

가족건강성이 대학생의 우울에 미치는 영향: 자기효능감과 심리적 독립의 매개효과*

강 부 자¹⁾

최 연 실²⁾

상명대학교 가족복지학과

이 연구는 가족건강성이 대학생의 우울에 미치는 영향과 자기효능감과 심리적 독립감이 매개 역할을 하는지 알아보고자 하였다. 이를 위하여 대학생 181명(남학생 81명, 여학생 100명)을 대상으로 자료를 수집하여 상관관계분석, 구조방정식(AMOS), Sobel test를 통하여 매개효과를 검증하였다. 주요 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생이 인지한 가족건강성은 우울에 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 가족건강성은 자기효능감에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 가족건강성은 심리적 독립감에 유의한 정적 영향을 보이는 것으로 나타났다. 넷째, 가족건강성은 대학생의 우울에 직접적으로 영향을 미칠 뿐만 아니라 자기효능감과 심리적 독립감을 통해 간접적인 영향도 미치는 것으로 나타났다. 가족을 건강하게 인식하는 대학생들은 스스로 자신감을 갖고 자기조절을 할 수 있는 자기효능감의 정도가 높았고 부모와 성인들로부터 독립하고 자율성을 획득할 수 있는 심리적 독립감도 높게 나타났으며, 두 요인은 우울을 낮추는 매개효과를 갖는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 청년기로 진입하는 과도기를 겪는 대학생들의 심리적 우울을 예방하고 개인 내적 요소인 심리적 독립과 자기효능감 획득의 실패로 초래될 수 있는 정신건강 문제에 대한 개입 프로그램 개발 및 교육 자료로 활용될 수 있을 것이다.

주제어 : 가족건강성, 대학생 우울, 심리적 독립, 자기효능감

* 이 연구는 2014년 상명대학교 교내연구비 지원을 받아 수행되었음.

1) 상명대학교 가족복지학과 박사수료

2) 교신저자 : 상명대학교 가족복지학과, 교수 (E-mail: yschoi@smu.ac.kr)

I. 서 론

대학에 입학하는 19~24세의 후기 청소년 시기는 사회활동에 자유와 책임을 가지고 참여하고 직업, 배우자, 친구선택 등 다양한 문제를 경험(Erikson, 1959)해야 할 때이다. 그러나 대학에 입학하는 후기 청소년들은 대학입시만을 강조하는 분위기나 가족의 지나친 통제로 인해 대학입학 후 필요한 독립적이고 책임감 있는 생활태도는 배울 수 없는 상황이다.

이들은 대학생활, 거주, 진로, 취업, 이성교제에서 부모의 간섭을 받고(한국교육개발원, 2013), 모든 결정과 생활을 부모에게 의존하여 실제로 대학생들이 미래의 상황을 다루는 데 필요한 독립적 행동을 배울 수 없는 실정이다. 따라서 이들은 대학에 진학하여 인생의 목표를 설정하지 못하고 정신적으로 방황하는 후기 청소년 시기를 보내는 것이라고 할 수 있다. 즉, 대학생들은 적성과 전공의 불일치, 취업준비 및 불확실한 진로전망 등의 스트레스를 심하게 겪는데, 이에 대한 적절한 도움을 받지 못하고 조기발견과 개입으로부터 방치되면 사회적 부적응과 문제행동이 발생되고 성인기 이후 생활능력의 저하 등 정신건강 문제가 대두될 수 있다(한국청소년연구원, 2011; 한국청소년정책연구원, 2013). 대학생들이 이러한 스트레스를 잘 극복하지 못하면 심신 발달의 저해, 인지적 우울경향 뿐만 아니라, 무가치감, 대인기피, 자살 등과 같은 반응이 유발되기도 한다(김은주, 최경원, 2012).

실제로 국내 대학 신입생들은 적게는 약 10% 미만에서부터 많게는 40% 이상이 다양한 부적응 문제를 겪고 있고(정양은 1977; 박상학,

조용래, 1996), 대학생의 85% 이상이 외로움, 불안, 우울, 무기력 등과 같은 부정적 정서를 경험하며, 48% 정도의 대학생들이 우울과 무기력을 경험한다고 한다(금명자, 남향자, 2010). 특히 우울이나 불안은 대학생 부적응 문제로 높게 나타나는데, 또 다른 연구에 의하면 대학생의 38%가 우울증상을 보인 것으로 보고되었다(박광희, 2008).

Beckham, Leber와 Youll(1995)은 우울이란 심리적으로 가라앉는 기분, 무가치한 느낌, 죄책감, 흥미 상실, 집중력과 기억력의 감소, 자살에 대한 생각 등의 증상과 신체적으로 식욕이나 몸무게의 변화, 수면의 변화, 피로 등의 증상들을 수반하는 정신병리라고 정의하였다. Beck(1967)은 우울을 슬픔, 무관심과 같은 기분 변화 및 자책과 관련된 부정적 자기개념, 자기치별적인 생각, 불면 및 욕구상실과 같은 변화, 정신운동의 지연과 초조감 등을 갖는 것이라고 정의하였다. 따라서 우울은 신체적, 심리적으로 정상적인 기분이나 정서와는 달리 그 변화 정도가 극단적인 양상을 나타내어 일상에서 어려움을 겪을 수 있는 상태를 의미한다. Erikson(1976)은 대학생 시기는 심리적, 신체적, 생리적, 인지적 변화를 경험하면서 자아 정체감을 형성하는 과정으로 그 자체가 스트레스라고 하였는데, Beck과 Young(1978)은 이와 같은 이유로 대학생의 우울이 정신병적 장애로 발전되기가 쉽다고 하였다.

대학생의 우울에 관한 국내연구에서 이용길과 강경희(2011)는 대학생은 학업성적, 진로 결정, 경제적인 자립과 같은 심리적 부담 등 다양한 발달적 원인으로 인해 불안정한 상황을 겪게 되고, 이에 따른 우울이 유발될 수

있다고 하였다. 문제의 심각성은 대학생이 경험하고 있는 이러한 우울감과 정서적 부적응은 중·고등학교 청소년보다 높다는 것이다(이은희, 2004). 우울한 대학생들은 자기의 경험을 왜곡하여 거부나 상실 또는 실패 등 독특한 방식으로 잘못 해석하는 경향이 있고(Beck, 1978), 이러한 우울 경험은 성인기까지 지속될 가능성이 높으며, 심해지면 사회에서 기능적인 생활이 불가능할 뿐만 아니라 알코올중독, 인터넷 중독, 자살로 이를 수 있다(이은희, 2004). 따라서 대학생을 대상으로 우울에 영향을 미칠 수 있는 요인들을 탐색해 볼 필요성이 제기된다.

우울과 관련된 요인을 밝히고자 시행된 국내 선행연구에서는 인구학적 변인, 가족변인, 개인내적 특성 변인인 심리적 독립, 자기효능감, 생활스트레스 경험 등을 보고하고 있다(박광희, 2008; 서강대학교 생활상담실 1987; 하상희, 2008; 한영민, 2009). 이러한 선행연구들에서 공통적으로 제시하는 우울에 가장 큰 영향을 미치는 요인 중 하나는 가족과 가족 안에서 형성되는 개인내적 요인이다. 특히 부모의 지지와 원가족의 건강성과 가정환경변인은 우울의 원인으로 중요하게 강조되고 있다(하상희, 2008; Barnet & Gotlib, 1990; Fine & Hovestadt, 1984).

개인이 어떠한 가족환경 속에 소속되어 있는지는 생애 전반에 삶의 만족도에 영향을 미치므로, 가족의 건강성 여부는 우울과 관련해서 중요한 요소로 다루어져야 할 것이다. 선행연구에서 대학생들은 가족이 충분히 기능한다고 여길 때 본인의 가족을 더욱 건강한 상태로 인식하며(박수선, 2010), 가족이 개인의

성장을 위해 상호 협력하며 강한 유대감을 가질수록 우울을 낮게 지각하는 등 대학생의 가족건강성이 우울에 부적인 영향을 미친다고 보고하고 있다(한영민, 2009).

