Korean Journal of Clinical Psychology
2020. Vol. 39, No. 1, 15-24

Original Article
© 2020 Korean Clinical Psychology Association
https://doi.org/10.15842/kjcp.2020.39.1.002
eISSN 2733-4538

Relationship between College Life Adjustment and Depression among Female University Students: Moderating Effects of Social Networks

Ji-eun Hong Bo-eun Kim Sung-Won Choi†

Department of Psychology, Duksung Women's University, Seoul, Korea

This study aims to assess the relationship between college adaptation and depression in early adult college female students and examine the moderating effects of social networks within this process. Specifically, this study evaluated the "Intimacy Network" and "Discussion Network" indicators, which represent the qualitative aspects of social networks. A total of 145 college students completed a survey comprising the following instruments: Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ), the Korean version of the Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D), and a general social survey name generator. Results regarding adaptation to college life showed a negative relationship with depression. Although the moderating effect of network size was not significant, the moderating effect of intimacy networks and discussion networks was significant. This study emphasizes the role of human resources in mediating the level of depression among college students by highlighting the importance of intimacy and the ability to have in-depth discussions with other people. By examining the changes in psychological views and implementing a new estimation method that complements the existing network indicators, this study shows the practical value of analyzing the social relationships of college students. Finally, the limitations and clinical implications of this study are also discussed.

Keywords: depression, college adaptation, intimacy network, discussion network, name generator

우울은 건강한 사람들도 흔히 경험할 수 있는 정서적 어려움으로 기분 및 흥미의 저하뿐 만 아니라 인지적, 생리적 증상을 동반하며 다양한 영역에서 해로운 영향을 미치는 부정적인 마음상태이다 (American Psychiatric Association, 2017). Health Insurance Review & Assessment Service-National (2018)의 질병통계에 따르면 대학생들의 우울 문제는 심각한 수위에 있음을 알 수 있는데, 20대 환자는 9만 8,434명으로 2012년(5만 2,793명)에 비해 2배 가까이 증가한 것으로 나타났으며, 같은 기간 우울 진단을 받은 환자의 세대별 증가율(10대: 39%, 30대: 25%, 40대: 13%, 50대: 2%)과 비교했을 때, 20대는 6년간 87% 증가율을 보여 전 연령층을 압도한 것을 알 수 있다. 성인 초기에 경험하는 우울은 성인기까지 지속될 가능성이 높고, 재발하거나 다른 정신장애를 동반하는 경우가 많아(Essau, Conradt, & Petermann, 2000) 발생원인 및 중재요인을 밝히기 위한 연구들이 꾸준히 이루어져 왔다.

대학생 시기는 발달상 청소년기에서 성인기로 진행되는 과도기 단계로서 급격한 환경적 변화로 인해 다른 인생 주기에 비해 혼란을 경험할 가능성이 크다. 대부분의 대학생들은 학업의 양과 질, 학습 방법에서 중고등학교 때의 생활과 큰 차이를 느끼고 있을 뿐만 아니라, 대인관계나 진로 개척 등의 다양한 영역에서도 이전까지 경험하지 못한 여러 가지 역할 기대와 책임, 자율 등을 요구받아 적응적으로 어려움이 가중되는 것으로 보인다. 또한 고학력 추세에 따라 청소년들의 진로결정 시기가 대학으로 연기되고 있으며, 취업난이 심해지면서 실용학문 위주의 전공선택으로 자신의 적성과 흥미, 장래를 충분히 고려하지 않고 전공을 선택하는 경우가 많아 이전

†Correspondence to Sung-Won Choi, Department of Psychology, Duksung Women's University, 33 Samyang-ro 144-gil, Dobong-gu, Seoul, Korea; E-mail: karatt92@duksung.ac.kr

Received Sep 8, 2019; Revised Jan 15, 2020; Accepted Jan 20, 2020

This research was supported by the Duksung Women's University Research Grants 2018, and this manuscript is a revision and amendment of the first author's master's thesis from Duksung Women's University.

세대에 비해 대학생활을 하면서 많은 좌절과 갈등을 경험하고 있는 것으로 보인다. 실제로, 대학생들에게 있어 대학 내의 적응문제와 이로부터 발생되는 대학생활 관련 스트레스 경험은 우울과 정적인 상관을 보여주는 것으로 나타났으며(Cho, Do, & Goo, 2015; Teo, Choi & Valenstein, 2013), 우울 성향 및 스트레스를 가진 대학생들 역시 대학생활에 적응하지 못하는 것(Lee et al., 2009; Park, Choi, Lee, & Park, 2014)으로 나타나 이 둘 간의 관계는 상호 연관성이 있는 문제로 인식 가능하다.

한편, 적응이 우울로 발생하는 데는 보호요인이 될 수 있는 자원의 양이나 질에 따라 개인차가 존재하며, 사회적 관계는 이러한 개인차를 설명해줄 수 있는 중요한 요인 중 하나라 할 수 있다. 사회적 관계(social relationships)는 인간과 인간 사이에 존재하는 형태로 가족, 친구, 이웃 뿐 아니라 지속적으로 상호작용하는 관계를 말한다. Podolny (2001)는 이러한 사회적 관계가 정보나 정서적, 물리적 자원이 움직이는 통로(pipe)로써 기능한다고 하였으며, 이는 고립된 사람들에 비해 사회적 관계가 발달한 사람들은 필요할 때 도움을 받을 수 있는 자원의 동원 가능성이 높다는 일반적인 견해와 맥을 같이한다.

사회적 관계를 구조적 측면에서 가장 보편적으로 설명하는 객관적인 측정 방식은 사회연결망(social network)이다. 측정 방식이나 분석 기법에서의 차이는 있지만 사회연결망은 대체적으로 우울이나 고독과 같은 정신적 측면에 중요 조절변인 역할을 하고 있다(Bacikova-Sleskova et al., 2007; Stephens & Thomas, 2014)고 밝혀져 왔다. 학교장면에서 역시 사회연결망은 정신건강을 예측하는 주요 변인이면서 스트레스의 중요한 중재요소로 제시되고 있다. Coleman (1987)은 학부모와 교사, 학생 간의 연결망을 강화함으로써 사회적 자본을 증가시키면 학생들의 학업성취도가 높아지고, 학교생활에서의 스트레스가 감소되는 결과를 도출한다고 주장하였으며, 국내외적으로 이를 뒷받침해줄 수 있는 관련 연구들이(Ahn & Choi, 2012; Lee, 2004; Rueger, Malecki, & Demaray, 2010) 많이 진행되었다. 즉, 학생들에게 사회연결망은 당면한 과제에 대처할 수 있는 자원을 제공해 줄 수 있을 뿐만 아니라 스트레스를 완충시켜 주는 데 핵심적인 역할로 작용할 수 있다고 볼 수 있다.

