

간호대학생의 평가염려 완벽주의와 속박감이 우울에 미치는 영향

김은영¹ · 임경숙^{2†}

¹광주대학교 간호학과, 교수

²송원대학교 간호학과, 교수

(2022년 11월 25일 접수: 2022년 12월 14일 수정: 2022년 12월 16일 채택)

The Effect of Evaluative Concerns Perfectionism and Entrapment on depression in University Nursing Students

Eun-Young Kim · Kyoung-Suk Lim[†]

¹Department of Nursing, Gwangju University

²Department of Nursing, Songwon University

Received November 25, 2022; Revised December 14, 2022; Accepted December 16, 2022)

요약 : 본 연구는 간호대학생의 평가염려 완벽주의, 속박감 및 우울 정도를 파악하고, 우울에 영향을 미치는 요인을 규명하고자 시행된 서술적 조사연구이다. 연구대상자는 G시 2개의 간호학과에 재학 중인 학생을 대상으로 하였다. 자료 분석을 위해 기술적 통계, t-test, ANOVA, Pearson 상관계수, 다중회귀분석으로 분석하였다. 연구결과, 간호대학생의 우울에 미치는 영향요인은 외적속박감($\beta = .414, p < .001$), 사회부과적 완벽주의($\beta = .174, p < .001$)였고, 대상자의 우울정도를 24.9%를 설명하였다. 특히 외적속박감이 22.7%로 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 본 연구결과를 토대로 간호대학생의 우울감을 낮추고 조기 예방하기 위해 우울을 관리할 수 있는 외적속박감, 사회부과적 완벽주의를 감소시킬 수 있는 다양한 비교과 프로그램을 개발하여 지속적인 관심을 두고 관리할 필요가 있다.

주제어 : 간호대학생, 평가염려 완벽주의, 사회부과적 완벽주의, 속박감, 우울

Abstract : This study is a descriptive research study conducted to identify evaluative concerns perfectionism, entrapment and depression in university nursing students, and to identify the factors influencing depression. The subjects of the research were students enrolled in two major departments in G city. Statistics, t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficient, and band regression analysis were used for data analysis. Research results indicated that the factors influencing depression to university nursing students were external constraints ($\beta = .414, p < .001$) and socially imposed perfectionism (β

[†]Corresponding author

(E-mail: ssoya1225@hanmail.net)

* This study is supported by the research fund of Gwangju University in 2022

=.174, $p<.001$), and these explained 24.9% of the subject's degree of depression. In particular, it was found that external Entrapment had the greatest effect by 22.7%. Therefore, based on the results of this research analysis, it is recommended to develop and manage various extracurricular programs that can reduce the external entrapment and socially imposed perfectionism so that depression can be managed, reduced and prevented depression of university nursing students at an early stage.

Keywords : University nursing students, Evaluative concerns perfectionism, Entrapment, depression, Socially imposed perfectionism

1. 서론

1.1. 연구의 필요성

우울은 인간의 정신건강에 매우 중요한 지표 중 하나로 사소한 기분 변화에서부터 울적한 기분, 슬픔, 지속적인 상실감과 무력감 등 정신병적 상태에 이를 수 있다[1,2]. 현재, 우리나라의 우울증 유병률은 OECD 국가 중 1위이며, 그 중 대학생이 속해있는 20대 연령층이 다른 연령층에 비해 우울 위험군 비율이 가장 높게 나타났으며[3], 자살이 사망원인 1위로 나타났[4].

과도한 입시 위주의 경쟁 속에서 과업을 달성하는 데 어려움을 경험한 대학생은 성인기를 준비하고 대비하는 발달 과정으로 자아정체성의 확립, 독립적인 생활방식으로서의 전환, 취업을 준비하는 시기로 부모로부터의 독립해야 한다는 심리적 부담감, 대학이라는 새로운 환경 속에서 적응을 위한 다양한 경험들이 스트레스를 초래하고 있다[5,6]. 특히, 간호대학생의 경우 다른 학과 학생들에 비해서 과중한 교과목 이수를 통해 전문 지식을 습득할 뿐 아니라 다양한 간호현장에서 임상실습을 경험함으로써 급변하고 있는 보건 의료사회의 요구에 맞춰 역량을 습득하도록 준비해야 하며 간호사면허 취득을 위한 국가고시에 대한 압박감 등 지속적인 스트레스 노출로 인해 우울 등 정신적인 문제들을 호소하고 있다[7-9]. 간호대학생을 대상으로 한 우울의 원인요인을 살펴보면, 당면과제에 대한 스트레스 및 무조건적 자기수용[10], 개인의 완벽주의 성향 및 평가염려 완벽주의자의 자기 비난[11]등이 우울에 영향을 미치는 다양한 요인들이다. 이러한 요인들이 심리 내적과정을 통해 완벽하고자 하는 부분으로 속박감 또한 우울을 높일 수 있음을 알 수 있다.

