

사회적 자본과 불안이 청소년 우울에 미치는 영향: 자아의식의 조절효과

The Effect of Social Capital and Anxiety on Adolescent Depression:
Moderating Effect of Self-Awareness

김현옥*, 김점희*, 이진향**
경상대학교 사회복지학과*, 거제대학교 사회복지과**

Hyun-Ok Kim(scmaul@hanmail.net)*, Jeom-Hee Kim(jhee055@hanmail.net)*,
Jin-Hyang Lee(so30835@koje.ac.kr)**

요약

본 연구는 사회적 자본과 불안이 청소년의 우울에 어떤 영향을 미치는지, 그리고 사회적 자본 및 불안과 우울의 관계에서 자아의식의 조절효과를 살펴보는 것을 목적으로 한다. 이를 위해 2015년 한국사회의 사회심리적 불안 실태조사에서 얻어진 자료를 분석하였다. 대상은 만 14~18세 청소년 4,724명이다. 변수들의 조절효과를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하여 설명력의 변화량을 확인하였다. 분석결과 첫째, 사회적 자본, 불안, 자아의식은 모두 우울에 직접적인 영향을 보였다. 이는 청소년들의 사회적 자본이 많을수록, 불안이 낮을수록 그리고 자아의식 정도가 높을수록 우울정도가 낮음을 보여준다. 둘째, 자아의식은 사회적 자본과 우울과의 관계에서 그리고 불안과 우울과의 관계에서 조절변수로 확인되었다. 이러한 결과를 바탕으로 연구의 의의와 제한점 그리고 추후 연구에 대한 제언을 제시하였다.

■ 중심어 : | 청소년 | 우울 | 사회적 자본 | 불안 | 자아의식 |

Abstract

The main objectives of this study are to examine the effects of social capital and anxiety on the depression of the adolescent and to examine the moderating effect of self-awareness on the relationship between social capital and depression, and anxiety and depression. To do this, we analyzed the data obtained from Social and Psychological Anxiety Survey of Korean Society in 2015. The subject is 4,724 adolescent aged 14-18 years. To investigate the moderating effects of variable, we conducted a hierarchical regression analysis and confirmed the explanatory force change. As a result of that, first, social capital, anxiety and self-awareness all had a direct effects on depression. This results show that the better social capital, the lower anxiety, and the higher self-awareness is, the lower depression is. Second, it was found that self-awareness was moderating variable in the relationship of social capital and depression, and the relationship of anxiety and depression. Based on this results, this study has proposed the implications and limitations of the study and suggestions for further study.

■ keyword : | Adolescent | Depression | Social Capital | Anxiety | Self-Awareness |

I. 서론

1. 연구의 필요성

청소년기는 자아정체성을 찾아가는 과도기로서 심리적으로 혼란이나 갈등을 겪으면서 우울에 취약할 수 있다. 특히, 우리나라 중·고등학교 청소년들은 지나친 교육열과 진학준비 등으로 많은 스트레스에 노출되어 있으며, 이는 청소년의 부정적인 정서에 영향을 주고 더 나아가 우울 수준을 높일 수 있다.

2015년 청소년건강행태온라인조사에 의하면, 전체 중고등학생의 23.6%가 우울을 경험하고 있다[1]. 그리고 한국청소년정책연구원의 2011년 아동·청소년 정신건강 보고서에 의하면, 약 19%의 청소년들이 우울증 범주에 속하는 것으로 나타났으며[2], 2012년 청소년 백서에서는 청소년의 약 33.1%가 1년 혹은 2주 이상 우울을 경험했다고 보고하고 있다[3]. 또한 우리나라 중·고등학교 청소년 7만 여명을 대상으로 우울 발병요인을 분석한 Park, Heo, Subramanian and Kawachi[4]의 연구에서도 남자 청소년의 32.03%, 여자 청소년의 43.96%가 우울상태를 경험한 것으로 나타났다. 이처럼 청소년 우울증은 청소년의 전반적인 발달에 치명적인 영향을 미칠 수 있고, 만성화되어 성인기까지 지속될 위험이 2-4배 정도 높은 것으로 알려져 있으므로 이에 대한 조기발견과 전문적 개입이 매우 중요하다고 할 수 있다[5].

우울에 영향을 미치는 요인들은 다양한데, 선행연구들은 사회관계에서 야기된 불안, 부모-자녀간의 관계 친밀감을 중심으로 한 가정 내 사회적 자본, 그리고 자신에 대한 부정적 인식이나 학업 수행 어려움 등이 우울과 관련이 있다고 보고하고 있다[6]. 특히, 가정에서 부모가 자녀에게 제공하는 사회적 자본은 정서적 지지, 재정적 지원, 생활지도 등을 의미하며, 이는 자녀의 정신건강에 중요하다고 볼 수 있다[7].

