

## 사회봉사 교과목 수강전후 간호학생들의 자아존중감 및 우울에 관한 연구\*

박 후 남(순천청암대학 간호과)

### 목 차

I. 서론	V. 논의
II. 문헌고찰	VI. 결론
III. 연구방법	참고문헌
IV. 연구결과	영문초록

### I. 서 론

#### 1. 연구의 필요성

우리나라 대학생들 중 적게는 10% 미만에서부터 많게는 40%가 넘는 숫자의 학생들이 다양한 적응상의 어려움을 겪고 있으며, 서구 국가의 경우에도 대학생의 약 40%가 전문가의 도움을 받아야 할 정도로 적응의 문제를 나타낸다(정양은, 1977; 박상학, 조용래, 1996)고 한다.

대학생활은 자율적이고 책임감있는 생활태도 및 사고방식, 앞으로의 생활설계의 구상, 그리고 전공 공부 및 대인관계, 특히 이성교제 등 많은 과제들이 있고, 이는 미래의 도약을 위한 발판으로서 활력소가 될 수도 있겠지만, 많은 경우에는 그들의 정신건강을 위협할 정도로 큰 스트레스 요인으로 작용할 수도 있다(김광일 등 1988; 원호택 등, 1992). 이러한 스트레스는 자아존중감을 감소시키고, 그로 인해 부적응을 증가시

킬 수 있다(Kaplan, 1983).

자아존중감은 인간에 있어서 힘의 원천이며 삶의 성공적인 적응에 필요한 잠재력을 강화시켜 주므로, 모든 인간의 성장과 행복에 필수불가결한 요소이다(김중술, 1992). 진정한 자존심이란 자기 자신이 자기를 받아들이고 인정하고 사랑하고 존중하는 마음이며 정신건강을 의미한다(이동식, 1994).

또한 개인의 자아존중감은 행동을 결정하는데 중요한 영향을 주며 긍정적인 자아개념을 가진 사람일수록 모든 일에 적극적이며 성취가능성이 높다(전병제, 1972). 자아존중감은 의사소통 능력과 밀접하게 연관되어 있고, 환자와의 의사소통은 효과적인 치료의 중요한 부분으로 인정되기 때문에 간호사에게는 매우 중요하다. 즉 자신이 심리적으로 약하다고 느끼는 간호사는 치료기법으로써 의사소통을 적게하며 환자라도 덜 만나려고 한다는 것이다(이경순, 1991).

따라서 간호학생들을 대상으로 자아존중감을 향상시키는 방법을 확인하려는 연구들이 행해져 왔는데, 자기

\* 본 연구는 순천청암대학 교내 연구비 지원에 의해 이루어졌음

이해와 가족체계 기능화 집단요법(안황란, 배행자, 1995), RET 집단훈련(안황란, 배행자, 1994), 심상치료(이혜경, 2000), 자원봉사활동(김민정, 1998), 여성건강교육(신혜숙, 김영희, 1998) 등이 있다.

한편, 우울은 자아존중감과 밀접한 관계가 있는 것으로 낮은 자아존중감은 우울의 징후들 중 하나로 간주되고(Beck, 1967), 전문적인 치료를 받아야 할 만큼 심한 우울증을 경험했거나 경험할 것으로 예상되는 환자가 전체 인구 중 적어도 12%가 될 것으로 추정되며, 일반적으로 우울증의 유병률에 대한 지표로 간주되고 있는 자살률은 지난 수년 동안 줄어들기보다는 오히려 증가해왔다(원호택 등, 1997).

특히 청소년 우울은 자살행동과 같은 매우 심각한 건강문제를 일으킬 수 있다(Rhode et al., 1994). 우울증상은 일반 청소년에 있어 대상자의 나이와 사용된 도구에 따라서 14-62%로 자주 경험되는 것이며(Adcock et al., 1991; Dubow et al., 1990; Kelleher et al., 1992), 더 나아가서 청소년의 우울은 미래의 우울증을 예측하는 주요 요인이므로(Wong & Whitaker, 1994), 이들에 대한 예방적 중재가 개발된다면 해로운 결과들을 최소화하고 제거할 수 있을 것이다.

따라서 학교의 교육과정은 학생들의 발달단계에 따른 과제와 문제들을 고려하여 젊은 시절을 건강하게 보낼 수 있도록 방법을 마련하여야 한다.

Knowles(1972)는 미술로우의 욕구단계를 자원봉사 상황에 적용하여, 대부분의 자원봉사 프로그램이 자원봉사자의 안전의 욕구, 애정과 자존의 욕구를 추구하는 것으로 나타났다. 특히 서비스 지향의 자원봉사 상황에서는 존경의 욕구가 가장 잘 충족될 수 있다고 하였다.

또한 오늘날 많은 미래학자들이 21세기에는 자원봉사활동의 사회적 중요성이 더욱 커질 것으로 전망하고 있다. 경영학자 피터 드러커 교수는 "21세기엔 자원봉사활동이 최고는 아니지만 가장 중요한 인류의 미래 활동 중 하나가 될 것"이라고 말하고 있다. 실제로 미, 일, 유럽 등 선진국에서 자원봉사활동은 사회 전반에 급속히 확산되고 있다. 유럽의 경우 국가의 제기능을 축소하는 대신 민간의 자원봉사활동을 강조하고 있고 이미 민간복지를 강조해 왔던 미국, 일본 등은 특히 늘

어나는 청소년 범죄에 대처해 자원봉사활동을 아예 교육의 일부로 편입시키는 제도화 노력을 강화하고 있다(이창호, 1995).

그러므로 본 연구자는 일 대학에서 간호학생들의 교과과정 중 교양과목으로 포함된 사회봉사 교과목의 경험이 학생들의 자아존중감과 우울에 영향을 미치는지 파악하고자 본 연구를 시도하였다.

구체적인 목적은 다음과 같다.

1. 사회봉사 경험 전·후의 자아존중감의 정도를 비교한다.
2. 사회봉사 경험 전·후의 우울 정도를 비교한다.
3. 사회봉사 경험 전·후의 자아존중감과 우울의 상관관계를 파악한다.
4. 대상자의 일반적 특성에 따라 사회봉사경험 전·후의 각각의 자아존중감에 차이가 있는지 파악한다.
5. 대상자의 일반적 특성에 따라 사회봉사 경험 전·후의 각각의 우울에 차이가 있는지 파악한다.

