

## 도시지역 고등학생들의 사회적 지지와 우울과의 관련성

신은숙<sup>1</sup>, 김희경<sup>2</sup>, 조영채<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup>중부대학교 보건행정학과, <sup>2</sup>충남대학교 대학원 보건학과,  
<sup>3</sup>충남대학교 의학전문대학원 예방의학교실 및 의학연구소

### Relationships Between Social Supports and Depression Symptoms Among High School Students in an Urban Area

Eun-Sook Shin<sup>1</sup>, Hee-Kyung Kim<sup>2</sup> and Young-Chae Cho<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup>Department of Health Administration, Joongbu University,

<sup>2</sup>Department of Public Health, Graduate School of Chungnam National University

<sup>3</sup>Department of Preventive Medicine and Public Health, Chungnam National University School of  
Medicine and Research Institute for Medical Sciences

**요 약** 본 연구는 도시지역 고등학생들의 사회적 지지와 우울수준과의 관련성을 파악할 목적으로 대전광역시와 남여 고등학생 514명을 대상으로 2011년 4월 1일부터 5월 31일까지의 기간 동안에 표준화된 자기기입식 설문지를 사용하여 설문조사를 실시하였다. 연구결과, 조사대상 학생들의 우울수준은 가족의 지지 및 친구의 지지가 낮을수록 유의하게 높았다. 또한 우울수준은 가족의 지지 및 친구의 지지와 유의한 음의 상관관계를 보였다. 위계적 다중회귀분석 결과 우울수준에 영향을 미치는 요인으로는 성별, 학년, 학교성적, 교우관계, 학교생활만족도, 가정생활만족도, 가족의 지지 및 친구의 지지가 유의한 변수로 선정되었다. 특히 우울은 가족 및 친구의 지지에 의해 설명력이 높아져 가족의 지지 및 친구의 지지가 독립적으로 우울과 밀접한 관련성이 있음을 시사하고 있다.

**Abstract** This study was performed to determine the relationships between social supports and depression symptoms among high school students in urban areas. The self-administered questionnaires were given to 514 students located in Daejeon city during the period from April 1st to May 31th, 2010. As a results, the level of depression symptoms was significantly higher in proportion to lower level of social support of families and friends. And the level of depression symptoms was positively correlated with level of social support of families and friends. In multiple regression analysis, the factors of influence with the level of depression symptoms was sex, school grade, academic achievement, friendship with the school fellow, satisfaction of school life and satisfaction of family life. Especially explanatory powers to the level of depression symptoms increased by social support of families and friends. As a conclusion, the level of depression symptoms among high school students implies closely related with level of social support of families and friends.

**Key Words** : Social support, Depression, High school student.

### 1. 서 론

청소년기는 인간 발달 단계를 고려할 때 가치관이 형성되는 시기이고 정신과 신체가 비약적으로 발달하는 역동기이지만, 외부적인 자극에 변동성이 매우 크기 때문에 불안정하고 불균형이 심한 시기이다[1]. 특히 우리나라

고등학교 학생들은 대학 입학에 위해 모든 역량을 집중해야하기 때문에 청소년기에 확립되어야 할 건전한 가치관이나 도덕관을 형성하기보다는 학업 성취에 대한 부담과 과도한 경쟁으로 인해 많은 스트레스를 경험함으로써 우울이나 불안 같은 정신건강에도 심각한 위협을 받고 있다[2]. 따라서 학생들의 신체적 및 정신적 건강을 보호

\*Corresponding Author : Young-Chae Cho(Chungnam National University)

Tel: +82-11-701-6452 email: [choyc@cnu.ac.kr](mailto:choyc@cnu.ac.kr)

Received July 25, 2013

Revised (1st August 22, 2013, 2nd August 27, 2013)

Accepted October 10, 2013

하고 증진시키기 위한 노력이 필요하며, 우선 학생들의 심신의 건강상태를 올바르게 파악하여 개인의 건강관리 능력을 길러주는 일이 매우 중요하다고 생각된다.

학생들에게서 발생될 수 있는 우울은 불안과 더불어 비특이적으로 나타나는 가장 흔한 정신질환으로서 외적 상황에 대한 자기 자신의 심리적 부적응의 하나라고 볼 수 있으며, 주위 사람들에게 많은 고통을 주게 되고 생활 기능의 저하나 휴학 등 학교생활에도 영향을 미치는 중요한 질환이다. 특히 우리나라에서의 우울증 유병율은 다른 정신과적 질환에 비해 비교적 높은 유병율을 보이고 있어 청소년의 정신보건에서도 간과 할 수 없는 부분이다. 우울증의 원인은 아직까지 확실하게 규명되어 있지는 않으나 여러 연구에서 신체적 건강상태와 밀접한 관련성이 있다고 하였으며[3-5], Gomez 등[6]은 유전적 소인, 직업, 경제상태, 신체적 건강 및 기능상실 등이 관여하는 것으로 보고하고 있다. 국내에서 학생들을 대상으로 한 연구의 경우 우울증은 자신의 신체, 학업성적, 인격과 연관되어 발생되며, 특히 신체적으로 열등감을 느낄 때나 질환이 있을 때 평균 이상의 우울을 보인다는 보고가 있다 [7,8].

