

# 학령기 아동의 자기효능감, 사회적 지지가 우울에 미치는 영향

전미숙<sup>1</sup> · 김현옥<sup>2</sup>

이서초등학교 보건교사<sup>1</sup>, 전북대학교 간호대학·간호과학연구소 교수<sup>2</sup>

## The Effects of Self-efficacy and Social Support on Depression in Elementary School Children

Jeon, Mi Suk<sup>1</sup> · Kim, Hyeon-Ok<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Health Teacher, Yiseo Elementary School,

<sup>2</sup>Professor, College of Nursing, Research Institute of Nursing Science, Chonbuk National University

**Purpose:** The purpose of this study was to investigate the effects of self-efficacy, social support, and depression in elementary school children. **Methods:** The participants of this study were 619 students from seven elementary schools located in Jollabuk-do Province, Korea. The methods included data analysis, descriptive statistics, t-test, ANOVA, Scheffe test, Pearson's correlation coefficients and stepwise multiple regression using SPSS/WIN version 15.0. **Results:** The mean scores of self-efficacy, social support, and depression were  $2.9 \pm 0.58$ ,  $3.2 \pm 0.44$  and  $14.0 \pm 7.32$ , respectively. There was a significant positive correlation between self-efficacy and social support ( $r = .517, p < .001$ ). Significant negative correlations were observed between self-efficacy and depression ( $r = -.557, p < .001$ ) and between social support and depression ( $r = -.571, p < .001$ ). The variables of depression in elementary school children were self-efficacy and social support, which explained 42.7% of the cases. **Conclusion:** The findings from this study suggest that current intervention programs are not sufficient to curb depression in elementary school children and therefore it is needed to develop nursing intervention programs to promote self-efficacy and social support.

**Key Words:** Children, Self efficacy, Social support, Depression

## 서론

### 1. 연구의 필요성

최근 현대사회의 산업화, 도시화, 정보화로 인해 아동 및 청소년들의 정신건강이 심각하게 위협받고 있다. 우리나라 19세 미만 아동 및 청소년의 정신건강 문제는 5세 미만이 3.7%, 5~9세 7.8%, 10~14세 8%였으며, 이중 우울감 경험률은 12~14세 9.8%, 15~18세 14.8%로 더 높은 연령대에서 더 많이 경험하고 있는 것으로 나타났다(Ministry of Health & Welfare, 2006).

우울은 정신적 감기라 불릴 정도로 흔히 나타날 수 있는 심리적 경험이며 불안과 더불어 적응문제를 경험하는 사람들이 나타내는 가장 일반적인 부적 정서이고 그 정도가 심하면 인지, 행동, 신체의 장애가 동반되는 심각한 질환이다. 또한 우울은 성인기에서 뿐만 아니라 아동과 청소년에서도 흔히 나타나는 심리적 장애이며 성인과는 달리 아동우울은 주로 공격적인 행동, 신체증상, 짜증, 분노로 표현되는 행동상의 문제를 나타내는 가면우울의 형태로 성인에서 전형적으로 나타나는 슬픔과는 대조적이어서 발견하고 진단하는 것이 쉽지 않다(Kim, M. Y., 2008).

학령기 아동은 우울증상의 표현양상이 나타나는 과정에

**주요어:** 아동, 자기효능감, 사회적 지지, 우울

**Address reprint requests to:** Kim, Hyeon-Ok, College of Nursing, Chonbuk National University, San 2-20, Geumam-dong, Duckjin-gu, Jeonju 561-182, Korea. Tel: 82-63-270-3120, Fax: 82-63-270-3127, E-mail: khok@jbnu.ac.kr

투고일 2011년 7월 11일 / 수정일 2011년 9월 9일 / 게재확정일 2011년 9월 16일

서 일종의 전환기로 그 전반기에는 슬픔, 무기력과 같은 정서적 우울감을 경험하고, 이를 언어적으로 표현하기도 하며 그 후반기에는 점차 청소년기나 성인기에 특징적인 죄책감, 자기비하, 자아존중감의 저하 등이 나타난다(Asarnow & Carlson, 1985). 또한 우울한 아동은 그들이 이전에는 즐겼던 활동들에 대한 흥미를 상실하고, 자기를 비난하고, 미래에 대해 비관적이고 희망이 없으며, 에너지가 부족하고, 학교에서 문제를 일으키며, 수면에 어려움을 겪고, 복통이나 두통을 일으키기도 한다(Hazeell, 2002). 그러므로 아동기 우울증상은 단순히 발달과정 중에 일시적으로 보이는 현상이 아니며 성인기까지 지속될 가능성이 있으므로 빨리 발견하여 조기에 대처하는 것이 필요하다.

우울은 아동의 성별, 학년, 경제적 상태와 관련이 있으며, 이러한 특성은 자기효능감과 사회적 지지와도 관련이 있는 것으로 나타났다. 초등학교를 대상으로 한 Oh (2007)의 연구에서 남학생이 우울의 흥미상실영역에서 여학생보다 우울정도가 유의하게 높았고, 6학년 학생이 5학년 학생에 비해 자기비하적인 생각을 많이 하는 것으로 나타났으며, 경제적 상태가 하인 집단이 상, 중의 집단보다 우울 정도가 높은 것으로 나타났다. 또한 Lee (2008), Mun (2008)과 Park (2003)의 연구에서도 성별, 학년, 경제적 상태에 따라 자기효능감, 사회적 지지와 우울정도가 유의한 차이가 있었다.