사회적 자본은 청소년의 우울에 미치는 환경적 요인이다. 사회적 자본에 대한 논의는 Coleman[8]과 Broudieu[9] 등에 의해 시작되었다. 사회적 자본은 사람들과의 관계를 통해 생성되는 자본으로 사회적 관계망을 통해 정서적 지지나 정보적 물질 자원의 교환이

이루어진대[8]. 최혜지·이소영·정순돌[10]은 성인 대상 연구에서 사회적 자본의 하위차원으로 사회참여, 네트워크, 신뢰, 규범을 제시하고, 이 중 사회참여와 네트워크가 우울에 간접효과가 있다는 것을 확인하였다. 사회참여는 가족, 친구, 이웃 및 사회단체에 소속 및 참여하는 것이며 네트워크는 가족, 이웃, 친구, 모임 등에서 도움이 되는 사람 수를 의미한다. 이러한 관계를 통해서 도움을 받을 수 있는 사람이 많을수록 사회적 자본이 높다고 볼 수 있다[11]. 특히, 부모와 자녀의 밀접한 상호관계에 의해 형성된 가정 내 사회적 자본은 청소년들의 우울에 영향을 미치게 된다[7]. 청소년들의 부모와 의사소통에서 어머니와 의사소통은 남녀 청소년의 우울에 영향을 미치고 아버지와 의사소통은 남자 청소년의 우울에 영향을 더 미치는 것으로 나타났다. 또한 친구 관계가 청소년 우울에 미치는 영향과 관련한 조사에서는 남학생들보다 여학생들이 더 많은 영향을 받는 것으로 조사되었다[12][13].

따라서 본 연구에서는 가족, 친구들과 소통, 주변인들로부터 도움을 받을 수 있는 정도나 마음을 털어놓을 수 있는 친구 수 등을 통해서 사회적 자본을 확인하고자 한다. 즉 사회적 자본의 관계망 크기 정도와 관계 교류의 빈도와 같은 구조적 요소를 중심으로 우울과 관계를 조사하고자 한다.

불안은 청소년의 우울에 영향을 미치는 개인의 심리적 요인으로 지적된다. 개인의 심리적 불안은 미래에 부정적인 일이나 불행이 발생할 것이라고 예상하여 부정적 정서와 신체적 긴장을 경험하는 기분 상태를 의미한다[14]. 불안은 주로 건강하지 못한 대인관계에서 야기되며[15], 청소년의 사회적 기술 발달을 방해하여 심리적으로 불안정 상태에 직면할 수 있다[14]. 청소년들이 겪는 불안 장애는 학업성취 부진, 편부모 가정 등으로 인한 편견, 경제적 취약 등 개인적 문제와 관련이 있다[16]. 이 가운데 청소년들의 학업 스트레스는 과도한 입시경쟁과 관계가 있으며[17][18] 스트레스에 노출된 청소년들 가운데 37.7%가 우울을 경험하는 것으로 나타났다[19]. 불안을 겪는 청소년들은 정신건강에 취약할 수밖에 없다. 그러므로 심신이 건강한 성인으로 성장하기 위해서는 성장 과정에서 일종의 공포나 심리적

인 불편과 같이 개인에게 현존하는 정서적 불안감을 일으키는 요인들을 완화시키는 방안들이 필요할 것이다 [20].

자아의식은 자신의 성격, 동기, 신념, 가치관 적성을 알고 자신의 장단점을 판단하여 자신의 결정을 통제하고 조절하는 역량으로 정의된다[21]. 또한 자아의식은 자신에 대해 객관적으로 알고 자신의 감정을 내적으로 조절할 수 있는 자원이다[21].

사람들이 자신을 긍정적으로 평가하는 것은 자존감과 관계있으며, 긍정적인 사고는 우울 장애의 개선에도 도움이 되는 것으로 확인되었다[22]. 외부 자극을 받은 개인이 부정적 혹은 긍정적 반응을 표출하게 되는 것은, 그러한 상황에서 어떻게 지각하느냐가 이후의 정서나 행동에 영향을 주기 때문이라고 볼 수 있다[23]. 따라서 본 연구에서는 자아의식을 자신에 대한 생각, 태도, 느낌으로 자신의 장단점을 인식하고 자신을 조절하고 통제할 수 있는 역량이라고 정의하고자 한다.

배정미·김은정[24]의 연구에서는 자아의식 개념에 자아수용, 자기존중, 자아신뢰 등의 뜻이 함축되어 있으며 우울을 극복함에 있어서 긍정적 자아개념이 효과가 있는 것으로 나타났다. 학령기 아동을 대상으로 한 연구에서는 부모의 방임이나 학대는 아동의 학교생활 적응에 부적 효과가 있지만 자아의식은 조절효과가 있다는 것이 확인되었다[25]. 이처럼 자아의식은 학령기 아동의 학교생활적응에 조절효과가 있고, 학교 적응 여부는 우울에 영향을 미치게 된다는 연구 결과에서[6] 자아의식이 우울에 간접적으로 영향을 끼칠 것이라고 예측할 수 있다.

자아의식이 청소년 우울과 관계가 있다는 선행연구가 있지만[24], 자아의식이 청소년 우울에서 조절 효과가 있는지에 대한 연구결과는 제한적이다. 무엇보다 선행연구에서 청소년의 사회적 자본이나 불안 그리고 자아의식의 우울과 관련한 개별 연구결과는 있지만 이러한 요인들을 통합한 연구는 미흡하다는 점에서 본 연구의 필요성과 의미가 있다. 이를 통해 청소년 우울을 관리하기 위한 방안을 마련하기 위한 기초자료를 제시하고자 한다.

