

# 대학생의 사회적지지, 심리적 행동특성 및 스트레스가 우울수준에 미치는 영향 -공분산구조분석에 의한 인과모델의 검증-

박의수<sup>1</sup>, 조영채<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>대전보건대학교 의무행정정보과, <sup>2</sup>충남대학교 의과대학 예방의학교실

## The Effect of Social Supports, Psychological Behaviors, and Stress on the Depression Symptoms of College Students -Validation of Casual Model using Covariance Structure Analysis-

Ui-Su Park<sup>1</sup>, Young-Chae Cho<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Department of Medical Administration Information, Daejeon Health Institute of Technology

<sup>2</sup>Department of Preventive Medicine and Public Health, College of medicine, Chungnam National University

**요약** 본 연구는 대학생의 사회적 지지(가족의 사회적 지지, 친구의 사회적 지지), 심리적 행동특성(자기존중감, 대인의존행동특성, 통제신념) 및 스트레스가 우울수준에 미치는 영향을 알아보기 위해 실시하였다. 조사대상은 D광역시 남부 대학생 546명으로 하였으며, 연구방법은 2015년 10월에 자기기입식 설문조사에 의하였다. 연구결과, 조사대상자의 우울수준은 가족의 사회적 지지, 친구의 사회적 지지, 자기존중감 및 통제신념이 높은 군보다 낮은 군에서 유의하게 높은 반면, 대인의존행동특성과 스트레스가 낮은 군보다 높은 군에서 유의하게 높았다. 또한, 조사대상자의 우울수준은 가족의 사회적 지지, 친구의 사회적 지지, 자기존중감 및 통제신념과는 유의한 음의 상관관계를 보인 반면, 대인의존행동특성 및 스트레스와는 유의한 양의 상관관계를 보였다. 공분산 구조분석 결과, 스트레스원의 인지는 사회적 지지의 인지나 심리적 행동특성보다 우울수준에 더 큰 영향을 미쳤으며, 스트레스원의 인지가 높을수록, 사회적 지지의 인지나 심리적 행동특성이 낮을수록 우울수준을 증가시키는 효과가 있는 것으로 나타났다. 위와 같은 결과는 대학생들의 우울수준은 사회적 지지와 심리적 행동특성이 낮고, 스트레스가 높을 경우 증가한다는 것을 시사하고 있으며, 특히 다른 요인들보다 스트레스에 의해 더 큰 영향을 받고 있음을 알 수 있다. 따라서 대학생들의 우울수준을 감소시키기 위해서는 학생들이 경험하는 주요 스트레스원이 무엇인지 파악하고 스트레스원을 감소시키기 위한 노력이 필요하다고 생각된다.

**Abstract** This study examined the influence of social support (social support from family, social support from friends), psychological behavioral characteristics (self-esteem, interpersonal dependency, locus of control), and stress on the depression levels of college students. The study subjects were 546 college students in D city. The survey was conducted using a self-administered questionnaire in October 2015. As a result, the depression levels were significantly higher in the group showing lower family and friends' social support, self-esteem, and locus of control, while it was significantly higher in the group showing higher interpersonal dependency and stress. The depression levels of the subjects showed a negative correlation with family and friends' social support, self-esteem, and locus of control, but a positive correlation with interpersonal dependency and stress. Covariance structure analysis revealed an increase in the depression levels of college students when the awareness of the stress source was higher, and when the awareness of social support or psychological behavioral characteristics was lower. These results suggest that the depression levels of college students would be increased when the social support and psychological behavioral characteristics are low, and when stress is high. In particular, it was influenced much more by stress than other factors. Therefore, to decrease the depression levels of college students, it would be necessary to put efforts to understand their main stress sources and then reduce them.

**Keywords** : College student; Social support; Self-esteem; Interpersonal dependency; Locus of control; Stress; Depression.

이 논문은 2016학년도 대전보건대학교 교내연구비 지원에 의한 논문임.

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

Tel: +82-42-580-8265 email: choyc@enu.ac.kr

Received March 20, 2017

Revised April 4, 2017

Accepted June 9, 2017

Published June 30, 2017

## 1. 서론

대학생들의 부적응 사례를 유형별로 보면 우울과 불안이 가장 많이 나타난다고 보고되고 있다. 그중 대학생의 우울은 자살 등 그 파괴적인 영향력으로 인해 개입이 시급한 사회적 문제로 대두되고 있는데, 2015년 발표된 통계청의 보고에서는 2014년도 20대와 30대의 사망원인 1위가 자살로 나타났다[1].

대학생들은 재학 중 취업, 학업, 경제, 이성관계, 대인관계 등에서 스트레스를 경험하고 있다. 또한, 대학생은 여러 스트레스를 받으면서 동시에 부모, 친구, 교수와의 사회적 관계를 유지하고 이들로부터 사회적 지지를 받는 대인관계라는 맥락 속에서 생활하고 있다. 사회적 지지는 스트레스의 부정적 효과를 완충시켜주는 가장 강력한 변인의 하나로서 알려져 있다. 또한, 우울수준은 사회적 지지에 의해 큰 영향을 받는다고 하였다[2], 사회적 지지를 많이 받을수록 우울증상을 적게 보이며, 스트레스에 효과적으로 대처할 수 있다[3,4]. 이처럼 사회적 지지는 스트레스의 완충요인으로서의 기능을 하고, 스트레스의 고저에 관여할 뿐만 아니라 지지효과가 생긴다고 보고하고 있다[5]. 또한 사회적 지지는 자기존중감, 대인의존행동특성 및 통제신념과 같은 자신의 심리적 행동특성을 높일 가능성이 있다는 것을 시사하고 있다[6]. 따라서 높은 사회적 지지는 심리적 행동특성을 긍정적으로 높이고, 스트레스를 완충시키며, 심리적 행동특성이 긍정적인 사람일수록, 스트레스가 낮은 사람일수록 정신적으로 안정된 상태를 가져온다는 것을 시사하고 있다[6].