Bandura (1993)는 인간행동을 유발하고 조절하는 자기효능감이 불안이나 우울에도 영향을 미친다고 하였다. 자기효능감이 낮은 사람은 환경적 요구에 대처할 때 자신의 어려움을 실제보다 크게 지각하여 스트레스가 발생하고 능력을 효율적으로 사용할 수 없지만, 자기효능이 높은 사람은 관심과 능력을 상황적인 요구에 맞게 발휘하고 문제들을 극복하기 위해 더 많은 노력을 하게 된다(Bandura, 1986). 따라서 낮은 자기효능감을 갖는 사람은 자신이 실제로 할 수 있는 수준을 능가하는 목표수준을 설정하는 경향이 있는 반면 이런 높은 목표수준의 설정과 자기효능감 사이에서 발생하는 차이는 부정적인 정서를 유발하고 자기비하적 성향을 띠기 때문에 우울이 유발된다(Cervone, Kopp, Schaumann, & Scott, 1994).

또한 우울에 영향을 주는 심리사회적 환경으로는 아동과 가장 빈번히 접촉하는 부모와 또래, 학교환경이 대표적이다(Lee & Min, 2004). 사회적 관계 속에서 개인이 다른 구성원이나 자원들의 지지를 지각하는 정도가 높을수록 심리적인 안녕과 긍정적인 사고를 가지며 이를 지각하는 정도가 낮을수록 부정적인 심리적 스트레스와 정신병리의 여러

변인들과 다양한 관련을 갖게 된다(Cohen & Wills, 1985). 우울한 사람들은 사회적 기술 및 능력의 부족과 부정적 사회 경험으로 인해 사회적 접촉을 피하고 고립적인 행동으로 사회 환경으로부터 철수하려는 경향이 많다. 따라서 대인관계가 위축되고 이로 인해 다른 사람의 긍정적인 반응이 점차 감소되고 다른 사람으로부터의 사회적 강화를 적게 받게 되어 스트레스 상황에서 사회적 지원이 부족하므로 더욱 부정적인 결과를 초래한다(Jeong, 2000).

그러나 지금까지 우울에 관한 선행연구는 대부분의 성인과 청소년들을 주 대상으로 삼았고, 아동들을 대상으로 한 연구는 매우 미흡하였다. 또한 아동을 대상으로 한 우울에 관한 연구들도 ADHD아동, 조손가정아동, 이혼가정아동 등 특정 문제를 가진 아동을 대상으로 한 연구(Cho, 2003; Park, 2009)가 대부분이었고, 정상 학령기 아동을 대상으로 한 연구(Kim, 2005)와, 우울의 주요 변인으로 나타난 자기효능감과 사회적 지지가 우울에 어떤 영향을 미치는지에 관한 연구는 매우 미흡하였다. 따라서 본 연구에서는 학령기 아동의 개인적 특성인 자기효능감과 심리사회적 환경 특성인 사회적 지지가 심리사회적 문제의 주요 증상인 우울에 어떤 영향을 미치는 지에 대한 반복적인 연구가 필요하다고 사료된다. 학령기아동의 건강한 성장과 발달을 돕기 위해서는 그들이 경험하는 우울에 대한 정확한 이해가 우선적으로 요구되며, 우울로 인한 정서적, 신체적 문제를 조기에 예방하기 위해 학령기 아동의 우울 정도를 파악하고 중재하는 것이 필요하다고 하겠다. 그러므로 학령기 아동이 경험하는 우울 정도를 파악하고, 자기효능감과 사회적 지지와의 관계를 연구하는 것은 학령기 아동의 정신건강관리를 위한 접근 방안을 모색하는데 그 의의가 있다고 할 수 있다.

이에 본 연구에서는 학령기 아동의 자기효능감, 사회적 지지와 우울 정도를 파악하고 이들 변수간의 상관관계와 우울에 영향을 미치는 요인들의 설명력을 확인하고자 한다. 본 연구의 결과는 학령기 아동의 정신건강유지 및 증진을 위한 학교와 지역사회의 상호중재법 개발의 기초자료로 활용하고자 한다.

## 2. 연구목적

본 연구의 목적은 학령기 아동의 자기효능감, 사회적 지지가 우울에 미치는 영향을 파악하기 위함이며, 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 학령기 아동의 자기효능감, 사회적 지지와 우울의 정

도를 확인한다.

- 학령기 아동의 일반적 특성에 따른 자기효능감, 사회적 지지와 우울 정도의 차이를 확인한다.
- 학령기 아동의 자기효능감, 사회적 지지와 우울 정도와의 관계를 확인한다.
- 학령기 아동의 자기효능감과 사회적 지지가 우울정도에 미치는 영향을 확인한다.

