

대학생의 스트레스와 우울의 관계에서 자기비난 및 의존성의 역할 : 대구지역 대학생을 중심으로

김정미* · 조현재**

초 록

본 연구에서는 우울에 취약한 성격특성으로 알려진 자기비난과 의존성이 남녀대학생의 생활스트레스와 우울의 관계에서 어떤 역할을 하는지를 살펴보고자 하였다. 이를 위해 우울경험질문지(DEQ)와 Beck의 우울척도(BDI), 생활스트레스 척도로 구성된 설문지를 실시하였고 남녀 대학생 423명의 자료를 분석하였다. 분석 결과 첫째, 여자대학생의 경우 자기비난이 성취스트레스와 상호작용을 보였고, 남자대학생의 경우 의존성이 스트레스와 상호작용을 보여 부분적으로 특정취약성가설을 지지하면서 중재효과를 보였다. 둘째, 남녀대학생의 생활스트레스와 우울의 관계에서 자기비난 및 의존성은 모두 부분매개효과를 보였다. 남녀 대학생 모두 자기비난과 의존성이 각각 성취스트레스와 우울, 관계스트레스와 우울의 관계를 부분매개하는 것으로 나타났다. 이는 대학생의 생활스트레스가 우울에 직접적인 영향을 미치며, 동시에 생활스트레스가 자기비난 수준과 의존성 수준을 높임으로써 간접적으로 우울에 영향을 미치고 있음을 의미한다. 본 연구의 결과는 관계스트레스와 성취스트레스를 경험하는 대학생들을 상담하는 데 있어 자기비난적 특성과 의존적 특성을 고려하면서 개입해야 할 필요성을 시사한다.

주제어 : 생활스트레스, 우울, 자기비난, 의존성

* 경북대학교 강사

** 경북대학교 학생상담부

I. 서 론

발달기의 특성상 정체성의 확립과 더불어 자율적이고 독립적인 생활을 요구받는 대학생들은 폭넓은 대인관계와 과중한 학업부담, 진로와 취업문제로 어려움을 겪게 된다. 실제로 대학상담센터를 찾는 학생들의 경우 학업문제와 진로 및 취업문제가 가장 큰 스트레스 요인이며, 교우관계와 이성문제로 어려움을 겪는 것으로 보고되고 있다(김봉환 외, 2004; 이숙정·유지현, 2008). 이러한 스트레스는 정신적 병리현상을 야기하기 쉬운데, 최근 조사에서 대학생들의 26.8%가 우울을 겪고 있는 것으로 나타났다(최미경, 2003), 홍지연(2005)도 29.3%의 대학생들이 경미한 우울을 경험하고 있고, 10.9%가 보통정도의 우울상태를, 4.1%가 심한 우울상태를 보이는 것으로 보고하고 있다. 처음 우울증을 경험한 청소년의 약 60%가 다시 우울을 경험하게 될 정도로 재발율이 높고(Evans & Andrews, 2005), 우울을 경험한 집단이 일반집단에 비해 자살 시도율이 8배나 높았다는 보고(박은옥, 2008)가 보여주듯이 우울은 자살의 큰 요인 중의 하나라는 점에서 우울에 대한 예방과 치료는 매우 중요하다.

우울에 관한 초기의 연구들은 스트레스가 우울증상의 발생이나 유지에 미치는 영향에 대한 연구가 주를 이루었으나, 동일한 스트레스 상황에서도 모든 개인이 우울을 경험하는 것은 아니라는 사실에 근거해서 개인차 변인에 관한 연구(Abela & Payne, 2003; Sturman et al., 2006)가 이루어져 왔다. 국내에서도 자아존중감(김미래, 2007; 최미래·이인혜, 2003), 문제해결(박경, 2004; 김지현, 2006), 완벽주의(박경, 2004), 대처방식(이은희, 2004), 역기능적 태도(김지현, 2006), 자동적사고(김남재, 2002)등의 개인차 변인이 스트레스와 우울의 관계에서 중요한 역할을 하고 있음이 일관되게 밝혀졌다. 이들 연구들은 또한 개인차 변인이 스트레스와 상호작용하여 우울에 영향을 주는 중재역할을 하는지 우울이 인지에 영향을 미치고 인지가 우울을 예측하는 매개 역할을 하는지를 밝히고자 하였다.

특히, 우울에 취약한 성격특성은 대상관계이론, 인지치료, 발달적 정신병리학 등 이론적 지향성이 다른 다양한 분야에서 광범위하게 연구되어 왔다(Bowlby, 1977; Blatt, 1974; Beck, 1983; Robin et al., 1995 재인용). 가령, Bowlby는 불안애착과 강박적인 자기의존적 특성을, Beck은 사회향성과 자율성을, Blatt은 의존적 특성과 자기비난적

특성을 우울에 취약한 성격특성으로 제안하였다. 이들의 주장은 개념화나 측정하는 방법에 차이가 있지만, 대인관계에서의 상실이나 거부 혹은 자율적인 성취노력의 실패를 우울에 취약한 요인으로 가정한다는 점에서 공통점이 있다(Robins et al., 1995). 이 중 Blatt의 모델은 대인관계적 조망과 사회인지적 조망을 통합함으로써 우울한 경험을 이해하는 데 포괄적인 틀을 제공하고 있다(Zuroff et al., 2004). 의존성은 사랑받고 돌봄받고 싶은 강한 욕구를 특징적으로 나타내는 성격특성으로서, 의존성이 강한 개인은 상실감과 버림받음에 대한 공포로 인해 스트레스 상황에서 다른 사람들로 부터 지지와 도움을 추구하는 경향이 있다. 반면 자기비난적인 성격은 인정의 상실, 통제감과 자율성의 상실에 대한 두려움이 특징적이며, 자신과 타인에 대해 판단적이고 타인의 비난에 대한 염려로 인해 스트레스 요인에 매우 민감하다. 자기비난적인 개인이 자신의 성취와 자존감을 추구하기 위해 대인관계를 소홀히 하는 경향이 있다면 의존적인 개인은 자기개념의 발달을 희생하면서 친밀하고 보호적인 관계를 추구하는 경향이 있다. 따라서 대인관계능력과 자기정의(self-definition)는 성숙과 건강의 지표로 간주되지만, 대인관계를 통한 자기가치의 추구나 성취를 통한 자기가치의 추구가 지나치면 취약성의 지표가 된다(Blatt & Zuroff, 1992).

인지적 조망에서도 사회향성(sociotropy)과 자율성(autonomy)이라는 용어를 사용하여 우울에 취약한 성격특성을 제시하였는데, 사회향성이 높은 성격은 다른 사람과의 관계를 소중히 여기고 타인으로부터의 애정과 수용에 따라 자신의 가치를 평가하며, 사랑받고 수용받고자 하는 욕구가 강하다. 반면, 자율성이 높은 성격은 독립성과 자유·성취목표를 높이 평가하고, 성취와 통제에 대한 과도한 욕구를 특징으로 하는데, 많은 연구자들이 자율성은 자기비난에 상응하고 사회향성은 의존성에 상응하는 개념으로 간주하고 있다(Beck, 1983; Blatt & Zuroff, 1992; Luyten et al., 2007).