이러한 선행연구처럼 우울의 발생 원인과 요인은 개인적인 특성, 사회적 지지, 심리적 행동특성 그리고 스트레스 등에서 다양하게 존재하고 있다. 하지만 이러한 선행연구에서는 다양한 요인들과 우울과의 단편적인 관련성 파악에 중점을 두고 연구가 이루어졌다. 때문에 우울수준에 영향을 미치는 사회적 지지, 심리적 행동특성 및 스트레스와 같은 요인들 중에 어떠한 요인이 우울수준에 더 많은 영향을 주는가에 대한 연구는 아직까지 이루어지지 못하고 있다.

따라서 본 연구에서는 대학생들의 사회적 지지, 심리적 행동특성 및 스트레스에 따른 우울수준을 파악하고, 각 변수들 간의 상관관계를 파악하며, 공분산구조분석을 통하여 사회적 지지, 심리적 행동특성 및 스트레스가 우울수준에 미치는 영향력을 검증하고자 시도하였다.

## 2. 연구 방법

### 2.1 조사 대상

본 연구의 조사대상은 D광역시에 소재하고 있는 4년제 대학교 6개교를 임의로 선정하여 각 대학마다 100명씩 600명을 임의 추출하였다. 설문조사 결과 응답내용이 미비하거나 불확실한 설문 응답자 54명의 설문을 제외한 546명(회수 91.0%)의 자료를 분석대상으로 하였다.

### 2.2 자료수집 방법

자료의 수집은 D대학교의 IRB(Institutional Review Board) 승인(승인번호: 1041490-20151210-HR-005)을 받은 후, 2015년 10월에 표준화된 자기기입식 설문지(self-administered questionnaire)를 사용한 설문조사에 의하였다. 설문조사는 사전에 훈련받은 조사원들이 조사대상 각 대학교를 직접 방문하여 조사대상자들에게 설문조사에 대한 사전 동의를 구한 후, 연구의 목적, 내용 및 기입요령을 설명하고 현장에서 조사대상 학생들이 직접 작성토록 하여 회수하였다.

### 2.3 연구도구

#### 2.3.1 사회적 지지(Social support)

Park[7]이 개발한 척도를 Yoon[8]에 의해 표준화시킨 사회적 지지를 사용하였다. 이 척도는 지지 제공자별로 지지의 내용을 파악할 수 있도록 되어 있다. 본 연구에서는 가족의 지지와 친구의 지지로 구분하여 사용하였으며, 두 척도는 동일한 내용으로 구성(24항목)되어 있다. 본 도구는 사회적 지지의 정도에 따라 “전혀 그렇지 않다” 1점에서 “매우 그렇다” 5점으로 점수화 하였으며, 득점이 높을수록 사회적 지지가 높음을 나타낸다. 본 연구에서는 가족 및 친구의 지지 점수를 중앙값(median)을 기준으로 「낮은 군」과 「높은 군」으로 구분하였으며 우울수준과의 관련성을 분석하였다. 본 연구에서의 설문지 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  값은 각각 0.975, 0.973이었다.

#### 2.3.2 심리적 행동특성

(1) 자기존중감(Self-esteem): Rosenberg[9]에 의해 개발되어 타당성과 신뢰성이 보고된 자기존중감척도 10항목을 사용하였다. 점수는 자신에게 긍정적 평가항

목에 대해서 “매우 그렇게 생각한다”, “그렇게 생각한다”고 답한 경우에 1점을 부여하고, “그렇게 생각하지 않는다”고 답한 경우에는 0점을 주었다. 한편 자기에게 부정적인 평가항목에 대해서는 “그렇게 생각하지 않는다”고 답한 경우 1점을 주고, “매우 그렇게 생각한다”, “그렇게 생각한다”고 답한 경우에는 0점을 주었다. 특점이 높을수록 자기존중감이 높다는 것을 나타낸다. 본 연구에서는 중앙값(median)을 기준으로 「낮은 군」과 「높은 군」으로 구분하였으며, 자기존중감의 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  값은 0.767이었다.

**(2) 대인의존행동특성(Interpersonal dependency):** Hirschfeld[10]등이 개발한 Interpersonal dependency Scale을 McDonald-Scott[11]에 의해 부분적으로 수정한 18항목을 번역하여 사용하였다. 항목 중 독립행동에 관한 질문의 회답에 대해서 “매우 그렇다”, “그렇다”, “약간 그렇다”를 0점, “그렇지 않다”에 1점을 준다. 한편 의존행동에 대한 질문의 회답에 대해서는 “매우 그렇다”와 “그렇다”에 1점을 주어, 특점이 높을수록 대인의존경향이 높음을 나타낸다. 본 연구에서는 중앙값(median)을 기준으로 「낮은 군」과 「높은 군」으로 구분하였으며 대인의존행동특성의 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  값은 0.734이었다.

**(3) 통제신념(Locus of control) :** 통제신념은 Levenson[12]의 7개 항목의 축소형 통제신념척도(short forms of locus of control scale)를 이용하였다. 통제신념의 척도는 각각 4항목의 척도로 되어 있으며, 「매우 그렇다」 3점, 「대부분 그렇다」 2점, 「조금 그렇다」 1점 및 「전혀 그렇지 않다」 0점으로 응답하게 하였다. 합산한 점수(총득점 합계 0~21점)가 높을수록 통제신념의 성향정도가 높음을 의미한다. 본 연구에서는 중앙값을 기준으로 「높은 군」과 「낮은 군」으로 구분하였으며, 통제신념의 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  계수는 0.708이었다.

### 2.3.3 스트레스(Psychosocial stress)

스트레스의 측정은 Goldberg[13]의 일반건강측정표(General Health Questionnaire; GHQ)를 기초로 하여 우리나라의 현실적 상황에 맞게 재구성한 사회심리적 건강 측정도구(Psychosocial Well-being Index; PWI)의 45문

항의 PWI성격을 최대한 유지한 단축형 PWI-SF을 이용하였다[14]. 이는 45문항으로 구성된 PWI가 다소 추상적이고 문항수가 많아 응답률이 떨어지고 응답자료의 신뢰성에 대한 문제점이 제기되어 이러한 한계점을 보완하고자 개발된 것이다. PWI-SF의 측정척도는 Likert의 4점 척도를 이용하여 긍정적인 질문에 대한 응답은 각 항목에서 “거의 항상 그렇다” 0점, “자주 그런 편이다” 1점, “이따금 그렇다” 2점 및 “전혀 그렇지 않다” 3점의 점수를 부여하였다. 또한 부정적인 질문에 대한 응답은 각 항목에서 “거의 항상 그렇다” 3점, “자주 그런 편이다” 2점, “이따금 그렇다” 1점, “전혀 그렇지 않다” 0점의 점수를 부여한 후 이를 합산하여 PWI-SF를 산정하였으며, 이때 총점이 8점 이하인 군을 「건강군」, 9점에서 26점까지를 「잠재적 스트레스군」, 27점 이상을 「고위험 스트레스군」으로 구분하였다[14]. 본 연구에서의 설문지 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  값은 0.862이었다.