## 연구방법

### 1. 연구설계

본 연구는 학령기 아동의 자기효능감, 사회적 지지와 우울의 정도를 파악하고, 이들 변수간의 관계와 우울에 미치는 영향을 미치는 요인을 확인하기 위한 서술적 조사연구이다.

### 2. 연구대상

본 연구의 표적모집단은 2009년 10월 현재 우리나라 초등학교에 재학하고 있는 남, 여 초등학생이며 근접모집단은 전라북도 내에 위치한 초등학교에 재학 중인 학생이다.

연구대상자는 전라북도에 소재한 6개 초등학교 5, 6학년을 대상으로 임의표집하였으며, 정신과적인 문제나 만성질환이 없는 학생으로 본 연구의 목적을 이해하고 참여하기로 동의한 자를 연구대상으로 하였다.

전체대상자 681명 중에서 설문에 응하지 않은 사람 37명을 제외한 644명을 연구대상으로 하였다. 자료회수율은 100.0%였고, 응답내용이 불충분한 25부를 제외하고 자료분석에 최종 포함된 연구대상자는 5학년 286명, 6학년 333명으로 총 619명이었으며, 자료분석률은 96.1%이다.

### 3. 연구도구

#### 1) 자기효능감

자기효능감은 Schwarzer와 Jerusalem (1993)이 개발한 일반적 자기효능감 도구를 Lee, Schwarzer와 Jerusalem (1994)이 개발한 한국판 일반적 자기효능감 도구(Korean Adaptation of the General Self-Efficacy Scale)로 측정하였다. 본 도구는 도구개발당시 신뢰도와 구성타당도가 높은 도구였으며 총 10문항으로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 4점까지의 4점 리커트 척도이고 점수가 높을수록

각각 지각된 자기효능감이 높음을 의미한다. 도구개발 당시의 내적일관성 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .75$ 였으며 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha = .91$ 이었다.

#### 2) 사회적 지지

사회적 지지는 사회적 결속을 통하여 개인을 둘러싸고 있는 의미 있는 사람의 조직망으로부터 대상자가 배우자, 가족, 친구, 이웃 등의 대인 관계적 상호과정을 통해 받는 물질적, 정신적인 도움을 받는 것으로, 본 연구에서는 Dubow와 Ullman (1989)이 개발한 사회적 지지 평가도구를 Han과 Yoo (1996)가 수정·보완하고 Kim, K. H. (2008)의 연구에서 사용한 도구를 사용하였다. 이 도구는 부모지지, 교사지지, 또래지지 각각 8문항씩 총 24문항으로 구성되었으며, 4점 리커트 척도이며 3개의 부정문항에 대해서는 역환산하였고 점수가 높을수록 사회적 지지가 높음을 의미한다. 본 도구의 타당도는 도구개발 당시 아동학 전공자 5인과 일선교사 10인으로부터 도구가 타당한 것으로 검증되었다. 도구개발 당시 내적일관성 신뢰도는 Han과 Yoo (1996)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha = .88$ 이었고, Kim, K. H. (2008)의 연구에서는 내적일관성 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .92$  (부모지지 .92, 교사지지 .85, 또래지지 .88)였으며, 본 연구에서의 Cronbach's  $\alpha = .92$  (부모지지 .91, 교사지지 .92, 또래지지 .88)였다.

#### 3) 우울

우울이란 정상적인 기분변화로부터 병적인 기분상태까지의 연속선상에 있으며, 수면장애, 피로, 기쁨과 흥미 및 동기 상실, 외부세계에 대한 무관심, 절망, 비판, 침울함, 무력감 및 무가치함, 활동억제, 자존감 저하, 자기비하 등을 나타내는 감정 상태로, 본 연구에서는 Kovacs (1983)가 개발한 아동용 우울검사(Children's Depression Inventory: CDI)를 Cho와 Lee (1990)가 번안하여 수정·보완한 한국형 소아우울 척도로 측정하였다. 이 도구는 우울정서 5문항, 행동장애 7문항, 흥미상실 7문항, 자기비하 4문항, 생리적증상 4문항 등 총 27문항으로 구성되었으며, 각 문항에 대해 3개의 서술문 중 지난 2주일 동안 자기 자신을 가장 잘 나타내어 주는 서술문 한 개를 골라 표시하는 자가우울 평정척도로 우울의 정도에 따라 0점에서 2점을 주게 되어 0점에서 54점 사이에 점수가 분포되며 점수가 높을수록 우울정도가 심한 것으로 평가된다. 도구개발 당시의 내적일관성 신뢰도 Cronbach's  $\alpha = .88$ 이었으며 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$

=.86 (우울정서 .67, 행동장애 .50, 흥미상실 .74, 자기비하 .50, 생리적증상 .43)이었다.