따라서 의존성 혹은 사회향성 수준이 높은 개인은 대인관계에서의 상실이나 거부에 직면했을 때 우울을 경험할 가능성이 많고, 자기비난 혹은 자율성 수준이 높은 개인은 환경에 대한 개인적 통제의 결여나 성취노력이 실패하게 되는 상황에서 우울을 경험할 가능성이 높아진다(Allen, Horne, & Trinder, 1996). 특정취약성(specific vulnerability) 가설에 의하면, 이 두 가지 성격차원은 각각 특정한 상황에서만 우울에 취약한 요인으로 작용한다. 높은 수준의 사회향성 혹은 의존성은 대인관련 스트레스 상황에서 우울을 경험할 위험을 증가시키지만, 성취나 자율성을 요구하는 스트레스는 우울에 대한

취약성을 활성화시키지 않는다고 본다. 반면, 자율성 혹은 자기비난 수준이 높은 개인의 경우 성취관련 스트레스는 우울의 경험을 증가시키지만 대인관련 스트레스는 우울에 대한 취약성을 활성화시키지 않는다는 것이다(Robins et al., 1995).

지금까지 이와 관련된 연구들은 인지적 성격특성과 스트레스 경험간의 상호작용을 입증하는 데 초점을 두었다. 청소년을 대상으로 한 연구를 살펴보면, 자기비난수준이 높은 청소년은 부정적인 성취경험 이후에 우울수준이 높아졌으나 부정적인 대인관계 경험은 우울에 영향을 미치지 않았다. 반면, 높은 수준의 의존성은 우울의 증가를 예측하지 않는 것으로 나타나 자기비난적 차원에서 특정취약성 가설을 지지하고 있다(Abela et al., 2002). 인지적 발달단계를 고려하여 연령에 따른 차이를 살펴보았을 때 초등학교 3학년의 경우 자기비난은 부정적인 성취 및 관계스트레스와 상호작용을 보였고, 중학교 1학년 남학생의 경우 높은 수준의 자기비난은 성취스트레스와 상호작용하여 우울의 증가를 예측하였다. 반면 의존성은 연령별 성별에서도 우울의 취약요인으로 나타나지 않았다(Abela & Taylor, 2003). 상호적 인과모형을 통해 자기비난 및 의존성과 우울증상의 관계를 살펴본 결과 여학생의 자기비난적 특성만이 스트레스와 상호작용하여 우울에 영향을 미치고 우울 또한 자기비난적 특성에 영향을 미치는 것으로 나타났다(Shahar et al., 2004). 이처럼 이동과 청소년들에게 있어 의존적 특성이 우울의 취약요인으로 나타나지 않은 것에 대해 의존적 욕구가 청소년들에게는 정상적이고 적응적인 기능을 하기 때문인 것으로 보는 견해가 지배적이다. 즉, 낮은 수준의 의존성과 높은 수준의 자율성이 정상적인 규준이 되는 발달후기까지는 의존성이 우울의 취약요인으로 드러나지 않을 수 있다는 것이다(Abela & Taylor, 2003).

이와 달리 대학생의 경우 의존성은 관계스트레스와 상호작용하여 우울에 영향을 미치는 것으로 나타났고 성취스트레스와는 상호작용을 나타내지 않아 특정취약성 가설을 지지하였다. 반면, 자기비난과 성취스트레스의 상호작용효과는 유의하지 않았다(Robins et al., 1995). 스트레스와 불쾌감의 관계에서도 의존성의 특정취약성 가설이 지지되었다. 높은 수준의 의존성은 관계스트레스와 상호작용하여 불쾌감의 증가를 가져왔지만 성취스트레스와는 상호작용을 보이지 않은 반면, 자기비난과 성취스트레스의 상호작용은 유의하지 않았다(Lakey & Ross, 1994). 이외에도 대학생과 성인을 대상으로 한 대부분의 연구에서 의존성이나 사회향성은 대인관련 스트레스와 상호작용을 보여 우울에 취약한 요인으로 밝혀졌지만, 자기비난이나 자율성이 성취스트레스와 관련하여 우울의

취약요인으로 밝혀진 연구는 드물다고 보고되고 있다(Shahar et al., 2004).

한편, 국내의 연구는 몇 편에 불과한데, 여자대학생의 경우 자율성은 성취스트레스와 상호작용하여 우울을 높이는 것으로 나타났지만 사회향성과 관계스트레스의 상호작용 효과는 유의하지 않았다(배정희, 1996). 남녀대학생을 대상으로 한 연구(이민규, 2000)에서도 자율성 성격양식과 일치하는 성취관련 스트레스는 우울을 증가시키지만 대인관계 스트레스는 우울을 증가시키지 않는 것으로 나타났다. 또한, 개인면담을 통해 사회성 유형과 자율성 유형을 나누어 비교해본 결과 성취관련 스트레스를 보고한 집단에서만 스트레스 경험정도와 역기능적 태도의 상호작용이 유의한 것으로 나타났다(김은정·권정혜, 1998).

이와 같이 우울에 대한 특정취약성 가설을 입증하기 위한 연구들은 일관된 결과를 보이지 않는데 이는 표집대상의 차이에 기인한 것일 수 있다. 임상집단의 경우 의존성은 청소년의 우울을 예측하는 것으로 알려져 왔지만 앞에서 살펴보았듯이 일반 청소년의 우울을 증가시키지 않았다(Abela et al., 2007). Luyten 등(2007)에 의하면, 심한 우울증환자들은 우울에 대한 의존성과 자기비난의 설명력에 차이가 없었지만, 대학생과 일반성인은 자기비난이 우울에 대한 설명력이 훨씬 높게 나타났다. 이는 표집의 특성에 따라 우울에 대한 의존성과 자기비난의 역할이 달라질 수 있음을 보여주는 것으로, 연령별 발달적 과업과 대상의 특성에 따라 특정취약성 가설이 달리 적용될 수 있음을 시사한다. 한편으로는 이러한 차이가 특정취약성 가설의 개념적 한계에서 기인했을 수도 있다. 이를테면 성격과 생활사건의 영역을 구분하는 영역특정적인 접근보다 전체적인 접근이 생활사건에 대한 취약성을 예측하는 데 더 효과적일 수도 있다(Lakey & Ross, 1994). 우울경험에서 나타나는 자기비난이 자율성보다는 사회성과 상관이 높았고, 자기비난이 대인관계 및 성취상황 둘 다와 관련이 있었다는 보고가 이를 뒷받침한다(Robins et al., 1997).

그렇다면 특정취약성 가설이 표집대상의 특성에 따라 달리 적용되는 것인지 혹은 영역특정적 접근이라는 개념적 한계에서 기인한 것인지를 밝히기 위해서는 많은 경험적인 연구가 수행되어야 한다고 본다. 특히, 국외의 연구에서는 의존성이 우울에 취약한 요소로 꾸준히 입증되어 온 반면, 국내의 연구에서는 자기비난적 특성이 우울에 취약한 요소로 일관되게 나타났는데 반복연구를 통해 이러한 차이를 밝힐 필요가 있겠다. 따라서 본 연구에서는 자기비난 및 의존성과 성취스트레스 및 관계스트레스

의 상호작용을 각각 살펴봄으로써 특정취약성 가설을 검증하고, 자기비난 및 의존성이 스트레스와 우울의 관계에서 중재변인으로 작용하는지를 밝히고자 한다. 중재변인은 예측변인과 종속변인의 방향이나 강도에 영향을 미치는 제 3의 변인으로, 중재효과는 예측변인이 종속변인에 미치는 영향을 감소시키거나 증가시킴으로서 두 변인의 관계에 변화를 가져오는 것을 의미한다(Baron & Kenny, 1986). 중재효과의 검증은 스트레스가 우울에 미치는 부정적 영향을 완화시키는 개입방법에 유용한 기초자료를 제공할 수 있을 것이다.

