

# 성별에 따른 대학생의 일상적 스트레스, 사회적 지지, 속박감 및 정신건강의 관계

천 속 희

상지대학교 간호학과

## Relationships among Daily Hassles, Social Support, Entrapment and Mental Health Status by Gender in University Students

Cheon, Suk-Hee

Department of Nursing, Sangji University, Wonju, Korea

**Purpose:** This study was designed to examine the relationships among daily hassles, social support, entrapment and mental health status in relation to gender in university students. **Methods:** Data were collected via a self-administered questionnaire from 118 male and 98 female college students in Kangwon province. Data were analyzed using SPSS/WIN 18.0 program for descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson correlation, and stepwise multiple regression. **Results:** There were significant differences in daily hassles, entrapment and depression between male and female group. Also, there were significant relationship between entrapment and mental health status (i.e. depression, anxiety, hostility, somatization) in both groups. In male students, internal entrapment was the significant predictor of depression and anxiety, and external entrapment was the significant predictor of hostility and somatization whereas, in female students external entrapment was the significant predictor of depression, and internal entrapment was the significant predictor of anxiety, hostility and somatization. **Conclusion:** These results suggest that entrapment is an important factor for psychological maladaptation due to stressful life events. Therefore, strategies that reduce perception of entrapment according to gender should be developed for psychological adaptation.

**Key Words:** Entrapment, Stress, Social support, Mental health

### 서 론

#### 1. 연구의 필요성

2009년 국민건강통계에 따르면 우리나라 만 19~29세 청년기의 스트레스 인지율(평소 일상생활 중에 스트레스를 많이

느끼는 분율)이 34.6%, 우울증상 경험률(최근 1년 동안 연속적으로 2주 이상 일상생활에 지장이 있을 정도로 슬프거나 절망감 등을 느낀 분율)이 13.3%로 2007년 스트레스 인지율 28%, 우울증상 경험률 9.7%에 비해 증가한 것으로 나타나(Ministry of Health & Welfare, 2011) 대학생의 정신건강 상태에 대한 관심이 요구된다. 국내 대학생을 대상으로 실태

**주요어:** 속박감, 사회적 지지, 일상적 스트레스, 우울, 정신건강

**Corresponding author:** Cheon, Suk-Hee

Department of Nursing, Sangji University, 83 Sangjidae-gil, Wonju 220-702, Korea.  
Tel: +82-33-738-7625, Fax: +82-33-738-7620, E-mail: shchn@sangji.ac.kr

- 본 연구는 2009년도 상지대학교 교내연구비 지원에 의한 것임.

- This research was supported by Sangji University Research Fund, 2009.

투고일: 2012년 8월 8일 / 수정일: 2012년 9월 14일 / 게재확정일: 2012년 9월 15일

조사한 연구보고에 의하면, 최근 석 달 동안 신입생 85.4%가 외로움(72.4%), 불안(65.6%), 우울·무기력(62.0%), 분노(48%), 자살충동(15.4%) 등 부정적 정서를 한 가지 이상 경험하고 있었고, 이들 부정적 정서 5가지 가운데 3가지 이상 경험한다고 복수 응답한 학생이 57.2%였는데(Keum & Nam, 2010) 이러한 정서 부적응은 연간 평균 230명의 대학생이 자살이라는 극단적인 선택을 하고 있고 자살이 대학생의 사망원인 2위로 조사되고 있는 것과 무관하지 않다.

이 시기는 발달단계상 청소년 후기로 미래 사회인으로서 주어진 다양한 도전과 과제를 수행해나가는 과정에 있으나 고등학교에서 대학으로의 환경이 급격히 전환되면서 복잡하고 혼란스런 감정을 경험하기 쉽고, 심리적 독립과 자아정체성 확립이라는 발달 과업 성취의 어려움, 대인관계나 대학생활 적응의 어려움, 학업과 진로문제 등으로 심리적 부담감과 갈등을 겪게 된다. 이러한 과정에서 우리나라 대학생들은 우울, 분노, 무기력 등의 정신적 증상은 물론 두통, 위통 등과 같은 생리적 증상과 음울, 비난, 강박적 행동과 같은 행동적 증상들을 경험한다(Lee, Nam, & Lee, 2009).

대부분의 대학생들에서 심리적 부적응의 원인으로 이성 관계 및 친구관계, 학업상의 문제, 재정적인 문제 등 환경적인 스트레스가 제시되고 있다(Kerr, Johnson, Gans, & Krumrine, 2004). 대학생의 스트레스와 심리적 부적응에 관한 연구에 의하면(Lee, 2004) 친구문제, 가치관 문제, 가족관계, 경제문제, 교수와의 관계, 학업 및 장래 문제 등의 일상적 생활 스트레스와 정신병리적 증상들 간에 정적 상관관계가 보고되었고, 이러한 스트레스가 우울의 16.0%의 설명력을 가지고 있는 것으로 나타나 다양한 일상적 생활 스트레스가 대학생의 정신건강을 위협하는 주요 원인임을 지적할 수 있다.

하지만 스트레스가 정신건강의 주요 예측요인이기는 하나 사회적 지지와 같이 매개 또는 조절하는 요인들이 작용함으로써 심리적 부적응의 결과에 차이가 발생할 수 있다. Lee (2012)의 연구에 의하면 사회적 지지는 대학생의 심리적 안녕감에 직접적인 영향을 미치는 동시에 생활 스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 간접효과를 갖는 보호요인으로 작용하여 생활 스트레스를 낮추고 심리적 안녕감을 높이는 완충요인이다. 따라서 사회적 지지에서처럼 정신건강상태에 영향을 주는 다양한 요인을 확대하여 확인할 필요가 있는데 Gilbert와 Alan (1998)이 지적한 바 있는 속박감(entrapment)을 심리적 부적응에 관여되는 것으로 제시할 수 있다. 이들에 따르면 속박감은 지속되어온 스트레스 상황을 극복하려는 시도를 하였으나 벗어날 수 없고 얽매어 있다고 지각하는 것을 의미하며,

스트레스를 극복하려는 동기화 수준이 높음에도 불구하고 통제할 수 없다고 느끼게 되면 결국 그런 상황에 속박되었다고 지각하게 되어 이후 우울과 같은 심리적 부적응이 유발될 수 있다고 하였다. 이를 뒷받침하는 선행연구들을 보면 속박감과 우울의 상관성(Gilbert & Allan, 1998; Martin, Gilbert, Mcewan, & Irons, 2006), 불안(Kendler, Hettema, Butera, Gardner & Prescott, 2003)과의 관련성이 제시되었으며, 속박감이 스트레스와 우울을 매개하는 요인임이 검증된 바 있다(Park et al., 2011; Willner & Goldstein, 2001). 따라서 우울과 같은 심리적 부적응은 스트레스 경험도 중요하지만 스트레스 상황으로부터 유발되는 속박감이 밀접한 관련이 있다고 볼 수 있다.