## 2. 용어의 정의

### (1) 사회봉사

사회봉사(또는 자원봉사는 같은 의미로 사용함)의 이론적 정의는 '특정한 요구의 인식하에 사회적 책임감의 태도를 가지고 금전적 이득에 대한 관심없이 또한 기본적 의무감으로부터 벗어나서 행동할 것을 자발적으로 선택해서 이루어지는 활동'이다. 본 연구에서의 조작적 정의는 '일 대학에서 1학점 2시간의 교양선택으로 운영되는 사회봉사 교과목으로서 사회봉사를 시작하기 전의 이론교육 2시간, 토요일에 3시간씩 격주로 5회 시행되는 지역사회 복지시설에서의 봉사활동, 방학기간 중 1일 4시간씩 연속 5일 동안 실시하는 봉사활동 프로그램 중 사회봉사 이론교육과 지역사회 복지시설에서의 봉사활동 경험'을 말한다.

### (2) 자아존중감

자아개념의 평가적인 요소로서 자신을 긍정적으로 수용하고 가치있는 인간으로 인지하는 것을 말하며 일생동안 사회화의 과정을 통하여 개발되는 내적 자아를 의미하는 개인적 주체성의 일부이다. 즉, 자신에 대한

가치, 사랑, 및 인정을 받고 싶어하며, 자신을 미워하지 않으며 사랑하고 싶은 심리상태를 말한다. 본 연구에서는 Rosenberg(1973)의 자아존중감 도구를 전병제(1974)가 번역한 자아존중감 척도로 측정된 점수를 말한다.

### (3) 우울

우울은 정상적인 기분변화로부터 병적인 기분 상태까지의 연속선상에 있으며, 수면장애, 피로, 기쁨과 흥미 및 동기상실, 외부세계에 대한 무관심, 절망, 비판, 침울함, 무력감 및 무가치감, 활동억제, 자존감 저하, 자기비하 등을 나타내는 감정 상태이다. 본 연구에서는 Beck의 우울척도를 김연(1985)이 번역한 우울척도로 측정된 점수를 말한다.

## II. 문헌 고찰

### 1. 사회봉사

1990년대에 들어와 우리 사회는 자원봉사에 대한 관심이 높아지면서 사회 각계 각층에서 자원봉사 활동을 활성화시키고 나아가서 제도화시키려는 움직임이 급격하게 일어나고 있다. 교육계에서는 전인교육 측면에서 미국의 봉사학습개념을 도입하여 청소년의 자원봉사활동을 권장하고 있으며, 1995년부터는 자원봉사활동의 결과를 내신성적에 반영하고 대학입학 전형에 까지 반영하도록 이미 제도화되었다. 또한 대학에서도 자원봉사교과를 필수화하여 자원봉사활동을 의무화하는 추세가 확산되고 있다(조희일, 1998).

사회봉사의 의의는 크게 개인적 의의와 사회적 의의로 나눌 수 있다. 개인적인 경우 자원봉사활동은 봉사를 통해서 사회적 활동에 참여하는 봉사자 자신에게 의미있는 일이다. 개인의 시간, 기술, 지식 및 능력을 가치있고 의미있는 일에 활용하는 것은 봉사자 자신의 생활의 의미를 찾게 해주며 자존의식 내지 정신건강 증진에도 도움을 준다. 또한 다른 사람이나 공공복지를 위한 활동에 참여함으로써 인격의 성숙과 발전을 꾀할 수 있는 기회가 된다(김영정 등, 1985). 자원봉사 활동은 자신을 알고(self awareness) 자기를 사랑하고(self acceptance) 자기가치(self worth)를 발견할

수 있게 하는 깨달음의 과정이다. 곧 자원봉사 활동은 타인을 위한 것이 아니라 자원봉사자 자신을 위한 활동이다. 자원봉사 활동은 삶의 보람을 제공해 준다. 즉, 자원봉사 활동은 인간이 무엇인가 가치 있는 부분에 소속되고 남에게 필요한 존재가 되며 사회적 인정을 받고자 하는 인간의 내적인 욕구를 충족시켜 준다. 즉 인간들 사이에서 자신의 존재가치와 긍지를 확인함으로써 삶의 보람을 얻게 되어, 사람들과의 만남을 통하여 권태나 단조로움, 외로움을 떨쳐버리고 마음의 평화와 안정감을 얻게 된다. 또한 활동을 통하여 얻게되는 성취감은 자신감과 즐거움을 맛보게 한다(이성록, 1998).

사회적인 의의는 첫째, 복지제도의 불완전성을 보완하고 강화하고, 둘째, 자발적인 활동을 통하여 사회복지에 향하는 시민참여의 한 형태이며, 셋째, 기술문명의 발달로 인한 여가문제를 해결하는 매우 가치있는 여가 활동이라 할 수 있다(문인숙, 1984).

간호학에서 사회봉사 관련 연구로는 김민정(1998)의 연구에서 자원봉사활동이 간호전문대학생의 자아존중감을 높이는 데 영향을 미쳤으나, 건강증진 생활양식과 Immunoglobulin과는 관계가 없다고 하였다. 박후남, 최영애(1999)의 연구에서는 간호학생이 사회봉사 교과목 수강 후에 전보다 자아실현이 유의하게 향상되었다. 한영란(1999)은 간호대학생의 사회봉사활동이 사회성과 이타적 태도를 증진시키며 지역사회에 대한 이해를 증진시키는 결과를 가져왔다고 보고하였다.

따라서 자원봉사활동은 개인의 자존의식과 정신건강에 도움을 주고 스스로 자신감과 성취감을 느끼게 하며 바람직한 인간관계의 장을 마련해 주므로(김남순, 1997), 대학생에게 더욱 더 필요한 활동이라고 볼 수 있다.

### 2. 자아존중감

자아존중감은 종종 자아개념과 혼용되기도 하나, 이들이 동등한 개념이라기 보다는 자아존중감이 자아개념의 부분적 개념, 또는 하위범주로 간주되고 있는 것이 일반적인 경향이라고 볼 수 있다. 대부분의 학자들의 자아존중감에 대한 정의를 종합하여 보면, 자아존중감을 자신의 가치나 중요성에 대한 자신의 평가적 태

도로 규정하고 있다(이영자, 1995). 자아개념과 자아존중감을 구분해야 한다고 주장하는 연구자들(Wigfield & Karpathian, 1991)에 의하면, 자아존중감은 자아개념에 비하여 자기에 대한 정서적 평가의 요소를 더 가지고 있다는 점을 강조한다. 즉, 자아개념은 자신에 대한 어떤 지식을 나타내는 반면에, 자아존중감은 자신의 다양한 속성에 대해서 어떻게 느끼는가를 나타내는 것으로 본다.

