

# 중학생의 우울과 자존감, A형 행동특성, 통제위의 관계

최미경

관동대학교 간호학과

## Depression, Self-esteem, Type A Behavior Pattern, and Locus of Control in Middle School Students

Mi-Kyoung Choi

Department of Nursing, Kwandong University

### <Abstract>

**Objectives:** The main purpose of this study was to examine factors associated with depression of middle school students in relation to self-esteem, type A behavior pattern, and locus of control. **Methods:** A survey was administered to a convenience sample of 309 middle school students. The data analysis procedure included frequency distribution, t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficients, and stepwise multiple regression using depression as the dependent variable. **Results:** The prevalence of depression was 27.2%. Stepwise multiple regression revealed that the factors such as self-esteem( $\beta=0.422$ ,  $p<0.001$ ), type A behavior pattern( $\beta=0.166$ ,  $p<0.001$ ), and locus of control( $\beta=-0.165$ ,  $p<0.001$ ) turned out to be significant affecting factors. Forty nine percent of variance in depression was explained by these factors(40% of variance by self-esteem). **Conclusions:** The findings suggest that personal internalizing variables should be considered when developing mental health education program to prevent the occurrence of depression for middle school students.

**Key words:** Middle school student, Depression, Self-esteem, Type A behavior pattern, Locus of control

## I. 서론

최근 학교현장에서 정신건강 교육의 필요성이 강조되고 있는 가운데, 특히 중학생의 우울에 대한 관심이 높아지고 있다. 중학생과 같은 초기 청소년기의 정신건강은 생의 주기의 특성상 특히 발달의 영향을 많이 받는데(Okonogi, Fukatsu, & Ohno, 2004), 즉 그들은 청소년기에 들어서면서 2차 성징의 출현과 함께 아동기 때의 자신에 대한 이미지 상실과, 부모, 특히 어머니로부터 거리가 멀어지는 변화를 겪으면서 이전과는 다른 현실적 어려움에 직면하게 되고 이에 따라 그만큼 쉽게 좌절감을 겪게 된다. 그런데, 급속한 신체적 성장만큼 정신적 성장이 이에 따라주지 못하는 불균형으로 인해 이 시기에는 정서적으로 불안정한 상태에 놓이기 쉬워 우울과 같은 정신과적 문제를 많이 내포할 가

능성이 크다. 그런데, 이와 같은 발달상의 특징과 맞물려 쉽게 우울에 노출될 수 있는 이 시기에 우울증을 갖게 되는 경우, 우울이 그 후의 청소년기 전반에 걸쳐 이행되기 쉽고 성인인 된 후에도 재발하기 쉬운 경향이 있는 것으로 보고 되고(Yamaguchi, 2010) 있다.

이와 같은 배경 속에서 학교현장에서는 중학생과 같은 초기 청소년들의 우울 예방을 위해 보다 적극적이고 효율적인 정신건강 교육을 위해 노력할 필요가 있는데, 이 경우, 이 시기의 우울증상이 그 발현빈도나 증상의 표출양상에 있어 다른 생의 주기와는 조금 다른 양상을 나타낼 수 있다는 사실을 염두에 둘 필요가 있다. 발현빈도와 관련해서는 연구보고(Kim, 2008; Ryu & Park, 2007; Cho et al., 2001; Swanson, Linskey, Quintero-Salinas, Pumariega, & Holzer, 1992; Denda et al., 2004)에 따라 차이가 있으나 보편

교신저자: 최미경

강원도 강릉시 내곡동 522 관동대학교 간호학과

전화: 033-649-7615 Fax: 033-649-7620 E-mail: mkchoi@kd.ac.kr

▪ 투고일: 2011.10.20

▪ 수정일: 2011.12.21

▪ 게재확정일: 2011.12.28

적으로 중학생의 경우 고등학생에 비해 낮게 나타나고 있는데, 실제로는 그 비율이 보다 높을 가능성이 크다. 그 이유는 초기 청소년기의 경우, 우울이 사춘기와 관련한 현상으로 여겨지거나 우울증상이 다른 형태의 부적응적 문제행동으로 나타나는(Iwasaka, 2008) 경향이 있어 부모나 주위 사람들에 의해 제대로 인지되지 못하는 경우가 많기 때문이다. 또한 이들은 우울과 같은 정신과적 문제를 언어로 표현하기 힘든 경향이 있어 의료 서비스를 제공하는 측의 입장에서 그 실태를 정확히 파악하는 것 자체가 쉽지 않음(Okonogi et al., 2004) 때문이다. 우울의 표출양상과 관련해서는 이미 언급한 바와 같이, 이 시기의 대상자의 경우 우울이 다른 형태의 부적응 행동으로 나타나기 쉬운데, 그 중에서도 가출이나 따돌림, 폭력행동, 자살(Hong & Jeon, 2005; Uchida & Hujimori, 2007)과 같은 문제행동들은 대상자 개인 뿐 아니라, 가족을 포함한 주위사람들에게 많은 고통을 줄 수 있으며 사회적으로도 큰 손실을 초래하는 결과를 가져올 수 있다.

한편, 우울은 그 증상의 발현에 있어 다른 정신과적 질환에 비해 비교적 다양한 요인이 제기되고 있는데(Okonogi et al., 2004), 청소년을 대상으로 한 연구에서 다루어진 우울 관련 요인으로는 나이, 성별, 교육, 경제수준, 부모의 특성과 같은 사회인구학적 요인(Bjelland et al., 2008; Lorant et al., 2007)을 비롯하여 학교성적(Frojd et al., 2008), 부모의 양육방법(Kim & Min, 2006), 학교적응(Kim, 2008) 등과 같은 요인이 자주 거론되고 있다. 정서적 지지(Lee, 2004; Meadows, 2007)와 가족기능(Choi & Kim, 2009; Uchida & Hujimori, 2007)과 같은 사회심리적 요인 또한 주요요인으로 다루어지고 있는데, 정서적 지지는 심리적 갈등 시 카타르시스, 자기통찰, 안심감과 신뢰감, 자신감의 향상 등을 통한 완충효과(Munakata, 1996)를 갖는다는 점에서 보다 우울을 경감시키는 효과를 기대할 수 있다. 가족기능은 전체로서의 가족이 가지는 응집과 협력에 영향을 미치는 상호 의존적인 관계 속에서 얻어지는 심리적 안정감(Choi, 2005)이라는 측면을 고려할 때, 부모의 양육방법이나 부모의 특성 등과 같은 가족의 구조적 특성에 비해 우울에 더 많은 영향을 미칠 수 있다.

