

대학생의 자아존중감, 우울증, 가정적 자아와의 관계*

최 해 립

서강대학교 교양과정부

서울시내 4년제 대학의 207명 학생을 대상으로 Rogenberg의 자아존중감 척도, 한국판 Beck의 우울척도(BDI), 정원식의 자아개념검사 중 가정적 자아를 알아보는 하위 영역을 사용 하였다. 가정적 자아에서 현재의 가정적 자아와 함께 과거형을 사용하여 학생들의 기억에 의한 어린시절의 가정적 자아를 알아 보았다.

과거/현재의 가정적 자아와 자아존중감, 우울증 간의 관계를 보면, 과거 가정적 자아는 현재 가정적 자아, 자아존중감과 정적 관계를, 우울과는 부적 관계를 보였고 현재 가정적 자아도 자아존중과는 정적, 우울과는 부적 관계를 보였다. 그러나 회귀분석에 의하면 과거가정적 자아는 자아존중감을 유의미하게 설명하지 못하였고, 현재가정적 자아는 자아존중감을 유의미하게 설명하는 것으로 나타났다. 우울에 관하여도 마찬가지로 과거 가정적 자아는 우울에 대하여 유의미하게 설명하지 못하였고 자아존중감에 대하여만 유의미 하게 설명하는 것으로 나타났다. 과거/현재 가정적 자아, 자아존중감, 우울의 경로 분석에서도 같은 결과가 나왔다.

이와 같은 결론은 아동기에 가정에서의 부정적 경험이 대학생들의 자아개념과 우울증세와 밀접한 관계가 있으리라는 연구자의 임상경험과 차이가 난다.

* 이 연구는 1998년도 서강대학교 교내 연구비 지원에 의하여 이루어졌음

자아존중감(self esteem)이란 자신에 대한 주관적 평가로서 자아존중감이 높다는 것은 자신을 수용, 존중하고 자신을 좋아하며 스스로를 가치 있는 인간으로 느끼는 것을 말한다(Rosenburg, 1985). 심리학에서 이 자아존중감은 수 많은 연구의 주제가 되어왔는데 지난 94년 ~ 97년 4년간 Dissertation Abstract on-disc에 수록된 자아존중감과 관련된 논문이 700편이 넘는 것을 보더라도 알 수 있다.

자아존중감에 대한 관심은 자아존중감이 인간 행동의 중요한 기본 동기이고 정신 건강 및 적응과 밀접한 관계가 있기 때문이다. Maslow의 자아존중 욕구, Carl Rogers의 무조건적 존중, William Glasser의 사랑과 가치(love & worth)등도 다 자아존중감의 중요성을 말해준다. Allport는 자신에 대해 높은 평가를 갖는다는 것은 인간 영혼의 가장 큰 기쁨이다 The greatest joy of the human soul is to have a high opinion of oneself (Rosenberg, et.al., 1989 재인용)라고 하였다.

이것은 연구자가 지난 20년간 대학생을 상담하면서 상담자로서 경험한 바와 일치하기도 하는데 상담을 청하는 많은 내담자들이 공통적으로 갖는 특징 중 하나는 자아존중감이 낮다는 것이다. 김병환 등(1994)도 대학 상담에서 많이 차지하는 내용이 학생들이 자기 존중감 저하로 인해 대학 생활이 원만하지 않다는 것을 지적하였고 김소영(1996)도 자아존중감이 대학생의 적응에 직접적인 영향을 미친다고 하였다.

연구자의 임상적 경험은 자아존중감이 낮은 학생들이 적응 문제를 갖고 또는 적응 문제를 갖는 대학생들은 자아존중감이 낮으며 많은 경우 우울증과 관련이 있다는 것이다. 또 다른 공통점은 이들의 가정적 경험이 부정적이라는 점 이었는데 특히 아동기의 잦은 부모 갈등은 이들로 하

여금 기가 죽고, 눈치를 보게 만들었으며 이로 인하여 이웃에게 부끄럽게 살았던 경험이 많았다.

본 연구에서는 자아존중감과 심리적 특성, 가정과의 관계에 대한 연구논문을 살펴보고 대학생의 자아존중감을 측정하고 자아존중감이 높은 학생과 낮은 학생의 심리적 증상, 구체적으로 우울증에서 어떤 차이를 보이는가를 살펴보고 이러한 대학생의 자아존중감과 우울증이 그들이 현재 경험하고 있는 가정적 분위기와 또 과거 아동기에 경험했던 가정적 분위기와 어떠한 관계가 있는지 알아보려고 한다.

자아존중감과 심리적 특성

1. 자아존중감의 의미

앞에서도 언급하였지만 자아존중감에 관한 연구는 광대하고 또한 광범위하다. 자아존중감의 개념 및 구성에 관한 연구로부터 자아존중감과 정신 건강과 관련된 여러 변인들과의 관계에 대한 연구들 즉 자아존중감과 우울, 불안, 내외 통제성, 스트레스 대처방식, 부정적 사고, 자기표현, 학업성취나 성적, 신체상, 성역할 정체감, 진로 성숙도 등 다양하다.