평가염려 완벽주의는 비현실적인 기준과 기대로 타인들이 평가한다고 생각하고 그로 인해 스

스로 행동을 지나치게 비판적으로 평가하며 수행으로부터 만족을 끌어내는 능력의 장애를 말하며, 평가염려 완벽주의가 우울, 스트레스, 걱정 등 여러 심리적 문제와 관련이 있는 것으로 나타났다[1,12]. 간호대학생의 경우 타인의 시선에 대해 상당히 민감하게 느끼고 있으며 이를 통해 자기 비난을 하거나 지나치게 비판하고, 지속적으로 스트레스에 노출되는 경우 우울을 경험하게 되며, 스스로 가지고 있는 능력이나 자원이 부족함을 지각하거나 대인관계의 어려움을 호소[13]하게 된다. 이로 인해 해결될 방안이 부족하다고 느끼거나 건강 문제 또는 불쾌한 감정, 어려운 문제 등의 다양한 상황으로 속박감을 느끼게 된다[14]. 이러한 속박감은 현재의 지각된 스트레스 사건에서 벗어나고자 하는 동기 수준은 높지만, 그 상황에서 벗어날 수 없음을 지각하는 개념이다[15]. 속박감은 크게 내·외적속박감으로 구분하며, 내적속박감은 내면의 부정적인 생각이나 감정으로부터 벗어나고 싶지만 벗어날 수 없음을 인지하는 것이다. 외적속박감은 자신이 현재 처한 상황이나 관계에서 벗어나고자 하는 강한 욕구는 있지만 벗어날 수 없다는 것을 인지하는 것을 말한다[16]. 간호대학생의 경우 높은 동기에 비해 자신이 가지고 있는 대처자원이 부족하다. 그럼에도 불구하고 스트레스 상황에서 이를 이겨내고자 하지만 스스로 벗어날 수 없다고 생각하거나 대인관계 또는 현재 상황에서 나타나는 어려움을 통제할 수 없다고 인지하게 되면 그 상황에 속박되어 부정적인 심리와 함께 정신건강에도 문제가 초래된다[16,17].

따라서 본 연구는 간호대학생의 평가염려 완벽주의, 속박감과 우울의 정도와 관련성을 확인하고 간호대학생들의 우울감을 예방하고 감소시킬 수 있는 전략개발을 위한 기초자료로 활용하고자 한다

1.2. 연구목적

구체적인 목적은 다음과 같다.

첫째, 대상자의 평가염려 완벽주의, 속박감과 우울의 정도를 확인한다.

둘째, 대상자의 일반적 특성에 따른 우울의 차이를 확인한다.

셋째, 대상자의 평가염려 완벽주의, 속박감과 우울 간의 상관관계를 확인한다.

넷째, 대상자의 우울에 영향을 미치는 요인을 확인한다.

2. 연구방법

2.1. 연구대상

본 연구의 대상자는 일광역시 소재 2개 대학의 간호학과 학생을 대상으로 편의표집 하였다. 구체적인 대상자 선정기준은 다음과 같다. 첫째, 간호학과 재학 중으로, 만 18세 이상 24세 미만인 자, 셋째 본 연구의 목적을 이해하고 연구에 자발적으로 참여하기로 동의서에 서명한 자이다. 대상자 수는 G*Power 3.1.9.4 프로그램을 이용하여 산정하였다. 효과크기와 검정력은 다중회귀분석 시 중간 효과크기 0.15, 유의수준(α) .05, 검정력($1-\beta$) .95, 예측변인 6개(일반적 특성 4개, 독립변수 2개)로 하여 필요한 최소 인원수는 146명으로 산출되었다. 탈락률을 25% 고려하여 183명을 목표로 하였으며, 완료된 설문 중 누락되거나 불충분한 응답은 보이지 않아 수집된 183부를 모두 분석에 사용하였다.

본 연구의 자료수집은 2022년 10월 24일부터 11월 4일까지 실시하였다. 해당 간호대학의 간호학과 사무실에 연락하여 연구의 목적과 절차를 설명하고 학과장에게 허락을 구하였다. 코로나19 상황을 고려하여 학년 학생 단체 카톡 대화방에 온라인으로 모집 공고문을 게시하고, 연구 참여를 자발적으로 동의하는 학생은 수업 전후 비치된 설문지 응답을 하도록 하였으며, 설문 첫 페이지는 연구의 목적과 윤리적 측면에 대한 설명을 기술하였고 연구참여에 대한 동의 여부를 먼저 표시할 수 있게 하였다. 동의 부분에 표시한 경우 다음 페이지부터 설문이 진행되도록 하였다. 설문에 필요한 시간은 총 15분 정도 소요되었다.