### 2.3.4 우울(Depression)

우울수준의 측정은 Zung[15]의 자기평가식 우울척도(Zung Self-rating Depression Scale; SDS)를 이용하였다. 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 총득점 합계(20~80점)를 우울의 지표로 하여 점수가 높을수록 우울수준이 높은 것으로 하였다. 본 연구에서의 설문지 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  값은 0.801이었다.

## 2.4 구조방정식 연구 모형

본 연구에서의 대학생 우울수준에 대해 관련요인과의 가설구성 개념을 아래와 같이 설정하였다. 우선 사회적 지지는 스트레스의 완충요인으로서의 기능을 하고, 스트레스의 고저에 관여할 뿐만 아니라 지지효과가 생긴다고 보고하고 있다[5,16]. 또한 사회적 지지는 자기존중감, 대인의존행동특성 및 통제신념과 같은 자신의 심리적 행동특성을 높일 가능성이 있다는 것을 시사하고 있다[6]. 따라서 높은 사회적 지지는 심리적 행동특성을 긍정적으로 높이고, 스트레스를 완충시키며, 심리

적 행동특성이 긍정적인 사람일수록, 스트레스가 낮은 사람일수록 정신적으로 안정된 상태를 가져온다는 것을 시사하고 있다[6].

이 같은 선행연구를 토대로 검토한 결과, 다른 사람들로 부터의 사회적 지지에 대한인지를 「사회적 지지 인지」, 일상적으로 느끼는 스트레스원의 인지를 「스트레스원 인지」, 자기존중감, 대인의존행동특성 및 통제신념으로부터 오는 행동특성을 「심리적 행동특성」의 잠재변수로 구성하였으며, 이 같은 잠재변수들은 「우울수준」에 직접 관련되어 영향을 미칠 것으로 가정하여 구조방정식 연구모형을 구축하였다.

연구모형은 대학생들의 「사회적 지지 인지」는 「스트레스원 인지」, 「심리적 행동특성」 및 「우울수준」에 영향을 줄 것으로 가정하여, 우선 직접적으로 측정이 불가능한 「사회적 지지 인지」, 「스트레스원 인지」, 「심리적 행동특성」 및 「우울수준」을 잠재변수로 구성하였다. 모델에 따른 「사회적 지지 인지」의 관측변수로는 가족의 사회적 지지도와 친구의 사회적 지지도를 측정할 점수로 하였으며, 「스트레스원 인지」의 관측변수로는 사회심리적 건강측정도구(PWI)를 측정할 점수로 하였다. 「심리적 행동특성」의 관측변수로는 자기존중감, 대인의존행동특성 및 통제신념을 측정할 점수로 하였으며, 「우울수준」의 관측변수로는 자기평가식 우울척도(SDS)를 측정할 점수로 하였다. 이들 잠재변수간의 인과관계를 논하기 위해 모델을 구축하였으며, 공분산구조분석에 의해 그 인과관계구조모형을 검증하였다.

## 2.5 자료처리 및 통계분석

수집된 자료는 전산입력 후 SPSSWIN(ver 22.0)프로그램을 사용하여 통계분석 하였다. 자료의 분석은 사회적 지지(가족 및 친구의 지지), 심리적 행동특성(자기존중감, 대인의존행동특성, 통제신념) 및 스트레스에 따른 우울수준의 평균점수를 비교하였으며 t-test 및 ANOVA로 검증하였고, 각 변수간의 상관관계는 Pearson의 상관분석에 의한 상관계수를 구하였다. 다음으로 연구의 이론적 틀에 부합하고 유의한 변수들을 선정하여 공분산구조분석 모형설정을 실행하였다. 공분산 구조분석에서는 모델의 적합도를 확인하기 위하여 구조변수의 변이는 하나로 제한하였다. 구조방정식모형의 입력행렬은 SPSSWIN(ver 22.0)을 사용하여 AMOS(ver 22.0)에 의한 Spearman 상관계수행렬(Spearman's correlation

coefficient matrix)을 사용하였으며 최대우도법(Maximum likelihood method)으로 모수를 추정하였다. 구조방정식에 사용된 변수는 각 모형 구성요소를 잠재변수로 하고 각각의 구성요소에 해당하는 변수들을 관측변수로 선택하였다. 변수의 선택은 각 경로에 대한 개별적인 단순분석에서 유의한 관련성을 가지고 이론적인 모형을 지지하면서도 모형적합도에 있어서 적절한 모형을 구성하는 변수를 선택하였다. 모형적합도 검증은 구조방정식모형의 기초부합치(Goodness of Fit Index; GFI)와 자유도를 고려한 조정부합치(Adjusted Goodness of Fit Index; AGFI), 원소 간 평균차이(Root Mean square Residual; RMR) 및 근사제곱근 평균제곱오차(Root Mean Square Error of Approximation; RMSEA)를 구하였다. 최종적으로 외생잠재변수(Exogenous latent variable)로는 「사회적 지지의 인지」를 구조방정식 모형에 포함시켰다. 이론적 모형에서 제시한 내생잠재변수(Endogenous latent variable)와 Y관측변수는 모두 구조방정식 모형에 포함시켰다. 각 경로도의 경로계수는 유의한 것만을 경로도와 함께 표기하였다. 외생잠재변수의 경우에는 각각 하나씩의 X관측변수만을 할당하여 경로계수를 1.0으로 고정하였으므로 별도로 경로도에 표시하지 않았다. 각 경로의 효과는 외생잠재변수에서 내생잠재변수로 향하는 경로와 내생잠재변수 사이의 경로로 나누어 해당경로를 따라 작용하는 직접효과를 표기하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 사회적 지지, 심리적 행동특성 및 스트레스 정도별 우울수준