2. 연구 목적

본 연구는 청소년의 사회적 자본, 불안 그리고 자아의식이 우울에 미치는 영향을 살펴보고 자아의식이 사회적 자본, 불안 및 우울과의 관계에서 조절효과를 갖는지를 확인하는 것을 목적으로 하고 있다. 이를 위해 대상자인 청소년의 일반적 특성과 변수 특성을 살펴보고, 위계적 회귀분석을 실시하여 청소년의 우울에 미치는 영향과, 불안 및 사회적 자본과의 관계에서 자아의식의 조절효과를 검증하였다.

II. 연구방법

1. 연구자료 및 대상

분석대상은 한국보건사회연구원에서 시행한 2015년 한국사회의 사회·심리적 불안실태조사에 참여한 만 14~18세의 청소년 5,000명 중 고등학교 졸업 이상의 학력을 제외한 중고등학교 재학, 중학교 졸업, 그리고 고등학교 재학 청소년 4,724명이다. 표본은 2015년 6월 기준 안전행정부 주민등록인구 통계를 모집단으로 전국 17개 시·도를 층화하고 성별, 연령, 거주지역 구성비를 고려한 비례할당 추출방법으로 추출하였다. 조사는 2015년 8월 8일~9월 22일 기간 중 온라인 설문 조사로 실시했는데, 이는 학교, 학원 등의 일정으로 청소년의 귀가 시간이 늦어 가구 방문을 통한 면접조사가 어려운 현실적인 문제에 기인한 것이다.

2. 변수

한국보건사회연구원에서 실시한 2015년 한국사회의 사회·심리적 불안실태조사 자료를 활용하여 청소년 우울을 종속변수로 설정하였다. 독립변수는 사회적 자본과 불안, 조절변수는 자아의식으로 설정하였다. 각 변수들의 정규성 분포를 확인하기 위해 왜도와 첨도를 알아보았다. Klein[26]은 정규분포의 조건으로, 왜도의 경우 $|±3|$ 미만, 첨도의 경우 $|±10|$ 미만을 제시하고 있다. 확인결과 변수들의 왜도는 $-0.37~0.53$ 범위에 있고, 첨도는 $-0.24~0.08$ 수준으로 나타나 정규분포 가정에 별다른

문제가 없음을 알 수 있다. 청소년의 우울에 영향을 미치는 것으로 나타난 인구학적 특성인 성별과 학업중단 여부를 통제변수로 설정하였다.

2.1 우울

우울은 CES-D 11(The Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale) 척도를 사용하였다. CES-D는 지역사회 구성원들의 우울증상을 측정하기 위해 1977년 Radloff가 개발한 자기보고식 척도이며, 다양한 문화적 배경의 집단대상 연구에서 신뢰도와 타당도가 입증된 척도이다. 본 연구에서는 우울감정(3문항), 긍정적 감정(2문항), 신체 및 행동둔화(4문항), 대인관계(2문항) 등 11문항으로 구성되었고, ‘극히 드물다(1점)’에서 ‘대부분 그랬다(4점)’의 4점 척도로 측정되었다. 분석에는 총점을 사용하였으며 점수범위는 0~44점이다. 점수가 높을수록 우울정도가 높음을 의미하기 위해 긍정적 감정 2문항을 역점수화하였다. 신뢰도(Cronbach's α)는 .875였다.

2.2 사회적 자본

사회적 자본은 가족끼리 소통, 친구들과의 소통, 주변으로부터의 도움, 평소 마음을 털어놓고 상의할 수 있는 사람 등에 관한 4문항으로 구성되어 있다. 점수분포는 0점에서 10점까지로 구성되어 있고 점수가 높을수록 사회적 자본이 많음을 의미한다. 신뢰도(Cronbach's α) 값은 .788인 것으로 확인되었다.

2.3 불안

불안은 사회심리적 불안 문항을 사용하였다. 11가지의 개인적 불안요인에 대해 최근 1년간 얼마나 불안을 느끼는지에 대한 물음에 대해 ‘전혀 불안하지 않다(0점)’에서부터 ‘매우 불안함(10점)’까지로 응답하게 구성되어 있다. 불안요인에는 학업문제, 학교생활 및 교우관계, 이성관계, 부모의 지나친 기대, 외모, 미래에 대한 불안, 가족해체, 가정경제문제, 온라인에서의 사생활침해, 신체건강, 정신건강 등이 포함되었다. 신뢰도(Cronbach's α)는 .819이며, 점수가 높을수록 불안 정도가 높음을 의미한다.

2.4 자아의식

자아의식은 스스로를 어떻게 인식하고 있는지에 대한 주관적 평가로 개인의 심리, 정서 차원에 대한 전반적인 관련성을 가지고 있다. 즉 자아가 다른 사람과의 관계를 지각하여 가치를 부여한 것으로 사회적 관계와 밀접한 관련성이 있다[27]. 자아의식에 대한 척도는 자기 자신에 대해 가질 수 있는 생각들에 관한 10문항으로 구성된 척도를 활용하였다. 점수가 높을수록 긍정적 자아의식 정도가 높음을 의미하도록 일부 문항을 역점수화 하였다. 점수는 ‘대체로 그렇지 않다(1점)’에서 ‘항상 그렇다(4점)’까지로 구성되었으며 Cronbach's α 는 .847이었다.