그러나 연구마다 자아존중감의 개념에 대해 일치하는 것으로 보인다. 자아존중감을 자신에 대한 전반적인 입지(global orientation)로 보는가 하면(Brown, 1993) 자아존중감을 자아개념의 많은 차원 중 하나로 보기도 하고(Rosenberg, 1985) 자아 개념을 자아존중감의 하위 영역으로(Tafarodi & Swann, 1995) 보기도 한다. Tafarodi와 Swann은 자아존중감을 자아개념의 감정적, 지적, 행동적 측면의 평가로 보고 사회적

가치와 자기 사랑(social worth-self liking)의 개념으로 타당화 해보려고 시도하였다. Moretti와 Higgins(1990)는 자아존중감을 실제자아와 자아이상과의 차이의 지각에서, 실제자아에 대한 지각과 자기평가 기준과의 비교의 결과로 보았다.

또한 자아존중감의 구인에 대해서도 Rosenberg(1985)는 자아존중감의 중요 양상으로서 자신을 수용한다, 자기자신을 좋아한다, 가치있는 인간으로서 자신을 존중한다를 들었는데 자아존중감의 측정은 이 모든 양상을 포함하기보다 자기 수용 측면만을 측정한다고 평하였다.

구체적으로 Fleming와 Courtney(1984)는 대학생의 자아존중감을 자기신뢰, 사회적 신뢰, 학업능력, 신체외모, 신체능력 차원에서 보았고, 손병환(1994)은 여대생을 대상으로 요인분석한 결과 개인영역, 사회영역, 학교영역, 가정영역의 4영역에서 14가지의 요인들로 보았다.

자아존중감의 개념, 구인, 측정에 일치하지 않지만 자아존중감을 자신에 대한 주관적 평가로서 자아존중감이 높다는 것은 자신을 수용, 존중하고 자신을 좋아하며 스스로를 가치있는 인간으로 느끼는것으로 본Rosenberg(1985)의 입장이 가장 많이 인용 되며 또한 그의 자아존중감 척도가 Coopersmith(1968)의 것과 함께 가장 많이 사용되고 있다.

2. 자아존중감이 높은 사람과 낮은 사람

자아존중감이 높은 사람의 심리적 특징과 낮은 사람의 심리적 특징을 비교 해 보면 자아존중감에 대한 개념, 구인, 측정이 간단 할 수 없다는 사실에 동의 하게 된다.

Rosenberg(1985)는 자아존중감이 삶에 대한 만족감과 밀접한 관계가 있다고 하였다. 자아존

중감은 일반적인 특성(general trait)이면서 동시에 순간 순간 영향 받을 수 있는 상황적 변인(situational variable)이기도 하다. 자아존중감이 높은 사람은 행복하고, 안정적이고, 애정이 있고, 에너지가 많으며, 민감하고도 조용하며, 정신이 또렷하고, 목표가 뚜렷하고, 억압하지 않고 순발력이 있다. 반면 자아존중감이 낮은 사람은 불행하고, 분노를 느끼고, 위협을 느끼며, 고달프고, 짜증나며, 조직적이지 못하고, 갈등을 자주 경험하며, 억압을 하고, 자아의식이 강하다.

Brown(1993)은 자아존중감의 유지가 잠재 동기로서 개인의 행동을 결정하는데 중요한 역할을 하기 때문에 개인의 심리적 안녕에 결정적이라고 하였다. 다시 말하면 자아존중감을 자신에 대한 전반적인 평가로 보고 자아존중감의 차이는 개인들이 생활 사건들을 직면할 때 그 결정의 방향을 정하는 중요한 역할을 한다고 하였다. 예외는 있겠지만 대부분 자아존중감이 낮은 개인들은 부정적이거나 긍정적인 경험에 비교적 공평하고 보완적인 방식으로 반응한다. 즉 긍정적 사건은 긍정적 반응으로 부정적 사건은 부정적 반응으로 반응한다. 이에 비하여 자아존중감이 높은 개인들은 다른 양상을 보이는데 긍정적 사건은 긍정적으로 받아드리지만 부정적 사건은 거부하거나 제한하고 아니면 상쇄해버린다. 따라서 긍정적 경험으로부터는 혜택을 얻는 반면 부정적 경험은 덜 심각하게 반응한다. 이러한 긍정적 착각이 정신건강에 도움이 된다는 최근 연구와 일치한다고 하겠다.

Tafarodi와 Swann(1995)은 자아존중감이 긍정적, 부정적, 증성적 또는 애매모호할 수 있다고 하였다. 자아존중감이 높은 사람은 자신이 완전하지 못하고 한계가 있지만 살 가치가 있고 살 능력이 있으며 성장하고 나아지리라고 믿는다. 반면 자아존중감이 낮은 개인은 자신에 대하여

불만족이고 자기 거부, 자기멸시의 경험이 잦으며 살 능력, 살 가치가 없다고 느끼는 경향이 있다

최근 자아존중감이 낮은 사람들의 인지과정 및 특징에 대한 연구에서 Daly와Burton (1983)은 인정에 대한 욕구, 높은 기대수준, 문제를 회피하는 등의 비합리적 신념들을 갖고 있다고 보고한다.

3. 자아존중감과 우울증

많은 연구들은 자아존중감과 우울증과의 부적 관계에 대하여 보고 하고 있다. 낮은 자아존중감과 우울증의 관계는 이론적 수준에서도 강조 되었는데 Beck와 동료들(1979)은 부정적 자기평가가 우울증 에피소드의 중요한 구성 요소라고 주장하고 DSM-IV에서도 자신에 대한 부정적 감정을 우울증의 진단 범주의 하나로 들고 있다. Chan과 Lee(1992)는 자아존중감의 삼차원을 가족의 수용-거부, 자기비하, 친구와의 친애-비친애로 보고 자아존중감이 일반적인 심리 증상 특히 우울, 불안, 사회적 역기능과 관련이 있다고 하였다. 낮은 자아존중감은 우울증과 의미 있게 관련되며 자아존중감의 수준, 자아존중감의 안정성이 우울증에 중요한 함축이 있으리라고 본다.