조사대상자의 사회적 지지, 심리적 행동특성 및 스트레스 정도별 우울수준은 [Table 1]과 같다. 가족의 사회적 지지 정도별 우울수준의 평균 점수는 「높은 군」보다 「낮은 군」에서(p=0.000), 친구의 사회적 지지 정도별 우울수준의 평균 점수는 「높은 군」보다 「낮은 군」에서(p=0.000) 유의하게 높았다. 자기존중감 정도별 우울수준의 평균 점수는 「높은 군」보다 「낮은 군」에서 유의하게 높았다(p=0.000). 대인의존행동특성 정도별 우울수준의 평균 점수는 「낮은 군」보다 「높은 군」에서 유의하게 높았다(p=0.000). 통제신념 정도별 우울수준의

**Table 1.** Depression scores according to the social support, psychological behaviors and stress of study subjects

Variable	N(%)	Depression scores		t(F)	p-value
		Mean	SD		
Families' social support				8.101	0.000
Low	280(51.3)	46.87	±6.67		
High	266(48.7)	41.67	±8.20		
Friend's social support				6.947	0.000
Low	283(51.8)	46.53	±6.55		
High	263(48.2)	41.98	±8.52		
Self-esteem				10.455	0.000
Low	328(60.1)	47.00	±7.02		
High	218(39.9)	40.34	±7.44		
Interpersonal dependency				-3.525	0.000
Low	304(55.7)	43.29	±7.98		
High	242(44.3)	45.66	±7.58		
Locus of control				5.952	0.000
Low	334(61.3)	45.89	±7.64		
High	212(38.8)	41.89	±7.67		
Stress				180.148	0.000
Healthy group	36(6.6)	33.33	±6.08		
Latent stress group	323(59.2)	41.94	±6.74		
High risk stress group	187(34.2)	50.60	±4.89		
Total	546(100.0)	44.34	±7.89		

평균 점수는 「높은 군」보다 「낮은 군」에서 유의하게 높았다( $p=0.000$ ). 스트레스 정도별 우울수준의 평균 점수는 스트레스가 높을수록 유의하게 높았다( $p=0.000$ ).

### 3.2 우울수준과 관련변수들 간의 상관관계

우울수준과 가족 및 친구의 사회적 지지, 자기존중감, 대인의존행동특성, 통제신념, 스트레스 간의 상관관계는 [Table 2]와 같다. 우울수준은 가족의 사회적 지지( $r = -0.418, p < 0.01$ ), 친구의 사회적 지지( $r = -0.353, p < 0.01$ ), 자기존중감( $r = -0.471, p < 0.01$ ) 및 통제신념( $r = -0.338, p < 0.01$ )과 유의한 음의 상관관계를 보인 반면, 대인의존행동특성( $r = 0.175, p < 0.05$ ), 스트레스( $r = 0.797, p < 0.01$ )와는 유의한 양의 상관관계를 보였다. 한편, 가족의 사회적 지지는 친구의 사회적 지지( $r = 0.571, p < 0.01$ ), 자기존중감( $r = 0.384, p < 0.01$ ), 대인의존행동특성( $r = 0.112, p < 0.05$ ), 통제신념( $r = 0.139, p < 0.05$ )과 유의한 양의 상관

관계를 보인 반면, 스트레스( $r = -0.403, p < 0.01$ )와는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 친구의 사회적 지지는 자기존중감( $r = 0.332, p < 0.01$ ), 대인의존행동특성( $r = 0.166, p < 0.05$ )과 유의한 양의 상관관계를 보인 반면, 스트레스( $r = -0.362, p < 0.01$ )와는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 자기존중감은 통제신념( $r = 0.191, p < 0.05$ )과 유의한 양의 상관관계를 보인 반면, 스트레스( $r = -0.520, p < 0.01$ )와는 유의한 음의 상관관계를 보였다. 대인의존행동특성은 스트레스( $r = 0.119, p < 0.05$ )와 유의한 양의 상관관계를 보였으며, 통제신념은 스트레스( $r = -0.363, p < 0.01$ )와 유의한 음의 상관관계를 보였다.

### 3.3 우울수준에 영향을 미치는 요인에 대한 공분산 구조분석 결과

조사대상자의 우울수준에 영향을 미치는 사회적 지지(가족의 사회적 지지, 친구의 사회적 지지), 심리적 행동

**Table 2.** Correlation matrix of related factors regarding depression

Variables	Depression	Families' social support	Friend's social support	Self-esteem	Interpersonal dependency	Locus of control
Families' social support	-0.418**					
Friend's social support	-0.353**	0.571**				
Self-esteem	-0.471**	0.384**	0.332**			
Interpersonal dependency	0.175*	0.112*	0.166*	-0.011		
Locus of control	-0.338**	0.139*	0.077	0.191*	-0.054	
Stress	0.797**	-0.403**	-0.362**	-0.520**	0.119*	-0.363**

\* :  $p < 0.05$ , \*\* :  $p < 0.01$

특성(자기존중감, 대인의존행동특성, 통제신념) 및 스트레스 간의 인과관계를 추정하기 위하여 공분산 구조분석을 실시하였다[Table 3].

전체적인 모델의 적합성을 보면 Chi-square=39.325(df=9)이며, 유의수준은 p=0.135로 모델은 적합하였다. 기초부합치(Goodness of Fit Index; GFI)는 0.980로서 0.9를 초과하여 적합도가 높은 것으로 나타났으며, 조정부합치(Adjusted Goodness of Fit Index; AGFI)도 0.939로 모델의 부합도는 양호한 것으로 인정되었다. 원소 간 평균차이(Root Mean square Residual; RMR)는 값이 적을수록 부합도가 높다고 할 수 있으며 대략 0.06이하의 RMR을 보일 때 잘 맞는 모델로 간주하는데 본 연구에서의 RMR은 0.042로 부합도에서 문제가 없었다. 또한 근사제곱근 평균제곱 오차(Root Mean Square Error of Approximation; RMSEA)는 대체적으로 0.05에서 0.08이하이면 양호하다고 할 수 있는데 본 연구에서는 0.079로 나타났[Table 3].

