

우울척도에 의한 대학생의 정신건강 평가

영남대학교 의과대학 정신과학교실

이종범 · 박병탁 · 정성덕

영남대학교 의과대학 예방의학교실

정 종 학

서 론

우울은 불안과 더불어 정신질환의 기본적인 증상의 일종으로 일상생활을 하면서 가장 많이 호소되는 증후군이다

우울이란 용어의 정신의학적 개념은 기분이 저조한 상태인 슬픔(sadness), 낙심, 실망 및 의기저하라고 불리우는 일상생활의 정상적인 기분의 저하상태로 부터 심하게는 식욕감퇴, 성욕감퇴, 체중저하, 불면증과 같은 신체증상과 더불어 심지어는 무력감에 빠져서 허무망상 및 자살의도 등을 보이는 정서변화의 부정적인 측면까지 포괄하는 넓은 범주내에서 다루고 있다. 우울증을 분류할 때 그 심한 정도에 따라 신경증적 우울과 정신병적 우울로 대별된다 여기서 정신병적이라 함은 우울상태가 심하여 자해 및 자살까지 하게 될 경우를 말한다

원인적인 분류로는 가치가 부여된 자기 소유의 상실로 인한 우울증이 있는 데 이에겐 갑작스런 사별, 사고나 질병으로 인한 신체일부의 상실, 권위나 자존심 및 가치관의 상실도 있고, 근간에 잦은 현상인 경제적 손실로 인한 우울증도 이에 속하는 데 이런 외적 요인으로 인한 우울증을 두고 반응성 우울(reactive depression)이라 한다 이에 비해 외적인 뚜렷한 요인이 없이 억압(repression)의 정신역동기전과 관련된 우울증이 있는 데 심할 경우에는 체중감소, 죄책감, 생활의욕상실 및 자살 등의 증상을 보인다 이를 두고 내인성 우울(endogenous depression)이라고 부르는데 이런 우울증은 각 개인의 생활주기를 통하여 반복해서 나타나기도 하며 사춘기나 갱년기 혹은 고령층에

서 빈발하기 쉽다¹⁾ 우울이 불안과 다른 점은 불안이 다가오는 어떤 예기치 못한 위협에 대한 반응이라고 한다면 우울은 지나간 슬픈 기억을 의식적이거나 혹은 무의식적 수준에서 되돌아 보아 현재와 미래를 비관적으로 볼 때 생기는 심적반응으로 본다²⁾

구미에서 조사한 바에 의하면 대략 일반인구중 남자의 8~11%, 여자의 18~23%가 우울증을 갖고 있다고 하며, 이중 남자의 3%, 여자의 6%가 입원을 필요로 하는 상태라고 한다.³⁾

우울의 원인으로는 유전적인 요소, 내분비불이나 신경전달물질을 포함하는 여러 가지 생물학적인 요소, 환경적인 스트레스 및 인격적인 요소 등이 있다고 하며, 이 중 주된 요인은 환경적 스트레스에 대응하는 기질(predisposition)과 교육, 훈련으로 다듬어진 그 자신의 인격이라고 본다⁴⁾ 이러한 요소중 일반인들에게 쉽사리 직접 우울증을 유발시켜 주는 것은 환경적인 스트레스이며 이의 중요한 심리적 인자들은 전술한 바와 같이 사랑하는 사람의 상실이나 이와 대등한 가치가 부여된 대상의 상실(loss of love object)이며, 이로 인한 반응성 우울이 많다. 그러나 때로는 이유없이 허무감이 들거나 또는 자존심(self-esteem)의 저하나 상실 때문에 우울증에 빠질 때도 있다.⁵⁾

한편 대학생활 시기는 청소년기에서 성인기로 이행해 나가는 시기인 만큼 자기 자신의 가치관을 확립하지 못했을 때 엄습해 오는 자아위기(identity crisis)의식과 소외감(isolation)을 극복해야 정상적으로 인격이 성숙되어 독립적인 한 개체로서 원만한 사회생활을 해 나갈 수 있는 성인이 된다.⁶⁾ 이 시기를 원만히 경과하지 못할 경우 지나친 열등감이나 자존심의 저하로 우울증상

이 동반되기 쉽다 이러한 점을 고려해 볼 때 현대사회가 당면한 여러 가지 혼돈된 가치의식 속에서 자아위기를 극복해야 하는 대학생들은 저마다 어느 정도의 고독감이나 허무한 느낌에 젖어 들기 쉬운 현실이다.

이에 저자들은 대학생들이 직접 겪고 있는 우울정도를 조사하였으며, 그 심도와 이와 관련된 몇 가지 사회정신의학적 요인을 분석해 보았다. 그 결과 다소 유의한 성적을 얻었기에 이를 보고하는 바이며, 이와 더불어 본 조사내용은 대학생에 관한 정신건강을 계몽하거나, 활기찬 면학분위기를 조성해 나가기 위한 대책수립을 할 때 다소나마 도움을 줄 기초자료로 제공되기를 기대하는 바이다.