자아존중감은 본질적으로 자신을 가치있게 생각하고 존중해주는 자신에 대해 느끼는 태도를 의미한다(김인자, 1991). 즉, 나는 가치있는 존재라는 느낌, 내가 나인 기쁨, 내가 나여서 매우 행복하다는 느낌, 이것이 자아존중감이다. 그러므로 이 자아존중감은 자기사랑을 느끼게하고 자기사랑은 진실하고 즐거운 자기수용을 가져오고 자기자신에 대한 깊은 이해와 자신을 진실로 사랑하려는 철저한 노력은 모든 인간의 성장과 행복의 시작이다. 인간은 타인에게 많은 사랑을 받을지라도 자기사랑과 자기존중이 없으면 조금도 정신건강 유지에 도움이 되지 못한다(안황란, 배행자, 1995).

자신이 자기를 존중하고 사랑하는 것이 다른 사람이 자기를 존중하는 것보다 더 중요하다. 이동식(1994)은 정신질환자 치료의 오랜 경험을 통해서 자아존중감에 대해 다음과 같이 말하고 있다. 진정한 자존심이란 자기 자신이 자기를 받아들이고 인정하고 사랑하고 존중하는 마음이다. 자기가 자기를 존중하기 때문에 남이나를 칭찬하거나 업신여기거나 멸시하거나 욕을 하거나 홀대를 해도 동요를 느끼지 않는다. 정신건강이란 바로 진정한 의미의 자존심이고, 석가가 외친 천상천하 유아독존의 경지가 최고의 정신건강이다. 이러한 경지는 자기가 다른 사람보다 잘났다는 뜻이 아니라 나 자신에 있어서는 내가 가장 존귀하다는 지각이다. 반대로 자존심이 낮은 열등감을 가지는 것이 정신의 불건강이고 신경증, 정신병이라고 하였다. Rosenberg(1965)도 자아존중감 점수가 낮은 사람은 높은 사람보다도 불안이 강하며 대인관계가 좋지 않고, 고립되어 있으며, 자신감이 결여되어 있고, 리드할 수 없으며 높은 이상을 갖고 있으나 실패를 두려워하고 있는 등의 특징을 보인다고 지적했다.

자아존중감은 간호업무를 수행하는데도 중요하다 주장들이 있다. 즉, 자아존중감은 자신이 어떤 것을 할

수 있고, 중요하며, 성공할 수 있고, 가치있다고 믿는 정도를 나타내는데, 사람들은 자신의 자아존중감과 일치되게 행동하려고 하기 때문에 확고한 자아주체성과 좋은 자아존중감을 가진 사람들은 그렇지 못한 사람들보다 업무를 더 잘 수행한다. 그러므로 간호사들의 성취와 직무 만족은 전문적 자아존중감과 밀접하게 관련되어 있다. 간호연구에서는 자신이 심리적으로 약하다고 느끼는 간호사는 의사소통을 적게 하며 환자와도 덜 만나려고 한다는 것이 밝혀졌다(이경순 역, 1991). 뿐만 아니라 안정된 자아존중감을 가진 간호사만이 변화를 제시하거나 타인의 부적절한 행위를 지적하며, 새로운 시도에 직면할 수 있는 적대감, 분노, 비난을 견딜 수 있다고 한다. 그러므로 간호사의 높은 자아존중감은 간호의 질을 높이며 성공적인 간호수행을 촉진하며, 치료적 의사소통 능력을 도모한다(유지수 등, 1987)고 하였다.

간호대학생을 대상으로 자아존중감을 향상시키는 방법을 확인하려는 연구들이 행해져 왔다. 안황란, 배행자(1994)의 연구에서는 지정요법 집단훈련을 받은 간호대학생의 자아존중감 점수는 훈련전보다 훈련후에 유의하게 증가하였다. 또한 자기이해와 가족체제 기능화 집단요법이 간호대학생의 자아존중감을 향상시켰다(안황란, 배행자, 1995). 김민정(1998)의 연구에서는 자원봉사활동 후 자아존중감이 유의하게 높아졌다. 신혜숙, 김영희(1998)는 여대생을 대상으로 여성건강교육 실시 후 자아존중감이 유의하게 높아졌다고 보고하였다. 그러나 이해경(2000)의 연구에서는 심상치료를 경험한 간호학생의 자아존중감과 우울 정도는 유의한 차이가 없었다.

일반적으로 자아존중감은 개인의 안정적인 성격적 특성으로서 보고 있으나 여러가지 요인에 의하여 낮아지거나 높아질 수 있는 가변적인 내적 변인이라고 볼 수 있다(Sherman, 1981; 송대현, 1993에 인용됨).

### 3. 우울과 자아존중감

우울은 정상적인 기분변화로부터 병적인 기분 상태까지의 연속선상에 있으며, 수면장애, 피로, 기쁨과 흥미 및 동기상실, 외부세계에 대한 무관심, 절망, 비판, 침울함, 무력감 및 무가치감, 활동억제, 자존감 저하,

자기비하 등을 나타내는 감정 상태를 말한다. 우울이라는 용어는 정신과 영역에서 임상적으로 가장 흔한 문제의 하나로 증후군, 정서상태, 반응, 질환으로 설명될 수 있다(이숙, 1994).

우울에 대한 Beck(1967)의 인지이론에 의하면, 우울한 사람들은 부정적인 인지 도식(negative schema)을 가지고 있으므로 자기를 부정적으로 평가하여 자신을 무가치하게 여기는 경향이 있다. 따라서 낮은 자아존중감은 우울의 징후들 중 하나로 간주되고 있다. 김정희(1987)의 연구에서도 인지세트(자기지각, 사회적 지지 지각)가 부정적일수록 우울이 매우 높은 것으로 나타난다고 보고하였다.

Harter(1986)에 따르면, 높은 자아존중감을 가진 아동은 낮은 자아존중감을 가진 아동에 비하여 긍정적인 결과를 자신에게 귀인시킨다. Weiner(1985)의 성취동기와 정서에 관한 귀인이론에서도 높은 자아존중감은 긍정적인 결과를 자신과 관련된 내적인 요인으로 귀인함으로써 경험되고 낮은 자아존중감은 부정적인 결과를 내적인 요인으로 귀인할 때 경험된다고 하였다.