4) 자료수집

본 연구의 자료는 2009년 10월 12일부터 2009년 10월 31일까지 전북 지역 7개 초등학교를 임의표출하여 수집하였다. 설문조사 내용에 대해서는 해당 학교의 학교장, 보건교사, 담임교사의 동의와 협조를 얻었으며 구조화된 설문지를 이용하여 자가보고식에 의해 수집하였다. 연구대상자들에게 본 연구의 목적과 내용, 연구참여 시 유의성과 불이익성에 대해 설명하고, 연구를 통해 알게 된 내용은 연구목적으로만 사용할 것이며 철저히 비밀이 보장됨을 설명하였다. 또한 연구참여는 자발적인 것으로 본인이 원하지 않는다면 참여하지 않을 수 있음을 설명하고, 서면 동의를 받은 후 설문지를 작성하도록 하였다. 설문지는 응답이 끝난 후 바로 회수하였는데 설문지는 총 644부를 배포하여 바로 회수하였는데 이 중 응답내용이 불충분한 25부를 제외하고 619부를 최종 자료분석에 사용하였다.

5) 자료분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 15.0 프로그램을 이용하여 통계처리 하였으며, 구체적인 분석방법은 다음과 같다.

- 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율로 분석하였다.
- 대상자의 자기효능감, 사회적 지지와 우울 정도는 평균, 표준편차, 범위, 최소값, 최대값을 이용하여 분석하였다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감, 사회적 지지와 우울 정도 차이는 t-test, ANOVA, Scheffe test를 이용하여 분석하였다.
- 대상자의 자기효능감, 사회적 지지와 우울 정도와의 관계는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다.
- 대상자의 우울에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 단계적 다중 회귀분석(Stepwise multiple regression)을 실시하였다.

가 지각한 가정의 경제 상태는 보통이다가 55.6%로 가장 높게 나타났으며, 좋다 24.4%, 매우 좋다 9.9%, 나쁘다 7.6%, 매우 나쁘다 2.6% 순으로 나타났다.

2. 대상자의 자기효능감, 사회적 지지와 우울정도

학령기 아동의 자기효능감, 사회적 지지와 우울정도를 측정한 결과는 Table 1과 같다. 자기효능감은 최소 1.0점에서 최고 4.0점으로 평균 평점 2.9±0.58점, 사회적 지지는 최소 1.2점에서 최고 4.0점으로 평균 평점 3.2±0.44점이었다. 사회적 지지의 하위영역별로 평균 평점 점수를 살펴보면 부모지지 3.5±0.54, 친구지지 3.1±0.58점, 교사지지 2.9±0.60점 순으로 나타났다. 우울정도는 최소 0점에서 최고 54.0점으로 평균 14.0±7.92점이었다.

Table 1. Degree of Self-efficacy, Social Support and Depression (N=619)

Variables	M±SD	Range	Mini	Max
Self-efficacy	2.9±0.58	1~4	1.0	4.0
Social support	3.2±0.44	1~4	1.2	4.0
Parents support	3.5±0.54	1~4	1.0	4.0
Friend support	3.1±0.58	1~4	1.0	4.0
Teacher support	2.9±0.60	1~4	1.0	4.0
Depression	14.0±7.32	0~54	0.0	40.0

3. 대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감, 사회적 지지 및 우울정도

대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감, 사회적 지지와 우울정도의 차이를 분석한 결과는 Table 2와 같다. 대상자의 자기효능감에 유의한 차이를 보이는 변수는 학년(t=3.120, p=.002), 경제상태(F=13.887, p<.001)에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 대상자의 사회적 지지에 유의한 차이를 보이는 변수는 성별(t=-3.710, p<.001), 학년(t=2.103, p=.036), 경제상태(F=11.353, p<.001)에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 대상자의 우울정도에 유의한 차이를 보이는 변수는 경제상태(F=12.155, p<.001)에 따라 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.

경제 상태에 따른 사후 분석결과를 살펴보면 자기효능감은 대상자가 경제적 상태가 매우 좋다와 좋다고 인식하는

연구결과

1. 대상자의 일반적 특성

연구대상자는 총 619명으로 남학생이 51.5%, 여학생이 48.5%였으며, 5학년이 46.2%, 6학년이 53.8%였다. 대상자

**Table 2.** The Difference of Self-efficacy, Social Support, Depression and Sub-areas by General Characteristics (N=619)

Characteristics	Categories	n (%)	Self-efficacy		Social support		Depression	
			M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)	M±SD	t or F (p)
Gender	Male	319 (51.5)	2.9±0.59	0.999	3.1±0.44	-3.710	0.5±0.29	-0.330
	Female	300 (48.5)	2.9±0.56	(.318)	3.2±0.43	(<.001)	0.5±0.30	(.742)
Grade	5th	286 (46.2)	3.0±0.59	3.120	3.2±0.47	2.103	0.5±0.30	-0.775
	6th	333 (53.8)	2.8±0.56	(.002)	3.1±0.40	(.036)	0.5±0.29	(.439)
Economic status <sup>†</sup>	Very good <sup>a</sup>	61 (9.9)	3.2±0.56	13.887	3.3±0.38	11.353	0.4±0.29	12.155
	Good <sup>b</sup>	151 (24.4)	3.0±0.49	(<.001)	3.3±0.43	(<.001)	0.5±0.29	(<.001)
	Middle <sup>c</sup>	344 (55.6)	2.8±0.58	e < a, b	3.1±0.42	d, e < a, b	0.5±0.28	a, b < e, c < d
	Bad <sup>d</sup>	47 (7.6)	2.5±0.50		3.0±0.39		0.7±0.30	
	Very bad <sup>e</sup>	16 (2.6)	2.8±0.77		2.9±0.64		0.7±0.35	

<sup>†</sup>Scheffe test.

