

## 가족관계와 청소년 우울의 관계에서 진로성숙도의 매개효과\*

김외란\*\* · 김장희\*\*\*

### 국문초록

본 연구는 가족관계, 청소년 우울, 진로성숙도 간의 관계를 알아보고 가족관계와 청소년 우울 간의 관계에서 진로성숙도의 매개효과를 검증해 보고자 시도되었다. 연구문제 해결을 위해 경상남도 지역에 재학하고 있는 남자 중학생 113명, 여학생 316명으로 총 429명의 중학생을 대상으로 가족관계, 청소년 우울, 진로성숙도 정도를 조사하였다. 수집된 자료는 상관분석과 위계적 회귀분석을 활용하여 분석하였다. 분석결과, 가족관계와 진로성숙도는 우울에 유의한 부적인 관련이 있는 것으로 나타났으며 우울에 대한 영향력은 가족관계, 진로성숙도 순으로 나타났다. 우울에 대한 가족관계와 진로성숙도의 상대적 영향력은 가족관계 16.4%, 진로성숙도 5.7% 로 분석되었다. 더불어 가족관계와 청소년 우울간의 관계에서 매개영향을 미치는 과정에서 부분매개효과를 확인하였다. 이러한 결과를 바탕으로 후속연구 및 상담 실제에 대한 시사점을 논의하였다.

**주제어:** 가족관계, 청소년 우울, 진로성숙도, 매개효과

---

\* 이 논문은 주저자의 석사학위 논문의 중요부분을 발췌하여 발전시킨 것이다. 김외란, “가족관계와 청소년 우울의 관계에서 진로성숙도 매개효과”. 경상대학교 교육대학원 석사학위논문. 2015.

\*\* 거창군 청소년상담복지센터. 주저자.

\*\*\* 경상대학교 교육학과 교수. 교신저자.

## I. 서 론

우울은 현대사회에서 보편화되어 있는 정서로 ‘표면적’ 원인에 의해 과도하게 느껴지는 공포와 슬픔으로 정의된다(Joshua, 2005). 더불어, 지각과 판단, 인지, 태도 및 대인관계에 이르기까지 광범위하게 영향을 미치는 부정적 마음상태로 자기부정적인 판단의 경향이 특징적이다(강명희, 1999). 최근 여러 매체들을 통해 청소년 우울의 심각성이 보도되는 현실을 감안해보면 청소년기 우울은 즉각적인 영향뿐만 아니라 장기적인 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 사춘기로 접어들면서 청소년들은 심리적, 신체적, 정서적, 사회적인 많은 변화 속에서 스트레스와 혼란을 경험하게 된다. 특히 우리나라의 경우 과도한 입시경쟁과 교육열로 인해 청소년들은 우울에 더욱 취약할 수 있는데 최근 많은 연구에서 청소년의 절반 정도가 슬픔과 희망이 없음을 느끼는 것으로 조사된 바 있다(이정선·이형실, 2012). 청소년기에 우울을 경험하는 사람들 가운데 약 60% 정도가 성인기에 우울을 다시 경험할 가능성이 높다(신혜린, 2014).

한국청소년상담복지개발원(2012년)의 상담경향분석보고서에 따르면 청소년(9-24세) 3,500명을 대상으로 대면 상담을 한 결과 정신건강 상담이 25.5%(882건)로 가장 많았고, 그 중 우울증 관련 상담이 2008년 4.3%(279건), 2009년 4.8%(179건), 2010년 6.8%(203건), 2011년 8.8%(261건), 2012년 12.6%(442건)로 그 비중이 해마다 지속적으로 증가한 것으로 나타났다. 청소년기 우울은 교우관계 저하, 학업능력 저하, 비행, 자살사고 및 행동과 관련되며 이러한 어려움이 성인기까지 지속될 수 있어 이에 대한 개입이 더 중요하다고 할 수 있다(곽금주, 문은영, 1993; 김명식, 2008).