그런데, 우울에 영향을 줄 수 있는 요인으로써 자존감, 성격특성, 통제위와 같은 개인내적 요소는 개인의 내면에 위치하고 있으면서 보다 안정적이고 고정적인 특성을 갖고

있다는 점에서 우울증상의 발현에 있어 보다 근본적이고 지속적인 영향을 줄 수 있다. 이들 요인들은 대체로 스트레스와 이에 대한 적응적 반응과정에서의 매개 또는 중재요인으로 작용함으로써 우울에 영향을 주는 요인으로 설명되고 있다(Doo, 2002). 자존감은 청소년 정신건강과 관련한 연구(Song & Lee, 2010; Lee, Choi, & Seo, 2000; Choi, 2005; Howard & William, 2005)에서 공통적으로 중요하게 거론되고 있는 요인인데, 상황적 스트레스와 적응사이의 매개역할을 통해 스트레스에 대한 평가와 대처에 관여함으로써(Lee, Choi, & You, 2000) 우울증상의 발현에 많은 영향을 주는 것으로 알려지고 있다. 한편 개인의 성격적 특성을 나타내는 A형 행동은 야심이 있고 경쟁심이 강하며 시간에 쫓기면서 끊임없이 과업을 달성하고자 하는 의욕이 강한 특성으로, 1950년대에 Friedman과 Rosenman에 의해 허혈성 심장질환의 발병과 관련된 행동특성으로 알려졌으며, 스트레스 상황을 만들기 쉬운 이러한 성격특성은 우울증과도 관련이 깊은 것으로 보고된 바 있다(Søgaard, Dalgard, Holme, Røysamb, & Lund Håheim, 2008; Fukunishi, Nakagawa, Nakamura, Ogawa, & Nakagawa, 1993; Hattori, Fukunishi, Imai, & Ogawa, 1993). Rotter(1966)에 의해 제기된 통제위는 성격의 기능적 측면이라고 할 수 있는데, 자신을 둘러싼 문제의 요인에 대해 자신의 내부가 아닌 외부에 있는 것으로 여기는 외적 통제위의 경우, 어떤 문제에 대해 스스로 책임을 갖고 행동을 취하고자 하는 자기결정능력의 결핍으로 인해 의존적 성향을 나타내고 보다 쉽게 우울증상을 나타낼 수 있다.

우울증상에 영향을 주는 요인으로써 이와 같은 개인의 내적요소의 중요성에도 불구하고 지금까지 행해진 중학생과 같은 초기 청소년기를 대상으로 한 우울관련 요인 연구를 보면, 부모의 양육태도나 가정환경과 같은 가족의 구조적 특성, 학교적응 등에 대한 연구가 대부분이며, 성격특성이나 건강통제위 등과 같은 내적요인과 우울과의 관련을 다룬 연구는 찾아보기 힘들다. 이에 본 연구에서는 중학생을 대상으로 하여 우울증상의 발현 정도를 알아보고, 우울과 관련한 요인을 자존감과 A형 행동특성, 통제위 등과 같은 개인 내적요인을 중심으로 파악해 보는 것을 목적으로 하였다. 그리고 연구결과를 바탕으로 하여 학교현장에서 행해지고 있는 정신건강 교육 프로그램 개발을 위한 기초 자료를 제공하고자 하였다.

## II. 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 서울시 일부 중학생의 우울에 영향을 주는 요인을 자존감과 A형 행동특성, 통제위 등의 개인내적 요소를 중심으로 확인하기 위해 구조화된 설문지를 이용하여 행한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상 및 자료수집

조사는 서울시내 3개 중학교 2학년 학생들을 대상으로 하였으며, 각 학교에서 3-4개 학급씩 10개 학급에서 321명을 대상으로 하여 2007년 6월 설문지 조사를 행하였다. 조사는 연구의 목적과 내용을 잘 이해하고 있는 교사가 학생들에게 충분히 설명을 하여 동의를 구한 후 설문지를 배포하여 조사를 행하였고 설문지에는 이름을 명기하지 않으므로 개인 정보가 누출될 수 없음을 설명하였다. 분석대상자수는 321명 중 설문지 항목의 누락이 많아 분석에 부적절하다고 판단된 12명을 제외한 309명이다. 대상자수의 결정은 G\*Power 3.0 프로그램을 사용하였으며, 다중회귀분석을 위해 필요한 중간정도의 효과크기 0.15, 유의수준 0.05, 통계적 검정력 0.80을 투입한 결과 139명으로 나타나 본 연구의 표본의 크기는 적절하다고 할 수 있다.

설문지 내용은 성별과 형제 수, 부모와의 동거여부, 부모의 교육수준, 성적 등과 같은 일반적 특성을 비롯하여 우울과 가족기능, 자존감, 정서적 지지, A형 행동특성 및 통제위 등의 척도로 구성되었다.

### 3. 연구도구

#### 1) 우울

본 연구에서의 우울은 Zung의 우울증 자가측정 척도(SDS)를 한국형으로 개발한(Lee, 1995) 도구를 사용하여 측정된 점수를 말한다. 이 척도는 타당성 검사 시 중학생과 고등학생, 대학생 및 일반 성인들을 모두 포함한 대상자들을 바탕으로 하여 그 적용 범위가 비교적 넓다. 「기분이 무겁고 우울하다」 「울음이 나거나, 울고 싶어진다」 「보통때보다 초조하다」 등의 20개 문항에 대해 최근의 기분에 대해 조사하였는데, 각 문항은 발생빈도에 따라 「아니

오」에 1점, 「때때로 그렇다」에 2점, 「자주 그렇다」에 3점, 「언제나 그렇다」에 4점을 부과하여 점수가 높을수록 우울정도가 심한 것을 나타낸다. 20문항 중 10개의 역문항에 대해서는 역으로 점수를 부과하였다. 점수의 분포는 20점에서 80점인데, 보편적으로 우울증을 나타내는 절단점수(cutoff score)인 50점을 기준으로 하여 50-59점은 경도의 우울증, 중등도는 60-69점, 70점 이상은 고도의 우울증으로 구분하였다. 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha=0.729$ 였다.