2.5 통제변수

본 연구모형에서 독립변수인 사회적 자본 및 불안과 종속변수인 청소년 우울과의 인과관계에 영향을 미치는 것으로 나타난 인구사회학적 변수 성별과 학업중단 여부를 통제변수로 설정하였다. 성별은 남자(1), 여자(0)로 구분하였다. 학업중단 여부는 분석대상자의 학력 문항을 활용하여 중학생 재학과 고등학교 재학은 학업을 중단하지 않음(1)으로 그리고 중학교 졸업과 고등학교 중퇴는 학업중단 함(0)으로 구분하였다.

3. 분석방법

자료분석은 SPSS 21.0프로그램을 활용하였다. 우선 대상자의 일반적 특성과 변수 특성은 빈도와 백분율로, 평균과 표준편차로 제시하였다. 둘째, 위계적 회귀분석을 실시하여 인구학적 변수, 독립변수, 조절변수가 종속변수인 청소년의 우울에 미치는 영향과, 자아의식의 조절효과를 검증하였다. 이때 상호작용항의 다중공선성 문제를 피하기 위해 평균중심화(mean centering)를 하였다. 각 독립변수와 조절변수의 평균값을 감하여 각 값들이 0에 가깝게 만들어서 독립변수, 조절변수, 독립변수 \times 조절변수 간의 상관 크기를 감소시켜서 다중공선성의 문제를 감소시켰다[28]. 셋째, 검증된 각 항의 상호작용효과를 구체적으로 살펴보기 위하여 단순 기술통계 검증을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 대상자 특성

성별은 남자 52.5%, 여자 47.5%였고, 나이는 14세 15.7%, 15세 25.2%, 16세 17.3%, 17세 22.1%, 18세 19.7%였다. 학업을 중단한 학생은 4.3%를 차지하였다.

대상자의 불안은 10점 만점에 평균 3.81점, 사회적 자본은 평균 6.24점이었고, 자아의식은 4점 만점에 평균 2.94점, 우울은 평균 10.01점이었다[표 1].

표 1. 대상자의 일반적 특성 (N=4,724)

변수		N(%)
성별	남	2,478(52.5)
	여	2,246(47.5)
나이	14세	740(15.7)
	15세	1,191(25.2)
	16세	818(17.3)
	17세	1,045(22.1)
	18세	930(19.7)
학력	중학교 재학	1,726(36.5)
	중학교 중퇴	12(0.3)
	중학교 졸업	141(3.0)
	고등학교 재학	2,795(59.1)
	고등학교 중퇴	50(1.1)
학업중단 여부	학업 중단안함	4,521(95.7)
	학업 중단함	203(4.3)
사회적 자본	M=6.24, sd=1.91	최소=0, 최대=10
불안	M=3.81, sd=1.74	최소=0, 최대=10
자아의식	M=2.94, sd=0.49	최소=1.2, 최대=4
우울	M=10.01, sd=6.56	최소=0, 최대=33

2. 자아의식의 조절효과

청소년의 사회적 자본, 불안과 우울의 관계에서 자아의식의 조절효과를 보기 위해 1단계에서 통제변수만을 투입하였다. 2단계에서는 독립변수인 사회적 자본과 불안을, 3단계에는 조절변수인 자아의식을 투입하여 각 변수들이 우울에 미치는 영향을 분석하였다. 마지막 4단계에서는 독립변수와 조절변수를 곱한 상호작용항을 추가로 투입하여 분석하였다.

통제변수만을 투입한 1단계는 2.3%의 설명력을 보였고($p<.001$), 성별과 학업중단 여부가 우울에 유의한 영향력을 보여 남성이 그리고 학업을 중단하지 않은 경우 우울 수준이 낮았다. 사회적 자본, 불안을 추가한 2단계의 설명력은 44.4%였고, 모형은 통계적으로 유의했다($p<.001$). 사회적 자본($\beta=-.34, p<.001$)이 많을수록 우

울수준은 낮은 반면, 불안정도가 높을수록 우울수준이 높았다($\beta=.45, p<.001$). 자아의식을 투입한 3단계의 설명력은 51.3%였고 자아의식이 높을수록 우울수준은 낮게 나타났다($\beta=-.33, p<.001$). 마지막으로 상호작용항을 투입한 4단계의 설명력은 51.8%였다($p<.001$). 사회적 자본과 자아의식의 상호작용항($\beta=.04, p<.001$)과, 불안과 자아의식의 상호작용항($\beta=-.04, p<.01$)은 청소년들의 우울에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

1단계와 2단계의 R^2 변화량은 .421($p<.001$), 2단계와 3단계의 R^2 변화량은 .069($p<.001$), 그리고 3단계와 4단계의 R^2 변화량은 .005($p<.001$)로 통계적으로 유의하였다. 여기서 상호작용의 효과값이 작지만, 3단계의 R^2 값이 높아 4단계에서 모형이 복잡해진 것을 감안하더라도 통계적으로 의미있게 증가했다는 것을 알 수 있다. 4단계에서 사회적 자본($\beta=-.20, p<.001$)과 불안($\beta=.36, p<.001$), 자아의식($\beta=-.32, p<.001$)은 주효과로 독립적으로 우울에 유의한 영향력을 갖는 것으로 확인되었다. 회귀 모델에서 상호작용항이 통계적으로 유의할 경우 조절효과가 있는 것으로 해석할 수 있는데, 분석결과 불안과 자아의식의 상호작용항과 사회적 자본과 자아의식의 상호작용항 모두 유의하게 나타나 조절효과가 있음을 확인할 수 있다[표 2].

