

일개 대학교 신입생과 예비졸업생의 우울수준과 그 관련요인 - 영적안녕과 신앙성숙도를 중심으로

김태규¹ · 장인순²

한국성서대학교 자유전공학부¹, 한국성서대학교 간호학과²

Depressive Symptom and Its Associates in College Freshmen and Seniors - Focus on Spiritual Well-being and Faith Maturity

Tae Kyu Kim¹ · In Sun Jang²

¹Department of Liberal Arts College, Korea Bible University, ²Department of Nursing, Korea Bible University

ABSTRACT

Purpose: This study was conducted to compare the level of depressive symptom, spiritual well-being and faith maturity between college freshmen and seniors and to investigate the affecting factors on their depressive symptom.

Methods: The study was cross-sectional descriptive survey. A self-report questionnaire were used to collect data from 335 college students during June to July, 2010. Data were analyzed by χ^2 -test, t-test, ANOVA, Scheffe's test, pearson correlation coefficient, and stepwise multiple regression using the SPSS/WIN 14.0 program.

Results: The mean score of depressive symptom was 17.55 ± 11.24 and prevalence of depression was 26.5% in college freshmen. And those in college seniors were 14.18 ± 14.17 and 17.4%. And those were significantly higher in college freshmen than in seniors. The depressive symptom was a significant negative correlation with spiritual well-being, existential spiritual well-being, religious spiritual well-being, and faith maturity. Factors significantly influencing on depression in college freshmen included existential spiritual well-being, subjective health status, age, and confidence of salvation ($R^2=49.7\%$). And those in college seniors included existential spiritual well-being and life satisfaction ($R^2=53.3\%$).

Conclusion: The counseling program and spirituality development program for preventing depression considering these affecting factors for especially college freshmen are necessary.

Key Words: Depression, College student, Spiritual well-being, Faith maturity

서론

1. 연구의 필요성

대학생은 인간발달단계 중·청년후기에 해당되는 시기

로서 자신의 진로를 준비하고 결정해야 하는 때이며, 자신의 정체성을 확립하기 위해 노력해야 하고 정서적 독립심을 가지고 경제적인 독립을 준비하는 시기이다. 그러나 입시위주의 강박적인 교육환경에 익숙했던 학생들이 갑자기 대학생이 되면서 준비되지 않은 채 자유로운 선택과 책임

Corresponding author: In Sun Jang, Department of Nursing, Korean Bible University, 16 Danghyeon 2-gil, Nowon-gu, Seoul 139-791, Korea.
Tel: 82-2-950-5485, Fax: 82-2-950-5408, E-mail: agape90@bible.ac.kr

2011년 3월 28일 접수, 2011년 6월 14일 채택

을 요구하는 생활로의 변화로 오히려 혼란과 좌절을 받는 경우가 많다. 또한 졸업을 앞둔 대학생들은 현실적으로 심각한 청년 실업난과 불투명한 미래에 대한 우려로 병들고 있다. 실제로 지난해 취업 포털 커리어가 대학생 670명을 대상으로 조사한 결과 대상자의 85%가 ‘스펙 강박증’에 시달리고 있고 이중 44%가 ‘우울증’을 겪고 있는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라 심리적 육체적인 스트레스로 휴학을 결심하는 대학생들이 점차 늘어나고 있다고 보고되었다(노컷뉴스, 2010, 8, 24).

우울은 정상적인 기분변화에서 병적인 상태에 이르는 근심, 침울감, 무기력감 및 무가치감을 나타내는 상태이다. 대개 일상생활에서 경험하는 우울 증상은 특별한 치료없이 회복이 가능하나 우울장애는 처치를 요하며 개인의 삶에서 다양한 기능장애를 경험하게 한다(Garry & Kavanagh, 1990). 대학생은 학업 및 학교생활 적응, 경제문제 해결, 가치관 정립, 진로 의사결정, 직업선택 또는 준비, 이성교제, 배우자 선택 등과 같은 여러 문제를 겪게 된다. 이 과정에서 적응에 실패할 경우 우울 등과 같은 정신적인 문제들이 나타날 수 있으며, 발달과업을 제대로 이루지 못하면 전 생활에 걸쳐 문제가 일어날 수 있다(장은주, 2006). 일부는 이로 인해 비효율적인 대처행동인 술, 담배, 자살의 정신장애와 관련된 행동과 주관적 건강상태, 폐경, 성관계, 스트레스에 영향을 줄 수 있는 것으로 나타났다(김계하와 김옥수, 2000; 강은실 등, 2004; 신경림, 2001) 따라서 우울은 정서적인 문제로부터 시작하여 행동 및 신체적 증상까지 문제를 일으킬 수 있는 중요한 문제이다.

인간을 총체적 존재(total being)로 볼 때 인간으로서의 전인성을 가꾸어주는 전인건강의 에너지가 바로 영성(spirituality)이다. 이는 종교적인 신념이나 행위를 의미하는 것이상의 인간의 내적 자원의 총체로서 건강 유지에 있어 필수적인 요소이다(Hill & Smith, 1985). Fish와 Shelly (1983)는 인간의 영적 건강은 개인의 신앙유무와는 상관없이 인간의 궁극적 관심사가 되는 것이라고 하였다. 인간에게는 자기 삶의 의미와 목적을 발견하고, 타인 그리고 신과의 관계에서 사랑과 관심을 주고받으며, 용서하고 용서를 받고자 하는 영적인 기본요구가 있으며, 이러한 영적 요구들이 충족될 때 영적 건강이 성취된다고 하였다. 영적안녕의 정도가 높은 사람은 부정적인 처지와 환경에도 불구하고 자신의 생에 대해 긍정적인 태도를 보이며, 내적인 조화와 평화, 감사와 만족, 타인과의 지지적인 관계 등을 경험한다(Voughan, 1986). 따라서 Creagan (1997)이 보고하고 있

는 것처럼 사회적 지지, 영성 그리고 종교가 우울을 감소시켜 질병치료 및 영적건강에 긍정적인 영향을 끼쳐 진행된 암 환자의 생존과 삶의 질에 중요한 요인으로 작용하고 있다는 것을 확인할 수 있다.