청소년기 우울에 대한 사회적 관심이 증가하면서 관련 연구가 폭넓게 이루어지고 있다. 청소년의 우울에 영향을 주는 것으로 보고된 변인들로는 가정환경(김성일, 정용철, 2001), 부모의 이혼(김숙자, 2003), 가족지지(박명희 외, 1998), 부부갈등(송은주, 이지연, 2010), 부모의 양육태도(김미진, 2009) 등이 있다. 특히 부모의 관심과 지지의 부족은 청소년의 우울과 관련되어 있는 바(Allen-Meares, 1987), 가족관계와 우울에 관한 이러한 결과들은 가족관계가 청소년 우울에 영향을 미치는 중요한 변인임을 설명해 준다. 청소년들은 가족지지를 높게 지각할수록 우울 수준이 낮았으며(박명희 외, 1998), 부모의 지지는 자녀의 스트레스를 줄이고 학교생활의 만족감과 주관적인 안녕감을 높여주어 자녀로 하여금 행복감을 느끼고 긍정적인 사고를 하게 만든다(송현미, 2013). 부모가 청소년 자녀에게 애정을 가지고 편안한 분위기를 제공하는 것은 청소년 우울을 감소시켰다(Asarmov & Horton, 1990). 반면, 부부갈등을 심각하게 지각할수록 우울 경향성은 높아졌다(송은주, 이지연, 2010). 이러한 결과들은 청소년 자녀의 우울에 영향을 미치는 대표적인 변인으로서 가족변인의 중요성에 주목하게 한다. 즉, 우울에 대한 가족관계의 영향을 심층적으로 살펴보아야 할 필

요성을 제공한다.

최근에는 과도한 입시경쟁으로 인해 학업성적에 집착하게 되고 개인이 설정한 기준에 비해 자신의 삶의 질을 낮게 평가함으로써 발생하는 심리적 불만족이 우울을 야기하기도 한다(우수경, 김기예, 2013). 또한, 외모만족도(김나리, 2012), 공격성(김희숙 외, 2008), 자아 존중감(이정선, 이형실, 2012), 자아정체감(이지민, 2007) 등 다양한 변인들이 탐색되어 왔다. 이러한 개인적인 변인들의 탐색은 비교적 활발하게 진행되고 있으나, 사회체계의 한 구성 요소인 인간의 행동을 복잡한 관계망 속에서 상호작용의 결과로 이해하고 원인을 밝혀내기 위해서는 여러 요인과의 작용의 측면에서 살펴보아야 한다(신재은, 1998). 즉, 개인적인 변인에 대한 개입만으로는 많은 한계가 있을 수 있으며 상담이나 치료적 개입은 매개변인을 변화시키는 것으로 볼 수 있는 만큼(조성연, 조한익, 2014) 다양한 매개변인들에 대한 탐색이 필요하다고 볼 수 있다.

청소년 우울의 원인 중 하나인 진로의식 결핍은 청소년에게서 공통적으로 발견되는 점이지만 이에 관한 연구는 매우 제한적이다. 우리나라의 교육 여건을 고려할 때, 청소년이 바라는 진로의 방향이나 다양성을 갖지 못하는 것이 현실이다. 진로의사결정의 어려움은 우울 및 불안과 같은 다양한 심리적 문제를 원인으로 하는 경우가 많으며, 진로의사결정 과정에서 느끼는 심리적 문제는 다시 진로정보탐색 및 진로 선택 등에 영향을 주는 것으로 나타났다(공윤정, 2014). 또한, 진로미결정과 우울증세는 직접적인 관련이 있다(Smith & Betz, 2002). 실제로 진로상담을 신청한 내담자들 대부분이 심리적인 문제를 함께 갖고 있었다(Multon et al., 2001).

청소년 우울과 진로성숙도와의 관련 연구에 따르면(신효정, 이문희, 2011) 중3에서 고3 까지 4년간 진로성숙 발달은 유의하게 증가하였고 여학생일수록, 부모학력이 높을수록 진로성숙도가 높았다. 진로성숙의 변화율은 부모스트레스, 친구스트레스, 우울이 높을수록 그렇지 않은 경우보다 상대적으로 낮게 증가하는 것으로 나타났다. 진로성숙도는 자기 존중감, 삶의 만족, 자기실현, 자기 효능감, 정서적 안정성, 사회적 적응 등과는 긍정적인 관련이 있지만 우울 및 불안과는 부적인 관련성을 갖는다(Saunders, 1999). 진로에 대한 확신 즉, 진로성숙도가 청소년의 우울과 의미 있는 관련이 있다면 청소년의 우울증상이 비행과 같은 외현화된 행동 문제를 발생시킬 수도 있다는 측면에서 이에 대처할 다양한 개입 방안을 마련할 필요가 있다.

