Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society
Vol. 23, No. 1 pp. 258-266, 2022

https://doi.org/10.5762/KAIS.2022.23.1.258
ISSN 1975-4701 / eISSN 2288-4688

# 대학생의 가족기능이 우울에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과

**김태형**
**부산외국어대학교 사회복지학과**

# The Effect of Family Functioning on Depression of University Students: Mediating Effect of Self-Esteem

Tae Hyeong Kim
Dept. of Social Welfare, Busan University of Foreign Studies

**요 약** 본 연구의 목적은 대학생의 가족기능과 우울과의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 검증하는 것이다. 이에 본 연구는 천안, 부산, 원주 지역 대학생을 대상으로 설문조사를 실시하여 총 261명의 자료를 활용하였다. 자아존중감의 매개효과를 검증하기 위해 SPSS 24.0 프로그램을 사용하여 기술통계 분석, 상관관계분석, 회귀분석을 실시하였으며, 매개효과의 통계적 유의미성을 분석하기 위해 Sobel test를 실시하였다. 분석결과, 첫째, 대학생의 가족기능이 자아존중감에 통계적으로 유의한 정(+)적 영향을 미치는 것으로 분석되었다. 둘째, 대학생의 가족기능이 우울에 유의한 부(-)적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 자아존중감이 우울에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 확인되었으나 대학생 가족기능이 우울에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타나 자아존중감은 완전매개효과를 지니는 것으로 검증되었다. 이러한 연구결과는 우울을 낮추는데 개인내적 보호요인(자아존중감)의 수준을 높이는 것이 효과적임을 확인하는 것이라 하겠으며, 이에 대학생 대상의 코로나19 극복을 위한 국가 및 지방자치단체 차원의 심리상담 서비스가 적극적으로 시행되어야함을 시사한다.

**Abstract** This study aims to identify the effects of university students' family functioning on their depression and verify the mediating effect of self-esteem between the two factors. An analysis has been conducted using survey data to achieve the said goals. The survey was conducted on university students from Cheonan, Busan, and Wonju that gave 261 pieces of data. Analyses were performed using the SPSS 24.0 program to verify the mediating effect, and the Sobel test was performed to analyze the statistical significance of the mediating effect. First, the family functioning had a statistically significant positive (+) effect on self-esteem. Second, the university students' family functioning had a significant negative (-) effect on depression. Third, the family functioning had a negative (-) effect on depression. However, the university students' family functioning did not significantly affect depression, and self-esteem was found to have a full mediating effect. These findings confirm that it is effective to increase the personal protective factor (self-esteem) in lowering depression. The findings also suggest that psychological counseling services at the national and local governmental levels should be actively implemented to overcome COVID-19 related trauma inflicted by university students.

**Keywords :** Family Functioning, Depression, Self-Esteem, Mediating Effect, University Students

이 논문은 2021년도 부산외국어대학교 학술연구조성비에 의해 연구되었음.
*Corresponding Author : Tae Hyeong Kim(Busan University of Foreign Studies)
email: sodoi2001@naver.com
Received November 22, 2021 Revised December 30, 2021
Accepted January 7, 2022 Published January 31, 2022

## 1. 서론

코로나19의 팬데믹(Pandemic) 상황으로 인해 전 세계적인 혼란을 겪고 있는 시기에 우리의 삶은 이전과는 비교할 수 없을 정도로 변화하였으며, 이로 인해 인류는 큰 혼란과 충격에 직면하고 있다고 하겠다. 참고로 질병관리청의 자료에 따르면 우리나라는 2021년 9월 까지 305,842명이 확진 판정을 받고 2,464명이 사망한 것으로 보고[1]되고 있으며, 전 세계적으로는 169만 명이 코로나19로 인해 사망한 것으로 확인되고 있다[2]. 이에 비대면 또는 언택트로 불리는 사회적 활동의 제한 상황이 지속되고 있으며 이로 인한 사회적 교류 감소, 취업 시장 위축 및 경제적 손실 증가, 심리적·정신적 질환 증가 등이 우리의 삶의 질을 위협하는 상황이라고 할 수 있다.

특히 최근의 연구들[2-4]에서는 코로나 사태의 극복은 신체적 위협과 더불어 코로나 블루(Corona-blue)라고 일컬어지는 정신적 불안을 제거하는 것이 중요해지는 시점임을 강조하고 있다. 실제로 국내 연구에서는 국민의 48%가 불안 및 우울을 경험하고 있음을 보고하고 있으며[3], 국외에서는 중국인 1,210명을 대상으로 한 연구에서 응답자 중 53.8%가 중등도 또는 중증의 우울 증상이 있음을 밝히고 있다[5]. 이러한 연구결과들을 통해 장기적인 질병 유행이 개인의 불안, 우울 등의 심리적 충격을 가져오고 있음을 확인할 수 있는 것이다. 이에 본 연구는 코로나19 상황에서 개인의 정신건강이 위협받고 있다는 사실에 주목하여 개인의 정신건강에 영향을 미치는 주요 요인을 설정하여 실증적으로 분석하고자 한다.