사회적 지지는 타인들에 의해 제공된 자원을 일컫는 말로서 다른 사람에 대한 긍정적 감정의 표현과 타인의 행동이나 시각의 인정, 그리고 타인에 대한 상징적 또는 물질적 도움의 제공을 받거나 상호관계를 통해 개인이 얻을 수 있는 모든 긍정적 자원을 의미한다[9].

국내의 여러 연구에서 사회적 지지가 건강에 미치는 영향을 보여주는 결과들이 있었는데, 사회적 지지는 스트레스 인자가 갖는 건강에 대한 부정적인 효과를 줄이고, 스트레스의 발생을 중재하는 대응자원으로서 사회적, 심리적, 신체적 안녕 상태를 증진시킬 수 있는 요인으로 작용한다고 하였다[10,11]. 외국의 여러 연구에서도 Cassel(1976)은 사회적 지지가 혈압, 관상동맥질환, 사망률, 우울증 등과 같은 질병과 관련성이 있음을 보여주었고, Dean 등[12]은 사회적 지지가 개개인의 심리적 상태에 미치는 영향을 완화시켜 주거나 혹은 완충적 역할을 하여 정신건강에 이로움을 준다고 하였다. Antonucci 등 [13]은 사회적 지지인 사회활동 참여여부와 사회적 접촉 빈도 등이 우울증에 직접적인 효과를 가지는 것으로 나타났고, 주관적으로 느끼는 사회적 접촉 만족이 우울증과 관련이 있다고 하였다.

이처럼 사회적 지지와 우울 간에는 밀접한 관련성이 있는 것으로 보고되고 있으나 국내에서의 학생들을 대상으로 한 연구는 매우 미흡한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 고등학생들의 가족 및 친구의 사회적 지지와 우울과의 관련성을 검토하고 사회적 지지가 독립적으로 우울

에 유의하게 영향을 미치는지를 파악하고자 하였다.

## 2. 조사대상 및 방법

### 2.1 조사대상

조사대상 학교 및 학생의 선정은 대전광역시에 소재하고 있는 남·여 고등학교 각 3개교씩 6개교를 임의로 선정하였으며, 각 학교마다 1, 2, 3학년별로 균등하게 배분하여 각 100명씩 전체 600명을 조사대상으로 하였다. 설문조사 결과 응답내용이 미비하거나 불확실한 설문 응답자 86명을 제외한 514명의 자료를 분석대상으로 하였다.

### 2.2 조사방법

조사는 2011년 4월 1일부터 5월 31일까지의 기간 동안에 사전에 훈련받은 조사원들이 조사대상 각 학교를 방문하여 학생들에게 본 연구의 목적과 내용을 설명하고 연구의 동의를 얻은 후 자기기입식 설문지 (self-administered questionnaire)를 배포하고 일과시간 후에 작성토록 하여 회수하였다.

구체적인 조사내용으로 인구사회학적 특성은 성별, 연령, 학년, 출생순위, 형제자매 유무, 학교성적, 교우관계, 학교생활에 대한 만족도, 부모결혼여부, 가정의 경제상태, 가정생활의 만족도 및 동거하고 있는 가족구성원을 조사하였다. 사회적 지지도의 측정은 Park[14]이 개발한 척도를 사용하였다. 이 척도는 지지 제공자별로 지지의 내용을 파악할 수 있도록 되어 있으며, 본 연구에서는 가족의 지지와 친구의 지지로 구성된 두 가지 척도를 사용하였다. 두 척도는 동일한 내용으로 24항목으로 구성되어 있으며, 사회적 지지의 정도에 따라 “전혀 그렇지 않다” 1점에서 “매우 그렇다” 5점으로 점수화 하여(특점합계 24~120점), 득점이 높을수록 사회적 지지도가 높음을 나타낸다. 본 연구에서는 4분위수(quartile)를 이용하여 네 집단(Q1, Q2, Q3 및 Q4)으로 구분하여 우울수준과의 관련성을 분석하였다. 가족의 지지와 친구의 지지에 대한 설문지의 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  값은 각각 0.966, 0.962이었다.

우울정도의 측정은 Zung[15]의 자기평가식 우울척도 (Zung Self-rating Depression Scale; SDS)를 사용하였다. SDS는 총 20개 항목으로 구성되어 있으며, 각 문항마다 4점 척도를 이용하여 긍정적인 문항에는 “항상 그렇다” 4점, “자주 그렇다” 3점, “가끔 그렇다” 2점, “그렇지 않다” 1점의 점수를 주었고, 부정적인 문항에는 역으로 “항상 그렇다” 1점, “자주 그렇다” 2점, “가끔 그렇다” 3점, “그렇지 않다” 4점의 점수를 주어 총 득점 합계(20~80

점)를 우울의 지표로 하였다. 평가는 50점 미만을 정상, 50~59점을 경도 우울, 60~69점을 중등도 우울, 70점 이상을 중증 우울로 하였다. 본 연구에서의 설문지 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  값은 0.798이었다.