표 2. 자아의식의 조절효과

변수	1단계		2단계		3단계		4단계	
	B	β	B	β	B	β	B	β
(상수)	13.38		11.35		11.01		10.73	
성별	-1.78	-0.14***	-0.98	-0.07***	-0.61	-0.05***	-0.62	-0.05***
학업중단여부	-2.54	-0.08***	-0.82	-0.03*	-0.68	-0.02*	-0.61	-0.02
사회적 자본(A2)			-1.18	-0.34***	-0.69	-0.20***	-0.68	-0.20***
불안(A1)			1.57	0.45***	1.28	0.36***	1.28	0.36***
자아의식(B)					-4.41	-0.33***	-4.34	-0.32***
A1×B							-0.26	-0.04**
A2×B							0.26	0.04***
R^2	.023		.444		.513		.518	
ΔR^2	-		.421***		.069***		.005***	
F	56.73***		942.63***		994.84***		723.16***	

통제변수: 성별, 학업중단여부
 더미변수: 성별(1=남, 0=여), 학업중단(1=중단안함, 0=중단함)
 *** $p<.001$ ** $p<.01$ * $p<.05$

1) 상호작용 효과값(f^2) = (상호작용모델의 R^2 - 주효과 모델의 R^2)/1-상호작용모델의 R^2)

검증된 각 항의 상호작용효과를 구체적으로 보기 위해 단순기울기 검증을 하였다. 단순기울기기는 그래프 제시에서 가장 많이 권장되는 평균값과 $\pm 1SD$ 의 조건 값에서 얻어진 우울 점수로 나타내었다[29][그림 2-1][그림 2-2].

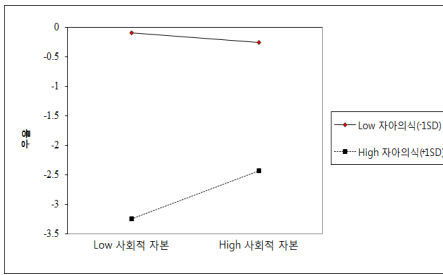


그림 2-1. 사회적 자본과 자아의식의 상호작용

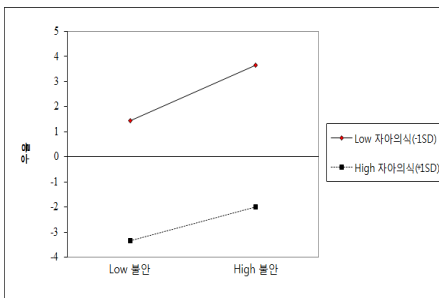


그림 2-2. 불안과 자아의식의 상호작용

IV. 논의

본 연구는 만 14세에서 18세 이하 청소년들의 우울에 영향을 주는 요인들 가운데 마음을 털어놓을 수 있는 사람 및 이웃, 친구 그리고 가족과의 소통 및 도움을 사회적 자본으로, 외부환경적 요인에서 비롯된 청소년 심리적 불안을 독립변수로 설정하고, 자아의식(self awareness)을 조절변수로 하여, 사회적 자본 및 불안과 우울과의 관계에서 자아의식의 조절효과를 조사하였다.

우선, 연구 대상자들의 우울 점수는 평균 10.01로 나타났다. 남녀 성차에 따른 우울 수준에서 여학생이 남학생보다 높게 나타났고, 청소년들의 학업중단 여부에

따른 우울 수준에도 차이가 있었다. 이는 학령기 아동 및 중·고등학생의 경우 남학생보다 여학생의 우울 등의 문제 수준이 더 높은 것으로 조사된 최인재[19]의 연구와 일치한다. 또한 학업중단 학생들의 우울증에 관한 연구에서 김중백·김두환[30]은 유년기 학업중단 경험이 성인기 우울증에 영향을 미치고 있음을 밝혔다. 그러나 학업중단 학생들에 대한 연구는 매우 제한적으로 이루어지고 있는 실정이다. 따라서 추후 연구에서는 학업중단 학생들의 우울감 감소를 위한 심도 있는 연구와 프로그램이 필요할 것으로 판단된다. 본 연구의 결과에서 학업중단이 성인기뿐만 아니라 현 청소년들의 우울에도 영향을 끼칠 수 있다는 것을 시사해 준다.

둘째, 청소년들의 친구, 가족 및 이웃 간 소통이나 도움을 받을 수 있는 사람 수를 기반으로 한 사회적 자본은 우울을 유의미하게 설명하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 사회적 자본이 우울과의 관계에서 부적 영향을 미치며, 또한 다양한 사회적 자본 가운데 가족관계 내 긴밀한 상호작용[7] 및 친구 수가 많거나 또래 인정이나 상호작용[13][31]이 청소년의 우울에서 보호요인으로 작용한다는 선행 연구와 일치되는 결과이다. Steinfield, Ellison and Lampe[32]에 의하면, 친구와의 관계는 사회적 자본 형성에 도움이 되고 청년기의 심리적 발달에 중요한 구성요소라고 밝힌 바 있다. 이와 같은 본 연구결과에서 청소년들이 어려움을 겪게 될 경우, 이러한 문제를 상의할 수 있는 가족이나 주변의 인적 네트워크가 청소년의 어려움을 극복하고 해결하는데 상당히 중요하게 작용할 것으로 판단된다.