김소영(1996)은 자아존중감이 적응에 직접적인 영향을 미친다고 보고 자아존중감이 낮은 청소년들이 가장 경계해야 될 현상이 청소년기 우울증이라고 하였다.

Rosenberg(1985)는 낮은 자아존중감은 우울증 뿐만 아니라 다른 부정적 감정과 성격적 특성과도 관련된다고 하였다. 그런데 최근의 연구자들은 낮은 자아존중감과 우울증 간에는 상당히 겹치는 과정이 있을 것이라는 제안을 한다 (Kernis, et. al., 1991). 자아존중감이 낮은

개인은 우울한 증상은 갖는 개인과 마찬가지로 구체적 실패를 자신의 다른 면 까지도 과일반화하는 경향이 있다. 부정적 자기평가는 우울증의 한 측면 이면서 동시에 우울증적 반응을 매개하는 역할을 한다는 것이다. Whisman과 Kwon(1997)은 자아존중감이 생활 스트레스의 영향을 매개하는 역할을 한다고 보았는데 특정한 손상 또는 실망이 있을 때 지속되어온 낮은 자아존중감이 희망이 없는 것(hopelessness)으로 평가할 가망성을 높인다는 뜻이다. 다시 말해서 생활 스트레스는 낮은 자아존중감으로 매개되어 희망이 없는것으로 이어지게 된다. 현종(1993)은 우울과 자아존중감에 관한 귀인모형의 인과적 분석에서 낮은 자아존중감에 직접적인 영향을 주는 변인은 기대와 우울이었는데 우울에서 자아존중감에 이르는 구조행로 계수가 매우 높게 나타나 낮은 자아존중감이 우울과 수반되는 것으로 보고하고 있다.

자아존중감과 가정

자아존중감과 가정과 관련된 연구도 자아존중감과 부모와의 의사소통, 양육태도, 아동구타 및 자녀학대, 가족구조, 부모의 결혼상태, 부모불화, 애착 등을 주제로 다양하다.

가정은 그 가정의 신념, 구조, 대화기술, 상호작용의 스타일, 스트레스 경험 등을 통하여 가정구성원의 신체적, 정신적 건강에 영향을 준다 (Ransom & Fisher, 1995)는 것은 대부분이 인정하는 사실이다. 가정을 구성하는 개인들은 각자의 자아존중감을 향상 내지 유지하려고 애쓰게 되는 과정에서 가족내의 다른 사람과의 관계에 의해 강하게 영향 받을 수 있다.

특히 부모가 성장 과정에 있는 자녀의 자아존

중감에 매우 중요한 역할을 한다는 보고가 많다 (옥경희, 1995; 원영희, 1990; 김경연, 1993; 이미령, 1996). 부모는 아동의 바람직한 행동을 위한 일차적 모델로서 강화의 원천이고, 최초로 사회적 상호작용하는 중요한 타인이며, 또한 아동의 일차적 평가자이기 때문이다(원영희, 1990). 김경연(1993)은 아동의 자아존중감의 주된 선행요인으로 부모의 양육행동을 들었고, 원영희(1990)는 아동의 자아존중감은 부모의 온정적인 태도와 정적인 관계가 있고 부모의 거부, 권위적 태도와 부적인 관계가 있으며 특히 아동의 가정적 자아가 부모의 양육 태도와 밀접한 관계가 있다고 하였다. 이미령(1996)도 여고생의 높은 자아존중감이 부모의 긍정적 양육 태도와 상관성이 높은 것으로 보고 하였다.

부모의 갈등과 아동의 심리적 안녕에 대한 연구(Pawlak, 1997)에서 부모의 부재나 경제적 빈곤보다 부모의 이혼과 갈등 자체가 아동 발달과 자아존중감에 악영향을 준다고 하였다. 부모의 갈등과 대학 일학년생의 자아존중감의 연구에서도 학생들의 낮은 자아존중감이 부모의 갈등, 양육의 불일치, 권위적 태도와 밀접한 관계가 있다고 하였다. 부모의 갈등에 대한 지각과 일관성 없는 양육이 대학생의 자아존중감을 가장 잘 예측할 수 있는 요인이라고 하였다. 이명숙과 김영미(1993)도 청소년의 정서적, 행동적 부적응에 있어 가족 구조 양상 보다는 부모불화 정도가 더 높은 예언력을 보였다고 하였다. 가정의 결손 자체 보다는 부모의 불화로 인한 적대적 가정 분위기가 가정의 기능적 결손을 초래하여 청소년들의 우울과, 불안, 비행행동에 더 강한 영향을 미친다는 것이다. 김소영(1996)은 현 가족체계에 대한 만족감이 높은 청년 일수록 자아존중감이 높다고 하였고 특히 가족 기능체계 유형에 따른 자아존중감 점수의 차이가 자아존중감의 하

위척도 중 가정적 자아에서만 유의미한 것이 발견 되었다.