Hill(1972)은 가족건강성이란 가족으로 하여금 가족구성원들의 요구와 외부 체계의 요구를 충족시킬 수 있는 능력을 가질 수 있도록 돕는 특성이라고 하였으며, 우리나라에서 건강 가족, 기능적인 가족, 균형된 가족 등이 유사한 개념들로 다루어져 왔다(송인숙, 2011). 가족건강성에 관한 국내 연구에서 건강가족이란 가족원 간의 상호작용(의사소통, 의사결정 과정, 스트레스 대처방안)이 원만하고 가치체계를 공유하며 생활해 가는 체계라고 하였다(유영주, 2004). 가족건강성을 높게 지각하는 청소년은 자아정체감과 자아존중감이 높고 학교생활에도 잘 적응하며(임정아, 2005), 청소년이 가족건강성을 높게 지각할수록 우울감은 낮게 나타난다(안인영, 2005). 더욱이 가족건강성이 낮은 학생들은 가족건강성이 높은 학생들에 비해 우울을 더 쉽게 경험하고 휴대전화 과다사용을 통해 친구나 다른 관계에 의존하려는 경향이 심하다(이은희, 2013). 낮은 가족건강성은 불안이나 우울, 자존감 및 자아정체성 자기효능감의 저하로 이어지며, 우울에 부정적 영향을 주기도 하고 자기효능감을 매개로 우울에 간접적인 영향을 미치기도 한다(김형수, 김용섭, 2010). 또한 부모와의 애착, 부모의 양육태도, 가족의 구조 등의 다양한 가족변인들은 심리적 독립의 요인으로 제시되었으며(박정희, 유순화, 2007), 가족건강성은 심리적 독립과 상관관계가 있다고 하였다(류남애, 유순화, 송현아, 최지현, 정애리, 2011). 따라서,

이러한 많은 선행연구들을 토대로 할 때, 대학생들을 대상으로 우울과 가족건강성의 관련성을 살펴볼 필요가 있다.

한편, 우울과 개인내적 요인인 자기효능감 사이에도 밀접한 관련이 있는데, 김현순(2009)은 자기효능감이 높을수록 우울이 낮다고 보고하였다.

자기효능감은 모호하고 예측할 수 없는 상황에서 얼마나 행동을 잘 조직하고 이행할 수 있는가에 대한 개인의 인지적 판단이다(Bandura, 1997). 자기효능감은 긍정적인 대인관계적 관여 및 우울증에 대한 취약성을 감소시키는 만족스러운 정서적 관계의 발달을 지지한다(Stanley & Maddux, 1986a). 가족건강성이 높은 가족의 청소년일수록 학교생활 역시 주어진 환경에 자신을 맞추고, 자신의 욕구를 충족시키기 위해 환경을 변화시키는 적응과정에서 만족상태가 높다(심미영, 정승현, 황순금, 2013; 이현미 2014).

자기효능감과 우울의 상관관계를 밝히는 국내 연구에서 우울한 집단과 우울하지 않은 집단 간의 자기효능감 수준에 차이가 있는지 알아 본 결과, 우울한 집단이 우울하지 않은 집단보다 자기조절 효능감과 과제난이도를 비롯한 자기효능감이 낮았음을 보고하였다(이아영, 2007). 자기효능감이 높은 사람은 자기수행능력을 믿고 스트레스 상황이 올 때 문제중심의 해결책을 쓰며 불안이나 우울수준이 낮게 나타났다(최임숙, 2004). 그 외에도, 안성아와 심미영(2015)은 자기효능감이 생활스트레스와 우울 불안 등의 상태를 매개하는 효과를 지니고 있다고 하였다.

우울에 영향을 미치는 또 다른 개인내적 요

인은 청년기의 심리적 독립성이다. 심리적 독립성은 우울과 상관관계가 있으며, 가족을 건강하게 인식할수록 부모로부터의 심리적 독립이 높아지고(류남애 등 2011; 구경호, 김석우, 2014), 부모에 대한 심리적 독립감이 높을수록 우울 수준이 낮아지는 것으로 보고하고 있다(김성란, 박효인, 송순, 2008; 박영준, 2010).

Josselson(1988)은 심리적 독립이란 자녀가 부모와의 의존적인 유대 및 결속관계를 벗어나 자율적인 관계 속에서 사고와 행동에 개별적인 자유를 획득하는 것을 의미한다고 하였다. 심리적 독립에 관한 국내외 연구에 따르면, 대학생이 부모에 대한 갈등적 의존의 정도가 높아질수록 문제 증상들이 많이 보여 진다고 한다. Marmorstein과 Shiner(1996)은 청년기에 가족으로부터의 심리적 독립 수준은 우울 및 우울 대응행동에 영향을 준다고 하였으며, Hoffman과 Weiss(1987)는 부모로부터의 갈등적 의존과 우울증 같은 정서적 문제는 정적 상관관계가 있다고 하였다. Lapsley, FitzGerald, Rice와 Jackson(1989)의 연구에서 PSI(Psychological Separation Inventory)에 의해 측정된 갈등적 독립은 대학생에 의해 보고된 정서적인 문제들과 우울에 부적으로 상관이 있었다. 따라서 이와 같은 연구 결과들을 통해, 심리적 독립과 자기효능감이 가족건강성과 우울의 관계에 밀접한 관련이 있음을 예상해 볼 수 있다.

이처럼 선행 연구들을 기초해서 볼 때 가족체계 안에서의 의사소통, 가치체계, 가족유대 등의 가족건강성과 자기효능감, 부모로부터의 심리적 독립이 대학생 우울에 영향을 미치는 중요한 변인들로 나타나고 있다. 그러나 1990년대 초부터 시작된 가족건강성에 관한 선행

연구에 따르면 청소년 56건, 기타 45건, 대학생 14건으로 대학생 연구가 매우 적은 형편이다. 연구주제를 살펴보면, 가족건강성 실태조사와 가족건강성 외의 다른 변인들로 결혼안정성, 부부 상호작용, 행복, 자아존중감 등의 관계를 규명하는 연구가 진행되었다(강철, 김금희, 2015). 실질적으로 학업 기간 연장과 늦은 자아정체감 유예기로 대학생의 정신건강의 문제가 제기되는 현대사회에서 대학생에 관한 우울에 대한 연구가 매우 적은 실정이다.

대학생의 우울에 관한 지금까지의 연구들은 주로 대학생의 가족건강성과 우울 간의 관계를 설명하고, 심리적 독립과 자기효능감과 우울 간의 관계는 부분적으로 다루고 있으며, 우울과 관련한 두 요인간의 인과적 관계나 영향력을 규명한 연구는 없다. 따라서 대학생 자신이 속해 있는 가족의 특성에 따라 개인내적 요인과 정신건강에 따른 영향을 받는 것을 분석할 필요가 있다. 또한 부모를 포함한 가족의 특성이 대학생의 발달과정을 도울 수도 있지만 그렇지 않을 수도 있기 때문에 대학생들의 우울을 유발하는 가족건강성과 개인내적 요인을 파악하면 후기청소년의 건전한 정신건강을 촉진하기 위한 가족의 역할과 개인의 특성을 이해할 수 있을 것이다. 더구나 청소년들의 주된 정책대상은 13~18세에 초점이 맞추어져 있으므로, 대학생들이 속하는 후기 청소년에 대한 정신건강 정책은 부재한 실정이라고 할 수 있다. 이러한 배경에서 대학생 우울로 야기되는 자살, 결정장애, 무기력 등으로 학교와 사회부적응 문제를 예방하기 위한 방안으로도 연구가 절실함을 알 수 있다.

