



## 일 여자중학교 학생의 우울 예측요인\*

엄 화 윤<sup>1)</sup> · 이 해 정<sup>2)</sup> · 지 영 주<sup>3)</sup>

### 서 론

#### 연구의 필요성

청소년기는 아동기에서 성인기로 넘어가는 과정으로 급격한 신체적, 정신적, 심리적 변화와 혼란을 겪으며 이로 인해 다양한 태도나 이종적 가치, 이상과 현실 속에서 갈등을 경험한다(Mun, 2008). 또한 새로운 발달 과업과 사회적 요구의 증가로 정서적으로 불안정하며, 경험적으로도 미숙하여 우울이나 불안 등의 심리적 문제를 일으킬 가능성이 높은 시기이다(Park & No, 2007). 선행 연구에 의하면(Reinherz, Giaconia, Hauf, Wasserman, & Paradis, 2000), 우울 경험은 청소년기에 가장 높고, 최근 보건복지부 조사 자료에 의하면(Ministry Health & Welfare, 2008), 중학교 2, 3학년에서 우울정도가 크게 상승하는 경향이 있는 것으로 보고된다.

우울은 우울감을 느끼는 자체로는 큰 문제가 되지 않을 수 있으나 우울증으로 진행되고 치료되지 않고 방치될 경우 심각한 이차적 문제들을 수반할 수 있다. 성인에게 나타나는 우울은 표현되고 드러나는데 비해 청소년의 우울은 가면우울(masked depression)로 청소년의 소극적인 성격과 사춘기의 특징으로 가려져 있다가 갑작스런 충동적 행동으로 표현되는 경향이 있어, 조기에 발견되기 어렵고 적절한 관리가 이루어지지 못하는 경우가 많다(Mun, 2008). 우울의 이차적 문제로 약물남용, 음주, 흡연 등의 반사회적 행동이나, 예측 불가능한

충동적이고 파괴적 행동이 나타날 수 있으며(Choi, 2007), 청소년기에 해결되지 않은 우울은 성인이 된 후에도 정서장애를 일으키는 경향이 있다(Kandel, Raveis, & Davies, 1991). 청소년기의 우울은 자살생각과 관련된 변인 중 가장 중요한 변인으로(Park & No, 2007; Lee, 2006), 한국 청소년의 높은 자살사건(전체 청소년의 22.3%; Korean Institute for Health and Social Affairs, 2006)을 고려할 때 매우 중요하게 다루어야 할 사회적 현상이라고 할 수 있다. 특히 여자청소년들이 더 취약하며, 자살 시도 비율에서 여자청소년(7.3%)이 남자청소년(3.4%)보다 높은 경향이 있으며 자살시도의 위험요인은 여자, 알코올 의존, 우울증상이다(Choi, 2002). 2008년 통계청자료에 의하면(Statistics Research Institute, 2008), 여자 청소년의 사망 원인 1위가 자살인 것으로 보고되어 특히 여자청소년의 우울 및 자살의도 혹은 자살시도에 대한 각별한 관심이 필요하다. 이에 본 연구는 여자 중학생의 우울 정도와 우울관련요인을 파악하여 추후 여자 중학생의 우울예방프로그램개발에 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

청소년 우울관련 요인들은 매우 다양하며 흔히 자아존중감, 문제해결능력, 관계만족도, 외모만족도, 가계소득수준 및 학업 성취도 등이 고려된다. 자아존중감은 우울에 영향을 미치는 주요 변수 중 하나로(Park, 2002; Shin, 1999) 청소년기는 여러 가지 스트레스 환경 속에 노출되어 성인으로 전환되는 시기이므로 이 시기의 자아정체감 형성 혼란은 자기부정 및 사회부적응으로 나타나기도 한다(Mun, 2008). 문제해결능력은

주요어 : 우울, 문제해결, 자아개념, 신체상

\* 이 논문은 부산대학교 자유과제 학술연구비(2년)에 의하여 연구되었음.

- 1) 부산대학교 간호대학 석사과정, 덕천여자중학교 보건교사
- 2) 부산대학교 간호대학 교수(교신저자 E-mail: haejung@pusan.ac.kr)
- 3) 부산대학교 간호대학 박사과정