옥경희(1995)는 부모와 자녀 사이에 갈등이 있는 경우 자녀들은 스스로가 가치가 없다고 느끼고 그 결과 자아존중감이 낮아진다고 하였다. 가족 내에서 지지를 얻지 못한다고 느끼는 자녀들이 속해 있는 가정의 특징이 있다. 부부 사이에 갈등이나 긴장이 있고 부부 갈등으로 인하여 서로에게 적대감을 보이고 자녀들이 부모의 싸움에 끼여들어 편을 들게 되거나 부모들이 자신의 문제로 인해서 자녀들에게 깊은 관심이나 지지를 보일 수 없기 때문이다. 이러한 가정에서 신체적 학대와 언어적 학대를 동시에 받을 때 아동은 자아존중감 형성에 가장 나쁜 영향을 받는다고 한다(김현정, 1996). Rosenberg(1985)도 부모가 얼마나 중요시 (mattering) 여기는가가 청년의 자아존중감에 영향을 준다고 하였다.

청년들이 아동기에 맺었던 부모와의 경험을 재구성 하는데에는 문제가 많다. 그러나 어려서의 가족관계를 설명할 때 통합을 잘하는 청년보다 통합하지 못하고 모순되는 설명을 하는 청년들이 더 외롭고, 사회적 지지망도 거의 없고 개인적 장애와 낮은 자아존중감을 갖는다고 한다 (Jacobvitz & Bush, 1996). Sturkie와 Flanzler (1987)는 학대 받은 청소년이 포함된 가족들의 심리사회적 기능에 대한 4년에 걸친 연구에서 이들 청소년들의 자아존중감이 매우 낮고 그들의 부모들 보다는 훨씬 낮으며, 우울증이 의미 있게 높은 것으로 나왔다.

최근 자아존중감과 애착과의 관계에 대한 관심이 대두되고 있다. Paterson과 동료들(1995)은 애착의 두 차원을 감정적 지지 및 근접성과 애정의 질로 보았는데 부모의 애정의 질과 감정적 지지 및 근접성은 전반적 자아존중감, 대처능력, 사회적 능력과 의미 있는 관련이 있다고 하였다.

장휘숙(1998)도 애착과 정신증의 관계에서 자아상이 증재변인의 역할을 한다는 것을 밝히면서 자아상은 자아존중감에 긍정적인 직접효과를, 정신증에는 부적인 직접효과를 미친다고 하였다. 즉 인생 초기에 형성된 양육자에 대한 애착은 내적 작동 모델의 형태로 지속되고 자기와 타인에 대한 정신적 표상을 형성하게 함으로써 개인의 자아존중감은 물론 정서와 행동의 규제능력에도 영향을 준다는 것이다.

방법 및 절차

1. 연구대상

본 연구의 설문은 서울시내 4년제 대학의 207명의 학생을 대상으로 실시되었다. 이 중에서 남학생이 131명(63.6%), 여학생이 76명(36.7%)이었고, 학년별로는 1학년이 28명(13.5%), 2학년이 32명(15.5%), 3학년이 86명(41.5%), 그리고 4학년이 61명(29.5%)이었다. 대학별로는 경영/경상대학, 문과대학이 각각 72명(34.8%), 53명(25.6%)이었고, 공과대학, 사회과학대학, 이과대학이 각각 38명(18.4%), 24명(11.6%), 20명(9.7%)이었다.

2. 측정도구

1) 가정적 자아 척도

가정적 자아는 정원식(1968)의 자아개념검사 중 가정적 자아를 측정하는 18문항을 사용하여 측정하였다. 가정적 자아의 본래 척도는 현재의 가정적 자아를 측정하도록 되어 있으나, 본 연구에서는 현재의 가정적 자아뿐만 아니라, 동일한 척도의 시제를 바꾸어 과거의 가정적 자아를 함

께 측정하였다. 가정적 자아는 5점 척도로 평정하게 되어 있다. 본 연구에서 현재 가정적 자아와 과거 가정적 자아의 내적 일치도(Chronbach alpha)는 각각 .85, .86이었다. 현재 가정적 자아는 4번, 6번, 7번, 12번 문항의 문항-전체 상관이 각각 .20, .26, .12, .00으로 낮았고, 과거 가정적 자아는 6번, 7번, 12번 문항의 문항-전체 상관이 각각 .16, .20, .08로 낮았으나, 본 연구에서는 모든 문항을 분석에 포함하였다.

2) 자아존중감 척도

자아존중감은 Rogenberg(1965)의 자아존중감척도(SE: Self-Esteem Scale)를 번역하여 사용하였다. 이 척도는 총 10문항으로 구성되어 있으며, 4점 척도로 평정하게 되어 있다. 점수의 범위는 최하 10점에서 최고 40점이며, 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 나타낸다. 본 연구에서 이 척도의 내적일치도(Chronbach alpha)는 .83이었다. 10개 문항 중에서 8번 문항과 10번 문항은 문항-전체 상관이 각각 .20, .29로 낮았으나, 포함시켜 분석하였다.

3) 한국판 Beck의 우울척도(BDI)

우울 수준을 측정하기 위해서 Beck의 우울척도(BDI)를 사용하였다. BDI는 21문항으로 이루어져 있으며, 4개의 진술 중에서 자신에게 가장 적절하다고 생각되는 하나를 선택하도록 되어 있다. 각 문항은 0점에서 3점으로 채점되며, 총점의 범위는 최하 0점에서 최고 63점이다. 본 연구에서 내적 신뢰도(Chronbach alpha)는 전체 집단에서는 .90이었고, 남자 대학생 집단은 .89, 여자 대학생 집단은 .90이었다.

3. 분석 절차

먼저 과거 가정적 자아에 따라서 현재의 가정적 자아, 자아존중감, 그리고 우울의 차이가 있는지를 알아보기 위해서 과거 가정적자아를 상하위 25%로 나누어 t-검증을 실시하였다. 그리고 현재 가정적자아에 따라서 자아존중감과 우울의 차이를 알아보기 위해서 마찬가지로 현재 가정적 자아를 상하위 25%로 나누어 t-검증을 실시하였다.