대학생 시기는 성인기로 가는 과도기적 단계로서 새로운 환경의 적응과 발달 과업의 수행을 통해 정체감을 형성하고 전공역량을 함양하는 매우 중요한 생애주기 단계라 할 수 있다[7,8]. 이러한 중요한 시기에서 코로나19의 대유행은 대학생의 대학생활 적응, 파트타임 일자리 및 자원봉사 활동 기회 제한, 취업 및 진로 발달 과정 등에 부정적인 영향을 미치고 있다[7,8]. 실제로 비대면 강의의 일상화가 진행되면서 혼자서 고립된 생활을 하거나 사회적 활동이 극히 제한되는 경험을 하면서 대학생들의 정신건강 수준이 매우 열악해지고 있음을 지적하는 연구들을 국내외적으로 쉽게 찾아 볼 수 있다. 특히 우울감과 관련된 연구들을 확인해 볼 수 있는데, 국내의 연구를 살펴보면, 코로나19 국민 정신건강 실태조사[9]에서 2021년 2분기의 20대의 우울 평균 점수는 5.8점으로 40대 5.2점, 50대 4.4점, 60대 이상 4.1점에 비해 높은 수준을 보이고 있으며 우울 위험군의 비율도 24.3%로 50대·60대에 비해서 1.5배 이상 높은 것으로 보고하고 있다. 또한 코로나19 대유행 전인 2019년에 비해 2020년 대학생의 우울 수준을 비교한 연구에서는 2020년의 우울수준이 더 높음을 확인할 수 있다[2]. 이외 국외 연구를 살펴보면, 그리스 대학생 1,000명을 대상으로 락다운(Lock down) 이후 우울감의 증가를 확인한 연구에서 이전 보다 우울감 수준이 74.3% 증가하였음을 보고[10]하고 있으며, 미국의 텍사스 지역 대학생 2,031명을 대상으로 스트레스와 우울 수준을 분석한 연구에서는 응답자 중 48.1%가 중등도에서 중증 수준의 우울증을 보이는 것[11]로 조사되었다. 이에 코로나19 대유행 속에 대학생들의 정신건강이 위협받는 상황에서 그 우울수준을 확인하고, 이를 사회적으로 도울 수 있는 개입 방안을 모색하는 노력은 매우 필수적이라 할 수 있다.

전설한 바와 같이 본 연구는 대학생의 우울 수준에 초점을 두고자 하며, 이에 영향을 미치는 요인으로서 가족기능에 주목하고자 한다. 가족기능은 대학생의 정신건강에 영향을 미치는 주요한 요인 중 하나라 할 수 있는데[12-14], 특히 가족은 개인의 가치나, 태도에 영향을 미치는 중요한 집단으로, 개인의 성격 특성 등에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다[15]. 이러한 가족기능은 다양한 연구들에 의해 정의되어 왔으나, 그 개념은 '가족이 개방체계로 유지되고 구성원들과 가족 전체가 조화를 이루도록 하는 것'으로 정의할 수 있다[16]. 즉, 가족을 유지하기 위한 가족 구성원의 행위 또는 가족 구성원 간의 상호작용의 개념[17]이 가족기능인 것이다. 가족기능의 개념은 가족체계이론을 통해 설명되어 왔으며, 그 중 Olson(1983)의 복합순환 모델(Circumplex Model)[18]을 통한 정의가 가장 널리 활용되고 있다. 복합순환 모델은 가족기능을 가족응집성과 적응성의 차원을 통해 가족체계의 역동성을 설명하는 모델이다. 복합순환모델에 의하면, 가족응집성은 가족구성원 간의 정서적 유대를 의미하며, 가족적응성은 가족구성원들에게 부여된 개인의 자율성과 가족이 함께하는 정도, 그리고 가족의 변화와 균형의 정도를 의미한다고 할 수 있다[17]. 또한 이러한 가족응집성과 적응성의 수준을 직선적인 개념이 아닌 곡선적인 개념으로 파악하여 두 차원의 수준이 너무 높거나 낮은 가족유형보다 중간수준의 가족유형이 기능적이라는 곡선적인 관계를 강조한다[18]. 이러한 가족기능은 선행연구들에서 우울과 밀접한 관련이 있음을 보고하고 있다. 대학생 대상 연구를 중심으로 살펴보면, 대학생의 가족응집성이 우울에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 보고[15]하고 있으며, 2개 도시에 소재하는 대학의 재학생

624명을 대상으로 한 유정순과 정현회(2018)의 연구에서는 가족기능이 우울감에 부(-)적인 영향을 가지는 것으로 설명하고 있다[19]. 그 밖에 가족건강성의 개념으로 실시된 연구들에서도 우울에 부(-)적인 영향을 보고[20-23]하고 있음을 확인할 수 있다.

한편, 본 연구에서는 대학생의 가족기능과 우울과의 관계에서 자아존중감의 개념을 중심으로 매개효과를 검증하고자 한다. 자아존중감은 자신을 긍정적으로 수용하고 가치 있는 인간으로 인지하는 것[13]을 말한다. Beck의 인지이론에 따르면, 자신과 미래에 대해 부정적으로 인지할수록 우울이 발생되며 낮은 자아존중감은 우울을 야기할 수 있는 위험요인으로 설명된다[24]. 또한 발달정신병리학의 보상모델(compensatory model)을 중심으로 가족기능과 자아존중감을 우울에 미치는 영향변수로 설정하고자 한다. 보상모델은 직, 간접적인 보호요인 증가에 초점을 맞춘 이론으로 보호요인의 증가는 높은 수준의 부정적 효과에 대항할 수 있으며, 심리사회적 적응을 위해 보호요인을 직·간접적으로 증가시키거나 수정하는 서비스가 제공되어야 함[25]을 강조하는 모델이다. 이러한 이론적 근거의 타당성을 실증 연구들을 통해 확인해 보면, 먼저 간호 대학생 116명을 대상으로 자아존중감과 우울과의 관계를 살펴본 김정숙과 김성의(2019)의 연구에서는 자아존중감이 우울에 부(-)적인 영향을 미치는 것으로 확인[26]되었으며, 이영은과 장유나(2018)의 연구에서는 간호대학생 216명을 대상으로 자아존중감 및 회복탄력성이 우울에 미치는 영향을 검증한 결과로 자아존중감이 우울에 부(-)적인 영향을 미침을 보고하였다[12]. 국외 연구를 살펴보면, 벨기에의 대학 신입생 494명을 대상으로 자아존중감과 우울 증상과의 관계를 본 연구에서는 자아존중감이 우울 증상을 낮추는 것으로 확인되었다[27]. 즉, 이러한 선행연구들은 자아존중감의 수준을 향상시키는 것이 우울을 예방할 수 있는 효과적인 방법임을 실증적으로 보여주는 것이라 할 수 있으며 이에 본 연구는 자아존중감과 우울의 관계를 분석하고자 한다.