그 동안 우울과 영적안녕과 관련하여 수행된 연구들을 살펴보면, 강은실 등(2004)은 청소년의 우울이 자살의도를 증가시키고, 영적안녕이 높을수록 자살의도가 감소된다고 보고하였고, Kim과 Seidlitz (2002)는 대학생들의 스트레스에 따른 대처전략을 통제된 상태에서 영성이 일상적인 스트레스를 조절하는 효과가 있음을 보고하였다. 김유심 (2010)은 생활사건 스트레스가 우울에 미치는 영향을 조절할 수 있는 요인으로 영적안녕감을 보고하였고, 서경현 등 (2005)은 대학생의 영적안녕은 자아존중감과는 정적상관이 있고, 우울과는 부적상관이 있으며, 종교를 가지고 있지 않은 학생들보다 종교를 가지고 있는 학생들에게서 영적안녕이 심리적 건강의 변량을 더 많이 증가시킨다고 설명하고 있었다. 이러한 선행연구에서 영적안녕이 삶의 부정적 스트레스에 대한 의미의 재해석, 수용, 힘을 가지게 함으로써 완화효과, 대처자원으로 작용함을 볼 수 있다.

대학교육 기간 동안 학생들이 인지적인 면, 가치관, 태도 등에서 어떤 변화를 경험하는가에 관심을 가지는 것은 필요하다. 특별히 신앙을 바탕으로 학문하는 것을 목적으로 하는 기독교 대학의 대학생들이 신앙적인 면의 어떤 변화를 경험하며 이것이 학생들의 발달과 변화에 어떤 영향을 주는지를 파악하는 것은 의미 있는 일이다. Thayer (1993)는 신앙성숙을 “개인의 우선순위나 기준을 삶을 변화시키는 신앙에 두고 헌신하는 정도”로 정의하고, Ellison (1993)은 “영적안녕이 개인의 영적상태와 동일한 개념은 아닐지라도 개인의 영적상태를 반영하여 표현한다고 볼 수 있으나 신앙성숙과는 동일하지 않다”고 설명하고 있다. 즉 다시 말하면 일반적으로 영적으로 성숙할수록 영적건강의 정도가 높다고 할 수 있으나 신앙성숙도가 낮은 상태에서도 영적안녕이 높을 수 있다고 한다. 그러므로 기독교대학생들의 영적상태와 신앙발달을 동시에 같이 관심을 갖는 것도 의미있는 접근이 될 수 있을 것이다.

따라서 본 연구에서는 새로운 환경에 적응해야 하는 신입생과 이제 익숙한 캠퍼스를 떠나 새로운 사회로 나갈 것을 준비하고 있는 졸업을 앞둔 대학생을 대상으로 심리적 건강을 대표하는 변인인 우울수준에 영향을 미치는 요인들을 파악하고자 한다. 특별히 영적안녕, 신앙성숙도가 어떤 영향을 미치는지를 파악하여 스트레스 상황에 있는 대학생

들의 우울정도를 감소시킬 수 있는 간호중재를 개발하고 대학생의 심리적 건강에 있어 영적인 면이 어느 정도 중요한지에 대한 기초 정보를 제공하고자 한다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 대학 신입생과 예비 졸업생의 우울에 영향을 미치는 요인을 파악하는 것이며 구체적 목적은 다음과 같다.

- 대학 신입생과 예비 졸업생의 우울, 영적안녕, 신앙성속도의 차이를 파악한다.
- 대학 신입생과 예비 졸업생의 일반적 특성에 따른 우울 정도를 파악한다.
- 대상자의 우울, 영적안녕, 신앙성속도간의 상관관계를 파악한다.
- 대학 신입생과 예비 졸업생의 우울에 영향을 미치는 요인을 파악한다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구는 서울 지역 기독교계 일개 대학교 신입생과 예비 졸업생의 우울, 영적안녕, 신앙성속도를 알아보고 이들 간의 관계를 파악하며 우울에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 상관관계 연구이다.

2. 연구대상 및 자료수집

연구대상자는 서울 지역 기독교계 일개 대학교 1학년, 4학년 대학생을 편의추출하여 수업시간을 협조 받아 연구자 또는 해당시간 담당교수가 직접 연구의 목적과 취지, 설문지 응답방법을 설명한 후 자기기입식 설문에 응답하게 하였다. 연구대상자들에게는 설문조사의 전 과정에서 무기명을 유지하고 모든 개인적 자료는 외부에 노출되지 않도록 하였다. 설문 조사의 중단은 대상자가 결정할 수 있었으며 불성실한 대상자에게 답변을 강요하지 않았다. 자료수집기간은 2010년 6월 8일부터 7월 2일까지로, 최종 분석에 사용된 설문지는 응답이 불성실한 5부를 제외한 총 335부로 1학년 226명과 4학년 109명이었다. 이는 재학생 대비 응답률이 1학년은 83.7%, 4학년 43.1% 정도이었다.