다음에는 과거 가정적 자아, 현재 가정적 자아, 자아존중감, 그리고 우울증 간의 관계를 알아보기 위해서 상관분석을 실시하였고, 과거 가정적자아와 현재 가정적자아가 자아존중감과 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해서 회귀분석을 실시하였다.

마지막으로 네 가지 변인의 관계를 경로모형을 통해서 알아보았다.

결과분석

1. 조사 대상자의 특성에 따른 과거/현재 가정적 자아, 자아존중감, 우울의 차이

먼저 성별에 따른 과거/현재 가정적 자아, 자아존중감, 우울의 차이가 표 1에 제시되어 있다. 성별에 따라 과거 가정적자아는 유의미한 차이가

없었으나($t_{205}=1.16, p>.05$), 현재 가정적자아는 유의미한 차이가 있었는데($t_{205}=2.84, p<.01$), 남학생이 여학생에 비해서 높은 것으로 나타났다. 자아존중감도 남학생이 여학생에 비해서 높은 것으로 나타났다($t_{205}=2.86, p<.01$). 그리고, 우울은 여학생이 남학생보다 더 높았다($t_{205}=-2.54, p<.05$). 학년 및 대학별로는 과거/현재 가정적자아, 자아존중감, 우울이 유의미한 차이를 보이지 않았다.

2. 가정적 자아에 따른 자아존중감, 우울의 차이

먼저 과거 가정적 자아에 따라 현재 가정적 자아, 자아존중감, 그리고 우울의 차이가 있는지 알아보기 위해서 과거 가정적 자아를 상하위 25%로 나누어 t-검증을 실시하였다. 그 결과는 <표 2-1>에 제시되어 있다. 과거 가정적자아가 높은 집단이 낮은 집단에 비해서 현재 가정적자아($t_{117}=-6.82, p<.000$), 자아 존중감($t_{117}=-2.77, p<.01$)이 유의미하게 높았다. 우울은 과거 가정적자아가 낮은 집단과 높은 집단에서 유의미한 차이가 없었다($t_{117}=1.75, p>.05$).

다음에는 현재 가정적자아에 따라서 자아존중감, 우울의 차이가 있는지를 살펴보기 위해서 마찬가지로 현재 가정적자아를 상하위 25%로 나누어 t-검증을 실시하였다. 그 결과는 <표 2-2>에 제

표 1 조사대상자의 성별에 따른 과거/현재 가정적 자아, 자아존중감, 우울의 차이

	전체 (N=207)	남자 (n=131)	여자(n=76)	t
과거 가정적자아	65.93(9.21)	66.50(8.65)	64.96(10.09)	1.16
현재 가정적자아	64.31(8.31)	65.55(8.39)	62.17(7.76)	2.87**
자아존중감	28.12(3.89)	28.69(3.80)	27.12(3.84)	2.86**
우울	9.42(7.33)	8.44(6.60)	11.09(8.20)	-2.54*

제시된 값은 평균 (표준편차)

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

표 2-1. 과거 가정적자아 고저에 따른 현재 가정적 자아, 자아존중감, 우울의 차이

	하위집단(n=58)	상위집단(n=61)	t
과거 가정적 자아	54.29(6.46)	75.62(3.66)	
현재 가정적 자아	59.71(7.29)	69.21(7.88)	-6.82***
자아존중감	27.24(4.10)	29.36(4.23)	-2.77**
우울	10.81(7.99)	8.25(8.21)	1.75
제시된 값은 평균(표준편차)			**p<.01 ***p<.000

표 2-2. 현재 가정적자아 고저에 따른 자아존중감, 우울의 차이

	하위집단(n=56)	상위집단(n=55)	t
현재 가정적 자아	53.61(4.73)	74.04(3.61)	
자아존중감	26.16(3.79)	29.78(4.12)	-4.82***
우울	13..73(8.58)	6.18(6.46)	5.23***
제시된 값은평균(표준편차)			***p<.000

시되어 있다. 현재 가정적자아의 고저에 따른 자아존중감과 우울의 차이는 과거 가정적자아의 고저에 따른 차이와 유사하였다. 현재 가정적자아가 낮은 집단은 높은 집단에 비해서 자아존중감이 유의미하게 낮았으며($t_{109}=-4.82, p<.000$), 우울은 유의미하게 높았다($t_{109}=5.23, p<.000$). 현재 가정적자아가 높을수록 자아존중감은 높았으나, 우울은 낮았다.

3. 과거/현재 가정적 자아, 자아존중감, 우울 간의 상관

표3에는 과거/현재 가정적 자아, 자아존중감, 우울 간의 상관이 제시되어 있다. 과거 가정적 자아는 현재 가정적자아($r=.50$), 자아 존중감($r=.25$)과 유의미한 정적 상관이 있었고, 우울($r=-.19$)과는 유의미한 부적 상관이 있었다.