이상의 필요성에 따라 본 연구에서는 청소년의 우울에 영향을 주는 변인으로 가족관계와 진로성숙도에 주목하되 진로성숙도를 매개변인으로 설정한 변인 간의 구조적 관계를 탐색하고자 한다. 이를 통해, 가족관계를 통해 개입하기 어려운 청소년 우울 문제를 진로 교육 및 진로상담이라는 비교적 새로운 접근의 개입 가능성을 확인하고자 한다. 이는 청소년 우울을 다루기 위해 기존에 이루어지고 있는 인지행동치료, 부모교육, 가족상담, 관계치

료, 행동주의치료 등의 접근을 진로상담의 영역으로 확장시키는 계기가 될 것으로 기대한다.

이러한 목적에 따라 본 연구에서는 청소년을 대상으로 가족관계와 청소년의 우울 및 진로성숙도 간의 관계를 알아보고 가족관계와 청소년 우울 간의 관계에서 진로성숙도의 매개효과를 검증하고자 한다. 이를 위해 설정한 연구문제는 첫째, 가족관계와 진로성숙도 및 청소년 우울 간의 상관은 어떠한가? 둘째, 가족관계와 진로성숙도가 청소년 우울에 주는 상대적 영향력은 어떠한가? 셋째, 가족관계와 청소년 우울 간의 관계에서 진로성숙도의 매개효과는 어떠한가? 이다.

## II. 연구 방법

### 1. 연구대상

연구를 위해 경상남도에 소재한 2개 중학교에 재학 중인 학생들을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 총 436명을 대상으로 회수한 설문지 중에서 무응답이나 불성실한 응답으로 판단되는 7명을 제외한 429명의 자료가 최종 분석되었다. 연구대상자의 성별은 남학생은 113명(26.3%)이고 여학생 316명(73.7%)이다. 학년별로는 1학년 93명(21.7%), 2학년 206명(48.0%), 3학년 130명(30.3%)이다.

### 2. 연구도구

#### 가. 우울증 척도

소년기의 우울 성향을 측정하기 위해 Radloff(1977)의 CES-D(The Center for Epidemiologic Studies-Depression)를 전경구, 최상진, 양병창(2001)이 우리나라에 맞게 개발한 통합적 한국판 CES-D 척도를 사용하였다.

<표 1> 청소년 우울척도의 문항구성 및 신뢰도

하위척도	문항번호	문항 수	신뢰도
우울감정	3, 6, 8, 9, 12, 14, 17, 18	8	.87
긍정감정	(5), (10), (15)	3	.85
신체 및 행동둔화	1, 2, 4, 7, 11, 13, 20	7	.86
대인관계	16, 19	2	.74
전체		20	.92

( )은 역채점 문항

## 가족관계와 청소년 우울의 관계에서 진로성숙도의 매개효과

각 문항은 지난 1주 동안의 경험빈도를 4점 척도 상에 평정하도록 되어 있으며 점수가 높을수록 우울증상이 높음을 의미한다. 우울감정 문항의 예로는 ‘앞일이 암담하게 느껴졌다’, 긍정적 감정 문항의 예로는 ‘큰 불만 없이 생활했다’, 신체 및 행동 둔화 문항의 예로는 ‘무슨 일을 하면 정신을 집중하기가 힘들었다’, 대인관계 문항의 예로는 ‘사람들이 나를 싫어하는 것 같았다’ 등이다.

<표 2> 가족관계 척도의 문항구성 및 신뢰도

하위척도	문항번호	문항 수	신뢰도
정서친밀영역	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	10	.94
수용존중영역	11, 12, 13, 14, 15	5	.88
전체		15	.97

### 나. 가족관계 척도

청소년의 가족관계를 측정하기 위해 양옥경(2001)이 개발한 가족평가도구를 양옥경과 김연수(2007)가 수정, 보완하여 가족관계에 대한 설명력이 높은 ‘축약형 가족관계척도’인 가족관계척도-15를 사용하였다. 한국 문화의 기반 위에서 가족원들 간의 정서적 유대관계와 기능에 초점을 두고 있으며 각 문항은 5점 척도로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 가족관계가 좋은 것으로 해석할 수 있으며, 정서친밀영역의 문항으로는 ‘우리 가족은 가족끼리 대화가 잘 된다’, ‘우리 가족은 서로 지지해주고 격려해 준다’ 등이며 수용존중영역 문항의 예로는 ‘우리 가족은 서로를 있는 그대로 인정 한다’, ‘우리 가족은 서로의 감정을 존중한다’ 등이다.

