

대학생의 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구가 우울에 미치는 영향

김수현* · 김석선**

I. 서론

1. 연구의 필요성

대학생의 정신건강은 심각한 위기 상황에 직면해 있다. 2023년 20대의 우울감 경험률은 16.3%로 전 연령층 중 가장 높았으며, 이는 2021년 11.7%에 비해 4.6% 증가한 수치이다(Korea Disease Control and Prevention Agency, 2024). 이러한 결과는 청년층, 특히 대학생의 우울이 빠르게 심화되고 있음을 시사한다. 대학생의 우울은 학업 성취 저하와 수강 철퇴를 유발하여 대학생활 적응을 방해하고(Quinn et al., 2023), 더 나아가 자살의 주요 위험 요인으로 작용한다(Zhao et al., 2025). 우울이 개인의 삶의 질과 사회적 적응에 미치는 광범위한 부정적 영향을 고려할 때, 대학생의 우울을 유발하는 요인을 규명하고, 효과적인 예방 및 관리 전략을 마련하는 것은 시급한 과제이다.

대학생은 초기 성인기로서 친밀감 형성과 관계 확립이 주요 발달 과업이며, 의미 있는 관계 경험은 정서적 안정과 자아 정체성 형성에 핵심적인 역할을 한다(Erikson, 1968). 그러나 대학생들의 전환은 새로운

사회적 관계의 확장을 동반하면서 거절, 좌절, 무능감 등의 부정적 관계 경험에 노출될 위험을 높인다(Arnett, 2000). 이러한 대인관계의 중요성은 최근 세대의 특수한 사회적 환경 속에서 더욱 부각된다.

COVID-19 팬데믹으로 인한 장기간의 비대면 수업과 사회적 거리두기는 대학생에게 사회적 단절과 대면 관계의 위축 경험을 남겼으며, 이후 대인관계로의 재적응에 어려움을 초래하였다(Kim et al., 2024). 더불어 Z세대(Generation Z)에 속하는 대학생은 디지털 기술 환경에서 성장하여 온라인과 오프라인의 경계가 모호한 상시 연결된 상호작용 속에 있다(Park, 2016). 이러한 지속적 연결 환경은 타인의 반응과 평가에 민감하게 반응하도록 만들어, 일상 전반에서 관계적 스트레스를 가중시킨다(Andrews et al., 2022). 결국, 대인관계의 어려움은 대학생의 정서적 안정과 정신건강을 위협하는 핵심 요인으로 작용하며, 특히 우울과 밀접한 관련이 있는 것으로 보고된다(Sullivan, 1953). 이러한 맥락에서, 타인의 평가와 거절에 대한 과민한 반응인 '거부민감성(Rejection Sensitivity)' 은 현대 대학생의 정신건강을 이해하는 데 중요한 개념으로 주목된다.

거부민감성(Rejection Sensitivity)은 대인관계 상황

* 이화여자대학교 간호대학, 대학원생(<https://orcid.org/0009-0009-9454-145X>)

** 이화여자대학교 간호대학, 교수(<https://orcid.org/0000-0002-8057-3655>) (교신저자 E-mail: suksunkim@ewha.ac.kr)

• Received: 13 October 2025 • Revised: 14 November 2025 • Accepted: 21 November 2025