### 2.3 자료처리 및 통계분석

수집된 자료는 SPSSWIN(ver 17.0) 프로그램을 사용하여 통계처리 하였으며, 조사대상 학생들의 가정 및 학교 생활 특성별 사회적 지지 평균점수의 차이는 t-test 및 ANOVA로 검정하였으며, 우울수준의 분포에 대한 차이는 Chi-square test로 검정하였다. 또한 우울수준과 사회

적 지지 수준간의 관련성에 대해서는 Pearson 상관분석을 하였으며, 우울수준에 영향을 미치는 관련요인들의 영향력을 파악하기 위하여 단계별 다중 회귀분석(stepwise multiple regression)을 실시하였다. 모든 통계량의 유의수준은  $p < 0.05$ 로 하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 학교 및 가정생활 특성별 사회적 지지 수준

학교 및 가정생활 특성별 가족의 지지와 친구의 지지에 대한 평균점수 비교는 Table 1과 같다. 전체 조사대상

[Table 1] Mean scores of social supports according to school and family life characteristics

Variable	N(%)	Social supports from family members		Social supports from school friends	
		Mean±SD	p-value	Mean±SD	p-value
Sex			0.316		0.120
Male	276(53.7)	97.23±18.33		89.22±17.74	
Female	238(46.3)	95.52±20.48		91.60±16.82	
Grade			0.026		0.055
1st	155(30.2)	99.11±18.22		87.78±17.83	
2nd	190(37.0)	96.25±19.94		92.29±16.72	
3rd	169(32.9)	93.60±19.74		90.44±17.37	
Academic achievement			0.004		0.115
High	71(13.8)	100.74±17.26		89.80±16.68	
Middle	344(66.9)	97.06±18.94		91.32±16.70	
Low	99(19.3)	91.19±21.22		87.24±19.64	
Friendship with the school fellow			0.001		0.000
Good	474(92.2)	97.27±19.08		91.39±16.59	
Poor	40( 7.8)	86.57±20.03		77.72±20.97	
Satisfaction of school life			0.000		0.000
Satisfied	413(80.4)	98.51±18.10		91.80±16.46	
Dissatisfied	101(19.6)	87.96±21.93		84.26±19.49	
Number of siblings			0.058		0.280
None	262(51.0)	98.03±18.51		91.13±17.10	
One and more	252(49.0)	94.79±20.10		89.48±17.58	
Birth order			0.030		0.715
First	367(71.4)	97.61±18.98		90.50±17.52	
Second and more	147(28.6)	93.51±20.02		89.88±16.94	
Parental status			0.014		0.910
Two parents at home	465(90.5)	97.12±18.85		90.35±17.23	
Single parent/none	49( 9.5)	89.97±22.87		90.06±18.55	
Type of living arrangement			0.120		0.493
With family	506(98.4)	96.61±19.28		90.26±17.30	
Others	8( 1.6)	85.87±22.52		94.50±20.69	
Perceived family income			0.007		0.154
High	93(18.1)	91.43±21.38		87.33±19.82	
Middle	363(70.6)	97.00±18.69		90.78±16.73	
Low	58(11.3)	101.00±18.75		92.25±16.55	
Satisfaction of family life			0.000		0.010
Satisfied	459(89.3)	98.49±18.14		91.00±16.97	
Dissatisfied	55(10.7)	79.30±20.80		84.65±19.39	
Total	514(100.0)	96.44±19.35		90.32±17.34	

학생의 가족의 지지 평균점수는 총 득점합계 24~120점 중 96.44±19.35점이었으며, 친구의 지지 평균점수는 90.32±17.34이었다. 가족의 지지 수준은 학년이 낮을수록 (p=0.026), 학교성적이 높을수록(p=0.004), 교우관계가 좋지 않다는 군보다 좋다는 군에서(p=0.001), 학교생활에 만족하지 못한다는 군보다 만족한다는 군에서(p=0.000), 출생순위가 두 번째 이상인 군보다 첫 번째인 군에서 (p=0.030), 부모가 혼자이거나 없는 경우보다 부모가 모두 있는 군에서(p=0.014), 가정의 경제사정이 좋다는 군 일수록(p=0.007), 가정생활에 만족하지 못한다는 군보다

만족한다는 군에서(p=0.000) 유의하게 높았다. 친구의 지지 수준은 교우관계가 좋지 않다는 군보다 좋다는 군에서(p=0.000), 학교생활에 만족하지 못한다는 군보다 만족한다는 군에서(p=0.000), 가정생활에 만족하지 못한다는 군보다 만족한다는 군에서(p=0.010) 유의하게 높았다.