표 3. 과거/현재 가정적자아, 자아존중감, 우울간의 상관

N =207

	과거 가정적 자아	현재 가정적 자아	자아존중감	우울
과거 가정적 자아	-			
현재 가정적 자아	.50***	-		
자아존중감	.25***	.44***	-	
우울	-.19**	-.43***	-.56***	-
제시된 값은 평균(표준편차)			*<.05 **p<.01 ***p<.001	

표 4. 자아존중감에 대한 중다회귀분석

예언변인	Beta	R ²	Adjusted~R ²	F
현재 가정적 자아	.44	.19	.19	48.09***
과거 가정적 자아는 설명력이 낮아 모델에서 제외되었음.				***p<.001

표 5. 우울에 대한 중다회귀분석

예언변인	Beta	R ²	Adjusted~R ²	F
현재 가정적 자아	-.43	.19	.18	46.40***
과거 가정적 자아는 설명력이 낮아 모델에서 제외되었음.				***p<.001

즉, 과거 가정적자아가 높을수록 현재 가정적자아와 자아존중감은 높았으며, 우울정도는 낮았다. 현재 가정적자아도 자아존중감과 유의미한 정적 상관이 있었고($r=.44$), 우울과 유의한 부적 상관($r=-.43$)이 있었다. 자아존중감도 우울증과 유의미한 부적 상관이 있었다($r=-.56$).

4. 과거/현재의 가정적 자아가 자아존중감 및 우울에 미치는 영향

과거 가정적자아와 현재 가정적자아가 자아존중감에 미치는 영향을 알아보기 위해서 과거 가정적자아와 현재의 가정적자아를 독립변인으로 하고, 자아존중감을 종속변인으로 하여 중다회귀분석을 실시하였고, 그 결과는 표4에 제시되어 있다. 과거 가정적자아는 자아존중감을 유의미하게 설명하지 못했고, 현재 가정적 자아는 자아존중감의 19%를 유의미하게 설명하는 것으로 나타났다($F_{1,205}=48.09, p<.001$).

다음에는 과거 가정적 자아와 현재 가정적 자아가 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해서 마찬가지로 과거 가정적 자아와 현재의 가정적자아를 독립변인으로 하고, 우울을 종속변인으로 하

여 중다회귀분석을 실시하였고, 그 결과는 <표5>에 제시되어 있다. 과거 가정적자아는 우울을 유의미하게 설명하지 못했고, 현재 가정적 자아는 우울의 18%를 유의미하게 설명하는 것으로 나타났다($F_{1,205}=48.09, p<.001$).

5. 과거/현재 가정적 자아, 자아존중감, BDI의 경로분석

그림1에는 각 변인들간의 단순상관계수(괄호 안)와 경로계수(괄호 밖)가 제시되어 있다. 과거 가정적 자아는 현재 가정적 자아에 영향을 미치지만($b=.50$), 자아존중감($b=.04$)이나 우울($b=.03$)에 미치는 영향은 유의미하지 않았다. 그러나, 현재 가정적 자아는 자아존중감($b=.34$)이나 우울($b=-.45$)에 미치는 영향은 유의미하였다.

결 론

내담자의 자아존중감은 본 연구자가 지난 20년간 상담을 하면서 끊임없이 관심을 가졌던 주

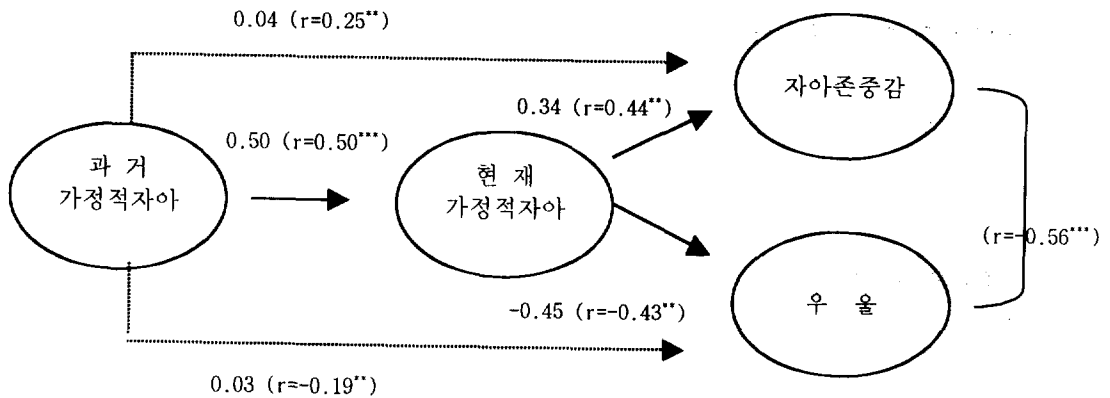


그림 1 과거 가정적자아, 현재 가정적자아, 자아존중감과 우울의 경로도

제이다. 앞서서도 언급하였지만 상담을 청하는 많은 대학생들이 갖는 공통점 중 하나는 자아존중감이 낮다는 것이다. 자아존중감이 낮은 대학생들이 적응 문제를 가지며 대부분 경우 우울하다. 또 다른 공통점은 가정적 경험이 부정적이라는 것인데 특히 아동기의 잦은 부모의 불화, 갈등을 경험한 경우가 많다.

이러한 임상 경험을 토대로 본 연구에서는 대학생들의 자아존중감, 우울증, 가정적 분위기의 관계를 보고자 하였다. 서울시내 4년제 대학의 207명 학생을 대상으로 Rogenberg의 자아존중감척도, 한국판 Beck의 우울척도(BDI), 정원식의 자아개념검사 중 가정적 자아를 알아보는 하위 영역을 실시 하였다. 가정적 자아에서 현재의 가정적 자아와 함께 과거형을 사용하여 학생들의 기억에 의한 어린시절의 가정적 자아를 알아 보았다.