• Address reprint requests to: Kim, Suk-Sun

College of Nursing, Ewha Womans University

52 Ewhayeodae-gil, Seodaemun-gu, Seoul, Korea

Tel: +82-2-3277-2885, Fax: +82-2-3277-2850, E-mail: suksunkim@ewha.ac.kr

에서 거절 가능성에 대해 과도하고 민감하게 반응하는 인자-정서적 특성을 의미한다(Downey & Feldman, 1996). 거부민감성 모델에 따르면, 반복된 거절 경험은 이후의 관계에서 부정적 기대를 형성하고, 중립적인 단서마저 의도된 거절의 신호로 해석하게 하여 우울, 분노, 적대감, 회피와 같은 부정적 정서 및 행동을 유발한다(Levy et al., 2001). 대학생은 다양한 사회적 관계를 자발적으로 형성하는 과정에서 거절을 경험할 가능성이 높으며, 이러한 경험은 거부민감성을 증폭시킬 수 있다(Kim et al., 2022). 선행연구에 따르면, 거부민감성은 청소년과 성인의 온라인 및 오프라인 상호작용 모두에서 우울 수준을 높이는 요인으로 확인되었으며(Andrews et al., 2022), 대학생을 대상으로 한 연구에서도 주요 예측요인으로 보고되었다(Park & Yang, 2021). 거부민감성이 높은 개인은 거절에 대한 두려움으로 타인의 평가에 과도하게 몰두하고, 자신의 감정과 욕구를 억압하는 경향을 보인다(Park & Yang, 2021). 또한 부정적 사고의 반복과 반추를 초래하여 우울을 심화시키며(Andrews et al., 2022), 대인관계 불안을 높여 관계 회피나 적대적 반응으로 이어진다(Downey & Feldman, 1996). 즉, 거부민감성은 관계적 불안정성을 심화시키고 정서적 고통을 유발함으로써, 대학생의 우울을 설명하는 핵심적 대인관계 요인으로 작용할 수 있다.

좌절된 대인관계 욕구(Thwarted Interpersonal Needs)는 타인과의 정서적 유대가 충족되지 않거나 자신이 타인에게 짐스러운 존재라고 인식하는 상태로, 좌절된 소속감(thwarted belongingness)과 인식된 짐스러움(perceived burdensomeness)의 두 요인으로 구성된다(Joiner Jr, 2005). 좌절된 소속감은 의미 있는 관계나 집단으로부터 단절되어 관심과 돌봄을 주고받지 못한다고 지각하는 상태를 의미하며, 인식된 짐스러움은 자신을 무능력하고 무가치한 존재로 인식하는 부정적 자기개념을 뜻한다(Joiner Jr, 2005). 이러한 대인관계 욕구의 좌절은 개인에게 심리적 고통을 초래하며(Baumeister & Leary, 1995), 우리나라와 같은 관계 중심의 상호의존적 문화권에서는 그 부정적 영향이 더욱 두드러질 수 있다(Choi & Kim, 2014). 선행연구에 따르면, 좌절된 대인관계 욕구는 대학생의 우울 및 자살사고의 위험을 높이는 주요 요인으로 보고되었다(Aggarwal et al., 2022; Kim & Pan, 2021). 그러나

기존 국내외 연구의 대부분은 자살 관련 변인에 초점을 두고 있어(Calati et al., 2022; Choi & Kim, 2014; Hussain & Hill, 2023), 대학생의 우울과의 직접적 관련성을 규명한 연구는 제한적이다.

특히, 거부민감성과 좌절된 대인관계 욕구는 모두 대인관계 맥락에서 나타나는 인지적-정서적 취약성임에도 불구하고, 두 요인을 통합적으로 분석하여 대학생 우울에 미치는 상대적 영향력을 비교한 연구는 드물다. 이에 본 연구는 대학생의 일반적 특성과 대인관계적 요인(거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구)이 우울에 미치는 영향을 확인함으로써, 대학생 우울의 관계적 요인을 심층적으로 이해하고자 한다. 본 연구 결과는 대학생의 정신건강 증진을 위한 관계기반 간호중재 프로그램 개발의 근거자료로 활용될 수 있다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 대학생의 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구, 그리고 우울 간의 관계를 탐색하고, 거부민감성과 좌절된 대인관계 욕구가 우울에 미치는 영향을 파악하는 것이다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 대상자의 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구, 우울의 정도를 파악한다.
- 대상자의 일반적 특성에 따른 우울의 차이를 확인한다.
- 대상자의 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구, 우울 간의 상관관계를 확인한다.
- 대상자의 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구가 우울에 미치는 영향을 분석한다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 대학생의 거부민감성과 좌절된 대인관계 욕구가 우울에 미치는 영향을 알아보기 위한 서술적 상관연구(descriptive correlational study)이다.

