

대학생의 자아존중감, 우울, 사회적 지지가 자살사고에 미치는 융복합적 영향

이선영*, 김윤영**, 이정숙***

공주대학교 간호학과*, 안동대학교 간호학과**, 상명대학교 간호학과***

The Convergent Effect of Self-esteem, Depression, and Social support on Suicidal ideation in University Students

Sun-young Lee^{*}, Yun-young Kim^{**}, Jeong-sook Lee^{***}

Dept. of Nursing Kongju National University^{*}

Dept. of Nursing Andong National University^{**}

Dept. of Nursing Sangmyung University^{***}

요 약 본 연구의 목적은 대학생의 자아존중감, 우울, 사회적 지지가 자살사고에 미치는 영향에 대해 파악하고자 함이다. 2015년 9월부터 11월까지 대학생 220명으로부터 자기기입식 설문을 조사하였다. 연구도구는 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고였다. 자료분석은 SPSS/WIN 21.0 프로그램을 이용하여 기술통계, t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficients, 다중회귀분석을 실시하였다. 연구결과로 일반적 특성과 관련한 자살사고의 차이는 전공만족($F=5.222, p=.006$)에서 유의미했다. 대학생의 자살사고에 영향을 미치는 요인은 자아존중감($\beta=-0.227, p=.004$), 우울($\beta=0.211, p=.006$), 사회적 지지($\beta=-0.140, p=.045$)였고, 21.9%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다. 대학생들의 자살사고를 감소시키기 위해, 자아존중감이 증진되도록 하고 우울을 관리할 수 있는 프로그램 개발이 필요하다. 그들에 대한 관심과 사회적 지지는 대학생들의 건강증진에 도움을 줄 수 있을 것이다.

주제어 : 대학생, 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고, 융복합

Abstract The purpose of the study was to investigate the effect of self-esteem, depression, and social support on suicidal ideation in university students. A self-reported questionnaire was completed by 220 university students from September to November 2015. The study instruments comprised self-esteem, depression, social support, and suicidal ideation. The data were analyzed by descriptive statistics, t-test, ANOVA, Pearson's correlation coefficients, and multiple linear regression using SPSS/WIN 21.0 program. The result showed that the difference of suicidal ideation by general characteristics was significant in major satisfaction($F=5.222, p=.006$). The significant factors influencing suicidal ideation of university students were self-esteem($\beta=-0.227, p=.004$), depression($\beta=0.211, p=.006$), social support($\beta=-0.140, p=.045$), and with the explanation power of 21.9%. To decrease suicidal ideation of university students, it is necessary to develop a program increasing the self-esteem and managing the depression. The interest and social support of them will help the healthy promotion of university students.

Key Words : University Students, Self-esteem, Depression, Social support, Suicidal ideation, Convergence

Received 1 July 2017, Revised 31 July 2017
Accepted 20 August 2017, Published 28 August 2017
Corresponding Author: Jeong-sook Lee
(Dept. of Nursing Sangmyung University)
Email: luckyjs34@naver.com

ISSN: 1738-1916

© The Society of Digital Policy & Management. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

1.1 연구의 필요성

우리나라 만 19세 이상 인구의 스트레스 인지율과 우울감 경험률, 자살에 대해 생각하는 자살생각률은 증가되고 있다. 특히 우울감 경험률은 20대가 가장 높게 나타났다[1], 스트레스와 우울은 자살을 생각하게 하는 가장 주요한 요인으로 작용한다. 우리나라 자살률이 OECD 국가 중 1위를 차지하고 대학생들의 자살률이 증가하면서 사회적 관심이 집중되고, 이제 자살을 더 이상 개인 차원이 아닌 심각한 사회와 국가의 문제로 인식하고 있으며 자살을 줄이기 위해 노력하고 있다[2].

자살사고는 죽음에 대한 일반적인 단순한 생각에서부터 자살실행을 위한 구체적 계획을 생각하는 것까지 포괄하는 개념으로, 자살로 유도하여 자살시도를 이끌며 개인의 삶의 마지막에 생각하게 되는 것으로, 자살시도와 완벽한 자살로 이어지는 연속선상에 있다[3,4,5]. 자살사고는 자살시도에 직접적으로 영향을 미치며 이를 경험한 경우 추후 자살을 시도할 위험이 증가한다[6]. 그러므로 자살예방을 위해서는 자살사고를 확인하고 예방하는 것에서부터 출발해야 한다[3].

대학생들은 발달단계상 청소년기와 성인기의 중간단계에 있으며, 그동안 부모로부터의 보호 아래에 있다가 심리적으로 독립하도록 요구받는 과도기에 있다. 변화되는 환경 속에서 대학생들은 대인관계의 폭이 확장되고, 학업이나 취업에 대한 압박, 불확실한 미래 등 다양한 새로운 것에 고민하고 적응해야하는 부담을 갖게 된다. 이 과정에서 혼란과 스트레스, 우울 등 불안정한 정서를 경험하며, 이것에서 벗어나는 방법으로 자살을 생각하기도 한다[3]. 자살은 개인은 물론 가족이나 사회에까지 치명적인 영향을 주는 심각한 문제이다[7]. 자살예방을 위한 구체적이고 체계적인 제도적 장치를 마련하고, 자살을 예측하는 위험요인들을 사전에 파악할 수 있어야 한다.