3. 연구도구

1) 우울

신경림(2001)이 국내에서 사용한 Radloff (1977)의 The Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale (CES-D)을 측정도구로 사용하였다. CES-D는 20문항으로 전혀 그런 적이 없다(0점)에서 언제나 그렇다(3점)까지 Likert 4점 척도이며, 16개 문항이 부정적 정서를 측정하고 있으며, 4문항이 반응경향성을 배제하기 위해 긍정적인 정서를 측정하고 있다. 4문항은 역산처리하며, 점수분포는 0~60점까지이며 점수가 높을수록 우울정도가 높음을 의미한다. Radloff (1977)는 이 도구의 16점을 임상적 우울을 나타내는 절단점으로 나타내었고, 한국 도시 지역 청소년을 대상으로 역학조사를 한 조성진 등(2001)은 16점을 가능한 우울 증상, 25점을 명확한 우울증상의 절단점으로 나타내었다. 신경림(2001) 연구에서 Cronbach's $\alpha = .89$ 이었고, 본 연구에서 Cronbach's $\alpha = .93$ 이었다.

2) 영적안녕

영적안녕을 측정하기 위해 최상순(1990)이 번안하고 강정호(1996)가 수정 보완한 Paloutzian과 Ellison (1982)의 영적안녕척도 총 20문항을 도구로 사용하였다. 이 도구는 절대자(신)와의 관계에서 안녕감을 갖는 종교적 영적안녕과 삶의 의미와 목적에 초점을 둔 실존적 영적안녕의 하위영역으로 구분된다. 이 도구는 긍정형 12문항과 부정형 8문항으로 구성되어 있으며, 4점 척도로 부정문항은 점수를 역으로 환산하여 점수가 높을수록 영적으로 안녕한 것을 의미한다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .93$, 실존적 영적안녕은 Cronbach's $\alpha = .87$, 종교적 영적안녕은 Cronbach's $\alpha = .99$ 이었다.

3) 신앙성속도

Hall과 Edwards (1996)의 신앙성속도는 자각(awareness) 26문항, 실망(disappointment) 11문항, 불안정성(instability) 19문항, 웅장/과장(grandiosity) 14문항, 현실적 수용(Realistic Acceptance) 9문항의 5개 영역으로 79문항으로 개발되었고, Hall과 Edwards (2002)가 다시 일부 문항을 삭제 및 수정하고, 이미지관리(impression management) 하위 개념을 추가하여 총 6개 영역의 총 54문항의 도구를 제시하였다. 하위 영역별로 자각 19문항, 실망 7문항, 불안정성 9문항, 웅장/과장 7문항, 현실적수용 7문항, 이미지관

리 5문항으로 구성되어 있으며, 전혀 그렇지 않다(0점)에서 매우 그렇다(4점)까지 Likert 5점 척도이며, 실망과 불안정성 영역은 부정적 의미를 측정하고 있어 역산처리하여 점수가 높을수록 신앙성숙도가 높은 것을 의미한다. 이는 영적인 자각 용량과 하나님과 개인 간의 질적인 관계에 대한 용량을 포함하는 영적인 성숙의 전체적인 관점을 포함하여 이 두 차원이 영적성숙이론에 통합되었고 이것이 본 도구를 개발하는 이론적인 기초가 되었다. 본 연구에서의 신뢰도는 Cronbach's $\alpha = .92$ 이었고, 하위 영역별로는 자각 Cronbach's $\alpha = .96$, 실망 Cronbach's $\alpha = .87$, 불안정성 Cronbach's $\alpha = .71$, 웅장·과장 Cronbach's $\alpha = .78$, 현실적수용 Cronbach's $\alpha = .87$, 이미지관리 Cronbach's $\alpha = .76$ 이었다.

4. 자료분석

수집된 자료를 SPSS PC+14.0 프로그램을 이용하여 다음과 같이 분석하였다.

- 대학 신입생과 예비 졸업생의 우울, 영적안녕, 신앙성숙도 수준을 t-test, χ^2 -test로 분석하였다.
- 대학 신입생과 예비 졸업생의 일반적 특성에 따른 우울 정도를 t-test와 ANOVA, 사후 검정은 Scheffe's test로 분석하였다.
- 연구대상자의 우울, 영적안녕, 신앙성숙도간의 상관관계를 Pearson correlation coefficient를 이용하여 분석하였다.
- 대학 신입생과 예비 졸업생의 우울에 영향을 미치는 요인을 규명하기 위하여 단계적 중회귀분석(Stepwise Multiple Regression)을 실시하였다.

연구결과

1. 연구대상자의 일반적 특성

대상자는 1학년 67.5%(226명), 4학년 32.5%(109명)이었다. 신입생(1학년) 전공은 영유아보육학, 사회복지학을 포함한 사회과학부가 43.4%로 가장 많았으며, 그 다음으로 선교학과 성서학을 포함한 신학부가 30.5%, 정보과학부 15.5%, 간호학부(신설) 10.6% 순이었다. 예비 졸업생(4학년) 전공은 사회과학부 48.6%, 신학부 32.1%, 정보과학부 19.3%이었다. 여자가 61.5%로 많았고, 연령은 평균 23.5세

로 20세 이하가 52.3%로 가장 많았고, 그 다음은 21~25세 이하 26.6%, 26~30세 이하 13.3% 등의 순으로 나타났다. 생활만족도 수준은 평균 6.62점으로 보통(4~7점) 48.7%, 만족(8~10점) 41.5%, 불만족(0~3점) 9.8%의 순으로 나타났다. 주관적 건강상태는 좋음 41.2%, 보통 32.5%, 매우 좋음 16.1%, 나쁨 10.2% 순으로 나타났고, 경제수준은 중 66.3%, 하 29.8%, 상 3.9%로 나타났다. 기독교계 대학의 특수성으로 규칙적으로 주일예배를 드리는 경우 93.4%, 기도생활도 규칙적으로 하는 경우 36.5%, 불규칙적으로 하는 경우 56.0%, 구원의 확신이 있는 경우 84.5%로 나타났다(표 1).