한편, 스트레스와 우울의 관계를 중재하는 변인으로 밝혀진 몇몇 변인들은 매개변인으로도 기능하는 것으로 밝혀졌다. 매개모델은 예측변인이 종속변인에 영향을 미치는 데 있어서 제 3의 변인이 두 변인의 관계를 매개하는 것을 포함하는 모델을 말하며, 이때 매개변인은 예측변인의 결과로서 그리고 종속변인에 대한 원인으로 동시적으로 작용한다(Baron & Kenny, 1986). 매개모델에 따르면 생활스트레스는 그 자체로서 독립적으로 우울에 영향을 미치기도 하지만, 매개변인인 자기비난과 의존성을 통해 간접적으로 영향을 미치게 된다. 즉, 스트레스 상황은 의존성과 자기비난적 특성을 활성화시키고, 이 의존성과 자기비난적 특성이 우울에 영향을 미치게 된다는 것이다. 지금까지의 연구들은 성격과 생활스트레스와의 상호작용효과를 살펴보는 데만 집중되어 매개효과를 살펴보지 않았는데, 스트레스가 어떤 경로를 거쳐 우울에 영향을 미치는지를 탐색할 필요가 있겠다.

특히 우울증의 유병율은 남성보다 여성이 더 높은 것으로 알려져 있고, 남녀에 따라 우울에 반응하는 방식에 차이가 있다고 보고되고 있다(최미래, 2004). 성별에 따라 자기존중감의 역할을 살펴본 연구에서 자기존중감의 중재효과는 남자대학생의 경우에만 유의미한 반면, 매개효과는 남녀 모두에서 유의한 것으로 나타났다(최미래·이인혜, 2003). 또한 주요우울증을 겪고 있는 경우 남성들은 높은 수준의 의존성을 보인 반면 여성들은 높은 수준의 자기비난을 보였다(Luyten et al., 2007). 이는 인지적 요인이 스트레스와 우울의 관계에서 중재변인과 매개변인으로 작용할 때 성별에 따라서 다르게 기능할 수 있음을 시사한다. 우울과 같은 내면화문제 및 외현화문제와 성격특성에 대한 연구에서도 성별이 중재효과를 갖는 것으로 나타났고(Shaharet al., 2004), 우울경험질문지를 사용한 논문을 개관한 연구에서도 남녀 성별차이에 대한 연구를 제언한 바 있다(Viglione et al., 1990).

그러나 지금까지 국내에서 수행된 몇 편의 연구들은 성별을 구별하지 않고 남녀대학생을 함께 다루었으며, 특정취약성 가설을 입증하기 위해 상호작용만 살펴보았다. 따라서 본 연구에서는 성별에 따라 중재효과와 매개효과를 함께 살펴봄으로써 자기비난 및 의존성이 생활스트레스와 우울의 관계에서 어떤 역할을 하는지를 알아보고자 한다. 본 연구는 스트레스로 인해 우울을 경험하는 대학생들을 조력하는 데 있어 자기비난과 의존성이라는 성격특성을 고려한 개입방법에 시사점을 제공할 수 있을 것이다. 본 연구의 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 자기비난과 의존성은 남녀대학생의 생활스트레스와 우울을 중재할 것인가? 둘째, 자기비난과 의존성은 남녀대학생의 생활스트레스와 우울을 매개할 것인가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 D시에 소재하는 대학교에서 교육학개론, 교양심리학, 교양영어 및 영문학 강좌를 수강하는 대학생 423명(남 225명, 여 198명)을 대상으로 하였다. 연령은 18세~28세로 평균연령은 20.52세였고, 학년별로는 1학년 250명(59.1%), 2학년 65명(15.4%), 3학년 64명(15.1%), 4학년 44명(10.4%)이었다. 주된 관심사로는 진로 271명(64.1%), 학업 69명(16.3%), 대인관계 42명(9.9%), 성격 25명(5.9%), 이성문제 16명(3.8%)이었다.

2. 연구도구

1) 생활스트레스척도

생활스트레스를 측정하기 위해 전점구와 김교현, 이준석(2000)이 개발한 개정판 대학생용 스트레스 척도를 사용하였다. 이 척도는 대학생들이 일상생활에서 겪는 부정적인 생활사건을 측정하기 위한 것으로 8개의 하위척도로 구성되어 있다. 본 연구에서는

관계스트레스를 측정하기 위하여 이성과의 관계 6문항($\alpha=.88$), 가족과의 관계 6문항($\alpha=.85$), 친구와의 관계 5문항($\alpha=.76$)를, 성취스트레스를 측정하기 위하여 장래문제 8문항($\alpha=.81$), 학업문제 7문항($\alpha=.75$)을 사용하였다. 선행연구에서 학업문제와 진로/취업스트레스, 친구관계와 이성문제로 인한 관계스트레스가 대학생들의 주된 스트레스 요인으로 나타났기 때문이다(김봉환 외, 2004; 홍지연, 2005; 이숙정·유지현, 2008). 요인을 지정하여 요인분석한 결과 이성, 가족 및 친구관계를 측정하는 문항들과, 장래 및 학업문제를 묻는 문항들이 각각 독립된 요인을 구성하는 2요인구조로 밝혀졌다. 본 연구에서 이성, 가족, 친구들로 인한 관계스트레스 요인의 신뢰도(Cronbach's α)는 .85이었고, 학업문제와 진로문제로 인한 성취관련 스트레스의 신뢰도는 .86이었다.

2) 우울척도

본 연구에서는 대학생의 우울을 측정하기 위해 이영호와 송종용(1991)이 번안한 Beck의 우울척도(Beck Depression Inventory; BDI)를 사용하였다. 이 척도는 Beck 등이 인지적, 정서적, 동기적, 생리적 영역을 포괄한 우울증상을 측정하기 위해 개발한 것으로 총 21문항으로 구성되어 있다. 한국판 Beck 척도의 내적 합치도 계수는 .98이며 반분신뢰도는 .91이었고, 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 .88이었다.

3) 우울경험질문지

자기비난과 의존적 성격특성을 알아보기 위하여 사용한 문항은 Blatt의 우울경험질문지(Depressive Experiences Questionnaire)에서 발췌한 것이다. DEQ의 원척도는 자기비난, 의존성, 효능감의 세 요인으로 이루어져 있으나, 이후 DEQ를 사용한 많은 연구에서 자기비난과 의존성 요인만이 내사적 우울과 의존적 우울을 설명하는 모델로 밝혀졌다(Viglione et al., 1990). 본 연구에서는 Blatt 등(1992)이 타당화한 척도(DEQ-A)를 번안한 후 국내에서 사용되고 있는 DEQ를 참고하여 연구목적에 맞게 문항을 수정하였다. 타당도를 알아보기 위하여 요인분석을 실시하였으며, 본 연구의 요인분석 결과와 Blatt 등(1992)척도의 요인구조, 박부형(2000)의 요인구조를 비교하여 자기비난 13문항, 의존성 14문항을 추출하였다. 자기비난적 특성을 측정하는 문항의 예로는 ‘사람들과 함께 있을 때 종종 자신을 깎아내리는 편이다’, ‘나는 자신에 대해

매우 비판적이다' 의존성을 측정하는 문항의 예로는 '남들이 내게 어떻게 반응하는지에 신경이 쓰인다', '다른 사람들이 나를 거절하지 않을까에 민감한 편이다'가 있다. 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α)는 자기비난 .87, 의존성 .88이었다.