우리나라 대학생이 지각하는 속박감에 관한 연구는 아직 수행된 바 없으나 최근 대학생들이 처한 스트레스 상황을 들여다보면 그들의 속박감과 정신건강문제 발생의 연관성을 제기할 수 있다. 왜냐하면 우리나라 대학생들은 치열한 입시경쟁을 뚫고 대학에 진학했지만 연간 1000만원에 달하는 고액의 등록금으로 경제적으로 어려움을 겪고 있는데다가 2011년 1월 기준 청년실업률은 8.5%라는 보고(Statistic Korea, 2011)에서 알 수 있듯이 심각한 수준의 취업 스트레스를 경험하면서 학점, 어학연수, 봉사활동, 인턴 등 취업을 위한 치열한 ‘스펙’ 쌓기 경쟁에 얽매어 자유롭게 못한 대학생생활을 하고 있는 실정이기 때문이다. 이렇듯 자기 미래에 대한 전망이 없다고 지각하여 장래에 대한 두려움과 불안, 공포 등을 겪고 결국 자살에 이르는 것으로 보아 대학생의 속박감과 정신건강상태에 관한 연구가 필요할 것으로 사료된다.

한편 대학생의 속박감과 정신건강에 관한 연구에서 성 차이를 고려하여 접근할 필요가 있는데 그 이유는 우울과 같은 심인성 건강문제의 발생률이 청소년기에서부터 남자보다 여에서 더 높은 것으로 보고되고 있고(Burt & Stein, 2002) 대학생의 일상적 생활 스트레스도 여성이 남성보다 높다고 보고되기 때문이다(Visani et al., 2011). 따라서 성차에 따라 속박감 수준이 어떠한지, 속박감이 정신건강에 미치는 영향에 성별에 따라 차이가 존재하는지를 중점을 두어 살펴보는 것이 필요하며, 만약 성별에 따른 차이가 존재한다면 대학생의 성 차이를 고려한 접근이 요구된다고 할 수 있다.

그러므로 본 연구에서는 대학생의 정신건강문제로서 연구에 대한 이해를 높이기 위해 성별에 따른 일상적 스트레스, 사회적 지지, 속박감 및 정신건강상태의 관계를 파악함으로써 추후 성별 차이를 반영하여 대학생의 스트레스 극복에 대해 동기화를 증진시키는 속박감에 기초한 정신건강 증진 방안을 마련하는데 기초자료로 제공하고자 한다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 다음과 같다.

- 성별 일반적 특성에 따른 정신건강(우울, 불안, 적대감 및 신체화) 수준의 차이를 확인한다.
- 성별에 따른 일상적 스트레스, 사회적 지지, 속박감 및 정신건강(우울, 불안, 적대감 및 신체화) 수준의 차이를 규명한다.
- 성별에 따른 일상적 스트레스, 사회적 지지, 속박감 및 정신건강(우울, 불안, 적대감 및 신체화)간의 상관관계를 파악한다.
- 성별에 따른 일반적 특성요인, 일상적 스트레스, 사회적 지지 및 속박감이 정신건강(우울, 불안, 적대감 및 신체화)에 미치는 영향을 파악한다.

## 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 우리나라 대학생의 성별에 따른 일상적 스트레스, 사회적 지지, 속박감 및 정신건강 수준을 파악하고 이들간의 관계를 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상

본 연구의 대상은 강원도 소재 4년제 대학에 재학중인 대학생으로서, 본 연구목적에 동의하고 참여를 수락한 대학생 216명을 임의 표집하여 본 연구에 포함하였다. 회귀분석에 필요한 최소 표본크기를 G\*Power 3.0을 이용하여 산출한 결과 회귀분석을 위한 중간정도의 효과크기 .15, 유의수준 .05, power .80을 적용할 때 최소 대상자수는 109명으로 확인되었는데 본 연구대상자는 216명이므로 연구의 대상자 수는 적절하다고 할 수 있다.

### 3. 연구도구

#### 1) 일상적 스트레스

본 연구에서 일상적 스트레스(daily hassles)는 DeLongis, Folkman과 Lazarus (1988)이 사용한 척도를 Kim (1995)이 번안하여 사용한 것을 이용하였다. 이 도구는 총 36문항으로

구성되어 있으며 각 문항은 ‘전혀 아니다’ 1점에서 ‘아주 그렇다’ 4점까지의 4점 척도로 점수가 높을수록 일상적 스트레스 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서 내적 일관성 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .95$ 였다.

#### 2) 사회적 지지

본 연구에서 사회적 지지는 Cohen과 Hoberman (1983)의 Interpersonal Support Evaluation List (ISEL)를 Seo (1989)가 수정·보완한 대인 관계적 지지의 지각 척도를 이용하여 측정하였다. 이 도구는 총 18문항으로 ‘정말 그렇지 않다’ 1점에서 ‘정말 그렇다’ 4점까지의 4점 척도로 점수가 높을수록 사회적 지지 정도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 내적 일관성 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .94$ 였다.

#### 3) 속박감

본 연구에서 지각된 속박감은 자신의 현재 상황에서 벗어나려고 매우 동기화되어 있지만 벗어날 수 없다고 느끼는 것이다(Brown, Bifulco, & Harris, 1987). 본 연구에서는 Gilbert와 Allan (1998)이 자신의 현재 정신상태에 초점을 두고 감정과 판단을 평가하도록 개발한 entrapment scale을 Cheon과 Cha (2008)가 사용한 것을 이용하였으며 이 도구 사용을 위해 도구개발자인 Gilbert의 동의를 얻었다. 이 도구는 외적 요인에 의해 유발된 탈출동기와 그로 인한 속박감을 평가하도록 구성된 외적 속박감 10문항과, 내적 감정이나 사고에 의해 유발된 탈출동기와 그로 인한 속박감을 평가하도록 구성된 내적 속박감 6문항 총 16문항이다. 이 도구는 ‘전혀 그렇지 않다’ 0점에서 ‘매우 그렇다’ 4점까지 5점 척도로 점수가 높을수록 속박감 정도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 외적 속박감과 내적 속박감은 각각 .94였다.

#### 4) 정신건강

본 연구에서 정신건강 측정은 우울, 불안, 적대감 및 신체화를 측정하는 것으로, Derogatis (1977)가 치료의 효과를 측정하기 위해 객관적인 정신증상 평가척도로 발전시킨 다차원 증상 목록의 간이정신진단검사(Symptom Check List, SCL-90-R) 중 우울 13문항, 불안 10문항, 적대감 6문항 및 신체화 12문항을 이용하여 측정하였다. 오늘을 포함해서 지난 7일 동안 경험한 증상의 정도에 따라 ‘전혀 없다’ 0점에서 ‘아주 심함’ 4점까지의 5점 척도로 점수가 높을수록 정신건강 수준이 좋

지 않음을 의미한다. 본 연구에서 내적 일관성 신뢰도 Cronbach's  $\alpha$ =우울 .89, 불안 .87, 적대감 .85, 신체화 .89였다.

#### 4. 자료수집

본 연구는 강원도 소재 일 4년제 대학교에 재학중인 대학생을 대상으로 구조화된 질문지를 이용하여 자료수집이 이루어졌다. 자료수집을 위해 본 연구자가 3개 단과대학 소속 교수들에게 연구목적을 설명하고 소속 대학 재학생을 대상으로 설문조사가 이루어질 수 있도록 동의와 협조를 구한 후 이루어졌다. 자료수집을 위해서 본 연구 목적을 이해하고 훈련된 연구보조원이 대학생들에게 연구목적과 함께 익명보장은 물론 모든 응답한 내용에 대해서는 비밀이 보장됨을 충분히 설명하였고, 질문지 작성에 동의하지 않을 경우 작성하지 않아도 되며 설문에 응하지 않아도 불이익이 없음을 설명하였다. 본 연구에 자발적인 참여를 한 대학생에게 설문지를 작성하도록 충분한 시간을 주었다. 질문지 작성에 소요된 시간은 보통 15~20분 정도였으며 질문지를 완성하면 연구보조원이 회수하였다. 자료수집은 2012년 5월 한 달동안 이루어졌으며 자료수집을 위한 질문지 230부가 배포되었으나 216부가 회수되어(회수율 93.9%) 최종 분석에 활용되었다.