사회적 관계를 측정하는 또 다른 방식인 사회적 지지(Social Support)는 기능적 관점에서 행위의 속성에 따라 물질적, 정서적, 정보적, 평가적 지지로 구분하는 것이 대표적이나(House, 1983), 자기보고식 평가로 구성원의 다양성이나 개개인과의 관계의 깊이 등 심층적이고 질적인 관계의 구조 특성을 파악할 수 없다는 한계가 있다. 반면 사회연결망은 개인을 둘러싸고 있는 사회적 관계의 연결을 살펴볼 수 있고, 이름 추출법(name generator)을 통해 개인이 맺고 있는 구성원의 이름을 각각 언급한 다음 인구통계학적 특성과 그들 간의 관계의 질적 깊이에 대해 답하도록 되어 있다(Burt, 1984). 따라서 사회연결망은 주관적으로 지지받고 있는지에 대한 사회적지지 평가보다 부적응 발생시에 개인에게 발생될 수 있는 우울을 중재해주는 실질적인 '자원(resource)'의 의미에 더 근접하다고 볼 수 있다.

최근 사회연결망 연구들은 기존 연구 방식에서 나아가 연결망을 타고 흐르는 질적인 자원을 반영하는 '친밀'과 '상의 가능성', '신뢰'와 같은 연결망 지수를 측정하여 연결망의 유형에 따른 효과를 살펴보고자 하는 시도들이 증가하고 있다. 이에 대한 선행연구들(Lee, 2013; Park & Bae, 2016)에서는 사회연결망 지표가 우울과 무조건적으로 선형적 관계를 가지지 않으며, 연결망의 성격이나 맥락, 즉 개인에게 인지된 지지 정도에 따라 효과가 달라질 수 있음을 보고하고 있다. 그러나 대부분의 사회연결망을 사용한 연구들은 크기나 접촉빈도를 측정하고 있고 이러한 지표들은 개인에게 부담(demand, social conflict)으로 작동할 수 있는 부정적 측면(Seeman, Lusignolo, Albert, & Berkman, 2001)까지 포괄하고 있다고 볼 수 있다. 따라서 사회연결망에서 지지적인 측면만을 반영하는 측정치를 추출 및 분리해야 보다 명확한 관계를 살펴볼 수 있을 것이다. 즉, 기존의 사회연결망 지표를 우울의 보호 요인으로 일반화시키기 위해서는 지지적 요인이 반영된 관계의 속성에 대한 구체적인 검토가 필요하며, 이를 위해 사회적 관계의 다양성이나 교류하고 있는 지지적 자원의 유형을 세분화하여 질적 의미가 반영된 연결망 지표에 대한 고민이 필요하다.

이러한 선행연구들의 최신 흐름과 한계점을 기반으로 본 연구에서는 '친밀감'과 '상의'에 대한 지지적 자원을 중심적으로 살펴볼 예정이다. 친밀감은 특정한 시간에 일어난 두 사람 사이의 친밀한 경험과 행동을 포괄하는 개념이다(Prager, 1997). 본 연구에서 제시하는 친밀연결망(Intimacy Network)이란 한 개인이 타인에게 느끼는 밀접함을 나타내고, 개인과 개인이 상호연합되어 있어 서로에게 결속되어 있다고 느끼는 정도를 설명해주는 지표로 볼 수 있다. 관계로부터 인지되고 있는 친밀감의 정도가 강하면 우울로의 전이를 완화시켜 줄 수 있지만 친밀한 관계 형성의 반복적 실패는 우울과 외로움, 의욕의 저하, 정서적 고립, 스트레스의 부적절한 대처 등 다양한 심리사회적 부적응을 유발(Thelen, 1993)할 수 있으므로 대학생들의 대학생활적응과 우울의 관계에서 친밀감이 중요한 보호요인으로 작용할 수 있으리라 본다. 상의는 사회적 지지 유형 중 정보적 지지의 기능과 가깝다고 볼 수 있는데, 개인에게 필요한 정보와 문제 해결 및 대처에 도움이 될 수 있는 정보를 제공해줄 수 있는 지지(Lee & Song, 2004)를 의미한다. 상의는 친밀감에 비해 덜 주

https://doi.org/10.15842/kjcp.2020.39.1.002

목받고 있지만 대학생들에게 정보교류 및 소통의 역할이 중요할 수 있다는 관점에서 주목해야 할 사회적 관계의 속성이다. 따라서 본 연구에서 제시되는 상의연결망(Discussion Network)은 개인에게 발생한 개인적 또는 환경적 문제들을 극복하는데 있어 상의할 수 있는 관계의 질을 설명해주는 지표라 할 수 있다.

Teo 등(2013)은 사회적 관계의 질(quality of social relationships)은 10년 후의 우울증의 발달을 예측해 주는 중요 인자임에 반해, 양적 수치로서의 연결망 크기는 독립적으로 우울을 예측하지 못함을 보고하고 있기도 하다. 또한 사회적 지지와 우울의 관계에서 연결망 크기가 이들을 중재하지 못하였다는 결과를 통해 지인의 수와는 독립적으로 주관적으로 인지된 관계의 질이 높다면 우울이 발생되지 않음을 알 수 있다. 이는 실제 객관적인 사회연결망 지표가 우울과 관련이 있을 수 있지만 관계의 기능적인 질을 반영하지 않으면 사회적 지지 지표보다 예측력이 미미할 수 있다는 가정을 가능하게 해준다. 따라서 네트워크 분석체계에 심리학의 사회적 지지 개념을 접목시키는 것에서 나아가 기존 사회연결망의 측정 및 산출방식에 대한 질적 재검토가 필요한 것으로 보인다. 특히, 선행연구에서 진행된 이름 추출법의 연결망 지표들의 분석방법은 개개인별로 추출된 값의 평균 점수를 계산하였으나 이는 관계의 심층적 차이를 변별해주지 못했을 가능성이 있기 때문에 이를 보완해줄 수 있는 산출방식으로 연결망 수치에 가중치를 부여하여 양적 데이터의 질적해석을 도모해볼 수 있다. 예를 들어, 각각 4점, 3점, 1점, 1점씩 상의할 수 있는 5명의 지인이 있는 A와 모두 2점 정도 상의할 수 있는 5명의 지인이 있는 B를 비교할 때, 평균으로 산출할 시 연결망 강도가 2로 동일하지만 가중치를 부여한 제곱의 합으로 산출할 시 A의 상의 연결망 강도는 28, B의 상의 연결망 강도는 20으로 A와 B의 관계의 질적 차이를 반영해 주는 값을 도출해준다. 따라서 본 연구에서는 기존 분석 방법에서 변별해 주지 못했던 관계의 심층적 차이를 새로운 산출 방법을 통해 추출하고자 한다.