더불어 본 연구에서는 자아존중감을 가족기능과 우울과의 관계에서 매개변수로 설정하여 분석하고자 한다. 자아존중감은 성취동기와 우울과의 관계[28], 스트레스와 우울과의 관계[29], 공동체의식과 대인관계[30] 등 다양한 연구에서 매개변수로 설정되어 분석되고 있다. 이에 본 연구에서는 관련이론과 선행연구 고찰을 중심으로 대학생의 가족기능과 우울과의 관계를 확인함에 있어 자아존중감을 매개변수로 활용하여 분석하고자 한다.

그 외 대학생의 우울에 영향을 미치는 기타 요인에 대한 선행연구들[12,14,27]을 참고하여 대학생의 성별, 연령, 학년, 거주형태, 파트타임 여부 등을 통제변수로 설정하여 분석하고자 한다.

위 선행연구들을 종합해보면, 코로나19의 장기화된 대유행 상황에서 사회적 거리두기로 인해 현재 대학생들의 삶은 많은 부분에서 변화를 겪고 있으며, 이러한 사회적 상황이 대학생의 우울감 증가로 이어지고 있음을 확인할 수 있다. 또한 진로설정, 자아성찰, 취업 준비 등 생애발달주기 상 가장 중요한 과업을 수행해야할 대학생에게는 긍정적 삶의 목표를 설정하고 보다 주체적인 삶의 계획을 세울 수 있도록 다양한 영향요인을 검증하고 사회적 노력의 방법을 모색하는 것이 필수적이라 할 수 있다. 이에 본 연구는 분석을 통해 대학생 집단의 정신건강 증진에 기여할 수 있는 실증적 근거를 찾고자 한다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구가설

본 연구는 대학생의 가족기능과 우울과의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 확인하는 것이 목적이다. 이에 본 연구의 가설은 다음과 같다.

연구가설1. 대학생의 가족기능은 자아존중감에 정(+)적인 영향을 미칠 것이다.

연구가설2. 대학생의 가족기능은 우울에 부(-)적인 영향을 미칠 것이다.

연구가설3. 대학생의 가족기능이 우울에 영향을 미치는 과정에서 자아존중감은 매개효과를 가질 것이다.

### 2.2 연구모형

본 연구의 연구모형은 [Fig. 1]과 같다.

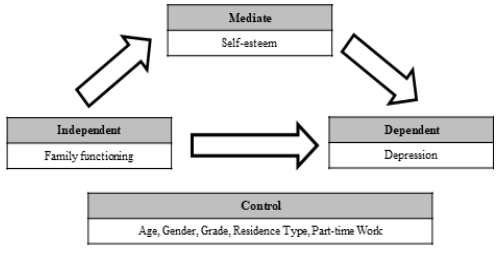


Fig. 1. Research Model

### 2.3 연구대상 및 자료수집

본 연구는 코로나19 비대면 상황을 고려하여 활동과 생활에 보다 많은 제약이 있을 것으로 판단되는 지방 지역 대학생을 중심으로 대상을 선정하였으며, 각 지역 중 대학 및 대학생 인구가 밀집해 있는 충청도(천안), 경상도(부산), 강원도(원주) 지역을 중심으로 조사가 진행되었다. 조사는 2020년 11월부터 2021년 4월까지 온라인 설문조사로 실시되었으며, 설문지 배포 전 연구 목적, 설문 문항, 설문 시간 등에 대한 기본적인 연구내용을 정리한 자료를 통해 연구에 대한 설명이 제공된 후 이루어졌다. 이에 총 265부의 설문지가 수거되었고 이 중 연구에 적합한 설문지는 총 261부였다.

### 2.4 측정도구

#### 2.4.1 종속변수

본 연구에서는 우울을 종속변수로 설정하여 분석하였다. 대학생의 우울 수준을 확인하기 위해 Radolff(1977)가 개발하고 전겸구, 최상진, 양병창(2001)이 타당화한 우울척도 한국판(CES-D)를 사용하였다. 총 20문항으로 4점 리커트 척도로 구성되어 있으며 각 문항은 합산하여 점수가 높을수록 우울 수준이 높음을 의미한다. 본 측정도구의 신뢰도는 정은선(2009)의 연구[32]에서는 Crobach's $\alpha$ .90이었으며, 본 연구에서의 신뢰도는 Crobach's $\alpha$ .923으로 확인되었다.

#### 2.4.2 독립변수

본 연구의 독립변수는 가족기능이다. 해당 문항은 Olson, Portner와 Lavee(1985)가 개발한 FACES-Ⅲ를 사용하였다. 본 척도는 총 20문항으로 이루어져 있으며 가족기능의 두 가지 차원인 응집성과 적응성을 측정하기 위해 설계되었다[33]. 응집성은 총 10문항 홀수문항으로 정서적 유대, 도움과 의논, 여가시간 및 친구공유 등의 차원으로 구성되어 있으며, 적응성은 짝수문항으로 가족지도력, 훈육, 통제 정도 등의 차원을 측정한다. 문항은 5점 척도로 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)로 응답하도록 되어 있으며 점수가 높을수록 가족응집력과 적응력이 높은 것을 의미한다. 김종운, 김미정(2016)의 연구[34]에서는 Crobach's $\alpha$ .91로 나타났다. 본 연구에서의 신뢰도는 Crobach's $\alpha$ .913으로 확인되었다.