조사대상 및 방법

1984년 9월 1일부터 9월 30일 까지 1개월간에 걸쳐 영남대학교 13개 단과대학 학생 18,819명중 3분의 1에 해당하는 학생을 층화추출하여 각 단과대학 조교 선생님들의 협조로 Zung이 고안한 우울척도(부표 참조)에 의한 설문지로 조사를 실시 하였다. 총 응답자 수는 5,869명으로 남학생은 전체 학생의 28.2%에 해당했고, 여학생은 39.4%였으며 남녀 응답자 수는 전체학생의 31.2%에 해당했다(표 1). 학년별로는 남녀 합해서 1학년이 32.9%, 2학년이 36.1%, 3학년이 32.6%였고, 4학년이 20.3%였다(표 2).

Table 1. Distribution of Respondents in the University Students by Attended College and Sex

College	No. of Attended Students			Respondents		
	Male	Female	Both	Male (%)	Female (%)	Both (%)
Liberal Arts	1,160	1,162	2,322	450 (39.8)	550 (47.3)	1,000 (43.1)
Science	831	465	1,296	134 (16.1)	91 (19.6)	225 (17.4)
Engineering	4,252	74	4,326	1,413 (33.2)	31 (41.9)	1,444 (33.4)
Law & Political	763	24	787	100 (13.1)	7 (29.2)	107 (13.6)
Commerce & Economics	1,483	17	1,500	409 (27.6)	9 (52.9)	418 (27.9)
Medicine	292	40	332	206 (70.5)	34 (85.0)	240 (72.3)
Pharmacy	109	271	380	48 (44.0)	156 (57.6)	204 (53.7)
Agriculture	1,168	168	1,336	355 (30.4)	38 (22.6)	393 (29.4)
Home Economics	0	808	808	0	413 (51.1)	413 (51.1)
Education	563	726	1,289	91 (16.2)	260 (35.8)	351 (27.2)
Fine Arts	223	310	533	87 (39.0)	139 (44.8)	226 (42.4)
Musics	111	465	576	48 (43.2)	180 (38.7)	228 (39.6)
Evening Programs	2,850	484	3,334	552 (19.4)	68 (14.0)	620 (18.6)
Total	13,805	5,014	18,819	3,893 (28.2)	1,976 (39.4)	5,869 (31.2)

Table 2. Distribution of Respondents in the University Students by College Grade and Sex

College grade	No. of attended students			Respondents		
	Male	Female	Both	Male (%)	Female (%)	Both (%)
Freshman	4,198	1,451	5,649	1,355 (32.3)	504 (34.7)	1,859 (32.9)
Sophomore	3,723	1,472	5,195	1,137 (30.5)	740 (50.3)	1,877 (36.1)
Junior	3,040	1,168	4,208	901 (29.6)	469 (40.2)	1,370 (32.6)
Senior	2,844	923	3,767	500 (17.6)	263 (28.5)	763 (20.3)
Total	13,805	5,014	18,819	3,893 (28.2)	1,976 (39.4)	5,869 (31.2)

Table 3. Age Distribution of Respondents in the University Students by Sex

Age (yrs.)	Male		Female		Both	
	No	(%)	No	(%)	No	(%)
—18	306	(7.9)	232	(11.7)	538	(9.2)
19	740	(19.0)	462	(23.4)	1,202	(20.5)
20	732	(18.8)	586	(29.7)	1,318	(22.5)
21	436	(11.2)	380	(19.2)	816	(13.9)
22	256	(6.6)	219	(11.1)	475	(8.1)
23	208	(5.3)	60	(3.0)	268	(4.6)
24	382	(9.8)	24	(1.2)	406	(6.9)
25	405	(10.4)	6	(0.3)	411	(7.0)
26—	428	(11.0)	7	(0.4)	435	(7.4)
Total	3,893	(100.0)	1,976	(100.0)	5,869	(100.0)

Table 4. Mean and Standard Deviation Scores of Zung's Self-Rating Depression Scale(SDS) in Male and Female College Students