#### 2) 가족기능

본 연구에서의 가족기능은 Smilkstein(1978)의 Family APGAR Score에 대해, Kang과 Shim(1985)이 청소년을 대상으로 타당성을 검토한 도구를 사용하여 측정된 점수를 말한다. 이 설문지는 「나는 힘들 때 가족들에게 도와달라고 말할 수 있다」 「슬프거나 좋아한다는 등의 느낌을 얘기했을 때의 가족들의 반응에 만족한다」 등, 적응성(adaptability), 협력성(partnership), 성장성(growth), 애정성(affection), 해결성(resolve)을 나타내는 5문항으로 구성되어 있다. 각각의 항목에 대해 「거의 아니다」 ~ 「항상 그렇다」에 1-3점을 부과하였다. 점수의 분포는 5-15점이며 점수가 높을수록 가족기능이 좋음을 나타낸다. 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha=0.762$ 였다.

#### 3) 자존감

본 연구에서의 자존감이란 Cheek와 Buss(1981)의 자존감 척도로 측정된 점수를 말한다. 이 척도는 Rosenberg의 척도와 .88의 상관을 가지며 거의 비슷한 특성을 나타내고 있다. 「대체로 나는 자신이 있다」 「나는 가치가 있다고 믿는다」 등의 자존감을 나타내는 2문항과 「나는 잘못된 인간이라고 생각한다」 「다른 사람으로 다시 태어났으면...」 하고 생각한다」 등의 자존감 결여를 나타내는 4문항의 6문항으로 구성되어 있다. 긍정적인 2문항에 대해 「전혀 아니다」 ~ 「정말 그렇다」에 1-4점을 부과하였고, 자존감 결여를 나타내는 4문항에 대해서는 역으로 점수를 부과하였다. 점수의 분포는 6-24점으로 이 척도의 점수가 높을수록 자존감이 높음을 나타낸다. 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha=0.802$ 였다.

#### 4) 정서적 지지

본 연구에서의 정서적 지지란 Munakata(1996)의 정서적 지지 척도로 측정된 점수를 말한다. 「나에게는 만나면 마음이 안정되고 안심되는 사람이 있다」 「개인적인 기분이 나 비밀을 터놓고 말할 수 있는 사람이 있다」 「나의 일이나 학업에 대해서 평소에 평가하고 인정해 주는 사람이 있다」의 6개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대해 「아니다」에 1점, 「그렇다」에 2점을 주어 가산한 평균치를 구하였다. 점수의 분포는 6-12점으로 점수가 높을수록 정서적 지지도가 높음을 나타낸다. 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha=0.782$ 였다.

#### 5) A형 행동특성

본 연구에서의 A형 행동특성은 Matthews(1980)에 의해 개발된 9개 문항으로 된 Impatience-Aggression 아동용 척도를 사용하여 측정한 점수를 말한다. 중학생에 적합하도록 표현을 일부 수정하여 사용하였는데, 「다른 애들을 기다려야 할 때 초조해진다」 「무엇이든 급하게 한다」 「금방 화낸다」 등의 A형 행동특성의 요소인 참을성과 공격성을 나타내는 내용에 대해, 6개의 문항에 대해서는 차례로 「전혀 아니다」 ~ 「정말 그렇다」에 1-4점을 부과하였고, 그렇지 않은 3개 문항 「웬만한 일이 아니면 친구에게 화를 내지 않는다」 「어떤 애가 뭔가를 느리게 해도 꼭 참고 잘 견딘다」 「오랫동안 그대로 앉아 있을 수 있다」에 대해서는 역으로 점수를 부과하였다. 점수의 분포는 9-36점으로 이 척도의 점수가 높을수록 A형 행동특성이 강함을 나타낸다. 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha=0.684$ 였다.

#### 6) 통제위

본 연구에서의 통제위란 Kanabara 등(1982)에 의해 개발된 통제위 척도로 측정된 점수를 말한다. 전체 18문항 중 중학생들이 가능한 쉽고 간편하게 답할 수 있도록 표현이 쉬운 10문항을 발췌하여 사용하였다. 10문항 중 「내 인생은 운명에 의해 결정되어 있다고 생각한다」 「내게 일어나는 일들은 주어진 환경에 의해 결정된다고 생각한다」 등, 외적통제위를 나타내는 4문항에 대해서 「전혀 아니다」 ~ 「정말 그렇다」에 1-4점을 부과하였고, 「행복하게 되거나 불행하게 되는 것은 노력하기 나름이다」 「노력을

한다면 훌륭한 사람이 될 수 있다고 생각한다」 등, 내적 통제위를 나타내는 6문항에 대해서는 역으로 점수를 부과하였다. 점수의 분포는 10-40점으로 이 척도의 점수가 높을수록 외적통제위의 경향이 강한 것을 나타낸다. 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha=0.689$ 였다.

### 4. 자료분석

SAS통계프로그램(Ver 9.1)을 사용하였고, 모든 측정도구에 대해서는 각 문항에 대한 점수를 가산한 평균치를 사용하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 우울 정도의 차이는 t-test와 ANOVA로 검토하였고, 사후검정은 Duncan분석을 하였다. 우울과 각 척도와의 상관은 Pearson 상관계수로 검토하였으며, 우울에 대한 영향요인을 개관하기 위하여 우울을 종속변수로 한 stepwise multiple regression analysis를 행하였다.