3. 자료처리

변인간의 상관을 알아보기 위하여 피어슨 상관분석을 실시하였고, 성별에 따른 변인간 차이를 알아보기 위해 변량분석을 실시하였다. 생활스트레스와 우울의 관계에 대한 중재효과를 알아보기 위해서는 스트레스와 자기비난, 스트레스와 의존성의 상호작용항을 투입한 위계적 회귀분석을 실시하였다. 상호작용항을 투입할 때는 다중공선성의 문제로 회귀계수 추정이 부정확한 것을 피하고 회귀계수 해석을 용이하게 하기 위해 두 독립변수를 편차점수로 변환하는 중심화 기법을 사용하였다. 매개효과를 알아보기 위해서는 단계별 중다회귀분석을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 주요변인들의 평균 및 상관

주요변인들의 평균과 표준편차가 표 1에 제시되어 있다. 변인간 성차를 살펴본 결과 모든 변인에서 남녀 차이는 유의하지 않은 것으로 나타났다.

<표 1> 주요변인들의 평균(표준편차)

변 인	남(n=225)	여(n=198)	F	p
관계스트레스	25.04(7.54)	24.46(6.64)	1.449	.229
성취스트레스	36.73(8.71)	37.84(8.07)	1.250	.264
자기비난	33.94(9.14)	34.56(8.37)	2.976	.085
의존성	40.93(9.52)	41.75(9.71)	.086	.770
우울	29.48(7.57)	29.76(6.92)	1.446	.230

표 2에 제시된 바와 같이, 남녀 대학생 모두 생활스트레스와 성격적 특성, 우울 수준 간에 유의한 정적 상관을 보이고 있다(각각 $r=.317\sim.510$, $p<0.01$, $r=.337\sim.649$, $p<0.01$). 남학생의 경우 특히 관계스트레스($r=.510$, $p<.01$)와 자기비난($r=.504$, $p<0.01$)수준이 높을수록 높은 우울수준을 보였고, 여학생의 경우 자기비난($r=.649$, $p<0.01$)수준이 높을수록 우울 수준이 높은 것으로 나타났다.

<표 2> 남녀 대학생의 주요변인간 상관

변인	1)	2)	3)	4)	5)
1)관계스트레스	1				
2)성취스트레스	.296(.279)	1			
3)자기비난	.411(.475)	.517(.498)	1		
4)의존성	.201(.249)	.315(.350)	.319(.591)	1	
5)우울	.510(.431)	.417(.417)	.504(.649)	.317(.337)	1

모든 변인간 상관은 $p < .01$ 수준에서 유의함, ()안은 여자대학생

2. 자기비난과 의존성의 중재효과

높은 생활스트레스를 경험하는 경우에도 자기비난과 의존성 수준이 낮다면 스트레스로 인한 우울은 낮아질 수 있을 것이다. 먼저, 스트레스와 우울의 관계에서 자기비난적 특성의 중재역할을 검증한 결과는 표 3과 같다.

<표 3> 생활스트레스와 우울에 대한 자기비난의 중재효과

단계	예측변인	β	R^2	β	R^2
		여자대학생		남자대학생	
1	성취스트레스(A)	.165**		.221**	
2	자기비난(B)	.593***		.392***	
3	A * B	.192***	.468	.075	.293
1	관계스트레스(A)	.124		.390***	
2	자기비난(B)	.581***		.349***	
3	A * B	.091	.449	-.185	.368

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

표 3에 의하면, 여자대학생의 경우 자기비난은 성취스트레스와 우울의 관계에서 주효과 및 상호작용효과가 모두 유의한 것으로 나타났다($\beta = .593$, $\beta = .192$, $p < .001$). 반면 관계스트레스와 우울의 관계에서는 주효과만을 나타냈다($\beta = .581$, $p < .001$). 남자대학생의 경우, 자기비난은 성취스트레스와 우울의 관계에서 주효과를($\beta = .392$, $p < .001$), 관계스트레스와 우울의 관계에서도 주효과를 나타냈으며($\beta = .349$, $p < .001$), 상호작용효과는 유의하지 않았다.

다음으로, 스트레스와 우울의 관계에서 의존적 특성의 중재역할을 알아보기 위하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 표 4에 의하면, 여자대학생의 경우 의존성은 성취스트레스와 우울의 관계에서 주효과를($\beta = .219$, $p < .01$), 관계스트레스와 우울의 관계에서도 주효과를 나타냈으며($\beta = .250$, $p < .001$), 상호작용효과는 유의하지 않았다. 남자대학생의 경우, 의존성은 성취스트레스와 우울의 관계에서는 주효과만을 나타냈고($\beta = .213$, $p < .01$), 관계스트레스와 우울의 관계에서는 주효과와 상호작용효과가 모두 통계적으로 유의한 것으로 나타났다($\beta = .226$, $\beta = .125$, $p < .001$).

<표 4> 생활스트레스와 우울에 대한 의존성의 중재효과

단계	예측변인	β	R^2	β	R^2
여자대학생					
1	성취스트레스(A)	.354***		.355***	
2	의존성(B)	.219**		.213**	
3	A * B	.074	.208	.069	.217
남자대학생					
1	관계스트레스(A)	.364***		.483***	
2	의존성(B)	.250***		.226***	
3	A * B	.032	.243	.125*	.323

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

3. 자기비난과 의존성의 매개효과

생활스트레스와 우울의 관계에서 자기비난 및 의존성이 매개역할을 하는지를 알아보기 위해 3단계에 걸쳐 회귀분석을 실시하였다. 생활스트레스와 우울의 관계에서

자기비난 및 의존성이 매개역할을 하는지를 알아보기 위해 3단계에 걸쳐 회귀분석을 실시하였다. Baron과 Kenny(1986)에 의하면 어떤 변인이 매개변인의 효과가 있으려면 세 가지 조건이 충족되어야 한다. 첫째, 예측변인은 종속변인에 유의한 영향을 미쳐야 한다. 둘째, 예측변인은 매개변인에 유의한 영향을 미쳐야 한다. 셋째, 예측변인과 매개변인을 동시에 투입하였을 때 종속변인에 대한 매개변인의 영향력이 유의하여야 한다. 3단계에서 매개변수가 통제되었을 때 예측변인의 효과가 유의하지 않으면 완전매개이며, 유의한 수준에서 β 계수의 크기가 감소할 때에는 부분매개 관계가 성립한다고 볼 수 있다. 먼저 남녀대학생의 자기비난의 매개효과가 표 5에 제시되어 있다.

<표 5> 자기비난의 매개효과

단계	모형	β	R^2	β	R^2
		여자대학생		남자대학생	
1	성취스트레스 → 우울	.417***	.173	.417***	.174
2	성취스트레스 → 자기비난	.501***	.251	.504***	.254
3	성취스트레스 → 우울	.131*	.418	.221**	.287
	자기비난 → 우울	.571***		.389***	
1	관계스트레스 → 우울	.431***	.186	.510***	.260
2	관계스트레스 → 자기비난	.475***	.226	.417***	.174
3	관계스트레스 → 우울	.166**	.426	.365***	.361
	자기비난 → 우울	.557***		.348***	

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

성취스트레스와 우울의 관계에서 자기비난의 매개효과를 살펴보면, 여학생의 경우 성취스트레스는 우울에 영향을 미치고($\beta = .417$, $p < .001$), 성취스트레스의 자기비난에 대한 영향력이 유의하였으며($\beta = .501$, $p < .001$), 성취스트레스와 자기비난을 동시에 투입하였을 때 성취스트레스의 β 계수가 유의하게 감소하여($\beta = .131$, $p < .05$) 자기비난은 성취스트레스와 우울의 관계를 부분매개하는 것으로 밝혀졌다. 성취스트레스는 여학생의 우울을 17.3% 설명하였고, 자기비난이 추가되었을 때 우울의 41.8%를 설명하였다.