2. 대학 신입생과 예비 졸업생의 우울, 영적안녕, 신앙성숙도 수준

대학 신입생과 예비 졸업생의 우울 정도를 비교해 보면, 평균이 신입생은 17.55 ± 11.24 점, 예비 졸업생은 14.18 ± 14.17 점으로($t=2.626, p=.009$), 또한 우울점수에 근거하여 세 집단으로 구분하였을 때 우울증추정(25점 이상)이 신입생은 26.5%, 예비 졸업생은 17.4%, 우울증위험(16~24점)이 신입생은 24.8%, 예비 졸업생은 19.3%로($\chi^2=6.510, p=.039$) 통계적으로 유의한 차이가 나타났다.

영적안녕 수준은 평균이 신입생은 63.89 ± 10.58 점, 예비 졸업생은 66.67 ± 10.02 점으로 통계적으로 유의한 차이가 나타났고($t=-2.282, p=.023$), 하부영역에서는 종교적 안녕이 신입생은 32.46 ± 6.51 점, 예비 졸업생은 34.06 ± 5.60 점으로 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($t=-2.195, p=.029$).

신앙성숙도 수준은 평균이 신입생은 2.05 ± 0.44 점, 예비 졸업생은 2.07 ± 0.39 점으로 통계적으로 유의한 차이가 없었고($t=-0.487, p=.627$), 하부영역에서도 통계적으로 유의한 차이가 없었다(표 2).

3. 대학 신입생과 예비 졸업생의 일반적 특성에 따른 우울 정도

대학 신입생의 우울 정도는 연령($F=6.744, p<.001$), 전공($F=4.496, p=.004$), 생활만족도($F=32.469, p<.001$), 주관적 건강상태($F=15.154, p<.001$), 주일예배 규칙성 여부($t=-2.337, p=.020$), 기도생활($F=5.775, p=.004$), 구원의 확신($F=4.279, p=.015$)에서 통계적으로 유의한 차이가 나

<표 1> 일반적 특성 (N=335)

특성	분류	n (%) or M±SD
학년	1학년	226 (67.5)
	4학년	109 (32.5)
신입생 (1학년) 전공	간호학부	24 (10.6)
	사회과학부 ¹⁾	98 (43.4)
	신학부 ²⁾	69 (30.5)
	정보과학부	35 (15.5)
예비졸업생 (4학년) 전공	사회과학부 ¹⁾	53 (48.6)
	신학부 ²⁾	35 (32.1)
	정보과학부	21 (19.3)
성별	남자	129 (38.5)
	여자	206 (61.5)
연령		23.52±6.35
	20세 이하	173 (52.3)
	21~25세 이하	88 (26.6)
	26~30세 이하	44 (13.3)
	31세 이상	26 (7.8)
생활만족도		6.62±2.18
	불만족 (0~3점)	33 (9.8)
	보통 (4~7점)	163 (48.7)
	만족 (8~10점)	139 (41.5)
주관적 건강상태	매우 좋음	54 (16.1)
	좋음	138 (41.2)
	보통	109 (32.5)
	나쁨	34 (10.2)
경제수준	상	13 (3.9)
	중	222 (66.3)
	하	100 (29.8)
주일예배	규칙적으로 드림	312 (93.4)
	불규칙적으로 드림	22 (6.6)
기도생활	기도생활 못하고 있음	25 (7.5)
	불규칙적으로 기도생활	187 (56.0)
	규칙적으로 기도생활	122 (36.5)
구원의 확신	확신이 없다	13 (3.9)
	확신이 있다	283 (84.5)
	잘 모르겠다	39 (11.6)

¹⁾사회과학부는 영유아보육학, 사회복지학 포함.

²⁾신학부는 선교학, 성서학 포함.

타났다. 주일예배를 규칙적으로 드리는 경우와 Scheffe 검정 결과 연령이 31세 이상인 경우, 전공이 신학부인 경우 다른 전공에 비해 우울수준이 낮게 나타났고, 생활만족도가 낮고, 주관적 건강상태가 나쁘고, 기도생활을 못하고

있는 경우, 구원의 확신이 없는 경우 우울수준이 높게 나타났다.

예비 졸업생의 우울정도는 성별($t=-2.091, p=.039$), 생활만족도($F=13.711, p<.001$), 주관적 건강상태($F=7.647, p<.001$), 기도생활($F=4.888, p=.009$)에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 남자인 경우와 Scheffe 검정 결과 생활만족도가 8점 이상인 경우, 주관적 건강상태가 매우 좋은 경우와 기도생활을 규칙적으로 하는 경우에 우울 정도가 낮게 나타났다(표 3).

4. 연구대상자의 우울, 영적안녕, 신앙성숙도간의 상관관계

대상자의 우울, 영적안녕, 신앙성숙도 간의 상관관계 분석 결과 우울은 영적안녕($r=-.641, p<.001$), 실존적 안녕($r=-.684, p<.001$), 종교적 안녕($r=-.503, p<.001$), 신앙성숙도($r=-.537, p<.001$)와 부적상관관계가 있었다. 영적안녕은 실존적 안녕($r=.893, p<.000$), 종교적 안녕($r=.928, p<.000$), 신앙성숙도($r=.832, p<.000$)와 순상관관계가 있고, 실존적 안녕은 종교적 안녕($r=.661, p<.000$), 신앙성숙도($r=.679, p<.000$)와 순상관관계가 있고, 종교적 안녕과 신앙성숙도($r=.826, p<.000$)가 순상관관계가 있는 것으로 나타났다(표 4).

5. 대학 신입생과 예비 졸업생별 우울에 영향을 미치는 요인

대학 신입생의 우울에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 단계적 다중회귀분석을 실시한 결과, 우울 결정요인으로서 변수의 설명력은 49.7%로 나타났다. 독립변수 중 연속변수는 그대로 사용하고, 명목변수는 더미(dummy) 변수로 전환하였으며, 분석결과 우울 예측요인으로는 실존적 안녕($\beta=-.571, p<.001$), 주관적 건강상태($\beta=.200, p<.001$), 연령($\beta=-.131, p=.010$), 구원확신 여부($\beta=-.115, p=.018$)이었다. 예비 졸업생의 우울 예측요인으로는 실존적 안녕($\beta=-.607, p<.001$), 생활만족도($\beta=-.183, p=.029$)로 변수의 설명력은 53.3%로 나타났다(표 5).