본 연구는 2차 데이터를 활용하였기 때문에 변수에 대한 한계를 가질 수밖에 없다. 사회적 자본의 경우 선행연구들에서는 사회참여, 네트워크, 신뢰, 규범 등의 하위요인으로 구분하여 살펴보기도 하였으나 본 연구에서는 네트워크 영역에 치우친 분석을 할 수밖에 없었다. 따라서 추후 연구에서는 사회적 자본을 하위요인별로 구분한 심도있는 연구도 필요할 것이다.

셋째, 불안은 청소년 우울에 유의미한 직접적 영향력을 보였다. 청소년들이 느끼는 불안은 학업 불안이나 취업, 진학 등의 미래에 대한 불안, 가족해체와 경제적 인 어려움으로 발생하기도 한다. 이는 선행연구에서 가

정분화, 부정적인 가족생활 경험 등이 청소년의 정서 및 행동 문제에 영향을 끼친다는 연구결과에서 확인할 수 있다[33]. 또한 청소년들이 경험하는 학업 스트레스는 우울이나 자기공격성을 심화시키는 것은 물론 경우에 따라 자살위험을 높일 수 있는[34] 주요 요인으로 등장한다는 점에서도 확인할 수 있다. 그러므로 청소년 불안 요인들은 청소년 우울에 영향을 미치게 된다는 사실이 확인되었으므로 청소년들의 불안 관리는 중요하다고 볼 수 있다.

넷째, 사회적 자본 및 불안과 청소년 우울과의 관계에서 자아의식의 조절효과를 검증한 결과, 본 연구에서 가정된 바와 같이 자아의식의 조절효과를 확인하였다. 이와 같이 청소년들의 우울에서 자신에 대한 긍정적인 자아의식을 느낄수록 우울이 상쇄되거나 감소되는 결과가 도출되었다. 선행연구에 의하면 자신에 대한 평가가 긍정적일수록 정신건강에 이로울 수 있는 것으로 확인된다[35]. 자아의식은 동기, 성격, 신념, 가치관 등을 통해 스스로를 어떻게 생각하고 받아들이느냐 하는 문제로 자신에 대한 긍정성과 관련 있으며 자신의 가치에 대하여 긍정성을 강화시킬수록 자아의식이 높아진다고 볼 수 있다[32]. 자신에 대한 긍정성을 높이기 위해서는 자신의 가치를 인식하는 것이 필요하다고 볼 수 있으며, 이러한 점에서 자아존중감, 자아탄력성 향상 방안도 생각해 볼 수 있다.

청소년들의 경우, 학업과정에서 자신의 경험과 감정을 아는 것이 필요하며 불안하거나 주변과의 관계가 원만하지 않을 경우 이를 극복할 수 있는 자아의식을 강화할 수 있는 교육과정 프로그램의 개발과 적용이 필요하다. 자아의식은 변화하는 것으로 간주되고 있으며 성장단계에 따라 각각 다른 시각으로 자신을 인지하는 능력을 습득하게 되기 때문에 자아의식은 항상 변한다고 본다[36]. 따라서 유아들을 대상으로 한 교육 프로그램을 통해서 자아의식의 증진을 가져올 수 있으며[37], 긍정적 자아개념 증진 활동을 통해서 자아존중감, 인지적 자아, 사회적 자아 등의 상승효과를 확인할 수 있다[38]. 선행연구 결과에서 자아의식의 증진을 위한 프로그램의 유용성과 필요성을 확인할 수 있으므로 청소년 대상의 자아의식 증진 프로그램의 개발도 고려해 볼 필요가

있다.

본 연구결과를 종합해 볼 때, 청소년들의 정신건강을 유지하고 우울을 관리하기 위해 불안감소와 사회적 자본 및 자아의식을 향상시키기 위한 전략적 개입 프로그램이 필요할 것이라고 본다. 특히, 학업중단 여부와 성별이 중요한 인구학적 요인이므로 모든 청소년을 대상으로 하는 보편적인 프로그램보다는 학업중단 학생 및 여학생을 대상으로 특화하여 그에 맞는 개입프로그램이 필요하다.

또한 학업중단 청소년이 학업 지속 청소년에 비해 우울 정도가 높으므로 이후 연구에서는 학업중단 청소년들을 대상으로 한 데이터를 토대로 한 우울과 사회적 자본 그리고 불안 및 자아의식과 관련된 후속 연구가 필요하다고 본다. 그러나 인구학적 특성인 대상의 한계점을 들 수 있다. 본 연구에서 학업중단여부는 통제변수로 활용되었음에도 우울에 대해 유의한 영향력을 보였다. 그러나 연구대상자 중 학업중단의 경우가 4.3%에 불과하여 일반화하는 데는 한계점이 있다.