남자대학생의 경우 성취스트레스는 우울에 유의한 영향을 미치고($\beta = .417$, $p < .001$), 성취스트레스는 자기비난을 유의하게 설명하였으며($\beta = .504$, $p < .001$), 성취스트레스와

자기비난을 동시에 투입하였을 때 성취스트레스의 β 계수가 감소하여($\beta = .221, p < .05$) 자기비난은 성취스트레스와 우울의 관계를 부분매개하는 것으로 밝혀졌다. 효과의 크기와 우울에 대한 설명력을 고려할 때 성취스트레스가 우울에 미치는 영향력은 유사하나, 자기비난의 매개효과는 여학생이 남학생보다 높다고 할 수 있다.

관계스트레스와 우울의 관계에서 자기비난의 매개효과를 살펴보면, 여학생의 경우 관계스트레스는 우울에 영향을 미치고($\beta = .431, p < .001$), 관계스트레스는 자기비난을 유의하게 설명하였으며($\beta = .475, p < .001$), 관계스트레스와 자기비난을 동시에 투입하였을 때 관계스트레스의 β 계수가 감소하여($\beta = .166, p < .01$) 자기비난은 관계스트레스와 우울의 관계를 부분매개하는 것으로 밝혀졌다.

남자대학생의 경우 관계스트레스는 우울에 영향을 미치고($\beta = .510, p < .001$), 관계스트레스는 자기비난을 유의하게 설명하였으며($\beta = .417, p < .001$). 관계스트레스와 자기비난을 동시에 투입하였을 때 관계스트레스와 자기비난이 모두 우울을 유의하게 설명하고 관계스트레스의 β 계수가 감소하여($\beta = .365, p < .001$) 자기비난은 관계스트레스와 우울의 관계를 부분매개하는 것으로 밝혀졌다. 효과의 크기와 설명력을 고려할 때 관계스트레스는 남학생의 우울을 상대적으로 더 많이 설명하며, 자기비난의 매개효과는 여학생이 더 높다고 볼 수 있다.

<표 6> 의존성의 매개효과

단계	모형	β	R^2	β	R^2
		여자대학생		남자대학생	
1	관계스트레스 → 우울	.431***	.186	.510***	.260
2	관계스트레스 → 의존성	.249***	.062	.201**	.040
3	관계스트레스 → 우울	.370***	.242	.465***	.308
	의존성 → 우울	.245***		.223***	
1	성취스트레스 → 우울	.417***	.173	.417***	.174
2	성취스트레스 → 의존성	.350***	.122	.315***	.099
3	성취스트레스 → 우울	.340***	.215	.352***	.212
	의존성 → 우울	.218**		.206**	

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

다음으로, 남녀대학생의 의존성의 매개효과가 표 6에 제시되어 있다. 관계스트레스와 우울의 관계에서 의존성의 매개효과를 살펴보면, 여학생의 경우 관계스트레스는 우울에 영향을 미치고($\beta=.431, p<.001$), 관계스트레스는 의존성을 유의하게 설명하였으며($\beta=.249, p<.001$), 관계스트레스와 의존성이 모두 우울을 유의하게 설명하고 관계스트레스의 β 계수가 감소하여($\beta=.166, p<.01$) 의존성은 관계스트레스와 우울의 관계를 부분매개하는 것으로 밝혀졌다.

남자대학생의 경우 관계스트레스는 우울에 영향을 미치고($\beta=.510, p<.001$), 관계스트레스는 의존성을 유의하게 설명하였으며($\beta=.201, p<.01$), 관계스트레스와 의존성이 모두 우울을 유의하게 설명하고 관계스트레스의 β 계수가 감소하여($\beta=.365, p<.001$) 의존성은 관계스트레스와 우울의 관계를 부분매개하는 것으로 밝혀졌다.

성취스트레스와 우울의 관계에서 의존성의 매개효과를 살펴보면, 여학생의 경우 성취스트레스는 우울에 영향을 미치고($\beta=.417, p<.001$), 성취스트레스는 의존성을 유의하게 설명하였으며($\beta=.501, p<.001$), 성취스트레스와 의존성을 동시에 투입하였을 때 두 변인이 모두 우울을 유의하게 설명하고 성취스트레스의 β 계수가 다소 감소하여($\beta=.340, p<.05$) 의존성이 부분매개하는 것으로 밝혀졌다.

남자대학생의 경우 성취스트레스의 우울에 대한 설명력은 유의하였고($\beta=.417, p<.001$), 성취스트레스는 의존성을 유의하게 설명하였다($\beta=.315, p<.001$). 성취스트레스와 자기비난을 동시에 투입하였을 때 두 변인은 모두 우울을 유의하게 설명하고 성취스트레스의 β 계수가 감소하여($\beta=.352, p<.05$) 의존성이 성취스트레스와 우울의 관계를 부분매개하는 것으로 밝혀졌다. 효과의 크기와 우울에 대한 설명력을 고려할 때 의존성이 우울에 미치는 영향력은 유사하며, 자기비난에 비해 의존성의 매개효과가 낮음을 알 수 있다.

IV. 논 의

생활스트레스와 우울의 관계에 대한 연구들은 동일한 스트레스 상황에 처해있더라도 우울을 경험하는 것은 개인에 따라 다르다는 점에 주목하고 개인차변인의 역할을

밝히는 연구를 수행해왔다. 특히, 자기비난과 의존성은 우울의 발달에 있어 우울에 취약한 개인의 성격특성으로 광범위하게 연구되고 있다. 자기비난과 의존성이 생활스트레스와 상호작용하여 우울에 영향을 미치는가에 대한 연구들은 일관된 결과를 보이지 않고 있으며, 생활스트레스와 우울의 관계에서의 매개역할에 대한 연구는 찾아보기 힘들었다. 따라서 본 연구에서는 남녀 대학생을 대상으로 우울에 취약한 성격특성으로 알려진 자기비난과 의존성이 생활스트레스와 우울의 관계에서 어떤 역할을 하는지를 살펴보고자 하였다. 본 연구의 주요결과와 이를 토대로 한 논의는 다음과 같다.

첫째, 생활스트레스와 우울의 관계에서 자기비난 및 의존성의 상호작용효과를 살펴본 결과 성별에 따라 다르게 나타났다. 여자대학생의 경우 자기비난은 성취스트레스와 우울의 관계를 증대하였지만, 관계스트레스와의 상호작용효과는 나타나지 않았다. 의존성은 우울에 대한 주효과만을 보였고, 성취스트레스나 관계스트레스와의 상호작용효과는 없었다. 남자대학생의 경우는 여자대학생과 상반된 결과를 보였다. 즉, 의존성은 관계스트레스와 우울의 관계를 증대하였지만, 성취스트레스와 우울의 관계에서 상호작용효과는 나타나지 않았다. 자기비난은 우울에 대한 주효과만을 보였고, 성취스트레스 및 관계스트레스와의 상호작용효과가 없는 것으로 나타났다.

특정취약성 가설에 따르면, 우울은 의존성이나 자기비난이 높은 개인이 자신의 기질적 특성과 일치하는 부정적인 사건을 경험할 때만 발생하게 된다. 즉, 성취에 초점이 있는 개인은 성취경험에서의 실패로 인해서, 대인관계를 중시하는 개인은 외상적인 관계경험으로 인해 우울을 경험하게 된다.