## Ⅲ. 연구결과

### 1. 대상자의 일반적 특성

남녀의 비율은 절반 정도로 비슷하였고, 대상자의 약 90%가 2-3명의 형제가 있는 것으로 나타났다. 97%이상의 대상자가 부모와 함께 살고 있었고, 부모의 교육수준으로는 아버지의 66%, 어머니의 50% 정도가 전문대학 이상의 교육수준을 갖고 있었다. 주관적으로 느끼는 경제수준은 약 77%가 「보통」이라고 답하였고 학교성적과 관련해서는 「상」 「중」 「하」가 각각 약 25%, 44%, 31%였다. 대상자의 약 82%가 2명 이상의 친한 친구가 있다고 답하였고 「한명도 없다」고 답한 사람은 약 5%였다<Table 1>.

### 2. 우울과 가족기능, 자존감, 정서적 지지, A형 행동특성, 통제위 척도의 평균점수

우울의 평균치는 44.74( $\pm 7.52$ )로 우울증을 나타내는 절단점수인 50점보다 낮았다. 전체 대상자 309명중 84명(27.1%)이 50점 이상인 우울상태를 보였는데, 50-59점 사이의 정도의 우울상태는 75명(24.3%), 60-69점 사이의 중등도는 9명(2.9%)이었다.

<Table 1> General characteristics and depression (N=309)

Characteristics	Categories	n(%)	Depression M(±SD)	t/F	p	D
Gender	Male	156(50.5)	44.64(±7.01)	-0.24	0.808	
	Female	153(49.5)	44.84(±8.02)			
Sibling	None	27( 8.7)	47.93(±8.44)	2.78	0.064	
	2-3	279(90.3)	44.45(±7.40)			
	≥4	3( 1.0)	42.67(±4.16)			
Living with Father	Yes	300(97.1)	44.76(±7.54)	-0.30	0.766	
	No	9( 2.9)	44.00(±7.07)			
Living with Mother	Yes	303(98.1)	44.79(±7.54)	-0.90	0.368	
	No	6( 1.9)	42.00(±5.83)			
Father's education	≤ High school	106(34.3)	46.18(±7.15)	2.46	0.015	
	≥ College	203(65.7)	43.99(±7.61)			
Mother's education	≤ High school	155(50.2)	45.72(±7.38)	2.31	0.022	
	≥ College	154(49.8)	43.75(±7.55)			
Mother's occupation	Housewife	176(57.0)	44.63(±7.62)	-0.29	0.771	
	Have occupation	133(43.0)	44.88(±7.40)			
Economic status	High	63(20.4)	42.06(±7.42)	7.19	<0.001	A
	Middle	237(76.7)	45.24(±7.36)			A
	Low	9( 2.9)	50.22(±7.17)			B
School record	High	78(25.2)	41.71(±7.50)	8.94	<0.001	A
	Middle	136(44.0)	45.70(±7.71)			B
	Low	95(30.7)	45.85(±6.59)			B
Number of close friend	None	15( 4.9)	48.47(±11.01)	3.21	0.023	A
	1	42(13.6)	46.69(±6.89)			AB
	2-3	74(24.0)	45.12(±6.93)			AB
	≥4	178(57.6)	43.81(±7.41)			B

Note: t/F; t-test or ANOVA, D; Duncan test

가죽기능의 평균점수는 11.14, 자존감은 17.06, 정서적 지지는 10.49, A형 행동특성은 19.54로 중간보다 높은 수치였고, 통제위의 평균치는 19.50으로 중간정도의 수치를 보였다<Table 2>.

### 3. 일반적 특성에 따른 우울 정도

우울은 아버지(t=2.46, p=0.015) 및 어머니(t=2.31, p=0.022)의 교육수준, 경제수준(F=7.19, p<0.001), 성적(F=8.94, p<0.001), 친구 수(F=3.21, p=0.023)에 있어 유의한 차이를 보였는데, 즉 부모의 교육수준이 고등학교 이하의 경우, 경제수준이

<Table 2> Mean scores of depression, family function, self-esteem, emotional support, type A behavior pattern, and locus of control

Variables	M(±SD)	Min	Max	Severity	n(%)
Depression	44.74(±7.52)	25	68	normal	225(72.8)
				mild	75(24.3)
				moderate	9( 2.9)
				severe	0( 0.0)
Family function	11.14(±2.50)	5	15		
Self-esteem	17.06(±3.80)	6	24		
Emotional support	10.49(±1.77)	6	12		
Type A behavior	19.54(±3.82)	9	31		
Locus of control	19.50(±4.61)	10	34		

<Table 3> Correlation among depression, family function, self-esteem, emotional support, type A behavior pattern, and locus of control

Variables	Dep	Fam Fun	Self-Est	Emo Sup	TAB	LoC
Dep	1.00					
Fam Fun	-0.40***	1.00				
Self-Est	-0.62***	0.41***	1.00			
Emo Sup	-0.31***	0.40***	0.29***	1.00		
TAB	0.29***	-0.06	-0.23***	-0.05	1.00	
LoC	0.55***	-0.45***	-0.51***	-0.33***	0.19***	1.00

Note: Pearson's Correlation Coefficient. Dep: Depression; Fam Fun: Family Function; Self-Est: Self-Esteem; Emo Sup: Emotional Support; TAB: Type A Behavior; LoC: Locus of Control; \*\*\* p<0.001

낮은 경우, 성적이 중간이하인 경우 상위권에 비해, 친한 친구가 한명도 없는 경우가 「4명 이상」이라고 답한 사람에 비해 유의하게 우울 정도가 높았다<Table 1>.

#### 4. 우울과 가족기능, 자존감, 정서적 지지, A형 행동특성, 통제위의 상관

우울은 가족기능( $r=-0.40, p<0.001$ ), 자존감( $r=-0.62, p<0.001$ ), 정서적 지지( $r=-0.31, p<0.001$ )와는 유의한 부적 상관을, A형 행동특성( $r=0.29, p<0.001$ ), 통제위( $r=0.55, p<0.001$ )와는 유의한 정적인 상관( $r=0.410, p<0.001$ )을 보였다. 즉 가족기능이 좋지 않고 자존감이 낮으며 정서적 지지도가 낮을수록, 그리고 A형 행동특성이 강하고 외적 통제위의 경향이 강할

수록 우울정도가 높은 경향을 나타냈다<Table 3>.