접수일: 2010년 1월 27일 1차 수정일: 2010년 4월 2일 2차 수정일: 2010년 5월 3일 게재확정일: 2010년 5월 22일

정신건강의 중요한 결정요소이고 문제해결능력이 낮을 경우에는 비효과적, 비적응적인 대자로 정신적 어려움을 경험한다(D'Zurilla & Nezu, 2007). 문제해결능력과 우울은 역상관관계가 있으며(Kim, 2006), 우울한 사람들은 문제해결의 기대나 인식, 평가 등의 인지적 측면에서 우울하지 않은 사람들 보다 더 부정적이고, 회피나 지연시키는 방향으로 문제를 해결하는 경향이 있다(Yi & Ahn, 1997). 관계만족도는 개인을 둘러싼 다양한 대상과의 만족 정도로 청소년 시기에 빈번한 접촉을 갖는 형제·자매, 부모, 친구와의 관계를 만족하는 정도는 청소년의 우울경험과 유의하게 관련된다(Choi, 2007). 청소년기에는 개인의 외모에 매우 높은 관심을 보이며 특히 여자 중학생의 경우 외모에 매우 민감하여 외모만족도가 개인의 정서적 상태에 크게 영향을 미치는 것으로 보고된다(Shin, 1999). 가계소득수준과 학업성취도 역시 우울에 밀접한 상관성이 있으며 가계소득이 낮고(Choi, 2007), 학업성취도가 낮은 경우(Kwak, 2006) 우울할 가능성이 높다. 기존의 청소년 우울 관련 연구들은 우울과 각 관련 개념과의 단순 상관관계 연구가 대부분이며(Choi, 2007; Mun, 2008), 중학생이 대상일 경우 남녀 중학생 모두를 연구하였거나(Kim, 2009), 여성만을 대상으로 하였을 경우에는 고등학생과 대학생이 포함되어(Kim & Kim, 2000), 여중생만을 대상으로 한 연구는 드물다. 이에 본 연구는 우울 유형률이 높아지기 시작하는 2, 3학년 여중생을 대상으로 우울과 관련된 다양한 변인들의 상대적 중요성을 고려하여 우울 예측력이 가장 높은 변인을 파악함으로써 우울성향이 있는 여중생에게 보다 효과적인 우울예방프로그램 개발의 기초 자료를 제공하고자 시도하였다.

## 연구 목적

본 연구의 목적은 여자 중학생의 우울 정도를 파악하고, 기존의 연구에서 청소년우울과 관련성이 높은 것으로 보고된 자아존중감, 문제해결능력, 관계만족도, 가계소득수준, 학업성취도 등의 우울예측에 대한 상대적 중요도를 평가하여 효과적인 여중생 우울예방프로그램 개발에 필요한 기초 자료를 제공하는 것이다.

본 연구의 구체적 목표는 다음과 같다.

- 연구참여 여중생의 일반적 특성을 파악한다.
- 여중생의 자아존중감, 문제해결능력, 관계만족도, 외모만족도, 가계소득수준, 학업성취도 및 우울 정도를 파악한다.
- 여중생의 자아존중감, 문제해결능력, 관계만족도, 외모만족도, 가계소득수준, 학업성취도와 우울 정도와의 상관관계를 파악한다.
- 여중생의 자아존중감, 문제해결능력, 관계만족도, 외모만족

도, 가계소득수준, 학업성취도의 우울에 대한 상대적 예측력을 파악한다.

## 연구 방법

### 연구 설계

본 연구는 여자 중학생의 우울예측 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 연구 대상 및 자료 수집

본 연구는 B시에 소재하는 T여자 중학교에서 수행되었으며, 연구대상자 포함 기준은 1) T여자 중학교의 2, 3학년 전체 학생, 2) 연구 취지에 대한 설명을 듣고, 참여 동의서를 제출한 학생이다. 자료수집 기간은 2009년 3월 2일부터 2009년 5월 23일까지였다. 자료 수집에 앞서 학교장의 승인과 담임선생님의 협조를 얻었으며, 학생들에게 연구의 취지와 비밀보장, 참여 철회의 자유를 설명하고, 얻어진 자료는 연구 외에 다른 용도로 사용되어지지 않을 것임을 밝혔다. 연구자가 각 반 교실을 방문하여 2, 3학년 전수에게 설문지를 배포한 뒤 작성법을 설명하고, 작성하도록 한 다음 수거하는 방식으로 하였고, 회수된 412부에서 과반수이상의 설문내용에 응답하지 않은 11부를 제외하고 총 401부가 최종분석에 포함되었다. 본 연구에서 적용한 다중회귀분석의 표본크기(Cohen, 1988)는  $\alpha=.05$ ,  $\beta=.80$ , 상수항을 제외한 예측변수(독립변수)의 개수는 8, 중간 정도의 효과크기( $f^2$ )=0.15로 하여 산출하였으며 본 연구의 표본 크기 401명은 충분한 검정력이 있는 것으로 나타났다.

### 연구 도구

우울척도: Radloff (1977)의 역학조사센터 우울척도인 CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)를 바탕으로 Lee, Kim과 Seo (2003)의 연구에 사용된 CES-D척도를 사용하였다. CES-D는 20개의 문항으로 구성된 자기보고형 우울척도로 지난 몇 주 동안 얼마나 질문내용의 느낌을 경험하였는지에 대한 질문에 '거의 드물게'(0점)에서 '거의 대부분'(3점)의 범위에서 가장 적절한 반응을 선택하도록 하는 Likert 4점 척도이다. Radloff (1977)는 총점이 16점 이상일 경우 우울을 의미한다고 하였으나 한국인 대상으로 조사한 연구(Shin et al., 1991)에서는 한국인의 표현특성상 24점 이상을 cut-point로 사용하는 것이 합당하다고 하여 본 연구에서도 24점을 절단값으로 활용하였다. 도구개발 당시 Cronbach's alpha는 0.85였고 Lee 등(2003)의 연구에서 신뢰도 Cronbach's alpha는

0.90이었으며 본 연구에서 Cronbach's alpha=0.89였다.

자아존중감척도: Rosenberg (1965)가 개발한 Rosenberg Self-Esteem (RSE)을 Jon (1974)이 변안한 척도를 사용하였으며 총 10문항으로 구성되며 개인이 지각하는 자신에 대한 가치, 능력, 만족, 긍정적 또는 부정적 태도에 관한 내용들이 포함된다. 반응의 범위는 '매우 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(4점)이며 총점이 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. 개발 당시 Cronbach's alpha=0.85이었으며, 본 연구에서 Cronbach's alpha=0.82였다.