경우가 매우 나쁘다고 인식하는 경우에 비해 자기효능감 점수가 높았다. 사회적 지지는 경제적 상태가 매우 좋다고 인식하는 경우가 나쁘다고 매우 나쁘다고 인식한 경우에 비해 사회적 지지 점수가 높았다. 우울정도는 경제적 상태가 매우 좋다고 좋다고 인식하는 경우가 매우 나쁘다고 인식하는 경우에 비해 우울 정도가 낮았으며, 보통이라고 인식한 경우가 나쁘다고 인식한 경우에 비해 우울 정도가 낮게 나타났다.

#### 4. 대상자의 자기효능감, 사회적 지지와 우울과의 관계

대상자의 자기효능감, 사회적 지지와 우울과의 상관관계를 분석한 결과는 Table 3과 같다.

학령기 아동의 자기효능감과 사회적 지지는 통계적으로 유의한 정적 상관관계( $r=.517, p<.001$ )를 보였으며, 우울과 자기효능감( $r=-.557, p<.001$ )과 사회적 지지( $r=-.571, p<.001$ )는 통계적으로 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다.

자기효능감과 사회적 지지의 하위영역별로 살펴보면 친구지지( $r=.509, p<.001$ )가 가장 높은 상관관계를 보였고, 그 다음이 교사지지( $r=.357, p<.001$ ), 부모지지( $r=.310, p<.001$ ) 순이었다. 또한 우울과 사회적 지지의 하위영역별로 살펴보면 친구지지( $r=-.518, p<.001$ )가 가장 높은 상관관계를 보였고, 그 다음이 부모지지( $r=-.418, p<.001$ ), 교사지지( $r=-.368, p<.001$ ) 순이었다.

#### 5. 대상자의 우울정도에 영향을 주는 예측요인

대상자의 우울정도에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위

**Table 3.** Correlation between Self-efficacy, Social Support and Depression (N=619)

Categories	Self-efficacy	Depression
	r (p)	r (p)
Self-efficacy	1	-.557 (<.001)
Social support	.517 (<.001)	-.571 (<.001)
Parents support	.310 (<.001)	-.418 (<.001)
Friend support	.509 (<.001)	-.518 (<.001)
Teacher support	.357 (<.001)	-.368 (<.001)

해 상관관계가 통계적으로 유의하게 나타난 자기효능감과 사회적 지지의 하위영역인 부모지지, 교사지지, 친구지지를 독립변수로 투입하여 단계적 다중회귀분석을 실시하였다(Table 4).

회귀분석을 실시하기 전에 다중공선성(multicollinearity)의 검증을 실시한 결과 모든 변수들 간의 상관계수가 .85를 넘지 않았고, 허용도(tolerance)는 0.1 이하인 변인이 없었으며 분산확대인자(Variation Inflation Factor, VIF)가 10을 넘는 변인이 없어서 독립변인들 간의 다중공선성의 문제가 없는 것으로 확인되었다(Moon, 2009).

회귀분석 결과 우울정도의 회귀모형은 유의한 것으로 나타났다( $F=116.183, p<.001$ ), 자기효능감, 또래지지, 부모지지, 교사지지 네 변수가 우울정도에 42.7%의 설명력을 가지는 것으로 나타났다. 우울정도의 설명력은 자기효능감이 30.9%였으며, 여기에 또래지지가 투입됨으로써 7.4%, 부모지지를 투입할 경우 4.1%, 교사지지를 투입할 경우 0.3%가 증가하여 전체 42.7%의 설명력을 가진다. 우울정도에 영향을 미치는 대상자의 변수에 대한 상대적인 중요도에서는 자기효능감, 또래지지, 부모지지, 교사지지 순으로 나타났다.

**Table 4.** Factors Influencing on Depression

(N=619)

Variables	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	Adjusted R <sup>2</sup>	t	p	F (p)
(Constant)	51,240				27,320	< .001	116,183 (< .001)
Self-efficacy	-.471	-.344	.311	.309	-9,475	< .001	
Friend support	-.416	-.244	.385	.383	-6,453	< .001	
Parents support	-.381	-.208	.427	.424	-6,248	< .001	
Teacher support	-.116	-.070	.431	.427	-2,002	.046	

## 논 의

학령기 아동의 우울 정도를 알아보고 우울에 영향을 미치는 주요 요인을 파악하여 바람직한 건강증진행위를 돕는 간호중재 방안을 모색하기 위해 이루어진 본 연구에서 자기효능감과 사회적 지지는 우울 정도와 밀접한 관련이 있음이 확인되었다.