### 3.2 학교 및 가정생활 특성별 우울수준

학교 및 가정생활 특성별 우울수준의 분포는 Table 2와 같다. 전체조사대상 학생의 우울수준의 분포는 정상군이 28.0%, 경도우울군이 44.9%, 중등도우울군이 23.2%,

[Table 2] Distribution of depression symptoms according to school and family life characteristics

Variable	N(%)	Depression(SDS) <sup>†</sup>				p-value
		Under 50	50~59	60~69	70& over	
Sex						8.087
Male	276(53.7)	67(24.3)	127(46.0)	74(26.8)	8(2.9)	
Female	238(46.3)	77(32.4)	104(43.7)	45(18.9)	12(5.0)	
Grade						11.847
1st	155(30.2)	54(34.8)	69(44.5)	26(16.8)	6(3.9)	
2nd	190(37.0)	51(26.8)	86(45.3)	43(22.6)	10(5.3)	
3rd	169(32.9)	39(23.1)	76(45.0)	50(29.6)	4(2.4)	
Academic achievement						15.420
High	71(13.8)	17(23.9)	33(46.5)	17(23.9)	4(5.6)	
Middle	344(66.9)	85(24.7)	161(46.8)	87(25.3)	11(3.2)	
Low	99(19.3)	42(42.4)	37(37.4)	15(15.2)	5(5.1)	
Friendship with the school fellow						41.293
Good	474(92.2)	135(28.5)	219(46.2)	109(23.0)	11(2.3)	
Poor	40(7.8)	9(22.5)	12(30.0)	10(25.0)	9(22.5)	
Satisfaction of school life						38.812
Satisfied	413(80.4)	125(30.3)	196(47.5)	85(20.6)	7(1.7)	
Dissatisfied	101(19.6)	19(18.8)	35(34.7)	34(33.7)	13(12.9)	
Number of siblings						1.791
None	262(51.0)	68(26.0)	122(46.6)	60(22.9)	12(4.6)	
One and more	252(49.0)	76(30.2)	109(43.3)	59(23.4)	8(3.2)	
Birth order						2.315
First	367(71.4)	105(28.6)	162(44.1)	83(22.6)	17(4.6)	
Second and more	147(28.6)	39(26.5)	69(46.9)	36(24.5)	3(2.0)	
Parental status						8.551
Two parents at home	465(90.5)	134(28.8)	205(44.1)	111(23.9)	15(3.2)	
Single parent/none	49(9.5)	10(20.4)	26(53.1)	8(16.3)	5(10.2)	
Type of living arrangement						1.022
With family	506(98.4)	141(27.9)	227(44.9)	118(23.3)	20(4.0)	
Others	8(1.6)	3(37.5)	4(50.0)	1(12.5)	0(0.0)	
Perceived family income						6.893
High	93(18.1)	26(28.0)	45(48.4)	20(21.5)	2(2.2)	
Middle	363(70.6)	102(28.1)	165(45.5)	79(21.8)	17(4.7)	
Low	58(11.3)	16(27.6)	21(36.2)	20(34.5)	1(1.7)	
Satisfaction of family life						59.714
Satisfied	459(89.3)	134(29.2)	216(47.1)	101(22.0)	8(1.7)	
Dissatisfied	55(10.7)	10(18.2)	14(27.3)	18(32.7)	12(21.8)	
Total	514(100.0)	144(28.0)	231(44.9)	119(23.2)	20(3.9)	

<sup>†</sup> : Under 50 : Within normal range, no psychopathology, 50~59 : Presence of minimal to mild depression, 60~69 : Presence of moderate depression, 70 & over : Presence of severe depression

중증우울군이 3.9%로 나타났다. 성별로는 여학생의 경우 남학생보다 정상군과 중증 우울군의 비율이 높은 반면 남학생은 여학생보다 경도우울 군과 중등도 우울 군이 유의하게 높았으며(p=0.044), 학교성적별로는 성적이 높을수록 경도우울, 중등도 우울 및 중증우울 군의 비율이 유의하게 높았다(p=0.017). 교우관계별로는 교우관계가 좋지 않다는 군이 좋다는 군에 비해 중등도 우울 및 중증우울 군의 비율이 유의하게 높았으며(p=0.000), 학교생활에 대한 만족도별로는 만족하지 못하다는 군이 만족한다는 군에 비해 중등도 우울 및 중증우울 군의 비율이 유의하게 높았다(p=0.000). 부모생존여부별로는 부모가 모두 있는 경우는 정상군이 높은 반면 편부, 편모 또는 부모가 모두 없는 경우는 경도우울 및 중증우울군의 비율이 유의하게 높았으며(p=0.036), 가정생활 만족도별로는 만족하지 못하다는 군이 만족한다는 군에 비해 중등도 우울 및 중증우울 군의 비율이 유의하게 높았다(p=0.000).