#### 5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 18.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 대상자의 일반적 특성과 제 연구변수는 실수와 백분율 및 평균과 표준편차로 산출하였다.
- 대상자의 성별에 따른 일반적 특성의 차이 분석은  $\chi^2$ -test와 t-test를 이용하였다.
- 대상자의 성별 일반적 특성에 따른 정신건강(우울, 불안, 적대감 및 신체화)의 차이 분석은 t-test와 ANOVA를 이용하였다.
- 대상자의 성별에 따른 일상적 스트레스, 사회적 지지, 속박감 및 정신건강(우울, 불안, 적대감 및 신체화)의 차이 분석은 t-test를 이용하였다.
- 대상자의 성별에 따른 연구변수들 간의 상관성 분석은 Pearson's correlation coefficient를 이용하였다.
- 대상자의 성별에 따른 정신건강(우울, 불안, 적대감 및 신체화)에 미치는 영향요인 분석은 stepwise regression analysis를 이용하였다.

## 연구결과

### 1. 대상자의 일반적 특성

대상자는 남성이 118명(54.6%), 여성이 98명(45.4%)이었다. 남학생의 평균연령은 21.4세이었고, 1~2학년이 53.4%, 3~4학년이 46.6%였다. 종교가 있다고 응답한 학생이 37.3%, 없는 학생이 62.7%였고, 경제상태를 보통이라고 응답한 학생이 72%로 가장 많았다. 부모님이 거주하는 본가에서 다니고 있는 학생이 62.7%, 부모가 함께 동거하고 계신다고 응답한 경우가 93.2%로 가장 많았으며, 흡연 유무에 대해서는 흡연을 하지 않는다고 응답한 학생이 60.7%로 가장 많았다. 대상자의 BMI는 18.5~25 미만인 경우가 가장 많은 77.4%를 차지하였다. 여학생의 경우 평균연령은 19.5세이었고, 1~2학년이 67.3%, 3~4학년이 32.76%였다. 종교가 있다고 응답한 학생이 49.0%, 없는 학생이 51.0%였고, 경제상태를 보통이라고 응답한 학생이 70.4%로 가장 많았다. 부모님이 거주하는 본가에서 다니고 있는 학생이 64.3%, 부모가 함께 동거하고 계신다고 응답한 경우가 93.9%로 가장 많았으며, 흡연 유무에 대해서는 흡연을 하지 않는다고 응답한 학생이 95.9%로 가장 많았다. 대상자의 BMI는 18.5~25 미만인 경우가 가장 많은 73.5%를 차지하였다(Table 1).

### 2. 각 성별 일반적 특성에 따른 정신건강(우울, 불안, 적대감 및 신체화)의 차이 분석

각 성별 일반적 특성에 따른 정신건강의 차이를 분석한 결과, 남성의 경우 학년, 흡연 유무에 따라 신체화 점수에서 유의한 차이가 있었고, BMI에 따라 적대감에서 유의한 차이를 보였다. 여성의 경우 연령에 따라 우울, 불안, 신체화에서 유의한 차이가 있었고, 학년에 따라 우울, 불안, 신체화에서 유의한 차이가 있었다. 또한 경제상태에 따라 적대감, 신체화에서 유의한 차이가 있었고 흡연유무에 따라 적대감에서 유의한 차이가 있었다(Table 2).

### 3. 성별에 따른 제 연구변수의 차이 분석

성별에 따라 제 연구변수를 살펴보면, 일상적 스트레스 점수는 남성보다 여성에서 유의하게 높게 나타났으며( $p=.003$ ), 사회적 지지 점수는 성별에 따라 유의한 차이가 없었다. 외적 속박감의 평균점수는 남성이 여성보다 유의하게 여



**Table 1.** General Characteristics by Gender

(N=216)

Characteristics	Categories	Male (n=118)	Female (n=98)	$\chi^2$ or t	p
		n (%) or M±SD	n (%) or M±SD		
Age (year)	< 19	21.4±2.4	19.5±1.7	6.82	< .001
	20~22	39 (33.3)	58 (59.2)	42.81	< .001
	≥ 23	30 (25.6)	37 (37.8)		
	≥ 23	48 (41.0)	3 (3.1)		
	Missing	1 (0.01)	-		
Grade	1~2	63 (53.4)	66 (67.3)	4.34	.051
	3~4	55 (46.6)	32 (32.7)		
Religion	Yes	44 (37.3)	48 (49.0)	2.99	.098
	No	74 (62.7)	50 (51.0)		
Economic status	Enough	15 (12.7)	23 (23.5)	7.56	.023
	Comfortable	85 (72.0)	69 (70.4)		
	Difficult	18 (15.3)	6 (6.1)		
Type of residence	Living with parents	74 (62.7)	63 (64.3)	0.06	.887
	S, D and others	44 (37.3)	35 (35.7)		
Living arrangement	With both parents	110 (93.2)	92 (93.9)	0.15	.910
	Parents separated or divorced	6 (5.10)	4 (4.1)		
	With single parent or NPD	2 (1.70)	2 (2.0)		
Smoking	Yes	46 (39.3)	4 (4.1)	37.10	< .001
	No	71 (60.7)	94 (95.9)		
	No response	1 (0.01)			
BMI		22.8±2.97	19.7±1.9	8.94	< .001
	< 18.5	3 (2.6)	21 (25.3)	34.64	< .001
	18.5~24.9	89 (77.4)	61 (73.5)		
	25.0~29.9	21 (18.3)	1 (1.2)		
	≥ 30	2 (1.7)	0 (0.0)		
	No response	3 (0.02)	15 (0.15)		

S, D=self-boarding, dormitory; NPD=neither parent due to death,

성에서 더 높게 나타났고( $p=.003$ ), 우울 평균점수는 여성이 유의하게 더 높았다( $p=.002$ ). 그러나 내적 속박감, 불안, 적대감 및 신체화 평균점수는 성별에 따라 통계적으로 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다(Table 3).

#### 4. 성별에 따른 연구변수들 간의 상관성 분석

성별에 따른 연구변수들 간의 상관성 분석 결과는 Table 4, Table 5와 같다.

남성에서 모든 연구변수들 간에 통계적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 즉, 우울, 불안, 적대감 및 신체화는 일상적 스트레스, 내적 속박감 및 외적 속박감과는 양의 상관관계가 있었고 사회적 지지와는 음의 상관관계가 있었다( $p=.001$ ). 또한 정신건강 각 영역에서, 우울, 불안, 적대감 및 신체화는 서로 유의한 양의 상관관계를 나타내었다( $p<.001$ ).

한편, 여성 대상자에서는 일상적 스트레스와 사회적 지지의 관계, 일상적 스트레스와 신체화의 관계, 사회적 지지와 신체화의 관계에서는 유의를 제외하고 나머지 변수들 간에는 통계적으로 유의한 상관관계가 나타났다. 또한 우울과 불안, 우울과 적대감, 우울과 신체화, 불안과 적대감, 불안과 신체화, 적대감과 신체화간에 유의한 상관관계를 보여주었다( $p<.001$ ).