과거의 가정적 자아는 현재의 가정적 자아와 자아존중감과 의미있는 관계가 있는 것으로 나타났다. 현재의 가정적 자아는 자아존중감과 우울증과 높은 상관을 나타냈다. 과거/현재의 가정적 자아와 자아존중감, 우울증 간의 관계를 보면, 과거 가정적 자아는 현재 가정적 자아, 자아존중감

과 정적 관계를, 우울과는 부적 관계를 보였고 현재 가정적 자아도 자아존중과는 정적, 우울과는 부적 관계를 보였다. 그러나 회귀분석에 의하면 과거가정적 자아는 자아존중감을 유의미하게 설명하지 못하였고, 현재가정적 자아는 자아존중감을 유의미하게 설명하는 것으로 나타났다. 우울에 관하여도 마찬가지로 과거 가정적 자아는 우울에 대하여 유의미하게 설명하지 못하였고 자아존중감에 대하여만 유의미하게 설명하는 것으로 나타났다. 과거/현재 가정적 자아, 자아존중감, 우울의 경로 분석에서도 같은 결과가 나왔다.

이와 같은 결론은 아동기에 가정에서의 부정적 경험이 대학생들의 자아개념과 우울 증세와 밀접한 관계가 있으리라는 연구자의 임상경험과 차이가 난다. 가능한 설명은 과거형으로 사용한 가정적 자아 척도가 재려고 하는 것을 제대로 재지 못하였을 수 있다. 이것은 척도의 문제이다. 또 다른 이유는 통계적 연구와 임상적 경험과의 차이일 수 있다. 대학생들과 상담과정에서 rapport 형성이 된 후 그들의 잊었던 아픈 경험이 기억되고 상담자에게 솔직히 말 할 수 있게 된다.

그러나 질문지에 의한 자료는 그러한 내용을 반영할 수 없다는 것이다. 어렸을 적 경험을 기억에 의존하여 자기보고식 질문지에 즉시 보고한다는 것은 무리가 있다고 본다. 이것은 연구자가 실시한 또 다른 연구(unpublished)에서 나타난 결과를 보면 알 수 있다. 200명의 대학생들에게 자아존중감을 높혀준 경험 5가지, 자아존중감을 떨어트린 경험 5가지씩 쓰라는 open question을 하였는데 현재의 매일 매일의 생활에서 일어나는 능력의 인정, 대인관계, 자신의 성장 및 변화 등에 관한 것이 대부분 이었으며 부모 및 가정에 대한 것은 손 꼽을 정도로 몇 개 안되었다.

참 고 문 헌

- 김소영(1996). **가족체계 유형과 청소년의 자아존중감과 관계**. 연세대학교 교육대학원 석사논문
- 김정선(1996). **어머니와 고등학생 자녀가 의사소통과 자아존중감**. 이화여자대학교 교육대학원 석사논문
- 김현숙(1996). **고등학생의 자아존중감과 정신건강에 미치는 효과**. 경상대학교 교육대학원 석사논문
- 김현정(1996). **자녀학대가 아동의 자아존중감에 미치는 영향**. 대구효성카톨릭대학교 대학원 석사논문
- 손병환, 유승구, 박경자(1994). **여대생의 자아존중감 척도의 개발**. 대학상담연구, Vol. 5, No.1, 97-125
- 송현중(1993). **우울과 자아존중감에 관한 규인 모형의 인과적 분석**. 전남대학교 대학원 박사학위논문
- 원영희(1990). **아동이 지각한 부모양육 태도와 자아존중감과 관계**. 공주대학 교육대학원 석사논문
- 이명숙, 김영희(1993). **가족구조와 부모불화가 청소년 자녀의 부적응에 미치는 영향**. 한국심리학회지:발달, Vol. 6, No.2, 201-216
- 옥경희 (1995). **대학생의 자아존중감에 미치는 가족의 영향**. 학생생활연구, 광주대학교 학생생활연구소, 제2집, 1-15
- 옥경희 (1997). **대학생의 자아존중감과 부모의 양육태도 및 친구의 평가간 관계 연구**. 학생생활연구, 광주대학교 학생생활소, 제4집, 23-44
- 이명숙, 김영미 (1993). **가족구조와 부모불화가 청소년 자녀의 부적응에 미치는 영향**. 한국심리학회지:발달 vol.6.No.2,201-216
- 이미령(1996). **여고생의 자아존중감과 관련된 변인들에 관한 예비연구**. 고려대학교 교육대학원 석사논문
- 이순재(1994). **아동이 지각한 언어통제 유형과 아동의 자아존중감 및 내외통제성과의 관계**. 이화여자대학교 석사논문
- 장휘숙(1998). **애착과 정신증의 관계에서 자기관련적 변인의 중재역할**. 한국심리학회지:발달, Vol. 11, No. 1, 110-121
- 정원식(1968). **자아개념**, 코리안 테스트 센터.
- 최보가, 전귀연 (1992). **Cooper Smith Self-Esteem Inventory(SEI)의 구성타당도 연구**, 교육대학원논문집, 경북대학교, 1-15
- Allen, Joseph P., Hauser, Stuart T., Bell, Kathy L., & O Connor, Thomas G. (1994). **Longitudinal assessment of autonomy and relatedness in adolescent-family interactions as predictors of adolescent ego development and self**