논 의

대학생은 ‘제2의 탄생, 반항기, 질풍노도의 시기, 심리적 이유기’라고 하는 마지막 청년의 시기를 보내며 성인이 되기 위한 새로운 미래를 준비하는 변화의 시기를 지낸다. 인

< 표 2 > 대학 신입생과 예비 졸업생의 우울, 영적안녕, 신앙성숙도 수준

변수	신입생 (N=226)		예비 졸업생 (N=109)		t or χ^2	p
	n (%) or M±SD	n (%) or M±SD	n (%) or M±SD	n (%) or M±SD		
우울	17.55±11.24	14.18±14.17	2.626	.009		
건강 (0~15점)	110 (48.7)	69 (63.3)	6.510	.039		
우울증위험 (16~24점)	56 (24.8)	21 (19.3)				
우울증추정 (25점 이상)	60 (26.5)	19 (17.4)				
영적안녕	63.89±10.58	66.67±10.02	-2.282	.023		
실존적 안녕	31.43±5.29	32.60±4.94	-1.934	.054		
종교적 안녕	32.46±6.51	34.06±5.60	-2.195	.029		
신앙성숙도	2.05±0.44	2.07±0.39	-0.487	.627		
자각	2.66±0.87	2.78±0.72	-1.288	.199		
실망	1.27±0.77	1.14±0.72	1.425	.155		
옹장/과장	1.65±0.70	1.56±0.74	-0.564	.573		
불안정성	1.65±0.70	1.56±0.74	1.032	.303		
이미지관리	2.25±0.79	2.32±0.68	-0.780	.436		
현실적 수용	2.82±0.85	2.94±0.79	-1.191	.235		

< 표 3 > 대학 신입생과 예비 졸업생의 일반적 특성에 따른 우울

특성	분류	신입생 (N=226)				예비 졸업생 (N=109)					
		n	M±SD	t or F	p	n	M±SD	t or F	p		
성별	남자	75	17.11±11.14	-0.420	.675	54	12.09±10.43	-2.091	.039		
	여자	151	17.77±11.32			55	16.24±10.25				
연령	20세 이하	173	18.67±10.94 ^a	6.744	< .001	-	-	3.045	.052		
	21~25세 이하	30	16.97±9.99 ^a			a > b	58			15.95±10.28	
	26~30세 이하	6	16.67±10.39 ^{ab}			38	13.05±10.89				
	31세 이상	16	6.00±10.96 ^b			10	7.80±6.23				
전공	간호학부	24	18.88±10.66 ^{ab}	4.496	.004	-	-	1.538	.220		
	사회과학부	98	18.83±11.05 ^{ab}			a > b	53			15.64±10.10	
	신학부	69	13.64±11.68 ^b			35	11.69±11.47				
	정보과학부	35	20.80±9.47 ^a			21	14.67±9.50				
생활 만족도	8~10점 이하	87	12.38±10.26 ^c	32.469	< .001	52	9.71±7.34 ^a	13.711	< .001		
	4~7점 이하	113	18.71±9.94 ^b			a > b > c	50			17.20±10.61 ^b	a > b
	0~3점 이하	26	29.85±8.67 ^a			7	25.86±14.16 ^b				
주관적 건강상태	매우 좋음	37	14.27±10.66 ^{bc}	15.154	< .001	17	8.00±7.68 ^a	7.647	< .001		
	좋음	87	13.67±8.37 ^c			a > b > c	51			12.00±9.07 ^{ab}	a > b
	보통	78	20.28±11.60 ^b			31	19.71±11.14 ^b				
	나쁨	24	27.83±11.61 ^a			9	20.00±10.81 ^b				
주일 예배	규칙적으로 드림	207	17.03±11.05	-2.337	.020	105	10.67±5.86	0.569	.571		
	불규칙적으로 드림	19	23.26±12.00			3	14.17±10.59				
기도생활	규칙적으로 기도생활	89	14.98±11.11 ^b	5.775	.004	33	9.88±8.73 ^b	4.888	.009		
	불규칙적으로 기도생활	121	18.67±10.64 ^{ab}			a > b	66			15.55±10.45 ^{ab}	a > b
	기도생활 못하고 있음	15	24.20±13.50 ^a			10	19.40±12.37 ^a				
구원의 확신	확신이 있다	186	19.89±9.33 ^b	4.279	.015	97	20.45±14.19	2.776	.067		
	잘 모르겠다	28	16.69±11.25 ^{ab}			a > b	11			13.37±9.85	
	확신이 없다	12	25.50±12.12 ^a			1	24.00±0.00				

< 표 4 > 우울, 영적안녕, 신앙성숙도간의 상관관계

(N=335)

변수	우울	영적 안녕	실존적 안녕	종교적 안녕
영적안녕	-.641 (< .001)			
- 실존적 안녕	-.684 (< .001)	.893 (< .001)		
- 종교적 안녕	-.503 (< .001)	.928 (< .001)	.661 (< .001)	
신앙성숙도	-.537 (< .001)	.832 (< .001)	.679 (< .001)	.826 (< .001)

< 표 5 > 대학 신입생과 예비 졸업생별 우울에 영향을 미치는 요인

병원	변수	β	R ²	Cum. R ²	t	p
1학년	실존적 안녕	-.571	.442	.442	-10.689	< .001
	주관적 건강상태	.200	.027	.470	3.914	< .001
	연령	-.131	.014	.484	-2.595	.010
	구원확신 여부 (있음) ¹⁾	-.115	.013	.497	-2.381	.018
4학년	실존적 안녕	-.607	.512	.512	-7.339	< .001
	생활만족도	-.183	.022	.533	-2.215	.029

주: 무응답 제외.