#### 5. 성별에 따른 정신건강에 미치는 영향요인 분석

성별에 따라 우울, 불안, 적대감 및 신체화 등 정신건강에 미치는 요인을 확인하기 위해 유의한 차이를 보인 일반적 특성변수인 연령, 학년, 경제상태, 흡연유무 및 BMI와 일상적 스트레스, 사회적 지지, 내적 속박감과 외적 속박감 등을 투입하여 회귀분석을 실시한 결과는 Table 6과 같다. 회귀분석을 하기 전 독립변수들 간의 다중공선성 검정을 실시한 결과 공차한계

**Table 2. Depression, Anxiety, Hostility and Somatization in Each Group by General Characteristics (N=216)**

Characteristics	Categories	Male (n=118)						Female (n=98)									
		Depression		Anxiety		Hostility		Depression		Anxiety		Hostility		Somatization			
		M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)		
Age (year)	<19	1.67±0.65	0.47	1.42±0.44	0.31	1.51±0.56	0.12	1.34±0.39	1.56	1.72±0.62	5.17	1.39±0.50	5.34	1.50±0.65	1.73	1.42±0.45	6.53
	20-22	1.53±0.52	(.629)	1.40±0.59	(.732)	1.46±0.67	(.891)	1.47±0.59	(.216)	2.13±0.73	(.007)	1.83±0.83	(.006)	1.71±0.72	(.184)	1.86±0.73	(.002)
	≥23	1.63±0.60		1.49±0.59		1.46±0.55		1.53±0.56		2.44±0.93		1.80±0.70		2.06±1.08		1.84±0.79	
Grade	1-2	1.63±0.59	0.23	1.37±0.40	-1.48	1.46±0.54	-0.37	1.35±0.38	-2.26	1.73±0.62	-3.53	1.42±0.49	-2.78	1.51±0.65	-1.78	1.44±0.46	-3.44
	3-4	1.60±0.60	(.822)	1.52±0.65	(.142)	1.50±0.63	(.713)	1.57±0.62	(.026)	2.23±0.74	(.001)	1.88±0.87	(.008)	1.77±0.76	(.079)	1.94±0.75	(.001)
Religion	Yes	1.62±0.61	0.04	1.54±0.66	1.38	1.55±0.62	1.09	1.55±0.62	1.55	1.91±0.78	0.17	1.65±0.77	1.20	1.65±0.82	0.72	1.67±0.68	1.07
	No	1.62±0.59	(.970)	1.38±0.44	(.171)	1.43±0.55	(.277)	1.39±0.43	(.127)	1.88±0.62	(.870)	1.49±0.57	(.234)	1.55±0.56	(.474)	1.54±0.54	(.287)
Economic status	Enough	1.56±0.64	0.23	1.34±0.42	0.29	1.29±0.47	1.14	1.24±0.17	1.49	1.87±0.77	2.47	1.72±0.91	1.02	1.65±0.77	3.87	1.69±0.73	3.35
	Comfortable	1.61±0.61	(.796)	1.46±0.55	(.748)	1.49±0.58	(.325)	1.47±0.56	(.231)	1.85±0.66	(.090)	1.51±0.59	(.364)	1.52±0.61	(.024)	1.52±0.52	(.039)
	Difficult	1.70±0.46		1.44±0.59		1.59±0.64		1.53±0.47		2.50±0.71		1.73±0.58		2.31±1.07		2.15±0.93	
Type of residence	Living with parents	1.59±0.58	-0.59	1.40±0.45	-0.81	1.41±0.53	-1.52	1.38±0.46	-1.96	1.81±0.63	-1.57	1.54±0.58	-0.51	1.55±0.64	-0.83	1.53±0.49	-1.28
	S, D, and others	1.66±0.61	(.556)	1.50±0.67	(.419)	1.59±0.64	(.133)	1.57±0.58	(.052)	2.04±0.80	(.121)	1.62±0.82	(.612)	1.67±0.79	(.411)	1.72±0.79	(.204)
Living arrangement	With both parents	1.63±0.60	0.53	1.46±0.55	1.03	1.49±0.58	0.28	1.45±0.53	0.07	1.90±0.71	0.12	1.58±0.69	0.05	1.58±0.68	1.64	1.58±0.60	2.12
	PS or divorce	1.40±0.50	(.593)	1.13±0.18	(.359)	1.31±0.52	(.759)	1.39±0.26	(.936)	2.00±0.50	(.892)	1.48±0.32	(.948)	2.17±1.03	(.200)	2.21±0.85	(.126)
	With SP or NPD	1.81±0.27		1.40±0.28		1.50±0.71		1.38±0.53		1.71±0.41		1.50±0.71		1.25±0.12		1.46±0.41	
Smoking	Yes	1.64±0.56	0.40	1.51±0.62	1.13	1.55±0.62	0.99	1.64±0.60	2.97	2.54±0.54	1.91	2.05±0.53	1.46	2.67±0.53	3.29	1.92±0.59	1.08
	No	1.60±0.62	(.694)	1.40±0.48	(.259)	1.44±0.55	(.323)	1.34±0.42	(.004)	1.87±0.69	(.060)	1.55±0.68	(.148)	1.55±0.67	(.001)	1.59±0.62	(.285)
BMI	<18.5	2.08±0.80	1.90	1.77±0.68	1.92	2.06±0.92	3.89	1.94±0.71	1.96	1.90±0.70	0.42	1.59±0.59	0.34	1.64±0.59	0.24	1.58±0.52	0.21
	18.5-25	1.55±0.55	(.134)	1.38±0.52	(.131)	1.39±0.53	(.011)	1.41±0.49	(.125)	1.87±0.72	(.660)	1.54±0.74	(.714)	1.57±0.77	(.791)	1.57±0.66	(.813)
	25-30	1.80±0.62		1.64±0.59		1.75±0.64		1.60±0.60									
	≥30	1.77±0.87		1.15±0.21		1.92±0.59		1.13±0.18									

S, D=self-boarding, dormitory; PS=Parents separated; SP=single parent.

**Table 3.** Difference in Study Variables by Gender

(N=216)

Study variables	Possible range	Male (n=118)	Female (n=98)	t	p
		M±SD	M±SD		
Daily hassles	1.00~4.00	1.70±0.55	1.92±0.50	-3.02	.003
Social support	1.00~4.00	3.07±0.56	3.16±0.46	-1.27	.207
Entrapment	External	1.97±0.87	2.34±0.97	-2.96	.003
	Internal	1.86±0.97	2.11±1.05	-1.80	.073
Depression	0.00~4.00	1.62±0.59	1.90±0.70	-3.16	.002
Anxiety	0.00~4.00	1.44±0.54	1.57±0.68	-1.59	.113
Hostility	0.00~4.00	1.48±0.58	1.60±0.70	-1.36	.175
Somatization	0.00~4.00	1.45±0.52	1.60±0.62	-1.97	.051

**Table 4.** Relationships among the Study Variables in Male Group

(N=118)