이에 본 연구에서는 가족건강성이 대학생의

우울에 미치는 직접적인 영향뿐만 아니라 자기효능감과 심리적 독립을 통한 간접적 매개 영향에 관한 이론적 모형을 설정하여, 이들 변인들 간의 관계를 구조방정식을 통해 검증하고자 한다.

연구모형에 따른 연구가설은 다음과 같다.

가설 1. 가족건강성은 우울에 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 가족건강성은 자기효능감에 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 가족건강성은 심리적 독립감에 영향을 미칠 것이다.

가설 4. 가족건강성과 우울 간의 관계에서 자기효능감과 심리적 독립감은 간접적 매개효과가 있을 것이다.

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상자는 대학생으로서 자료수집은 지방과 수도권에 소재하고 있는 2개의 대학교로 대전광역시에 소재한 D 전문대학과 경기도에 소재한 S 4년제 대학에서 이루어졌다. 본 연구에서는 대학생들이 인지한 가족건강성과 우울의 영향 관계에서 자기효능감과 심리적 독립의 매개효과를 알아보기 위하여 설문지 조사를 실시하였다. 대상자에게 연구 목적과 내용에 대해 충분히 설명하고 동의를 얻은 후 응답자에게 익명의 설문지를 직접 작성하게 하였다. 자료수집은 비확률표집을 통해 이루어졌고, 조사기간은 2014년 12월 5일부

터 12월 30일까지 25일간이었다. 설문지는 250부를 배포하여 215부를 회수하였으며, 최초 수집된 215부 중 결측자료로 사용할 수 없는 13부를 제외하고 취업 스트레스로 인한 우울감이 높을 수 있는 3~4학년 21명을 제외한 181부를 최종분석에 사용하였다.

응답자의 성별은 남자대학생이 81명(44.8%), 여자대학생이 100명(55.2%)이었고, 학년별로는 1학년이 103명(56.9%), 2학년이 78명(43.1%)이었다. 가족구조는 양부모가 81.2%로 가장 높게 나타났으며, 한부모인 경우가 17.7%, 양친 모두 사망한 1인 가구가 1.1% 순으로 나타났다. 가구경제수준은 중 51.4%, 하 29.8%, 상 18.8%로 나타났다.

조사 대상자의 특성은 표 1과 같다.

표 1. 연구대상자의 인구사회학적 특성

(N = 181)

변인	항목	빈도	비율
성별	남	81	44.8
	여	100	55.2
학년	1학년	103	56.9
	2학년	78	43.1
가구유형	양부모 가구	147	81.2
	한부모 가구	32	17.7
	기타	2	1.1
가구경제 수준	상	34	18.8
	중	93	51.4
	하	54	29.8
학교생활 만족도	상	60	33.1
	중	63	34.8
	하	58	32.0

2. 측정도구

우울

본 연구에서 사용한 우울측정 도구는 Beck, Ward, Mendelson, Mock와 Erbaugh (1961)이 개발하고 이영호와 송종용(1991)이 번안한 Beck 우울척도(Beck Depression Inventory; BDI)를 사용했다. BDI는 우울증의 정서적·인지적·동기적·생리적 증상을 나타내는 21개 문항으로 구성되어있다. 각 문항마다 0점에서 3점까지 점수를 받게 되어 척도의 전체 점수 범위는 0점에서 63점까지로 분포되어 있다. 이 척도의 점수에 대하여 Beck은 0~9점까지는 우울하지 않은 상태, 10~15점까지는 가벼운 우울 상태, 16~23점까지는 중간 우울 상태, 그리고 24~63점까지는 심한 우울 상태라고 하였다. 따라서 점수가 높을수록 우울이 심하며 낮을수록 우울이 약하다고 볼 수 있다. 본 연구에서 내적 합치도 Cronbach's α 는 .91로 동일하게 나타났다. 하위 요인별로 내적 합치도를 살펴보면, 정서적 Cronbach's α 는 .83, 인지적 Cronbach's α 는 .63, 동기적 Cronbach's α 는 .75, 생리적 Cronbach's α 는 .75로 나타났다.

가족건강성

가족건강성 척도는 유윤택(2010)이 사용한 척도를 사용하였다. 이 척도는 어은주와 유영주(1995)가 개발한 척도를 윤세은(2000)이 청소년에게 맞게 수정한 것인데, 유윤택(2010)은 이 척도 문항들의 종결어미만 ‘~느낀다’, ‘라고 생각한다’라고 재수정한 것을 사용한 바 있다.

가족의 건강성 척도는 가족원 간의 유대 10

문항, 가족원 간의 의사소통 9문항, 가족의 문제 해결 수행능력 6문항, 가족원 간의 가치체계 공유 9문항 등 네 가지 하위요인으로 구성되어 있다. 총 34문항으로 ‘매우 그렇다’ 5점에서 ‘전혀 아니다’ 1점까지 5점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 가족건강성 수준도 높음을 의미한다. 본 연구에서 측정도구의 내적 합치도 Cronbach's α 는 .97로 나타났다. 하위요인별로 내적 합치도를 살펴보면, 가족원과의 유대의 Cronbach's α 는 .94, 가족원간의 의사소통은 Cronbach's α 는 .88, 가족의 문제 해결 수행능력은 Cronbach's α 는 .86, 가족원간의 가치체계 공유는 Cronbach's α 는 .90으로 나타났다.

자기효능감

자기효능감에 관한 문항은 김아영·차정은(1996)이 개발한 척도를 김아영(1997)이 부분적으로 수정한 일반적 자기효능감 척도를 사용하였다. 본 측정도구는 자신감 7문항, 자기조절 효능감 12문항, 과제 난이도 5문항 등 세 가지 하위 요인으로 구성되어 있다. 총 24문항으로 본 연구에서는 ‘매우 그렇다’ 5점에서, ‘전혀 아니다’ 1점까지로 부분 수정하여 5점 Likert 척도로 구성하였으며, 점수가 높을수록 자기효능감 수준이 높다는 것을 의미한다. 선행연구에서 측정도구의 내적 합치도 Cronbach's α 는 .87이었으며, 본 연구에서의 하위요인별로 내적 합치도 Cronbach's α 를 살펴보면, 자신감 Cronbach's α 는 .85, 자기조절효능감 Cronbach's α 는 .88, 과제난이도 Cronbach's α 는 .77로 나타났다.

심리적 독립감

부모로부터의 심리적 독립 수준을 측정하기 위한 도구로는 Hoffman(1984)이 개발한 Psychological Separation Inventory(PSI)를 정은희(1993)가 수정한 척도를 사용하였다. 정은희(1993)는 138문항 중 우리 실정에 맞지 않는 26문항을 제외한 112문항으로 번안하고 수정한 ‘심리적 독립감’ 검사를 사용하였다. PSI는 아버지와 어머니에 관한 ‘기능적 독립’, ‘태도적 독립’, ‘정서적 독립’, ‘갈등적 독립’으로 각각의 4개의 하위척도로 나누어진다. 본 연구에서는 대학생이 부모와의 관계에서 책임감, 불신, 불안, 화남으로부터의 자유로울 수 있는 정도를 측정하기 위한 갈등적 독립의 하위 척도만을 사용하였다.