또한 수집된 자료는 윤리적 고려를 위해 연구 목적으로만 사용되도록 부호화하였고, 연구에 관

련된 모든 자료는 분석 후 연구자 개인 보안 폴더에 게재 완료 판정 전까지 보관 후 폐기할 예정이다. 설문에 응답시 개인정보 수집에 동의한 경우에 한 해 소정의 온라인 편의점 쿠폰을 지급하였다.

2.2. 연구도구

2.2.1. 평가염려 완벽주의

본 연구에서는 Frost 등[18]이 개발한 Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS) 척도를 Chung과 Yeon[19]이 번안한 척도를 사용하였다. 본 척도는 수행에 대한 의심(4문항), 실수에 대한 염려(9문항), 부모의 비판(4문항), 부모의 기대(5문항), 개인적 기준(7문항), 조직화(6문항)의 6가지 하위 요인으로 구성되어 있으며, 본 연구에서는 실수에 대한 염려 9문항과 수행에 대한 의심 4문항만을 사용하였다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'까지의 5점 Likert 척도로 평정되며, 총 점수가 높을수록 해당하는 완벽주의 성향이 높은 것을 의미한다. Chung과 Yeon[19]의 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 수행에 대한 의심 .67, 실수에 대한 염려 .83이었고, 본 연구의 내적 합치도는 각각 .74, .85로 나타났다. Hewitt와 Flett[20]가 개발한 Multidimensional Perfectionism Scale (HMPS) 척도는 Han[21]이 번안한 척도를 사용하였다. 본 척도는 자기지향적 완벽주의(15문항), 타인지향적 완벽주의(15문항), 사회부과적 완벽주의(15문항)의 3가지 하위요인으로 구성되어 있으며, 본 연구에서는 평가염려 완벽주의에 해당하는 사회부과적 완벽주의 15문항만을 사용하였다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(7점)'까지의 7점 Likert 척도로 평정되며, 총 점수가 높을수록 해당하는 완벽주의 성향이 높은 것을 의미한다. Han[21]의 연구에서 사회부과적 완벽주의 내적합치도(Cronbach's α)는 .76이었고, 본 연구의 내적합치도는 .81로 나타났다. 본 연구의 전체 내적합치도는 .90으로 나타났다.

2.2.2. 속박감

본 연구에서 대상자의 속박감은 Gilbert와 Allan[13]이 개발한 속박감 척도(Entrapment Scale: ES)로 국내에서 Lee와 Cho[22]가 타당화한 척도를 사용하였다. 이 도구는 내·외적속박감으로 구분되었으며, 내적속박감은 자신이 지닌 감

정이나 생각에서 벗어나지 못하고 속박되어 있다고 지각하는 정도를 나타내는 6문항으로 구성된 5점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 내적속박감 정도가 심한 것을 의미한다. 외적속박감은 자신이 현재 상황 또는 대인관계에서 벗어나지 못하고 속박되어 있다고 인지하는 정도를 나타내는 것으로 총 10문항이다. 문항의 척도는 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 외적속박감 정도가 심한 것을 의미한다. Lee와 Cho[22]의 연구에서 Cronbach's α 값은 내적속박감 .89, 외적속박감 .92였고, 본 연구에서의 신뢰도 Cronbach's α 값은 내적속박감 .916이었고, 외적속박감은 .929였다.

2.2.3. 우울

우울척도(CenterforEpidemiologicStudies Depression Scale,CES-D)는 미국 정신보건연구원이 개발하고 Radloff[23]에 의해 신뢰도 및 타당도가 검증된 것으로, Chon과 Rhee[24]가 국내에서 사용하기 위해 한국어판으로 개발한 CES-D를 활용하였다. 한국어판 CES-D는 20개의 문항으로 구성되어 있다. 문항에 대한 답변은 '거의 드물게' 0점에서 '대부분' 3점까지 4점 Likert척도로 구성되어 있다. 점수범위는 0점에서 60점이며 점수가 높을수록 우울함을 의미한다. CES-D의 절단점은 15점, 25점을 기준으로 구분되는데 점수의 범위가 25점 이상일 경우 우울집단, 15점 이하는 정상집단, 16-24점까지는 준임상적 우울집단 또는 경도 우울집단으로 분류되며, 본 연구에서는 준임상적 우울집단으로 정의하였다[9]. 도구 개발 당시 Cronbach's α 값은 .85이었고, 본 연구의 신뢰도 Cronbach α =.818이었다.