Variables	Daily hassles	Social support	External entrapment	Internal entrapment	Depression	Anxiety	Hostility	Somatization
Daily hassles	1							
Social support	-.37 ( $< .001$ )	1						
External entrapment	.49 ( $< .001$ )	-.34 ( $< .001$ )	1					
Internal entrapment	.52 ( $< .001$ )	-.40 ( $< .001$ )	.87 ( $< .001$ )	1				
Depression	.38 ( $< .001$ )	-.43 ( $< .001$ )	.62 ( $< .001$ )	.63 ( $< .001$ )	1			
Anxiety	.42 ( $< .001$ )	-.47 ( $< .001$ )	.55 ( $< .001$ )	.58 ( $< .001$ )	.77 ( $< .001$ )	1		
Hostility	.35 ( $< .001$ )	-.43 ( $< .001$ )	.57 ( $< .001$ )	.57 ( $< .001$ )	.73 ( $< .001$ )	.78 ( $< .001$ )	1	
Somatization	.36 ( $< .001$ )	-.32 ( $< .001$ )	.44 ( $< .001$ )	.41 ( $< .001$ )	.65 ( $< .001$ )	.78 ( $< .001$ )	.73 ( $< .001$ )	1

(Tolerance) 범위가 0.342~0.992로 1.0 이하였고, 분산팽창 인자(Variance Inflation Factor, VIF) 범위가 1.008~2.925로 10을 넘지 않아 다중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다. 또한 Durbin-Watson 검정을 통해 오차의 자기상관을 확인한 결과 1.687~2.160으로 나타나 자기상관이 없었다.

본 연구에서 남자대학생의 정신건강 하위영역에 영향을 미치는 요인을 파악한 결과, 남성의 우울에 유의한 설명력을 가지는 요인은 내적 속박감과 사회적 지지로서 총 41%의 설명력을 가지며 이 중에서 내적 속박감이 가장 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=0.53, p<.001$ ). 불안에 대해서는 내적 속

박감과 사회적 지지, 학년, 경제 상태가 총 43%의 설명력을 보여주었는데 가장 주요한 영향을 미치는 요인은 내적 속박감( $\beta=0.49, p<.001$ )이었다. 적대감에 대해서는 외적 속박감, 사회적 지지와 BMI가 총 43%의 설명력을 보여주었는데 이 중 외적 속박감이 가장 영향을 미치는 요인이었다( $\beta=0.50, p<.001$ ), 그리고 신체화에 유의한 영향력을 보여준 변수로는 외적 속박감, 학년, 사회적 지지, 흡연으로 총 35%의 설명력을 보여주었으며 이 중 가장 영향을 미치는 요인은 외적 속박감으로 나타났다( $\beta=0.41, p<.001$ ).

여자대학생의 정신건강 하위 영역에 영향을 미치는 요인을

**Table 5.** Relationships of among the Study Variables in Female Group

(N=98)

Variables	Daily hassles	Social support	External entrapment	Internal entrapment	Depression	Anxiety	Hostility	Somatization
Daily hassles	1							
Social support	-.14 (.174)	1						
External entrapment	.31 (.002)	-.44 ( $< .001$ )	1					
Internal entrapment	.26 (.011)	-.42 ( $< .001$ )	.81 ( $< .001$ )	1				
Depression	.25 (.012)	-.27 (.004)	.72 ( $< .001$ )	.69 ( $< .001$ )	1			
Anxiety	.20 (.048)	-.20 (.047)	.56 ( $< .001$ )	.59 ( $< .001$ )	.81 ( $< .001$ )	1		
Hostility	.21 (.042)	-.28 (.005)	.51 ( $< .001$ )	.57 ( $< .001$ )	.75 ( $< .001$ )	.71 ( $< .001$ )	1	
Somatization	.16 (.111)	-.13 (.195)	.53 ( $< .001$ )	.54 ( $< .001$ )	.75 ( $< .001$ )	.79 ( $< .001$ )	.71 ( $< .001$ )	1

파악한 결과, 우울에 유의한 설명력을 가지는 요인은 외적 속박감, 연령과 내적 속박감으로 총 57%의 설명력을 보여주었는데 이 중 외적 속박감이 가장 영향력이 컸다( $\beta=0.45, p < .001$ ). 불안에 대해서는 내적 속박감과 학년이 43%의 설명력을 보였는데 내적 속박감이 가장 주요한 영향을 미치는 것으로 나타났고( $\beta=0.59, p < .001$ ), 적대감에 대해서는 내적 속박감과 흡연이 34%의 설명력을 나타내었는데 내적 속박감이 가장 주요한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta=0.52, p < .001$ ). 그리고 신체화에 대해서는 내적 속박감과 학년이 34%의 설명력을 보여주었으며 내적 속박감이 가장 영향력을 미치는 요인이었다( $\beta=0.51, p < .001$ )(Table 6).

## 논 의

본 연구는 남녀 대학생을 대상으로 성별에 따른 일상적 스트레스, 사회적 지지, 속박감 및 정신건강 수준을 파악하고 이들간의 관계를 확인하는 것은 물론 정신건강에 미치는 요인을 확인하기 위해 수행되었다.

본 연구에서 대학생의 우울, 불안, 적대감 및 신체화 수준은 비교적 높게 나타났다. 본 연구대상자 남성과 여성 집단 모두에서 Hyun, Kang과 Kim (2011)의 연구에서 보고된 남녀 전체 대학생의 우울(0.76점), 불안(0.55점), 적대감(0.53점), 신체화(0.60점) 평균 점수에 비해 높게 나타나 정신건강 수준이

좋지 않다고 할 수 있다. 또한 우울을 비롯한 4가지 정신건강 영역에서 남성보다 여성의 평균점수가 더 높았으나 우울에서만 통계적으로 유의한 차이를 보여주었는데 이는 Kim (2011)의 연구에서 남자대학생보다 여자대학생에서 우울이 유의하게 높게 나타난 결과와 일치하는 것이다. 이는 우울 발생에 성 차이가 존재하여 일생동안 정서장애가 남성보다 여성이 높게 발생한다고 제기되어온 바와 같은 맥락을 보여주는 것이라 사료된다. 한편 선행연구에서 신체화에서 성 차이가 존재하여 남성보다 여성에서 신체적 증상이 더 높게 나타난다는 보고되고 있는데(Wilson, Pritchard, & Revalee, 2005) 본 연구에서 신체화가 성별에 따라 유의수준 0.05에서 근소한 차이로 유의하지는 않았지만( $p=.051$ ) 성 차이가 존재하는 경향성을 보여주었다. 남녀 집단간 불안과 적대감에서 유의한 차이를 보이지 않았는데 여자대학생이 남자대학생보다 불안 수준이 약간 높았으나 유의한 차이가 없다고 보고한 Kim (2012)의 연구, 적대감에서 유의한 차이가 없다고 보고한 Yang 등 (2008)의 연구와 일치된 결과라 할 수 있다.