청년기 대학생활 적응과 우울에 관한 선행 연구에서 갈등적 독립 척도는 주관적 안녕감, 학업적응, 우울증, 불안 등과 일관되게 상관을 나타내었다(박영준, 2010; 박정애, 진미경, 2015). 문항은 ‘때때로 어머니(아버지)는 나에게 부담이 된다’ 등의 갈등적 상황에서의 심리적 독립의 정도를 측정하며, 각 20문항씩 총 40문항으로 구성되어 ‘전혀 아니다’에 1점, ‘매우 그렇다’에 5점으로 점수가 낮을수록 부모로부터 독립이 잘 되어 있다는 것을 의미한다. 본 연구에서는 역으로 환산하여 점수가 높을수록 부모로부터 독립감이 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 내적 합치도 Cronbach's α 를 살펴보면, 부의 갈등적 독립은 Cronbach's α 는 .91, 모의 갈등적 독립은 Cronbach's α 는 .92로 나타났다.

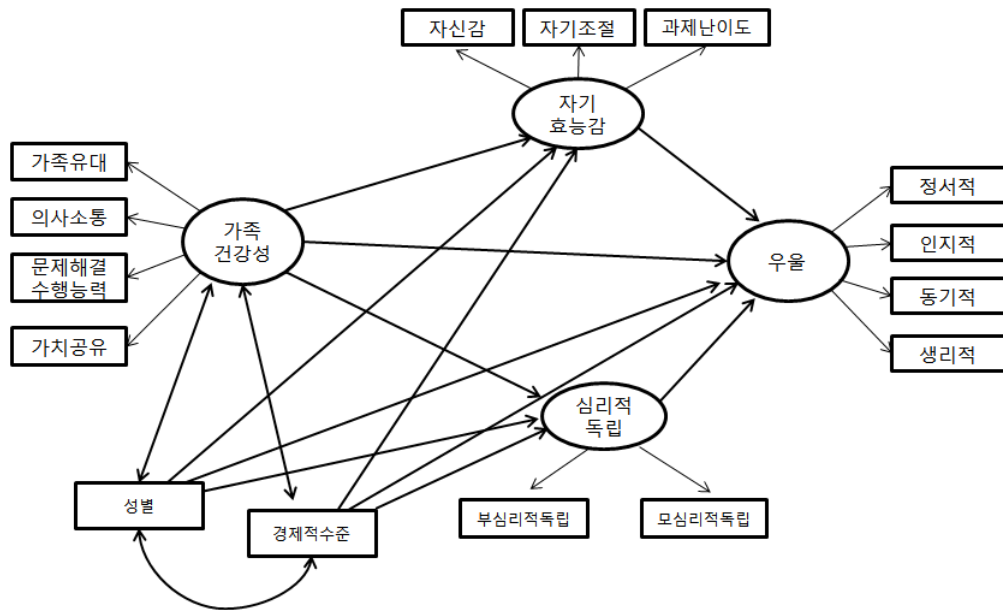


그림 1. 연구모형

3. 자료분석

본 연구에서는 후기 청소년인 대학생들을 대상으로 대학생이 인지한 가족건강성이 우울에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 구체적으로, 가족건강성이 우울에 미치는 직접적 영향과 자기효능감과 심리적 독립을 통한 간접적 영향을 살펴보기 위해 연구모형을 그림 1과 같이 구조방정식으로 설정하였으며, 성별과 가구의 경제적 수준을 통제하여 검증하였다.

설문지 조사를 통해 수집된 자료는 SPSS 18.0과 구조방정식(AMOS 18.0)을 사용하여 분석하였다. 또한 신뢰도 검증 Cronbach's α , 기술통계, 상관분석을 실시하였다. 마지막으로, 가족건강성과 우울 간의 관계에서 자기효능감과 심리적 독립의 매개효과를 검증하기 위

해 Sobel test를 실시하였다.

본 연구에서 사용한 적합도 지수는 홍세희(2000)가 제시한 표본의 크기에 영향을 받지 않으면서도 모형의 적합도와 간명성을 같이 고려할 수 있는 TLI, RMSEA와 CFI (comparative fit index)를 사용하였다. TLI와 CFI는 .9 값 이상이면 1에 가까울수록 적합도가 좋은 것이고(송지준, 2009; Hu & Bentler, 1999), RMSEA는 값이 작을수록 좋은 적합도를 나타내는데, $RMSEA < .05$ 면 좋은 적합도, $< .08$ 이면 괜찮은 적합도, $< .10$ 이면 보통적합도이며, $RMSEA > .10$ 이면 나쁜 적합도를 나타낸다(Browne & Cudeck, 1993).

III. 결과 및 해석

1. 측정모형 검증

구조모형 검증을 위해 측정변수들의 평균과 표준편차, 왜도 및 첨도, 그리고 변인에 대한 기술통계치와 상관분석 결과를 표 2에 제시하였다. 변수들 간 상관관계를 살펴보면 대부분의 변수 간의 유의한 상관관계가 나타났다. 주요변인들 간의 관계를 살펴보면, 대학생이 인지한 가족건강성과 자기효능감($r = .48, p < .01$)은 높은 정도의 유의한 정적 상관을 나타내었고, 가족건강성과 심리적 독립감($r = .41, p < .01$)은 정적으로 유의한 상관관계가 나타났다. 가족건강성과 우울($r = -.49, p < .01$)은 높은 정도의 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 자기효능감과 심리적 독립감($r = .35, p < .01$)은 정적 상관관계를 자기효능감과 우울($r = -.46, p < .01$)은 높은 부적 상관을 나타내었다. 또한 심리적 독립감과 우울($r = -.39, p < .01$)은 부적 상관을 나타내어 심리적 독립감이 높을수록 우울이 낮아짐을 알 수 있다.

다음 구조방정식 모형의 가정인 측정변수들의 정규성을 검토하기 위해 왜도, 첨도 값을 살펴본 결과, 표 2에서, 왜도, 첨도 모두 2를 넘지 않고 절대값이 왜도 2, 첨도 4를 넘지 않을 경우 정상분포 가정을 충족시켜(Finch & West, 1997) 본 연구의 모든 측정 변수가 정상분포 가정을 충족시켰다.

이를 바탕으로 측정 모형을 분석한 결과 표 3에 제시하였다. 적합도가 $\chi^2 = 183.686/.001, df = 78, CFI = .941, TLI = .921, NFI = .904, RMSEA = .087$ 로 자료에 충분히 적합한 것으로 확인되었다.

모형에 대한 구조계수 추정 결과는 표 4와 그림 2에 제시되어 있다. 경로를 자세히 살펴보면, 가족건강성이 자기효능감에 이르는 경로의 추정치가 $.38(p < .001)$ 로 유의미한 결과를 보였다. 가족건강성이 심리적 독립에 이르는 경로의 추정치 또한 $.45(p < .001)$ 로 유의미하게 나타나 영향을 미치는 것으로 나타났다. 가족건강성이 우울에 이르는 경로의 추정치는 $-.15(p < .05)$ 유의미하였으며, 마지막으로 자기효능감과 심리적 독립이 우울에 이르는 경로의 표준화 계수는 $-.36(p < .01)$ 와 $-.14(p < .01)$ 로 모두 유의하게 나타났다. 통제변수 중 가구 경제수준은 자기효능감 $.30(p < .001)$ 에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

본 연구 추정치를 살펴 본 결과, 대학생이 인지한 가족건강성이 자기효능감, 심리적 독립, 우울에 모두 영향을 미칠 것이라는 예상을 검증하였다.

마지막으로, 자기효능감과 심리적 독립의 매개효과를 살펴보았다. Sobel test의 결과값은 $+1.96$ 보다 크거나, -1.96 보다 작으면 매개효과가 유의미하다고 판정한다(Baron & Kenny, 1986).