V. 결론 및 제언

청소년 우울 문제는 정신건강에 악영향을 미치고 자살을 유발하는 요인이 되거나 성인이 되어서도 영향을 받을 수 있으므로 청소년 우울을 감소시키기 위한 방안 모색이 필요하다. 본 연구에서 학업문제나 가족 내의 경제적 어려움 가족 해체 등으로 인해 겪는 청소년 불안은 우울에 취약하다는 것이 입증되었다. 또한 청소년들이 가족이나 친구 등 주변인들과 네트워크가 많다고 인식할수록 우울에 부적인 영향을 끼쳤다. 사회적 자본이나 불안에 취약한 청소년일지라도 긍정적인 자아의식을 가지고 있다면 우울에 덜 노출될 수 있다는 것이 본 연구에서 확인되었다.

본 연구는 긍정성을 바탕으로 한 자아의식이 우울을 감소시키거나 상쇄할 수 있는 영향력을 미치는지 탐색하기 위한 목적이었다. 따라서 본 연구를 통해 청소년들의 우울 정도를 확인하고 이를 조절하고 관리하기 위한 방안을 마련하는데 기여할 수 있을 것으로 기대한

다. 청소년들의 우울을 감소시키기 위한 전략으로 청소년 자아인식을 향상시키는 것이 필요하다. 즉 학생들이 자신에 대해서 단점보다 긍정적인 생각을 갖도록 개발하고 교육함으로써 긍정적인 자신의 가치관을 형성할 수 있게 될 것이다.

참 고 문 헌

- [1] 교육부, 보건복지부, 질병관리본부, 제11차(2015년) 청소년건강행태온라인조사 통계, 2015.
- [2] 최인재, 모상현, 강지현, 김윤희, 아동·청소년 정신건강 증진을 위한 지원방안 연구 I 총괄보고서, 한국청소년정책연구원, 2011.
- [3] 여성가족부, 2012년 청소년 백서, 2012.
- [4] H. Y. Park, J. Heo, S. V. Subramanian, I. Kawachi, and J. Oh, "Socioeconomic Inequalities in Adolescent Depression in South Korea: A Multilevel Analysis," Vol.7, No.10, pp.1-7, 2012.
- [5] S. K. Bhatia and S. C. Bhatia, "Childhood and Adolescent Depression," Department of Psychiatry, Vol.75, No.10, pp.73-80, 2007.
- [6] 공은화, 김원영, "청소년 우울 영향 변인들에 대한 메타분석," 한국웰니스학회지, 제12권, 제3호, pp.61-75, 2017.
- [7] 염소림, 최유석, "가정 내 사회적 자본이 청소년 우울에 미치는 영향," 한국콘텐츠학회논문지, 제14권, 제9호, pp.255-266, 2014.
- [8] J. S. Coleman, "Social Capital in The Creation of Human Capital," American Journal of Sociology, Vol.94, pp.S95-S120, 1998.
- [9] P. Bourdieu, "The Forms of Capital," In J. Rich Ardson(Ed), Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education, pp.241-258, Westport, CT: Greenwood Press, 1986.
- [10] 최혜지, 이소영, 정순달, "인적 자본, 사회적 자본, 우울의 최적모형 탐색과 영향관계 분석," 정신보건과 사회사업, 제43권, 제2호, pp.149-175, 2015.
- [11] B. Lancee, *Immigrant Performance in the Labour Market: Bonding and Bridging Social Capital*, Amsterdam University Press, 2012.
- [12] 강희경, "아동기 우울에 영향을 미치는 생태체계 요인," 한국콘텐츠학회논문지, 제15권, 제12호, pp.326-335, 2015.
- [13] 최규련, "가족환경과 학업 및 친구요인이 청소년의 우울에 미치는 영향," 한국가정관리학회지, 제28권, 제6호, pp.95-111, 2010.
- [14] 강정애, 임성욱, "청소년의 학업스트레스, 갈등적 친구관계 및 심리적 불안감과 문제행동의 구조관계: 성별 및 학교급별의 다집단 분석," 복지상담교육연구, 제7권, 제1호, pp.197-221, 2018.
- [15] 노안영, 강영신, *성격심리학*, 서울:학지사, 2008.
- [16] 홍봉선, 남미애, *(개정판) 학교사회복지론*, 공동체, 2011.
- [17] 이미리, "고3 청소년의 시험스트레스에 대한 대처전략과 우울증 수준과의 관계-복합적 스트레스와의 관계를 중심으로-," 대한가정학회지, 제33권, 제5호, pp.89-99, 1995.
- [18] 노윤채, 김경숙, 박희서, "청소년의 학업스트레스가 자살충동에 미치는 인과관계의 성별 차이검증," Journal of The Korea Society of Computer and Information, 제20권, 제5호, pp.133-140, 2015.
- [19] 최인재, "부모-자녀 간 의사소통이 청소년기 자녀의 자아분화 및 우울과 불안에 미치는 영향," 한국심리학회지: 임상, 제26권, 제3호, pp.611-628, 2007.
- [20] 최외선, 오미나, "대학생의 특성불안이 우울에 미치는 영향," 인문연구, 제19권, 제1호, pp.261-276, 1997.
- [21] 홍세희, 박언하, 홍혜영, "다층모형을 적용한 청소년의 자아개념 변화 추정: 변화에 있어서의 개인차에 대한 부모효과와 또래효과 검증," 한국청소년연구, 제17권, 제2호, pp.241-263, 2006.
- [22] L. B. Alloy and L. Y. Abramson, "Judgement of Contingency in Depressed and Nondepressed Students: Sadder but Wiser?," Journal of