Items of SDS	Male(N=3,893) M ± SD	Female(N=1,976) M ± SD
1. Depressed affect	1.74 ± 0.79	2.07 ± 0.79***
2. Diurnal variation	2.61 ± 1.12	2.69 ± 1.09*
3. Crying spells	1.44 ± 0.64	2.12 ± 1.75***
4. Sleep disturbance	1.56 ± 0.82	1.64 ± 0.81***
5. Decreased appetite	2.32 ± 1.20	2.67 ± 1.18***
6. Decreased libido	2.29 ± 0.93	2.74 ± 0.75***
7. Weight loss	1.83 ± 1.02***	1.70 ± 0.87
8. Constipation	1.28 ± 0.64	1.65 ± 0.92***
9. Tachycardia	1.52 ± 0.70	1.64 ± 0.75***
10. Fatigue	2.02 ± 0.92	2.22 ± 0.89***
11. Confusion	3.06 ± 0.93	3.28 ± 0.87***
12. Psychomotor retardation	2.89 ± 1.02	3.05 ± 0.95***
13. Psychomotor agitation	1.36 ± 0.60	1.42 ± 0.62**
14. Hopelessness	2.44 ± 1.06	2.56 ± 1.01***
15. Irritability	1.66 ± 0.81	1.88 ± 0.86***
16. Indecisiveness	2.91 ± 0.98	3.12 ± 0.96***
17. Personal devaluation	2.28 ± 1.03	2.70 ± 0.93***
18. Emptiness	2.40 ± 1.05	2.64 ± 0.94***
19. Suicidal rumination	1.18 ± 0.52	1.22 ± 0.54*
20. Dissatisfaction	2.47 ± 1.07	2.64 ± 1.02***
Total	41.29 ± 8.66	45.67 ± 8.24***

SD: Standard Deviation
M: Mean

* P < 0.05

** P < 0.01

*** P < 0.001

연령별로는 19세가 20.5%, 20세가 22.5%, 21세가 13.9%, 22세가 8.1%로서 19세에서 22세가 전체의 65%였다 (표 3).

조사방법은 Zung이 고안한 Self-rating Depression Scale (이하 SDS 혹은 우울척도로 약함)⁷⁾을 사용하였다. 이 우울척도는 20개의 다양한 우울 증상의 문항으로 구성되어 있으며 1 점에서 4 점까지 평가되어 최하 20점에서 최고 80점까지 측정되는 척도이다 이는 이미 국내에서 번안되어 다수의 연구자들에 의하여 사용되어서^{8)~12)} 그 신뢰성과 타당성이 이미 입증된 바 있다 또한 평가한 성적이 50점 이상일 때 이를 우울의 유의한 수준으로 삼았으며^{12)~14)} 이 점수 이상 획득한 고득점자를 백분율로 평가하여 비교하였다 이와 더불어 여기서 사용된 우울척도의 항목과 앞에서 논한 불안척도의 항목간의 성적을 비교하여 양쪽 항목간의 상관관계를 상호 검토하였다 수집된 자료는 전산처리하여 필요에 따라 변량분석(ANOVA) 및 t검증을 시행하였다.

성 적

우울척도로 평가된 총점 및 항목별 성적은 표 4와 같다 남자 대학생군(추후 남대생으로 약함)의 평균총점은 41.3±8.66이었고, 여자 대학생군(추후 여대생으로 약함)은 45.7±8.24으로 여대생에서 유의하게 높은 결과를 보였다(P<0.001).

항목별 성적은 남대생에서 높히 평가한 항목은 상위로 부터 혼동(confusion), 우유부단(indecisiveness), 정신운동지연(psychomotor retardation), 하루중 감정변동(diurnal variation) 및 불만감(dissatisfaction) 등이었고, 여대생에서는 혼동, 우유부단, 정신운동지연, 성욕감퇴(decreased libido) 및 무가치감(personal devaluation) 등으로 상위 세계 항목은 내용 및 순서가 같았다

남대생이 평가한 하위수준의 항목은 자살의도(suicidal rumination), 변비(constipation), 정신운동흥분(psychomotor agitation), 울음(crying spells) 및 빈맥(tachycardia) 등이었고, 여대생은 자살의도, 정신운동흥분, 빈맥, 수면장애(sleep disturbance) 및 변비 등으로 울음과 수면장애를 제외한 항목들은 순서만 다를 뿐 동일한 내용이었다

재학생이 평가한 우울성적분포는 표 5와 같다 즉 50점 이상 고득점자는 남대생 711명(18.2%) 및 여대생 655명(33.1%)으로 여대생이 높은 유

Table 5 Total Score Distribution of Zung's Self-Rating Depression Scale in Male and Female College Students

Total score	Male (N=3,893)	Female (N=1,976)
	No. (%)	No. (%)
20-29	340 (8.7)	55 (2.8)
30-39	1355 (34.9)	390 (19.7)
40-49	1487 (38.2)	876 (44.3)
50-59	632 (16.2)	574 (29.0)
60-69	77 (1.9)	75 (3.8)
70-80	2 (0.1)	6 (0.3)

을 보였다

성장지에 따른 우울성적은 유의한 차이가 없었다

고등학교 출신지역에 따른 우울성적은 남대생 일 경우 읍단위 고등학교 출신에서 유의하게 높은 우울성적(P<0.05) 및 고득점율을 보였다

여대생인 경우 기타에서 유의하게 높은 우울성적(P<0.01)과 고득점율을 보였으나 사례 수가 적어서 통계적 의미는 없다고 본다

종교에 따른 우울성적은 남대생에서는 종교가 없는 경우가 유의하게 높은 우울성적(P<0.001)을 보였으며, 여대생은 천주교에서 유의하게 높은 우울성적(P<0.05) 및 고득점율을 보였다