대학생의 정신건강과 관련된 요인으로 본 연구에서 제시한 일상적 스트레스, 사회적 지지, 그리고 속박감의 수준을 살펴보면 일상적 스트레스는 남성보다 여성에서 유의하게 높았는데 이는 대학생을 대상으로 한 선행연구에서 여학생이 남학생보다 스트레스가 높다고 보고되는 것(Visani et al., 2011)과 일치된 결과라고 할 수 있다. 외적 속박감 역시 남학생보다 여



**Table 6.** Predictors of Depression, Anxiety, Hostility, and Somatization by Gender

(N=216)

Gender	Dependent variables	Predictor variables	B	SE	$\beta$	t	p	Collinearity		
								Tolerance	VIF	
Male (n=118)	Depression	(Constant)	1.74	0.30		5.78	<.001			
		Internal entrapment	0.32	0.05	0.53	6.79	<.001	0.858	1.165	
		Social support	-0.24	0.08	-0.22	-2.85	.005	0.858	1.165	
	Adj. R <sup>2</sup> = .41, F=40.11, p < .001									
	Anxiety	(Constant)	1.93	0.32		6.10	<.001			
		Internal entrapment	0.26	0.04	0.49	6.30	<.001	0.847	1.181	
		Social support	-0.30	0.07	-0.33	-4.18	<.001	0.828	1.208	
		Grade	0.20	0.07	0.20	2.76	.007	0.974	1.027	
		Economic status	-0.17	0.07	-0.18	-2.42	.017	0.936	1.068	
	Adj. R <sup>2</sup> = .43, F=22.30, p < .001									
	Hostility	(Constant)	1.22	0.33		3.71	<.001			
		External entrapment	0.33	0.05	0.50	6.55	<.001	0.884	1.131	
		Social support	-0.27	0.08	-0.27	-3.48	.001	0.884	1.132	
		BMI	0.20	0.08	0.18	2.46	.016	0.992	1.008	
	Adj. R <sup>2</sup> = .43, F=28.81, p < .001									
Somatization	(Constant)	1.68	0.38		4.44	<.001				
	External entrapment	0.25	0.05	0.41	4.98	<.001	0.869	1.151		
	Grade	0.21	0.09	0.20	2.46	.015	0.857	1.167		
	Social support	-0.22	0.08	-0.24	-2.86	.005	0.870	1.150		
	Smoking	-0.21	0.09	-0.20	-2.45	.016	0.855	1.170		
Adj. R <sup>2</sup> = .35, F=15.59, p < .001										
Female (n=98)	Depression	(Constant)	0.33	0.17		1.91	.060			
		External entrapment	0.33	0.09	0.45	3.64	<.001	0.342	2.925	
		Age	0.24	0.09	0.19	2.60	.011	0.970	1.031	
		Internal entrapment	0.20	0.08	0.29	2.35	.021	0.345	2.899	
	Adj. R <sup>2</sup> = .57, F=36.99, p < .001									
	Anxiety	(Constant)	0.33	0.21		1.61	.112			
		Internal entrapment	0.39	0.06	0.59	6.83	<.001	0.984	1.016	
		Grade	0.30	0.13	0.19	2.25	.027	0.984	1.016	
	Adj. R <sup>2</sup> = .40, F=28.20, p < .001									
	Hostility	(Constant)	2.56	0.72		3.54	.001			
		Internal entrapment	0.35	0.06	0.52	5.66	<.001	0.977	1.024	
		Smoking	-0.88	0.35	-0.23	-2.50	.014	0.977	1.024	
	Adj. R <sup>2</sup> = .34, F=21.78, p < .001									
	Somatization	(Constant)	0.48	0.19		2.49	.015			
		Internal entrapment	0.30	0.05	0.51	5.57	<.001	0.984	1.016	
Grade		0.36	0.12	0.26	2.84	.006	0.984	1.016		
Adj. R <sup>2</sup> = .34, F=21.88, p < .001										

학생이 통계적으로 유의하게 높게 나타났으며 내적 속박감은 성별에 따라 유의한 차이가 없었지만 여학생이 더 높았다. 대 학생을 대상으로 한 선행연구가 없어 직접 비교가 어렵지만 고등학생을 대상으로 한 Park 등(2011)의 연구에서 남학생보

다 여학생이 통계적으로 유의하게 높은 것으로 보고된 것과 일치한다. 반면 사회적 지지는 여성과 남성에서 유의한 차이가 없었다. 따라서 본 연구결과에 따르면 여학생이 남학생보다 일상적 스트레스 수준이 높고, 외적 속박감을 더 지각한다

고 할 수 있다.

성별에 따른 연구변수들간 상관성 분석결과에서, 남자대학생의 경우 일상적 스트레스, 사회적 지지, 속박감은 우울, 불안, 적대감 및 신체화와 각각 유의한 상관관계를 보여주었다. 반면 여자대학생에서는 남학생과 다소 차이를 보여주었는데 즉, 일상적 스트레스 및 사회적 지지가 신체화와 유의한 상관관계가 없었고 이를 제외하면 모두 유의한 상관관계를 보였다. 선행연구에서(Segrin, Hanzal., Donnerstein, Taylor, & Domschke, 2007) 스트레스가 정신건강과 밀접한 관련이 있는 요인으로 제시된 것과 일관된 결과라 할 수 있다.

속박감은 남학생과 여학생 두 집단에서 일상적 스트레스와 정신건강 하위영역 모두에서 밀접한 상관성을 보여주었는데 속박감과 우울 및 분노의 상관성을 입증한 연구(Cheon, 2008; Gibert, Cheung, Irons, & McEwan, 2005), 속박감과 정신신체증상의 상관성을 입증한 연구(Cheon & Cha, 2008)의 결과를 뒷받침하고 있다. 아직까지 속박감과 우울의 관계를 확인한 연구가 거의 대부분이었으나 본 연구에서는 우울 외에 불안, 적대감, 신체화 등으로 확대하여 속박감과의 관련성을 제시하였으므로 추후 이를 반복 수행하거나 정신건강 영역을 확대시켜나감으로써 스트레스와 관련되어 나타나는 정신건강문제의 발생과정에서 속박감이 어떠한 역할을 하는지 설명하는 연구가 수행될 필요가 있다.

성별에 따른 우울, 불안, 적대감 및 신체화 등 정신건강에 영향을 주는 요인을 확인한 결과, 남학생과 여학생에서 다소 차이가 있었다. 우울에 대해 내적 속박감이 남학생에서 가장 영향력이 큰 요인이었고 여학생에서는 외적 속박감이 가장 영향하는 요인으로 나타나 속박감이 남녀 대학생에서 우울의 주요 요인임을 제시하고 있으나 성별에 따라 영향하는 하위요인이 다르게 나타났다. 또한 내적 속박감은 남녀 모두에서 유의한 설명력을 지닌 변수로 나타났으나 여학생보다 남학생에서 보다 주요한 요인으로 제시되는 것으로 이해할 수 있다. 이는 우리나라 남자대학생은 부정적인 내적 감정 및 사고에 의한 속박감 지각으로 인해 우울 발생 가능성이 높은 반면 여자대학생은 현재 처한 어려운 상황이나 관계로부터 지각한 속박감으로 인해 우울 발생 가능성이 높다는 것을 시사하는 것이다. Sturman과 Mongrain (2005)이 우울증 과거력이 있는 대학생 146명을 대상으로 수행한 연구에서 내적 속박감이 우울의 약 50% 설명력을 가진 것으로 보고한 것과 달리, 본 연구에서는 성별에 따라 우울에 영향하는 속박감 하위요인이 다르므로 추후 속박감 지각과 관련된 원인적 요소가 무엇인지 확인하여 남녀 우울 발생의 차이에 대한 이해를 높일 필요가 있다.

