009
- [11] J. H. Park, A Validation Study of the Enright Forgiveness Inventory-Korean(EFI-K), Korean Journal of Educational Psychology, (2006), Vol.20, No.1, pp.265-282.  
UCI: G704-000199.2006.20.1.005