이상에서 살펴본 내용을 토대로 본 연구의 모형은 Figure 1과 같다. 본 연구는 일차적으로, 성인 초기 대학생들의 스트레스원이 될 수 있는 대학생활적응이 우울에 미치는 영향에 대해 알아보고자 한다. 다음으로, 우울을 완충시켜 주는 역할을 한다고 알려진 사회연결망에 대한 조절효과를 살펴볼 것이다. 특히, 기존 연구들에서 이루어진 사회적 관계에 대한 양적 접근 및 산출방식에서 나타난 한계점을 보완하여 관계를 통해 흐르는 친밀한 정도와 상의 정도가 이들을 유의미하게 중재해주는지 확인하고자 한다. 이에 본 연구는 다음과 같은 가설을 제시하고 이를 검증하고자 한다.

가설 1. 대학생활적응은 우울에 유의미한 영향을 미칠 것이다. 즉, 대학생활적응 수준이 낮아지는 것은 우울의 수준이 높아지도록 할 것이다.

가설 2. 사회연결망의 크기는 대학생활적응과 우울의 관계에서 우울을 중재하지 못할 것이다.

가설 3. 대학생활적응이 우울에 미치는 영향은 친밀연결망과 상의연결망 수준에 따라 다를 것이다. 즉, 친밀연결망과 상의연결망이 낮을 경우, 대학생활적응이 낮은 집단이 높은 집단에 비해 우울 수준이 높을 것이고, 친밀연결망과 상의연결망이 높을 경우, 대학생활적응이 낮은 집단이 높은 집단에 비해 우울 수준이 낮을 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 저자가 소속되어 있는 "사회연결망 분석을 통한 부적응 대학생 조기진단 및 적응증진 프로그램 개발"의 4차 자료를 사용하였다. 4차 자료는 서울 소재 여자대학교의 재학생 중 연구 참여에 동의한 자들을 대상으로 2018년 5월에 실시하였으며, 회수된 154부의 설문지 가운데 누락된 문항이 많거나 똑같은 번호만 일관되게 응답하는 등 불성실하게 참여한 9부를 제외한 총 145부의 자료가 최종적으로 결과 분석에 사용되었다. 학년별로는 4학년 39명(27%),

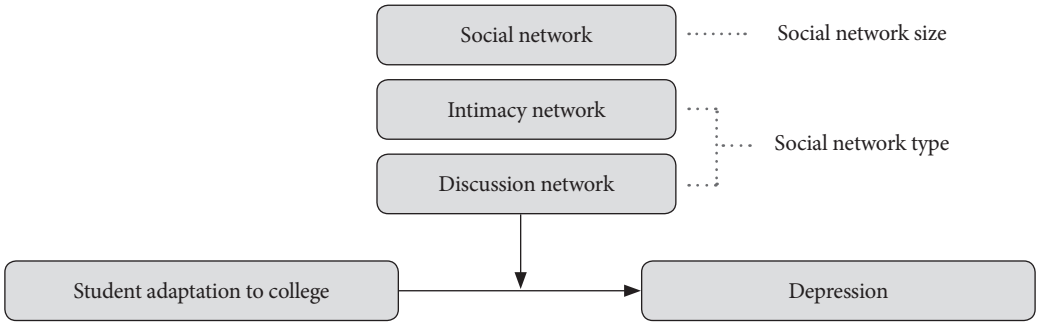

Figure 1. *Research model.*

1학년 37명(26%), 3학년 35명(24%), 2학년 34명(23%) 순으로 분포하였으며, 이들의 평균 연령은 22.38세였다. 본 연구는 연구자 소속 기관의 생명윤리심의위원회(Institutional Review Board)의 사전심의 및 승인(2018-001-004)을 받은 후 진행되었다.

측정도구

대학생활적응 척도(Student Adaptation to College Questionnaire, SACQ)

대학생활에서 적응 정도를 측정하기 위하여 Baker와 Siryk (1984)이 개발한 것으로, 본 연구에서는 Hyun (1992)이 번안 후 다수의 연구에서 활용된 것(Jung & Park, 2008; Park, 2019)을 사용하였다. 총 67문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도(1=‘전혀 그렇지 않다’, 5=‘매우 그렇다’)로 평정한다. 각각의 문항에서 점수가 높을수록 적응을 잘하는 것으로 볼 수 있으며 학업적 적응, 사회적 적응, 정서적 적응, 대학환경적 적응으로 4개의 하위 요인으로 구성되어 있다. 이중 정서적 적응 요인은 기존 대학생활적응 척도에서 대학생들의 적응실패를 알아보는 수단으로써 사용되었다. 그러나 문항에서 주로 측정되는 우울, 불안, 스트레스 정도는 적응실패의 결과(Jung, 2009; Park et al., 2014)로 볼 수 있으며, 적응으로부터 파생되는 이러한 심리적 문제는 엄밀한 의미에서 적응 밖의 문제라 할 수 있기 때문에 본 연구에서는 정서적 적응을 제거하고 측정하였다. 본 연구에서 전체 문항의 내적 합치도(Cronbach’s α)는 .94로 나타났다.

사회연결망(Social Networks)

사회연결망을 알아보기 위해 Burt (1984)가 개발하고 ‘일반사회조사(General Social Survey)’에서 사용하는 이름 추출법(names generator)을 본 연구의 목적에 맞게 수정하여 사용하였다. 지인연결망 크기는 기존 연구들(Huff, 2011; Kirby, Moraczewski, Warnell, Velnoskey, & Redcay, 2018; Lee, 2013)에서 사용하는 접촉하는 지인의 수를 측정하였고, 사회연결망 유형은 친밀감을 느끼는 정도를 측정하는 친밀연결망과 상의할 수 있는 정도를 측정하는 상의연결망을 사용하였다. 친밀연결망과 상의연결망은 ‘중요한 일에 대해 이야기하는 사람들 중에서 가장 자주 이야기하는 사람 5명을 떠올린 후 순서대로 적어주세요. 5명이 되지 않는 경우에는 5명보다 적게 적으셔도 됩니다’라는 공통문항이 사용되었으며, 기재된 이름을 보면서 각각의 문항에 해당하는 점수를 표기하도록 하였다.