<표 3>진로성숙도 척도의 문항구성과 신뢰도

하위척도	문항번호	문항 수	신뢰도
결정성	1,(6),11,(16),(21),(26),31,36,(41),(45)	10	.81
준비성	4,9,(14),19,24,29,34,39,43,47	10	.76
독립성	(5),(10),(15),20,(25),30,35,40,(44)	9	.78
목적성	(2),(7),(12),(17),(22),(27),(32),(37)	8	.67
확신성	(3),(8),13,(18),23,(28),33,(38),42,(46)	10	.72
전체		47	.82

( )은 역채점 문항

### 다. 진로성숙도 척도

청소년의 진로성숙도를 측정하기 위해 이기학과 한종철(1997)이 개발한 진로태도척도를 사용하였다. 진로태도 척도는 개인이 진로에 대해 어떤 의식과 태도를 가지고 진로를 선택

하는 가에 초점을 맞춘 진단적 목적 및 진로태도 성숙 정도를 정확히 파악할 수 있다. 본 연구의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 <표 3>과 같다.

### 3. 자료처리

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 21.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 변인들 간의 상관을 알아보기 위해 상관관계분석을 실시하였고, 변수들 간 영향력을 알아보기 위해 다중회귀분석을 실시하였으며, 매개효과를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.

## Ⅲ. 연구결과

### 1. 변인들 간 상관분석

주요 변인들 간에 관련성이 있는지를 살펴보기 위해 Pearson's 상관분석을 적용한 결과는 <표 4>와 같다. 가족관계는 진로성숙도( $r=.314, p<.001$ )와 정적상관을 우울( $r=-.396, p<.001$ )은 부적상관이 나타났고 진로성숙도는 우울( $r=-.244, p<.001$ )과 부적상관을 보였으며 모두 통계적으로 유의하였다.

<표 4> 가족관계, 진로성숙도, 우울증 간의 상관계수

	가족관계	진로성숙도	우울증
가족관계	1		
진로성숙도	.314**	1	
우울	-.396**	-.244**	1

\*\* $p < .001$

### 2. 변인들 간 영향력

우울에 대한 가족관계, 진로성숙도의 영향력을 확인하기 위하여 이들 두 변인을 독립변인으로 하여 단순 회귀분석을 실시하였다.

분석 결과는 다음과 같다. 먼저, 가족관계를 독립변수로 우울을 측정하는 모형에 대한 통계적 유의성 검정 결과, 모형의 F 통계값은 83.39, 유의확률은 .000으로 유의수준  $p<.001$  수준에서 우울을 유의미하게 설명하였다. 우울 총변화량의 16.4%(수정결정계수 16.2%)가

가족관계와 청소년 우울의 관계에서 진로성숙도의 매개효과

모형에 포함된 독립변수에 의해 설명되었다.

<표 5> 회귀모형에 대한 분산분석표

	모형	제곱합	자유도	평균제곱	F	유의확률
1	회귀모형	7177.76	1	7177.76	83.39	.000
	잔차	36808.95	428	86.01		
	합계	43986.71	429			

<표 6> 가족관계의 영향에 대한 단순회귀분석 (n=429)

독립변수	비표준화 계수		표준화 계수	t	p
	B	표준오차	$\beta$		
가족관계	-.31	.04	-.40	-8.44	.000
(상수)	30.66	2.08		14.49	.000
$R^2(\text{adj. } R^2)=.164(.162)$					

다음으로, 진로성숙도를 독립변수로 우울을 측정하는 모형에 대한 통계적 유의성 검정 결과, 모형의 F 통계값은 26.11, 유의확률은 .000으로 유의수준  $p < .001$  수준에서 우울을 유의미하게 설명하였다. 더불어 우울 총변화량의 5.7%(수정결정계수 5.5%)가 모형에 포함된 독립변수에 의해 설명되었다.

<표 7> 회귀모형에 대한 분산분석표

	모형	제곱합	자유도	평균제곱	F	유의확률
2	회귀모형	2528.69	4	2528.69	26.11	.000
	잔차	41458.01	428	96.86		
	합계	43986.71	429			

<표 8> 진로성숙도의 영향에 대한 단순회귀분석

독립변수	비표준화계수		표준화계수	t	p
	B	표준오차			
진로성숙도	-.16	.030	-.24	-5.11	.000
$R^2(\text{adj. } R^2)=.057(.055)$					

이상과 같이, 독립변수 두 가지에서 가족관계, 진로성숙도 둘 다 유의미한 것으로 확인되었다. 개별 독립변수의 종속변수에 대한 기여도와 통계적 유의성을 검증한 결과, 유의수준  $p < .001$  수준에서 우울에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 가족관계( $t = -9.09$ ,  $p = .000$ )

와 진로성숙도( $t=-6.78, p=.000$ )로 나타났다. 독립변수의 상대적 기여도를 나타내는 표준화 계수에 의하면 가족관계, 진로성숙도의 순으로 우울에 영향을 미치고 있다.