불안에 대해 내적 속박감은 남학생과 여학생 모두에서 가장 중요한 불안의 예측요인으로 나타났다. 이것은 남녀 대학생들이 부정적인 내적 감정 및 사고로부터 지각한 속박감으로 인해 불안이 발생할 가능성이 높다는 것을 의미한다. 그리고 적대감에 대해서 남학생의 경우 외적 속박감이, 여학생에서는 내적 속박감이 가장 영향을 미치는 요인으로 나타났는데 남녀 집단에서 속박감이 중요 요인이었지만 성별에 따라 속박감 하위 요인이 다르게 나타났다. 신체화에 대해서는 남학생의 경우 외적 속박감이, 여학생의 경우 내적 속박감이 가장 영향을 미치는 요인으로 나타났는데 적대감과 유사하게 속박감이 신체화의 중요 예측요인이기는 하나 성별에 따라 속박감 하위요인이 다르게 나타났다.

적대감과 신체화에서 남녀 집단에서 속박감 하위요인이 다르게 나타난 것은 남학생의 경우 상황이나 관계로부터 지각된 외적 속박감으로 인해 적대감과 신체화가 유도될 가능성이 높고 반면 여학생의 경우 내면의 사고나 감정으로부터 지각된 내적 속박감으로 인해 적대감과 신체화가 유도될 가능성이 높다는 것을 의미한다. 내적, 외적 속박감을 각각 다른 차원의 차별적인 개념으로 볼 수 있기 때문에 성별에 따라 정신건강문제 발생에 관여하는 속박감의 차원이 다르다고 볼 수 있다. 그러나 본 연구에서 내적 속박감 또는 외적 속박감과 관련된 원인적 요소에 대해 확인하지 않았으므로 추후 남녀 대학생들이 속박감을 지각하게 된 근원과 속성을 확인할 필요가 있다. 선행연구를 토대로 대학생들의 속박감과 관련된 것으로 예측되는 요인들을 도출하여 그 관계를 파악하는 연구나 심층면담을 통한 대학생들의 속박감에 대한 주관성을 확인하는 연구가 유용할 것으로 사료된다.

한편 본 연구에서 일상적 스트레스는 우울, 불안, 적대감 및 신체화 등 모든 영역에서 유의한 설명력을 보여주지 않았다. 스트레스와 정신건강간의 관계는 그동안 보고되어 왔으나 본 연구에서는 스트레스가 설명력을 나타내지 못했다. 이것은 우울을 유발하는데 스트레스 경험도 중요하지만 무엇보다도 스트레스 경험으로부터 유발되는 속박감이 더 밀접한 관련이 있다는 주장(Brown et al., 1987; Gilbert & Allan, 1998)을 지지하는 것으로 볼 수 있다.

또한 정신건강에 영향을 미치는 일반적 특성요인은 학년, 연령, 흡연 유무, BMI 등이었으나 설명력이 속박감에 비해 크지 않았다. 남학생의 경우 학년이 불안과 신체화에, BMI가 적대감에, 흡연 유무는 신체화에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 여학생의 경우 연령은 우울에, 학년은 불안과 신체화에, 흡연유무는 적대감에 영향하는 요인으로 나타났다.

본 연구결과에 의하면 스트레스와 정신건강문제간의 완충 역할을 하는 것으로 보고된 사회적 지지의 설명력이 크지 않았고 특히 여학생에서는 유의한 설명력을 보여주지 못했다. 이는 무엇보다도 정신건강에 영향을 미치는 요인으로 속박감의 중요성을 시사하는 것이다. 이와 같이 속박감의 영향력을 고려해 볼 때 향후 많은 연구와 실무에 유용하게 접근할 필요가 있다고 사료된다. 속박감이 진행된 만성적 스트레스 상황에서 더 이상 벗어날 수 있는 해결방법이 없다고 지각할 때 느끼는 감정이기 때문에 이러한 속박감의 지각을 최소화하거나 속박감이 높은 대상자를 분류하여 감소시킬 수 있는 방안을 모색하는 것이 정신건강문제 예방을 위해 중요하다고 사료된다.

본 연구에서 우리나라 여대생은 일상적 스트레스, 외적 속박감, 우울 등 전반적으로 정신건강 수준이 남학생보다 유의하게 낮았고 내적, 외적 속박감이 정신건강 수준에 미치는 영향이 큰 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여성의 관점에서 볼 때 우리나라 여성에게 보다 강하게 적용되는 사회 가치관의 영향과 무관하지 않다고 볼 수 있다. 과거는 물론 현재에 이르기까지도 존재하는 여성을 제한시키는 가치들과 전통적인 가부장적 문화권내에서 여성을 억압해 온 굴레들로부터 여성들은 벗어나고자 노력해왔다. 그러나 여전히 남성에 비해 더 규제받고 제한된 우리나라 사회문화 속에서 여성들이 속박감을 더 지각할 수밖에 없고 이는 남성에 비해 낮은 정신건강 수준과 관련되는 것으로 이해될 수 있겠다. 그러나 본 연구에서는 내적, 외적 속박감이 정신건강에 중요한 역할을 한다는 점을 확인하였지만 우리나라 여성이 지각하는 속박감의 근원과 속성이 무엇인지를 규명한 것은 아니므로 추후 우리나라 여성이 지각하는 속박감이 어떠한 특성을 가지는지, 주관적 인식의 차이에 따라 다른 차원을 가지는지 등에 대해 면밀히 다루는 연구가 수행될 필요가 있다.

## 결론

본 연구는 남녀 대학생의 일상적 스트레스, 사회적 지지, 속박감과 정신건강 영역(우울, 불안, 적대감 및 신체화)의 관련성을 파악하고 정신건강에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 수행되었다. 본 연구에서 성별에 따른 정신건강 상태를 파악하고 이에 영향을 미치는 요인을 확인한 결과, 성별에 따라 차이를 나타내어 성별에 따른 차별화된 접근이 요구된다고 할 수 있다. 또한 선행연구에서 속박감과 관련된 정신건강문제를 우울 외에 불안, 적대감, 신체화 등으로 확대하여 관련성을 검증함으로써 속박감이 정신건강에 미치는 영향을 포괄적으로 접근할

기회를 마련하였다. 특히 외적 속박감과 내적 속박감이 각각 성별에 따라 정신건강문제에 다르게 영향을 준다는 것을 확인한 연구로서 의의가 있다. 또한 일반적 특성 요인, 일상적 스트레스와 사회적 지지 등과 비교해 속박감이 정신건강문제에 미치는 영향력이 매우 크다는 점을 제시하였으므로 여성의 정신건강을 위한 효율적인 전략을 수립할 때 보다 강조되어야 할 부분을 보여주었다는 데 의의가 있다.

따라서 이러한 결과를 토대로 대학생의 정신건강을 증진시키기 위해 성 차이를 고려하여 속박감 지각을 감소시킬 수 있는 전략을 모색해야 할 것이다. 추후 성 차이에 따라 속박감 하위 요인이 어떻게 다른지 반복 연구가 시행될 필요가 있으며, 속박감 지각을 유발하는 요인들을 규명하거나 속박감에 대한 주관적인 인식을 파악함으로써 속박감에 기초한 정신건강증진 프로그램 개발에 유용한 자료를 제공하는 연구가 시도될 필요가 있다.