여자대학생의 자기비난적 특성이 성취스트레스와 우울의 관계에서 증대역할을 한다는 본 연구의 결과는 자기비난적 성격차원에서 특정취약성 가설을 지지하는 것으로, 동일한 성취 스트레스 상황에서 자기비난적 특성이 높은 여자대학생이 우울을 경험할 가능성이 더 높음을 시사하는 것이다. 이는 성격·사건 일치가설을 검증한 결과 대학생의 자율지향성은 성취관련 사건과 상호작용을 보였지만 대인관계 사건과는 상호작용을 보이지 않았다는 연구(이민규, 2000)와 맥을 같이 하는 것이다. 또한, 여자대학생의 경우 자율성이 높은 집단은 자율성과 부정적인 성취사건이 상호작용하여 우울을 예측하였지만, 의존성과 대인관계 사건은 상호작용을 보이지 않았다는 배정희(1996)의 연구결과와도 일치한다.

여성들의 경우 여성성이 높을수록 자기비난적 특성이 낮은 것으로 보고되고 있는데

(Sanfilipo, 1994), 일반적으로 청소년기에는 남녀의 성차가 두드러지면서 여성적인 특성을 발달시키지만 대학생이 되면 자기정체성의 문제가 재기되면서 자기정의와 독립을 위해 애쓰게 된다. 특히 우리나라 여자대학생들의 경우 학업, 장래 및 진로문제로 인한 성취관련 스트레스를 가장 많이 경험하는 것으로 보고되고 있다(공수자·이은희, 2006). 성취지향적인 특성이 강조되는 대학생활에서 여성적 특성보다는 독립적이고 경쟁적인 남성적인 특성을 지향하게 되는데, 자기비난적 특성이 강한 여대생들은 자기기준이 충족되지 못할 때 성취스트레스에 과민하게 반응하게 되어 우울을 경험할 수 있음을 의미한다. 본 연구의 결과는 성취관련 스트레스로 우울을 경험하는 여대생을 상담하는 경우 학업상담과 진로상담을 통하여 현실적인 문제해결을 조력하는 것도 중요하지만, 특히 자기비난 수준을 낮추는 데 초점을 두고 개입하는 것이 우울수준을 낮추는 데 효과적임을 시사한다.

남자대학생의 경우, 의존성은 관계스트레스와 우울의 관계를 중재하였지만, 성취스트레스와의 상호작용은 유의하지 않은 것으로 나타나 의존성 차원에서 특정취약성 가설을 지지하고 있다. 이는 의존성은 그 자체로 우울취약 요인이 되며 의존성이 높은 사람들이 부정적 생활스트레스에도 민감하여 쉽게 우울증으로 발전될 수 있다는 주장(조옥귀, 1998)과 일치하지만, 의존성이 대인관련 스트레스와 우울의 관계를 중재하지 못한 것으로 나타난 연구들(이민규, 2000; 배정희, 1996)과는 일치하지 않는다. 이러한 상이한 결과는 상호작용효과를 분석할 때 전체 대학생을 대상으로 했는가, 성별에 따라 남녀를 달리 분석했는가에 기인한 것으로 보인다. 전체 대학생들을 대상으로 한 선행연구와 달리 본 연구에서는 남녀를 분리하여 결과를 분석하였다. 남성과 여성은 성장하면서 받게 되는 사회적 문화적 영향이 다르므로, 자기비난과 의존성이 우울에 미치는 영향 또한 다를 것으로 보았기 때문이다.

발달적 조망에서 보면, 초기아동기에 남아들은 어머니로부터 아버지에게로 동일시의 인물이 이동하면서 자율성과 자기비판을 강조하게 되는 반면, 여아들에게는 여전히 어머니가 동일시 대상으로 유지되면서 친밀성과 관계성을 중시하게 된다. 남성들의 경우 전형적으로 자율성과 자기정도가 높이 평가되는 반면, 여성들의 경우 관계성과 애착을 소중히 여기도록 장려된다. 이러한 문화적 발달적 요소로 인해 자기비판과 의존성은 성별에 따라 다르게 강조되는데, 자율성과 성취를 요구받는 남성의 경우 높은 의존성은 자신 및 타인으로부터 문제가 있는 것으로 지각되고 우울에 취약한 요소

가 될 수 있다. 마찬가지로, 여성의 높은 자기비판성은 성취지향성과 여성성의 갈등으로 인한 정체성 문제 및 타인으로부터의 비난을 초래할 수 있고, 이는 우울에 취약한 요소로 기능할 수 있다(Blatt, 2004; Luyten et al., 2007).

남자대학생의 경우 자기정의와 자기비판적 요소가 전형적인 남성적 특성이기 때문에 자기비난적 특성이 생활스트레스와 상호작용하여 우울을 예측하지는 않는 것으로 보인다. 자기비난 수준이 높은 남자대학생이라고 해서 스트레스 상황에서 반드시 더 높은 우울을 경험하지는 않는다는 것이다. 반면, 남성들에게 취약한 요소라고 여겨지는 의존성은 관계 스트레스 상황에서 상호작용을 일으켜 우울에 영향을 미친 것이라고 볼 수 있다. 의존성 수준이 높은 남자대학생은 스트레스 상황에서 특히 대인관계 문제로 고통을 받게 되면 의존성이 낮은 경우에 비해 우울을 경험할 가능성이 더 높다는 것이다. Zuroff 등에 의하면 실제로 의존성이 높은 남성들은 대인관계 문제해결 상황에서 수동적이고 비주장적인 대인관계방식을 보였고(Viglione et al., 1990 재인용), 남성들의 높은 의존성은 높은 수준의 우울과 관련이 있었다(Safilipo, 1994). 우울에 대한 의존성과 스트레스와의 상호작용효과가 크지 않았기 때문에 추후연구를 통해 반복적으로 확인할 필요가 있지만, 이러한 결과는 관계스트레스로 인해 우울을 경험하고 있는 남자대학생을 상담할 때 의존적 특성을 고려할 필요가 있음을 시사한다 하겠다.

여자대학생의 경우 우울에 대한 의존성의 설명력이 상대적으로 낮았고 스트레스와 우울에 대한 중재효과가 유의하지 않았던 것도 같은 맥락으로 볼 수 있다. 즉, 의존성은 여성들에게 자연스러운 특성으로 간주되기 때문에 스트레스 상황에서 의존적인 특성이 높다고 해서 더 우울해지는 것은 아니며, 의존적인 특성이 낮다고 해서 덜 우울해지는 것은 아니라는 것이다. Sanfilipo(1994)도 높은 의존성은 여성의 우울과는 상관이 없었다고 보고하면서 여성의 의존성이 안정적인 성역할 특성에 기인하는 것으로 해석하였다. 또한, 의존성이 더 많은 사회적 지지의 제공과 관련이 있었다는 연구(Priel & Shahar, 2000)에서도 알 수 있듯이, 의존적인 개인은 긍정적인 사회적 맥락을 유지하려고 애쓰기 때문에 우울에 취약한 특성이기도 하면서 동시에 적응적인 탄력적 기능을 갖고 있는 것으로 보인다.

둘째, 생활스트레스와 우울의 관계에서 자기비난 및 의존성은 모두 부분매개효과를 보였다. 남녀 대학생 모두 자기비난이 성취스트레스와 우울, 관계스트레스와 우울의 관계를 부분매개하는 것으로 나타났고, 의존성 역시 남녀 대학생 모두 성취스트레스

와 우울, 관계스트레스와 우울의 관계를 부분매개하는 것으로 나타났다. 이는 대학생의 생활스트레스가 우울에 직접적인 영향을 미치며, 동시에 생활스트레스가 자기비난 수준과 의존성 수준을 높임으로써 간접적으로 우울에 영향을 미치고 있음을 의미한다.