¹⁾기준집단: 구원확신 없음.

간은 발달 과정상 전인적인 발달을 도모하여야 하는데, 신체적, 정서적, 인지적, 사회적, 도덕적, 영적 발달 모두를 포함해야 한다.

서울 지역 기독교계 일개 대학교 신입생과 예비 졸업생의 우울, 영적안녕, 신앙성숙도를 알아보고 이들 간의 관계를 파악하며 우울에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위해 시도된 본 연구의 주요결과를 중심으로 고찰하면 다음과 같다.

본 연구대상자의 우울정도가 신입생(1학년)은 평균 17.55점(±11.24), 예비 졸업생(4학년)은 14.18점(±14.17)으로 나타났다(t=2.626, p=.009). 또한 우울점수에 근거하여 세 집단으로 구분하였을 때 우울중추정(25점 이상)이 신입생은 26.5%, 예비 졸업생은 17.4%로($\chi^2=6.510$, p=.039) 통계적으로 신입생이 유의하게 높게 나타났다. 이는 같은 도구를 사용하여 대학생 221명을 대상으로 한 김계하와 김옥수(2000)의 연구에서는 우울 평균 점수가 남학생 19.04점, 여학생 18.54점으로 본 연구결과보다 높게 나타났다. 또한 중고등학생을 대상으로 한 조성진 등(2001)의 연구에서는 16점 이상을 기준으로 하였을 때 전체가 38.9%로 나타나 본 연구보다는 낮게 나타났고, 대학 신입생 3,740명을 대상으로 연구한 이명학 등(1994)의 연구에서는 우울 평균점수가 17.2점, 24점 기준으로 19.8%가 우울한 것으로 보고되어 본 연구와 비슷하게 나타났다.

본 연구결과에 근거하면 대학 예비 졸업생 보다 신입생이 더 우울정도가 심각하며, 신입생의 약 4분의 1정도가 우울중세가 있는 것으로 나타났다. 이들 신입생의 우울정도는 주일예배를 규칙적으로 드리는 경우(t=-2.337, p=.020)와 전공이 신학부인 경우(F=4.496, p=.004) 낮게 나타났고, 생활만족도가 낮고(F=32.469, p<.001), 주관적 건강상태가 나쁘고(F=15.154, p<.001), 기도생활을 못하고 있는 경우(F=5.775, p=.004), 구원의 확신이 없는 경우(F=4.279, p=.015) 우울수준이 높게 나타났다. 본 조사가 1학기가 거의 끝나가는 시기에 이루어졌는데도 신입생의 우울정도가 유의한 차이를 나타내며 높게 나타난 것을 고려하여 새로운 환경에 잘 적응하며 교우관계를 만들어갈 수 있도록 신입생 상담 및 건강관리, 개인적인 예배 및 기도 등의 활동뿐만 아니라 구체적이고 다양한 신입생 지원 프로그램 운영을 통한 학생관리가 절실함을 말해 주고 있으며 이는 중도 탈락률이나 휴학률에도 영향을 줄 수 있을 것으로 판단된다.

전체적으로 연구대상자의 우울은 영적안녕(r=-.641, p<.001), 실존적 안녕(r=-.684, p<.001), 종교적 안녕(r=-.503, p<.001), 신앙성숙도(r=-.537, p<.001)와 부적상관관계가 있었다. 이는 장인순(2004), 서경현 등(2005), 장은주(2006)의 연구에서도 영적안녕과 우울은 유의한 부적상관관계가 나타나 일치하였다. 김유심(2010)은 생활사건

스트레스와 우울과의 관계에서 영적안녕감이 조절효과가 있다고 보고하였는데, 이는 스트레스에 대한 대처자원인 영적안녕수준을 높이기 위한 다양한 노력의 가치를 알게 했고, 김정남과 김영아(2008)의 연구에서는 종교유무와 신앙생활 참여정도에 따라 영적안녕 정도에 유의한 차이가 있고, 종교를 가지고 의미있는 신앙생활을 할 때 영적안녕이 증가한 것으로 나타났다. 이렇듯 대학기간 중 학생들의 신앙의 상태나 발달이 중요함을 알 수 있는데, 신입생과 예비 졸업생을 비교할 때 영적안녕수준($t=-2.282, p=.023$), 특히 종교적 안녕($t=-2.195, p=.029$)이 신입생에 비해 예비 졸업생이 통계적으로 유의하게 높았으나, 신앙성숙도는 신입생과 예비 졸업생이 통계적으로 유의한 차이가 없었다($t=-0.487, p=.627$). 이러한 연구결과는 입학 후 기독교 대학에서 이루어지는 다양한 교육과정과 프로그램이 대학생의 영적안녕수준에는 영향을 주나 신앙성숙도까지는 유의하게 영향을 주지 못하는 것으로 해석할 수 있거나 측정도구가 외국의 것을 빈안하여 사용하여 우리나라 대학생의 신앙적 변화와 성숙을 평가하는데 제한적임을 보여주는 결과로도 이해할 수 있다. 기독교 대학에서 신앙상담 시 학생들의 인지적인 면과 정서적인 발달의 기초가 되는 영적인 상태에 대한 이해와 성숙을 도모하기 위해 그들의 영적 상태, 신앙상태를 정확하게 측정할 수 있는 우리나라 실정에 맞는 도구가 개발되어 있다면 학생들을 다각적으로 이해하고 지도하는데 도움이 될 것이기에 이러한 분야의 추후 연구가 필요하다.