자아존중감은 자살사고에 대응하고 영향을 줄 수 있는 강력하고 중요한 요인이므로 자살사고를 줄이기 위해 자아존중감을 향상시켜야 할 필요가 있다[3,5]. 자아존중감이 높은 사람은 자신에 대한 긍정적인 정체성이 형성되어 있고, 부정적인 사건을 경험할 때 이에 영향을 덜 받아 자살과 같은 극단적인 선택을 하는 경우가 적지만 낮은 사람은 그렇지 않다. 따라서 자아존중감은 대학생

의 자살을 예방하는 중요한 요인이 될 수 있다[3,8].

우울은 자살사고에 가장 영향을 많이 미치는 요인이고[4], 이것이 자살과 관련된 행동으로 이어진다는 주장은 보편적으로 받아들여지는 내용이다[9]. 우울은 자살사고를 증가시키며[10] 자살에 이르게 하는 위험한 요인으로, 우울로 인하여 심각한 부적응 상태에 이를 수 있다[11]. 대학생으로써 삶의 전환기에서 있고 자아정체감을 형성하는 과정에서 가치관이 혼란을 겪으면서 감당해야 하는 스트레스와 우울은 자살을 생각하게 하는 주요 요인이 된다[7,12].

인간은 기본적으로 타인과의 상호작용을 통해 사회적 욕구를 충족하고, 이를 위해 필요한 것이 사회적 지지이다. 사회적 지지는 긴장된 환경을 경험하는 이들의 스트레스를 감소시키며, 우울이나 불안을 완화시키는 중요한 대응자원이다. 사회적 지지가 높은 사람은 정체성을 찾고, 정신건강에 이로운 효과를 얻게 되어 문제해결 능력이 강화되고, 적응력이 증진된다[2,11,13]. 대학생들은 다양한 심리사회적 과제를 경험하는 시기이므로 주위로부터의 지지가 더욱 중요하다[3]. 가족이나 주변과의 관계 등 사회적 지지는 자아존중감을 높여주고, 이는 절망감이나 스트레스 상황에서 완충작용을 하여 자살사고로 이어지는 경우를 감소시킬 수 있다[5].

이상의 선행연구에서와 같이 자아존중감, 우울, 사회적 지지가 자살사고를 예측하는 중요한 요인임이 확인되었다. 대학생은 급격하게 변화하는 요즘 시대에 미래에 주인공이 되어 사회를 이끌어갈 중요한 인적자원이므로 대학생의 자살은 사회적으로 큰 손실이 된다. 자살은 일단 발생하면 어떤 개입도 소용이 없고[14], 자살사고로부터 시작되므로 대학생을 대상으로 자살사고에 관심을 갖고 자살 예방을 위한 전략을 마련하는 것이 절실히 필요한 시점이다. 그러나 대학생 대상의 자살 관련한 연구는 청소년이나 노인 등 다른 대상에 비해 부족한 실정이며, 더욱이 자살사고를 예측할 수 있는 내·외적 요인들을 종합적으로 투입하여 확인한 연구는 미흡하다.

따라서 본 연구에서는 대학생들의 자아존중감, 우울, 사회적 지지와 자살사고 간의 관계를 확인하고, 자살사고에 영향을 미치는 요인을 파악하여 자살을 예방하고 조기에 개입하며 그들의 정신건강을 증진시킬 수 있도록 하는 프로그램 개발에 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

1.2 연구목적

본 연구는 대학생의 자아존중감, 우울, 사회적 지지가 자살사고에 미치는 영향에 대해 파악하고자 함이며 구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 대상자의 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고의 정도를 파악한다.

둘째, 대상자의 일반적 특성과 관련한 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고의 차이를 파악한다.

셋째, 대상자의 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고 간의 상관관계를 파악한다.

넷째, 대상자의 자아존중감, 우울, 사회적 지지가 자살사고에 미치는 영향을 파악한다.

2. 연구방법

2.1 연구대상 및 자료수집

본 연구는 G지역의 대학생을 대상으로 연구의 목적을 이해하고 자발적으로 연구 참여에 동의한 대상자에게 서면 동의서를 받았으며, 2015년 9월부터 11월까지 자료수집이 이루어졌다. 설문지 응답에 소요되는 시간은 20분 정도였으며, 훈련된 조사가원이 대학을 방문하여 지역의 학생들을 대상으로 설문지를 배포하고 수거하였다. 총 250부가 배포되었고 회수된 235부 중 답변이 불성실한 15부를 제외하고 220부를 최종 분석에 이용하였다. 본 연구에서의 표본 수는 G-Power 3.1.9.2 프로그램을 이용하여 다중회귀분석을 수행하는데 필요한 효과크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 95%, 예측변수를 10개로 하였을 경우 최소 표본수가 172명으로 확인되었으며 본 연구의 대상자 220명은 필요한 표본수를 충족하였다.