구조방정식을 통해 구해진 내생잠재변수에 대한 외생잠재변수의 효과를 보면, 「사회적 지지 인지」는 「심리적 행동특성」에 대한 경로계수가 0.660로 정(+)의 직접효과가 있었고, 「스트레스원 인지」에 대한 경로계수가 -0.505로 부(-)의 직접효과가 있으며, 「우울」에 대한 경로계수는 -0.180로 부(-)의 직접효과가 있었다. 한편 내생잠재변수 간의 유의한 경로계수를 보면, 「스트레스원 인지」는 「심리적 행동특성」에 대한 경로계수가 -0.729로 부(-)의 직접효과가 있었고, 「우울」에 대한 경로계수는 0.760으로 정(+)의 직접효과가 있었으며, 「심리적 행동특성」은 「우울」에 대한 경로계수가 -

0.349로 부(-)의 직접효과가 있었다. 또한, 종속변수가 독립변수에 의하여 설명되는 비율을 나타내는 SMC(Squared Multiple Correlations)는 「심리적 행동특성」의 경우는 「사회적 지지 인지」와 「스트레스원 인지」에 의해서 설명되는 분산이 0.452로 나타났으며, 이는 「사회적 지지 인지」와 「스트레스원 인지」가 「심리적 행동특성」을 45.2% 설명하고 있음을 나타낸다. 또한 「스트레스원 인지」의 경우 「사회적 지지 인지」에 의해서 설명되는 분산이 0.255로 나타났으며, 이는 「사회적 지지 인지」가 「스트레스원 인지」를 25.5% 설명하고 있음을 나타낸다. 「우울」의 경우는 「사회적 지지 인지」, 「심리적 행동특성」 및 「스트레스원 인지」에 의해서 설명되는 분산이 0.653로 나타났으며 이는 「사회적 지지 인지」, 「심리적 행동특성」 및 「스트레스원 인지」가 「우울」을 65.3% 설명하고 있음을 나타낸다. 이상의 경로계수는 「우울」에 대한 「심리적 행동특성」과 「우울」에 대한 「사회적 지지 인지」는 5% 수준으로, 나머지는 모두 1% 수준으로 유의하였으며, 우울에 미치는 사회적 지지, 심리적 행동특성 및 스트레스간의 인과관계가 추정되었다[Table 3, Figure 1].

#### 4. 고찰

본 연구는 대학생의 사회적 지지(가족의 사회적 지지, 친구의 사회적 지지), 심리적 행동특성(자기존중감, 대인의존행동특성, 통제신념) 및 스트레스가 우울수준에 미치는 영향을 규명하고자 실시하였다. 본 연구에서 사용

Table 3. Structural model of endogenous and exogenous variables

	Endogenous variable		Exogenous variable	Error	Coefficient of determination
	Source of stress recognition	Psychological behaviors	Social support recognition	Z	SMC <sup>†</sup>
Source of stress recognition	0.000	0.000	-0.505**	0.000	0.255
Psychological behaviors	-0.729**	0.000	0.660**	0.016	0.452
Depression symptoms	0.760**	-0.349*	-0.180*	0.000	0.653
Chi-square = 39.325			GFI <sup>‡</sup> = 0.980		
df = 9			AGFI <sup>§</sup> = 0.939		
p = 0.135			RMR <sup>  </sup> = 0.042		
			RMSEA <sup>¶</sup> = 0.079		

\* : p<0.05 , \*\* : p<0.01

† : Squared Multiple Correlations(SMC)

‡ : Goodness of Fit Index(GFI)

§ : Adjusted Goodness of Fit Index(AGFI)

|| : Root Mean square Residual(RMR)

¶ : Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA)