우울에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 단계적 다중회귀분석을 실시한 결과, 신입생은 실존적 안녕, 주관적 건강상태, 연령, 구원확신 여부가 유의한 요인으로 나타났으며, 설명력은 49.7%이었다. 예비 졸업생은 우울 예측요인으로 실존적 안녕, 생활만족도로 변수의 설명력은 53.3%로 나타났다. 본 연구와 비슷하게 대학생을 대상으로 연구한 서경현 등(2005)은 영적안녕이 우울의 25% 정도 설명한다고 보고하며, 종교가 없는 사람에 비해 종교를 가지고 있는 사람들의 영적안녕이 우울의 변량을 더 많이 설명해 준다고 하였다. 이는 종교성을 가진 사람들에게 영적안녕이 심리적 건강을 위한 더 결정적인 변인이 된다는 것을 의미한다. 그러나 종교 유무의 주효과가 종교적 안녕에서만 발견되고 실존적 안녕 즉 의미감과 충족감에는 없는 것으로 나와 단순히 종교를 가지고 있는 것이 실존적 불안을 없앨 수 있지는 않다고 했다. 장은주(2006)의 연구에서도 실존적 안녕과 우울은 유의한 상관관계가 있으나 종교적 안녕

과는 유의한 상관관계가 없는 것으로 나타났다. 본 연구결과에서는 신입생과 예비 졸업생 모두 우울에 실존적 안녕이 중요한 요인으로 나타난 것을 고려할 때, 단순히 종교가 있다고 해서 영적안녕이 높고, 우울에 긍정적 영향을 준다고 할 수 있는 것이 아니라 삶의 의미와 목적을 분명히 하는 실존적 안녕을 추구하는 접근이 중요하다는 것을 밝힐 수 있었다. 본 연구결과와 비슷한 결과로 이명학 등(1994)의 연구에서 우울에 영향을 주는 요인으로 생활만족도, 건강에 대한 본인의 생각, 본인이 인지하는 체중 등을 제시하였다. 또한 최상순(1990)의 연구에서도 영적안녕은 개인이 주관적으로 지각한 신체적, 사회적, 심리적, 영적인 면에서의 건강과 정상관계가 있었다. 한내창(2000)의 연구에서는 종교성은 심리적으로 건강하게 하지만 종교적 애착이 자발적인 것이 아니면 불안감이나 우울한 느낌을 가지게 하여 영적으로 안정되지 못하게 한다고 보고하며, 긍정적 종교성은 자아구조에 긍정적인 영향을 미쳐 우울이나 불안을 감소시킨다고 설명하였다.

대학생들의 우울증은 중요한 정신건강 문제이며 이를 방지한다면 흡연, 음주, 약물남용 등의 문제와 이로 인해 발생하는 건강상의 이차적인 문제를 발생시킬 수 있기에 적극적인 예방과 치료 등이 요구된다. 삶의 목적과 가치를 인식하게 하고 삶 자체를 만족할 수 있는 영적안녕을 높일 수 있는 영향력 있는 영성개발 프로그램 운영과 전문가에 의한 학생상담 등 적극적인 노력이 필요하다.

결론 및 제언

본 연구는 서울 지역 기독교계 일개 대학교 신입생과 예비 졸업생의 우울, 영적안녕, 신앙성숙도를 알아보고 이들 간의 관계를 파악하며 우울에 영향을 미치는 요인을 파악하여 대학생의 우울정도를 감소시킬 수 있는 간호중재를 개발하는데 기초 정보를 제공하고자 시행하였다. 조사대상은 서울 지역 기독교계 일개 대학교 1학년, 4학년 대학생으로 2010년 6월 8일부터 7월 2일까지 자료수집을 하였고, 최종 분석에 사용된 설문지는 총 335부로 1학년 226명과 4학년 109명이었다. 수집된 자료는 SPSS PC+14.0 프로그램을 이용하여 빈도와 백분율, t-test, χ^2 -test, ANOVA, Scheffe's test, Pearson correlation coefficient, 단계적 중회귀분석(Stepwise Multiple Regression)을 시행하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 우울정도가 신입생(1학년)은 평균 17.55 ± 11.24

점, 예비 졸업생(4학년)은 14.18 ± 14.17 점이었고($t = 2.626, p = .009$) 우울점수에 근거하여 세 집단으로 구분하였을 때 우울증추정(25점 이상)이 신입생은 26.5%, 예비 졸업생은 17.4%로($\chi^2 = 6.510, p = .039$) 통계적으로 신입생이 유의하게 높게 나타났다. 영적안녕수준 평균이 신입생은 63.89 ± 10.58 점, 예비 졸업생은 66.67 ± 10.02 점으로($t = -2.282, p = .023$), 하부영역에서는 종교적 안녕이 신입생은 32.46 ± 6.51 점, 예비 졸업생은 34.06 ± 5.60 점으로($t = -2.195, p = .029$) 통계적으로 차이가 나타났으나, 신앙성숙도는 신입생과 예비 졸업생이 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

둘째, 신입생의 우울 정도는 연령이 31세 이상인 경우($F = 6.744, p < .001$), 주일예배를 규칙적으로 드리는 경우($t = -2.337, p = .020$)와 전공이 신학부인 경우($F = 4.496, p = .004$) 우울수준이 낮게 나타났고, 생활만족도가 낮거나($F = 32.469, p < .001$), 주관적 건강상태가 나쁘고($F = 15.154, p < .001$), 기도생활을 못하고 있는 경우($F = 5.775, p = .004$), 구원의 확신이 없는 경우($F = 4.279, p = .015$) 우울수준이 높게 나타났다. 예비 졸업생도 비슷하게 생활만족도가 8점 이상인 경우($F = 13.711, p < .001$), 주관적 건강상태가 매우 좋은 경우($F = 7.647, p < .001$)와 기도생활을 규칙적으로 하는 경우($F = 4.888, p = .009$)에 우울 정도가 낮게 나타났다.