문제해결능력척도: Maydeu-Olivares와 D'Zurilla (1996)가 개정한 SPSI-R (Social problem solving inventory - Revised)를 Choi (2002)가 변안한 것을 사용하였으며, 총 52문항으로 구성되며 긍정적 문제수용(PPO) 5문항, 부정적 문제수용(NPO) 10문항, 합리적 문제해결(RPS) 20문항, 충동/부주의 스타일(ICS) 10문항, 회피스타일(AS) 7문항으로 구성된다. SPSI-R은 13세 이상 남녀에게 실시 될 수 있는 도구로(D'Zurilla & Nezu, 2007) '전혀 그렇지 않다'(0점)에서 '완전히 그렇다'(4점)의 반응범위를 가지며 Choi (2002)의 연구에서의 Cronbach's  $\alpha = 0.90$ 이었고 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha = 0.89$ 였다.

관계만족도: 관계만족도는 연구자가 형제·자매관계, 부모와의 관계, 친구와의 관계 만족도를 파악하기 위하여 5점 척도의 3개 설문문항을 개발하였다. 각 질문은 '00와의 관계는 어느 정도 만족하나요?'라는 질문에 '전혀 만족하지 않는다'(1점)에서 '매우 만족한다'(5점)의 반응범위에 반응하도록 하였으며 점수가 높을수록 관계만족도가 높음을 의미한다.

외모만족도: '자신의 외모(신체상)에 대해서는 어떻게 생각 하나요?'라는 질문에 자신의 느낌을 체크하도록 하였으며 '전혀 만족하지 않는다'(1점)에서 '매우 만족한다'(5점)까지의 반응범위를 가지며 점수가 높을수록 외모만족도가 높음을 의미한다.

가계소득수준: 가계소득수준은 '자신이 생각할 때 가족의 소득수준을 어느 정도라고 생각하나요?'라는 질문에 '하'(1점)에서 '상'(3점)의 범위에 반응하도록 하였으며 점수가 높을수록 소득수준이 높은 것으로 인지함을 의미한다.

학업성취도: 학업성취도는 '자신이 생각할 때 본인의 학업성취수준이 어느 정도라고 생각하나요?'라는 질문에 '하'(1점)에서 '상'(3점)의 범위에 반응하도록 하였으며 점수가 높을수록 학업성취수준이 높음을 의미한다.

### 자료 분석 방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 14.0을 이용하여 분석하였다.

연구대상자의 특성은 실수와 백분율로 산출하였고, 우울, 자아존중감, 문제해결능력, 관계만족도, 외모만족도, 가계소득

수준, 학업성취도는 평균과 표준편차로 분석하였다.

연구대상자의 우울과 자아존중감, 문제해결능력, 관계만족도, 외모만족도, 가계소득수준, 학업성취도와의 관련성은 Pearson's correlation coefficient로 분석하였고, 우울 예측인자는 동시성 다중회귀분석(simultaneous multiple regression)을 이용하여 규명하였다.

다중회귀분석에 앞서 다중회귀분석의 기본가정인 잔차의 정규성, 잔차의 등분산성, 예측변수간의 다중공선성 등을 검토하였다(Hair, Anderson, Tatham, & Black, 1995). 회귀모형의 기본가정인 잔차들의 정규성은 One-sample Kolmogorov-Smirnov test로 분석하였으며 Kolmogorov-Smirnov  $Z=0.475$ ,  $p=.978$ 로 '잔차들은 정규분포한다'는 가정을 만족하였다. 잔차의 등분산성은 잔차그래프를 통해 확인하였고, Durbin-Watson 검정결과 1.835로 2에 가까웠으므로 '오차항들은 서로 독립이다'라는 가정을 만족하였다. 다중공선성 분석결과 공차한계(Tolerance)는 .407-.869로 0.1이하인 변수는 없었으며, 분산팽창인자(Variance Inflation Factor, VIF)는 1.150-2.459로 5-10미만으로 나타났으며, 예측변수간의 상관관계  $r \geq 0.7$ 이상인 변수들은 없는 것으로 나타나 다중공선성의 문제가 없는 것으로 판단되었다.

## 연구 결과

### 연구대상자 특성

연구대상자의 특성은 Table 1과 같다. 대상자의 학년 분포는 2학년이 200명으로 49.9%, 3학년이 201명으로 50.1%를 차지하여 비율은 거의 유사하였다. 종교활동에 참여 하지 않는 학생이 69%이었고 일주일에 1회 이상 종교활동에 참여하는 학생은 약 16%이었다. 신앙심은 없거나 깊지 않은 편이 전체의 81%이상을 차지하였고, 스스로의 신앙심이 매우 깊다고 답한 경우는 2.5%이었다. 친한 친구가 없다고 보고한 학생이 1.2%이었고, 11.7%에서는 고민을 나눌 친구가 없다고 대답하였다.

### 연구대상자의 우울, 문제해결능력, 관계만족도, 외모만족도, 가계소득수준 및 학업성취도

연구대상자의 우울, 문제해결능력, 관계만족도, 외모만족도, 가계소득수준 및 학업성취도는 Table 2와 같다. 연구대상자의 우울정도는 1점에서 53점의 범위를 보였고 평균 20.63점이었다. 임상적으로 의미 있는 수준인 24점 이상의 우울점수를 나타낸 대상자는 참여 여자 중학생의 35.4%였다.