Rosenberg(1965)에 의하면, 자아존중감이 낮은 사람은 우울하고 불안한 정서상태를 보이고, 자아존중감이 높은 사람은 자신감과 인내력, 그리고 대인관계 능력이 높다는 것이다. Kemis & Mathis(1991)도 높은 자아존중감 수준과 우울은 역상관이 있으며, 자아존중감 수준과 우울의 밀접한 관계는 안정된 자아존중감을 가진 사람들에게서 나타났음을 보고하였다. 즉, 낮은 자아존중감이 우울을 증가시키고, 안정된 낮은 자아존중감을 가진 개인은 우울에 가장 취약하고, 이와 반대로 안정된 높은 자아존중감을 가진 개인은 우울을 경험할 취약성이 가장 낮다는 것이다. 이숙(1994)의 도시주부를 대상으로 한 연구에서도 자아존중감과 우울은 역 상관관계가 있었다.

이상에서 자아존중감과 우울의 관계를 고찰한 결과, 자아존중감이 낮을수록 우울의 정도가 높을 것이며 자아존중감이 높을수록 우울의 정도는 낮다는 것을 알 수 있다. 따라서 미래를 준비해가는 청소년기에 높은 자아존중감을 형성하는 것은 매우 중요하다고 하겠다. 특히 청소년 우울은 자살행동과 같은 매우 심각한 건강문제를 일으킬 수 있다(Rhode et al., 1994). 더 나아가서 청소년 우울은 미래의 우울증을 예측하는 주

요 요인이므로(Wong, & Whitaker, 1994), 이들에 대한 예방적 중재가 개발된다면 해로운 결과들을 최소화하고 제거할 수 있을 것이다.

이상의 문헌고찰을 통해 본 연구의 기틀은 사회봉사 활동 경험이 자아존중감을 높이고 우울정도를 감소시킬 것으로 보는 것이다

### III. 연구 방법

#### 1. 연구 설계

본 연구는 간호학생을 대상으로 사회봉사 수강후 그 효과를 평가하기 위한 유사실험 연구이며 단일군 전후 설계(one-group pretest-posttest design)이다. 본 연구대상이 사회봉사 교과목이 교양선택이었으나 대부분의 학생이 수강하였으므로 대조군없이 이루어졌다.

#### 2. 연구 대상

본 연구의 대상은 S대학 간호과 1학년에 재학하고 있는 학생으로서 사회봉사 교과목을 선택하고 연구에 참여하는 것을 동의한 학생들이다.

#### 3. 연구 도구

##### (1) 자아존중감 도구

본 연구에서 자아존중감은 Rosenberg(1965)가 개발한 Self-Esteem Scale을 전병제(1974)가 번역한 도구를 사용하였다. 이 도구는 자기존중 정도의 자아승인 양상을 측정하기 위해 고안된 것으로서 긍정적인 문항이 5개, 부정적인 문항이 5개, 총 10 문항으로 구성되어 있다. 이 척도는 Likert식 척도로서 긍정적인 문항에서는 '거의 그렇지 않다'(1점)에서 '항상 그렇다'(4점)의 4점 척도이다. 부정적인 문항에서는 반대로 처리하여 점수의 범위는 10점에서 40점 까지 이다. 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 나타난 신뢰도는 Cronbach'  $\alpha$ 가 사회봉사 전에 .73, 사회봉사 후에 .75였다.

(2) 우울 도구

우울을 측정하기 위해 김 연(1985)이 변안한 Beck의 우울증 척도(Beck Depression Inventory: BDI)를 사용하였다. BDI는 Beck과 그의 동료들(1967)에 의해 만들어진 자기 보고식 질문지이다. 이 검사는 반응자들이 자신의 심리를 수량화하는 데서 겪게 되는 혼란을 줄일 수 있는 장점이 있는 것으로 알려져 있는데, 정서적 인지적 생리적 증후군에 걸쳐 21개의 문항을 포함하고 있으며, 점수는 각 문항의 1번에서 4번까지를 0점에서 3점까지로 처리하여 점수범위는 0점에서 63점까지 걸쳐 있다. Beck(1967)은 9점 이하를 우울하지 않은 것으로, 10-15점까지를 경우울증으로, 16-23점은 우울증, 24-63점까지는 중우울증으로 분류한다. 본 연구에서 나타난 신뢰도는 Cronbach'  $\alpha$ 가 사회봉사전에는 .80, 사회봉사후에는 .83이었다.

Beck의 고안에 따른 우울증 절단점은 13점으로 보고되어 있으나 한홍무 등(1986)의 연구에서는 21점을 기준으로 하고 있다. 그 이유는 우리나라 정상 성인 집단의 BDI 점수 평균이 12.7(표준편차, 7.73)로써, 서구 문화권에 비해 우울증상을 표현하는데 있어 관용적 사회규범을 가지고 있는 경향을 고려하였기 때문이라고 설명하고 있다.

4. 연구절차 및 자료수집 방법

1998년 8월 25일 부터 26일 까지 사회봉사를 시작하기 직전에 일반적 특성, 자아존중감, 우울에 관한 질문지를 작성하고, 사회봉사 이론교육 2시간, 지역사회 복지시설에서 격주로 1회당 3시간씩 5회의 봉사활동에 참여한 직후인 11월 24일부터 27일 까지 다시 질문지를 작성하도록 하였다. 연구자가 직접 연구의 목적과 내용을 설명한 후 질문지를 배부하여 대상자들이 자가보고 하도록 한 후 회수하였으며, 응답이 부실하거나 사전-사후 조사 중 한가지만 응한 경우는 제외시키고 167명의 결과만을 사용하였다.

5. 자료분석

수집된 자료는 SAS프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 1) 사회봉사에 참여하기 전후 각각의 자아존중감 및 우울의 차이는 paired t-test로 분석하였다.
- 2) 사회봉사활동 전·후 각각의 자아존중감과 우울의 상관관계는 pearson's correlation 으로 분석하였다.
- 3) 대상자의 인구학적 특성에 따른 사회봉사활동 전·후 각각의 자아존중감 및 우울의 차이는 t-test와 ANOVA로 분석하였다.

6. 연구의 제한점

- 1) 본 연구의 대상이 일 대학에 재학 중인 일부 학생이므로 연구결과를 확대 해석하기 어렵다.
- 2) 사회봉사가 교양선택과목이나 거의 대부분의 학생이 수강 신청하였으므로 통제집단이 없었기 때문에 연구결과를 사회봉사 교과목의 영향만으로 결정짓기는 어렵다.

IV. 연구 결과

1. 조사대상자의 일반적인 특성

대상자의 일반적 특성은 <표 1>과 같다. 경제상태는 보통인 경우가 86.2%로 가장 많았으며, 자신이 지각하는 학업성적은 중간이 65.5%로 가장 많았고, 주거 형태가 자가인 경우가 75.4%로 가장 많았고, 종교를 가진 경우가 62.7%, 이전에 자원봉사활동 경험이 없는 경우가 79.5%로 많았다. 사후조사에서 질문한 사회봉사 수강신청에 대한 견해는 잘한 편이다 58.7%, 매우 잘했다 36.5%로 대부분의 학생들이 선택을 잘한 것으로 생각하고 있었으나 4.8%는 잘못했다고 생각하고 있었다.