2.2 연구도구

2.2.1 자아존중감

본 도구는 Rosenberg[15]가 개발하고 Park[8]이 사용한 도구이다. 총 10문항 4점(1-4점) 척도로 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미한다. Park[8]의 연구에서 Cronbach's α 는 .93이었고 본 연구에서는 .85였다.

2.2.2 우울

본 도구는 Kang et al.[7]이 사용한 Zung[16]의 자기

평가 우울반응척도(Self-Rating Depression Scale, SDS)이다. 총 20문항 4점(1-4점) 척도로 점수가 높을수록 우울 수준이 높은 것을 의미한다. Kang et al.[7]의 연구에서 Cronbach's α 는 .85였고, 본 연구에서는 .78이었다.

2.2.3 사회적 지지

본 도구는 Cohen & Hoberman[17]의 대인관계 지지 평가 척도(Interpersonal Support Evaluation List, ISEL)를 Kang[2]이 사용한 도구이다. 총 45문항 5점(1-5점) 척도로 점수가 높을수록 사회적 지지 수준이 높음을 의미한다. Kang[2]의 연구에서 Cronbach's α 는 .93이었고 본 연구에서는 .92였다.

2.2.4 자살사고

본 도구는 Beck et al.[18]이 개발한 자살사고 척도(Scale for Suicide Ideation, SSI)를 Kang[2]이 사용한 도구이다. 총 19문항 3점(0-2점) 척도로 점수가 높을수록 자살사고가 높은 것을 의미한다. Kang[2]의 연구에서 Cronbach's α 는 .91이었고 본 연구에서는 .85였다.

2.3 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 일반적 특성, 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고의 정도는 기술통계를 사용하여 빈도, 백분율, 평균과 표준편차로 산출하였다. 일반적 특성과 관련한 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고의 차이는 t-test와 one-way ANOVA를 이용하였고 사후검정은 Scheffe로 분석하였다. 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients를 실시하였고 대상자의 자살사고에 영향을 미치는 요인은 다중회귀분석으로 분석하였다.

3. 연구결과

3.1 대상자의 일반적 특성

일반적 특성으로 성별은 남학생 11명(5.0%), 여학생 209명(95.0%)이었고, 학년은 1학년 57명(25.9%), 2학년 51명(23.2%), 3학년 62명(28.2%), 4학년 50명(22.7%)이었다. 전공에 대한 만족은 만족이 134명(60.9%)으로 가장

많았고, 보통 76명(34.5%), 불만족 10명(4.5%)이었으며, 취업에 대한 부담은 상이 121명(55.0%)으로 가장 많았고, 중 79명(35.9%), 하 20명(9.1%) 순이었다. 동아리활동은 하는 경우 141명(64.1%), 활동하지 않는 경우 79명(35.9%)이었고, 학교성적은 중 149명(67.7%), 하 54명(24.5%), 상 17명(7.7%) 순이었다<Table 1>.

<Table 1> General characteristics of the subjects (N=220)

Variable	Division	n(%)
Gender	Male	11(5.0)
	Female	209(95.0)
School year	1	57(25.9)
	2	51(23.2)
	3	62(28.2)
	4	50(22.7)
Major satisfaction	Satisfaction	134(60.9)
	Middle	76(34.5)
	Dissatisfaction	10(4.5)
Employment pressure	High	121(55.0)
	Middle	79(35.9)
	Low	20(9.1)
Student activity	Activity	141(64.1)
	Inactivity	79(35.9)
School grades	High	17(7.7)
	Middle	149(67.7)
	Low	54(24.5)

3.2 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고에 대한 정도

자아존중감의 평균은 40점 만점에 29.80±4.56점이었고, 우울의 평균은 80점 만점에 41.87±6.27점이었다. 사회적 지지의 평균은 225점 만점에 169.29±20.07점이었고, 자살사고의 평균은 38점 만점에 2.99±3.97점이었다<Table 2>.

<Table 2> Degree of self-esteem, depression, social support, and suicidal ideation (N=220)

Variable	M±SD	Range
Self-esteem	29.80±4.56	14.00-39.00
Depression	41.87±6.27	28.00-59.00
Social support	169.29±20.07	94.00-211.00
Suicidal ideation	2.99±3.97	0.00-26.00

3.3 일반적 특성과 관련한 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고의 차이

일반적 특성과 관련한 자아존중감의 차이에서는 성별 ($t=2.557, p=.011$), 전공만족($F=9.761, p<.001$), 취업부담 ($F=3.495, p=.032$)이 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 여학생보다 남학생의 자아존중감이 높았고, 사후검증결과 전공에 대한 만족이 큰 경우, 취업에 대한 부담이 적은 경우 자아존중감은 높았다.