셋째, 대상자의 우울, 영적안녕, 신앙성숙도 간의 상관관계 분석 결과 우울은 영적안녕($r = -.641, p < .001$), 실존적 안녕($r = -.684, p < .001$), 종교적 안녕($r = -.503, p < .001$), 신앙성숙도($r = -.537, p < .001$)와 부적상관관계가 있었다.

넷째, 신입생의 우울에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 단계적 다중회귀분석을 실시한 결과, 실존적 안녕, 주관적 건강상태, 연령, 구원확신 여부가 유의한 요인으로 나타났다으며, 설명력은 49.7%이었다. 예비 졸업생도 우울 예측요인으로는 실존적 안녕, 생활만족도로 변수의 설명력은 53.3%로 나타났다.

본 조사는 일개 기독교대학생을 대상으로 편의추출에 의하여 자료를 수집하였으므로 본 연구를 일반화하는데 주의를 기하여야 할 것이다. 따라서 더욱 많은 표본을 대상으로 다른 종교나 종교가 없는 대상자까지 포함하여 비교연구를 수행할 필요가 있다고 본다. 그리고 우울에 실존적 안녕이 중요한 요인이 되는 것으로 나타났는데 이런 영적 안녕감을 높일 수 있는 다양한 프로그램을 적용한 후 이에 따른 우울 정도의 변화에 대한 전향적 연구가 필요하고, 우리나라 실정에 맞게 신앙성숙도를 정확하게 측정할 수 있는 도구 개발과 관련된 연구도 중요한 과제가 될 것이다.

참고문헌

- 강은실, 송양숙, 조향숙, 강성년(2004). 청소년의 자살의도, 우울, 영적 안녕과의 관계. **정신간호학회지**, 13(2), 190-199.
- 강정호(1996). **암 환자의 영적 안녕 상태에 관한 조사연구**. 부산대학교, 석사학위논문, 부산.
- 김계하, 김옥수(2000). 남녀 대학생들의 우울과 음주양상에 관한 조사연구. **간호과학**, 12(1), 43-53.
- 김유심(2010). 생활사건 스트레스가 빈곤층 여성한부모의 우울에 미치는 영향-영적안녕감의 조절효과를 중심으로-. **한국가족복지학**, 28(4), 187-218.
- 김정남, 김영아(2008). 간호대학생의 영적안녕과 우울에 관한 연구. **계명간호과학**, 12(1), 97-105.
- 노컷뉴스(2010). **취업전쟁에 '스펙 강박증' 대학생들 가슴에 '생채기'**. [Online]. Available: <http://www.nocutnews.co.kr/show.asp?idx=1560505> [2010, August 24].
- 서경현, 정성진, 구지현(2005). 대학생의 영적 안녕과 생활 스트레스, 우울 및 자아존중감. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 17(4), 1077-1095.
- 신경림(2001). 한국여성의 우울증상 실태조사연구. **대한간호학회지**, 31(3), 391-400.
- 이명하, 남해성, 손석준, 이정애, 김병우(1994). 한 대학 신입생의 우울수준과 관련변인에 관한 연구. **대한보건협회지**, 20(2), 71-84.
- 장은주(2006). **대학생의 영성, 감성, 우울과의 상관관계 연구**. 연세대학교, 석사학위논문, 서울.
- 장인순(2004). 일부 지역사회 여성노인의 영적안녕, 우울, 주관적 건강상태에 관한 연구. **여성건강간호학회지**, 10(2), 91-98.
- 조성진, 전홍진, 김무진, 김장규, 김선옥, 류인균 등(2001). 한국 일도시 지역 청소년의 우울 증상 유병률과 관련요인에 대한 연구. **신경정신의학**, 40(4), 627-639.
- 최상순(1990). **일 지역 성인의 영적 안녕, 희망 및 건강상태에 관한 연구**. 연세대학교, 박사학위논문, 서울.
- 한내창(2000). 종교성이 정신건강에 미치는 영향에 관한 연구. **한국사회학**, 36, 157-182.
- Creagan, E. T. (1997). Attitude and disposition: Do they make a difference in cancer survival? *Mayo Clin Proc*, 72(2), 160-164.
- Ellison, C. (1983). Spiritual well-being: Conceptualization and measurement. *J Psychol Theol*, 11(4), 330-340.
- Fish, S., & Shelly, J. A. (1983). *Spiritual care-the nurses role*. Illinois: I.V.P.
- Garry, F., & Kavanagh, C. K. (1990). *Psychiatric mental health nursing*. J. B. Lippincott Company: Philadelphia.
- Hall, T. W., & Edwards, K. J. (1996). The initial development and factor analysis of the spiritual assessment inventory. *J Psychol Theol*, 24(3), 233-246.
- Hall, T. W., & Edwards, K. J. (2002). The spiritual assessment inventory: A theistic model and measure for assessing spiritual development. *J Sci Study Relig*, 41(2), 341-357.

- Hill, L., & Smith, N. (1985). Self-care nursing: Promotion of health. Appleton-century-crofts, 186-216.
- Kim, Y., & Seidlitz, L. (2002). Spirituality moderates the effect of stress on emotional and physical adjustment. *Pers Individ Dif*, 32, 1377-1390.
- Paloutzian, R. F., & Ellison, C. W. (1982). *Loneliness, spiritual well-being and the quality of life*. In L. A. Peplau, D. Perma(Eds). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 224-236). New York: John Wiley & Sons.
- Raloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Appl Psychol Meas*, 1(3), 385-401.
- Thayer, J. (1993). *The quest for the holy test: Rationales behind the development of 9 measurements of spirituality*. A unpublished paper prepared for the course work at trinity evangelical divinity school.
- Voughan, F. (1986). *The inward arc: Healing and wholeness in psychotherapy and spirituality*. Boston; New Science Library.