Table 1. Characteristics of the Respondents (N=401)

Variables	Category	n	%
Grade in the middle school	2nd	200	49.9
	3rd	201	50.1
Presence of family members discussing difficulties with	Yes	177	44.1
	No	138	34.4
	Missing	86	21.4
Frequency of religious activities	Almost everyday	1	0.2
	2-3 times a week	19	4.7
	Once a week	45	11.2
	Once a month	27	6.7
	1-2 times a year	30	7.5
	None	277	69.0
	Missing	2	0.5
Numbers of close friends	None	5	1.2
	1-2 people	49	12.2
	3-5 people	160	39.9
	6-8 people	76	19.0
	More than 9 people	109	27.2
	Missing	2	0.5
Presence of friends discussing difficulties with	Yes	352	87.8
	No	47	11.7
	Missing	2	0.5
Religiosity	No religion	172	42.9
	Religious faith is not at all deep	41	10.2
	Religious faith is not very deep	113	28.2
	Deep religious faith	64	16.0
	Very deep religious faith	10	2.5
	Missing	1	0.2

문제해결능력 평균은 11.73점이었으며 관계만족도에서 형제·자매 만족도 평균은 3.64점이고 형제·자매간의 관계만족은 '만족 한다' 이상의 비율이 50%이상을 나타냈다. 부모 만족도는 평균 4.01점이고 '만족'이상의 비율이 약 71%로 부모와의 관계에 대한 만족도는 매우 높았다. 친구만족도는 평균 3.88점이었고 약 69%에서 친구와의 관계를 만족한다고 하였다. 외모만족도는 평균 2.92점으로 '그저 그렇다' 이하의 부정적 평가가 약 76%로 스스로의 외모에 대한 만족감이 낮았다. 학업성취도는 참여대상자의 약 38%정도가, 소득수준은 참여대상자의 19%가 '하위'로 느끼는 것으로 나타났다.

연구대상자의 우울과 예측변수와의 상관관계

연구대상자의 우울과 예측변수와의 상관관계를 분석한 결과는 Table 3과 같다. 문제해결능력( $r=-0.68, p<.001$ ), 자아존중감( $r=-0.72, p<.001$ ), 형제·자매만족도( $r=-0.20, p<.001$ ), 부모만족도( $r=-0.41, p<.001$ ), 친구만족도( $r=-0.43, p<.001$ ), 외모만족도( $r=-0.40, p<.001$ ), 가계소득 수준( $r=-0.24, p<.001$ ), 학업성취도( $r=-0.24, p<.001$ )는 우울과 유의한 상관관계가 있어 본 연구

Table 2. Levels of Depression, Problem-Solving Ability, Self-Esteem, Satisfaction in Relationships, Self Perception of Body-Image, School Achievement, and Total Household Income of the Respondents (N=401)

Variables	M ± SD n (%)	Actual range	Potential range
Depression	20.63 ± 11.23	1-53	0-60
<24	259 (64.6)		
≥24	142 (35.4)		
Self-esteem	27.12 ± 5.34	12-40	10-40
Problem-solving ability	11.73 ± 2.71	4-19	0-20
Satisfaction in relationships			
With siblings	3.64 ± 0.97	1- 5	1- 5
Not satisfied	11 ( 2.7)		
Slightly satisfied	27 ( 6.7)		
So-so	145 (36.2)		
Satisfied	132 (32.9)		
Very satisfied	86 (21.4)		
With parents	4.01 ± 0.93	1- 5	1- 5
Not satisfied	3 ( 0.7)		
Slightly satisfied	22 ( 5.5)		
So-so	91 (22.7)		
Satisfied	138 (34.4)		
Very satisfied	147 (36.7)		
With friends	3.88 ± 0.87	1- 5	1- 5
Not satisfied	5 ( 1.2)		
Slightly satisfied	15 ( 3.7)		
So-so	105 (26.2)		
Satisfied	171 (42.6)		
Very satisfied	105 (26.2)		
Self perception of body-image	2.92 ± 0.98	1- 5	1- 5
Not satisfied	38 ( 9.5)		
Slightly satisfied	77 (19.2)		
So-so	187 (46.6)		
Satisfied	78 (19.5)		
Very satisfied	21 ( 5.2)		
School achievement	1.72 ± 0.65	1- 3	1- 3
Low	154 (38.4)		
Middle	202 (50.4)		
High	45 (11.2)		
Total household income	1.85 ± 0.46	1- 3	1- 3
Low	76 (19.0)		
Middle	307 (76.6)		
High	18 ( 4.5)		

에 포함된 모든 예측인자는 우울의 예측인자로 다중회귀분석에 포함할 수 있었다.

여자중학생의 우울 예측 요인

연구대상자의 우울예측요인을 파악하기 위해 실시한 동시성 회귀분석의 결과는 Table 4와 같다. 회귀분석에 포함된 예측요인은 문제해결능력, 자아존중감, 가계소득수준, 학업성취도,

Table 3. Correlation of Depression, Problem-Solving Ability, Self-Esteem, Satisfaction in Relationships, School Achievement, and Total Household Income (N=401)

Variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	( <i>p</i> )	( <i>p</i> )	( <i>p</i> )	( <i>p</i> )	( <i>p</i> )	( <i>p</i> )	( <i>p</i> )	( <i>p</i> )	( <i>p</i> )
1.DEP	-								
2.PSA	-0.68 ( <i>&lt;.001</i> )	-							
3.SE	-0.72 ( <i>&lt;.001</i> )	0.66 ( <i>&lt;.001</i> )	-						
4.SSS	-0.20 ( <i>&lt;.001</i> )	0.24 ( <i>&lt;.001</i> )	0.22 ( <i>&lt;.001</i> )	-					
5.SSP	-0.41 ( <i>&lt;.001</i> )	0.37 ( <i>&lt;.001</i> )	0.41 ( <i>&lt;.001</i> )	0.38 ( <i>&lt;.001</i> )	-				
6.SSF	-0.43 ( <i>&lt;.001</i> )	0.30 ( <i>&lt;.001</i> )	0.41 ( <i>&lt;.001</i> )	0.20 ( <i>&lt;.001</i> )	0.29 ( <i>&lt;.001</i> )	-			
7.SPBI	-0.40 ( <i>&lt;.001</i> )	0.32 ( <i>&lt;.001</i> )	0.51 ( <i>&lt;.001</i> )	0.11 (.028)	0.21 ( <i>&lt;.001</i> )	0.32 ( <i>&lt;.001</i> )	-		
8.Thi	-0.24 ( <i>&lt;.001</i> )	0.22 ( <i>&lt;.001</i> )	0.27 ( <i>&lt;.001</i> )	0.22 ( <i>&lt;.001</i> )	0.19 ( <i>&lt;.001</i> )	0.23 ( <i>&lt;.001</i> )	0.18 ( <i>&lt;.001</i> )	-	
9.SA	-0.24 ( <i>&lt;.001</i> )	0.37 ( <i>&lt;.001</i> )	0.26 ( <i>&lt;.001</i> )	0.09 (.057)	0.11 (.028)	0.14 (.004)	0.03 (.482)	0.19 ( <i>&lt;.001</i> )	-

DEP=Depression; PSA=Problem-solving ability; SE=Self-esteem; SSS=Student's satisfaction with siblings; SSP=Student's satisfaction with parents; SSF=Student's satisfaction with friends; SPBI=Self perception of body-image; Thi=Total household income; SA=school achievement.

Table 4. Predictors of Depression (N=401)

Variables	b	$\beta$	t	<i>p</i>
(Constant)	70.34		29.49	<i>&lt;.001</i>
Problem-solving ability	-1.38	-.34	-7.72	<i>&lt;.001</i>
Self-esteem	-0.81	-.38	-7.80	<i>&lt;.001</i>
Total household income	-0.52	-.02	-0.63	.528
School achievement	0.14	.01	0.29	.820
Self perception of body-image	-0.46	-.04	-1.07	.287
Satisfaction in relationship with siblings	0.23	.02	0.59	.559
Satisfaction in relationship with parents	-0.91	-.08	-2.06	.040
Satisfaction in relationship with friends	-1.74	-.14	-3.83	<i>&lt;.001</i>

$R^2=.61, \text{Adj } R^2=.60, F=77.95, p<.001$

외모만족도, 형제·자매만족도, 부모만족도 및 친구만족도였다. 회귀분석결과 회귀모형은 유의하였고( $F=77.95, p<.001$ ), 4개의 변수가 우울에 유의한 예측변인으로 나타났다. 모형의 설명력은 61%였으며, 자아존중감( $\beta=-.38$ )이 가장 높은 예측력을 보였고, 문제해결능력( $\beta=-.34$ ), 친구만족도( $\beta=-.14$ ), 부모만족도( $\beta=-.08$ )순으로 예측력이 높게 나타났다. 자아존중감이 높고, 문제해결능력, 친구만족도, 부모만족도가 높을수록 낮은 우울감을 느끼는 것으로 나타났다.

## 논 의

본 연구는 여자 중학생의 우울의 정도를 파악하고 우울 관련 요인인 자아존중감, 문제해결능력, 관계만족도, 외모만족도, 가계소득수준, 학업성취도의 우울예측력을 규명함으로써 여자 중학생의 우울 감소를 위한 프로그램 개발의 기초 자료를 제

공하고자 수행되었다. 본 연구에 포함된 대상자들은 일개 여자 중학교 2, 3학년 전체 학생들로 의논과 대화를 나눌 가족이 없는 경우가 34.4%, 종교 활동 불참 비율이 69.2%로 청소년 인터넷 중독을 연구한 Kang (2005)의 연구에서 우울과 가족 대화 시간이 음의 상관관계를 가진다는 결과와 종교참여와 믿음정도가 낮을수록 높은 우울을 보인다는 Schampman과 Inderbitzen-Nolan (2002)의 결과에 비추어 보면 현시대를 살아가는 여자 중학생의 가족환경과 종교생활이 우울이 발생하기 쉬운 상황에 처해있음을 알 수 있다. 절친한 친구가 1명 이상 있다고 대답한 경우는 98.6%이나 고민을 함께 의논할 친구가 없다고 느끼는 경우가 11.7%로 나타나 친한 친구와 마음을 열고 얘기를 나누는 친구와는 다소 차이가 있음을 보였다.