본 연구에서 Sobel 검증결과, 가족건강성 $\rightarrow$ 자기효능감 $\rightarrow$ 우울의 매개경로는 $-4.06(p < .001)$ 로 유의한 것으로 나타났다. 또한 가족건강성 $\rightarrow$ 심리적 독립감 $\rightarrow$ 우울의 경로도 $-4.16(p < .001)$ 로 유의한 것으로 나타났다. 즉, 자기효능감과 심리적 독립감은 가족건강성과 우울에 매개효과를 가지는 것으로 해석할 수 있다. 이를 통해, 대학생이 인지한 가족건강성이 심리적 독립을 매개로 대학생 우울에 영향

표 2. 주요변수들의 평균과 표준편차, 왜도 및 첨도, 변수 간 상관계수 (N=181)

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1	1																		
2	.16*	1																	
3	.06	.21**	1																
4	.07	.25**	.90**	1															
5	.05	.20**	.90**	.87**	1														
6	.09	.26**	.87**	.86**	.86**	1													
7	.07	.24**	.96**	.95**	.95**	.94**	1												
8	-.11	.30**	.32**	.39**	.30**	.38**	.36**	1											
9	.02	.35**	.43**	.46**	.46**	.48**	.48**	.42**	1										
10	.01	.27**	.16*	.21**	.12	.21**	.19*	.45**	.39**	1									
11	-.03	.40**	.42**	.48**	.42**	.49**	.48**	.79**	.85**	.68**	1								
12	.06	.12	.33**	.35**	.33**	.35**	.36**	.38**	.19*	.02	.27**	1							
13	-.09	.01	.38**	.41**	.40**	.35**	.40**	.50**	.24**	.09	.37**	.69**	1						
14	-.01	.08	.39**	.41**	.40**	.38**	.41**	.48**	.23**	.06	.35**	.92**	.92**	1					
15	.13	-.17*	-.43**	-.46**	-.43**	-.40**	-.45**	-.41**	-.42**	-.15*	-.45**	-.31**	-.38**	-.37**	1				
16	.09	-.17*	-.39**	-.43**	-.37**	-.36**	-.41**	-.48**	-.41**	-.20**	-.49**	-.25**	-.33**	-.32**	.70**	1			
17	.16*	-.12	-.45**	-.48**	-.45**	-.39**	-.46**	-.43**	-.36**	-.19**	-.44**	-.28**	-.41**	-.38**	.76**	.65**	1		
18	.05	-.05	-.35**	-.32**	-.35**	-.30**	-.35**	-.24**	-.12	.08	-.15*	-.22**	-.25**	-.26**	.70**	.50**	.61**	1	
19	.13	-.15*	-.47**	-.49**	-.47**	-.42**	-.49**	-.46**	-.39**	-.15*	-.46**	-.31**	-.40**	-.39**	.91**	.85**	.88**	.79**	1
M	.55	1.88	3.65	3.52	3.59	3.29	3.51	3.09	3.42	2.76	3.18	3.33	3.39	3.36	.50	.61	.76	.37	.56
SD	.49	.69	.84	.77	.80	.79	.76	.82	.62	.71	.55	.75	.73	.68	.53	.67	.60	.50	.49
왜도	-.21	.14	-.60	-.52	-.48	-.34	-.48	-.06	-.14	.28	.06	-.06	-.01	-.008	1.11	1.79	.68	1.96	1.15
첨도	-1.97	-.88	-.09	-.12	-.005	-.22	-.15	-.61	.66	.44	-.03	-.10	-.21	-.16	.47	5.86	-.11	3.84	.94

주. 1. 성별, 2. 가구경제수준, 3. 가족원간 유대, 4. 가족원간 의사소통, 5. 가족의 문제해결, 6. 가족원간의 가치체계, 7. 가족건강성진척, 8. 자선감, 9. 자기조절 효능감, 10. 과제난이도, 11. 자기 효능감 전체, 12. 부 심리적 독립, 13. 모 심리적 독립, 14. 심리적 독립 전체, 15. 정서적 우울, 16. 인지적 우울, 17. 동기적 우울, 18. 정리적 우울, 19. 우울전체

* $p < .05$, ** $p < .01$

표 3. 모형의 적합도 지수

(N = 181)

적합지수	$\chi^2(p)$	df	CFI	TLI	NFI	RMSEA
모형	183.686(.001)	78	.941	.921	.904	.087

표 4. 모형에 대한 구조계수추정치

경로	추정치	표준화 계수	표준오차 (S.E.)	검정통계량 (C.R.)
자기효능감 ← 가족건강성	.38***	.50	.07	5.58
심리적 독립 ← 가족건강성	.45***	.47	.07	6.18
자기효능감 ← 가구경제수준	.30***	.38	.07	4.59
심리적독립 ← 가구경제수준	-.06	-.06	.07	-.83
자기효능감 ← 성별	-.15	-.14	.08	-1.82
심리적독립 ← 성별	-.13	-.10	.10	-1.35
우울 ← 가족건강성	-.15*	-.23	.07	-2.25
우울 ← 자기효능감	-.36**	-.40	.12	-3.07
우울 ← 심리적 독립	-.14**	-.19	.06	-2.25
우울 ← 가구경제수준	.05	.07	.06	.84
우울 ← 성별	.12	.12	.07	1.75

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

을 미친다는 결과를 도출할 수 있다.

표 6에서는 주요변인들 간 관계에서의 직접 효과, 간접효과, 총효과를 살펴보았다. 그 결과, 가족건강성과 우울 간의 관계에서 자기효능감과 심리적 독립은 직접·간접적으로 영향을 미치고 그 정도도 다름을 알 수 있다. 각각의 경로계수를 통해 살펴보면, 가족건강성이 자기효능감을 매개로 우울에 영향을 주었을 때 경로계수는 $-.20(50 \times 40)$ 였고, 심리적 독립을 매개로 우울에 영향을 주었을 때 경로계수는 $-.09(47 \times 19)$ 로 나타났다. 이때 가족건강성이 자기효능감과 심리적 독립감을 매개하

지 않고 우울에 직접적인 영향을 줄 경우 경로계수는 $-.23$ 이었다.

또한 본 연구에서는 가족건강성이 자기효능감과 심리적 독립감에 직접적으로 영향을 미치는지에 대해서 살펴보았다. 연구결과, 직접효과가 나타나, 가족건강성이 자기효능감과 심리적 독립감에 영향을 미칠 뿐만 아니라 자기효능감과 심리적 독립감을 높여 우울에 영향을 미친다는 결과를 도출할 수 있었다.

이러한 결과들은 자기효능감이 높아지고 심리적 독립감이 높아지면 우울이 낮아질 수 있다는 것을 제시한다. 즉, 자기효능감과 심리적

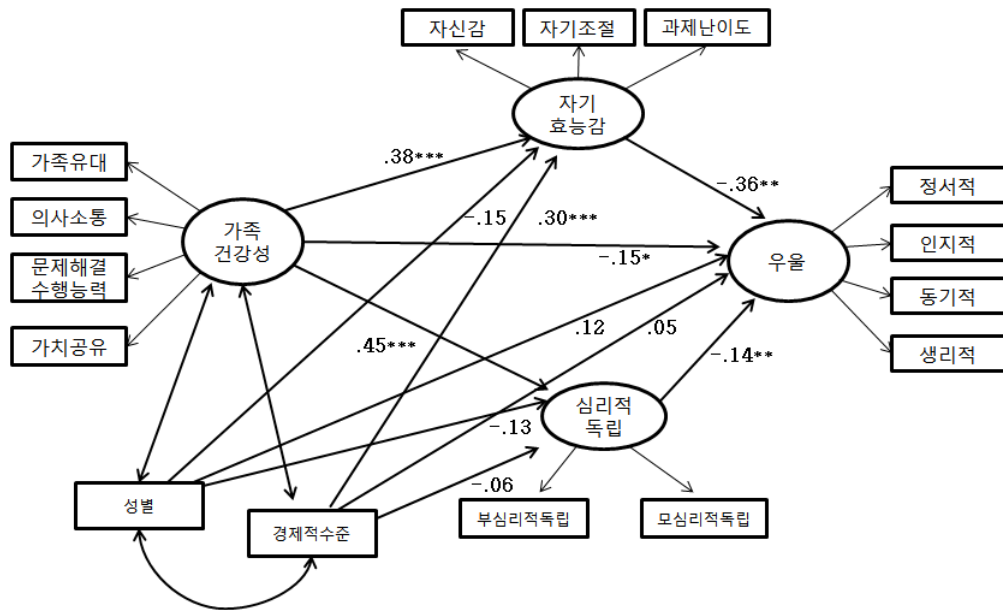


그림 2. 구조계수 추정치

표 5. Sobel 검증

매개 경로	<i>a</i>	<i>Sa</i>	<i>b</i>	<i>Sb</i>	<i>Z</i>
가족건강성 → 자기효능감 → 우울	.35	.05	-.23	.05	-4.06***
가족건강성 → 심리적 독립 → 우울	.37	.06	-.26	.04	-4.16***