<표 1> 조사대상자의 일반적인 특성 분포

일반적 특성	빈도	(%)
경제상태		
보통	144	(86.2)
어려움	23	(13.8)
학업성적		
상	23	(13.9)
중	108	(65.5)
하	34	(20.6)

〈표 1〉 조사대상자의 일반적인 특성 분포(계속)

일반적 특성	빈도	(%)
주거형태		
자 가	126	(75.4)
자 취	35	(21.0)
기 타	6	(3.6)
종교유무		
유	104	(62.7)
무	62	(37.3)
자원봉사활동경험 유무		
유	34	(20.5)
무	132	(79.5)
문화답사과목 선택여부		
선택함	75	(45.5)
선택하지 않음	90	(54.5)
사회봉사 수감신청에 대한 견해		
매우 잘했다	61	(36.5)
잘한 편이다	98	(58.7)
잘못한 편이다	8	(4.8)
계	167	(100.0)

2. 사회봉사활동 경험 전후 자아존중감의 차이

대상자의 사회봉사활동 경험 전후 자아존중감 정도는 〈표 2〉와 같다. 자아존중감 정도는 사회봉사활동 전에 평균 29.71(SD=3.95)에서 사회봉사활동 후에 30.34(SD=3.86)로 유의하게 증가하였다(p<0.05).

3. 사회봉사활동 경험 전후 우울의 차이

대상자의 사회봉사활동 경험 전후 우울 정도는 〈표 2〉와 같다. 우울 정도는 사회봉사활동 전에 평균 10.26(SD=5.85)에서 사회봉사활동 후에 평균 9.00(SD=5.70)으로 유의하게 감소하였다(p<0.005).

이는 우울증의 절단점을 Beck의 13점, 또 한홍무 등의 주장대로 21점으로 했을 경우 사회봉사전에는 각

〈표 2〉 사회봉사활동 전후 자아존중감과 우울의 차이

자아존중감 · 우울	봉사경험	사회봉사활동 전 Mean ± SD	사회봉사활동 후 Mean ± SD	t
자아존중감		29.71 ± 3.95	30.34 ± 3.86	2.55 (P=0.0118)*
우울		10.26 ± 5.85	9.00 ± 5.70	-3.25 (P=0.0014)**

\* p<.05    \*\*p<.005

각 대상자의 28%, 4.9%가 우울증에 해당되며, 사회 봉사후에는 대상자의 22.9%, 4.2%가 해당된다(표 3).

〈표 3〉 사회봉사활동 전후 우울증 비율 (N=167)

절단점	봉사활동전후	사회봉사활동 전	사회봉사활동 후
	N (%)	N (%)	N (%)
13점 기준	47(28.0)	38(22.9)	
21점 기준	8(4.9)	7(4.2)	

4. 사회봉사활동 경험 전후 자아존중감과 우울의 상관관계

사회봉사활동 경험 전후 자아존중감과 우울의 상관관계는 〈표 4〉와 같다. 자아존중감과 우울의 상관관계는 사회봉사활동 경험 전후 각각 -.44, -.51로 높게 나타났다(p<.0001).

〈표 4〉 사회봉사활동 전후 자아존중감과 우울의 상관관계

	사회봉사활동 전	사회봉사활동 후
	자아존중감	우울
자아존중감		-.44*
우울		-.51*

\* p<.0001

5. 조사대상자의 일반적 특성에 따른 자아존중감 비교

일반적 특성에 따른 자아존중감은 〈표 5〉에서 보는 바와 같이 문화답사과목 선택여부에 따라 사회봉사활동 전에는 유의한 차이가 있었으나(p<.05), 사회봉사활동 후에는 의미있는 차이가 없었다. 경제상태가 보통인 경우가 어려운 경우에 비해, 학업성적이 상, 중, 하

〈표 5〉 사회봉사활동 전후 대상자의 일반적 특성에 따른 자아존중감 정도

일반특성	자아존중감	사회봉사활동 전	사회봉사활동 후
		Mean ± SD	Mean ± SD
경제상태			
보통		29.85 ± 3.71	30.48 ± 3.80
어려움		28.87 ± 5.22	29.52 ± 4.18
학업성적			
상		30.70 ± 3.10	31.74 ± 2.54
중		29.74 ± 3.88	30.39 ± 3.56
하		29.15 ± 4.59	29.45 ± 5.09
주거형태			
자가		29.92 ± 3.85	30.60 ± 3.74
자취		28.89 ± 4.37	29.41 ± 4.28
기타		30.17 ± 3.49	30.17 ± 3.54
종교유무			
유		29.83 ± 3.94	30.48 ± 3.75
무		29.53 ± 4.02	30.13 ± 4.09
자원봉사활동경험 유무			
유		29.55 ± 3.84	29.68 ± 2.78
무		29.74 ± 4.00	30.47 ± 4.06
문항답사과목 선택여부			
선택함		30.40 ± 3.71	30.45 ± 3.60
선택하지 않음		29.08 ± 4.05 *	30.26 ± 4.10
사회봉사 수강신청에 대한 견해			
매우 잘했다		29.82 ± 3.72	30.82 ± 4.15
잘한 편이다		29.79 ± 4.07	30.13 ± 3.65
잘못한 편이다		28.00 ± 4.31	29.25 ± 4.03

\* P<.05

의 순위로 자아존중감이 높게 나타났으나 유의하지는 않았다.

#### 6. 조사대상자의 일반적 특성에 따른 우울 비교

일반적 특성에 따른 우울은 〈표 6〉에서 보는 바와 같이 사회봉사 수강신청에 대한 견해에 따라서 사회봉

사활동 전에는 유의한 차이가 없었으나 사회봉사활동 후에는 '매우 잘했다'(M=29.56), '잘한 편이다'(M=29.87), '잘못한 편이다'(M=35.00)로 유의한 차이를 나타냈다(p<.05). 경제상태가 어려운 경우가 보통인 경우에 비해, 학업성적이 하, 중, 상의 순위로, 종교가 없는 경우에 우울 정도가 높았으나 유의하지는 않았다.