우울 평균은 20.63점으로 중등도의 우울이 나타났는데 이는 Park과 Kim (2005)의 연구에서 보고된 고등학생의 우울 수준(mean=18.79)과 Kim과 Kim (2000)의 연구에서 보고된 대학생

(남학생 mean=19.04, 여학생 mean=18.54)의 우울수준보다 높았다. 또한 Shin 등(1991)이 제시한 cut-point를 기준으로 볼 때 본 연구 참여자 중 35.4%가 임상적 우울 수준이상으로 나타나 본 연구에 포함된 대상자들의 우울수준이 심각함을 알 수 있었다. 자아존중감의 평균은 27.12로 Park (2002)이 중년 여성을 대상으로 측정한 29.77보다 낮게 나타나 여중생들은 아직 자아존중감이 형성되는 시기로 자아존중감 확립을 위한 노력이 필요한 것으로 생각된다. 문제해결능력은 평균 11.73으로 Kim (2009)의 남녀 공학 중학생(N=465)을 대상으로 한 연구결과보다(mean=12.17) 조금 더 낮은 수준으로 나타났는데 이는 남학생과 여학생의 문제해결능력의 차이에 의한 것일 수 있을 것으로 생각된다. 관계만족도의 경우 형제·자매, 부모, 친구만족에서 50% 이상이 만족한다고 반응한 반면 외모만족도의 24.7%만이 만족한다고 반응하여 외모에 대한 만족도가 낮음을 알 수 있었다. 여고생과 여대생의 경우(Kim & Kim, 2000) 체중문제인식은 우울에 영향을 미치며, 실제 체질량지수는 두 집단 모두에게서 비슷하였으나, 여고생이 체중문제를 더 크게 인식하는 경향이 있는 것으로 나타난 연구결과를 기초로 생각해 볼 때, 여자 청소년의 경우 실제 체질량지수와 상관없이 체중에 문제가 있다고 느끼는 경향이 높음을 알 수 있다. 따라서 여자 중학생에게 올바른 신체상을 심어주기 위한 교육과 전략개발이 필요하리라 본다. 참여대상자가 인지하는 가계소득수준은 50.4%가 '중정도', 38.4%가 '하위'로 지각하고 있었고, 학업성취도는 76.6%가 '중정도', 19.0%가 '하위'로 지각하는 것으로 나타나 전체적으로 우울성향이 높은 그룹의 특성을 나타낸다고 할 수 있으며 이는 가계소득수준과 학업성취도가 우울과 역상관 관계를 나타낸다는 Choi (2007), Kwak (2006)의 연구 결과와 의미를 같이한다.

본 연구에서 우울을 유의하게 예측하는 요인은 자아존중감, 문제해결능력, 친구만족도, 부모만족도였으며, 우울변인을 61% 설명하였다. 이는 문제해결능력, 자기효능감, 생활사건스트레스가 남녀 고등학생의 우울변인을 24% 설명한 연구(Kim, 2006)와 가족지지, 학교에서의 자아존중감, 가정에서의 자아존중감, 친구지지, 신체관련 스트레스가 남녀 중, 고등학생의 우울변인을 53% 설명한 연구(Shin, 1999)에서보다 높은 설명력이다. 본 연구에 포함된 자아존중감과 문제해결능력, 친구만족도, 부모만족도를 모두 포함하여 조사한 연구는 없으나 본 연구에서 우울변인을 가장 잘 예측하는 변인이 자아존중감과 문제해결능력임을 고려해 볼 때 이들 변수들의 중재가 여중생의 우울 감소에 효과적일 수 있을 것으로 생각된다. 자존감 강화 훈련이나 문제해결능력을 향상시키기 위한 교육프로그램의 운영이 고려될 수 있으며 집단미술치료, 가족지지시스템, 독서치료, 부모교육 등 다양하고 통합적인 프로그램 운영을 통한 통합적 접근도 고려될 수 있다.

본 연구에 포함된 예측인자 중 다른 연구에서는 의미있는 우울 예측인자 이었으나 본 연구에서는 유의한 예측인자로 포함되지 않은 변인은 가계소득수준과 학업성취도이다. 인지하는 가계소득수준과 학업성취수준 모두 우울정도와 유의한 상관성은 있었으나 자아존중감, 문제해결능력, 친구, 부모관계만족도와 같이 고려되었을 때 유의한 예측인자로 나타나지 않았다. 이는 가족의 경제수준(Choi, 2007; Ko, 2002)과 학업성취정도(Kwak, 2006; Shin, 1999)가 우울에 영향을 미친다고 보고한 기존의 연구결과와 상반된다. 본 연구결과가 시사하는 점은 가계소득수준이나 학업성취도와 같은 객관적인 현상은 개인의 특성인 자아존중감이나 문제해결능력보다 개인의 정서에 영향 미치는 정도가 미진할 수 있으며 만족스러운 부모관계와 친구관계와 같은 지지체제는 우울을 유도할 수 있는 객관적 상황을 완충한다고 볼 수 있다. 이들 개념간의 상호관계에 대해서는 추후 좀 더 면밀한 연구와 분석이 필요하다.

본 연구의 제한점은 연구 설계가 일회적으로 조사한 단면 연구이고 일개 여자중학교를 대상으로 하였으므로 연구결과를 일반화하여 확대 해석할 경우 신중을 기해야 할 것이다. 청소년은 국가의 미래를 이끌어갈 계층으로 청소년기의 정신건강은 개인과 가정의 행복 뿐 만 아니라 사회전체의 정신건강에도 영향을 미친다. 그러므로 정서적으로 취약한 여중생의 우울을 최소화하기 위한 학교보건교사를 중심으로 한 교육프로그램의 개발과 적용이 필요하다고 할 수 있다.