소속대학 선택 및 현재학과에 대한 성적은 불만족인 경우가 남내 대학생 모두에서 유의하게 높은 우울성적(P<0.001) 및 고득점율을 보였다

과거, 현재 및 미래의 자기상에 대하여 모든 경우에 있어서 비판적인 경우가 남내 대학생 모두에서 유의하게 높은 우울성적(P<0.001) 및 고득점율을 보였다 남대생은 부모로부터 학비를 받는 경우에 유의하게 높은 우울성적(P<0.001)을 보였으며, 여대생은 형제자매로부터 학비를 받는 경우가 유의하게 높은 우울성적(P<0.01) 및 고득점율을 보였다

남대생에 있어서 한달에 일만원 이하의 용돈을 쓰는 경우에서 유의하게 높은 우울성적(P<0.01) 및 고득점율을 보였다 (표 6).

불안 및 우울척도로 측정된 항목간의 상관관계는 표 7에서 보는 바와 같다 즉, 상관관계가 확실히 있다는 상관도 0.40이상의 우울항목과 이에 대한 불안항목들은 피로에 대해서는 피로와 전신

Table 6 Mean scores of Zung's Self-Rating Depression Scale in the College Students by Psychosocial Factors and Sex

Factors	Male (N= 3,893)			Female (N=1,976)		
	No. of subjects (%)	Mean score	No. of subjects score 50 & over (%)	No. of subjects (%)	Mean score	No. of subjects score 50 & over (%)
Maturation location						
Myun	1105 (28.4)	41.7	226 (20.5)	254 (12.9)	45.9	92 (36.2)
Up	485 (12.5)	41.4	88 (18.1)	221 (11.2)	45.7	73 (33.0)
City	498 (12.8)	41.4	92 (18.5)	305 (15.4)	46.0	103 (33.8)
Large city	1805 (46.4)	41.0	305 (16.9)	1196 (60.5)	45.5	387 (32.4)
Location of high school from which graduated						
Myun	114 (2.9)	41.5	24 (21.1)	33 (1.7)	45.7	12 (36.4)
Up	239 (6.1)*	42.4	55 (23.0)	98 (5.0)	46.0	32 (32.7)
City	683 (17.5)	41.8	133 (19.5)	311 (15.7)	45.3	102 (32.8)
Large city	2857 (73.4)	41.1	499 (17.5)	1534 (77.6)	45.7	509 (33.2)
Residence						
Own house	2322 (59.7)	41.3	406 (17.5)	1524 (77.1)	45.5	489 (32.1)
Relatives and boarding	369 (9.5)	40.7	61 (16.5)	68 (3.4)	47.7	27 (39.7)
Self-cooking	1010 (25.9)	41.7	210 (20.8)	338 (17.1)	45.9	119 (35.2)
Dormitory	122 (3.1)	40.6	22 (18.0)	41 (2.1)	45.6	15 (36.6)
Others	70 (1.8)	40.8	12 (17.1)	5 (0.3)**	56.0	5 (100)
Religion						
Protestant	624 (16.0)	40.0	101 (16.2)	387 (19.6)	44.8	118 (30.5)
Catholic	259 (6.7)	41.2	40 (15.4)	208 (10.5)*	46.5	78 (37.5)
Buddist	667 (17.1)	41.0	122 (18.3)	251 (12.7)	44.9	69 (27.5)
Others	39 (1.0)	41.6	9 (23.1)	7 (0.4)	44.1	1 (14.3)
None	2304 (59.2)***	41.7	439 (19.1)	1123 (56.8)	46.0	389 (34.6)
Satisfaction with college						
Dissatisfied	631 (16.2)***	44.5	188 (29.8)	268 (13.6)***	48.6	124 (46.3)
Mediate	1950 (50.1)	41.9	390 (20.0)	1066 (54.0)	46.0	370 (34.7)
Satisfied	1312 (33.7)	38.8	133 (10.1)	642 (32.5)	43.9	161 (25.1)
Satisfaction with department						
Dissatisfied	508 (13.1)***	44.9	159 (31.3)	291 (14.7)***	48.8	136 (46.7)
Mediate	1850 (47.5)	42.5	383 (20.7)	987 (50.0)	46.3	363 (36.8)
Satisfied	1535 (39.4)	38.7	169 (11.0)	698 (35.3)	43.5	156 (22.4)
Past self-image						
Pessimistic	749 (19.2)***	45.0	241 (33.2)	236 (11.9)***	50.7	139 (58.9)
Uncertain	2325 (59.7)	40.8	367 (15.8)	1268 (64.2)	45.5	391 (30.8)
Optimistic	819 (21.0)	39.1	103 (12.6)	472 (23.9)	43.7	125 (26.4)
Present self-image						
Pessimistic	629 (16.2)***	48.1	276 (43.9)	294 (14.9)***	52.7	203 (69.1)