2.3. 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS/WIN 22.0 프로그램을 이용하여 분석하였고 구체적 분석방법은 다음과 같다. 대상자의 일반적 특성은 평균과 표준편차, 빈도와 백분율을 이용하여 분석하였다. 대상자의 평가염려 완벽주의, 속박감과 우울 정도는 평균과 표준편차로 분석하였다. 모든 변수의 정규성 검정은 왜도와 첨도를 확인하였고, 대상자의 일반적 특성에 따른 우울의 차이는 independent t-test, one-way ANOVA를 이용하여 분석하고, 사후검증은 Scheffé test로 하였다. 대상자의 평가염려 완벽주의, 속박감과 우울 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficients로 분석하였다.

대상자의 우울에 영향을 미치는 요인은 다중회귀분석(multiple regression)을 이용하였다.

3. 결과 및 고찰

3.1. 대상자의 평가염려 완벽주의, 속박감, 우울 정도

대상자의 평가염려완벽주의와 속박감 및 우울의 정도는 Table 1과 같다. 평가염려 완벽주의는 5점 척도로 평균 3.08점이며, 하부요인인 '실수에 대한 염려'는 평균 2.58점, '수행에 대한 의심'은 평균 2.71점, '사회부과적 완벽주의'는 평균 3.94점으로 나타나 평가염려 완벽주의의 하부요인 중 사회부과적 완벽주의의 평균이 가장 높게 나타났다. 이는 직장인을 대상으로 한 Choi[25]의 연구에서 평가염려 완벽주의의 평균점수는 3.74점으로 본 연구대상자보다 훨씬 높게 나타나 직장에서의 평가염려 완벽주의가 더 심함을 알 수 있다. 속박감은 5점 척도로 평균 2.11점이며, 하부요인인 '내적속박감'은 평균 2.11점, '외적속박감'은 평균 2.12점으로 외적속박감의 평균이 내적속박감의 평균보다 다소 높게 나타났다. 이는 Choi[25]의 연구 변인 중 속박감의 평균점수 2.11점으로 동일하게 나타났다. 대상자의 우울의 점수의 범위는 0점에서 60점이며, 15점 이하인 정상그룹이 113명(61.7%), 16점에서 24점 사이인 경도우울집단이 51명(27.9%), 25점 이상인 우울집단이 19명(0.4%)으로 경도우울 이상인 집단이 총 70명으로 38.3%를 차지했다.

3.2. 대상자의 일반적 특성에 따른 우울의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 우울의 차이는 Table 2와 같다. 본 연구의 대상자의 학년별 분포에 따른 우울의 차이는 1학년 평균 15.83점, 3학년 평균 15.68점, 4학년 평균 14.71, 2학년 평균 14.58점 순으로 나타났고, 학년에 따른 우울 정도는 통계적으로 유의미한 차이는 없었다. 성별에 따른 우울정도는 남학생의 경우 평균 15.67점, 여학생에서 평균 15.23점으로 남학생이 여학생보다 다소 높게 나타났으나 통계적으로 유의한 차이는 없었다. 친한 친구 수에 따른 우울정도는 3명 이하일 때 16.76점, 4명일 때 15.25점, 5명 이상일 때 평균 16.06점으로 3명 이하일 때 우울정도가 높게 나타났으며, 5명 이상일 때 우울정도가 가장 낮은 것으로 나타났으나 통계적으

Table 1. Descriptive Statistics of Measurement Variables (N=183)

Variables	Subscales	M±SD or n(%)
		3.08±0.69
Evaluative Concerns Perfectionism	Concern about mistakes	2.58±0.82
	Doubts about performance	2.71±0.88
	Social perfectionism	3.94±0.68
Entrapment	Inner entrapment	2.11±0.86
	external entrapment	2.11±0.91
Depress		2.12±0.87
		15.23±7.60
	0~15점 Normal group	113(61.7)
	16~24점 Subclinical depressive group	51(27.9)
	25점 이상 Depressive group	19(10.4)

Table 2. General Characteristics of the Participants (N=183)