** $p < .01$. *** $p < .001$.

표 6. 주요 변인들의 직접·간접 및 총 효과

독립변인	종속변인	직접효과	간접효과	총효과
가족건강성	자기효능감	.50	-	.50
	심리적 독립	.47	-	.47
	우울	-.23	-.29	-.52
자기효능감	우울	-.40	-	-.40
심리적 독립	우울	-.19	-	-.19

독립감은 우울을 낮출 수 있는 매우 중요한 변인이라는 결론을 이끌어낼 수 있다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 대학생들의 가족건강성과 우울 간 관계에서 자기효능감과 심리적 독립감이 매개효과를 갖는지, 그리고 이 두 변수들을 매개로 가족건강성이 우울에 미치는 직·간접적 영향에 대한 경로를 살펴보기 위해 구조방정식 모형을 설정하여 검증하였다. 이를 위해 1~2학년 남자대학생 81명, 여자대학생 100명의 자료를 분석하였다. 결론과 논의를 제시하면 다음과 같다.

첫째, 대학생이 가족건강성을 높게 지각할수록 우울 수준이 낮다. Baumrind(1971)는 가족 내에서 부모가 자녀에게 긍정적인 양육태도와 상호작용을 갖게 되면 자녀가 불안감과 우울, 스트레스가 적고 사회적 책임감과 독립성 등을 지니게 된다고 밝힌 바 있다. 가족 내에서의 다양한 경험은 성인이 된 후 대인관계 갈등이나 혼란 등과 직·간접적으로 연결되어 있으며, 가족 내에서 경험되는 양육태도, 의사소통, 가족원 유대감과 가치체계 공유 등은 인간발달의 전 과정을 거쳐 개인에게 지대한 영향을 미친다. 이러한 결과는 가족건강성을 반영하는 가족의 적응력과 응집성이 낮을 경우 불안과 우울을 느끼고(최연실, 1996), 가족 응집력과 의사소통이 높은 건강한 가족은 우울과 불안, 좌절감 등이 낮아진다고 보고한 여러 선행연구들의 결과와 일치한다(이지연, 김효창, 현명호, 2005; 최연실, 1993). 즉, 가족

내에서 가족원 간의 유대감, 건강하고 분명한 의사소통, 가족의 문제 결정에 함께 참여하고, 가족원간 가치체계를 공유할 때 긍정적인 정서를 많이 경험하고, 이는 우울 수준을 낮추는 것으로 볼 수 있다.

이러한 결과를 통해 살펴보면, 대학생들의 우울을 낮추기 위해서는 개인의 삶의 기초가 되고 사회적 관계에 영향을 미치는 건강한 가족을 경험하는 것이 중요하다고 결론내릴 수 있다.

본 연구의 결과는 청소년기의 정신건강 증진과 삶의 질 향상을 위해 심리적 갈등 및 우울 수준을 파악하는 것이 필요하며, 고위험군을 선별하여 이들에게 우울을 낮출 수 있는 가족관계 증진 프로그램의 활성화 방안이 마련되어야 함을 시사한다. 특히 현재 청소년 관련 가족정책의 대부분이 19세 미만의 아동 청소년에 초점이 맞추어져 있는 실정으로 후기 청소년에 대한 정신건강 예방과 증진에 맞춘 활동 기회가 제공되어야 할 것이다.

둘째, 대학생이 가족건강성을 높게 지각할수록 자기효능감이 높다. 자기효능감이 높은 사람은 목표를 달성하기 위한 행동을 수행하는 자신의 능력에 대한 신념이 높고, 불안이나 정서에도 영향을 미친다(Bandura, 1986). 자기효능감이 낮은 사람은 성공적인 대인관계, 직업선택, 학교생활 적응의 행동 수행에 어려움이 있을 수 있으므로 자기효능감을 증진시키는 것은 건강한 정신건강을 위해서는 필수적 요소이다.

본 연구에서는 자기효능감은 가족건강성과 정적인 상관관계가 있는데 이러한 결과는 대학생의 개인적 효능감을 형성하는 최초의 경

험은 가족과 밀접하게 관련되어 있다는 연구와 일치한다(Bandura, 1995). 자기효능감은 스트레스에 적절히 반응하고 정신건강에 긍정적인 영향을 미치는 중요한 요인이며(안성아, 심미영, 2015), 부모양육태도, 가족건강성, 스트레스 등과 상관관계가 있다는 연구들과 일맥상통한다(정문경, 우은주, 2016; 황미진, 신유순, 김병수, 2009). 이러한 결과를 통해 대학생들의 잠재력을 발휘하고 건강한 대인관계, 직업선택, 자아개념 형성을 위한 자기효능감의 향상을 위해서는 가족의 건강성 향상과 개인의 목적을 성취하는 데 필요한 효능감에 초점을 둔 다양한 노력이 모색되어야 함을 강조할 수 있다.

셋째, 대학생이 지각한 가족건강성이 높을수록 심리적 독립감이 높다. 이는 원가족에 대하여 건강하게 지각할수록 자기분화수준과 심리적 독립감이 높고, 의미 있는 타인과의 정서적 관계나 개인의 자존감에 정적 영향을 미치며(류남애 등, 2011; 황미진 등, 2009), 부모관계의 만족도가 높을수록 심리적 독립에 정적 영향을 준다는 연구(원광대학교 생활자원개발연구소, 2005)와 맥을 같이 한다. 이러한 결과는 가족에 대한 긍정적 인식이 높을수록 대학생들의 심리적 독립이 더 잘 이루어질 수 있음을 반영하는 것으로서, 가족건강성이 개인 심리내적 발달 전반에 영향을 주는 주요 요인임을 밝히는 것이다. 따라서, 가족건강성을 향상시키고 정서적 유대와 심리적 독립이 균형을 이루어 발달할 수 있도록 조력할 필요가 있음을 알 수 있다.

넷째, 가족건강성은 대학생의 우울에 직접적으로 영향을 미칠 뿐만 아니라 자기효능감

과 심리적 독립감을 통해 간접적인 영향도 미친다.

본 연구에서 가족을 건강하게 인식하는 대학생들은 스스로 자신감을 갖고 자기조절을 할 수 있는 자기효능감의 정도가 높았고, 부모와 성인들로부터 독립하고 자율성을 획득할 수 있는 심리적 독립감도 높게 나타났으며, 두 요인은 우울을 낮추는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 높은 자기효능감은 긍정적 자아개념을 촉진하고 높은 성취수준을 도달하게 하지만, 낮은 자기효능감은 자신은 아무것도 할 수 없는 무력감을 갖게 하여 쉽게 학업을 포기하여 우울증에 빠지게 된다는 선행연구(Peterson, Maier, & Seligman, 1993)의 결과와도 부분적으로 일치한다. 그리고 자기효능감과 심리적 독립이 우울, 정서적 건강성, 진로결정, 삶의 질, 친밀감 등에 매개역할을 한다는 기존 연구결과(구경호, 김석우, 2014; 안성아, 심미영, 2015)와 일치한다.