본 연구에서 학령기 아동의 자기효능감은 4점 만점에 평균 평점 2.9점이었다. 이와 같은 결과는 초등학교를 대상으로 한 Jung (2006)의 연구에서 자기효능감 점수가 각각 4점 만점에 평균 2.7점으로 나타난 연구결과와 유사하였다. Bandura (1986)는 자기효능감을 아동이 자신의 효능성에 대한 기대를 어떻게 하느냐 또는 자신의 효능성을 어떻게 보느냐에 대한 인식의 결과로 보았으며 자기효능감은 중요한 결정을 수행하고 기술이나 수행의 수준을 결정하는 역할을 하며 현재 진행 중인 행동 뿐 아니라 미래의 행동에 영향을 주고, 선택을 해야 하거나 도전을 해야 할 때 얼마나 오래 버틸 수 있는지 등에도 많은 영향을 준다고 하였다. 따라서 학령기 아동의 바람직한 성장발달을 위해서는 자기효능감이 매우 중요한 요인이므로 자기효능감을 증진시킬 수 있는 프로그램이 교과과정이나 재량활동시간을 이용하여 이뤄져야 할 것이라고 사료된다.

본 연구에서 학령기 아동의 사회적 지지는 4점 만점에 평균 평점 3.2점이었다. 이와 같은 결과는 학령기 아동을 대상으로 한 Cho (2007)의 연구에서 사회적 지지 점수가 5점 만점에 평균 평점 3.8점으로 나타난 결과와 유사하였다. 본 연구대상자의 사회적 지지의 하위영역별 평균 점수는 가족 지지, 친구지지, 교사지지 순으로 높게 나타났는데 이는 Cho (2007)의 연구결과와도 유사하였다. 사회적 지지란 타인들로부터 받는 사랑이나 인정, 정보와 물질적 원조 등 사회적 관계를 통해 타인들로부터 얻을 수 있는 모든 형태의 긍정적 자원을 의미하는 것으로 인간의 기본적인 욕구를

충족시켜주고 환경에 대한 통제감을 제공해줌으로써 인간의 건강한 발달과 적응에 중요한 역할을 한다(Han & Yoo, 1996). 따라서 학교에서는 교사 및 간호중재자는 아동들이 친구들과 좋은 교우관계를 맺을 수 있도록 지도하며, 교사가 학생들을 지지해 줄 수 있는 학급분위기를 조성시켜주는 것이 필요하다. 또한 가정에서는 부모들이 아동을 대할 때 부모의 일방적인 태도로 강요하지 말고 아동의 의견을 존중해주며 함께 의논하는 풍토를 만들어 간다면 아동이 가족에게 스스로 인정받고 있음을 지각하게 되어 스트레스 및 우울 상황에 잘 대처하며 건강하게 생활해 갈 수 있으리라 사료된다.

본 연구대상자의 우울 정도는 최저 0점에서 최대 54점의 범위에서 평균 14.0점으로 나타났다. 이와 같은 결과는 초등학교를 대상으로 한 Kim (2005)의 연구에서 각각 평균 10.1점으로 나타난 연구결과보다 본 연구대상자들의 우울 점수가 더 높게 나타났다. 이처럼 우울 점수가 높게 나타난 것은 학생들의 학력신장을 위해 일제고사 및 학업 성취도 평가 등을 실시하고 있는 현행 교육과정 상 초등학교 시기부터 학업에 대한 과도한 스트레스와 부담감으로 인해 정신적 어려움을 겪고 있기 때문이라고 사료된다. 따라서 발달과정상에 정상적인 아동들의 우울 정도를 평가하기 위해서는 반복연구가 필요하다고 사료된다.

일반적 특성에 따른 자기효능감, 사회적 지지와 우울은 대상자의 성별에 따라서는 사회적 지지가 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 여학생이 남학생보다 더 많은 사회적 지지를 받고 있는 것으로 나타났는데 이는 초등학교 아동을 대상으로 한 Lee (2008)의 연구결과와 유사하였다. 이와 같이 사회적 지지의 남녀차이는 같은 학령기 아동이라 하더라도 남학생과 여학생의 환경에 대한 지각 정도에 차이가 있음을 시사한다고 볼 수 있다. 학년에 따라서는 자기효능감과 사회적 지지 정도가 통계적으로 유의하게 차이가 있는 것으로 나타났다. 자기효능감은 5학년 아동이

6학년 아동보다 더 높은 것으로 나타났는데 이는 초등학생을 대상으로 한 Park (2003)의 연구에서 중학년 아동이 고학년 아동보다 자기효능감 점수가 높게 나타난 결과와 유사하였다. 사회적 지지는 5학년 아동이 6학년 아동보다 더 높은 것으로 나타났는데 이는 초등학교 5, 6학년을 대상으로 한 Ahn (2009)의 연구에서 5학년 아동이 6학년 아동보다 가족지지와 교사지지를 더 많이 받고 있다는 연구결과와 유사하였다. 따라서 초등학생들의 정신건강 증진을 위한 보건교육 및 간호중재 프로그램을 기획할 때 학년, 성별에 따라 차별화된 중재 프로그램의 개발 및 적용이 필요하리라 사료된다.