Characteristics	구분	n(%)	Career identity	
			Mean±SD	t / F (p) Scheffé
Grade	1st	48(26.2)	15.83±7.15	.331 (.803)
	2nd	50(27.3)	14.58±6.70	
	3rd	50(27.3)	15.68±8.70	
	4th	35(19.1)	14.71±7.94	
Sex	Female	149(81.4)	15.23±7.60	.408 (.685)
	Male	34(18.6)	15.67±6.80	
Friendly number	≤3 ^a	17(9.3)	16.76±9.20	.380 (.684)
	4 ^b	12(6.6)	15.25±8.06	
	≥5 ^c	154(84.2)	15.06±7.41	
Residence type	Live with parents ^a	82(44.8)	15.54±8.15	.475 (.700)
	living with relatives ^b	21(11.5)	16.38±9.08	
	Dormitory ^c	63(34.4)	14.87±6.87	
	Self-cooking ^d	17(9.3)	13.71±5.38	

로 유의한 차이는 없었다.

대상자들의 거주형태에 따른 우울정도는 친척들과 함께 동거하는 경우가 평균 16.38점으로 가장 높았고, 부모님과 함께 생활하는 경우가 평균 15.54점, 기숙사에 거주하는 경우 평균 14.87점, 혼자 자취하는 경우 평균 13.71점 순으로 나타났

으며, 거주형태에 따른 우울정도는 통계적으로 유의한 차이는 없었다. 즉, 대상자의 일반적 특성에 따른 우울의 차이를 분석한 결과 일반적 특성에서 우울의 정도에 따라 통계적으로 유의한 차이를 보인 변수는 없었다.

3.3. 대상자의 평가염려 완벽주의, 속박감 및 우울 간의 상관관계

대상자의 평가염려 완벽주의, 속박감 및 우울 간의 상관관계는 Table 3과 같다. 우울과 평가염려 완벽주의($r=.349, p<.001$)는 통계적으로 유의한 정적상관관계를 보였으며, 즉 평가염려 완벽주의 수준이 높을수록 우울함이 증가할 수 있음을 의미한다. 또한, 하부영역인 실수에 대한 염려($r=.266, p<.001$), 수행에 대한 의심($r=.310, p<.001$), 사회부과적 완벽주의($r=.333, p<.001$)도 우울간 통계적으로 유의한 정적상관관계를 보였다.

우울과 속박감간의 상관관계를 분석한 결과 우울과 속박감 간의 통계적으로 유의한 정적상관관계를 보였다($r=.442, p<.001$). 즉, 속박감이 심할수록 우울함이 높은 것을 의미한다. 속박감의 하부영역을 살펴본 결과, 우울감은 내적속박감($r=.379, p<.001$)과 외적속박감($r=.481, p<.001$) 간의 통계적으로 유의한 정적상관관계를 보였다. 종합해보면, 간호대학생의 우울은 모든 변인간의 관계에서 통계적으로 유의한 정적상관관계를 보였으며, 그 중 우울과 외적속박감 간의 상관관계($r=.481, p<.001$)가 가장 높은 것으로 나타났다.

3.4. 대상자의 우울에 영향을 미치는 요인

대상자의 우울에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 우울과 유의한 상관관계를 나타낸 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 사회부과적 완벽주의, 내적속박감, 외적속박감을 투입하여 분석하였다. 회귀모형을 검증하기 전 다중공선성을 진단하였고 공차 한계(tolerance)의 범위가 0.853으로 0.1 이상이었고, 분산 팽창인자(variance inflation factor)는 1.172로 기준치인 10을 넘지 않는 것으로 나타나 다중공선성의 문제는 없었다. Durbin-Watson 검정값은 2.023으로 2에 가까워 모형의 오차항 간에 자기상관성의 문제는 없는 것으로 나타나 잔차의 독립성을 만족하였다.

분석결과, 회귀모형은 통계적으로 유의하였고($F=31.163, p<.001$), 대상자의 우울정도를 24.9%를 설명하였다. 대상자의 우울에 영향을 미치는 요인은 외적속박감($\beta=.414, p<.001$), 사회부과적 완벽주의($\beta=.174, p<.001$) 순으로 나타났다. 그 중 외적속박감이 22.7%로 간호대학생의 우울에 가장 큰 영향을 미치는 요인이었다. 즉, 외적속박감이 심할수록 대상자의 우울 정도가 증가하였으며, 사회부과적 완벽주의 성향이 강할수록 우울 정도가 증가하는 것으로 나타났다.