## 결론 및 제언

본 연구는 여자 중학생의 우울 정도를 파악하고, 우울에 영향을 미치는 요인을 파악하여 청소년 우울 중재 프로그램 개발의 기초 자료를 마련하고자 수행한 조사연구이다. 연구대상은 부산광역시 소재한 일개 여자중학교 2, 3학년 학생이고, 자료수집 기간은 2009년 3월 2일부터 2009년 5월 23일까지였다. 총 412부의 설문지를 배포하여, 회수된 412부 중 401부가 최종분석에 포함되었다. 수집된 자료는 SPSS 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구대상자의 특성은 실수와 백분율로 분석하였고, 우울, 자아존중감, 문제해결능력, 관계만족도, 가계소득수준, 학업성취도는 평균과 표준편차로 산출하였다. 우울과 자아존중감, 문제해결능력, 관계만족도, 가계소득수준, 학업성취도의 관련성은 Pearson's correlation coefficient로 분석하였고, 우울 예측인자는 Simultaneous multiple regression을 이용하여 파악하였다.

연구대상자의 우울 평균은 20.63점이고 임상적으로 우울한 수준인 24점 이상인 여중생은 전체 연구참여대상자의 35.4%이었다. 이는 매우 많은 여중생이 임상적으로 우울한 수준임을 나타내며 적절한 우울 중재가 필요하다고 할 수 있다. 본

연구에서 우울 예측요인은 자아존중감, 문제해결능력, 친구관계만족도, 부모관계만족도로 나타났으며, 모형의 설명력은 61%였다. 즉, 자아존중감과 문제해결능력이 낮고, 친구와 부모와의 관계에 대한 만족도가 낮은 여중생일수록 더 우울한 경향이 있었다. 본 연구결과를 기초로 여중생의 우울정도를 감소하기 위해 자아존중감 향상, 문제해결능력 증진 및 친구와 부모와의 관계만족도향상을 위한 프로그램 적용을 고려해 볼 수 있을 것으로 생각된다.

이상의 결과를 기초로 다음과 같이 제언을 하고자 한다.

본 연구에서 밝혀진 여자중학생의 우울 예측 요인을 일반화하기 위해 좀 더 광범위한 지역에서의 대표성을 향상한 추후 연구를 제안한다. 여중생의 우울정도를 유의하게 예측하는 것으로 나타난 자아존중감, 문제해결능력, 친구와 부모 관계만족도 중심의 프로그램 개발과 효과검증에 대한 추후연구를 제안한다.

## References

- Choi, Y. (2007). *A study on tendency and related factors of depression experienced by middle school students in Seoul*. Unpublished master's thesis, Hanyang University, Seoul.
- Choi, Y. S. (2002). A study of the reliability and validity of the Social Problem Solving Inventory - Revised (SPSI - R). *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 21, 413-428.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed). Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaum Associates.
- D'Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (2007). *Problem solving therapy - A positive approach to clinical intervention* (3rd ed.). New York: Springer Publication.
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C. (1995). *Multivariate data analysis* (4th ed). Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Jon, B. J. (1974). Self-esteem: A test of its measurability. *Yonsei Nonchung*, 11, 107-130.
- Kandel, D. B., Raveis, V. H., & Davies, M. (1991). Suicidal ideation in adolescence: Depression, substance use and other risk factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 20, 289-309.
- Kang, C. (2005). *A study of factors affecting teenagers' internet addiction-focusing on resilience to school*. Unpublished master's thesis, Mokwon University, Daejeon.
- Kim, G., & Kim, O. (2000). Depression and drinking pattern among college students. *Nursing Science*, 12, 43-53.
- Kim, H. W. (2006). *The relations among adolescents' depression, problem solving ability, self efficacy and stressful life event*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Kim, S. K. (2009). *The effects of self-esteem and self-control on social problem-solving*. Unpublished master's thesis, Catholic University, Daegu.
- Ko, J. H. (2002). *A Study on the Self-concept and Mental Health of Middle and High School Students on the Bully*. Unpublished master's thesis, Kyung Hee University, Seoul.
- Korean Institute for Health and Social Affairs. (2006). November 17). *The Third Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES iii), 2005: Health status and health behaviors of children and adolescents*. Retrieved Aug, 23, 2009. from Website: [http://www.mw.go.kr/front/jb/sjb030301vw.jsp?PAR\\_MENU\\_ID=03&MENU\\_ID=03030301&page=29&BOARD\\_ID=1003&BOARD\\_FLAG=&CONT\\_SEQ=39570&SEARCHKEY=&SEARCHVALUE=&SCH\\_SILKUK\\_ID=&SCH\\_DEPT\\_ID=&CREATE\\_DATE1=&CREATE\\_DATE2=](http://www.mw.go.kr/front/jb/sjb030301vw.jsp?PAR_MENU_ID=03&MENU_ID=03030301&page=29&BOARD_ID=1003&BOARD_FLAG=&CONT_SEQ=39570&SEARCHKEY=&SEARCHVALUE=&SCH_SILKUK_ID=&SCH_DEPT_ID=&CREATE_DATE1=&CREATE_DATE2=)
- Kwak, S. R. (2006). A structural equation modeling analysis of adolescents' school adjustment. *Korean Journal of Sociology of Education*, 16, 1-26.
- Lee, H. J., Kim, K. R., & Seo, J. M. (2003). Effects of telephone counseling on burnout, depression, life satisfaction, and perceived health in caregivers of older adults with dementia. *Journal of Korean Academy of Adult Nursing*, 15, 452-462.
- Lee, H. W. (2006). *Research for the factors influencing on the teenager's suicide ideation*. Unpublished master's thesis, Seoul Theological University, Seoul.
- Maydeu-Olivares, A., & D'Zurilla, T. J. (1996). A factor-analytic study of the social problem-solving inventory: An integration of theory and data. *Cognitive Therapy and Research*, 20, 115-133.
- Ministry Health & Welfare. (2008). *Children and youth survey 2008*. Retrieved January 9, 2009, from Website: [http://www.mw.go.kr/front/jc/sjc0603vw.jsp?PAR\\_MENU\\_ID=06&MENU\\_ID=06130402&page=1&BOARD\\_ID=320&BOARD\\_FLAG=&CONT\\_SEQ=204021&SEARCHKEY=&SEARCHVALUE=&SCH\\_SILKUK\\_ID=&SCH\\_DEPT\\_ID=&CREATE\\_DATE1=&CREATE\\_DATE2=](http://www.mw.go.kr/front/jc/sjc0603vw.jsp?PAR_MENU_ID=06&MENU_ID=06130402&page=1&BOARD_ID=320&BOARD_FLAG=&CONT_SEQ=204021&SEARCHKEY=&SEARCHVALUE=&SCH_SILKUK_ID=&SCH_DEPT_ID=&CREATE_DATE1=&CREATE_DATE2=)
- Mun, S. W. (2008). *The effects of perceived stress, social-support and self-esteem on depression of middle-school students: Seoul, Cheon nam region*. Unpublished master's thesis, Dongguk University, Seoul.
- Park, B. K., & No, P. S. (2007). Factors associated with adolescents' suicidal ideation-Comparative study of depression group and non-depression group-. *Mental Health & Social Work*, 26, 168-193.
- Park, H. S. (2002). A study on the relationship between depression, health promoting behavior, self-esteem, and optimism in middle-aged women. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 11, 352-362.
- Park, N. H., & Kim, M. O. (2005). The relationship between depression and health behavior in adolescents. *Korean Journal of Child Health Nursing*, 11, 436-443.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.