### 3.3 사회적 지지 수준에 따른 우울수준

사회적 지지 수준에 따른 우울수준의 분포는 Table 3과 같다. 가족의 지지별로는 가족의 지지가 높은 군일수록 우울수준이 정상인 군의 비율이 높아지는 반면, 가족

의 지지가 낮은 군일수록 경도우울, 중등도 우울 및 중증우울군의 비율이 유의하게 높았다(p=0.000). 친구의 지지에서도 친구의 지지가 높은 군일수록 우울수준이 정상인 군의 비율이 높아지는 반면, 친구의 지지가 낮은 군일수록 경도우울, 중등도 우울 및 중증우울군의 비율이 유의하게 높았다(p=0.000).

### 3.4 우울수준과 사회적 지지수준과의 상관관계

조사대상 학생들의 우울수준과 가족의 지지 및 친구의 지지 간의 상관관계는 Table 4와 같다. 학생들의 우울수준은 가족의 지지와 유의한 음의 상관관계를 보였으며(r=-0.344, p<0.01), 친구의 지지와도 유의한 음의 상관관계를 보였다(r=-0.311, p<0.01). 또한 가족의 지지와 친구의 지지 간에는 유의한 양의 상관관계를 보였다(r=0.407, p<0.01).

### 3.5 우울수준에 영향을 미치는 요인

전체 조사대상 학생들의 우울수준에 영향을 미치는 관련 독립변수들의 설명력을 파악하기 위하여 3개의 모델에 의한 위계적 다중회귀분석 결과는 Table 5와 같다. 모델 I 은 학교생활특성 변수들을 독립변수로 하여 회귀모

[Table 3] Distribution of depression symptoms according to level of social supports

Variable	N(%)	Depression(SDS) <sup>†</sup>				p-value
		Under 50	50~59	60~69	70& over	
Social supports from family members <sup>‡</sup>						0.000
Low(Q1)	121(23.5)	23(19.0)	41(33.9)	43(35.5)	14(11.6)	
Middle(Q2)	131(25.5)	23(17.6)	69(52.7)	33(25.2)	6(4.6)	
High(Q3)	133(25.9)	36(27.1)	72(54.1)	25(18.8)	0(0.0)	
Very high(Q4)	129(25.1)	62(48.1)	49(38.0)	18(14.0)	0(0.0)	
Social supports from school friends <sup>‡</sup>						0.000
Low(Q1)	127(24.7)	18(14.2)	55(43.3)	40(31.5)	14(11.0)	
Middle(Q2)	124(24.1)	33(26.6)	49(39.5)	36(29.0)	6(4.8)	
High(Q3)	133(25.9)	40(30.1)	65(48.9)	28(21.1)	0(0.0)	
Very high(Q4)	130(25.3)	53(40.8)	62(47.7)	15(11.5)	0(0.0)	
Total	514(100.0)	144(28.0)	231(44.9)	119(23.2)	20(3.9)	

<sup>†</sup> : Under 50 : Within normal range, no psychopathology, 50~59 : Presence of minimal to mild depression, 60~69 : Presence of moderate depression, 70 & over : Presence of severe depression

<sup>‡</sup> : Q1, Q2, Q3, Q4 means 1st quartile, 2nd quartile, 3rd quartile and 4th quartile, respectively.

[Table 4] Pearson correlation coefficients between depression symptoms and related variables

Variable	Depression symptoms	Social supports from family members
Social supports from family members	-0.344**	
Social supports from school friends	-0.311**	0.407**

\*\* : p<0.01

[Table 5] Results of hierarchial multiple regression of factors affecting to the depression symptoms

Variables	Model I		Model II		Model III	
	B	t	B	t	B	t
Sex(male/female)	-1.464	-2.102*	-1.814	-2.598*	-1.695	-2.436*
School grade(1st/2nd)	1.733	2.039*	1.846	2.191*	1.930	2.302*
School grade(1st/3rd)	2.379	2.724**	2.403	2.762**	2.501	2.887**
Academic achievement (high/middle)	0.345	0.338	0.510	0.500	0.463	0.455
Academic achievement (high/low)	-2.875	-2.361*	-2.851	-2.320*	-2.931	-2.392*
Friendship with the school fellow(good/poor)	5.761	4.409**	4.854	3.660**	4.225	3.141**
Satisfaction of school life (satisfied/dissatisfied)	4.296	4.841**	3.348	3.624**	2.724	2.859**
Number of siblings (none/one and more)			-1.169	-1.347	-1.347	-1.552
Birth order(1st/2nd and more)			0.191	0.201	0.328	0.346
Parental status (two parents at home/single parent or none)			1.910	1.569	1.708	1.406
Type of living arrangement (with family/others)			-1.874	-0.679	-2.128	-0.774
Perceived family income (high/middle)			1.492	1.573	1.505	1.597
Perceived family income (high/low)			0.997	0.733	1.138	0.841
Satisfaction of family life (satisfied/dissatisfied)			4.358	3.566**	3.429	2.652**
Social supports from family members					-3.021	-2.942**
Social supports from school friends					-4.047	-3.084**
Constant		52.606		51.594		58.146
F		10.693**		6.937**		6.623**
Adjusted R <sup>2</sup>		0.129		0.163		0.352
R <sup>2</sup> change		0.129		0.034		0.189