- Experimental Psychology: General, Vol.108, No.4, pp.441-485, 1979.
- [23] 문경숙, “청소년의 학업 스트레스와 정신건강: 자기통제 및 감정조절의 역할,” 아동학회지, 제29권, 제5호, pp.285-299, 2008.
- [24] 배정미, 김은정, “청소년 우울의 인과적 구조분석,” 스트레스연구, 제17권, 제3호, pp.295-305, 2009.
- [25] 김혜금, 조혜영, “부모의 방임 & middot: 학대가 학령기 아동의 학교생활 적응에 미치는 영향: 학령기 아동의 자아인식과 또래애착의 매개효과,” 한국보육지원학회지, 제12권, 제1호, pp.19-36, 2016.
- [26] P. B. Klein, *Principles and Practice of Structural Equation Modeling(3rded.)*, Guilford Press, 2010.
- [27] 최미혜, “부모의 방임 · 학대 양육방식이 청소년 자녀의 학교적응과 공동체의식에 미치는 영향 연구: 자아인식의 매개효과를 중심으로,” 한국청소년연구, 제27권, 제2호, pp.59-92, 2016.
- [28] 윤명숙, “알코올중독자의 자살생각에 미치는 음주의 조절효과,” 정신보건과 사회사업, 제38권, pp.113-140, 2011.
- [29] J. Cohen, P. Cohen, S. G. West, and L. S. Aiken, *Applied Multiple Regression / Correlation Analysis for the Behavioral Sciences(3rd Ed.)*, Mahwa, NJ: Erlbaum, 2003.
- [30] 김중백, 김두환, “유년기 학업중단 경험과 우울증: 가족의 조절효과를 중심으로,” 한국보건사회연구원, 한국복지패널 학술대회 논문집, 제5권, pp.405-424, 2012.
- [31] 김봉금, “청소년의 가정요인이 친구요인을 매개하여 청소년의 우울에 미치는 영향: 저소득층과 중산층 차이를 중심으로,” 한국콘텐츠학회논문지, 제17권, 제12호, pp.493-504, 2017.
- [32] C. Steinfield, N. B. Ellison, and C. Lampe, “Social Capital, Self - Esteem, and Use of Online Social Network sites: A Longitudinal Analysis,” J. of Applied Developmental Psychology, Vol.29, pp.434-445, 2008.
- [33] S. J. Leathers, *Behavioral Disturbance Among Foster Children: The Role of Detachment from Caregivers and Community Institutions*, The University of Chicago, Doctoral Dissertation, 2000.
- [34] 배성만, “정서적 문제, 비행, 학업스트레스 및 진로성숙도가 고등학생의 자살사고에 미치는 영향,” 청소년학연구, 제23권, 제6호, pp.317-332, 2016.
- [35] 전현민, 노명래, “자아개념과 정신건강과의 관계에 대한 탐색적 조망,” 한국심리학회지:임상, 제10권, 제1호, pp.114-125, 1991.
- [36] 송인섭, “The Construct Validity of higher Order structure of self-concept,” 교육학 연구, 제22권, 제1호, pp.55-64, 1984.
- [37] 송인섭, “영재아를 중심으로 한 자아개념 증진에 대한 경험적 연구의 분석,” 영재와 영재교육, 제11권, 제2호, pp.25-46, 2012.
- [38] 강미영, 김치곤, “공정적 자아개념 증진 활동이 유아의 자아존중감과 반편견 인식에 미치는 효과,” 한국교육문제연구, 제10권, 제2호, pp.235-261, 2012.

저 자 소 개

김 현 옥(Hyun-Ok Kim)

정회원



- 1986년 2월 : 동국대학교 영어영문학과(문학사)
- 2011년 2월 : 경상대학교 사회복지학과(사회복지학석사)
- 2014년 8월 : 경상대학교 사회복지학과(사회복지학박사수료)

• 2014년 9월 ~ 현재 : 경상대학교 사회복지학과 외래강사

<관심분야> : 교육복지, 사회복지정책

김 점 희(Jeom-Hee Kim)

정회원



- 1984년 2월 : 부산대학교 사학과 (문학사)
- 2006년 2월 : 경상대학교 사회복지학과(사회복지학석사)
- 2013년 8월 : 경상대학교 사회복지학과(사회복지학박사수료)

▪ 2014년 3월 ~ 현재 : 경상대학교 사회복지학과 외래 강사

<관심분야> : 노인복지, 사회복지실천

이 진 향(Jin-Hyang Lee)

정회원



- 1998년 2월 : 숙명여자대학교 불어불문학과(문학사)
- 2005년 2월 : 경상대학교 사회복지학과(사회복지학석사)
- 2009년 8월 : 경상대학교 사회복지학과(사회복지학박사)

▪ 2014년 9월 ~ 현재 : 거제대학교 사회복지과 초빙교수

<관심분야> : 정신건강사회복지, 사회복지실천