지인연결망 크기(Social Network Size)

지인연결망 크기는 ‘대부분의 사람들은 때때로 다른 사람들과 중요한 일들에 대해서 이야기합니다. 예를 들어, 중요한 일이란 자신에게 일어난 좋은 일과 나쁜 일일 수 있고, 평소에 갖고 있던 걱정거리나 중요한 관심사가 될 수도 있습니다. 지난 1년간을 돌아보았을 때, 자신에게 중요한 것들에 대해 자주 이야기하는 사람들은 모두 몇 명인가요?’라는 문항으로 측정하였다. 이 문항을 통해 얼마나 많은 사람들과 관계를 맺고 있는지를 보고자 하였다. 본 연구에서 참가자들의 지인연결망 크기는 최소 1에서 최대 15로 보고되었다.

친밀연결망(Intimacy Network)

친밀연결망은 ‘n번째 분과 얼마나 친하다고 생각하십니까?’ 라는 문항을 통해 실시하였다. 친밀연결망은 4점 Likert 척도로 측정하였으며, 개별 구성원들에 대해서 ‘그리 친하지 않다’고 응답할 경우 1점, ‘어느 정도 친하다’는 2점, ‘많이 친하다’는 3점, ‘아주 많이 친하다’는 4점으로 측정하였다. 개별 구성원들에게 부여된 친밀 점수를 각각 제곱한 값을 모두 합산하여 친밀도 점수를 계산하였다. 본 연구에서 참가자들의 친밀연결망은 최소 4에서 최대 80으로 보고되었다.

상의연결망(Discussion Network)

상의연결망은 ‘자신에게 문제가 생기거나 중요한 결정을 할 때 n번째 분과 이야기하게 될 가능성이 얼마나 되는 것 같습니까?’ 라는 문항을 통해 실시하였다. 상의연결망은 4점 Likert 척도로 측정하였으며, 개별 구성원들에 대해서 ‘거의 가능성이 없다’고 응답할 경우 1점, ‘다소 가능성이 없다’는 2점, ‘다소 가능성이 있다’는 3점, ‘매우 가능성이 높다’는 4점으로 측정하였다. 개별 구성원들에게 부여된 상의 점수를 각각 제곱한 값을 모두 합산하여 상의도 점수를 계산하였다. 본 연구에서 참가자들의 상의연결망은 최소 4에서 최대 80으로 보고되었다.

역학연구센터 우울 척도(The Korean version of The Center for Epidemiological Studies Depression Scale, CES–D)

1971년 미국 정신 보건연구원(National Institute of Mental Health, NIMH)에서 일반인을 대상으로 우울을 측정하기 위해 개발한 것으로, 본 연구에서는 Cho와 Kim (1993)이 타당화 검증을 거친 한국판 CES-D를 사용하였다. 총 20개의 문항으로 구성된 자기 보고식 척도로 지난 일주일 간 경험한 빈도에 따라 ‘극히 드물다(1일 미만)’는 0점, ‘가끔 있었다(1–2일)’는 1점, ‘종종 있었다(3–4일)’는 2점, ‘대부분 그랬다(5–7일)’는 3점까지의 4점 Likert 형식으로 이루어져 있다. 본 연구에 참여한 대학생들의 우울 증상은 평균 18.75점으로 나타났다. 전체 연구 대상의 28%에 해당하는 41명의 대학생이 경

https://doi.org/10.15842/kjcp.2020.39.1.002

미한 우울을 보였으며, 26%에 해당하는 38명의 대학생들은 심각한 우울 상태에 있는 것으로 확인되었다. Cho와 Kim (1993)의 연구에서 신뢰도(Chronbach's α)는 .91로 나타났으며, 본 연구에서는 .89로 산출되었다.

자료분석

본 연구에서 수집한 자료는 SPSS Statistics 24.0 (IBM Co., Armonk, NY)을 사용하여 분석하였다. 주요 분석절차를 살펴보면, 먼저 참가자들의 일반적인 특성을 파악하기 위해 기술통계를 활용해 평균 및 표준편차를 산출하고, 변인 간 관련성을 알아보기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였다. 이후 본 연구의 주요 연구가설인 대학생활적응이 우울을 예측하는 과정에서 사회연결망이 나타내는 조절효과를 검증하기 위해 Baron과 Kenny (1986)가 제시한 절차에 따라 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이때 회귀분석에 앞서 변인 간 다중공선성에 의해 상호작용항의 효과가 왜곡되는 것을 최소화하기 위해 평균중심화(Mean centering)방법에 따라 중심화하였으며, 잔차항들의 상관관계를 확인하기 위해 Durbin-Watson 값을 산출하였다. 마지막으로 독립변인과 종속변인의 관계에 대한 조절효과의 패턴을 확인하기 위하여 사회연결망의 ±1SD를 중심으로 개별 회귀선을 도식화하였다.

결 과

측정변수 간의 상관관계 및 기술통계

본 연구에서 측정한 변인들의 평균, 표준편차 및 각각의 상관관계는 Table 1에 제시되어 있다. 대학생활적응은 우울($r = -.639$, $p < .01$)과 부적상관이 있었으며, 친밀연결망($r = .264$, $p < .01$), 상의연결망($r = .190$, $p < .05$)과 정적상관을 보였다. 지인연결망과는 유의한 상관을 보이지 않았다. 조절변인인 친밀연결망($r = -.316$, $p < .01$)과 상의연결망($r = -.315$, $p < .01$)은 우울과 부적상관을 보였으나 지인연결망은 유의한 상관을 보이지 않았다.

Table 1. *Correlation Coefficients and Descriptive Statistics between Variables (N = 145)*

	1	2	3	4	5
1. SACQ	-				
2. Depression	-.639**	-			
3. Social network size	.133	-.155	-		
4. Intimacy network	.264**	-.316**	.556**	-	
5. Discussion network	.190*	-.315**	.521**	.605**	-
M	158.79	18.75	5.17	49.49	53.94
SD	25.912	10.534	2.456	18.230	17.914

Note. SACQ = The Student Adaptation to College Questionnaire.
*$p < .05$. **$p < .01$.