델에 투입한 것으로 성별, 학년, 학교성적, 교우관계, 학교생활만족도가 우울수준과 유의한 관련성이 있었다. 즉, 남자보다 여자에서, 학년이 높을수록, 학교성적이 낮을수록, 교우관계가 좋지 않다는 군, 학교생활에 만족하지 못한다는 군에서 우울수준이 유의하게 높은 것으로 나타났으며, 이는 12.9%의 설명력을 보였다. 모델II에서는 모델 I의 투입된 변수에 가정생활특성 변수를 추가적으로 투입하였다. 그 결과 가정생활만족도가 유의한 변수로 선정되었으며 가정생활에 만족하지 못한다는 군에서 우울수준이 유의하게 높았다. 모델II에 투입된 변수들로 우울수준을 16.3% 설명할 수 있었다. 모델III에서는 모델 I과 모델II의 투입된 변수에 가족의 지지와 친구의 지지 변수를 추가적으로 투입하였다. 그 결과 가족 및 친구의 지지가 낮을수록 우울수준이 유의하게 높았으며 모델III에 투입된 변수들로 우울수준을 35.2% 설명할 수 있었다. 위의 모델에서 보면 가족의 지지와 친구의 지지의 사회적 지지 요인이 추가됨으로 해서 18.9%의 설명력을 증가시켜 우울에 사회적 지지 요인이 많은 영향을 미치고 있음을 알 수 있었다.

#### 4. 고찰

학생들의 정신적 건강상태는 가정생활 및 학교생활의 특성과 일상생활습관에 따라 영향을 받게 된다. 우리나라의 경우 학생들의 건강관리실태는 학교보건법에 의한 간단한 건강진단에서 screening된 유소견자를 가정에 통보하는 형식적인 조치가 있을 뿐, 생활관리 측면에서의 조직적인 건강관리는 충분히 행하여지고 있지 못한 실정이다. 학교생활에 대한 부적응, 생활의욕이나 공부의욕의 감퇴, 건강치 못한 생활행동에 기인한 심신의 부조화 및 피로감, 우울 등을 호소하는 학생이 증가하고 있는 이 때, 보건지도나 생활지도를 중요시한 생활 관리의 중요성과 필요성이 지적된다. 따라서 본 연구는 학생들의 학교생활 및 가정생활 특성에 따른 사회적 지지 및 우울상태를 알아보고, 학생들이 받고 있는 사회적 지지와 우울과의 관련성을 검토하고자 하였다.

연구결과, 조사대상 학생들의 가족 및 친구의 사회적 지지 수준은 전반적으로 가정 및 학교생활에 만족하지 못한다는 군보다 만족한다는 군에서 유의하게 높은 것으

로 나타났다. 선행연구에서도 사회적 지지는 개개인의 심리적 상태에 미치는 영향을 완화시켜 주거나 혹은 완충적 역할을 하여 정신건강에 이로운 효과를 준다고 하였고 [12,16], 사회적 지지의 결핍은 스트레스나 우울 발생의 직접적인 인자로 작용하게 되어 정신건강을 위협하게 하는 결과를 초래한다고 하였다[17,18]. 또한 가정생활의 만족은 청소년의 정서발달, 사회화, 인격형성에 긍정적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 적응행위, 건강실천행위 등에서도 중요한 영향요인으로 밝혀져 있다[19,20]. 학교생활 역시 현재 입시위주의 과도한 학습수행, 친구와의 관계, 교사와의 관계 등에서 오는 스트레스가 가중될 경우 학교생활에 부적응현상이 나타나게 되고, 피로감, 고민, 불안 및 심신의 부조화 등으로 학생들의 정신적 건강이 피폐되기 쉬운 환경이 되고 있다. 따라서 학생들이 충분한 가족 및 친구의 지지를 받음으로서 가정 및 학교생활에 만족할 수 있는 학교환경을 조성하여 학생들의 신체적 및 정신적 건강을 보호하고 증진시키기 위한 노력이 필요하다고 본다.

조사대상 학생의 우울수준의 분포는 정상군이 28.0%, 경도우울군이 44.9%, 중등도우울군이 23.2%, 중증우울군이 3.9%로 나타났으며 중등도 이상의 우울은 학교성적이 높을수록, 교우관계가 좋지 않다는 군, 학교생활에 만족하지 못하다는 군, 편부, 편모 또는 부모가 모두 없는 군, 가정생활에 만족하지 못하다는 군에서 유의하게 높았다. Song[21]도 정신적 건강도를 나타내는 우울 및 불안정도는 학교성적, 교우관계, 학교생활만족도, 가정의 경제사정, 부모관심도, 가정생활 만족도 등이 떨어질 때 높아진다고 하였으며, 또한 우울증은 자신의 신체적 건강, 학업 성적, 인격과 연관되어 발생된다는 보고[7,8]가 있어 본 연구를 뒷받침해 주고 있다.