Uncertain	2666 (68.5)	40.8	391 (14.7)	1441 (72.9)	45.3	428 (29.7)
Optimistic	598 (15.4)	36.1	44 (7.4)	241 (12.2)	39.5	24 (10.0)
Future self-image						
Pessimistic	323 (8.3)***	49.7	173 (53.6)	170 (8.6)***	52.6	109 (64.1)
Uncertain	2061 (52.9)	42.9	408 (19.8)	1115 (56.4)	46.8	413 (37.0)
Optimistic	1509 (38.8)	37.3	130 (8.6)	691 (35.0)	42.2	133 (19.3)
Educational fee from						
Parents	3414 (87.7)***	41.5	638 (18.7)	1820 (92.1)	45.7	609 (33.5)
Brothers & sisters	211 (5.4)	40.8	39 (18.5)	24 (1.2)**	49.8	12 (50.0)
Scholarship fund	129 (3.3)	38.8	16 (12.4)	101 (5.1)	44.1	22 (21.8)
Self	139 (3.6)	39.2	18 (13.0)	31 (1.6)	43.2	12 (38.7)
Spending money per month (won)						
Under 10,000	148 (3.8)**	43.3	34 (23.0)	39 (2.0)	45.3	13 (33.3)
10,000—29,000	948 (24.4)	41.7	190 (20.0)	478 (24.2)	45.6	153 (32.0)
30,000—49,000	1539 (39.5)	41.3	266 (17.3)	927 (46.9)	45.7	307 (33.2)
50,000—69,000	750 (19.3)	40.6	119 (15.9)	341 (17.3)	45.3	108 (31.7)
70,000—99,000	351 (9.0)	41.2	70 (19.9)	138 (7.0)	46.5	53 (38.4)
Over 100,000	157 (40.0)	40.9	32 (20.4)	53 (2.7)	46.6	20 (37.7)

* P < 0.05 ** P < 0.01 *** P < 0.001

Table 7. Correlations between Anxiety and Depression Scales in 5,869 Responded College Students.

Anxiety and depression items	Correlation
Fatigue vs. fatigue	0.61
Anxiousness vs. irritability	0.58
Palpitation vs. tachycardia	0.57
Apprehension vs. hopelessness	0.48
Fear vs. depressed affect	0.42
Apprehension vs. dissatisfaction	0.42
Body aches & pains vs. fatigue	0.41

통증(body aches & pains), 과민성에 대해서는 불안(anxiousness), 빈맥에 대해서는 심계항진(palpitation), 절망감(hopelessness)에 대해서는 우려(apprehension), 우울감(depressed affect)에 대해서는 두려움(fear) 및 불만족(dissatisfaction)에 대해서는 우려 등이었다.

고찰

우선 총점에 있어서 우울성적은 남대생;41.3±

8.66 및 여대생;45.7±8.24으로, 노인을 대상으로 한 연구결과¹¹⁾(남자 노인;47.26±9.70, 여자 노인;51.84±9.61)보다는 낮았으나, 구미시거주 산업근로자¹⁵⁾(남자 근로자;41.16±8.82, 여자 근로자;44.71±8.24) 및 여성군을 대상으로 한 연구 결과¹⁰⁾(여성 근로자;43.82±8.02, 여자 대학생;42.80±8.79)와 비슷하였으며, 남녀별로는 여대생이 더 우울하다는 결과를 보였다. 일반적으로 여성은 기본생활학적 요구인 본능이나 사회적인 욕구를 인습이나 도덕기준에서 남성보다 더 억제해야 하며, 정신 성생활에 있어서도 많은 금기와 사회적인 제한이 가해진다. 이러한 억제된 욕구에 대한 불만을 충족시키자면 이를 다른 것으로 대체하거나 합리화 해야 하며, 때로는 더 강하게 억압하거나, 승화와 같은 정신방어기능을 더 강화해야 된다. 또 결혼후 자녀의 출산 및 양육이라는 새로운 책임을 가중시켜 준다는 전제가 가미된 결과 여성이 남성보다 신경증을 더 많이 겪게 된다고 한다.¹⁶⁾ 또한 이와 같은 요인들이 복합적으로 작용한 결과 Weissman과 Klerman¹⁷⁾은 어떠한 경우이건 여성이 남성보다 두배 정도의 많은 우울의 유병율을 갖고 있다고 하였다. 본 조사 결과 여대생이 남대생보다 유의하게 높은 우울성

적을 보인 것도 이러한 요인들이 작용한 결과라고 보겠으나 구체적인 요인분석은 앞으로 더 나아가 연구가 필요하다고 본다.