#### 5. 우울에 대한 단계적 다중회귀분석

대상자의 우울정도에 영향을 주는 요인을 개관하기 위하여 우울을 종속변수로 한 단계적 다중회귀 분석을 행하였다. 그 결과, 자존감( $\beta=-0.44, p<0.001$ ), 통제위( $\beta=0.30, p<0.001$ ), A형 행동특성( $\beta=0.15, p<0.001$ )이 유의한 변수로 선택되었다. 세변수의 설명력은 49%였고 각 변수의 설명력은 각각 40%, 7%, 2%였다<Table 4>.

<Table 4> Stepwise multiple regression about depression

Variables	$\beta$	R2	$\Delta$ R2	F(p)
Self-esteem	-0.44***	0.40		186.58***
Locus of Control	0.30***	0.47	0.07	37.71***
Type A Behavior	0.15***	0.49	0.02	10.61***

\*\*\* p<0.001

#### IV. 논의

본 연구에서 조사대상자인 중학생 309명 중 84명(27.2%)이 우울증상을 갖고 있는 것으로 나타났다. 이러한 수치는 중학생을 대상으로 한 기존의 선행연구에서 보고된 결과, 즉 Kim(2008)의 27.2%, Yoo(2000)의 23%, Denda 등(2004)의 22.8%와 비슷한 수치이나 Ryu와 Park(2007)의 40.6%, Cho 등(2001)의 40%, Swanson 등(1992)의 48%보다는 낮은 수치이다. 이러한 차이는 대상자의 차이에 따른 결과일 수 있으나, 우울증상, 우울경향 등 측정도구에 따라 일치하지 않은 우울개념의 차이에 의한 것으로도 생각할 수 있다. 그리고 본 연구대상자의 우울증상의 발현빈도는 실제로는 27.2%보다 더 높을 가능성이 있는데 이는 이미 서두에서 언급한 바와 같이, 중학생과 같은 초기 청소년기는 자신의 증상을 언어로 표현하는데 어려움이 있고(Okonogi et al., 2004), 발달단계상 2차 성장에 따르는 사춘기 현상과 맞물려 우울증상이 주위사람들에 의해 제대로 인지되지 못하고 있으며 또한 다른 형태의 부적응적 문제행동으로 나타나는 경향이 있기(Iwasaka, 2008) 때문이다. 이에 따라 앞으로 중학생들을 대상으로 하여 이러한 측면의 특징을 고려하면서 일치된 개념과 도구의 사용을 통한 보다 많은 조사가 필요하다.

일반적 특성과 관련한 우울정도는 부모의 교육수준, 경제수준, 성적, 친구 수에 있어 유의한 차이를 보여, 부모의 교육수준이 낮고 경제수준, 성적이 낮으며 친한 친구가 없는 경우 우울 정도가 높았다. 교육수준과 우울과의 관련에서 우울은 보편적으로 교육수준이 낮은 경우 높게 나타나는 것으로 보고되고(Shin, 2002; Cho & Park, 2010; Bjelland et al., 2008) 있는데, 교육수준이 낮은 경우 우울을 야기할 수 있는 스트레스 상황에서 유익한 정보를 얻을 기회가 적어져 그 대처에 있어서도 보다 비효율적일 가능성이 크다.

본 연구결과와 같이 부모의 교육수준이 낮은 가정의 청소년들은 일상생활 속에서 효율적인 스트레스 대처방법을 학습하는데 어려움이 있을 수 있다. 경제수준과 우울과의 관계 또한 경제수준이 낮을수록 우울정도가 높아진다는 기존의 선행연구결과(Shin, 2002; Lee & Choi, 2006)와 일치하였다. 이러한 결과는 개인의 이상의 실현이나 욕구 충족에 있어 경제적 요소가 중요한 위치를 차지하고 있는 현대사회적 특징이 본 연구대상자인 중학생들의 정신건강에도 영향을 줄 수 있음을 시사하는 결과라 하겠다. 한편, 성적이 낮은 경우 우울 정도가 높게 나타난 결과는 학교성적과 우울과의 관련을 보고한 연구(Cho et al., 2001; Frojd et al., 2008)와 일치하는 결과인데, 성적을 매개로 한 학교적응 문제가 우울을 가져올 수 있음을 시사하는 것으로 생각되었다. 성적은 학교적응에 중요한 변수이며(Koo, 2007), 따돌림이나 폭력 등과 같은 문제행동의 표적 요인이 될 가능성이 큰데, 이는 동시에 우울을 야기하는 요인이 될 수 있다. 한편 본 연구에서 친한 친구가 한명도 없는 경우 우울 정도가 높게 나타난 결과 또한 선행연구결과(Chong & Chong, 2007)와 일치하였는데, 서두에서 언급한 바와 같이 어머니로부터 멀어지는 대신에 또래친구와 밀접한 관계를 맺게 되는(Okonogi et al., 2004) 초기 청소년기 발달의 특성상 또래친구와의 관계가 그만큼 그들의 정신건강에 중요한 요소임을 시사하는 결과로 생각되었다.