#### 2.4.3 매개변수

본 연구의 자아존중감은 Rosenberg(1979)가 개발한 자아존중감 척도(RSE) 10문항[35]을 사용하였으며, 4점 척도로 점수가 높을수록 자아존중감이 높도록 측정하였다. 본 척도는 개발 초기에 고등학생을 대상으로 개발되었으나 이후 성인 집단을 포함한 다양한 집단에서 사용되었다. 본 척도를 사용한 오승환(2001)의 연구[36]에서의 신뢰도는 Crobach's $\alpha$ .760으로 확인되었으며, 본 연구에서의 신뢰도는 Crobach's $\alpha$ .855로 나타났다.

#### 2.4.4 통제변수

본 연구의 통제변수는 연령, 성별, 학년, 거주형태, 파트타임 근로가 사용되었다. 연령은 연속형 변수로 측정되었으며, 성별은 여자=0, 남자=1로, 학년은 1-2학년=0, 3-4학년=1로, 거주형태는 가족과 분리해서 생활하는 경우=0, 가족과 함께 생활하는 경우=1, 파트타임 근로는 현재 근로하고 있지 않은 경우=0, 근로하고 있는 경우=1로 더미변수화해서 분석에 사용하였다.

### 2.5 분석방법

본 연구는 대학생의 가족기능이 우울에 미치는 영향에서 자아존중감의 매개효과를 분석하고자 한다. 이를 위해 먼저, 연구대상자의 인구사회학적인 특성을 확인하기 위해서 SPSS 24.0을 활용하여 빈도분석과 기술통계 분석을 실시하였다. 다음으로 연구에서 사용된 주요 변수의 관계를 분석하기 위하여 상관관계분석을 실시하였다. 마지막으로 본 연구의 가설 검증을 위해 Baron과 Kenny[37]의 3단계 매개효과 분석방법을 활용하였다. 이는 1단계 분석에서 독립변수인 가족기능이 매개변수인 자아존중감에 미치는 영향력의 유의성을 검증한 후, 2단계에서 독립변수인 가족기능이 종속변수인 우울에 유의한 영향을 미치는지 확인하게 된다. 마지막 3단계에서는 독립변수인 가족기능과 매개변수인 자아존중감을 함께 투입하여 우울에 대한 영향력을 확인한다. 3단계 분석 결과, 독립변수인 가족기능의 직접효과가 유의하면 부분매개효과를 가지게 되며 유의하지 않다면 완전매개효과를 가지는 것으로 해석할 수 있다. 더불어 본 연구의 매개효과가 통계적으로도 유의한지 확인하기 위하여 Sobel test를 실시하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 인구사회학적 특성

본 연구의 연구대상자의 인구사회학적 특성은 아래 [Table 1]과 같다.

Table 1. Demographic Characteristics

| | Spec. | N | % |
|---|---|---|---|
| Gender | male | 85 | 32.6 |
| | female | 176 | 67.4 |
| Age | M=22.02 SD=2.084 | | |
| Grade | 1 | 74 | 28.4 |
| | 2 | 35 | 13.4 |
| | 3 | 99 | 37.9 |
| | 4 | 53 | 20.3 |
| Major | Humanities | 77 | 29.9 |
| | Social Science | 160 | 61.3 |
| | Science& Engineering | 1 | .4 |
| | Etc | 22 | 8.4 |
| Residence type | With family & relatives | 196 | 75.1 |
| | Lodgings | 55 | 21.1 |
| | Dormitory | 8 | 3.1 |
| | Etc | 2 | .8 |
| Parttime work | yes | 89 | 34.1 |
| | no | 172 | 65.9 |

## 3.2 관련변수 기술통계

연구의 모형을 검증하기 전에 분석에 사용될 주요 변수의 수준을 확인하기 위해 기술통계 분석을 실시하였다. 그 자세한 결과를 살펴보면 아래 [Table 2]와 같다.

Table 2. Descriptive Statistics

| Variable | N | Min | Max | M | SD |
|---|---|---|---|---|---|
| Family functioning | 261 | 1.40 | 5.00 | 3.25 | .727 |
| Self-esteem | 261 | 1.20 | 4.00 | 2.84 | .487 |
| Depression | 261 | 1.05 | 4.00 | 2.83 | .496 |

## 3.3 주요변수 상관관계

상관관계 분석결과를 살펴보면, 가족기능과 자아존중감은 정(+)적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 확인되었으며, 가족기능과 우울의 관계는 부(-)적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 분석되었다. 또한 자아존중감과 우울도 부(-)적으로 유의한 상관관계가 있는 것으로 확인되었다.

Table 3. Demographic Characteristics

| | Family functioning | Self-esteem | Depression |
|---|---|---|---|
| Family functioning | 1 | .419** | -.243** |
| Self-esteem | .419** | 1 | -.645** |
| Depression | -.243** | -.645** | 1 |

***p<.001, **p<.01, *p<.05

## 3.4 가설검증

먼저, 독립변수들 간의 다중공선성이 있는 지를 알아보기 위하여 분산팽창계수(Variance Inflation Factor: VIF)를 분석하였다. 그 결과, 모든 변인에서 VIF 계수가 2~10을 넘지 않아 다중공선성의 문제는 없었다. 다음으로, 주요 변수들의 첨도 및 왜도 값을 확인한 결과 기준치를 넘지 않아 정상성에도 문제가 없는 것으로 확인되었다[38]. 마지막으로, Baron과 Kenny[37]의 3단계 매개효과 분석방법을 사용하여 대학생의 가족기능과 우울과의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 검증하였다.