대상자가 지각한 경제적 상태에서는 자기효능감, 사회적 지지와 우울 정도가 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이는 Yoo (2010)의 연구에서 경제수준과 자기효능감의 관계에서 경제수준이 높다고 지각할수록 자기효능감이 높게 나타나 유의한 차이를 보인 결과와 유사하였으며, 또한 Lee (2008)의 연구에서 사회적 지지에 대한 지각수준이 상류층, 중류층 아동이 하류층 아동에 비해 높게 나타난 결과와 유사하였다. 가정의 경제적 수준에 따른 아동의 우울에는 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났는데 이러한 결과는 경제적 수준이 하인 집단이 상, 중의 집단에 비하여 우울수준이 통계적으로 유의하게 높은 것으로 나타난 Oh (2007)의 연구결과와 유사하였다. 그러므로 본 연구에서 아동이 지각한 가정의 경제적 상태는 자기효능감, 사회적 지지와 우울에 영향을 미치는 유의한 변인이라고 할 수 있다.

본 연구에서 초등학생의 자기효능감과 사회적 지지( $r=.517, p<.001$ )는 정적인 상관관계를 나타냈으며, 우울 정도와 자기효능감( $r=-.557, p<.001$ ), 사회적 지지( $r=-.571, p<.001$ )는 부적인 상관관계를 나타냈다. 이러한 결과는 초등학생을 대상으로 한 Kim (2005)과 Jeong (2000)의 연구결과와도 유사하였다. 이는 자기효능감과 사회적 지지가 우울 정도에 영향을 미치는 주요변인임을 나타내는 것이라 할 수 있겠다. 따라서 학교에서 보건교사는 학령기 아동들의 우울을 감소시키기 위해서는 먼저 학생들이 학업과 관련된 스트레스와 여러 가지 정신건강 문제들이 심각하게 대두되고 있는 현 상황에서 학생들이 건강한 학교생활을 할 수 있도록 자기효능감과 사회적 지지를 높여줄 수 있는 교육 및 정신건강 프로그램을 도입하여 실시하고 지속적인 관심과 노력을 기울여 학생들의 우울을 감소시켜 주어야 할 것이다. 더 나아가 가족, 친구와 함께 할 수 있는 프로그

램들을 마련하여 사회적 지지를 더 높여준다면 학생들이 여러 가지 심리사회적 스트레스에 직면했을 때 잘 대처해 나가며 우울을 덜 지각하게 될 수 있을 것이라 사료된다.

본 연구에서 초등학생의 자기효능감과 사회적 지지는 우울 정도에 유의한 영향을 주는 예측요인이며, 우울을 42.7% 설명하는 것으로 나타났다. 이는 중학생을 대상으로 한 Mun (2008)의 연구에서 스트레스, 사회적 지지, 자아존중감이 우울을 48% 설명한다는 연구결과와 유사하였으며, 청소년을 대상으로 한 Park (2001)의 연구에서 사회적 지지와 자기효능감이 우울에 부적인 영향을 미쳤으며 이 두 변인이 우울에 대해 중학생 23.0%, 고등학생 17.0%의 설명력을 가지는 것으로 나타나 본 연구결과와 유사하였다.

이상과 같이 자기효능감과 사회적 지지는 학령기 아동의 우울 정도에 영향을 미치는 주요한 변인이므로 학령기 아동의 건강증진을 위해서는 교육적인 차원에서 자기효능감과 사회적 지지를 향상시킬 수 있는 내용을 포함하여 정신건강의 문제들을 예방하고 관리하는 것이 필요하리라 사료된다. 또한 본 연구는 학령기 아동의 우울을 감소시키기 위한 간호중재법 개발 및 학교보건교육에 대한 방향을 제시하는데 기여할 수 있을 것이다.

그러나 본 연구는 C지역 6개 초등학교의 5, 6학년을 대상으로 한정된 지역에서 대상자를 임의 표출하였으므로 본 연구의 결과를 일반화하는데 신중해야 할 필요가 있으며, 구조화된 설문지를 이용한 자기기입식 조사방법으로 정보수집의 제한점이 있다고 사료된다.

## 결론 및 제언

본 연구는 초등학교 5, 6학년에 재학 중인 아동 619명을 대상으로 자기효능감, 사회적 지지와 우울 정도 및 이들 변수간의 상관관계를 확인하고, 우울에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

연구결과 초등학생의 자기효능감은 4점 만점에  $2.9 \pm 0.58$ 점이었고, 사회적 지지는 4점 만점에  $3.2 \pm 0.44$ 점이며, 우울은  $14.0 \pm 7.32$ 점이었다. 자기효능감, 사회적 지지와 우울 정도와의 관계를 분석한 결과, 자기효능감과 사회적 지지는 통계적으로 유의한 정적 상관관계( $r=.517, p<.001$ )가 있었으며 우울과 자기효능감( $r=-.557, p<.001$ ), 사회적 지지( $r=-.571, p<.001$ )는 유의한 부적 상관관계가 있었다. 학령기 아동의 우울 정도에 영향을 미치는 예측요인으로 자기효능감이 우울 정도를 30.9% 설명하는 것으로 나타났

으며, 여기에 사회적 지지를 더하면 42.7%를 설명하는 것으로 나타났다. 따라서 추후 학령기 아동의 우울을 감소시키기 위해서는 영향력이 높게 나타난 자기효능감과 사회적 지지를 향상시킬 수 있는 프로그램을 포함한 간호중재가 필요하다고 사료된다.