〈표 6〉 사회봉사활동 전후 대상자의 일반적 특성에 따른 우울 정도

일반특성	우울	사회봉사활동 전	사회봉사활동 후
		Mean ± SD	Mean ± SD
경제상태			
보통		31.01 ± 5.59	29.88 ± 5.84
어려움		32.78 ± 7.19	30.74 ± 4.76
학업성적			
상		29.57 ± 4.47	28.26 ± 4.41
중		31.36 ± 5.51	30.36 ± 5.36
하		32.31 ± 7.62	30.21 ± 7.31



〈표 6〉 사회봉사활동 전후 대상자의 일반적 특성에 따른 우울 정도(계속)

일반특성	우울	사회봉사활동 전	사회봉사활동 후
		Mean ± SD	Mean ± SD
주거형태			
자가		31.23 ± 5.50	29.69 ± 5.31
자취		31.43 ± 7.16	31.06 ± 7.10
기타		30.80 ± 5.22	30.40 ± 3.78
종교유무			
유		30.96 ± 5.65	29.70 ± 5.31
무		31.71 ± 6.22	30.48 ± 6.34
자원봉사활동경험 유무			
유		31.15 ± 6.08	29.18 ± 4.69
무		31.30 ± 5.83	30.28 ± 5.89
문화답사과목 선택여부			
선택함		30.61 ± 5.69	30.66 ± 6.16
선택하지 않음		31.73 ± 5.99	29.36 ± 5.25
사회봉사 수감신청에 대한 견해			
매우 잘했다		30.87 ± 5.64	29.56 ± 5.65
잘한 편이다		31.25 ± 6.01	29.87 ± 5.55*
잘못한 편이다		34.38 ± 5.24	35.00 ± 6.16

\* P<.05

## V. 논 의

본 연구에서 대상자의 자아존중감 정도는 사회봉사 활동 후에 사회봉사활동 전보다 유의하게 증가하였다. 이같은 결과는 자아존중감 수준이 안정된 시기에 있는 대학생 집단에게서 상황적 조건에 따라서 자아존중감이 높아질 수 있고, 일반적으로 자아존중감은 개인의 안정적인 성격적 특성으로서 보고 있으나 여러가지 요인에 의하여 낮아지거나 높아질 수 있는 가변적인 내적 변인이라고 볼 수 있다(송대현, 1993)는 견해와 일관성이 있다고 하겠다.

Knowles(1972)는 마슬로우의 욕구단계를 자원봉사 상황에 적용하여, 대부분의 자원봉사 프로그램이 자원봉사자의 안전의 욕구, 애정과 자존의 욕구를 추구하는 것으로 나타났다. 특히 서비스 지향의 자원봉사 상황에서는 존경의 욕구가 가장 잘 충족될 수 있다고 하였다.

본 연구에서 사회봉사활동 후에 자아존중감이 높아진 결과는 김민정(1998)의 간호대학생을 대상으로 1박 2일의 자원봉사활동 후 자아존중감이 높아졌다는 결과와 일치하며, 이는 봉사를 통해서 개인의 시간, 기

술, 지식 및 능력을 가치있고 의미있는 일에 활용하는 것은 봉사자 자신의 생활의 의미를 찾게 해주고 자존 의식 내지 정신건강 증진에도 도움을 주며, 다른 사람이나 공공복지를 위한 활동에 참여함으로써 인격의 성숙과 발전을 꾀할 수 있는 기회가 된다(김영정 등, 1985)는 견해와 같이 해석할 수 있다고 본다. 또한 이성록(1998)이 주장하는 바와 같이 자원봉사 활동은 자신을 알고 자기를 사랑하고 자기가치를 발견할 수 있게 하는 깨달음의 과정이며 삶의 보람을 제공해주는 것으로, 인간이 무엇인가 가치 있는 부분에 소속되고 남에게 필요한 존재가 되며 사회적 인정을 받고자 하는 인간의 내적인 욕구를 충족시켜 준 것으로 볼 수 있다.

이상의 결과를 통하여, 사회봉사활동이 간호학생들의 자아존중감을 향상시키는 유익한 방법임을 알 수 있고, 따라서 이후 성인기의 정신건강을 위해서도 봉사를 생활화할 수 있는 방안을 마련하는 것이 필요하다고 사료된다.

본 연구 대상자의 우울정도는 사회봉사활동 전에 평균 10.26에서 사회봉사활동 후에 평균 9.00으로 유의하게 감소하였다. 사회봉사활동 전의 우울정도는 이혜

경(2000)의 간호학생 대상 연구에서 10.80과 유사하고 Beck의 경우우울증인 10-15점의 범위에 있었으며 우리나라 정상집단의 우울정도 13.0(한홍무 등, 1986)보다 낮게 나타났다. 또한 우울정도가 사회봉사활동 후 현저하게 감소한 것을 볼 수 있다.

연구대상자의 우울증 비율이 한홍무 등(1986)의 연구에서와 같이 21점을 기준으로 할 때 본 연구대상의 우울증 비율이 사회봉사활동 전에는 4.9%, 사회봉사활동 후에는 4.2%로 나타났는데, 이는 일반인구 집단에서 우연히 발견되는 우울증 유병률인 4-7%(Mayer et al, 1984; Robins et al, 1984)와 유사하다. 그러나 우울의 절단점을 Beck의 13점으로 했을 경우 우울증은 사회봉사활동 전후에 각각 28%, 22.9%에 달하는 것으로 나타났다. 이같은 결과는 청소년의 우울이 미래의 우울증을 예측하는 주요 요인임을 감안할 때, 우울한 대상자를 확인하여 더 주의깊은 관찰과 추후관리를 위한 대책을 마련하는 것이 바람직하다고 사료된다.

Seligman은 우울이 아무리 해도 안된다는 체험을 할 때 느끼는 무기력 상태라고 하였다. 우울한 사람은 만사에 의욕과 흥미를 잃고, 문제를 해결할 수 있는지 없는지 생각도 안하고 자포자기해 버리기가 쉽다. 이 일 저 일이 쌓이고 아무것도 되는 일이 없을 때 우리는 누구나 일시적으로 슬럼프에 빠지지만, 대개는 곧 의욕을 얻어 문제에 재 도전하는데 조그만 일이라도 해내서 남에게 인정을 받거나 자기 스스로 자부심을 느끼거나 하는 성공경험을 하는 것이 중요하다(홍숙기 등, 1992)고 할 수 있는데, 본 연구에서 사회봉사활동 후 우울이 감소한 결과도 같은 맥락으로 이해할 수 있겠다.

또한 본 연구에서 사회봉사 전후 각각의 자아존중감과 우울은 모두 역 상관관계가 있었는데, 이같은 결과는 일반적으로 여러 연구에서 주장하는 것과 일치하는 것이다.