우울의 항목별 성적에서 남녀 대학생이 많이 호소하는 증상은 혼동, 우유부단, 정신운동지연 등의 심인성 증상(psychogenic symptoms)으로, 노인을 대상으로 한 연구결과¹¹⁾와 비교했을 때 절망감, 무가치감, 불안감, 정신운동지연 및 공허감 등의 심인적 증상을 보인 점은 같았으나 항목은 차이가 있었다. 그러나 정상군⁸⁾과 서울 거주 대학생들을 대상으로 한 연구결과¹⁰⁾와는 대등하였다. 한편 상위 및 하위항목이 양군에서 동일하다는 것은 남녀 대학생의 우울증상은 일반적으로 비슷하다는 것을 시사해 준다.

두번째로 우울이 심한 상태로 간주되는 50점 이상의 고득점자는 서울 거주 산업근로자¹⁵⁾(남자근로자: 16.5%, 여자 근로자: 26.1%) 및 대학생¹⁰⁾(여성 근로자: 32.77%, 여자 대학생: 21.99%)을 대상으로 한 연구결과와 유사하였으나, 노인을 대상으로 한 연구결과¹¹⁾(남자 노인: 33.7%, 여자 노인: 56.5%) 보다는 월등히 낮았다. 그러나 이 결과는 일반인의 우울신경증 발병을 보다는 다소 높았다.³⁾ 이같이 고득점자가 일반인 보다 비교적 높게 나타난 것은 남녀 대학생 모두 자아주체성 확립을 위하여 정신적으로 많은 고충을 겪고 있는 청소년기의 후반기에서 성인기로 접어드는 시기에 놓인 만큼 여러 가지 욕구의 억제와 더불어 사회적 제한이 가중되어 정신적으로 압박감을 느끼게 해 준 때문일 것으로 여겨진다.^{6), 17)~19)}

세째, 이와 같은 우울성적의 고득점율이 어떠한 사회정신학적 요인과 연관성이 있는지를 고찰해 보고자 한다. 남녀 대학생에서 공통적으로 우울증세와 유관한 요인들은 소속대학 선택 및 현 소속학과에 대한 불만족과 과거의 성취도, 현재의 만족도 및 미래의 기대에 대해 비관적인 경우들이었다. 이는 이미 언급한 바와 같이 자아주체성 확립이 미흡하거나 불완전한 상태로 머물러 있을 때 이로 인한 자아위기(identity crisis)의식과 소외감(isolation)을 잘 극복하지 못하므로 그 결과가 가족 및 사회적인 압박이 가해지다 보면 개인적인 억압이나 갈등이 더 심해져서 현실을 적절하게 대처해 나가려는 능력의 역부족으로 인한 좌절 및 자존심의 상실 때문에 우울이 높은 것으로 고려된다. 즉 성인이 되기 전에 자아주체성을 확립하자면 긍정적인 신체적 평가는 물론, 자기 가

정과 소속 사회에 대한 긍정적인 평가도 전제가 되면서 이성에 대한 자신감과 더불어 자기 '직능'에 대한 자부심과 발전성을 정립시켜야 한다. 또 이러한 가치관 형성은 자주적인 한 인간으로 되어 부모로부터 경제적인 면 뿐만 아니라 정신적인 자립을 해야만 일단락이 지워진다고 본다. 이러한 제반요소가 합리적으로 해결되지 못하고 대학생활을 하거나 성인으로 될 때 자아관 확립 미비로 인한 위기의식이 오게 되며 그 결과 자아상 실이나 우울증세가 오기 쉽다는 심적변화는 몇 가지 사회정신학적 요인 및 고득점율과 상호관련이 있다고 하겠다.

한편 남대생에 있어서는 1학년이 유의하게 우울성적이 높았는데, 이미 나와 있는 결과중 소속대학 선택 또는 현소속학과에 대한 불만족이 우울을 높인 점과 상응한다고 보며, 학년이 올라갈수록 우울성적이 낮은 점은 1학년 시절에는 이를 잘 극복하지 못하나 고학년이 될 수록 학과에 대한 목표성취 및 적응을 전보다 더 잘 대응해 나가는 것으로 추정된다.

그외 월잡비, 종교 및 학비 부담자별 성적에서는 남녀 대학생에서 상이한 점을 보였다. 즉, 남대생은 일반원 이하의 용돈을 쓰는 경우, 종교가 없는 경우, 부모로부터 학비를 타는 경우에 우울성적이 높았고, 여대생은 친주교인 경우와 형제자매로부터 학비를 타는 경우에 우울성적이 높았는데, 이러한 차이점에 대해서는 어떠한 요인이 작용되었을 것인지 추정하기 어려우나 차후 그(개별적인) 원인분석을 위한 개인상담을 추진한다면 공통요인이 추구될 것으로 사료되는 바이다.