Table 3. Correlation among Measurement Variables

(N=183)

Variables	1 r(p)	2 r(p)	3 r(p)	4 r(p)	5 r(p)	6 r(p)	7 r(p)
Depress	1						
Evaluative Concerns Perfectionism	.349* (<.001)	1					
Concern about mistakes	.266* (<.001)	.877* (<.001)	1				
Doubts about performance	.310* (<.001)	.913* (<.001)	.730* (<.001)	1			
Social perfectionism	.333* (<.001)	.780* (<.001)	.498* (<.001)	.583* (<.001)	1		
Entrapment	.442* (<.001)	.516* (<.001)	.497* (<.001)	.454* (<.001)	.372* (<.001)	1	
Inner Entrapment	.379* (<.001)	.490* (<.001)	.472* (<.001)	.442* (<.001)	.340* (<.001)	.972* (<.001)	1
External Entrapment	.481* (<.001)	.512* (<.001)	.493* (<.001)	.438* (<.001)	.383* (<.001)	.969* (<.001)	.882* (<.001)

*= $p<.001$

Table 4. Influencing Factors on 우울

(N=183)

Variables	β	t (p)	Ad. R ²	F (p)	Durbin Watson
Entrapment	.414	5.955	.249	31.163 ($<.001$)	2.023
Social perfectionism	.174	2.504			

4. 결론

본 연구는 간호대학생을 대상으로 우울에 미치는 영향요인을 확인하기 위해 시도되었다. 본 연구결과 간호대학생의 우울에 미치는 영향요인은 외적속박감($\beta=.414, p<.001$), 사회부과적 완벽주의($\beta=.174, p<.001$)였고, 대상자의 우울정도를 24.9%를 설명하였다. 특히 외적속박감은 22.7%로 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

우울의 경우 CES-D의 총점이 16점 이상인 경우 우울을 의미하는데[24], 본 연구 결과 간호대학생의 우울 정도는 총 60점 만점 중 평균 15.23점이었다. 이는 간호대학생을 대상으로 동일한 도구를 사용하여 우울 정도를 확인한 Kim과 Kwon[26]의 연구에서 19.29점, Kim[27]의 연구에서 33.92점보다 낮았으나, Kim과 Kim[28]의 연구에서 16.00점과 거의 비슷한 수준을 보였고, Kim[27]의 연구에서 12.12점보다 높은 것으로 나타났다. 본 연구에서는 우울군과 준임상적 우울군의 비율이 각각 27.9%, 10.4%였으나 Kim[27]과 Yeo[10]의 연구에서는 두 군 사이의 비율을 구분하지 않아 본 연구결과와 비교하는 것은 어려움이 있다. 우울은 개인 환경의 상황에 따라 다양한 영향을 받게 되는 요인들이 있으므로 연구대상자의 우울에 영향을 미치는 원인이 무엇인지를 좀 더 명확하게 알기 위해서는 내·외적인 모든 결과의 의미를 주의깊게 확인할 필요가 있다.

간호대학생을 대상으로 한 우울의 원인요인과 관련된 선행연구를 살펴보면 당면과제 스트레스 및 무조건적 자기수용[10], 개인의 완벽주의 성향[29], 평가염려 완벽주의자의 자기비난이 우울에 영향을 미쳤다[11]. 본 연구결과와 선행연구를 고려할 때 우울에 영향을 미치는 다양한 요인들은 심리 내적과정을 통해 완벽하고자 개입되는 것 중 속박감 또한 우울을 높을 수 있음을 알 수 있다. 특히 '자기비난'하는 등의 내·외적속박감이나 완벽을 추구하는 성향을 지닌 직장인에서의 직무

소진과 관련성이 높은 것을 알 수 있었다[24]. 이는 일반 직장인을 대상으로 한 연구결과이지만 평가염려 완벽주의와 속박감과의 관련성으로 직무소진에 영향을 미치는 것은 추후 간호대학생의 이 졸업 후 의료현장에서 질적 간호를 위한 근거 기반, 의료진들 간의 관계 및 인적·물질적 자원 확보 등의 다양한 요소를 포함하고 있는 매우 복합적인 개념으로 간호업무를 할 때 평가염려 완벽주의와 속박감을 조기 파악하여 우울을 감소시킬 방안이 필요하다.