일반적 특성과 관련한 우울의 차이에서는 학년($F=6.748, p<.001$), 전공만족($F=9.520, p<.001$), 취업부담($F=7.017, p=.001$)이 통계적으로 유의미한 차이를 보였다. 사후검증결과 다른 학년에 비해 4학년이, 전공에 대해 만족하지 않는 경우, 취업부담이 많은 경우 우울의 정도는 높았다.

일반적 특성과 관련한 사회적 지지의 차이에서는 전공만족($F=4.076, p=.018$)이 통계적으로 유의미한 차이를 보였으나 사후검증결과 집단 간 차이는 없었다.

일반적 특성과 관련한 자살사고의 차이에서는 전공만족($F=5.222, p=.006$)이 통계적으로 유의미한 차이를 보였고, 사후검증결과 전공에 대해 만족하지 않는 경우 자살 사고가 높은 것으로 확인되었다<Table 3>.

3.4 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고 간의 상관관계

자아존중감은 우울($r=-.605, p<.001$), 자살사고 ($r=-.423, p<.001$)와 음의 상관관계를, 사회적 지지 ($r=.483, p<.001$)와 양의 상관관계를 보였다. 우울은 사회적 지지($r=-.423, p<.001$)와 음의 상관관계를, 자살사고 ($r=.408, p<.001$)와 양의 상관관계를 보였다. 사회적 지지는 자살사고($r=-.339, p<.001$)와 음의 상관관계를 보였다<Table 4>.

<Table 4> Correlation among self-esteem, depression, social support, and suicidal ideation (N=220)

Variable	Self-esteem $r(p)$	Depression $r(p)$	Social support $r(p)$
Self-esteem	1		
Depression	-.605 ($<.001$)	1	
Social support	.483 ($<.001$)	-.423 ($<.001$)	1
Suicidal ideation	-.423 ($<.001$)	.408 ($<.001$)	-.339 ($<.001$)

<Table 3> Differences of self-esteem, depression, social support, and suicidal ideation by general characteristics (N=220)

Variable	Division	Self-esteem	Depression	Social support	Suicidal ideation
		M±SD	M±SD	M±SD	M±SD
Gender	Male	33.18±4.51	39.00±8.19	162.27±20.66	1.91±2.98
	Female	29.62±4.50	42.03±6.14	169.66±20.02	3.04±4.02
t(p)		2.557(.011)	-1.564(.119)	-1.191(.235)	-0.922(.358)
School year	1 ^a	30.28±3.73	40.40±5.73	168.51±19.42	3.84±3.80
	2 ^b	30.24±4.04	41.02±5.00	168.43±21.62	2.49±4.34
	3 ^c	30.23±5.24	41.24±7.06	173.37±16.69	2.37±3.51
	4 ^d	28.28±4.81	45.20±5.98	166.00±22.61	3.28±4.22
F(p)		2.448(.065)	6.748(<.001) (a,b,c<d)	1.369(.253)	1.750(.158)
Major satisfaction	Satisfaction ^a	30.61±3.98	40.66±6.06	171.88±18.82	2.31±3.17
	Middle ^b	29.01±4.77	43.21±5.73	166.42±21.74	3.96±5.01
	Dissatisfaction ^c	24.90±6.33	47.90±7.94	156.40±16.45	4.60±2.91
F(p)		9.761(<.001) (a>c)	9.520(<.001) (a<b<c)	4.067(.018)	5.222(.006) (a<b<c)
Employment pressure	High ^a	29.28±4.95	42.98±6.43	168.39±21.84	3.01±4.14
	Middle ^b	30.01±3.99	41.22±5.67	168.92±16.35	2.80±3.44
	Low ^c	32.10±3.40	37.75±5.74	176.20±21.80	3.60±4.96
F(p)		3.495(.032) (a<c)	7.017(.001) (a>c)	1.325(.268)	0.327(.721)
Student activity	Activity	29.81±4.53	41.52±6.16	169.67±20.32	3.21±4.51
	Inactivity	29.78±4.63	42.51±6.45	168.62±19.71	2.60±2.75
t(p)		-0.037(.971)	1.122(.263)	-0.370(.712)	-1.246(.214)
School grades	High	28.47±4.80	43.00±5.41	164.94±17.99	2.06±2.08
	Middle	30.07±4.11	41.60±5.92	171.06±19.62	3.08±3.98
	Low	29.48±5.54	42.28±7.42	165.78±21.55	3.02±4.41
F(p)		1.112(.331)	0.528(.590)	1.820(.165)	0.504(.605)

3.5 대학생의 자아존중감, 우울, 사회적 지지가 자살사고에 미치는 영향

대학생의 자아존중감, 우울, 사회적 지지가 자살사고에 미치는 영향을 확인하기 위하여 자아존중감, 우울, 사회적 지지를 독립변인으로 하여 다중회귀분석을 실시하였다.