이상의 평가와 더불어 불안척도와 우울척도의 각 항목간의 상관관계를 검토해 본 결과는 피로, 과민성, 빈맥, 절망감, 우울감 및 불만족 등의 우울항목과 피로, 불안, 심계항진, 우려, 두려움 및 전신통증의 불안항목이 상호 유의하게 상관성이 있는 것으로 나타났다. 이는 Zung의 불안척도와 우울척도로 조사를 할 때 불안척도의 성적이 증가하는 항목에 대응하여 몇 가지 우울척도의 항목의 성적도 따라서 증가하였으며 역도 성립된다. 이는 노인을 대상으로 하여 불안과 우울의 상관관계를 검토한 결과¹²⁾와도 같았는데, 이런 점은 불안과 우울이 함께 공존한다고 한 바^{20), 21)}를 뒷받침 해 주는 근거라 하겠다. 또한 불안과 우울을 Zung의 척도를 사용하여 동시에 측정할 경우

불안척도와 우울척도의 40개 항목을 어떤 축소된 형태로 재조정하여 사용할 수 있다고 한 점¹²⁾을 강력히 뒷받침 해 주는 바이다.

요 약

영남대학교에 다니고 있는 남녀 대학생 5,869명(남:3,893, 여:1,976명)을 표본으로 Zung의 자가평가 우울척도를 사용하여 우울을 평가한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

우울성적의 총점은 남:41.3±8.66, 여:45.7±8.23으로 여대생이 유의하게 높은 성적을 보였다($P<0.001$).

우울의 항목별 성적은 남녀 대학생 모두에서 혼동, 우유부단 및 정신운동지연 등의 성적이 높았고, 자살의도, 정신운동흥분, 변비 및 빈맥 등의 성적이 낮았다

우울성적의 분포는 50점 이상의 고득점자가 남:711명(18.2%), 여:655명(33.1%)으로 여자 대학생에서 높은 우울을 보였으며, 전체적으로는 남녀 총 1,366명(23.3%)이었다.

우울성적과 관련된 사회정신의학적 요인들 중 남녀 대학생에게 공통적으로 유의한 영향을 끼친 것은 소속대학 선택과 현 소속학과에 대한 불만족(각각 $P<0.001$, $P<0.001$) 및 과거의 성취도, 현재의 만족도와 미래의 기대에 대해 비관적(각각 $P<0.001$, $P<0.001$, $P<0.001$)인 경우이었다. 남대생 단독으로 유의하게 영향을 미친 요인은 1학년($P<0.001$), 출신고교 소재지가 읍단위($P<0.05$), 무종교($P<0.001$), 부모가 학비 부담($P<0.001$) 및 월잡비 미만인 이하($P<0.01$)인 경우이었다. 여대생 단독으로 유의하게 영향을 미친 요인은 천주교($P<0.05$) 및 형제자매가 학비를 부담하는 경우($P<0.01$)이었다.

피로, 과민성, 빈맥, 절망감, 우울감 및 불만족 등의 우울척도의 항목과 피로, 불안, 심계항진, 우려, 두려움 및 전신통증의 불안척도의 항목들이 상관계수 0.40 이상으로 서로 상관이 있는 것으로 나타났다

참 고 문 헌

1. Klerman, G. L. : Affective Disorders, in Harvard Guide to Modern Psychiatry, edited by Armond M. Nichol, Jr., M. D. The Belknap Press of Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts and London, England. 1978, p. 254-255.
2. Nemiah, J. C. : Psychoneurotic Disorders, in Harvard Guide to Modern Psychiatry, edited by Armond M. Nichol, Jr., M. D. The Belknap Press of Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts and London England. 1978, p. 191.
3. American Psychiatric Association: Diagnostic and statistical manual of mental disorders, (DSM-111), 3rd. ed., American Psychiatric Association, Washington, D. C., 1980, p. 217.
4. Klerman, G. L. : Affective Disorders, in Harvard Guide to Modern Psychiatry, edited by Armond M. Nichol, Jr., M. D. The Belknap Press of Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts, and London, England. 1978, p. 270-271.
5. Klerman, G. L. : Affective Disorders, in Harvard Guide to Modern Psychiatry, edited by Armond M. Nichol, Jr. M. D., The Belknap Press of Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts and London, England, 1978, p. 272.
6. Erikson, E. H. : Childhood & Society, 2nd. ed. New York, W. W. Norton, 1963, p. 255-258.
7. Zung, W. W. K. : A self-rating depression scale, Arch. Gen. Psychiatry, 12:63-70, 1965.
8. 송옥현 : 정신과 외래환자의 The self-rating depression scale(SDS)에 관한 연구, 신경정신의학, 16:1:84-94, 1977.
9. 양재곤 : 정신과 환자의 자가평가 우울척도에 관한 조사, 신경정신의학, 21:2:217-227, 1982.
10. 정성덕 : 여성 근로자와 여대생의 불안과 우울에 관한 조사, 신경정신의학, 22:2:265-274, 1983.
11. 이종범, 서혜수, 정성덕 : 노인의 우울에 관한 연구, 한국노년학, 44-52, 1984.
12. 이종범, 정성덕 : 노인의 불안과 우울에 관한