- Reinherz, H. Z., Giaconia, R. M., Hauf, A. M., Wasserman, M. S., & Paradis, A. D. (2000). General and specific childhood risk factors for depression and drug disorders by early adulthood. *Journal of American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 39, 223-231.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. NJ: Princeton University Press.
- Schampman, A. M., & Inderbitzen-Nolan, H. M. (2002). The role of religious behaviour in adolescent depressive and anxious symptomatology. *Journal of Adolescence*, 25, 631-643.
- Shin, S. C., Kim, M. K., Yun, K. S., Kim, J. H., Lee, M. S., Moon, S. J., et al. (1991). The Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale (CES-D): Its use in Korea standardization and factor structure of CES-D. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 30, 752-767.
- Shin, J. Y. (1999). *A study on the psychosocial factors affecting of adolescent's depression*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Statistics Research Institute. (2008, May 5). *2008 Statistics of youth-4.5.2 causes of death for youth [data file]*. Retrieved January 6, 2009, from Website: [http://epic.kdi.re.kr/epic/epic\\_view.jsp?num=94347&menu=1](http://epic.kdi.re.kr/epic/epic_view.jsp?num=94347&menu=1)
- Yi, M. J., & Ahn, C. Y. (1997). Social problem solving ability and attitude of depressive persons. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 16(2), 85-100.

## Predictors of Depression In Middle-School Girls\*

Um, Hwa Yun<sup>1)</sup> · Lee, Haejung<sup>2)</sup> · Jee, Young-Ju<sup>3)</sup>

1) Master Student, School of Nursing, Pusan National University; Tokchon Girls' Middle School, School Health Educator  
2) Professor, School of Nursing, Pusan National University, 3) Doctoral Student, School of Nursing, Pusan National University

**Purpose:** The purpose of this study was to explore the levels of depression and predictors of depression in middle-school girls. **Method:** A self-report survey was conducted with 2nd and 3rd grade students in a girls' middle school (N=401) in Pusan. Data were analyzed with descriptive statistics, Pearson correlation, and simultaneous multiple regression using the SPSS program. **Results:** The mean score for the Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale (CES-D) was 20.63. The level of depression was negatively related to problem-solving ability, self-esteem, total household income, school achievement, self-perception of body-image, and satisfaction in relationships with siblings, parents, and friends. A multivariate approach showed that predictors explained 61% of variance in depression. Significant predictors of depression were self-esteem ( $\beta=-.38$ ), problem-solving ability ( $\beta=-.34$ ), and satisfaction in relationships with friends ( $\beta=-.14$ ) and parents ( $\beta=-.08$ ). **Conclusion:** The findings suggest that it is important to develop educational programs to increase self-esteem and problem-solving abilities in middle school girls. Considering the high levels of depression in middle school girls, school nurses play an important role in detecting and reducing emotional tension among these students. Nursing interventions, including art therapy, problem-solving counseling, and bibliotherapy could be useful in enhancing self-esteem, problem-solving abilities, and satisfaction in relationship with friends, siblings and parents.

**Key words :** Depression, Problem Solving, Self Concept, Body Image

\* This work was supported for two years by Pusan National University Research Grant

• Address reprint requests to : Lee, Haejung

College of Nursing, Pusan National University

Beomeo-ri, Mulgeum-eup, Yangsan 626-770, Korea

Tel: 82-51-510-8344 Fax: 82-51-510-8308 C.P.: 82-10-9510-8344 E-mail: haejung@pusan.ac.kr