대학생활적응과 우울의 관계에서 지인연결망 크기의 조절효과 검증

지인연결망의 VIF는 1.000–1.018로 모두 10 미만으로 나타나 다중공선성의 문제는 없는 것으로 판단되었다. 대학생활적응과 우울의 관계에서 지인연결망 크기의 조절효과 결과는 Table 2에 제시되어 있다. 1단계에서 대학생활적응은 우울을 부적으로 유의하게 예측하였다(β = -.639, $p < .001$). 2단계 연구 모델의 설명력은 통계적으로 유의하지 않았으며, 상호작용항까지 모두 투입한 3단계에서 모델의 설명력이 유의하게 증가하지 않았다. 즉, 대학생활적응과 우울의 관계에서 지인연결망 크기의 조절효과가 존재하지 않았다.

대학생활적응과 우울의 관계에서 친밀연결망의 조절효과 검증

친밀연결망의 경우 VIF는 1.000–1.075로 모두 10 미만으로 나타나 다중공선성의 문제가 없는 것으로 나타났다. 대학생활적응과 우울의 관계에서 친밀연결망의 조절효과 결과는 Table 3에 제시되어 있다. 1단계에서 대학생활적응은 우울을 부적으로 유의하게 예측(β = -.639, $p < .001$)하였다. 2단계에서 조절변인인 친밀연결망이 우

Table 2. *Moderating Effect of Social Network Size on the Relationship between Student Adaptation to College and Depression*

Step	Predictor	β	R^2	ΔR^2	ΔF
1	SACQ (A)	-.639***	.408	.000	98.602***
2	SACQ (A)	-.629***	.413	.005	49.971***
	Social network size (B)	-.071***			
3	SACQ (A)	-.893***	.427	.014	35.050***
	Social network size (B)	-.082***			
	(A) × (B)	.291***			

Note. SACQ = The Student Adaptation to College Questionnaire.
***$p < .001$.

Table 3. *Moderating Effect of Intimacy Social Network on the Relationship between Student Adaptation to College and Depression*

Step	Predictor	β	R^2	ΔR^2	ΔF
1	SACQ (A)	-.639***	.408	.000	98.602***
2	SACQ (A)	-.597***	.432	.023	53.897***
	Intimacy social network (B)	-.159*			
3	SACQ (A)	-.577***	.456	.025	39.469***
	Intimacy social network (B)	-.151*			
	(A) × (B)	.160*			

Note. SACQ = The Student Adaptation to College Questionnaire.
*$p < .05$. ***$p < .001$.

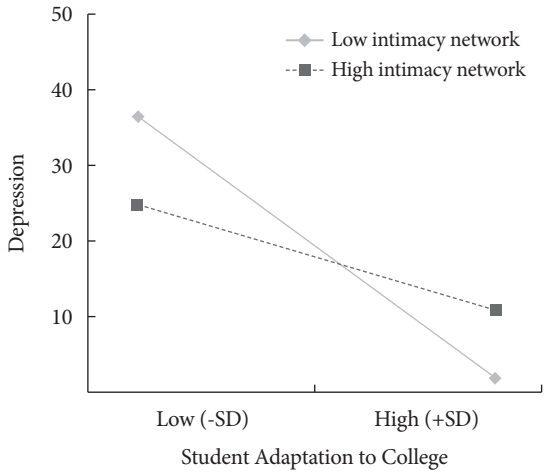

Figure 2. *Interaction effect between student adaption to college and intimacy network.*

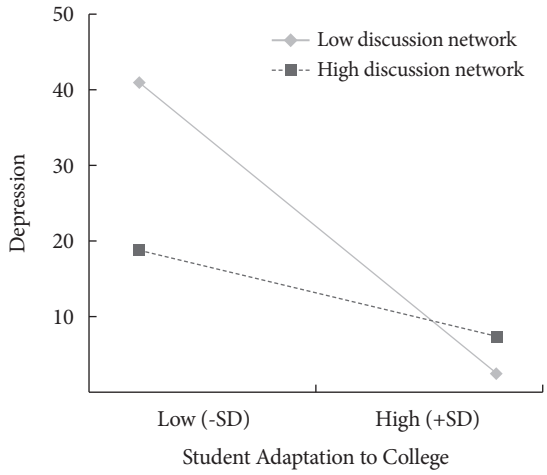

Figure 3. *Interaction effect between student adaption to college and discussion network.*

Table 4. *Moderating Effect of Discussion Social Network on the Relationship between Student Adaptation to College and Depression*

Step	Predictor	β	R^2	ΔR^2	ΔF
1	SACQ (A)	-.639***	.408	.000	98.602***
2	SACQ (A)	-.601***	.447	.039	57.391***
	Discussion Social network (B)	-.201**			
3	SACQ (A)	-.615***	.514	.067	49.689***
	Discussion Social network (B)	-.180**			
	(A)×(B)	.260***			

Note. SACQ = The Student Adaptation to College Questionnaire.
**p < .01. ***p < .001.

울을 부적으로 유의하게 예측(β = -.159, p < .05)하였으며, 43.2%의 설명력을 지닌다. 마지막으로 3단계에서 대학생활적응과 친밀연결망의 상호작용항을 추가로 투입하였고, 회귀모형의 설명력은 45.6%로 증가하였음을 확인하였으며, 상호작용항 역시 유의한 것으로 나타났다(β = .160, p < .05). 즉, 대학생활적응과 우울의 관계에서 친밀연결망의 조절효과가 존재한다는 것을 알 수 있다. 유의한 조절효과를 그래프로 도식화한 결과는 Figure 2와 같다. Figure 2의 그래프를 보면 친밀연결망이 낮은 경우 적응수준이 낮아짐에 따라 우울이 급격하게 증가하지만 친밀연결망이 높은 집단에서는 대학생활적응의 정도가 우울에 미치는 영향이 미미한 것을 알 수 있다.

대학생활적응과 우울의 관계에서 상의연결망의 조절효과 검증

조절효과 변인 중 상의연결망의 VIF는 1.000–1.037로 모두 10 미만으로 나타나 다중공선성의 문제가 없었다. 대학생활적응과 우울의 관계에서 상의연결망의 조절효과 결과는 Table 4에 제시되어 있다. 1단계에서 대학생활적응은 우울을 부적으로 유의하게 예측하였다(β = -.639, p < .001). 다음 2단계에서 조절변인인 상의연결망이 우울을 부적으로 유의하게 예측(β = -.201, p < .01)하였고, 44.7%의 설명량을 지닌 것으로 확인되었다. 마지막으로 3단계에서 대학생활적응과 상의연결망의 상호작용항을 추가로 투입하였고, 회귀모형은 유의한 증분설명량 (ΔR^2 = .067, p < .001)을 가지는 것으로 나타났다. 또한 상호작용항 역시 유의한 것으로 나타났다(β = .260, p < .001). 즉, 대학생활적응과 우울의 관계에서 상의연결망의 조절효과가 존재한다는 것을 알 수 있다. 유의한 조절효과를 그래프로 도식화한 결과는 Figure 3와 같다. Figure 3의 그래프를 보면 상의연결망이 높은 경우 대학생활적응의 정도가 우울에 미치는 영향이 미미하나, 상의연결망이 낮은 경우에는 대학생활적응이 낮은 집단에게 우울에 있어 큰 영향을 미침을 볼 수 있다.