완벽주의는 자기 자신이나 타인에게 상황에 따라 요구하는 것이 수준 이상의 높은 수행을 바라는 것[30]이다. 본 연구결과 연구대상자 자신에게 타인이 높은 기준으로 자신을 엄격하게 평가하고 있으며 기준에 미달할 경우 자신을 거부할 것이라고 인식하는 사회부과적 완벽주의는 7점 척도에 평균 3.94점의 완벽주의 성향을 보였다. 점수가 높을수록 완벽주의 성향을 지니는 것으로 간호대학생의 사회부과적 완벽주의 성향이 강할수록 우울 정도가 증가함을 보였다. 이는 간호대학생의 경우 타인의 시선에 민감하게 느끼고 있으며 이를 통해 자기비난을 하거나 지나치게 비판하고, 지속적으로 스트레스를 받게 되는 경우 우울을 경험하게 되며, 스스로 가지고 있는 능력이나 자원이 부족함을 지각하거나 대인관계의 어려움을 호소[13]하게 된다. 또한 해결 방안이 부족하다고 느끼거나 건강 문제 또는 불쾌한 감정, 어려운 문제 등의 다양한 상황으로 속박감을 경험하게 된다[14]. 특히 외적속박감은 우울에 영향을 미치는 요인임을 본 연구결과에서 확인되었지만 이를 뒷받침할 수 있는 선행연구가 없기 때문에 외적속박감이 평가염려 완벽주의와 우울의 관계에서 어떠한 영향을 미치는지에 대해 밝힐 수 있는 추가연구가 필요하다.

간호대학생은 취업과 관련하여 과도한 학습과 임상실습의 병행, 진로 문제 등 스트레스가 학습에도 부정적인 영향을 초래[31]하는 것은 결국

평가기준의 달성에 대한 불안감을 지속적으로 경험하고 있음을 알 수 있다. 이는 본 연구결과 평가염려 완벽주의 중 사회부과적 완벽주의와 우울과의 관계에서 영향을 미치는 주요 변인결과와 연계성이 있다고 사료되며 이에 대한 관련성을 좀 더 일반화하기 위해서는 지속적인 관심을 가지고 반복연구가 요구된다.

연구의 제한점으로는 일부 지역에 제한적인 간호대학생을 대상으로 연구되었기 때문에 연구결과를 일반화하여 해석하는데 한계점이 있다. 또한 연구대상자의 전공에 대한 만족도, 대학생활적응, 학업스트레스 등 다양한 변수들이 우울에 영향을 미치는 요인들로 이미 보고된바 이러한 변수가 평가염려 완벽주의나 속박감 간의 관계에서 매개변수의 효과가 있는지를 파악할 필요가 있다. 또한, 본 연구결과를 토대로 간호대학생의 우울감을 낮추고 조기 예방하기 위해 우울을 관리할 수 있는 외적속박감, 사회부과적 완벽주의를 감소시킬 수 있는 다양한 비교과 프로그램을 개발하여 지속적인 관심을 두고 관리할 필요가 있다.

References

1. H. M. Kwak, N.W. Chung, "The Influence of Evaluative Concerns Perfectionism on Depression: A Moderated Mediating Effect of Self-Acceptance through Internalized Shame", *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol.34, No.1 pp. 111-133, (2022).
2. J. Y. Han, K. Park, "The Mediating Effects of Shame and Cognitive Coping Strategies Between Maladaptive Perfectionism and Depression", *Korea Journal of Youth studies*, Vol.18, No.9 pp. 169-188, (2011).
3. Department of Health and Human Services Press Release. 2021 COVID-19 National Mental Health Survey. (2021). https://www.mohw.go.kr/react/al/sal0301vw.jsp?PAR_MENU_ID=04&MENU_ID=0403&CONT_SEQ=369669
4. Statistics. Statistics on causes of death in 2021. (2021).
5. K. H. Yoo, "A Mediator Effect of Social Support in the Association between Stress for College Life and Depression among Nursing Students", *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, Vol.25, No.1 pp.125-135, (2019).
6. 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).
7. S. J. Park, E. Y. Bak, S. I. Lee, A. H. Jang, S. W. Cho, "Effects of Social Support, Ego-resilience, and Subjective Wellbeing on Suicidal Ideation in Nursing Students", *The Korean Journal of Fundamentals of Nursing*, Vol.23, No.3 pp. 310-319, (2016).
8. F. Pulido-Criollo, J. Cueto-Escobedo and G. Guillén-Ruiz, "Stress in Nursing University Students and Mental Health", *Health and Academic Achievement*. Vol.19, pp. 31-45, (2018).
9. J. Y. Kim, J. W. Lee. "The Mediating Effect of Entrapment on the Relationship between Life Stress and Suicidal Ideation in Nursing University Student", *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, Vol.9, No.6 pp. 421-432, (2019).
10. H. J. Yeo, "The Effects of Life Stress on Depression in Nursing Students: The Mediating Effect of Unconditional Self Acceptance", *The Korean Society of School Health*, Vol.35, No.1 pp. 31-39, (2022).
11. S. M. Lim, K. E. Kim, S. D. Won, "The Relationship between Evaluative Concerned Perfectionism and Depression: Moderated Mediating Effects of the Fear of Compassion for Self through Self-Criticism", *Journal of cognitive Enhancement and Intervention*, Vol.12, No.4 pp. 93-110, (2021).