- esteem, *Child Development*, Vol. 65, 179-194
- Andrews, Bernice, and Brown, George W.(1993). Self esteem and vulnerability to depression: the concurrent validity of interview and questionnaire measures. *Journal of Abnormal Psychology*, Vol. 102, No. 4, 565-572
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. N. Y: Guilford Press
- Brown, Jonathan D. and Mankowski, Tracie A.(1993). Self esteem, mood, and self-evaluation: changes in mood and the way you see you. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 64, No.3, 421-430
- Chan, David W. and Lee, Betty H.C. (1993), Dimensions of self esteem and psychological symptoms among Chinese adolescent in Hong Kong, *Journal of Youth & Adolescence*, vol.22, No.4, 425-440
- Cicchetti, Dante and Toth, Sheree L.(1998). The development of depression in children and adolescents, *American Psychologists*, Vol 53, No. 2, 221-124
- Coopersmith, Stanley(1968). Studies in self-esteem, *Scientific American*, February
- Daly, Michael J. and Burton, Robert L.(1983). Self-esteem and irrational beliefs: An exploratory investigation with implications for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, Vol 30, No. 3, 361-366
- Gecas, Viktor and Seff, Monica A. (1990). Social class and self esteem: psychological centrality, compensation and the relative effects of work and home, *Social Psychology Quarterly*, Vol. 53, No. 2, 165-173
- Horowitz, Leonard M, Locke, Kenneth D., Morse, Marjorie B., Waikar, Sachin, Dryer, D. Christopher, Tarnow, Eugen and Channam, Jess.(1991). Self-derogations and the interpersonal theory, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 61, No. 1, 68-79
- Jacobvitz, Deborah B. and Bash, Nell F.(1996). Reconstructions of family relationships: parent-child alliance, personal distress, and self esteem, *Developmental Psychology*, Vol. 32, No. 4, 732- 742
- Kernis, Michael H., Grannemann, Bruce D., and Mathis, Lynda C.(1991). Stability of self esteem as a moderator of the relation between level of self esteem and depression, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 61, No. 1, 80-84
- Kernis, Michel H., Grannemann, Bruce D., and Barclay, Lynda.(1989). Stability and level of self esteem as predictors of anger arousal and hostility, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 56, No.6,

1013-1023

- McCormick, Cynthia B. and Kennedy, Janice H. (1994). Parent-child attachment Working models and self esteem In adolescence, *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 23, No. 1, 1-18
- McWhirter, Benedict T.(1997). Loneliness, learned resourcefulness and self-esteem in college students, *Journal of Counseling and Development*, Vol. 75, 460-469
- Moretti, Marlene M. and Higgins, E. Tory(1990). Relating self-discrepancy to self-esteem: the contribution of discrepancy beyond actual self ratings, *Journal of Experimental Social Psychology*, 26, 108-123
- Parson, Janis, Pryor, Jan, and Field, Jeff. (1995). Adolescent attachment to parents and friends in relation to aspects of self esteem, *Journal of Youth and Adolescence*, Vol 24, No. 3, 365-376
- Pawlak, Julie L. and Klein, Helen Altman (1997). Parental conflict and self esteem : The rest of the story, *Journal of Generic Psychology*, 158(3), 303-313
- Politano P. M. , Stapleton, Laura A. and Correll, J. A.(1992). Difference between children of depressed and non-depressed mothers: locus of control, anxiety and self-esteem, *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, Vol. 33, No. 2, 451-455
- Ransom, Donald C. and Fisher Lawrence (1995). An Empirically derived typology of families : relationships with adolescent health, *Family Process*, Vol. 34, 183-197
- Roberts, John E., Gotlib, Ian H. and Kassel, Jon D.(1996). Adult attachment security and symptoms of depression: the mediating roles of dysfunctional attitudes and low self esteem, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 70, No. 2, 310-320
- Rosenberg, Morris(1965). Society and the adolescent self image, Princeton, N. J: Princeton University Press
- Rosenberg, Morris(1985). Self-concept and psychological well-being in adolescence in the development of the self ed. by Robert L. Leahy, Academic Press: New York
- Rosenberg, Morris, Schooler, Carmi and Schoenback, Carrie (1989), Self esteem and adolescent problems: modeling reciprocal effects, *American Sociological Review*, vol.54, 1004-1018
- Sturkie, Kinly and Flanzer, Jerry P.(1987). Depression and self esteem in the families of maltreated adolescents, *Social Work*, Vol. 32, No.6, 491-496
- Tafarodi, Romin W. and Swann, William B. Jr.(1995). Self-liking and self competence as dimensions of global self esteem : initial validation of a

- measure, *Journal of Personality Assessment*, 65(2), 322-342
- Tesser, Abraham (1980). Self-esteem maintenance in family dynamics, *Journal of Personality and Psychology*, Vol. 39, No. 1, 77-91
- Whisman, Mark A. and Kwon, Paul (1993). Life stress and dysphoria: The role of self-esteem and hopelessness, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.. 65, No. 5, 1054-1060
- Zervas, Lindia J. and Sherman, Martine F. (1993), The relationship between perceived parental favoritism and self esteem, *Journal of Genetic Psychology*, 155(1),25-33

A Study on College Students Self Esteem, Depression and Family Self

Hae-Rim Choi

Sogang University

The present study investigated the relationship among self esteem, depression and past and present family self. 207 college students were administered Rosenberg Self Esteem Scale, Korean version of Beck Depression Index and "Family Self," a subtest of Self Concept Inventory developed by Chung Wonsik. Past family self was correlated highly with present family self and present family self with depression and self esteem. However in regression analysis past family self appeared to exert little direct influence on depression and self esteem while present self was associated significantly with self esteem and depression. The results did not agree with author's clinical experience.