논 의

본 연구는 대학생활에서의 적응 정도가 성인 초기 대학생들의 우울에 미치는 영향에 대해 알아보고, 이들의 관계를 중재해줄 수 있는 조절변인을 심리·사회적 관점에서 조명하고자 하였다. 이를 위해 정서적 지지의 일환인 친밀한 정도를 반영한 '친밀연결망'과 정보 공유 및 중요한 일에 대해 상의할 가능성이 있는지를 측정한 '상의연결망'을 연결망 지표로 사용하였다. 아울러 이들이 사회적 관계의 양적인 부분을 나타내는 기존 측정 방식의 지인연결망 크기와 차별적인 기능을 하고 있는지 살펴보는 것을 목적에 두었다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 성인 초기 대학생들은 대학생활적응도가 낮을수록 우울 수준이 높은 것으로 나타났다. 이는 선행연구에서 제시되었던 대학

https://doi.org/10.15842/kjcp.2020.39.1.002

생활적응이 우울과 부적으로 유의한 관계를 가지고 있다는 결과를 지지하며(Park et al., 2014; Wingo, Kalkut, Tuminello, Asconape, & Han, 2013), 통합적 적응 외에도 학업 성취도나 대학 기관에 대한 만족, 진로문제와 같은 다차원적인 대학생활에서의 어려움이 우울을 예측했던 것(Gadassi, Waser, & Gati, 2015; Park & Cho, 2018)과 일치한다. 또한 실제 대학생들에게 있어 발생되는 스트레스들이 우울을 정적으로 유의하게 예측해 준 많은 경험적 연구 결과들(Lee, 2004; Manap, Hamid, & Ghani, 2019; Yang & Jo, 2019)로 미루어 보아 이러한 문제들을 통합적으로 살펴볼 수 있는 대학생활적응은 초기 성인기의 대학생들에게 스트레스원으로 작동해 우울에 영향을 미친 것으로 해석해 볼 수 있다.

둘째, 기존 연구에서 대표적으로 사용되었던 변인인 사회연결망의 크기는 대학생활적응과 우울의 관계에서 우울을 중재하지 못했으나 친밀연결망과 상의연결망은 모두 유의한 조절효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 개인이 알고 지내는 사람의 수보다는 실제 친밀하고 상의할 수 있는 관계를 유지하는 정도가 중요한 중재변인임을 시사한다. 이와 같은 맥락에서 친구의 양적 수치는 학교 생활 적응 및 우울과 유의한 상관이 없는 반면(Demir & Unberg, 2004), '개인에게 학교 내에서 의미 있는 관계(meaningful relationship)'를 묻는 연결망 지표는 정신건강을 유의하게 예측(Davila et al., 2012)해 준다는 선행연구들의 결과는 본 연구와 어느정도 일치한다고 볼 수 있다. 즉 이러한 선행연구들을 기반으로 본 연구는 기존 사회연결망에서 양적 수치를 다루는 사회학적 접근만으로는 우울이라는 주관적인 현상을 설명하는 데 한계가 있으며, 상식적으로는 예상 가능하나 경험적으로 그리 주목하지 않았던 관계의 질적 측면의 중요성을 지지하는 결과라 할 수 있다.

마지막으로, 통계적으로 유의한 수치는 아니지만 대학생활적응이 낮을 때 친밀연결망 보다 더 극적인 상호작용 효과를 보여준 상의연결망의 함의된 바에 대해 논의해볼 필요가 있다. 상의 정도를 구조화하여 지표를 사용한 일관된 연구는 미미하지만 본 연구에서 사용된 상의연결망 지표와 유사한 Barger, Messerli-Burgy와 Barth (2014)의 '개인적 문제 발생시 상의할 사람의 부재여부를 묻는 지표(unmet support needs)'는 상의할 사람의 부재가 높은 집단의 경우, 친밀감(intimacy)이나 다른 연결망 지표보다 우울과 가장 크고 일관된 연관성을 가지고 있는 것으로 나타났다. 이는 개인적인 문제에 대해 이야기하고 상의할 수 있는 인적자원이 우울을 예측하는 데에 있어 매우 중요한 역할을 하고 있음을 시사한다. 특히 대학생활에서 상의연결망은 당면한 문제의 해결을 위한 제안이나 정보 제공 혹은 건설적인 피드백, 상황을 해석하고 의사결정을 내리는데 도움을 받는다는 측면에서 인간의 기본 사회정서적 욕구를 직접적으로 충족시키는 친밀연결망 보다 '자원(resource)'의 기능을 함으로써 효율적인 완화현상이 일어났다고 추론해볼 수 있다. 또한 이러한 추론은 교육수준에 따라 사회연결망과 사회적 지지의 효과가 다르다는 선행연구(Nguyen, Walton, Thomas, Mouzon, & Taylor, 2019)에서 확인해볼 수 있듯, 다른 취약집단 대비 비교적 기능수준이 우수한 대학생 집단에서 정서적으로 느끼는 친밀감보다 구직 등 다양한 정보를 얻는 속도에 더 민감하게 반응한다는 일반적 논리가 반영된 결과라고 해석할 수 있다. 그러나 본 연구에서는 차이검증이나 반복적 측정을 통해 통계적으로 유의한 수치가 도출된 것은 아니므로 추후 연구에서 타당도를 검증해볼 필요가 있을 것으로 사료된다.

본 연구는 기존 연결망에서 쓰이는 산출 방식에서 벗어나 질적 의미를 반영한 교정된 사회연결망 산출 방식을 사용하고자 고민하였다. 먼저, 이름추출법(name generator)을 통해 최대 5명의 지인 이름을 각각 5차례 기술하게 하였으며 인적자원 측정을 하는데 있어 사람의 수 즉, 양이 아닌 질적 측면에 가중치를 부여하기 위해 평균이 아닌 제곱의 합으로 값을 산출하였다. 따라서 본 연구에서는 기존 분석방법에서 변별하지 못했던 관계의 심층적 차이를 새로운 산출 방법으로 통해 추출하였으며, 이는 양적 데이터의 질적 해석이 결과에 반영되었다고 볼 수 있다.