이영자(1995)의 고등학생을 대상으로 한 연구에서도 우울은 자아존중감과 높은 역 상관관계가 있었다. Brege 등(1995)의 고등학생의 연구에서는 우울증 정도가 더 높은 경우에 고독감, 낮은 자존감과 높은 관련성이 있었다. 이숙(1994)은 도시주부 대상 연구에서 자아존중감과 우울은 역상관 관계가 있다고 보고하면

서 주부의 정신건강을 도모하기 위해서는 자아존중감을 증진시켜야 함을 강조하였다.

Beck(1967)은 우울한 사람들은 부정적인 인지 도식을 가지고 있으므로 자기를 부정적으로 평가하여 자신을 무가치하게 여기는 경향이 있어 낮은 자아존중감은 우울의 징후들 중 하나로 간주된다고 하였다. 김정희(1987)도 인지세트(자기지각, 사회적 지지 지각)가 부정적일수록 우울이 매우 높은 것으로 나타난다고 보고한 바 있다.

일반적 특성에 따른 자아존중감은 사회봉사활동 전에는 문화답사과목을 선택한 학생의 경우에 유의하게 높았으나 사회봉사활동 후에는 차이가 없는 것은 흥미로운 결과로 생각된다. 경제상태가 보통인 경우가 어려운 경우에 비해, 학업성적이 상, 중, 하의 순위로 자아존중감이 높게 나타났으나 유의하지는 않았다.

일반적 특성에 따른 우울정도는 사회봉사 수강신청에 대한 견해에 따라서 사회봉사활동 전에는 유의하지 않았으나 사회봉사활동 후에 '매우 잘했다'(M=29.56), '잘한 편이다'(M=29.87), '잘못한 편이다'(M=35.00)로 유의하게 나타나(p<.05) 수강신청을 잘못했다고 생각하는 학생의 우울정도가 현저하게 높게 나타나 주목된다. 경제상태가 어려운 경우가 보통인 경우에 비해, 학업성적이 하, 중, 상의 순위로, 종교가 없는 경우가 있는 경우에 비해 우울 정도가 높았으나 유의하지는 않았다.

결론적으로 사회봉사활동 후 자아존중감이 향상되고 우울은 낮아졌으며 사회봉사활동 전후에 모두 자아존중감과 우울은 밀접한 관계가 있었는데, 신민섭 등(1996)이 긍정적으로 높은 자아상을 가진 청소년이 낮은 자아상을 가진 청소년들보다 정서적으로 더 안정되어있고 심리사회적으로 더 잘 적응한다고 주장한 바와 같이 청소년 후기에 해당하는 대학생의 자아존중감을 향상시키고 우울을 감소시킬 수 있는 다양한 접근이 모색되어야 할 것으로 본다.

## VI. 결 론

본 연구는 사회봉사 교과목이 포함된 교육과정의 경험이 연구대상자의 자아존중감과 우울에 영향하는지를 파악하고자, 일 간호대학생 중 교양선택인 사회봉사 교

과목을 수강신청한 학생을 대상으로 사회봉사를 시작하기 전과 2시간의 사회봉사 이론교육을 받고 지역사회복지시설에서 격주로 1회당 3시간씩 5회(총 15시간)의 봉사활동을 마친 후에 각각 설문 조사를 실시한 단일군 전후설계(one group pretest-post test design)연구이다. 수집된 자료는 SAS프로그램을 이용하여 paired t-test, t-test, ANOVA, pearson's correlation으로 분석하여 다음과 같은 결과를 얻었다.

1. 연구 대상자의 자아존중감 정도는 사회봉사활동 전보다 후에 유의하게 높게 나타났다.
2. 연구대상자의 우울정도는 사회봉사전보다 후에 유의하게 낮았다.
3. 연구대상자의 자아존중감과 우울은 사회봉사활동 전후 모두 유의한 역상관계가 있었다.
4. 자아존중감은 대상자의 일반적 특성 중 문화답사과목 선택여부에 따라 사회 봉사활동 전에는 유의한 차이가 있었으나 사회봉사활동 후에는 차이가 없었다.
5. 우울은 대상자의 일반적 특성 중 사회봉사 수강신청에 대한 견해에 따라 사회봉사활동 전에는 차이가 유의하지 않았으나 사회봉사활동 후에는 유의한 차이를 나타냈다.

결론적으로 간호학생들의 사회봉사 경험이 자아존중감을 향상시키고 우울을 감소시키는 것으로 볼 수 있으므로 간호교육자는 학생들의 정신건강을 돕기 위하여 학교의 정규 혹은 비정규 교육과정에 사회봉사를 포함시키는 것이 바람직하다고 사료된다.

이상의 결과로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

1. 사회봉사 교과목이 1학년에만 포함되어 있으나 2, 3학년에게도 전공관련 봉사활동 기회를 마련하여 전문직 자아존중감을 고양시킬 필요가 있다고 본다.
2. 성인과 노년층의 정신건강을 돕기 위해 이들을 대상으로 사회적으로 봉사를 생활화할 수 있는 방안을 마련하는 것이 필요하다고 본다.

## 참 고 문 헌

김광일, 김재관, 남정현, 양병환, 김이영, 김지혜, 주영희, 인득상, 이영희, 이경섭, 임휴종, 서혜희

(1988). 대학생의 정신건강에 관한 연구 I. 정신건강연구, 7 : 86-102.

김남순 (1997). 사회 자원봉사활동의 이론과 실제. 서울, 교육과학사 : 28-32.

김민정 (1998). 자원봉사활동과 시험이 포함된 교과과정이 일 간호전문대학생의 자아존중감, 건강증진 생활양식과 Immunoglobulin에 미치는 영향. 대한간호, 37(1) : 81-97.

김영희 외 (1985). 자원봉사활동과 사회발전. 한국여성개발원.

김인자 (1991). 적응심리. 서울: 정민사

김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용. 서울대학교 대학원 박사학위논문.

김중술 (1992). 사랑의 의미. 서울, 서울대학교 출판부.

문인숙 (1984). 자원봉사활동의 이론적 배경, 자원활동의 이론과 실제. 이화여자대학교 한국여성연구소, 35-39.

박상학, 조용래 (1996). 대학생의 정신건강에 관한 연구(I). 신경정신의학 35(2) : 366-377.

박후남, 최영애 (1999). 사회봉사 교과목 수강전후 간호학생들의 자아실현 비교연구. 한국간호교육학회지, 5(2) : 285-299.

송대현 (1993). 심리학에서 본 자존심. 서울: 성원사.

신민섭, 소준현, 홍강의 (1996). 청소년의 자아상과 사회적 민감성간의 관계에 대한 연구: 자아상-우울-불안-사회적 민감성간의 구조적 관계분석. 소아청소년 정신의학, 7(1) : 61-67.