이상의 연구결과에 근거하여 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 학령기 아동의 자기효능감과 사회적 지지 향상 프로그램을 개발하고 적용하여 우울정도에 미치는 효과를 검증할 것을 제언한다.

둘째, 본 연구결과와 일반화를 위해 더 많은 지역과 대상 아동을 포함하는 연구와 우울에 미치는 다양한 요인을 분석하는 연구를 제언한다.

## REFERENCES

- Ahn, J. (2009). *Children's well-being on their temperament and social support*. Unpublished master's thesis, Inha University, Incheon.
- Asarnow, J. R., & Carlson, G. A. (1985). Depression self-rating scale: Utility with child psychiatric inpatients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 53*(4), 491-499.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist, 28*(2), 117-148.
- Cervone, D., Kopp, D. A., Schauman, L., & Scott, W. D. (1994). Mood, self-efficacy and performance standards: Lower moods induced higher standards for performance. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 499-512.
- Cho, E. S. (2007). *The relationship between social support, self-esteem, and health behavior of school-age children*. Unpublished master's thesis, Chonbuk National University, Jeonju.
- Cho, S. C., & Lee, Y. S. (1990). Development of the Korean form of the Kovacs' Children's depression inventory. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association, 29* (4), 943-956.
- Cho, Y. J. (2003). *A study of social and emotional characteristics of children with attention deficit/hyperactivity disorder*. Unpublished master's thesis, Kongju National University, Gongju.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress social support and buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*, 310-357.
- Dubow, E. F., & Ulman, D. G. (1989). Assessing social support in elementary school children: The survey of children's social support. *Journal of Clinical Child Psychology, 18* (1), 52-64.
- Han, M. H., & Yoo, A. J. (1996). The relation of stress and perceived social support to problem behavior. *Korean Journal of Child Studies, 17*(1), 173-188.
- Hazell, P. (2002). Depression in children. *British Medical Journal, 325*, 229-231.
- Jeong, Y. S. (2000). *The influence of self-perception and social support on depressive symptoms*. Unpublished master's thesis, Chonnam National University, Gwangju.
- Jung, H. S. (2006). *Perfectionism and self-confidence as factors for depression among primary school students*. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul.
- Kim, K. A. (2005). *Elementary school student's depression, social support, self efficacy, school adaptation*. Unpublished master's thesis, Chungnam National University, Daejeon.
- Kim, K. H. (2008). *Effects of elementary school children's after school activities and social support on stress*. Unpublished doctoral dissertation, Sookmyung Women's University, Seoul.
- Kim, M. Y. (2008). *Effects of cognitive-behavioral education program on the depression and cognitive errors of children*. Unpublished master's thesis, Chinju National University of Education, Jinju.
- Kovacs, M. (1983). *The children's depression inventory: A self-rated depression scale for school-aged youngsters*. Unpublished manuscript, University of Pittsburgh.
- Lee, E. O. (2008). *Analysis of the relationship of parenting attitude and social support perceived by elementary school children with children's school adjustment*. Unpublished master's thesis, Chuncheon National University of Education, Chuncheon.
- Lee, Y. M., & Min, H. Y. (2004). The effects of parental behavior and school adjustment depression of school aged children. *Journal of the Korea Home Economics Association, 42*(4), 1-10.
- Lee, Y. M., Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1994). *Korean adaptation of the general self-efficacy scale*. Retrieved September 2, 2009, from <http://userpage.fu-berlin.de/~health/korean.htm>
- Ministry of Health and Welfare. (2006). *The third Korea national health and nutrition examination survey (KNHANES III), 2005-health status and health behaviors of children and adolescents*. Seoul: Author.
- Moon, S. B. (2009). *Basic concepts and applications of struc-*

*tural equation modeling*. Seoul: Hakjisa.

- Mun, S. W. (2008). *The effects of perceived stress, social-support and self-esteem on depression of middle-school students: Seoul, Cheon nam region*. Unpublished master's thesis, Dongguk University, Seoul.
- Oh, J. S. (2007). *The effect on children's depression of family systems and dysfunctional parental communication methods, as perceived by children*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Park, J. A. (2001). *The relation of perceived social support, self efficacy and adolescent depression*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Park, J. R. (2009). *The effect of bibliotherapy on the reduction of depression and self-respect of children raised by grandparents*. Unpublished master's thesis, Chungnam National University, Daejeon.
- Park, S. K. (2003). *An analysis of the difference on the alienation and self-efficacy according to children's level and academic achievement level in elementary school students*. Unpublished master's thesis, Korea National University of Education, Cheongwon.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1993). *Generalized perceived self-efficacy scale*. Retrieved September 2, 2009, from [http://web.fu-berlin.de/gesund/skalen/Language\\_Selection/Turkish/General\\_Perceived\\_Self-Efficac/hauptteil\\_general\\_perceived\\_self-efficac.htm](http://web.fu-berlin.de/gesund/skalen/Language_Selection/Turkish/General_Perceived_Self-Efficac/hauptteil_general_perceived_self-efficac.htm)
- Yoo, Y. D. (2010). *Influence of study-motivations by family strengths and self-efficacy from the view point of Junior high school students*. Unpublished master's thesis, Dongguk University, Seoul.