본 연구는 몇 가지 제한점을 가진다. 첫째, 본 연구는 특정 성별로 한정한 임의 표집으로 남자 대학생과 비교가 어려웠고, 따라서 전체 대학생들에 대한 일반화에 무리가 있을 수 있다. 그러나 실제 대학 내에서 여학생이 남학생 보다 학업 및 대인관계 스트레스가 높다고 보고(Matud, 2004)되었으며, 우울 경험의 빈도 역시 여성에게서 압도적으로 높아 적응 문제로 발생한 스트레스가 우울로 전이될 위험성이 여성에게서 더 크다고 예측할 수 있다. 또, 스트레스의 대처 방식에서 여성이 남성보다 사회적 관계에 더 의존한다는 (Gentry et al., 2007; Swift & Wright, 2000) 경험적 연구들을 종합해보면 취약성은 높으면서 지지적 요소에 민감한 여대생들만을 대상으로 한 연구에 대한 필요성이 있었다고 본다.

둘째, 본 연구는 종단적인 분석을 통해 부적응 변인과 우울, 그리고 사회연결망 변인과의 관계 형태가 시간에 따라 어떤 변화 양상을 보이는지 확인하지 못하였으며, 인과관계를 설명할 수 없다는 한계를 가지고 있다. 대학생들의 적응적 요인이 종단적으로 우울에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 연구는 부재한 실정이지만, 앞서 언급했듯 종단적으로 사회적 관계의 질이 높은 사람들은 낮은 사람보다 우울에 걸릴 확률이 낮다(Teo et al., 2013). 또한 가족이나 친구로부터 감정적 혹은 실용적 도움을 받을 수 있다는 인식은 스트레스와 우울의 위험을 유의하게 감소시켜 준다는 연구들이 존재

하고(Peirce, Frone, Russell, Cooper, & Mudar, 2000), 일상생활에서 필요할 때 도움을 받을 수 있다는 인식은 장기적으로 삶에 대한 문제나 일상적 어려움이 있을 때 고민하고 걱정하는 시간을 덜어줌으로써 마음의 안정감을 주고 우울을 감소시킬 것이다. 따라서 후속연구는 종단연구를 통해 학교생활에서의 적응 정도와 인적자원이 우울을 어느정도 예측해줄 수 있는지 살펴볼 필요성이 있다.

이러한 한계가 있음에도 불구하고 본 연구는 다음의 임상적 함의를 가진다. 본 연구는 대학생을 대상으로 이루어진 국내 최초 사회연결망 연구로 대학기관이 개인 구성원들의 적응 정도를 파악하고 그 특성을 이해함으로써 이에 대한 적절한 자원투입과 전문적인 개입을 효과적으로 제공할 수 있도록 심리·사회 네트워크적 기초자료를 제공하고자 시도되었다. 따라서 대학생들의 적응적 어려움이 우울로 전이되는 과정에서 질적인 사회적 관계의 강도가 보여주는 본 연구의 결과를 기반으로, 대학기관의 학생상담센터에서 대학생들의 적응증진과 함께 친밀감이나 상의할 가능성을 제공해줄 수 있는 프로그램 개발이나 심리 치료법을 고려한다면 대학생들의 우울 완화에 좀 더 포괄적인 그림을 제공할 수 있을 것으로 기대된다.

References

Ahn, D. H., & Choi, H. R. (2012). The relationships between academic motivation, social support, and academic achievement of high school students. *The Research Institute of Korean Education, 30*, 145-164.

American Psychiatric Association. (2017). *What is depression?* Retrieved from https://www.psychiatry.org/patients-families/depression/what-is-depression.

Bacikova-Sleskova, M., van Dijk, J. P., Geckova, A. M., Nagyova, I., Salonna, F., Reijneveld, S. A., & Groothoff, J. W. (2007). The impact of unemployment on school leavers' perception of health: The mediating effect of financial situation and social contacts? *International Journal of Public Health, 52*, 180-187.

Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of counseling psychology, 31*, 179-189.

Barger, S. D., Messerli-Bürgy, N., & Barth, J. (2014). Social relationship correlates of major depressive disorder and depressive symptoms in Switzerland: Nationally representative cross-sectional study. *BMC Public Health, 14*, 273.

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.

Burt, R. S. (1984). Network items and the general social survey. *Social networks, 6*, 293-339.

Cho, I. J., Do, H. S., & Goo, H. S. (2015). The effects of stress, self esteem, and physical activity on mental health in college students. *Social Science Research, 31*, 85-105.

Cho, M. J., & Kim, K. H. (1993). Diagnostic validity of the CES-D (Korean version) in the assessment of DSM-III-R major depression. *Journal of Korean Neuropsychiatric Association, 32*, 381-399.

Coleman, J. S. (1987). Social capital and the development of youth. *Journal of Education Science, 18*, 6-8.

Davila, J., Hershenberg, R., Feinstein, B. A., Gorman, K., Bhatia, V., & Starr, L. R. (2012). Frequency and quality of social networking among young adults: Associations with depressive symptoms, rumination, and co-rumination. *Psychology of Popular Media Culture, 1*, 72-86.

Demir, M., & Urberg, K. A. (2004). Friendship and adjustment among adolescents. *Journal of Experimental Child Psychology, 88*, 68-82.

Essau, C. A., Conradt, J., & Petermann, F. (2000). Frequency, comorbidity, and psychosocial impairment of depressive disorders in adolescents. *Journal of Adolescent Research, 15*, 470-481.

Gadassi, R., Waser, A., & Gati, I. (2015). Gender differences in the association of depression with career indecisiveness, career-decision status, and career-preference crystallization. *Journal of Counseling Psychology, 62*, 632-641.

Gentry, L. A., Chung, J. J., Aung, N., Keller, S., Heinrich, K. M., & Maddock, J. E. (2007). Gender differences in stress and coping among adults living in Hawaii. *Californian Journal of Health Promotion, 5*, 89-102.

Health Insurance Review & Assessment Service-National. (2018). *Disease information as a result of statistics*. Retrieved from http://www.hira.or.kr/re/stcIlnsInfm/seasonslnsInfm.do?pgmid=HIRAA030502000000.