가설검증의 회귀분석결과를 단계별로 살펴보도록 하겠다. 먼저 1단계 가족기능을 독립변수로, 매개변수인 자아존중감을 종속변수로 설정하여 분석을 실시한 결과, 독립변수와 통제변수들이 자아존중감의 변량(variance)을 20.5% 정도 설명해 주는 것으로 확인되었다. 또한 개별 변수들의 영향력을 검증한 결과, 독립변수인 가족기능($\beta$=.406, p<.001)이 자아존중감에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 분석되었다. 즉, 대학생이 인지하는 가족에 대한 친밀감, 상호작용 등이 활발하고 긍정적일수록 개인의 자아존중감 수준이 높아진다는 것이다. 따라서 매개효과 검증의 첫 번째 조건이 충족되었음을

Table 4. Result of Multiple Regression Analysis: Family functioning and Self esteem

| variable | | step 1 | |
|---|---|---|---|
| | | $\beta$ | t |
| Control | age | .009 | .099 |
| | gender | .150 | 2.475* |
| | grade | -.008 | -.095 |
| | residence type | -.018 | -.318 |
| | part-time work | -.057 | -.998 |
| Independent | Family functioning | .406 | 7.169*** |
| $R^2$ | | .205 | |
| Adj $R^2$ | | .186 | |
| F | | 10.907*** | |

***p<.001 **p<.01 *p<.05

확인할 수 있다. 구체적인 내용은 [Table 4]에 제시된 바와 같다.

2단계 분석은 대학생의 가족 기능을 독립변수로, 우울을 종속변수로 설정한 모형에 대한 다중회귀분석 결과, 독립변수와 통제변수들이 우울의 변량을 14.5% 정도 설명해 주는 것으로 나타났다. 또한 개별 회귀계수들의 영향력을 검증한 결과, 독립변수인 가족기능($\beta$=-.217, p<.001)이 우울에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 대학생 개인이 느끼는 자신의 가족에 대한 친밀감, 상호작용에 대해 긍정적으로 느낄수록 우울감이 낮아짐을 알 수 있다. 또한, 통제변수들 중에서 연령($\beta$=.271, p<.01)과 성별($\beta$=-.255, p<.001), 학년($\beta$=-.214, p<.05)이 대학생의 우울에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나, 연령이 높을수록, 여자 집단일수록, 저학년 일수록 우울감이 더 높아짐을 알 수 있다. 구체적인 내용은 다음의 [Table 5]에 제시된 바와 같다.

Table 5. Result of Multiple Regression Analysis: Family functioning and Depression

| variable | | step 2 | |
|---|---|---|---|
| | | $\beta$ | t |
| Control | age | .271 | 2.868** |
| | gender | -.255 | -4.053*** |
| | grade | -.214 | -2.334* |
| | residence type | -.092 | -1.552 |
| | part-time work | .057 | .957 |
| Independent | Family functioning | -.217 | -3.701*** |
| $R^2$ | | .145 | |
| Adj $R^2$ | | .125 | |
| F | | 7.172*** | |

***p<.001 **p<.01 *p<.05

3단계 분석에서는 대학생의 가족기능과 매개변수인 자아존중감을 독립변수로, 우울을 종속변수로 설정한 모형의 다중회귀분석 결과, 독립변수와 통제변수들이 우울의 변량을 약 46.9% 정도 설명해 주는 것으로 나타났다. 또한 개별 회귀계수들의 영향력을 검증한 결과, 매개변수인 자아존중감($\beta$=-.638, p<.001)이 우울에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 반면 독립변수인 가족기능($\beta$=-.042)은 우울에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 않는 것으로 확인되어 자아존중감이 완전매개효과를 가지는 것으로 분석되었다. 즉 대학생의 가족기능이 높아질수록 매개변수인 자아존중감이 높아져 우울의 수준이 낮아짐을 의미한다. 그리고 통제변수들 중에서 연령($\beta$=.277, p<.001)과 성별($\beta$=-.159, p<.01), 학년($\beta$=-.220, p<.01), 거주형태($\beta$=-.103, p<.05)가 우울에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나, 연령이 높을수록, 여학생 일수록, 학년이 낮을수록, 가족과 떨어져 살수록 대학생의 우울감이 더 높아짐을 알 수 있다. 구체적인 내용은 다음의 [Table 6]에 제시된 바와 같다.

Table 6. Result of Multiple Regression Analysis: Family functioning and Self esteem and Depression

| variable | | step 3 | |
|---|---|---|---|
| | | $\beta$ | t |
| Control | age | .277 | 3.710*** |
| | gender | -.159 | -3.166** |
| | grade | -.220 | -3.030** |
| | residence type | -.103 | -2.213* |
| | part-time work | .020 | .433 |
| Independent | Family functioning | .042 | .823 |
| Mediate | Self esteem | -.638 | -12.428*** |
| $R^2$ | | .469 | |
| Adj $R^2$ | | .454 | |
| F | | 31.927*** | |

***p<.001 **p<.01 *p<.05

## 3.5 Sobel 검증

앞서 제시된 바와 같이 대학생의 자아존중감은 가족기능과 우울 간의 관계를 완전 매개하는 것으로 나타났다. 이에 본 연구는 매개효과의 통계적 유의성을 확인하기 위하여 Sobel test를 활용하여 분석하였다. Sobel test 결과, 가족기능과 우울과의 관계에서 자아존중감은 Z값이 -6.212로 나타나, p<.001수준에서 자아존중감의 매개효과가 통계적으로도 유의미한 것으로 확인되었다. 그 결과는 [Table 7]에 제시된 바와 같다.