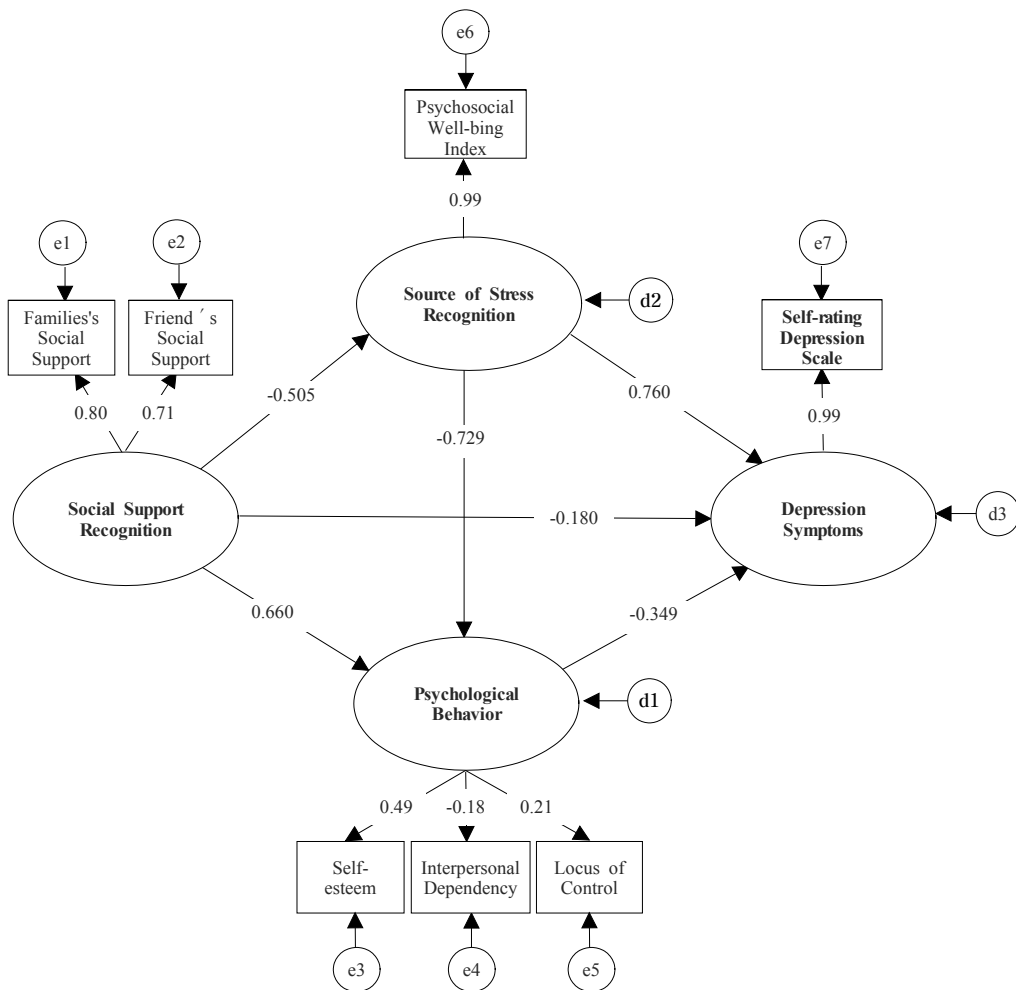


Fig. 1. Path diagram of structural equation modeling

된 사회적지지, 자기존중감, 대인의존행동특성, 통제신념, 스트레스 및 우울 수준(PWI-SF)의 측정도구는 그 타당도와 신뢰도가 검증된 도구이며, 본 연구에서의 설문지 내적 신뢰도를 의미하는 Cronbach's  $\alpha$  값이 모두 0.7 이상으로 높은 신뢰도를 보여 연구결과의 신뢰성에 문제가 없을 것으로 판단된다.

연구결과, 조사대상자의 우울수준의 평균 점수는 가족의 사회적지지 정도가 낮을수록, 친구의 사회적지지 정도가 낮을수록, 자기존중감이 낮을수록, 대인의존행동특성이 높을수록, 통제신념이 낮을수록, 스트레스가 높을수록 유의하게 높은 것으로 나타났다. 따라서 조사대상 대학생들의 우울수준은 사회적지지도나 자기존중감,

대인의존행동특성 및 통제신념 같은 심리적 행동특성뿐만 아니라 스트레스에 의해서도 영향을 받고 있음을 알 수 있다. 선행연구에서도 우울수준은 사회적 지지에 의해 큰 영향을 받는다고 보고하였고[2,17], 가족의 사회적 지지는 우울예방에 긍정적인 영향을 미친다고 보고하였다[18]. 또한 사회적 지지는 우울 예방 및 대책방안 제시에 기여할 수 있다[7,19]고 하여 우울과 사회적 지지가 높은 관련성이 있음을 설명해 주고 있다. 우울과 자기존중감과의 관련성에 대해서는 낮은 자기존중감은 우울에 대한 위협요인이 되며, 높은 자기존중감은 우울을 예방할 수 있는 심리적 백신으로 작용할 수 있다고 하여 [20,21,22] 본 연구결과를 뒷받침 해 주고 있다. 우울과

대인의존행동특성 및 통제신념과의 관련성에서는 Lee[23]는 대학시기에 대인관계 유능성을 형성하지 못하면 정서적 고통을 경험하고 대학생활의 심각한 부적응을 겪을 수 있다고 하였으며, 이러한 대인관계 유능성의 부재는 정신건강에 악영향을 끼쳐 정서적으로 우울과 불안을 지속시킬 수 있다고 보고하고 있다[24,25]. 스트레스 또한 우울과 밀접하게 관련 되어 있어 대학생들에서의 사회심리적 스트레스가 높을수록 우울이 높은 것으로 밝혀서 본 연구결과와 유사함을 보여주고 있다[26,27].

본 연구에서의 조사대상자의 우울수준과 사회적 지지도, 심리적 행동특성 및 스트레스와의 상관관계를 보면, 우울수준은 가족의 사회적 지지, 친구의 사회적지지, 자기존중감 및 통제신념과는 유의한 음의 상관관계를 보인 반면, 대인의존행동특성, 스트레스와는 유의한 양의 상관관계를 보이는 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 선행 연구에서도 사회적 지지를 많이 받을수록 우울증상을 적게 경험한다고 보고하고 있으며[3,4], 자기존중감과 우울과는 음의 상관관계를 보이고[20,28], 통제신념과 우울과도 음의 상관관계를 보인다[29,30]고 보고하고 있는 반면, 대인의존행동특성과 우울과는 양의 상관관계를 [31,32,33], 스트레스와 우울수준과도 양의 상관관계가 있다[26,34,35]고 보고하여 본 연구의 결과를 뒷받침해 주고 있다.

본 연구에서의 조사대상 대학생들의 우울수준에 미치는 영향을 미치는 사회적 지지(가족의 사회적지지, 친구의 사회적 지지), 심리적 행동특성(자기존중감, 대인의존행동특성, 통제신념) 및 스트레스 간의 인과관계를 추정하고자 공분산 구조분석을 실시한 결과, 스트레스원의 인지가 높을수록, 사회적 지지의 인지나 심리적 행동특성이 낮을수록 우울수준을 증가시키는 것으로 나타났다. 이 같은 결과는 선행연구에서도 유사한 결과를 보여주고 있는데 대체적인 연구결과가 개인이 경험하는 스트레스가 높을수록 우울수준은 높아지는[26,27,36] 반면, 사회적 지지가 낮을수록 우울수준을 증가시키는 요인이 되고 [2,17,18], 심리적 행동특성이 낮을수록 우울수준을 증가 [20,21,22,23]시키는 것으로 보고되고 있어 본 연구 결과를 지지하고 있다.

본 연구의 제한점으로 지적될 수 있는 것은 첫째, 본 연구가 D광역시의 일부 대학생을 대상으로 한 단면조사이기 때문에 이 연구 결과를 우리나라 전체 대학생에게 일반화시키기에는 무리가 있다고 생각된다. 둘째, 본 연

구에서 사용된 사회적 지지(가족의 사회적 지지, 친구의 사회적 지지), 심리적 행동특성(자기존중감, 대인의존행동특성, 통제신념) 및 스트레스 등의 측정은 응답자의 주관적인 자기기입방법에 의존하여 측정하였기 때문에 응답편의(response bias)가 개재될 위험성을 배제할 수가 없다. 그러나 그동안 우울수준에 대한 선행연구에서는 조사대상자들의 인구사회학적 특성이나 직업관련 특성 등, 단편적인 요인에 따른 우울과의 관련성에 대한 연구가 대부분이었다. 따라서 본 연구는 이와 같은 단편적인 요인을 벗어나 중 다변적인 요인 즉, 사회적지지, 심리적 행동특성 및 스트레스와 같은 요인들이 우울수준에 미치는 영향을 분석한 것으로 큰 의의가 있다고 본다.