- 연구, 신경정신의학, 24:3:431-444, 1985.
13. Keeler, M. H., Taylor, C. I. & Miller, W. C. : Are all recently detoxified alcoholics depressed?. *Am. J. Psychiatry*, 136:586-588, 1979.
 14. 전명숙, 김용식 : 정신분열증 환자의 우울증에 관한 연구, 신경정신의학, 20:1:84-93, 1981.
 15. 박중환, 정종학, 김정완 : 산업장 근로자의 정신건강도 측정, 최신의학, 24:10:98-104, 1981.
 16. Kolb, L. C & Brodie, H. K. H. : *Modern Clinical Psychiatry*, W. B. Saunders Company, 10th ed. 1982, p. 467.
 17. Weissman, M. M. & Klerman, G. L. : Sex differences and the epidemiology of depression, *Arch. Gen. Psychiat.*, 34:61-74, 1977.
 18. Werkman, S. L. : Psychiatric disorders of adolescence, In *American Handbook of Psychiatry (2)*, 2nd., ed. edited by Aretz, S., New York, Basic Books, Inc., 1974, pp. 223-233.
 19. 노하갑 : 청소년의 자아주체성에 대한 연구, 고려대학교 대학원 석사학위논문, 1980.
 20. Stoeckle, J. D. & Davison, G. E. : Bodily complaints and other symptoms of depressive reaction, *J. A. M. A.*, 180:134-139, 1962.
 21. 정학송 : 우울증 환자의 신체증상, 신경정신의학, 16:4:358-365, 1977.

— Abstract —

A Study on Depression in College Students**Jong Bum Lee, Byung Tak Park, and Sung Douk Cheung**

*Department of Psychiatry
College of Medicine, Yeungnam University
Taegu, Korea*

Jong Hak Chung

*Department of Preventive Medicine and Public Health
College of Medicine, Yeungnam University
Taegu, Korea*

The authors studied depression in 5,869 college students (male:3,893, female:1,976) using Zung's Self-Rating Depression Scale (SDS).

The results are as follows:

1) Female college students showed significantly higher total depression scores than male college students ($p < 0.001$).

2) The items of confusion, indecisiveness, and psychomotor retardation were scored higher in both groups and the items of suicidal rumination, psychomotor agitation, constipation and tachycardia were scored lower in both groups.

3) 18.2% of male college students showed rather serious depression level of score 50 or higher, while 33.1% of female college students showed the same scores.

4) The psychosocial factors relating to pessimistic views to past, present & future self images showed significantly high depression scores.

5) The depression items of fatigue, irritability, palpitation, hopelessness & dissatisfaction and the anxiety items of fatigue, anxiousness, tachycardia, apprehension, fear, and body aches & pain were correlated significantly over 0.40 of correlation coefficient.

- 부 표 -

Self-Rating depression Scale (자가평가 우울척도)

	(1) 아니다	(3) 자주 그렇다
	(2) 때로 그렇다	(4) 항상 그렇다
1. Depressed affect	1. 나는 의욕이 없고 우울하거나 슬프다	
2. Diurnal variation	2. 나는 하루중 아침에 가장 기분이 좋다.	
3. Crying spells	3. 나는 갑자기 울고 싶다거나 자주 눈물이 난다.	
4. Sleep disturbance	4. 나는 밤에 잠을 설치거나 아침에 일찍 깬다.	
5. Decreased appetite	5. 나는 전과 다름없이 식욕이 있다	
6. Decreased libido	6. 나는 이성과 이야기 하고, 함께 있기를 좋아 한다	
7. Weight loss	7. 나는 체중이 준 것 같다.	
8. Constipation	8. 나는 변비가 있다.	
9. Tachycardia	9. 나는 심장이 두근거린다.	
10. Fatigue	10. 나는 별 이유없이 몸이 나른하고 피곤 하다.	
11. Confusion	11. 내 머리는 '한결같이 맑다.	
12. Psychomotor retardation	12. 나는 어떤 일이던지 전처럼 쉽게 처리 한다.	
13. Psychomotor agitation	13. 나는 안절부절해서 진정할 수가 없다.	
14. Hopelessness	14. 나의 장래는 희망적이라고 생각한다.	
15. Irritability	15. 나는 전보다 더 신경질(짜증)이 난다.	
16. Indisiveness	16. 나는 매사에 결단력이 있다고 생각한다.	
17. Personal devaluation	17. 나는 사회에 유익하고 필요한 사람이라고 생각한다.	
18. Emptiness	18. 나는 삶의 의의를 느낀다.	
19. Suicidal rumination	19. 내가 죽어야 남들이 편할것 같다.	
20. Dissatisfaction	20. 내가 전과 다름없이 만족하게 일한다.	