우울과 가족기능, 자존감, 정서적 지지, A형 행동특성, 통제위 등과의 상관분석에서 우울은 이들 척도와 모두 유의한 상관을 나타내었는데, 즉 가족기능이 좋지 않고 자존감과 정서적 지지도가 낮을수록, A형 행동특성과 외적 통제위의 경향이 강할수록 우울정도가 높게 나타났다. 우울과 가족기능과의 유의한 상관은 청소년을 대상으로 한 선행연구에서 그들의 정신건강에 가족기능이 중요한 요소로 작용하고 있음을 보고한 기존의 선행연구(Choi & Kim,

2009; Meadows, 2007)와 일치하는 결과이다. 정서적 지지 또한 우울과 유의한 상관을 보여 정서적 지지가 낮을수록 우울 정도가 높게 나타난 기존의 연구결과(Hong, 2010; Hoefnagels, Meesters, & Simenon, 2007)와 일치하였다. 정서적 지지는 자신이 소속감을 느끼며 누군가에게 받아들여지고 있다고 느끼면서 자신이 가치있고 필요한 존재임을 느끼는 것으로(Choi, 2005) 우울과 같은 정신건강 문제의 발생에 강력한 완충효과를 가지는 요소로 알려지고 있다. 이러한 결과는 앞서 언급한 바와 같이 친구가 없거나 가족기능이 좋지 않은 경우 우울 점수가 높게 나타난 결과와 같은 맥락에서 이해할 수 있을 것으로 생각되었다. 그런데 정서적 지지는 가족기능과도 유의한 상관( $r=0.40, p<0.001$ )을 나타내어, 본 연구대상자인 중학생들의 경우 친구 및 가족구성원과의 관계형성 속에서 얻어지는 안심감과 신뢰감이 부족할 경우 보다 쉽게 우울증상을 나타낼 수 있음을 시사하는 결과로 생각되었다. 한편 개인내적 요소인 자존감 또한 우울과 강한 상관을 보였는데, 자존감은 다중회귀분석에서 가장 강한 영향요인( $\beta=-0.44, p<0.001$ )으로 추출되었다. 자신에 대한 평가요소인 자존감은 개인의 정신건강과 깊은 관련이 있으며, 서두에서 언급한 바와 같이 특히 청소년의 정신건강과 관련한 연구에서 대체로 일관성 있는 중요요소로 보고되고(Song & Lee, 2010; Lee et al., 2000; Choi, 2005; Howard & William, 2005) 있다. 이와 관련하여 Suzuki와 Ogawa (2008)는 중학생을 대상으로 한 연구에서 자존감과 적응과의 관련을 우울, 불안과 같은 스트레스 반응으로 검토하였는데, 중학생이 스트레스 상황에서 잘 적응하여 정신건강을 유지하는데 있어 개인내적 요소인 자존감의 역할이 중요함을 피력한 바 있다. 한편 본 연구에서 우울은 A형 행동특성의 경향이 강할수록 높게 나타나 기존의 몇몇 연구결과(Yoon, Kim, Kwon, & Cho, 2008; Moriana & Herruzo, 2005; Song, Terao, Terao, & Nakamura, 2002)와 일치하는 경향을 보였는데, 서두에서도 언급한 바와 같이 스트레스를 가져오기 쉬운(Søgaard et al., 2008; Hattori et al., 1993) 성격적 특성인 A형 행동특성은 스트레스 상황 속에서 그 대처와 관련하여 우울을 쉽게 일으키는 요인으로 작용할 가능성이 있다. 통제위와 우울과의 관련에서는 외적 통제위 경향이 강할수록 우울정도가 높게 나타나 기존의 선행연구(Søgaard et al., 2008)와 일치하는 결과를 보였는데, 외적 통제위 성향이 강한 경우, 외부 요소에 대한 의존적 성향으로

인해 스트레스 상황에서 적극적인 대처행동을 취하기 어렵고 무력감에 빠지기 쉬워(Ward & Thomas, 1985) 효율적 스트레스 대처에 어려움이 있을 수 있어 이 또한 우울증상의 발현에 영향을 줄 수 있다.

우울에 대한 다중회귀분석 결과 우울정도에 가장 큰 영향을 미치는 요소는 자존감이었고 그 다음으로 A형 행동 특성, 통제위 등의 변수가 선택되었는데, 세 변수의 설명력은 49%였고 각 변수의 설명력은 40%, 7%, 2%였다. 이러한 결과는, 본 연구에서는 중학생의 우울정도에 영향을 주는 요인으로써, 기존의 다른 연구에서 중요시되었던 사회경제적 요인이나 가족기능, 정서적 지지와 같은 사회심리적 요인보다도, 자존감이나 A형 행동특성, 통제위 등과 같이 보다 안정적인고 고정적인 개인내적 요소들이 부각되었음을 보여주는 결과로 생각된다. 이에 따라 앞으로 중학생들의 우울과 관련한 정신건강을 위해서는 이러한 요소들을 보다 많이 고려한 중재가 필요할 것으로 생각된다. 그런데 이와 같은 개인내적 요소들은 비교적 어린 시절부터 오랜 시간을 거치면서 형성되어 온 것으로, 이미 언급한 바와 같이 주변 환경이나 스트레스에 의해 쉽게 변화하지 않는 안정적인고 고정적인 특성을 가지므로 이들 요소들의 변화도 도모하기 위한 중재에 있어서는 보다 심층적이고 적극적인 접근이 필요할 것으로 생각된다. 특히 자존감의 설명력은 40%로 나타나, 학교와 가정 내에서 그들의 자존감 향상을 위한 보다 적극적인 노력이 필요할 것으로 생각되는데, 학교현장에서는 중학생의 특성을 고려한 자존감 향상 프로그램의 개발과 더불어 학생들이 보다 적극적으로 프로그램에 참여할 수 있도록 동기부여를 제공하기 위한 노력이 필요할 것으로 생각된다. 또한 자존감이 자신에 대한 평가요소인 만큼, 긍정적이고 적절한 자존감의 유지를 위해서 중학생들이 자신은 물론 타인에 대해서도 객관적으로 평가할 수 있는 능력을 가질 수 있도록 교육할 필요가 있다. 그리고 이를 위해서 교사는 학생들이 교우들과의 좋은 관계 속에서 서로를 평가하고 인정하는 기회를 자주 가질 수 있도록 그 방법을 모색할 필요가 있을 것으로 생각된다.

A형 행동특성이나 통제위와 같은 성격적 변수들과 관련해서는 기본적으로 심리적, 인지행동적 접근을 통해 우울 예방을 도모할 수 있을 것으로 생각된다. 특히 A형 행동특성의 경우, 서두에서도 언급한 바와 같이 스트레스 상황을 만들기 쉬운 성격 특성인 만큼, 학생들의 우울 예방을 위해



학교 현장에서 스트레스 대처기술의 습득을 위한 프로그램을 활성화할 필요가 있다.