사회적 지지 수준에 따른 우울수준의 분포는 가족의 지지와 친구의 지지가 높은 군일수록 우 정상인 군의 비율이 높은 반면, 가족의 지지나 친구의 지지가 낮은 군일수록 경도우울, 중등도 우울 및 중증우울군의 비율이 유의하게 높게 나타났다. 또한 우울수준은 가족의 지지와 유의한 음의 상관관계를 보였으며, 친구의 지지와도 유의한 음의 상관관계를 보였다. 사회적지지가 스트레스나 우울에 대해 완충기능을 갖고 있다는 것은 다수의 연구에서 밝혀져 있다[16,22,23]. 사회적 지지를 인지함으로써 스트레스대처를 쉽게 할 수 있으며, 위협감을 낮추고, 개인의 스트레스대처에 대한 기효력감을 유지할 수 있다. 또한 사회적지지의 인지에 의해 보다 효과적인 적응행동이 가능해지게 되며 자기존중감을 유지하여 심리적 상태가 안정되어 우울감을 낮추게 된다[24]. Song[21]도 학생들의 우울은 가족 및 친구의 정서적 지지와 음의 상관관

계를 나타낸다고 보고하고 있어 가족이나 친구의 사회적 지지가 우울을 낮추는 효과가 있음을 입증하고 있다.

조사대상 학생들의 우울수준에 영향을 미치는 관련요인에 대한 위계적 다중회귀분석결과우울수준에 영향을 미치는 요인으로는 성별, 학년, 학교성적, 교우관계, 학교생활만족도, 가정생활만족도 및 가족의 지지와 친구의 지지가 유의한 변수로 선정되었으며 이들의 설명력은 35.2%이었다. 특히 가족의 지지와 친구의 지지 요인이 추가됨으로 해서 18.9%의 설명력을 증가시켜 우울에 사회적 지지 요인이 많은 영향을 미치고 있음을 알 수 있었다. 국내의 여러 선행연구에서도 사회적 지지는 건강에 대한 부정적인 효과를 줄이고, 스트레스의 발생을 중재하는 대응자원으로서 사회적, 심리적, 신체적 안녕 상태를 증진시킬 수 있는 요인으로 작용한다고 하였다[10,11]. Song[21]도 우울이나 스트레스와 같은 정신적 건강에 영향을 미치는 주요 변수로는 교우관계, 학교생활만족도 및 가정생활만족도 등이 관련되어 있다고 하여 본 연구와 유사한 결과를 보이고 있다. 외국의 여러 연구에서도 사회적 지지는 개인의 신체적 및 정신적 건강과 밀접한 관계가 있음이 보고되었다. Cassel[23]은 사회적 지지가 우울증과 관련성이 있음을 보여주었고, 사회적 지지와 갈등이 특정한 질병 발생에 영향을 준다는 사실을 밝혔다. Cohen과 Hoberman[9]은 사회적 지지정도가 질병의 중요한 원인이 될 수 있고, 스트레스를 완충시키며 건강을 촉진하는 중요한 요인이라고 하였다. Antonucci 등[13]은 객관적 측면의 사회적 지지인 사회활동 참여여부와 사회적 접촉 빈도 등이 우울증에 직접적인 효과를 가지는 것으로 나타났고, 주관적으로 느끼는 사회적 접촉 만족이 우울증과 관련이 있다고 하였다.

본 연구는 한 도시지역 고등학생들에 대한 사회적 지지와 우울과의 관계를 조사한 것으로 연구의 한계로서는 조사대상지역이 한 지역에 국한되어 있고, 대상자 수가 적기 때문에 영향요인을 규명하기에 불충분한 점이 있다. 그러나 본 연구결과 학생들의 우울은 그들이 받는 가족 및 친구의 사회적 지지 뿐만 아니라 개인의 건강상태나 학교생활 및 가정생활의 여러 요인들이 관여하고 있으므로 향후 학생들의 가정과 학교생활 환경에 대해 이해하고 그들에게서 발생될 수 있는 우울 요인을 파악하여 스스로 대처할 수 있는 방안을 제시하는 것이 중요하리라 생각된다.