회귀식은 유의미하였고(F=21.476, $p<.001$) 설명력은 21.9%였으며 자아존중감($\beta=-0.227$, $p=.004$), 우울($\beta=0.211$, $p=.006$), 사회적 지지($\beta=-0.140$, $p=.045$) 순으로 영향력을 보이는 것으로 확인되었다<Table 5>.

<Table 5> Effect of self-esteem, depression and social support, on suicidal ideation in university students (N=220)

Variable	B	SE	β	t	p
Constant	7.984	4.095		1.950	.053
Self-esteem	-0.198	0.069	-0.227	-2.873	.004
Depression	0.134	0.048	0.211	2.765	.006
Social support	-0.028	0.014	-0.140	-2.020	.045
Adjusted R ² =0.219, F=21.476, $p<.001$					

잔차의 독립성 검정을 위해 Durbin-Watson 값을 구한 결과 1.959로 잔차들 간에 상관관계가 없는 것으로 확인되었으며, 공차한계는 0.571-0.739, 분산팽창인자는 1.352-1.752로 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났다.

4. 논의

본 연구는 대학생의 자아존중감, 우울, 사회적 지지 간의 관계를 확인하고, 자살사고에 미치는 영향에 대해 파악하고자 수행하였다.

자아존중감의 평균점수는 40점 만점에 29.80점으로 평균 이상이었으며, 대학생을 대상으로 같은 도구를 사용한 선행연구[8,19]의 28.54점, 25.11점보다 높았다. 성별에 따른 차이에서는 여학생보다 남학생의 자아존중감이 높았는데 이는 일부 선행연구[20,21]의 결과와 일치하거나, 일부 선행연구[19,22]와는 상반되는 결과였다. 본 연구에서는 통계적으로는 유의미한 결과를 보였으나 여학생이

거의 대부분을 차지하여 성별이 한쪽으로 치우친 한계가 있으므로 추후 성별의 비율을 고려한 반복적인 연구가 필요할 것이다. 전공에 대한 만족이 큰 경우, 취업에 대한 부담이 적은 경우 자아존중감은 높았는데 이는 자아존중감은 전공에 만족하는 경우 높고, 취업스트레스에 영향을 미치는 요인임을 밝힌 선행연구[19,21]의 결과와 일치하는 것이다. 자아존중감은 자기 자신에 대한 주관적 평가를 말하는 것으로 긍정적인 자아개념을 형성하도록하므로[23,24], 자아존중감을 높이기 위해서는 지속적인 상담을 통해 자신의 강점을 확인하고 강화할 수 있도록 지지하며, 조그만 성취라 하더라도 긍정적인 경험을 통해 스스로를 가치 있는 사람으로 평가할 수 있도록 도와줘야 할 것이다.

우울의 평균점수는 80점 만점에 41.87점으로 대학생을 대상으로 같은 도구를 사용한 선행연구[7,25]의 42.67점, 44.34점보다 낮았다. 일반적 특성에 따는 차이에서는 다른 학년에 비해 4학년이, 전공에 대해 만족하지 않는 경우, 취업부담이 많은 경우 우울의 정도는 높았다. 이는 4학년이[26], 전공에 대한 만족도가 낮은 경우[2,26,27], 취업에 대한 스트레스가 높을수록[11] 우울 수준이 높다는 선행연구의 결과를 지지하였다. 4학년의 경우 졸업을 앞둔 상태에서 미래에 대한 고민과, 취업에 대한 부담이 가중되므로 이로 인해 우울 정도는 증가할 것으로 예상된다. 전공에 대한 만족과 취업부담은 자아존중감에서와 마찬가지로 우울에서 유의미한 결과를 보였다. 전공에 대해 만족하지 못할 경우 학교생활에 집중하기 어렵고, 즐겁게 생활할 수 있는 기회가 줄어들 것이다. 심각한 취업난 속에서 확인할 수 없는 자신의 미래에 대한 부담이 증가할수록 자신에 대한 만족보다는 자신을 초라하거나 부정적으로 생각하고 더불어 우울감을 경험할 것으로 생각된다.