Table 7. Result of Sobel Test

| pathway | Z | p |
|---|---|---|
| family functioning -> self Esteem -> depression | -6.212 | .000 |

# 4. 결론 및 제언

본 연구는 대학생의 가족기능과 우울과의 관계에서 자아존중감의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이에 천안, 부산, 원주에 재학 중인 대학생을 중심으로 설문조사를

시행하였으며 총 261명의 자료를 활용하여 분석하였다. 본 연구결과를 요약하고자 하며, 자료수집 시기의 특성인 코로나19의 상황을 감안하여 제언을 하고자 한다.

첫째, 대학생 가족기능과 우울과의 관계는 부(-)적으로 확인되었으며, 이는 대학생이 속해 있는 가족집단에서 느끼는 정서적 유대와 자율성의 수준이 높을수록 우울이 낮은 것을 말한다. 이는 가족기능이 우울에 부(-)적인 영향을 미친다는 선행연구[15,19,22,23]의 결과와 일치하는 것이며, 대학생이 느끼는 가족에 대한 정서적 유대감과 가족의 균형 정도가 높아질수록 그들이 느끼는 삶 또는 정신건강 수준이 향상된다는 선행연구의 설명을 지지하는 것이라 하겠다. 정신건강 차원에서 가족은 대학생 및 청소년 관련 연구[2,3,19]에서 매우 중요한 자원 중 하나로 여겨진다. 이에 현 시점에서의 연구 자료를 통해 추론해 볼 수 있는 점은 코로나19의 대유행과 그로인한 사회적 거리두기의 장기화로 인해 사회적 관계의 단절을 경험하고 있다는 것이며, 대학생 집단이 경험하는 현실의 답답함과 제한된 활동에서 오는 부정적 감정을 가족과의 관계를 통해 완화시켜줄 수 있음을 짐작해볼 수 있는 것이다. 따라서 대학생들의 우울 수준을 낮추기 위해 건강한 가족을 경험할 수 있는 기회를 제공하는 것이 중요하다고 하겠다. 즉, 가족원 간의 유대감, 건강한 의사소통, 가족 공통의 문제 해결 과정에 참여하며 긍정적인 정서를 경험할 수 있도록 지원하는 것이 필요한 것이다. 이에 대학생들 중 우울 수준이 높은 고위험군을 선별하여 관리할 수 있는 심리적 방역 시스템의 운영이 필요하며, 현재 19세 미만의 청소년 집단을 중심으로 이루어지고 있는 가족관계 증진 프로그램을 코로나19 팬데믹 상황에서 대학생 집단으로까지 확대하여 삶의 전반적인 영역에서 제한과 혼란을 겪고 있는 대학생 집단의 정신건강 향상을 도모해야 할 것이다.

둘째, 대학생의 가족기능은 자아존중감에 정(+)적인영향을 미치는 것으로 분석되었으며, 이는 대학생이 느끼는 가족기능 수준이  높을수록 개인의 자아존중감의 수준도 높아짐을 의미한다. 이러한 본 연구의 결과는 선행연구[34]의 결과와도 일치하는 것이라 하겠다. 이에 따라 대학생의 자아존중감 수준을 높이기 위해서는 가족환경을 개선하는 노력이 필요하다고 할 수 있으며, 이를 위해 전설하였듯 대학생 집단까지 가족관계 증진프로그램을 대학생 가족에까지 확대 적용하여 가족 구성원 간의 존중과 지속적이고 주기적인 대화가 이루어질 수 있도록 지역사회의 정신보건 지원이 요구된다고 할 수 있다.

셋째, 대학생의 가족기능과 우울과의 관계에서 자아존중감은 완전매개효과를 가지는 것으로 확인되었다. 즉, 대학생이 인지하는 가족기능 수준이 높아지면 개인의 자아존중감을 거쳐 우울 수준이 낮아진다고 하겠다. 이러한 연구결과가 나온 점을 유추해본다면, 코로나19 팬데믹 상황에서의 대학생의 생활 패턴 특성을 고려해 볼 수 있을 것이다. 사회적 거리두기 정책으로 각 대학의 강의는 온라인(비대면)으로 전환되어 학생들은 스마트폰, PC 등을 통해 대학생활을 하고 있다. 이에 학생들은 자신만의 공간인 '방'에서 취미생활(게임), 대인관계, 대학생활(강의 수강)까지 모든 생활을 할 수 있게 된 것이다. 이러한 환경적 변화는 자연히 가족 간의 대화 부족, 공유된 생활 경험의 감소 등에 영향을 주었음을 짐작해볼 수 있으며, 결과적으로 가족 간의 정서적 유대감 등을 쌓을 경험이 부족해져 가족구성원에게 미치는 가족의 영향력이 감소했다고 할 수 있다. 더불어 대학생 개인의 발달단계상 특성을 고려해보면, 자신만의 생각과 관점이 확립된 시기로 가족의 영향력 보다는 자신의 영향력이 커 자아존중감이 갖는 영향력의 크기가 크게 나타난 결과[39]라 할 수 있다. 또한 개인의 정서적인 우울의 경우는 가족의 영향력 보다는 개인의 정서적, 인지적 측면에 영향을 받을 것이기 때문에 자아존중감이 갖는 매개효과가 더욱 크게 나타났다고 하겠다.