대학생에게 있어 자기효능감과 심리적 독립감의 매개 효과가 높게 나타난 것은 후기 청소년들의 독립적이고 자율적 환경 조건에서 자유와 책임을 가지고 진로, 이성교제, 사회생활 등 상황에 잘 대처하고 자기조절능력과 과제를 수행해 낼 수 있다는 자신감 등의 개인 내적 요소가 중요한 영향을 미치고 있음을 보여준다.

본 연구에서 주목할 만 한 점은 심리적 독립의 하위 변인인 갈등적 독립과 관련해서이다. 본 연구의 결과는 대학생들이 과도한 불안, 불신, 후회와 같은 부모와의 갈등적 상황에 감정을 잘 분리할수록, 적응을 잘하고 우울 수준이 낮아지게 되는 것을 시사한다. 강

한 가족공동체 정서를 지닌 한국사회에서 자녀가 갈등적 상황을 잘 분리할 수 있다는 것은 그만큼 가족원 간의 지지적인 의사소통과 가족원 간 갈등 대처 능력이 건강하다는 것을 반영하는 것이다. 종합적으로 본 연구의 결론을 요약 제시하면 다음과 같다. 첫째, 가족건강성은 대학생의 우울과 자기효능감, 심리적 독립감에 직·간접적인 영향을 미치는 중요한 요인이다. 둘째, 자기효능감과 심리적 독립감은 직접적으로 우울에 영향을 미칠 뿐만 아니라 가족건강성의 영향을 매개하는 요인으로 작용한다. 본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 몇 가지를 제언하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 성별을 통제변수에 포함하였으나, 우울에 대한 객관적인 성별 검증이 부족하다. 후속 연구에서는 대학생의 가족건강성과 우울, 자기효능감과 심리적 독립의 영향 관계에 대한 남녀 성별에 따른 차이가 있는가를 남녀 대학생으로 집단 간 경로분석을 실시하여 객관적으로 검증할 필요가 있을 것이다.

둘째, 본 연구에서는 심리적 독립감 척도의 하위변인 중 우울에 일관되게 영향력을 보인다는 연구결과를 중심으로 갈등적 상황에 대한 독립감만을 측정하여 영향력을 검증하였다. 따라서 후속 연구에서는 전체 독립감의 자료를 수집하여 독립감의 하위 변인별 경로계수검증을 실시하는 보다 구체적인 연구가 필요하다.

셋째, 본 연구에서는 선행연구의 근거에 따라 가족건강성과 우울 간을 매개하는 자기효능감과 심리적 독립감만을 선별하여 살펴보았지만, 실제로 이 두 변수 간의 관계에서 매개,

조절, 완충 효과를 갖는 심리적 변인들을 무수히 많을 것으로 예상해 볼 수 있다. 최근 증가 추세인 대학생들의 학교 부적응과 부정적 정서, 우울, 불안 경험을 고려해 볼 때, 적절한 개입의 실마리를 제공하는 이러한 심리적 변인들의 발굴과 이러한 변인들이 시사하는 바를 실천적인 장치들과 연결하려는 모색이 이루어져야 할 것이다.

본 연구는 구조방정식 모델을 통해 대학생의 가족건강성, 자기효능감, 심리적 독립감, 우울 간의 구조적 관계를 살펴봄으로써 각 변인들 간의 직·간접적인 효과를 살펴보았다. 이를 통해 인간발달 단계상 청년기로 진입하는 과도기를 맞고 있는 대학생들의 우울을 예방하는 데 도움을 줄 수 있는 시사점을 탐색해 보고자 하였다. 본 연구에서는 특히 개인 내적 요소인 심리적 독립과 자기효능감에 초점을 맞추어 이들 변수들이 가족건강성과 우울 간 관계에서의 역할을 확인함으로써 대학생들의 정신 건강 증진에 기여할 수 있는 동기유발 교육과 전략 탐색, 개인 및 가족상담 프로그램 개발의 기초자료 제공에 기여하고자 하였다.

참고문헌

- 강 철, 김금희 (2015). 사회복지실천방법으로서 가족건강성 연구. 한국복지실천학회지, 7(2), 153-183.
- 구경호, 김석우 (2014). 가족건강성이 진로결정 수준에 미치는 영향: 심리적독립의 매개효과를 중심으로. 상담학연구, 15(5), 2019-

- 2033.
- 금명자, 남향자 (2010). 전국 대학신입생의 대
학생활 기대 및 정신건강. *인간이해*,
31(1), 105-127.
- 김성란, 박효인, 송 순 (2008). 고등학생의 성
별 · 우울수준과 부모와의 심리적 독립과
의 관계. *한국생활과학회지*, 17(4), 575-
588.
- 김아영 (1997). 학구적 실패에 대한 내성의 관
련변인 연구. *교육심리연구* 11(2), 1-19
- 김아영, 차정은 (1996). 자기효능감과 측정. *산
업 및 조직심리학회 동계학술발표대회 논문
집*, 51-64.
- 김은주, 최경원 (2012). 대학생의 취업불안과
우울이 자살생각에 미치는 영향. *가정간호
학회지*, 19(2), 105-111.
- 김현순 (2009). 청소년의 스트레스, 자기효능감,
우울과 자살생각의 관계. *한국청소년연구*,
20(1), 203-225
- 김형수, 김용섭 (2010). 청소년의 가족건강성,
자아존중감, 우울 간 경로분석. *지역사회
연구*, 18(3), 155-171.
- 류남애, 유순화, 송현아, 최지현, 정애리 (2011).
고등학생이 지각한 가족건강성과 심리적
독립의 관계. *청소년학연구*, 18(10), 65-87.
- 박광희 (2008). 대학생 우울에 관한 예측모형
구축. *한국간호과학회*, 38(6), 779-788.
- 박상학, 조용래 (1996). 대학생의 정신건강에
관한 연구(I). *신경정신의학*, 35(2), 366-
377.
- 박수선 (2010). 대학생들이 인식하는 가족개념
과 가족건강성의 관계. *한국가족자원경영
학회지*, 14(1), 37-55.
- 박영준 (2010). 청년기 우울에 관한 연구: 부모
애착과 심리적 독립을 중심으로. *장로회신
학대학교 대학원 석사학위논문*.
- 박정애, 진미경 (2015). 남녀 대학생의 심리적
독립과 대학생활적응의 관계에서 가까운
사회적 관계의 조절효과. *인간발달연구*,
22(1), 101-123.
- 박정희, 유순화 (2007). 지각된 부부갈등이 초
등학생 자녀의 심리적 부적응에 미치는
영향: 자아탄력성의 중재효과를 중심으로.
상담학연구, 8(1), 379-394.
- 서강대학교생활상담실 (1987). 1986학년도 생
활상담실 활동보고. *인간이해*, 9, 105-
108.
- 송인숙 (2011). 교감의 직무수행능력과 부장교사
의 직무효능감과의 관계 연구. *서울교육대
학교 대학원 석사학위논문*.
- 송지준 (2009). 논문작성에 필요한 SPSS
AMOS 통계분석방법. 서울: 21세기사.
- 심미영, 정승현, 황순금 (2013). 청소년 가족건
강성이 학교적응에 미치는 영향. *학교사회
복지*, 26, 99-122.
- 안성아, 심미영 (2015). 대학생의 스트레스가
주관적 행복에 미치는 영향: 우울과 자기
효능감의 매개효과를 중심으로. *한국산학
기술학회논문지*, 16(10), 7021-7033.
- 안인영 (2005). 청소년의 자기효능감, 가족건강
성, 학교생활적응과 우울과의 상관연구. *경
희대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 어은주, 유영주 (1995). '가족의 건강도' 측정을
위한 척도개발에 관한 연구. *한국가정관리
학회지*, 13(1), 145-156.
- 원광대학교 생활자원개발연구소 (2005). 남녀