<표 9> 다중회귀분석

모형	독립변수	비표준화 계수		표준화 계수 $\beta$	$t$	$p$
		B	표준오차			
2	가족관계	-.25	.04	-.36	-9.09	.000
	진로성숙도	-.19	.03	-.27	-6.78	.000
	(상수)	8.62	4.44		2.02	.050
$R^2(\text{adj. } R^2)=.237(.234)$						
$F=66.48$						

### 3. 진로성숙도의 매개효과

본 연구에서 선정한 가족관계가 청소년 우울에 영향을 미치는 과정에서 진로성숙도의 매개효과를 알아보기 위해 회귀분석을 실시하였으며 독립변인이 종속변인에 유의한 영향을 미치는지 확인한 다음 독립변인이 종속변인에 유의한 영향을 미치는지 확인하고 마지막으로 매개변인이 종속변인에 유의한 영향을 미치는지 확인하는 방법인 Baron과 Kenny(1986)가 제시한 방법을 사용하였다. 결과는 <표 10>과 같다.

<표 10> 진로성숙도의 매개효과

독립변인	매개변인	종속변인	매개효과검정단계	$\beta$	$t$	$p$	$R^2$
가족 관계	진로 성숙도	우울	단계1	.31	6.54	.000	.113
			단계2	-.40	-9.02	.000	.164
			단계3(가족)	-.36	-8.09	.000	.237
			단계3(진로)	-.27	-6.78	.000	

첫째, 가족관계가 진로성숙도에 영향을 미치는지 확인한 결과, 통계적으로 유의하였다( $\beta=.31, p=.000$ ). 둘째, 가족관계가 우울에 미치는 영향도 통계적으로 유의한 것으로 나타났다( $\beta=-.40, p=.000$ ). 마지막으로 진로성숙도와 우울을 투입하였을 때, 매개변인인 진로성숙도가 우울에 미치는 영향이 유의하였고( $\beta=-.27, p=.000$ ), 독립변인인 가족관계가 우울에 미치는 영향이 줄어들어( $\beta=-.36, p=.000$ ) 진로성숙도가 가족관계와 청소년 우울의 관계에서 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다.  $R^2$ 값은 1단계 11.3%, 2단계 16.4%, 3단계 23.7%의 설명력을 보였다. 이러한 결과로 가족관계는 진로성숙도를 매개로 청소년의 우울에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

#### IV. 논의

본 연구는 중학생을 대상으로 청소년의 우울에 미치는 관련 변인으로 가족관계와 진로성숙도가 상관관계가 있는지 살펴보고 가족관계와 청소년 우울의 관계에서 진로성숙도가 매개효과를 가지는지 확인하고자 하였다. 연구결과를 바탕으로 논의를 제시하면 다음과 같다.

첫째, 각 변인들 간의 상관관계를 살펴본 결과, 각 변인이 모두 유의한 상관이 있는 것으로 나타났다. 우선, 가족관계와 진로성숙도는 우울과 부적상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 부모의 양육태도, 부모-자녀와의 의사소통이 청소년 자녀의 우울에 직접 효과를 가진다는 결과(김선희, 2009), 부모애착과 우울과의 부적상관(고수영, 2012), 부와 모의 심리적 통제가 청소년 자녀의 우울 수준에 직접적 영향을 미친다는 조은주, 이은희(2013)의 결과와 일치한다. 또한 우울이 진로성숙에 미치는 영향이 유의미하고(신효정, 이문희, 2011), 우울이 진로결정에 부정적 관련성이 있다고 보고한 횡단연구들(Saunders et al, 1999; Lucas, Skokowski, & Arcis, 2000)과 유사한 결과이다. 이는 진로미결정자들의 경우 불안, 낮은 자존감, 대인관계 기술, 비합리적 의사결정 기술 등 다양한 심리적 문제를 안고 있었으며, 진로상담 과정에서 이러한 문제들을 함께 개입해야 함을 제시하였던 김계현과 김봉환(1995)의 연구와 맥을 같이 한다고 볼 수 있다. 다시 말해, 우울한 청소년은 진로성숙을 증가시키기 위한 적극적이고 효율적인 문제해결에 참여하기 어려우며 의사결정 과정에서도 힘들어한다는 것을 알 수 있다. 따라서 청소년 우울은 가족관계와 진로성숙도와 밀접한 관련이 있는 것으로 파악된다.