이러한 연구 결과들을 종합적으로 고려하면, 현재 심리적 방역의 일환으로 진행하고 있는 심리상담 핫라인, 국가 트라우마 센터의 카카오톡 챗봇 서비스, 지방자치단체 차원의 심리 상담서비스 등의 정보[4]를 대학생 집단이 쉽게 접하고 실제 이용할 수 있도록 홍보와 교육을 적극적으로 실행할 필요가 있다고 보이며, 그밖에 모바일 어플리케이션을 통한 심리지원 서비스('카카오 톡을 이용한 정신건강자가검진' 등)의 활성화는 비대면 소통에 친숙한 대학생들에게 효과적인 지원이라 할 수 있을 것이다.

마지막으로 본 연구의 한계를 정리하자면, 첫째, 독립변수인 가족기능에 대한 문항은 가족 간의 역동성을 측정하고 있지 못하는 한계를 가지고 있다. 이에 가족구성원 모두를 포함하여 측정하는 것이 필요하다. 둘째, 대학생의 가족기능, 자아존중감, 우울과의 관계를 본 연구들에서는 성별, 지역차이 등을 보고하고 있다. 이에 코로나 블루 관련한 보다 세밀한 지원 체계가 마련될 수 있도록 관련 변인들에 대한 다집단분석 등이 이루어져야 할 것이다. 셋째, 본 연구는 횡단 연구로 진행되었는데, 연구에 사용된 변수들의 종단적 변화를 확인하는 연구도 추후 필요하다고 하겠다. 특히 코로나19 대유행 시기 이후

의 대학생의 우울감 변화에 대한 분석과 사회적 관계 및 활동 향상에 따른 시간적 변화를 반영할 수 있는 후속 연구가 이루어진다면 관련된 변인과의 관계를 보다 정확하게 분석할 수 있을 것이다. 넷째, 현재 분석에 사용된 자료는 일부 지역의 대학생을 중심으로 이루어졌기 때문에 연구결과를 통한 제언을 일반화하는데 한계가 존재한다고 하겠다.

## References


[1] Korea Disease Control and Prevention Agency, Korea COVID-19 Update September, Available From: http://www.kdca.go.kr/index.es?sid=a2 (accessed Sep. 2021)

[2] H. J. Cho, "In the era of the COVID-19 Pandemic, the mental health of Hannam University students", *Christian Cultural Studies,* Vol.24, pp.253-263, 2021.

[3] E. H. LEE, "COVID-19 era, how is your mental health?", Issue&Analysis, *Gyeonggi Research Institute,* pp.1-25, 2020.

[4] S. H. Choi, "COVID-19 and psychological quarantine in Germany", *Public policy,* Vol.186, pp.66-69, 2021.

[5] Nandini Chakraborty, "The COVID-19 pandemic and its impact on mental health," *Progress in Neurology and Psychiatry,* Vol.24, No.2, pp.21-24, 2020.

[6] J. J. Arnett, Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties. New York: Oxford University Press. 2004.

[7] Jin-Ho Kang, Ah-Ream Bak, Sueng-Tae Han, "A Phenomenological Study of the Lifestyle Change Experiences of Undergraduate Due to COVID-19", *Journal of the Korea Entertainment Industry Association,* Vol.14, No.5, pp.289-297, 2020.

[8] Day Young Oh, "Factors to Affect Real-Time Remote Class Satisfaction and Intention to Sustain Class of University Students", *Global Creative Leader: Education & Learning,* Vol.10, No.3, pp.79-107, 2020. DOI: http://doi.org/10.34226/gcl.2020.10.3.79

[9] Ministry of Health and Welfare, "COVID-19 National Mental Health Survey: The 2nd quarter of 2021", 2021.

[10] C. K. Kaparounaki, M. E. Patsali, D. P. C. Mousa, E. V. Papadopoulou, K. K. Papadopoulou, & K. N. Fountoulaki,, "University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece", *Psychiatry research,* pp.113-111. 2020.

[11] X. Wang, S. Hegde, C. Son, B. Keller, A. Smith, & F. Sasangohar, "Investigating mental health of US college students during the COVID-19 pandemic: cross-sectional survey study", *Journal of medical Internet research,* Vol.22, No.9, 2020.

[12] Young-Eun Lee, Yoo-Na Jang, "Effects of Exposure to Violence During Clinical Practicum, Self-esteem and Resilience on Depression among Nursing students", *The Journal of the Korea Contents Association,* Vol.18, No.8, pp.646-657, 2018. DOI: http://doi.org/10.5392/JKCA.2018.18.08.646

[13] Choi. S. K, "The Effects of Self-esteem and Quality of Life of Nursing Students on Depression", *Journal of the Korea Society of Computer and Information,* Vol.25, No.10, pp.143-150. 2020.

[14] Dong-Jin Park, Song-Mi Kim, "The Effect of Achievement Motivation on Depression of University Students: Mediating Effect of Self-esteem", *Journal of Digital Convergence,* Vol.19, No.7, pp.359-369. 2021. DOI: http://doi.org/10.34226/gcl.2020.10.3.79

[15] Chong-Hun Lee, Kee-Hwan Park, "The Mediating Effects of Self-Soothing Abilities and Depressive Mood on the Relationship between Family Coherence and Binge Eating Behavior", *Korean Journal of Clinical Psychology,* Vol.37, No.4, pp.503-514. 2018. DOI: http://doi.org/10.15842/kjcp.2018.37.4.004

[16] A. S. Friedman, A. Utada, M. R. Morrissey, "Families of adolescent drug abusers are "rigid": Are these families either "disengaged" or "enmeshed," or both?", *Family Process*, Vol.26, No.1, pp.131-148. 1987.