12. H. J. Kim, J. N. Son. "The Relationships between Perfectionism and Self-Esteem, Depression, Subjective Well-Being of Undergraduate Students", *The Korean Journal of Health Psychology*, Vol.11, No.2 pp. 245-361, (2006).
13. P. Gilbert, S. Allan, "The Role of Defeat and Entrapment (arrested flight) in Depression: An Exploration of an Evolutionary View", *Psychological Medicine*, Vol.28, No.3 pp. 585-598, (1998).
14. P. Gilbert, J. Gilbert, & C. Irons, "Life Events, Entrapments and Arrested Anger in Depression", *Journal of Affective Disorders*, Vol.79, No.1-3 pp. 149-160, (2004).
15. G. W. Brown, A. Bifulco, T. O. Harris, "Life Events, Vulnerability and Onset of Depression: Some refinements", *The British Journal of Psychiatry*, Vol.150, No.1 pp. 30-42, (1987).
16. P. Gilbert, S. Allan, "The Role of Defeat and Entrapment in Depression: An Exploration of an Evolutionary View", *Psychological Medicine*. Vol.28, No.3 pp. 585-598, (1998).
17. P. J. Taylor, P. Gooding, A. M. Wood, N. Tarrier, "The Role of Defeat and Entrapment in Depression, Anxiety, and Suicide", *Psychological Bulletin*. Vol.137, No.3 pp. 391-420, (2011).
18. R. O., Frost, P. Marten, C. Lahart, R. Rosenblate, "The Dimensions of Perfectionism", *Cognitive Therapy and Research*, Vol.14, pp. 449 - 468, (1990).
19. S. J. Chung, M. H. Yeon, "A Study of the Development of Cognitive-behavioral Group Counseling Program for Reducing the Perfectionism", *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Vol.2, pp. 147-167, (1999).
20. P. L. Hewitt, G. L. Flett, "Perfectionism in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association with Psychopathology", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.60, pp. 456 - 470, (1991).
21. Han KY. Multidimensional perfectionism: Concepts, Measures, and Relationship of Maladjustment(Unpublished doctoral dissertation). University of Korea, Seoul, Korea, (1993).
22. J. S. Lee, H. J. Cho, "The reliability and Validity of the Korean Version of the Internal and Extranal Entrapment Scale", *Korean Journal of Psychology*, Vol.31, No.1 pp. 239-259, (2012).
23. L. S. Radloff, "The CES-D Scale: A Self Report Depression Scale or Research in the General Population", *Applied Psychological Measurement*, Vol.1, pp. 385-401, (1977).
24. K. K. Chon, M. K. Rhee, "Preliminary development of Korean version of CES-D", *Korean Journal of Clinical Psychology*, Vol.11, No.1 pp. 65-76, (1992).
25. H. I. Choi, H. K. Lee, "The Relationship between Evaluative Concerns Perfectionism and Job Burnout: The Moderated Mediation Effect of Entrapment and Meaning in Life", *The Korean Journal of Rehabilitation Psychology*, Vol.29, No.1 pp. 123-141, (2022).
26. Y. S. Kim, K. H. Kwon, "The Comparison of the Stress, Sleep Disturbance and Health related Quality of Life According to Depression Level in Nursing Students", *The Journal of Kyungpook Nursing Science*, Vol.20, No.1 pp. 13-23, (2016).
27. J. L. Kim, "The Mediating Effect of Self-efficacy on the Relationship between Campus Life Stress and Depression in Nursing Students Who Have Experienced Non-Face-to-Face Online Education", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.23, No.5 pp. 261-271, (2022).
28. K. H. Kim, E. H. Kim, "Correlation among Insomnia, Sleep Quality, Depression, and Circadian Rhythm in Nursing Baccalaureate Students", *Journal of Korean Public Health Nursing*, Vol.32, No.2 pp.

- 263-274, (2018).
29. S. J. Egan, T. D. Wade, R. Shafran, "Perfectionism as A Transdiagnostic Process: A Clinical Review", *Clinical Psychology Review*, Vol.31, No.2 pp. 203-212, (2011).
30. M. H. Hollender, "Perfectionism", *Comprehensive Psychiatry*, Vol.6, No.2 pp. 94-103, (1965).
31. E. J. Lim, E. J. Oh, "The Effects of Nursing College Students' Academic Delay Behavior, Interpersonal Relationship, Learning Flow", *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, Vol.23, No.10 pp. 125-135, (2022).