자기비난적 특성과 스트레스와의 높은 상관을 보고한 Priel과 Shahar(2000)의 연구가 시사하듯이, 자기비난적 특성이 높은 개인은 성취스트레스 상황에서 자신의 기대를 충족시키지 못하게 될 때 자기비난의 기제를 더욱 활성화시키는 것으로 보인다. 이는 타인들이 자신을 높은 기준에 맞추어 평가할 것으로 지각하고, 그 기준을 지나치게 중시한 나머지 자신의 수행에 대해 염려하고 의심하는 경향을 보이는 평가적 염려 완벽주의가 생활스트레스와 우울의 관계를 매개한다는 박경(2004)의 연구결과와 맥을 같이 하는 것이다. 마찬가지로, 대인관계 상황에서도 거절과 직면을 당하게 되면 사회적 기술에 대한 자기확신이 감소되면서 자기비난 수준이 높아지게 되고, 자신에 대한 부정적인 평가와 자기가치감의 감소로 인해 우울을 경험하게 되는 것으로 보인다. 따라서 자기비난적 특성이 높은 대학생의 경우 대인관계적 맥락에 초점을 두기보다는 이면의 부정적인 신념을 변화시키는 개입이 우울을 완화시키는 데 더 효과적일 것으로 보인다(Marshall et al., 2008).

또한, 스트레스 상황은 내재된 의존욕구를 활성화시키고 강화하게 되는데, 끊임없이 애정을 구하고 확인하려는 의존욕구를 표현하는 행위는 주위의 타자를 고갈시킬 수 있고, 특히 남성의 경우 사회적 기대에 부응하지 못한다는 지각으로 인해 더 많은 우울을 경험하게 될 수 있을 것이다. 대학생의 높은 의존적 특성은 성취스트레스와 우울의 관계를 중재하는 것으로 나타났는데(Robin et al., 1995), 관계 스트레스 상황 뿐만 아니라 성취스트레스 상황 역시 의존적 특성을 활성화시키게 되고, 활성화된 의존욕구가 충족되지 않을 때 불안과 우울을 야기할 수 있는 것으로 보인다.

그러나, 본 연구에서 의존성의 매개효과는 남녀 모두 자기비난의 매개효과에 비해 상대적으로 약한 것으로 나타났다. 즉, 자기비난의 매개효과가 의존성의 매개효과보다 높았는데, 이는 스트레스 상황은 의존성보다는 자기비난적인 특성에 더 많은 영향을 미치며 의존성보다는 자기비난이 우울의 경험과 더 높은 관련이 있음을 보여준다. 자기비난적인 개인은 개인적이거나 심리내적 스트레스를 경험할 때, 의존적인 개인은 대인관계 스트레스를 경험할 때 자살을 시도하는 경향이 있었는데(Fazaa & page, 2003), 특히 학업이나 진로, 직장과 관련된 중대한 문제들은 일시적으로 개선되거나

해결될 가능성이 적기 때문에 성취를 강조하는 대학생활에서 자기비난적 특성은 우울에 더 취약한 요인으로 작용한다고 볼 수 있겠다.

본 연구의 제한점 및 추후연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 특정 지역의 대학생만을 대상으로 하였기 때문에 전국의 대학생으로 확대하여 일반화하는데에는 한계가 있다. 둘째, 본 연구에서는 생활스트레스와 우울에 대한 자기비난과 의존성의 역할이 성별에 따라 다르게 나타났다. 여대생의 경우에는 자기비난적 차원에서, 남자대학생의 경우에는 의존적 차원에서 특정취약성 가설이 지지되었는데, 일반화를 위해서는 반복연구를 통해 확인할 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서는 대학생을 대상으로 스트레스와 우울의 관계에서 성격특성의 역할을 살펴보았다. 청소년과 대학생, 일반 성인을 대상으로 연령별 발달단계별로 자기비난과 의존성의 역할을 비교해보는 것도 의미가 있을 것이다.

본 연구의 의의는 우울에 취약한 성격특성으로 알려진 자기비난과 의존성의 역할을 경험적으로 입증했다는 것이다. 본 연구의 결과는 관계스트레스와 성취스트레스를 경험하는 대학생들의 우울을 예방하기 위해서는 자기비난적 특성과 의존적 특성을 감소시키는 것이 중요하며, 우울한 대학생들을 상담할 때 치료적 개입에 앞서 성격적 특성을 평가하는 것이 매우 중요함을 시사한다. 또한, 상담 과정에서는 당면한 스트레스 상황에서 현실적 과제를 해결하도록 조력할 뿐만 아니라, 스트레스 상황과 성격적 특성이 어떻게 상호작용하며 어떤 경로를 통해 우울을 경험하게 하는지에 초점을 두고 개입해야 할 필요가 있음을 시사한다.

참 고 문 헌

- 공수자 · 이은희(2006). 여자대학생들의 생활스트레스와 우울간의 관계에서 대처방식의 매개효과. 한국심리학회지: 여성, 제11권 제1호, pp. 21-40.
- 김남재(2002). 생활스트레스와 우울 증상의 관계에서 자동적 사고의 역할. 한국심리학회지: 건강, 제7권 제2호, pp. 181-195.
- 김미례(2007). 기혼여성의 생활스트레스와 우울의 관계에서 자아존중감의 매개효과 및 조절효과 검증. 한국심리학회지: 건강, 제12권 제4호, pp. 761-777.
- 김봉환 외(2004). 학교진로상담. 서울: 학지사.
- 김은정 · 권정혜(1998). 우울증상과 대인관계 취약성: 사회성 및 자율성 성격유형을 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 제17권 제1호, pp. 155-169.
- 김지현(2006). 스트레스와 우울간의 관계 - 문제해결력과 역기능적 태도의 중재효과와 매개효과. 건양대학교 석사학위논문.
- 박경(2004). 부정적 생활스트레스와 우울과의 관계: 문제해결과 완벽주의의 중재효과와 매개효과. 한국심리학회지: 건강, 제9권 제2호, pp. 265-283.
- 박부형(2000). 자기비난적 우울과 의존적 우울의 분리-개별화 수준 및 대상관계 특징. 카톨릭대학교 석사학위논문.
- 박은옥(2008). 청소년의 자살시도에 영향을 주는 요인. 대한간호학회지, 제38권 제3호, pp. 465-473.
- 배정희(1996). 성격과 생활사건의 일치가 우울에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 이민규(2000). 우울에 대한 성격-사건간의 일치성 가설의 검증. 한국심리학회지: 임상, 제19권 제2호, pp. 247-257.
- 이숙정 · 유지현(2008). 대학생의 학업 및 진로스트레스와 대학생활적응의 관계에 대한 자기효능감의 매개효과. 교육심리연구, 제22권 제3호, pp. 589-607.
- 이영호 · 송종용(1991). BDI, SDS, MMPI-D척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. 한국심리학회지: 임상, 제10권 제1호, pp. 98-113.
- 이은희(2004). 대학생들이 경험하는 생활스트레스와 우울: 공변량 구조모형을 통한 대처방식의 조절효과 검증. 한국심리학회지: 건강, 제9권 제1호, pp. 25-52.
- 전경규 · 김교현 · 이준석(2000). 개정판 대학생용 생활스트레스 척도 개발 연구. 한국