한편, 본 연구에서 사용한 일부 연구도구들은, 우리나라 실정에 맞는 도구의 표준화 및 중학생과 같은 초기 청소년들에게 적용함에 있어서의 적절성 등, 그 타당성에 대한 검토가 부족한 제한점이 있다. 특히 우울증상의 빈도와 관련하여 Zung의 우울증 도구의 일반적 절단점수인 50점을 본 연구대상자인 중학생에게 동일하게 적용시킨 결과를 바탕으로 논하는 것에 대해 검토가 필요할 것으로 보인다. 서두에서 언급한 바와 같이, 본 연구에서 사용한 우울 도구가 중학생을 포함하여 다양한 연령층의 대상자들을 포함하여 타당성 검토를 하였다고는 하나, 기본적으로 중학생과 같은 초기 청소년기 대상자들의 경우 우울증상의 표출에 있어 성인과는 다른 양상을 띠는 점을 감안한다면 다른 기준의 절단점수에 따른 분석이 필요할 것으로 생각된다. 앞으로 학교 현장에서 중고등학생들을 대상으로 한 우울 연구가 많이 행해져야 할 현 시점에서 이러한 측면과 관련한 보다 폭넓은 연구가 행해져야 할 것으로 생각된다.

또한 본 연구는 연구방법에 있어 우울이라는 종속변수에 대해 독립변수들의 설명력을 알아보기 위해 단계적 다중회귀분석이라는 분석방법을 사용하였다. 즉 분석을 통해 얻어진 결과는 우울과 독립변수들과의 단면적인 상호관련성만을 제시하고 있는 것으로, 이에 따라 인과성의 부족이라는 제한점이 있다. 그럼에도 불구하고 본 연구결과는, 연구대상자인 중학생들의 우울과 관련하여 기존에 강조되어 왔던 가족기능이나 정서적 지지, 성적과 같은 학업관련 요소들이 아닌 개인내적 요소들이 부각됨으로써, 이들의 우울 예방을 위한 노력으로써 또 다른 측면에서의 중재의 방향성을 제시하고 있다는데에 그 의의가 있다고 할 수 있다.

## V. 결론

서울시 일부 중학생 309명을 대상으로 하여, 우울정도와 우울에 영향을 주는 요인을 자존감과 A형 행동특성, 통제위와 같은 개인내적 요소를 중심으로 검토해 보았다.

연구결과, 조사대상자인 중학생의 27.2%가 우울증상을 나타내어 기존의 선행연구 결과와 비슷하거나 낮은 경향을 보였는데, 중학생들의 우울증상 표출의 어려움을 고려할

때, 앞으로 보다 다양한 측정도구의 사용과, 보다 많은 표본수를 바탕으로 한 조사가 필요할 것으로 생각되었다. 우울과 관련한 요인으로는 부모의 교육수준, 경제수준, 학교성적, 친구 수와 같은 일반적 특성을 비롯하여 가족기능, 자존감, 정서적 지지, A형 행동특성, 통제위 등, 선행연구에서 언급된 다양한 요인들이 본 연구대상자의 경우에 있어서도 관련요인으로 나타났다.

그러나 우울을 종속변수로 한 다중회귀분석에서 부각된 영향요인으로는 자존감과 A형 행동특성, 통제위 등과 같은 개인내적 요인만이 추출되어, 중학생들의 우울과 관련한 정신건강을 위해서는 이러한 개인내적 요인들을 보다 많이 고려한 중재의 필요성이 시사되었다. 특히 자존감의 설명력은 40%로 나타나, 논의에서 언급한 바와 같이 학교현장에서 중학생의 자존감향상을 위한 적극적인 프로그램 개발의 필요성이 시사되었다.

## 참고문헌

- Bjelland, I., Krokstad, S., Mykletun, A., Dahl, A. A., Tell, G. S., & Tambs, K. (2008). Does a higher educational level protect against anxiety and depression? *Social Science Medicine*, 66(6), 1334-1345.
- Cho, S. H., & Park, S. Y. (2010). Factors affecting the depression/anxiety of adolescents who experienced runaway. *Korean Journal of Youth Studies*, 17(11), 289-315.
- Cho, S. J., Jeon, H. J., Kim, M. J., Kim, J. K., Kim, S. U., Lyoo, I. K., ... Lyoo, I. K., & Cho, M. J. (2001). Prevalence and correlates of depressive symptoms among the adolescents in an urban area in Korea. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 40(4), 627-639.
- Choi, H. K., & Kim, S. S. (2009). The effect of family relationship on runaway adolescents' depression. *Journal of Institute for Social Sciences*, 20(2), 69-108.
- Choi, M. K. (2005). Influential factors on mental health of high school students in Seoul. *Journal of Korean Society for Health Education and Promotion*, 22(4), 155-166.
- Chong, Y. J., & Chong, Y. S. (2007). Relationships between depression, cognitive deconstruction, perceived support from friend and suicidal ideation in adolescents. *The Korean Journal of Development Psychology*, 20(1), 67-88.
- Denda, K., Kago, Y., Sasaki, Y., Ito, K., Kitagawa, N., & Koyama, T. (2004). Depressive symptoms in a school sample of children and adolescents. *Japanese Journal of Child and Adolescent*