## REFERENCES

- Brown, G. W., Bifulco, A., & Harris, T. O. (1987). Life events, vulnerability and onset of depression: some refinement. *British Journal of Psychiatry*, *150*, 30-42.
- Burt, K., & Stein, K. (2002). Epidemiology of depression throughout the female lifestyle. *The Journal of Clinical Psychiatry*, *63*, 9-15.
- Cheon, S. H. (2008). A study on perceived entrapment, anger and depression in adolescent girls. *Korean Journal of Women Health Nursing*, *14*, 239-247. <http://dx.doi.org/10.4069/kjwhn.2008.14.4.239>
- Cheon, S. H., & Cha, B. K. (2008). Inferiority, depression and psychosomatic symptoms in female adolescents: The mediating effect of perceived entrapment. *Korean Academy of Child Health Nursing*, *14*, 343-351.
- Cohen, S., & Hoberman, H. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, *13*, 99-125. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1559-1816.1983.tb02325.x>
- DeLongis, A., Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). The Impact of daily stress on health and mood: psychological and social resources as mediators. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*, 486-495.
- Derogatis, L. R. (1977). *The SCL-90 manual: Scoring, administration, and procedures for the SCL-90*. Baltimore: Johns Hopkins University School of Medicine, Clinical Psychometrics Unit.
- Gilbert, P., & Allan, S. (1998). The role of defeat and entrapment (arrested flight) in depression: An exploration of an evolu-

- tionary view. *Psychological Medicine*, 28, 585-598.
- Gilbert, P., Cheung, M., Irons, C., & McEwan, K. (2005). An Exploration into depression-focused and anger-focused rumination in relation to depression in a student population. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 33, 273-283. <http://dx.doi.org/10.1017/S1352465804002048>
- Hyun, M., Kang, H., & Kim, H. (2011). Parents' drinking behavior and factors related to mental health of their university student offspring. *Journal of Korean Academy of Psychiatric Mental Health Nursing*, 20, 355-364.
- Kendler, K. S., Hettema, J. M., Butera, F., Gardner, C. O., & Prescott, C. A. (2003). Life event dimensions of loss, humiliation, entrapment, and danger in the prediction of onsets of major depression and generalized anxiety. *Archives of General Psychiatry*, 60, 789-796. <http://dx.doi.org/10.1001/archpsyc.60.8.789>
- Kerr, S., Johnson, V. K., Gans, S. E., & Krumrine, J. (2004). Predicting adjustment during the transition to college: Alexithymia, perceived stress, and psychological symptoms. *Journal of College Student Development*, 45, 593-611. <http://dx.doi.org/10.1353/csd.2004.0068>
- Keum, M. J., & Nam, H. J. (2010). College freshmen's expectations about college life and their mental health status. *Journal of Human Understanding and Counselling*, 31, 105-127.
- Kim, C. H. (1995). Relationship of the daily hassles, stress appraisal and coping strategies with emotional experiences. *Korean Journal of Counselling and Psychotherapy*, 7, 44-69.
- Kim, M. K. (2011). Relationship on depression and suicide ideation of university students -the mediating effects of negative emotion and social adaptation. *Korean Journal of Youth Studies*, 18, 101-129.
- Kim, Y. H. (2012). The effect of negative attachment and the moderating effects of decentering and cognitive-flexibility on college student's negative affect and positive affect. *Korean Journal of Youth Studies*, 19, 265-291
- Lee, E. H. (2004). Life stress and depressive symptoms among college students: testing for moderating effects of coping style with structural equations. *Korean Journal of Health Psychology*, 9, 25-52.
- Lee, O. H. (2012). The influence of life stress, ego-resilience and social support on psychological well-being among college students. *Korean Journal of Youth Studies*, 19, 29-57.
- Lee, S. M., Nam, S. K., & Lee, M. K. (2009). Economic values of mental health service in college counselling center. *Korean Journal of Psychology: General*, 28, 363-384.
- Martin, Y., Gilbert, P., McEwan, K., & Irons, C. (2006). The relation of entrapment, shame, guilt to depression, in carers of people with dementia. *Aging & Mental Health*, 10, 101-106. <http://dx.doi.org/10.1080/13607860500311953>
- Ministry of Health & Welfare. (2011). *Korea Health Statistics 2009: Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANESIV-3)*. Retrieved June 12, 2012, from [http://www.mw.go.kr/front/jb/sjb0101mn.jsp?PAR\\_MENU\\_ID=03&MENU\\_ID=030101](http://www.mw.go.kr/front/jb/sjb0101mn.jsp?PAR_MENU_ID=03&MENU_ID=030101)
- Park, Y. J., Shin, N. M., Han, K. S., Kang, H. C., Cheon, S. H., & Shin, H. (2011). Depression status of academic high school students in Seoul: mediating role of entrapment. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 41, 663-672. <http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2011.41.5.663>
- Segrin, C., Hanzal, A., Donnerstein, C., Taylor, M., & Domschke, T. J. (2007). Social skills, psychological well-being, and the mediating role of perceived stress. *Anxiety Stress Coping*, 20, 321-329.
- Seo, M. J. (1989). *The study on factors influencing the state of adaptation of the hemiplegic patients*. Unpublished doctoral dissertation, Seoul National University, Seoul.
- Statistic Korea. (2011). *Employment trends*. Retrieved June, 12 20 12, from [http://kostat.go.kr/portal/korea/kor\\_nw/2/3/1/index.board?bmode=read&bSeq=&aSeq=245371&pageNo=4&rowNum=10&navCount=10&currPg=&sTarget=title&sTxt=](http://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/3/1/index.board?bmode=read&bSeq=&aSeq=245371&pageNo=4&rowNum=10&navCount=10&currPg=&sTarget=title&sTxt=)
- Sturman, E. D., & Mongrain, M. (2005). Self-criticism and major depression: An evolutionary perspective. *The British Psychological Society*, 44, 505-519. <http://dx.doi.org/10.1348/014466505X35722>
- Visani, D., Albieri, E., Offidani, E., Ottolini, F., Tomba, E., & Ruini, C. (2011). Gender differences in psychological well-being and distress during adolescence. In I. Brdar (Eds.), *I. The human pursuit of well-being: A cultural approach* (pp, 65-70). Springer Science+Business Media BV Press. [http://dx.doi.org/10.1007/978-94-007-1375-8\\_6](http://dx.doi.org/10.1007/978-94-007-1375-8_6)
- Willner, P., & Goldstein, R. C. (2001). Mediation of depression by perceptions of defeat and entrapment in high-stress mother. *British Journal of Medical Psychology*, 74, 473-485.
- Wilson, G. S., Pritchard, M. E., & Revalee, B. (2005). Individual difference in adolescent health symptoms; the effects of gender and coping. *Journal of Adolescence*, 28, 369-379. <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.08.004>
- Yang, D. H., Oh, Y. J., Cheun, Y. H., Cho, Y. S., Oh, K. M., & Kim, B. K. (2008). Test anxiety investigation of students in oriental medicine college by using Korea's version-test anxiety inventory, state-trait anxiety inventory, symptom checklist-90-revision. *Journal of Oriental Neuropsychiatry*, 19, 55-70.

### Summary Statement

■ **What is already known about this topic?**

The perception of entrapment is a useful concept in understanding of maladaptive condition since it has been applied to depression.

■ **What this paper adds?**

The perception of entrapment is correlated significantly to anxiety, hostility and somatization including depression. Variation exists in subscale of entrapment that affects on mental health in each types of psychological maladjustment. Also according to gender there are differences in subscale of entrapment that affect mental health disorder types.

■ **Implications for practice, education and/or policy**

This study suggest significance that entrapment may consequently be an effective goal for improving psychological adaptation. And considering different approaches regarding gender, and strategies that reduce perception of entrapment and provides supportive helps should be developed to improve psychological adaptation.