[17] Ji Eun Seo, Heejoung Kim, "Influences on Family Functioning: A Meta-Analysis", *Korean Journal of Family Therapy,* Vol.20, No.3, pp.457-486. DOI: http://doi.org/10.21479/kaft.2012.20.3.457

[18] D. H. Olson, C. S. Russell, D. H. Sprenkle, "Circumplex model of marital and family systems: Vl. Theoretical update", *Family process,* Vol.22, No.1, pp.69-83. 1983.1

[19] Jung Soon Yoo, Hyun Hee Chung, "The Moderating Effects of Self-Esteem and Spirituality in the Relation Between Family Function and Depression in University Students", *Korean Journal of Christian Counseling,* Vol.29, No.1, pp.495-118. DOI: http://doi.org/10.23909/KJCC.2018.02.29.1.95

[20] Jimin Lee, "Structural Relationships Among Family Strength, Self-Differentiation, Interpersonal Relationships, and Depression of University Students", *The Korea Journal of Counseling,* Vol.11, No.3, pp.1271-1287. 2010. DOI: http://doi.org/10.15703/kjc.11.3.201009.1271

[21] Ji-in Han, "The Effect of Academic Stress and Family Health on Depression for Adolescents", *Korean Journal of Child Psychotherapy,* Vol.8, No.2, pp.89-117. 2013.

[22] Bu-Ja Kang, Youn-Shil Choi, "The Effect of Family Health on the Depression of University Students: Mediating Psychological Independence and Self-Efficacy", *The Korean Journal of the Human Development,* Vol.23, No.3, pp.71-90. 2016.

DOI: http://org.10.15284/kjhd.2016.23.3.71

[23] Ju-young Woo, "The Effects of Socially Prescribed Perfectionism and Family Strength on Depression and Anxiety: Multiple-group Analysis and Mediating Effects of Suppressive and Reflective Coping Styles", *Journal of Rehabilitation Psychology,* Vol.22, No.2, pp.305-322. 2015.

[24] A. T. Beck, Depression. Clinical, Experimental and Theoretical Aspects. New York(Hoeber), 1967

[25] N. Garmezy, A. S. Mastern, A. Tellegen, "The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychology", C*hild development,* Vol.55, pp.97-111, 1984.

[26] Jeng-Suk Kim, Seong-Ui Kim, "A Converged Study on the Effects of Self-efficacy on Depression Stress, Self-esteem of Nursing Students", *Journal of Convergence for Information Technology, V*ol.9, No.5, pp.48-54. 2019.
DOI: http://doi.org/10.22156/CS4SMB.2019.9.5.048

[27] S. Wouters, B. Duriez, K. Luyckx, T. Klimstra, H. Colpin, B. Soenens, & K. Verschueren, "Corrigendum to" Depressive symptoms in university freshmen: Longitudinal relations with contingent self-esteem and level of self-esteem", *Jorunal of Research in Personality,* Vol.47, No.6, pp356-363, 2013.

[28] Dong-Jin Park, Song-mi Kim, "The Effect of Achievement Motivation on Depression of University Students: Mediating Effect of Self-esteem", *Journal of Digital Convergence,* Vol.19, No.7, pp359-369, 2021.
DOI: http://doi.org/10.14400/JDC.2021.19.7.359

[29] Mi-Rye Choi, In-He Lee, "The Moderating and Mediating Effects of Self-Esteem on the Relationship between Stress and Depression", *Korean Journal of Clinical Psychology,* Vol.22, No.2, pp363-383, 2003.

[30] Young-ah An, Sun-sook Park, "A Study on the Effects of Community Spirit on Interpersonal Relationships of Adolescents and the Mediating Effects of Self-Esteem", *Journal of School Social Work,* Vol.39, pp95-117, 2017.

[31] L. S. Radloff, "The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population", *Applied Psychological Measurement,* Vol.1, No.3 pp.385-401, 1977.

[32] Eun Sun Jung, Han IK Cho, "The Effects of Parental Care and Overprotection on Subjective Well-being and Depression: The Roles of Hardiness as Mediators", *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy,* Vol.21, No.1 pp.209-227, 2009.

[33] D. H. Olson, FACES III; Family adaptability and cohesion evaluation scale. Family Social Science, 1985

[34] Jong Un Kim, Mi Jeong Mi, "The Mediating Effects of Character-Strengths and Self-Efficacy in Relationships between Family Function and Student Adjustment to College", *Journal of Learner-Centered Curriculum and Instruction,* Vol.16, No.2 pp.1035-1052, 2016.

[35] M. Rogenberg, Conceiving the Self, New York: Basic Bokks. 1979

[36] Seung-Hwan OH, "A Study on Determinations of Adolescent's Adaptation in Low Income Broken Family", Ph.D dissertation, Seoul National University, Department of Social Welfare, pp.56-67.

[37] R. M. Baron, D. A. Kenny, "The Moderator-mediator variable distinction in Social Psychological Research", *Journal of Personality and Social Psychology,* Vol.51, No.6, pp.1173-1182, 1986.

[38] P. D. Allison., Multiple regression: A primer, Pine Forge Press. 1999

[39] Young Ja Nam, Tai Young Park, "The Mediating Effect of Self-Esteem in the Relation between Adolescent`s Family Strengths and School Adaptation", *Korean Journal of Youth Studies,* Vol.16, No.4 pp.47-71, 2009.

김 태 형(Tae Hyeong Kim) [정회원]

- 2010년 10월 : 연세대학교 사회복지전문대학원(사회복지학 석사)
- 2019년 2월 : 연세대학교 사회복지전문대학원(사회복지학 박사)
- 2009년 2월 ~ 2010년 2월 : 서울성모병원 호스피스센터 사회복지사
- 2020년 9월 ~ 현재 : 부산외국어대학교 사회복지학과 조교수

〈관심분야〉
보건 및 의료사회복지, 청소년, 정신건강, 호스피스