House, J. S. (1983). *Work stress and social support*. Reading, MA: Addison-Wesley.

Huff, R. F. (2011). *Friendship networks, perceived reciprocity of support, and depression* (Unpublished master's thesis). University of South Florida. Florida, United States of America.

Hyun, J. W. (1992). *Effect of perfectionism and evaluations on the task performance* (Unpublished master's thesis). Yonsei University. Seoul, Korea.

Jung, D. H. (2009). The effects of stress coping on life stress and it's related anxiety and depression in university students. *The Journal of Research in Education, 33*, 221-244.

Jung, E. I., & Park, Y. H. (2008). Relations among faculty trust, learning motivation, and school adjustment of college students. *Asian Journal of Education, 9*, 73-93.

Kirby, L. A., Moraczewski, D., Warnell, K., Velnoskey, K., & Redcay, E. (2018). Social network size relates to developmental neural sensitivity to biological motion. *Developmental Cognitive Neuro-*

https://doi.org/10.15842/kjcp.2020.39.1.002

science, 30, 169-177.

Lee, E. H. (2004). Life stress and depressive symptoms among college students: Testing for moderating effects of coping style with structural equations. *Korean Journal of Health Psychology, 9*, 25-52.

Lee, H. R., & Song, J. Y. (2004). The effect of perceived social support on career exploration behaviors of college students. *Korean Journal of Counseling, 5*, 393-407.

Lee, M. A. (2013). The u-shaped relationship between the size of social networks and depressive symptoms: Examining the moderating effect of interpersonal trust. *Korean Journal of Sociology, 31*, 171-200.

Lee, S. H., Jeong, H. S., Lee, D. W., Park, K. H., Yun, Z. Y., & Park, J. J. (2009). Influence of anxiety, depression and stress on adjustment to college in freshmen of a university. *Korean Journal of Family Medicine, 30*, 796-804.

Park, C. U., & Bae, Y. (2016). The effects of social networks on depression: Focused on type, size and density of networks. *The Population Association of Korea, 39*, 61-77.

Park, J. A. (2019). The effect of self-determination and personal-major fit of college students on adjustment to college: Analysis of the admission type and major of the department (Unpublished master's thesis). Ewha Womans University. Seoul, Korea.

Park, M., Choi, J., Lee, E. Y., & Park, M. (2014). Effects of college life characteristics on depression, anxiety, and somatic symptoms among freshmen. *The Journal of the Korea Contents Association, 14*, 346-355.

Park, U. S., & Cho, Y. C. (2018). Depression symptom levels and its related factors among college students. *Korea Academia-Industrial cooperation Society, 19*, 219-230.

Peirce, R. S., Frone, M. R., Russell, M., Cooper, M. L., & Mudar, P. (2000). A longitudinal model of social contact, social support, depression, and alcohol use. *Health Psychology, 19*, 28-38.

Podolny, J. M. (2001). Networks as the pipes and prisms of the market. *American journal of sociology, 107*, 33-60.

Prager, K. J. (1997). The psychology of intimacy. *New York, NY: Guilford Press*, 23-27.

Rueger, S. Y., Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2010). Relationship between multiple sources of perceived social support and psychological and academic adjustment in early adolescence: Comparisons across gender. *Journal of Youth and Adolescence, 39*, 47-61.

Seeman, T. E., Lusignolo, T. M., Albert, M., & Berkman, L. (2001). Social relationships, social support, and patterns of cognitive aging in healthy, high-functioning older adults: MacArthur studies of successful aging. *Health Psychology, 20*, 243-255.

Stephens, D. P., & Thomas, T. L. (2014). Social networks influence Hispanic college women's HPV vaccine uptake decision-making processes. *Women's Reproductive Health, 1*, 120-137.

Teo, A. R., Choi, H., & Valenstein, M. (2013). Social relationships and depression: Ten-year follow-up from a nationally representative study. *PloS one, 8*, e62396.

Thelen, M. H. (1993). The fear-of-intimacy scale: Replication and extension. *Psychological Assessment, 5*, 377-383.

Manap, R., Hamid, S. A., & Ghani, M. A. (2019). Depression, anxiety and stress and among undergraduate students. *e-Bangi*, 16.

Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences, 37*, 1401-1415.

Nguyen, A. W., Walton, Q. L., Thomas, C., Mouzon, D. M., & Taylor, H. O. (2019). Social support from friends and depression among African Americans: The moderating influence of education. *Journal of Affective Disorders, 253*, 1-7.

Swift, A., & Wright, M. O. D. (2000). Does social support buffer stress for college women: When and how? *Journal of College Student Psychotherapy, 14*, 23-42.

Wingo, J., Kalkut, E., Tuminello, E., Asconape, J., & Han, S. D. (2013). Executive functions, depressive symptoms, and college adjustment in women. *Applied Neuropsychology: Adult, 20*, 136-144.

Yang, J. I., & Jo, I. J. (2019). The moderating effects of ego-identity and social support on the relation between life-stress and depression in college freshmen. *The Journal of Humanities and Social Science, 21*, 717-730.

국문초록

여대생의 대학생활적응과 우울의 관계: 사회연결망의 조절효과를 중심으로

홍지은·김보은·최승원

덕성여자대학교 심리학과

본 연구는 성인 초기 대학생들의 대학생활적응과 우울의 관계에 대해 살펴보고, 그 과정에서 사회연결망의 조절효과를 검증하였다. 구체적으로, 사회연결망의 기존 측정 방식인 크기나 접촉빈도에서 나아가 질적인 의미를 반영한 '친밀연결망'과 '상의연결망' 지표를 탐색하고자 하였다. 이를 위해 대학생 145명을 대상으로 대학생활적응, 우울 척도를 실시하고, 사회연결망을 측정하였다. 그 결과, 대학생활적응은 우울과 부적인 관계를 나타냈고, 대학생활적응과 우울의 관계에서 지인연결망 크기의 조절효과는 유의하지 않았으나 친밀연결망과 상의연결망의 조절효과는 유의한 것으로 나타났다. 즉, 대학생활에서 부적응을 겪는 학생들에게 친밀감을 느끼고 상의할 수 있는 인적 자원은 우울의 예방적 측면에서 중요한 요인으로 작동하고 있음을 알 수 있다. 본 연구의 결과를 바탕으로 연구의 의의 및 제한점을 검토하고 임상적 시사점을 논의하였다.

주요어: 우울, 대학생활적응, 친밀연결망, 상의연결망, 이름추출법

https://doi.org/10.15842/kjcp.2020.39.1.002