## Reference

- [1] Suk MH, Park JW. A Study of the relationship between

- perceived stress. Self Respect & Stress Response in High school students. *J Korean Acad Community Health Nurs*, 11(2):556-565, 2000.
- [2] Kim KH, Kwon HJ, Choi MH. The Relationship of Personality, Sensation Seeking and Adjustment to School in the Adolescents. *J Korean Acad Psych Mental Health Nurs*, 13(4): 476-486, 2004.
- [3] Berkman LF, Berkman CS, Kasl S, Freedman DH, Leo L, Ostfeld AM, Lornoni-HJ. Depressive symptoms in relation to physical health and functioning in the elderly. *Am J Epidemiol*, 124(3):372-388, 1986.
- [4] Kennedy DJ, Kelman HR, Thomas C. Persistence of depressive symptoms in later life. *Am J Psychiatry*, 148(2):174-178, 1991.
- [5] Herr KA, Mobily PR. Chronic pain and depression. *J Psych Nur*, 30(9):7-12, 1992.
- [6] Gomez GE, Gomez EA. Depression in the elderly. *J Psych Nur*, 31(5):28-33, 1991.
- [7] Lee JW, Lee KH, Min BK. Relationship between depressive trends and body types perceived by adolescents in Korea. *J Korean Neuropsychiatric Association*, 24(4):523-531, 1985.
- [8] Min SK, Cho KJ. A Clinical Study on Psychiatric Consultation. *J Korean Neuropsychiatric association*, 16(2):229-238, 1977.
- [9] Cohen S, Hoberman HM. Positive events and social supports as buffers of life change stress. *J Appl Soc Psychol* 13: 99-125, 1983.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1559-1816.1983.tb02325.x>
- [10] Chang SJ. The Effects of Social on Psychosocial Distress among White Collar Workers. Graduate School of Yousei University, Doctor's thesis. 1992
- [11] Chang SJ, Koh SB, Park JK, Cha BS. The Effect of Social Support on Chronic Stress and Immune System in Male Manufacturing Workers. *Korean J Prev Med*, 35:287-294, 2002.
- [12] Dean A, Kolody B, Wood P. Effects of social support from various sources on depression in elderly persons. *J Health Soc Behav*, 31: 148-161, 1990.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.2307/2137169>
- [13] Antonucci T, Fuhrer R, Dartigues J. Social relations and depressive symptomatology in a sample of community-dwelling French older adults. *Psychol Aging*, 12: 189-195, 1997.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0882-7974.12.1.189>
- [14] Park JW. A Study to Development a Scale of Social Support. Graduate School of Yousei University, Doctor's thesis, 1985
- [15] Zung WWK. A self-rating depression scale. *Arch Gen Psychiatry*, 12:63-70, 1965.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1001/archpsyc.1965.01720310065008>
- [16] Cohen S, Wills TA. Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychology Bulletin*, 98:310-357, 1985.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- [17] Andrew G, Tennant C, Hewson D, Vaillant G. Life event, stress, social support, coping style and risk of psychological impairment. *J Nerv Ment Dis*, 166: 307-316, 1978.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1097/00005053-197805000-00001>
- [18] Williamson AW, Ware JE, Donald CA. A model of mental health, life event and social supports applicable to general populations. *J Health Soc Behav*, 22:324-336, 1981.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.2307/2136675>
- [19] Kim KH. A Study on Social Support and School-life Adjustment of Middle School Student. Graduate School of Education, Kangwon National University, Master's Thesis, 1997
- [20] Im YM. Determinants of Health Promoting Behavior of College Students in Korea. Graduate School of Yousei University, Doctor's thesis, 1999
- [21] Song IS. Influence of life style to the mental and physical health status of middle and high school students. Doctor's thesis, Graduate School of Chungnam National University, 2002.
- [22] Barrera M Jr. Distribution between social support concepts, measures, and models. *Am J of Com Psychol*, 14:413-445, 1986.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/BF00922627>
- [23] Cassel JC. Contribution of the social environment to host resistance. *Am J of Epidemiology*, 104:107-123, 1976.
- [24] Willis TA, Vaughan R. Social support and smoking in early adolescence. *J of Behavioral Med*, 12:321-339, 1989.  
DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/BF00844927>

**신 은 숙(Eun-Sook Shin)**

[정회원]



- 2004년 2월 : 충남대학교 보건대학원 (보건학석사)
- 2007년 8월 : 충남대학교 대학원 (보건학박사)
- 2010년 3월 ~ 현재 : 중부대학교 보건행정학과 조교수

<관심분야>

보건행정, 병원관리, 의무기록

---

**김 희 경(Hee-Kyung Kim)**

[정회원]



- 1998년 8월 : 연세대학교 보건대학원 (보건학석사)
- 2013년 2월 : 충남대학교 대학원 (보건학박사과정 수료)
- 2012년 9월 ~ 현재 : 국군간호사관학교 교수부

<관심분야>

보건간호, 건강관리, 보건교육

---

**조 영 채(Young-Chae Cho)**

[정회원]



- 1980년 2월 : 서울대학교 보건대학원 (보건학석사)
- 1991년 2월 : 충남대학교 대학원 (수의학박사)
- 1990년 2월 ~ 현재 : 충남대학교 의학전문대학원 예방의학교실 교수

<관심분야>

환경 및 산업보건, 건강관리