- 대학생의 부모와의 관계 만족·갈등이 심리적 독립에 미치는 영향. 생활자원개발연구, 7, 1-21.
- 유영주 (2004). 가족강화를 위한 한국형 가족건강성 척도 개발 연구. 한국가족관계학회지, 9(2), 119-151.
- 유윤덕 (2010). 중학생이 지각한 가족의 건강성과 자기효능감이 학습동기에 미치는 영향. 동국대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤세은 (2000). 청소년기 자녀가 지각한 가족의 건강성과 자아정체감과의 관계: 서울시 남녀고등학생을 중심으로. 경희대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이아영 (2007). 청소년의 외모복합성과 자아존중감 및 학교생활적응에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이영호, 송종용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. 한국심리학회지: 임상, 10(1), 98 -113.
- 이용길, 강경희 (2011). 대학생의 취업스트레스와 진로결정효능감 분석: 공학 및 사회계열을 중심으로. 공학교육연구, 14(2), 60-67.
- 이윤희 (2013). 초등학생의 가족건강성과 휴대전화 과다사용의 관계에서 우울의 매개효과. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이은희 (2004). 대학생들이 경험하는 생활스트레스와 우울. 한국심리학회지: 건강, 9(1), 25-48.
- 이지연, 김효창, 현명호 (2005). 스트레스, 부모-자녀간 의사소통 및 청소년 자살 생각간의 관계. 한국심리학회지: 건강, 10(4), 375-394.
- 이현미 (2014). 청소년의 가족건강성, 자기효능감, 사회적지지, 학교적응 간의 관계분석. 한세대학교 대학원 박사학위논문.
- 임정아 (2005). 청소년기의 가족건강성과 학교적응 연구. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정문경, 우은주 (2016). 청소년이 지각한 부모의 양육태도와 삶의 만족도와와의 관계에서 자기효능감의 매개효과. 청소년시설환경, 14(2) 83-93.
- 정양은 (1977). 1977년도 학생개인상담 및 심리검사 실적: 대학생 문제 체크리스트 결과를 포함하여. 학생연구, 14(1), 62-66.
- 정은희 (1993). 부모로부터의 독립과 대학생활적응과의 상관연구. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 최연실 (1993). 청소년기 자녀가 지각한 가족체계유형과 가족 내 심리적 거리. 한국가정관리학회지, 11(1), 159-175.
- 최연실 (1996). 가족적응력·응집성 평가척도(FACES)에 관한 연구 고찰. 한국가정관리학회지, 14(1), 131-145.
- 최임숙 (2004). 중, 고, 대학생의 성역할 정체감 발달과 변화. 한국심리학회지: 발달, 17(2), 213-232.
- 하상희 (2008). 부모와 자녀세대의 원가족건강성이 대학생자녀의 우울에 미치는 영향. 한국가족치료학회지, 16(2), 115 -132.
- 한국교육개발원 (2013). 2013 한국교육종단연구-한국교육종단연구2005: 고교 이후 초기 성인기의 생활과 성과. 한국교육개발원.
- 한국청소년연구원 (2011). 한국 아동·청소년 인권실태 연구 I: 2011 아동청소년인권

- 실태조사 통계. 한국청소년개발원 연구보고서.
- 한국청소년정책연구원 (2013). 후기청소년 세대 생활·의식 실태 및 정책과제 연구 I. 한국청소년정책연구.
- 한영민 (2009). 대학생의 자아탄력성과 정신건강의 관계. *인간이해*, 30(1), 97-110.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학*, 191: 161-177.
- 황미진, 신유순, 김병수 (2009). 대학생이 지각한 원가족건강성과 자기분화 수준이 자기효능감에 미치는 영향. *한국가족치료학회지*, 17(2), 195-212.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (Ed.) (1995). *Self-efficacy in changing societies*. New York: Cambridge University Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Barnett P. A., & Gotlib, I. H. (1990). Cognitive vulnerability to depressive symptoms among men and women. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 47-61.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monographs*, 4 (1, Pt.2).
- Beck A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- Beck, A. T. (1978). *The depression inventory*. Philadelphia: Center for Cognitive Therapy.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Beck A. T., & Young J. E., (1978). College blues. *Psychology Today*, 12(4), 80-82.
- Beckham, E. E., Leber, W. R., & Youll, W. R. (1995). *The diagnostic classification of depression*. New York: Guilford Press.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). Beverly Hills, CA: Sage.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle: Selected papers, with a historical introduction by David Rapaport*. New York: International University Press.
- Erikson, E. H. (1976). Reflections on Dr. Borg's life cycle. *Daedalus*, 105, 1-28.
- Finch, J. F., & West, S. G. (1997). The investigation of personality structure: Statistical models. *Journal of Research in Personality*, 31(4), 439-485.
- Fine, M., & Hovestadt, A. J. (1984). Perceptions of marriage and rationality by levels of perceived health in the family of origin.

- Journal of Marital and Family Therapy*, 10(2), 193-195.
- Hill, R. (1972). *The strengths of black families*. New York: Emerson Hall.
- Hoffman, J. A. (1984). Psychological separation of late adolescents from their parents. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 170-178.
- Hoffman, J. A., & Weiss, B. (1987). Family dynamics and presenting problems in college students. *Journal of Counseling Psychology*, 34, 157-163.
- Hu, L.-T., & Bentler, P. M. (1999). Cut-off criteria for fit indexes in covariance structure analysis. Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
- Josselson, R. (1988). The embedded self: I and thou revisited. In D. K. Lapsley & F. C. Power (Eds.) (1989). *Self, ego, and identity: Integrative approaches*(pp. 91-106). New York: Springer-Verlag.
- Lapsley, D. K., FitzGerald, D., Rice, K., & Jackson, S. (1989). Separation-individuation and the “newlook” at adolescent egocentrism. *American Journal of Orthopsychiatry*, 4, 483-505.
- Marmorstein, N. R., & Shiner, R. L. (1996). *The family environments of depressed adolescents*. Poster presented at the Society for Research on Adolescence Biennial Meeting in Boston, Massachusetts.
- Peterson, C., Maier, S. F., & Seligman, M. E. P. (1993). *Learned helplessness: A theory for the age of personal control*. New York: Oxford.
- Stanley, M. A., & Maddux, J. E. (1986a). Cognitive processes in health enhancement: Investigation of a combined protection motivation and self-efficacy model. *Basic and Applied Social Psychology*, 7, 101-113.

1 차원고접수 : 2016. 07. 10.
수정원고접수 : 2016. 08. 17.
최종게재결정 : 2016. 09. 02.

The Effect of Family Health on the Depression of University Students: Mediating Psychological Independence and Self-Efficacy

Kang Bu-Ja

Choi Youn-Shil

Department of Family Welfare, Sangmyung University

This study examined the effects of family health on the depression of university students and the mediated effect of self-efficacy and psychological independence. Data from a sample of 181 students (81 males, 100 females) were collected and analyzed. Structural equation modeling (i.e., AMOS) and the Sobel test was used. The following are the major findings. First, family health and the student's depression level had an inverse correlation. Second, self-efficacy and family health had a positive correlation. Third, family health and psychological independence had a positive correlation. Fourth, perception of the family's health affected the student's depression both directly and indirectly through self-efficacy and psychological independence. Students who perceived their families to be healthy had more self-confidence and self-control, meaning high self-efficacy. Those students also showed higher psychological independence, making them more prone to seek independence from parents and other adults. These two factors had a mediated effect on lowering the depression of the students. The results can be used to prevent depression of university students and develop programs to intervene in mental health problems associated with the absence of independence and self-efficacy.

Keywords: family health, depression of university students, self-efficacy, psychological independence