결론적으로 대학생들의 우울수준은 사회적 지지와 심리적 행동특성이 낮고, 스트레스가 높을 경우 증가한다는 것을 확인하였다. 특히 대학생의 우울수준은 다른 요인들보다 스트레스에 의해 더 큰 영향을 받고 있음을 알 수 있다. 따라서 대학생들의 우울수준을 감소시키기 위해서는 학생들이 경험하는 주요 스트레스원이 무엇인지 파악하고 스트레스원을 감소시키기 위한 노력이 이루어져야 할 것으로 본다.

## 5. 요약 및 결론

본 연구는 대학생의 사회적 지지(가족의 사회적 지지, 친구의 사회적 지지), 심리적 행동특성(자기존중감, 대인의존행동특성, 통제신념) 및 스트레스가 우울수준에 미치는 영향을 알아보기 위해 실시하였다. 조사대상은 D광역시의 남녀 대학생 546명을 대상으로 하였으며, 연구 방법은 2015년 10월에 자기기입식 설문조사에 의하였다. 자료의 분석은 조사대상자의 사회적 지지, 심리적 행동특성 및 스트레스에 따른 우울수준을 비교하였으며, 각 변수들 간의 상관관계를 검토하였다. 또한, 우울수준에 영향을 미치는 사회적 지지, 심리적 행동특성 및 스트레스 간의 인과관계를 추정하기 위하여 공분산 구조분석을 실시하였다. 자료의 처리에는 SPSSWIN(ver 22.0)프로그램과 AMOS(ver 22.0)프로그램을 사용하였다. 주요 연구결과는 다음과 같다.

1. 조사대상자의 우울수준은 가족의 사회적 지지, 친구의 사회적 지지, 자기존중감 및 통제신념이 높은



군보다 낮은 군에서 유의하게 높은 반면, 대인의존 행동특성과 스트레스가 낮은 군보다 높은 군에서 유의하게 높았다.

2. 조사대상자의 우울수준은 가족의 사회적 지지, 친구의 사회적 지지, 자기존중감 및 통제신념과는 유의한 음의 상관관계를 보인 반면, 대인의존행동 특성 및 스트레스와는 유의한 양의 상관관계를 보였다.
3. 공분산 구조분석 결과, 스트레스원의 인지는 사회적 지지의 인지나 심리적 행동특성보다 우울수준에 더 큰 영향을 미쳤으며, 스트레스원의 인지가 높을수록, 사회적 지지의 인지나 심리적 행동특성이 낮을수록 우울수준을 증가시키는 효과가 있는 것으로 나타났다. 한편, 사회적 지지의 인지가 낮을수록 스트레스원의 인지를 증가시키는 반면, 사회적 지지의 인지가 높을수록 심리적 행동특성을 증가시키는 효과가 있는 것으로 나타났다.

위와 같은 연구결과는 대학생들의 우울수준은 사회적 지지와 심리적 행동특성이 낮고, 스트레스가 높을 경우 증가한다는 것을 시사하고 있다. 특히 대학생의 우울수준은 다른 요인들보다 스트레스에 의해 더 큰 영향을 받고 있음을 알 수 있다. 따라서 대학생들의 우울수준을 감소시키기 위해서는 학생들이 경험하는 주요 스트레스원이 무엇인지 파악하고 스트레스원을 감소시키기 위한 노력이 필요하다고 생각된다.

## Reference

- [1] Korea National Statistical Office. Annual Report on the Cause of Death Statistics. <http://kosis.kr>, 2016.
- [2] Ji EM, Cho YC., The association of self-esteem and social support with depressive symptoms in college students, *Journal of Korea Academia-Industrial cooperation Society*, vol. 15, no. 5, pp. 2996-3006, 2014. DOI: <http://doi.org/10.5762/KAIS.2014.15.5.2996>
- [3] Li W., The relationship between perceived stress and depression and anxiety in college students: the effect of social support. *Chinese J of Clinical Psychology*, vol. 11, no. 2, pp. 108-110, 2003.
- [4] Wright KB, Rosenberg J, Egbert N, Ploeger., Communication competence, social support, and depression among college students: A model of face book and face-to-face support network influence. *J of Health Communication*, vol. 18, no. 1, pp. 41-57, 2013. DOI: <https://doi.org/10.1080/10810730.2012.688250>
- [5] LaRocco J.M., House JS, French JRP., Social support, occupational stress, and health. *J Health Soc Behav*, 21, pp. 202-218, 1980. DOI: <https://doi.org/10.2307/2136616>
- [6] Engel M., The stability of the self concept in adolescence. *J Abnorm Social Psychol* 58, pp. 211-215, 1959. DOI: <https://doi.org/10.1037/h0043088>
- [7] Park J. W., A study to development a scale of social support, Doctor's thesis, Graduate School of Yonsei University, 1985
- [8] Yun HJ, Perception of everyday stress and social network support in adolescence. master's thesis, Graduate School of Seoul University, 1993.
- [9] Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965. DOI: <https://doi.org/10.1515/9781400876136>
- [10] Hirschfeld RMA. A measure of interpersonal dependency. *J of Personality Assessment*, 41, pp. 129-133, 1977.
- [11] McDonald-Scott. The interpersonal dependency inventory Japanese Short Form: development and evaluation. *Kango Kenkyu*, vol. 21, no. 5, pp. 451-60, 1988. DOI: [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4106\\_6](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4106_6)
- [12] Levenson H., Multidimensional locus of control in psychiatric patients. *J Cons Clin Psychol*, 41, pp. 397-404, 1973. DOI: <https://doi.org/10.1037/h0035357>
- [13] Goldberg D., Manual of the General Health Questionnaire. Nfer-Nelson, 1978
- [14] Chang S. J., Standardization of collection and measurement of health statistics data. *The Korean Society for Preventive Medicine*. Seoul, pp. 92-143. 2000.
- [15] Zung WWK., A self-rating depression scale. *Arch Gen Psychiatry*, 12, pp. 63-70, 1965. DOI: <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1965.01720310065008>
- [16] Kahn R. L., Organizational stress: studies in role conflict and ambiguity. New York: Wiley, 1964.
- [17] Jenkins S. R., Belange A, Connally ML, Boa. First-generation undergraduate students' social support, depression, and life satisfaction. *J of College Counseling*, vol. 16, no. 2, pp. 129-142. 2013. DOI: <https://doi.org/10.1002/j.2161-1882.2013.00032.x>
- [18] Harris T. L., Cultural orientation, family cohesion, and family support in suicide ideation and depression among African American college students. *Suicide and Life Threatening Behavior*, vol. 30, no. 4, pp. 341-353. 2000.
- [19] Eom T. W., Relation factors of hopelessness among adolescents and their suicidal ideation: regarding social support effect, *Korean Youth Research Association*, vol. 15, no. 5, pp. 211-237, 2008.
- [20] Hong Y. S., The influence of their parent's abuse on depression of children: the effects of self-esteem, mental health & social work, 36, pp. 64-81, 2010.
- [21] Choi H. C., The reciprocal relationship between self-esteem and depression: testing the vulnerability