사회적 지지의 평균 점수는 225점 만점에 169.29점으로 대학생 대상의 선행연구[28]의 결과보다 약간 높았다. 일반적 특성과 관련한 차이에서는 전공만족이 유의미한 차이를 보였으나 사후검증결과 집단 간 차이는 없었다. 사회적 지지는 사회환경 속에서 인간관계를 통해 상대방으로부터 받게 되는 총체적 도움을 말하는 것으로[29], 정신건강을 돕고, 좌절을 극복하도록 하여 문제를 해결하도록 하는 능력을 강화시키는데 도움을 준다[2,14]. 대학생활을 하는 동안 인간관계의 폭이 확장되고 다양한

사회적 경험을 하게 된다. 유기적인 인간관계 형성을 통해 교수, 동료, 선후배 등이 긍정적인 지지자원이 될 수 있도록 해야 할 것이다. 학생이 어려운 상황에 직면했을 경우 극복할 수 있도록 주위 사람들의 정서적 지지는 물론 도움을 줄 수 있는 교내외 상담관련 기구 등 자원을 확보해야 할 것이다. 사후검증결과 집단 간 차이가 없었지만 사회적 지지의 정도가 전공에 대한 만족이 높을수록 증가되었으므로 전공 관련한 동아리나 모임 등과 같은 활동을 통해 지지체계를 견고하게 할 수 있도록 지도해야 할 것이다.

자살사고의 평균점수는 38점 만점에 2.99점으로 대학생을 대상으로 같은 도구를 사용하여 연구한 Park[8]의 9.36점, Ko[9]의 5.12점보다 낮아 심각한 수준이 아니었고, 이는 자살사고와 유의미한 상관관계를 보인 자아존중감과 우울의 정도가 선행연구들보다 높거나 낮은 것과 맥락을 같이하는 결과였다. 일반적 특성과 관련한 차이에서는 전공에 대해 만족하지 않는 경우 자살사고가 높은 것으로 확인되었으며, 아직 전공만족과 자살사고와의 관계를 확인한 연구는 찾아볼 수 없어 직접 비교하기는 어려우나, 전공만족이 대학생활 만족으로 이어진다고 가정할 때 대학생활 만족이 자살사고와 연관된다는 선행연구[2,12]와 맥락을 같이하는 결과였다. 우리나라는 대학에서 전공을 선택할 때 자신의 흥미와 적성을 고려하지 못하고 수능성적이나 주변 지인의 권유에 의해 선택하고 진학하는 경우가 많다. 더욱이 청소년기에 자신의 적성을 탐색해볼 기회가 없으므로 자신이 무엇을 잘 하고, 원하는지 모르는 경우가 대부분이다. 이에 따라 대학에 진학한 경우 자신의 전공에 만족하지 못하여 증도에 학업을 포기하고 반수나 재수의 길을 선택하는 경우가 발생한다. 그만큼 전공에 만족하는 지 여부는 대학생의 삶에 중요한 영향을 미치며 자살을 생각하게까지 하는 요인이 되므로, 중고등학교 시기에 다양한 전공에 대해 체험하여 자신의 적성을 확인할 수 있도록 하는 프로그램을 마련해야 할 것이다. 또한 대학에 입학한 후에는 선택한 전공에 만족할 수 있도록 학교 차원에서 체계적으로 안내하고 지지해야 할 것이다.

자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고는 유의미한 상관관계를 보였고, 자살사고에 영향을 미치는 요인은 자아존중감, 우울, 사회적 지지 순으로 확인되었다. 이는 선행연구[2,3,8,20]의 결과를 지지하는 것이었다. 20대의

자살사고가 다른 연령에 비해 높은 편이다[6]. 자아존중감과 사회적 지지는 대학생의 정신건강에 영향을 미치므로 대학생의 자살을 예방하고 통제하는 데 있어 중요한 요인이다[8,20]. 전문가의 지지는 자살사고에 대한 직접적인 영향요인임으로[4] 고위험군으로 확인된 경우 전문가와의 적극적 상담과 개입을 위한 방안을 마련해야 한다. 자살사고가 자살시도와 자살의 연속선상에 있다는 맥락에서 볼 때, 대학생의 우울은 자살 위험성을 사정하는 데 있어 일차적 위험요소이며[8], 대학생의 자살을 예방하기 위해서는 우울과 자살에 대처할 수 있는 개인의 내적 자원을 증진시키는 것이 중요하다[30]. 대학생들은 학업, 취업, 대인관계 등 다양한 영역에서 상호작용함으로써 자살사고에 대해 거시적이며 종합적인 시각으로 이해하고 접근할 필요가 있으며[3], 자살사고를 사정하기 위해 우울 증상은 물론 스트레스를 유발하는 환경 등 총체적인 위험요인들을 고려해야 한다[31].

결론적으로, 대학생의 자살사고에 영향을 미치는 보호요인은 자아존중감과 사회적 지지이고, 위험요인은 우울임이 확인되었다. 대학생들의 자살사고 감소를 위해 자아존중감을 증진시킬 수 있는 프로그램을 마련하고, 사회적 지지를 확대하며, 우울에 대해 관심을 가지며 모니터링 할 필요가 있다. 우울에 대한 고위험군을 조기에 선별하여 중재하고 지지해줄 수 있는 제도와 자원을 확보하고 적극 활용해야 한다.