둘째, 가족관계, 진로성숙도, 청소년 우울 간의 상대적 영향력을 알아본 결과는 유의미하였다. 먼저, 가족관계는 우울 총 변화량의 16.4%를 설명하였다. 이는 부모의 학대적 양육태도가 청소년의 우울 수준을 증가시킨다고 설명한 박은주와 최말옥(2014)의 연구결과와 같은 맥락이다. 청소년이 지각한 가족지지 정도가 높을수록 우울 정도가 낮다는 결과와 유사하며(박명희 외, 1998) 가족 간의 친밀성이 없으면 불안, 우울이 나타난다고 한 결과(윤명숙, 이재경, 2010)와도 일치한다. 또한 부부갈등 정도와 자녀의 우울수준이 함께 상승한다는 점(송은주, 이지연, 2010)과, 청소년 우울에 대한 보호효과로 가족에 대한 개입이 필요하다는 점(최정아, 2012) 등은 본 결과를 뒷받침하는 것으로 해석된다. 더불어, 진로성숙도와 우울의 상대적 영향력은 유의미한 결과를 나타냈다. 진로성숙도는 우울 총 변화량의 5.7%의 설명력을 보였다. 하지만, 진로성숙도와 우울 간의 관계를 연구한 자료는 찾아보기 어려운 실정이다. 따라서 이러한 결과는 최근 진로교육의 중요성이 강화되고 있는 상황에서(홍향연, 유태명, 2008) 후속연구의 필요성을 강하게 제기하는 것으로 받아들여진다.

셋째, 가족관계가 청소년 우울에 영향을 미치는 과정에서 진로성숙도를 매개로 간접적인 영향을 미친다는 것이 확인되었다. 가족관계는 진로성숙도 향상에 영향을 미치고, 이로 인해 진로성숙도가 높아지면 청소년의 우울이 낮아진다는 것이다. 이와 같은 결과는 청소년 우울을 감소시키는 데 있어서 가족관계의 중요성뿐만 아니라 진로성숙도의 중요성도 시사한다. 또한 가족건강성은 진로성숙도에 긍정적인 효과를 미친다는 결과(양남희, 홍은실, 2011)와 가정형편이 진로성숙도에 유의한 영향을 미친다는 결과(김장희, 2014)와도 유사한 맥락이다. 그러나 교육이나 상담을 통해 가족관계를 변화시키거나 다루는 데는 한계가 있다. 가정이라는 공간은 지극히 사적인 공간이라 외부의 개입과 사회의 통제를 제한하기(장휘숙, 2002) 때문에 가정 위험요인에 대한 직접적인 개입으로 청소년들을 보호하는 것에는 많은 제약이 있다.

따라서 본 연구에서 유의미한 결과로 확인된 가족관계와 청소년 우울간의 관계에서 진로성숙도의 매개효과는 의미 있는 발견이라 할 수 있다. 진로성숙도의 매개효과를 살펴본 본 결과는 가족관계와 청소년 우울간의 관계에서 선행연구를 발견하기 어려워 직접적 비교는 어렵지만, 진로결정이 되어 있지 않을수록 우울이 높은 것으로 나타난 결과(이성우, 2008)와 부분적으로 일치한다. 따라서 상담이나 교육에서 가족의 영향력도 중요하지만 변화가능한 가족의 구조적인 문제에 대한 개입보다는 청소년 개인의 진로의식성숙을 향상시킬 필요가 있다. 추후 진로집단프로그램을 통해 청소년의 진로성숙도를 높일 수 있는 체계화된 예방 프로그램과 치료 프로그램 개발을 통한 청소년들 우울에 대한 개입 방안을 수립하는데 본 결과는 유용한 자료로 활용될 것이다.

본 결과는 개인 외적 변인인 청소년의 가족관계가 개인 내적 변인인 진로성숙도의 변화를 통해 우울의 조절에 관여한다는 기제를 확인하였다는 점에서 의의가 있다. 청소년 시기는 아동보다 우울이 급증하는 시기이다(박경애, 김은영, 1999). 따라서 진로탐색이 시작되는 중학생 시기에 자신의 진로를 탐색해 보고 삶을 의미 있는 방향으로 이끌 수 있도록 진로성숙을 높일 수 있는 방향의 접근이 중요하게 고려되어야 할 것이다.