- Psychiatry*, 45(5), 424-436.
- Doo, K. J. (2002). *The relation between stress and depression: The mediating effect of self-efficacy and perfectionism*. Unpublished master's thesis, Ajou University, Suwon.
- Frojd, S. A., Nissinen, E. S., Pelkonen, M. U. I., Marttunen, M. J., Koivisto, A. M., & Kaltiala-Heino, R. (2008). Depression and school performance in middle adolescent boys and girls. *Journal of Adolescence*, 31(4), 485-498.
- Fukunishi, I., Nakagawa, T., Nakamura, H., Ogawa, J., & Nakagawa, T. (1993). A comparison of type A behavior pattern, hostility and typus melancholicus in Japanese and American students; effects of defensiveness. *International Journal of Social Psychiatry*, 39(1), 58-63.
- Hattori, M., Fukunishi, I., Imai, Y., & Ogawa, K. (1993). The relationship between type A behavior pattern and depression in patients with ischemic heart disease. *Japanese Journal of Psychosomatic Medicine*, 33(7), 563-568.
- Hoefnagels, C., Meesters, C., & Simenon, J. (2007). Social support as predictor of psychopathology in the adolescent offspring of psychiatric patients. *Journal of Child and Family Studies*, 16(1), 87-97.
- Hong, Y. S. (2010). The influence of their parent's abuse on children's depression and the effects of emotional support. *Korean Journal of Family Social Work*, 30, 225-244.
- Hong, Y. S., & Jeon, S. Y. (2005). The effects of life stress and depression for adolescent suicidal ideation. *The Korean Academy of Mental Health Social Work*, 4(19), 125-149.
- Howard, T., & William, P. D. (2005). Obesity and student performance at school. *The Journal of School Health*, 75(8), 291-295.
- Iwasaka, H. (2008). Association between maladjustment states and mood disorders in the educational setting. *Japanese Journal of Child and Adolescent Psychiatry*, 49(2), 162-172.
- Kanabara, M., Higuchi, K., & Shimizu, N. (1982). New locus of control scale: Its reliability and validity. *The Japanese Journal of Educational Psychology*, 30(4), 302-307.
- Kang, S. K., & Shim, U. T. (1985). A study of family APGAR scores for evaluating family function. *Chungnam Medical Journal*, 12(2), 43-51.
- Kim, B. K., & Min, B. B. (2006). The relationship among perceives parenting behaviors temperament, character, and depression in adolescence. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 25(1), 221-236.
- Kim, M. S. (2008). The prevalence of depression of middle school students in a city, and the effect of depression on the school adjustment. *The Korean Journal of Counseling*, 9(2), 645-658.
- Koo, B. Y. (2007). The effects of perfectionism on the middle and high school student' school adjustment according to academic achievement. *The Korean Journal of Counseling*, 8(2), 707-718.
- Lee, E. H., Choi, T. S., & Seo, M. J. (2000). Effects of stress related to school, self-esteem, parent-children communication and parents' internal support of adolescent depression. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 12(2), 69-84.
- Lee, J. H. (1995). Developmental of the Korean form of Zung's self-rating depression scale. *The Yeungnam University Medical Journal*, 12(2), 292-305.
- Lee, M. S., Choi, Y., & You, J. S. (2000). The relationship of somatic symptoms and self-esteem in adolescence. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 39(2), 323-333.
- Lee, S. S., & Choi, W. H. (2006). A study on the prevalence of depression in middle aged women - based on women living in Geoje City -. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 15(4), 353-361.
- Lee, S. Y. (2004). The effect of family function and social support on depression of divorced family's children. *Journal of Student Guidance*, 9, 15-25.
- Lorant, V., Croux, C., Weich, S., Deliege, D., Mackenbach, J., & Anseau, M. (2007). Depression and socio-economic risk factors: 7-year longitudinal population study. *British Journal of Psychiatry*, 190(4), 293-298.
- Meadows, S. O. (2007). Evidence of parallel pathways: Gender similarity in the impact of social support on adolescent depression and delinquency. *Social Forces*, 85(3), 1143-1167.
- Moriana, J. A., & Herruzo, J. (2005). Type A behavior pattern as a predictor of psychiatric sick-leaves of Spanish teachers. *Psychological Reports*, 96(1), 77-82.
- Munakata, T. (1996). *Health and illness in behavioral science*. Tokyo: Medikaru Hurendo Sha.
- Okonogi, L., Fukatsu, C., & Ohno, Y. (2004). *Handbook of psychiatry*. Osaka: Sogensha.
- Ryu, S. Y., & Park, Y. S. (2007). Association between psychological factors and smoking experience in middle school students. *J Korean Soc Matern Child Health*, 11(2), 139-148.
- Shin, H. S. (2002). Effects on depressive disposition of middle-aged women by style of living. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 7(1), 29-45.
- Søgaard, A. J., Dalgard, O. S., Holme, I., Røysamb, E., & Lund Håheim, L. (2008). Associations between type A behavior pattern and psychological distress. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43, 216-223.
- Song, Y. H., & Lee, Y. J. (2010). College students' irrational belief and depression: The mediating roles of goal stability and self-esteem. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 22(3), 553-573.
- Song, Y. H., Terao, T., Terao, M., & Nakamura, J. (2002). The relationship between a tendency toward depression and a type A behavior pattern in individuals undergoing an annual complete medical check-up. *Kyushu Neuropsychiatry*, 48(1), 29-32.

- Suzuki, S., & Ogawa, T. (2008). An investigation of stress responses and sense of authenticity in junior high school students from the perspectives of self-esteem and sense of being accepted. *Tsukuba Psychological Research, 36*, 97-104.
- Swanson, J. W., Linskey, A. O., Quintero-Salinas, R., Pumariega, A. J., & Holzer, C. E. (1992). A binational school survey of depressive symptoms, drug use, and suicidal ideation. *Journal-American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 31*, 669-678.
- Uchida, T., & Hujimori, T. (2007). A study on the connection between family relationship and children's depression and fear. *Bulletin of Kyoto University of Education, 110*, 93-110.
- Ward, L. C., & Thomas, L. L. (1985). Interrelationships of locus of control content dimensions and hopelessness. *Journal of Clinical Psychology, 41*(4), 517-520.
- Yamaguchi, Y. (2010). Collaborative interview for junior high school students with depression from medical side and educational side: From the standpoint of clinical psychologists in medical field. *Kyushu University Psychological Research, 11*, 71-77.
- Yoo, K. Y. (2000). Adolescent depression in a provincial city. *Journal of the Korean Pediatric Association, 43*(2), 172-178.
- Yoon, H. S., Kim, H. L., Kwon, I. S., & Cho, Y. C. (2008). Type A behavior pattern and its association with stress, depression and fatigue in nurses. *Korean Journal of Occupational Health Nursing, 17*(2), 180-190.