본 연구는 일부 지역의 대학생을 대상으로 하였으므로 연구결과를 전체 대학생에게 확대하여 일반화하는데 제한점이 있다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 대학생의 자아존중감, 우울, 사회적 지지가 자살사고에 미치는 영향을 규명하여, 그에 대한 이해를 높이고 대학생들의 건강증진을 위한 중재 계획에 필요한 근거자료를 제공하였다는 점에서 의의가 있다. 자아존중감, 우울, 사회적 지지, 자살사고 간에 유의미한 상관관계가 있었고, 자살사고에 영향을 미치는 요인이 자아존중감, 우울, 사회적 지지로 확인되었으므로 적극적인 사회적 지지를 통해 자아존중감을 증진시키고 우울을 감소시킬 수 있는 프로그램을 마련해야 할 것이다. 대학생의 입

학 초부터 체계적 관리를 통해 문제를 조기에 발견하고 이에 대해 빠르게 중재할 수 있는 전략을 구축해야 할 것이다.

REFERENCES

- [1] Ministry of Health and Welfare Korea Centers for Disease Control and Prevention, "Korea Health Statistics 2015 : Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES VI-3).", Ministry of Health and Welfare, pp.30-113, 2016.
- [2] S. H. Kang, "A Study on the Factors influencing the Suicide Ideation of University Students-Moderating Effects of Social Support and Mediating Effects of Depression-.", Ph.D. dissertation, pp.18-99, Cheongju University, 2012.
- [3] S. H. Kim, M. K. Kim, H. O. Back, "The Effects of the Self-esteem and Frustration on Suicidal Ideation of University Students.", *Journal of Correctional Welfare*, Vol. 46, No. 2, pp.1-18, 2017.
- [4] J. S. Lee, "Factors As sociated wi th Suicidal Ideation among College Student.", Ph.D. dissertation, pp.11-138, Wonkwang University, 2014.
- [5] V. R. Wilburn, D. E Smith, "Stress, self-esteem, and suicidal ideation in late adolescents.", *Adolescence*, Vol. 40, No. 157, pp.33-45, 2005.
- [6] N. J. Botega, M. B. A. Barros, H. B. Oliveira, P. Dalgalarondo, L. Marín-León, "Suicidal behavior in the community: Prevalence and factors associated with suicidal ideation.", *Rev. Bras. Psiquiatr.* Vol. 27, No. 1, pp.45-53, 2005.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-44462005000100011>
- [7] J. K. Kang, S. N. Jeon, H. G. Shin, "The Influence of Self Perfectionism, Depression and Hopelessness on Suicidal Ideation in University students.", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 11, No. 10, pp.527-536, 2013.
- [8] Y. H. Park, "Effects of Depression, Self-Esteem, and Social Support on Suicidal Ideation in College Students.", *Child Health Nursing Research*, Vol. 23,

- No. 1, pp.111-116, 2017.
DOI: <https://doi.org/10.4094/chnr.2017.23.1.111>
- [9] M. S. Ko, "Cognitive Emotion Regulation and Resilience Differences in Stress, Depression, and Suicidal Ideation in University Students.", *The Society for Cognitive Enhancement and Intervention*, Vol. 7, No. 3, pp.69-86, 2016.
- [10] D. D. Leo, E. Cerin, K. Spathonis, S. Burgis, "Lifetime risk of suicide ideation and attempts in an Australian community: Prevalence, suicidal process, and help-seeking behaviour.", *Journal of Affective Disorders*, Vol. 86, No. 2-3, pp.215-224, 2005.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2005.02.001>
- [11] J. U. Kim, Y. O. Ji, "The Mediating Effects of Social Support between Job-Seeking Stress, Depression and Suicidal Ideation on University Students.", *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction*, Vol. 16, No. 12, pp.1313-1334, 2016.
DOI: <http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2016.16.12.1313>
- [12] Y. H. Kim, M. S. Yang, H. R. Park, "A Study on a Relationship Between University Students Life Stress and Suicidal Ideation: Mediating Effect of Mental Health.", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 13, No. 11, pp.291-301, 2015.
DOI: <http://dx.doi.org/10.14400/JDC.2015.13.11.291>
- [13] E. J. Yoo, S. K. Kim, S. H. Joung, "A study on stress of college life and self-efficacy on depression among students from beauty-related colleges.", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 11, No. 9, pp.279-287, 2013.
- [14] J. Y. Kim, "Suicide-Related Behaviors among College Students and suicide prevention.", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 10, No. 11, pp.525-533, 2012.
- [15] M. Rosenberg, "Society and the adolescents self-image.", Princeton, NJ: Princeton: Princeton University Press, p.347, 1965.
- [16] W. W. K. Zung, "A self-rating depression scale.", *Arch Gen Psychiatry*, Vol. 12, No. 1, pp. 63-70, 1965.
- [17] H. Cohen, M. Hoberman, "Positive event and social support as buffers of life change stress.", *Journal of Applied Social Psychology*, Vol. 13, pp. 99-125, 1983.
- [18] A. T. Beck, M. Kovacs, A. Weissman, "Assessment of suicidal intention: The Scale for Suicide Ideation.", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 47, No. 2, pp.343-352, 1979. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.47.2.343>
- [19] B. S. Park, H. Cho, B. J. Park, "Relationship of Critical Thinking Disposition, Self-esteem and Job-seeking Stress of Nursing Students.", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol. 16, No. 2, pp.1109-1117, 2015.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.2.1109>
- [20] Y. H. Lee, H. K. Kim, N. S. Kim, "Mediating Effects of Self-esteem and Social Support on the Relationship between Physical, Psychological Symptoms and Campus Life Satisfaction of Students.", *Journal of Digital Convergence*, Vol. 11, No. 10, pp.483-492, 2013.
- [21] H. S. Jeon, M. R. Lee, "Influence of self-esteem and Appearance Satisfaction on Job-seeking Stress in Nursing and Health Care related Students.", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol. 17, No. 12, pp.643-651, 2016.
DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2016.17.12.643>
- [22] K. M. Yang, "The Effect of Self-Esteem and Depression on Smartphone Addiction among University Students.", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 7, No. 1, pp.113-123, 2016.
DOI: <http://dx.doi.org/10.15207/JKCS.2016.7.1.113>
- [23] R. Y. Erol, U. Orth, "Self-Esteem and the Quality of Romantic Relationships.", *European Psychologist*, Vol. 21, No. 4, pp.274 - 283, 2016.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1027/1016-9040/a000259>
- [24] K. A. Chung, J. H. Cho, "Differences between Major Satisfaction, University Life Adjustment, Self-Esteem and Career Identity according to the Time of Department Selection of Students in the Department of Occupational Therapy at One University.", *Journal of the Korea Convergence Society*, Vol. 6, No. 5, pp.143-155, 2015.
DOI: <http://dx.doi.org/10.15207/JKCS.2015.6.5.143>
- [25] U. S. Park, Y. C. Cho, "The Effect of Social