이상의 결과와 시사점에도 불구하고 연구대상이 경상남도의 일부 학생들을 대상으로 한 점, 자기보고식 질문지의 특성상 반응편향의 문제가 나타날 수 있다는 점 등에 비추어 본 결과의 일반화에 주의가 요구된다. 추후 이를 보완한 관련 연구가 후속되기를 기대한다.

## 참고문헌

- 강명희(1999). 초등학교 아동의 비합리적 신념이 우울·불안과 학교생활 적응에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 고수영(2012). 부모애착이 청소년 우울에 미치는 영향: 정서조절양식의 매개효과. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 공운정(2014). 진로의사결정 과정에서 정서의 역할에 대한 탐색적 논의. 아시아교육연구, 15(1), 27-43.
- 곽금주·문은영(1993). 청소년의 심리적 특성 및 우울과 비행간의 관계. 한국심리학회지, 6(2), 29-43
- 김명식(2008). 일 도시 남녀중학생 우울증 유병율과 우울증이 학교적응에 미치는 영향. 상담학연구, 9(2), 654-658.
- 김계현·김봉환(1995). 진로미결정에 관한 연구동향과 향후의 연구과제. 한국심리학회지: 상담과 심리치료, 7(1) 20-43.
- 김나리(2012). 청소년의 외모만족도와 우울의 관계 비교 연구. 한국외국어대학교 대학원 석사학위논문.
- 김미진(2009). 부모의 양육태도 및 청소년의 기질이 우울에 미치는 영향. 한남대학교 대학원. 석사학위논문.
- 김숙자(2003). 부모의 이혼과 청소년 자녀의 우울 및 심리사회성숙도간의 관계. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 김선희(2009). 부모-자녀 의사소통이 우울감에 미치는 영향: 정서인식의 명확성과 정서조절양식을 매개로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김성일·정용철(2001). 청소년의 우울성향과 가정환경의 관계. 한국청소년연구, 33(1), 5-27.
- 김장희(2014). 대학생의 진로준비행동 영향 요인 및 진로의사결정수준의 매개효과 분
- 김희숙·이성희(2008). 실업계 고등학생의 분노표현방식, 우울 및 공격성과의 관계. 지역사회간호학회지, 19(2), 270-279.
- 박은주·최말옥(2014). 부모의 학대적 양육태도와 청소년 비행경험 및 피해경험에 관한 연구-우울 및 공격성의 매개효과를 중심으로-. 한국가족관계학회지, 18(4), 219-238.
- 박경애·김은영(1999). 청소년의 우울. 한국청소년상담원.
- 박명희·김창숙·서영숙·서희숙·노현신(1998). 청소년이 지각한 가족지지와 우울과의 상관관계연구. 한국보건간호학회지, 12(2), 67-88.
- 송은주·이지연(2010). 가족상담: 부부갈등과 청소년의 우울과의 관계에서 부모화 경험의