- model, the scar model, and the reciprocal effects model, Korean Journal of Counselling, vol. 12, no. 6, pp. 2251-2271, 2011.  
DOI: <https://doi.org/10.15703/kjc.12.6.201112.2251>
- [22] Han G. B., Relationship between perceived parental attachment in childhood and depression of college students: mediating effects of self-esteem and adult attachment, Korea Journal of Counseling, vol. 14, no. 5, pp. 3065-3087, 2013.  
DOI: <https://doi.org/10.15703/kjc.14.5.201310.3065>
- [23] Lee S. J., The effect of sense of social connectedness and autonomy on college adjustment and subjective well-being among university students: testing a mediation effect of interpersonal problems, Korean Journal of School Psychology, vol. 6, no. 2, pp. 229-248, 2009.  
DOI: <https://doi.org/10.16983/kjsp.2009.6.2.229>
- [24] Han NR, Lee DG, Validation of the Korean version of the interpersonal competence questionnaire in Korean college students, Korean Journal of Counseling And Psychotherapy. 22, no. 1, pp. 137-156, 2010.
- [25] Koo HK, Kim JN, The relations between covert narcissism and psychological maladjustment: the mediating effect of internalized shame, maladaptive perfectionism, and perceived social support, vol. 15, no. 2, pp. 609-636, 2014.
- [26] Han KS, Self efficacy, health promoting behaviors, and symptoms of stress among university students, Journal of Korean Academy of Nursing, vol. 35, no. 3, pp. 585-592, 2005.  
DOI: <https://doi.org/10.4040/jkan.2005.35.3.585>
- [27] Lester D., College students stressor, depression, and suicidal ideation. Psycho. Repo, vol. 114, no. 1, pp. 293-296, 2014.  
DOI: <https://doi.org/10.2466/12.02.PR0.114k10w7>
- [28] Talaei A, RezaeiArdani A., PW01-34- depression and its correlation with self-esteem and social support among iranian university students. European Psychiatry, 25, SUP1, pp. 1453, 2010.
- [29] Abdel-khalek AM., Obsession-Compulsion, Locus of Control, Depression, and Hopelessness: a Construct Validity of the Arabic Obsessive-Compulsive Scale in American and Kuwaiti Students. Psycho. Repo. 86(3/2), pp. 1187-1188, 2000.
- [30] Richardson A, Field T, Newton R, Bendell D. Locus of control and prenatal depression. Infant Behavior & Development, vol. 35, no. 4, pp. 662-668, 2012.  
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2012.07.006>
- [31] McBride C, Bagby R. M., Rumination and Interpersonal Dependency: Explaining Women's Vulnerability to Depression. Canadian Psychology, 47, no. 3, pp. 184-194. 2006.  
DOI: <https://doi.org/10.1037/cp2006008>
- [32] Takagishi Y, Sakata M, Kitamura T., Effects of self-esteem on state and trait components of interpersonal dependency and depression in the workplace. J of clinical psychology, 67, no. 9, pp. 918-926. 2011.  
DOI: <https://doi.org/10.1002/jclp.20815>
- [33] Rusby JSM, Harris JM, Tasker F., Female interpersonal dependency: Genetic and Environmental Components and its Relationship to Depression a function of age. Aging and Mental Health, 17, no. 8, pp. 1044-1051, 2013.  
DOI: <https://doi.org/10.1080/13607863.2013.807421>
- [34] Sawatzky RG, Ratner PA, Richardson CG, Wa., Stress and Depression in Students: The Mediation Role of Stress Management Self-efficacy. Nursing Research, 61, no. 1, pp. 13-21, 2012.  
DOI: <https://doi.org/10.1097/NNR.0b013e31823b1440>
- [35] Hafen M, Ratcliffe GC, Rush BR., Veterinary Medical Student Well-being: Depression, Stress, and Personal Relationships. J of Veterinary Medical Education, 40, no. 3, pp. 296-302. 2013.  
DOI: <https://doi.org/10.3138/jvme.1112-101R>
- [36] Bae S. Y., Kim S. H., Analysis of convergent influence of positive emotion, negative emotion and job seeking stress on depression among college women of health affiliated educations. Journal of Digital Convergence, 13, no. 3, pp. 269-278, 2016.  
DOI: <https://doi.org/10.14400/JDC.2016.14.3.269>

**박 의 수 (Eui-Soo Park)**

[정회원]



- 2003년 2월 : 충남대학교 대학원 (이학석사)
- 2017년 2월 : 충남대학교 대학원 (보건학박사)
- 2003년 3월 ~ 현재 : 대전보건대학교 의무행정정보과 조교수

<관심분야>

보건의료정보관리, 병원시스템관리

**조 영 채 (Young-Chae Cho)**

[정회원]



- 1980년 2월 : 서울대학교 보건대학원 (보건학석사)
- 1991년 2월 : 충남대학교 대학원 (수의학박사)
- 1990년 3월 ~ 현재 : 충남대학교 의과대학 예방의학교실 교수

<관심분야>

환경 및 산업보건, 건강관리