Supports, Psychological Behaviors, and Stress on the Depression Symptoms of College Students - Validation of Casual Model using Covariance Structure Analysis-.", Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society, Vol. 18, No. 6, pp.209-218, 2017.

DOI: <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2017.18.6.209>

- [26] H. O. Jeon, "The Influence of Job-seeking Stress, Adult Attachment and Self-assertiveness, on Depression among Korean College Students.", Journal of the Korea Contents Association, Vol. 14 No. 7, pp.312-323, 2014.
- [27] H. Y. Jung, "The Convergence Influence of Life Stress, Depression and Ego Resiliency on College Life Adaptation in Nursing Students.", Journal of Digital Convergence, Vol. 14 No. 7, pp.259-268, 2016.
- [28] I. K. Seo, Y. S. Lee, "The effect of university student's job-seeking stress on depression and despair: control effect of social support.", Journal of Future Oriented Youth Society, Vol. 12, No. 1, pp.117-147, 2015.
- [29] L. S. Chon, H. J. Cho, "A Convergence Study on Social Support and Life's Satisfaction of the Marriage Immigrant Women.", Journal of the Korea Convergence Society, Vol. 8, No. 6, pp.359-368, 2017.
DOI: <http://dx.doi.org/10.15207/JKCS.2017.8.6.359>
- [30] S. M. Yang, K. Park, "The Influence of University Students's Depression on Suicidal Ideation: The Mediation Effects of Self-Compassion.", Korean Journal of Youth Studies, Vol. 22, No. 8, pp.105-130, 2015.
- [31] R. L. Walker, L. R. R. Wingate, E. M. Obasi, T. E. Joiner, "An empirical investigation of acculturative stress and ethnic identity as moderators for depression and suicidal ideation in college students.", Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, Vol. 14, No. 1, pp.75 - 82, 2008.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/1099-9809.14.1.75>

이 선 영(Lee, Sun Young)



- 1984년 2월 : 충남대학교 간호학과 (간호학석사)
- 2004년 2월 : 충남대학교 간호학과 (간호학박사)
- 1976년 4월 ~ 현재 : 공주대학교 간호학과 교수
- 관심분야 : 노인, 정신
- E-Mail : sylee601@kongju.ac.kr

김 윤 영(Kim, Yun Young)



- 2008년 2월 : 공주대학교 간호학과 (간호학석사)
- 2011년 2월 : 공주대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2016년 9월 ~ 현재 : 안동대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 정신, 대체의학
- E-Mail : yykim@anu.ac.kr

이 정 숙(Lee, Jeong Sook)



- 2010년 2월 : 공주대학교 간호학과 (간호학석사)
- 2013년 8월 : 공주대학교 간호학과 (간호학박사)
- 2017년 3월 ~ 현재 : 상명대학교 간호학과 조교수
- 관심분야 : 정신건강, 중독
- E-Mail : jslee34@smu.ac.kr