- 매개효과 검증. 상담학연구, 11(1), 335-354.
- 송현미(2013). 초등학생이 지각한 사회적 지지와 학교행복의 관계에서 자기조절능력의 매개효과. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 신재은(1998). 청소년의 우울에 영향을 미치는 심리사회적요인에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원. 석사학위논문.
- 신혜린(2014). 청소년의 자기초점주의와 우울과의 관계에서 지각된 사회적 지지의 조절효과. 전남대학교 대학원 석사학위 논문.
- 신효경·이문희(2011). 진로성숙발달에 관한 4년 종단연구. -스트레스, 공격성, 우울의 효과- 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 양남희·홍은실(2011). 고등학생의 가족건강성과 진로성숙도에 관한 연구. 한국가정과 교육학회지, 23(4), 143-157.
- 양옥경(2001). 가족관계 측정을 위한 척도 개발연구. 한국가족사회복지학, 8, 117-145.
- 양옥경·김수연(2007). 『축약형 가족관계 척도』 구성과 타당도 연구. 한국가족관계학회지, 12(2), 103-129.
- 우수경·김기에(2013). 청소년의 성, 학교급, 시험불안 및 우울이 학교생활적응에 미치는 영향. 순천향인문과학논총, 32(2), 165-195.
- 윤명숙·이재경(2010). 부모에착이 초기 청소년 우울에 미치는 종단적 영향 분석. 사회과학연구, 26(2), 69-92.
- 이성우(2008). 진로결정이 불안과 우울증에 미치는 영향에 관한 연구. 총신대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지민(2007). 자아정체감과 학교 적응이 청소년의 우울에 미치는 영향. 상담학연구, 8(4), 1593-1603.
- 이정선·이형실(2012). 청소년의 우울 관련 요인. 한국가정과교육학회지, 24(4), 77-89.
- 이성우(2008). 진로결정이 불안과 우울증에 미치는 영향에 관한 연구. 총신대학교 선교대학원. 석사학위논문.
- 장휘숙(2002). 청년후기의 부모에 대한 애착, 분리-개별화 및 심리사회적 적응. 한국심리학회지 산업 및 조직, 15(1), 101-121.
- 전경구·최상진·양병창(2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. 한국심리학회지 건강, 6(1), 59-76.
- 조성연·조한익(2014). 불확실성에 대한 인내력 부족 및 지각된 통제감이 걱정에 미치는 영향: 부정적 문제 지향의 매개효과 검증. 상담학 연구, 15(5), 1647-1669.
- 조은주·이은희(2013). 부와 모의 심리적 통제와 청소년의 우울 및 불안: 비합리적 신념의 매개역할. 한국청소년연구, 24(1), 35-70.

- 최정아(2012). 청소년기 우울의 발달적 변화에 대한 부모인지 및 자기개방의 종단적 영향: 위계적 선형모형(HLM)을 이용한 분석. *한국가족치료학회지*, 20(1), 57-83.
- 한중철 · 이기학(1997). 진로태도 측정도구의 타당화를 위한 도구. *진로교육연구*, 8, 219-255.
- 홍향연 · 유태명(2008). 경남지역 중학생의 자아정체감과 진로성숙도 관계. *한국가정과교육학회 학술대회*, 2008(1), 149-150.
- 한국청소년상담복지개발원(2012). **2012 상담경향분석보고서**.
- Asarnov, J. R. & Horton, A. A. (1990). Coping and stress in families of child psychiatric inpatients: Parents of children with depressive and schizophrenia spectrum disorder, *Child Psychiatry and Human Development*, 21, 145-157.
- Baron, R., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1183.
- Joshua, W. S. (2005). *Lincoln's Melancholy*. First Mariner Books edition.
- Lucas, M. A., Skokowski, C. T., & Ancis, J. R. (2000). Contextual themes in career decision making of female clients who indicate depression. *Journal of Counseling and development*, 78, 316-325.
- Multon, K. D., Heppner, M. J, Gysbers, N. C. Zook, C., & Ellis-Kalton, C. A. (2001). Client Psychology Distress: An Important Factor in Career Counseling. *The Career Development Quarterly*, 49, 324-335.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Saunders, D. E., Peterson G. W., Sampson, F. P., & Reardon, R. C. (1999). Relation of depression and dysfunctional career thinking to career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 56, 288-298.
- Smith, H. M., & Betz, N. E.(2002). An examination of efficacy and esteem pathways to depression in young adulthood. *Journal of Counseling Psychology*, 49, 438-448.
- Paula Allen-Meares. (1987). Depression in childhood and Adolescence, *Social work*, November-December : 512-516.

## Abstract

### Mediated Effect of Career Maturity on the Relationship between Family Relation and Adolescent's Depression

Kim, Oe Ran and Kim, Jang Hoi

This study was designed to verify the mediating effect of career maturity on the relationship between family relations and adolescent depression. Correlation and hierarchical regression analysis were applied to the results of a survey administered to 429 (male: 113, female: 316) middle school students from the Gyeongnam province. Data were analyzed by t-test, Pearson's correlation analysis and stepwise multiple regression analysis. The results of this study were as follows: First, adolescent depression exhibited a significant negative correlation with all variables, and showed an explanation power of family relationship on first, career maturity on second level. Second, the result of Multi-Regressions which executed to verify comparable effect powers on the family relationship 16.4%, career maturity 5.7% came next. Third, career maturity showed partial mediation effects on the relationship between family relationship and adolescent depression. Based on the result of this study, there were arguments for the follow-up research and practical counseling.

**Key words:** family relationship, adolescent depression, career maturity, mediator effect

논문 투고일: 2016. 11. 30.

심사 완료일: 2016. 12. 08.

게재 결정일: 2016. 12. 10.