- 심리학회지: 건강, 제5권 제2호, pp. 316-335.
- 조옥귀(1998). 우울취약성에 대한 연구(사회향성-자율성, 성격차원 및 완벽주의를 중심으로). *인문논총*, 제10권 제1호, pp. 393-410. 경남대학교 인문과학연구소.
- 최미경(2003). 대학생의 자각증상과 우울 및 스트레스 대처행동의 관계. *대한간호학회지*, 제33권 제3호, pp. 433-439.
- 최미례(2004). 우울에 미치는 우울반응양식의 효과: 남녀차이를 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 제9권 제4호, pp. 953-972.
- 최미례 · 이인혜(2003). 스트레스와 우울의 관계에 대한 자아존중감의 중재효과와 매개효과. *한국심리학회지: 임상*, 제22권 제2호, pp. 363-383.
- 홍지연(2005). *대학생의 스트레스와 우울의 관계*. 영남대학교 석사학위논문.
- Abela, J. R. Z., & Payne, A. V. L.(2003). A test of the integration of the hopelessness and self-esteem theories of depression in schoolchildren. *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 27 No. 5, pp. 519-535.
- Abela, J. R. Z., Sakellaropoulo, M., & Taxel, E.(2007). Integrating two subtypes of Depression. - Psychodynamic theory and its relation to hopelessness depression in early adolescents. *Journal of Early Adolescence*, Vol. 27 No. 3, pp. 363-385.
- Abela, J. R. Z., & Taylor, G.(2003). Specific vulnerability to depressive mood reactions in schoolchildren: The moderating role of self-esteem. *Journal of Clinical Child and Adolescent psychology*, Vol. 32 No. 3, pp. 408-418.
- Abela, J. R. Z., & Veronniau-McArdle, M.(2002). The relationship between self-complexity and depressive symptoms in third and seventh grade children: A longitudinal study. *Journal of abnormal Child psychology*, Vol. 30 pp. 155-166.
- Allen, N. B., Home, D. J. L., & Trinder, J.(1996). Sociotropy, autonomy, and dysphoric emotional responses to specific classes of stress: A psychophysiological evaluation. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 105, pp. 25-33.
- 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*, Vol. 51, pp. 1173-1182.

- Beck, A. T.(1983). Cognitive therapy of depression: New perspectives. In P. J. Clayton & J. E. Barrett(Eds.), *Treatment of depression: Old controversies and new approaches*(pp.265-290). New York: Raven.
- Blatt, S. J.(2004). *Experiences of depression: Theoretical, clinical and research perspectives*. Washington, DC.: American Psychological Association.
- Blatt, S. J., & Zuroff, D. C.(1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review, Vol. 12*, pp. 527-562.
- Blatt, S., J., & Zuroff, D. C.(2005). Empirical evaluation of the assumptions in identifying evidence based treatments in mental health. *Clinical Psychology Review, Vol. 25*, pp. 459-486.
- Blatt, S.J., Schaffer, C. E., Bers, S. A., & Quinlan, D. M. (1992). Psychometric properties of the depressive experiences questionnaire for adolescents. *Journal of Personality Assessment, Vol. 59 No. 1*, pp. 82-98.
- Evans, D. L., & Andrews, L. W. (2005). *If your adolescent has depression or bipolar disorder*. New York: Oxford University Press.
- Fazaa, M., & Page, S. (2003). Dependency and self-criticism as predictors of suicidal behavior. *Suicide and Life-Threatening Behavior, Vol. 33 No. 2*, pp. 172-185.
- Lakey, B., & Ross L. T. (1994). Dependency and self-criticism as moderators of interpersonal and achievement stress: The role of initial dysphoria. *Cognitive Therapy and Research, Vol. 18 No. 6*, pp. 581-599.
- Luyten, P., Sabbe, B., Blatt, S.J., Meganck, S., Jansen, B., De Grave, C. Maes, F., & Corveleyn, J.(2007). Dependency and self-criticism: Relationship with major depressive disorder, severity of depression, and clinical presentation. *Depression and Anxiety, Vol. 24*, pp. 586-596.
- Marshall, M. B., Zuroff, D. C., McBride, C., & Bagby, R. M. (2008). Self-criticism predicts differential response to treatment for major depression. *Journal of Clinical Psychology, Vol. 64 No. 3*, pp. 231-244.
- Priel, B., & Shahar, G.(2000). Dependency, self-criticism, social context and distress: Comparing moderating and mediating models. *Personality and Individual*

- Differences, Vol. 28*, pp. 515-525.
- Robins, C. J., Bagby, R. M., Rector, N. A., Lynch, T. R., & Kennedy, S. H.(1997). Sociotropy, autonomy, and patterns of symptoms in patients with major depression: A comparison of dimensional and categorical approaches. *Cognitive Therapy and Research, Vol. 21 No. 3*, pp. 285-300.
- Robins, C. J., Hayes. A. M. Block, P., Kramer, R. J., & Villena, M.(1995). Interpersonal and achievement concerns and the depressive vulnerability and symptom specificity hypotheses: A prospective study. *Cognitive Therapy and Research, Vol. 19 No. 1*, pp. 1-20.
- Sanfilipo, M. P.(1994). Masculinity, femininity, and subjective experiences of depression. *Journal of Clinical Psychology, Vol. 50 No. 2*, pp. 144-157.
- Shahar, G., Blatt, S. J., Zuroff, D. C., Kuperminc, G. P., & Leadbeater, B. J. (2004). Reciprocal relations between depressive symptoms and self-criticism(but not dependency) among early adolescent girls(but not boys) *Cognitive Therapy and Research, Vol. 28 No. 1*, pp. 85-103.
- Shahar, G., Gallagher, E. F., & Blatt, S. J., Kuperminc, G. P., Leadbeater, B. J.(2004). An interactive-synergic approach to the assessment of personality vulnerability to depression: Illustration using the adolescent version of the depressive experiences questionnaire. *Journal of Clinical Psychology, Vol. 60 No. 6*, pp. 605-625.
- Sturman, E. D., Mongrain, M., Kohn, P.M.(2006). Attributional style as a predictor of hopelessness depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly, Vol. 20 No. 4*, pp. 447-458.
- Viglione, D. J. Jr., Clemmey, P. A., & Camenzuli, L.(1990). The depressive experiences questionnaire: A critical review. *Journal of Personality Assessment, Vol. 55 No. 1 & 2*, pp. 52-64.
- Zuroff, D. C., Mongrain, M., & Santor, D.(2004). Conceptualizing and measuring personality vulnerability to depression: Comment on Coyne and Whiffen (1995). *Psychological Bulletin, Vol. 130*, pp. 489-511.

ABSTRACT

The Role of Self-Criticism and Dependency in the Relationship between Life Stress and Depression in University Students

Kim, Jung-Mi · Cho, Hyun-Jae*

Self-criticism and dependency have been proposed as personality dimensions that confer a degree of vulnerability to depression. The purpose of this study was to examine the role of self-criticism and dependency in the relationship between life stress and depression. That is, we tested the specific vulnerability hypothesis and examined whether self-criticism and dependency would mediate the effect of life stress on depression. 423 university students completed questionnaires assessing life stress, self-criticism, dependency, and depression. Our results provided limited support for the specific vulnerability hypothesis. The results also indicated that self-criticism and dependency partially mediated the relationship between life stress and depression of university students. The current findings suggest that reducing the level of self-criticism and dependency may be an effective means of intervention for university students who are experiencing depression.

Key Words : life stress, depression, self-criticism, dependency

투고일 : 3월 13일, 심사일 : 4월 22일, 심사완료일 : 5월 11일

* Kyungpook National University