신혜숙, 김영희 (1998). 여성건강교육이 여대생의 건강증진행위와 자아존중감에 미치는 효과. 대한간호, 37(4) : 72-84.

안황란, 배행자 (1994). RET 집단훈련이 간호대학생의 자아존중감 변화에 미치는 효과. 정신간호학회지, 3(2) : 11-27.

안황란, 배행자 (1995). 자기이해와 가족체제기능화 집단요법이 간호대학생의 자아존중감 변화에 미치는 효과. 정신간호학회지, 4(2) : 38-59.

유지수 등 3인 (1987). 자아존중감과 전문직 태도 및 계속교육 참여동기와의 관계연구. 연세대학교 간호학 논문집, 10 : 36-47.

- 원호택 외 공역 (1997). 우울증의 인지치료. 학지사.
- 원호택, 김계현, 이명선, 이훈지 (1992). 대학생의 공부 스트레스 대응훈련 프로그램. 학생연구(서울대학교) 27 : 1-23.
- 이경순 역 (1991). 자아존중감 : 간호사들의 문제. 대한간호, 30(1) : 46-50.
- 이동식 (1994). 현대인의 정신건강. 서울: 한강수, 17-133.
- 이성록 (1998). 자원봉사활동. 서울, 학문사
- 이숙 (1994). 일부 도시 주부의 자아존중감과 우울에 대한 연구. 정신간호학회지, 3(2) : 80-94.
- 이영자 (1995). 스트레스, 사회적지지, 자아존중감과 우울 및 불안과의 관계. 서울여자 대학교 박사학위 논문.
- 이혜경 (2000). 심상치료가 간호학생의 자아실현, 우울, 자존감에 미치는 효과. 정신간호학회지, 9(1) : 20-34.
- 이창호 (1995). 자원봉사의 방법과 기술, 대학의 사회봉사. 한양대학교 출판부.
- 전병제 (1972). 자아개념 이론에 관한 고찰. 인문과학, 29, 103.
- 전병제 (1974). 자아개념 측정가능성에 관한 연구. 연세논총, 11.
- 정양은 (1977). 1977학년도 신입생 MMPI 조사결과 (1). 학생연구(서울대학교) 14 : 1-16.
- 조휘일 (1998). 현대사회와 자원봉사. 서울: 흥익제.
- 한영란 (1999). 간호대학생의 사회봉사활동 후 사회성, 사회봉사활동에 대한 동기 및 태도의 변화. 지역사회간호학회지, 10(1) : 204-226.
- 한홍무, 염태호, 신영우, 김교현, 윤도준, 정근재 (1986). BDI의 한국판 표준화 연구-정상집단을 중심으로(1)-. 신경정신의학, 25 : 487-502.
- 홍숙거, 이인혜, 최윤미 (1992). 젊은이의 정신건강. 서울, 박영사, 62-63.
- Adcock, A. G., Nagy, S., & Simpson, J. A. (1991). Selected risk factors in adolescent suicide attempts. *Adolescence*, 26(104) : 817-828.
- Beck, A. T. (1967). *Depression : Clinical experimental and theoretical aspects*. New York: Harper and Row.
- Brage, D., Campbell-Grossman, C., Dunkel, J. (1995). Psychological correlates of adolescent depression. *J Child Adolescent Psychiatric Nursing*, 8(4) : 23-30.
- Dubow, E. F., Lovko, K. R., & Kausch, D. F. (1990). Demographic differences in adolescents' health concerns and perceptions of helping agents. *Journal of Clinical Child Psychology*, 19(1) : 44-54.
- Kaplan, H. B. (1983). Psychological distress in sociological context : Toward general theory of psychosocial stress. In H.B. Kaplan(Ed), *Psychosocial stress: Trends in theory and research*, New York: Academic.
- Kelleher, K. J, Taylor, J. L., & Rickert, V. I. (1992). Mental health services for rural children and adolescent. Special issue : Child and adolescent mental health. *Clinical Psychology Review*, 12(8) : 841-852.
- Knowles, M. (1972). Motivation in volunteers & synopsis of theory. *Journal of Voluntary Action Research* 1, April : 27-29.
- Kemis, M. H., Grannemann, B. D., & Mathis, L. C. (1991). Stability of self-esteem as a moderator of the relation between level of self-esteem and depression. *Journal of personality and social psychology*, 61 : 80-84.
- Mayers, J. K., Weissman, M. M., Tschler, G. I., et al. (1984). Six month prevalence of psychiatric disorders in three communities. *Arch. Gen. Psychiatry*, 41, 959-967.
- Rhode, P., Lewinshon, P., & Seeley (1994). Are adolescents changed by an episode of major depression? *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 33(9) : 1289-1298.
- Robins, L. N., Helzer, J. E., Weissman, M.

- M., et al. (1984). Prevalence specific psychiatric disorders three sites. Arch. Gen. Psychiatry, 41, 949-958.
- Rosenberg, M. (1965). Society and The adolescent Self-Image. Princeton. N.J. : Princeton University Press.
- Sherman, E. (1981). Counseling the aging : An integrative approach. The Free Press, New York.
- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. Psychological Review, 92 : 548-573.
- Wigfield, A., & Karpathian (1991). Who am I and What can I do? Children's self-concept and motivation in achievement situations. Educational Psychologist, 26 : 233-261.
- Wong, J. L., Whitaker, D. J. (1994). The stability and prediction of depressive mood states in college students. Journal of Clinical Psychology, 50(5) : 715-22.

ABSTRACT

---

## A Study on the Changing in Self-esteem and Depression of Nursing College Students after Voluntary Program

---

Park, Hoo Nam(Department of Nursing, Suncheon Chongam College)

The purpose of this study is to identify the effect of the voluntary program experience with curriculum on self-esteem and depression in nursing college students.

The research design utilized in this study was one group pre test-post test design.

The data were gathered two times with questionnaire. First data were gathered before voluntary activity. And second data were gathered after instruction and five times voluntary activity.

The data were analyzed by frequency, paired t-test, t-test, and ANOVA using the SAS program.

The results were as follows :

1. After the activity the scores of self-esteem were significantly higher than before the activity.
2. After the activity the scores of depression were significantly lower than before the activity.
3. The relationship between self-esteem and depression were negatives in both before and after the activity.
4. Before voluntary activity the scores of self-esteem in the class choosing the Culture Exploration were significantly high, but after the activity the scores of self-esteem were not significantly different.
5. As opinion on attendance of lecture class of voluntary activity program, before voluntary activity the scores of depression were not significantly different, but after the activity the scores of depression were significantly different.