2. 연구 대상

본 연구의 대상은 만 19세 이상의 국내 종합대학 또

는 전문대학에 재학생으로, 연구 목적을 이해하고 자발적으로 참여에 동의하며, 기본적인 의사소통 능력을 갖추어 온라인 설문에 응답할 수 있는 자로 선정하였다. 표본의 최소 크기는 G*Power 3.1.9.7 프로그램을 이용하여 산출하였다. 다중회귀분석 설계에서 독립변수 5개(종교 유무, 거주 형태, 전공만족도, 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구), 중간 효과크기 .15, 유의수준 .05, 검정력 .95를 기준으로 최소 138명이 요구되었다. 검정력 설정은 대학생 집단을 대상으로 한 선행연구(Lee & Park, 2024)를 근거로 하였다. 탈락률 10%를 고려하여 153부의 설문지를 배포하였으며, 불완전한 응답 7부를 제외하고 최종 146명(회수율 95.4%)의 자료를 분석에 사용하였다.

3. 연구 도구

본 연구의 측정도구는 구조화된 자가보고식 설문지로 구성되었으며, 모든 도구는 원개발자와 변안자의 승인을 받은 후 사용하였다.

1) 일반적 특성

연구대상자의 인구사회학적 및 대학생활 관련 특성은 선행연구(Aggarwal et al., 2022; Choi & Kim, 2014; Kim & Cho, 2024)를 참고하여 성별, 연령, 학년, 전공, 종교 유무, 거주 형태, 주관적 학업성취수준, 전공만족도로 구성되었다.

2) 거부민감성

거부민감성은 Park과 Yang (2017)이 한국 대학생을 대상으로 개발한 거부민감성 척도(Rejection Sensitivity Questionnaire [RSQ])를 사용하여 측정하였다. 본 척도는 예기분노 5문항, 예기불안 4문항, 과잉반응 4문항, 거부지가 3문항, 총 16문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)까지의 Likert 5점 척도로 측정하였으며, 총점 범위는 16점에서 80점이다. 점수가 높을수록 대인관계에서 거부를 예상하여 불안·분노로 반응하고, 애매한 상황도 거절로 해석하는 거부민감성 수준이 높음을 의미한다. 개발 연구에서 Cronbach's α 는 .91, 본 연구에서는 .95로 나타났다.

3) 좌절된 대인관계 욕구

좌절된 대인관계 욕구는 Joiner 등(2009)이 개발하고 Van Orden 등(2012)이 수정·보완한 후, Lee 등(2015)이 한국어판으로 변안한 대인관계욕구질문지(Interpersonal Needs Questionnaire Revised [INQ-R])를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 좌절된 소속감 9문항과 인식된 짐스러움 6문항, 총 15문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 1점(전혀 그렇지 않다)에서 7점(매우 그렇다)까지의 Likert 7점 척도로 측정되며, 총점 범위는 15점에서 105점이다. 점수가 높을수록 타인에게 짐이 되고 소속감이 좌절되어 있다고 느끼는 좌절된 대인관계 욕구 수준이 높음을 의미한다. Lee 등(2015)의 연구에서 Cronbach's α 는 .86, 본 연구에서는 .87로 나타났다.

4) 우울

우울은 Radloff (1977)가 개발하고, Chun 등(2001)이 변안한 우울 척도(The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale [CES-D])를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 지난 1주일 동안 경험한 우울 증상을 평가하는 20문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 0점(거의 드물게)에서 3점(대부분)까지 Likert 4점 척도로 측정되며, 총점 범위는 0점에서 60점이다. 점수가 높을수록 우울 수준이 높음을 의미한다. 일반적으로 총점이 16점 이상은 경미한 우울, 21점 이상은 중한 우울, 25점 이상은 심한 우울로 간주한다. Chun 등(2001)의 연구에서 Cronbach' α 는 .91, 본 연구에서는 Cronbach's α 는 .94로 나타났다.

4. 자료 수집

본 연구는 연구자가 소속된 대학교 생명윤리위원회의 승인(IRB No. 202412-0010-01)을 받은 후 수행되었다. 자료 수집은 2025년 1월 7일부터 9일까지 진행되었으며, 대상자는 대학생이 주로 활동하는 온라인 커뮤니티(캠퍼스픽, 링크리어)에 게시된 모집 공고를 통해 모집하였다. 참여에 동의한 대상자는 공고문에 제시된 URL 또는 QR코드를 통해 연구 참여에 대한 온라인 서면 동의를 완료한 후, 온라인 플랫폼(Google Forms)을 이용한 온라인 자가보고식 설문에 응답하였다. 설문

응답에는 약 20~30분이 소요되었으며, 참여자에게는 소정의 답례품이 제공되었다.

5. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 28.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 모든 통계 검증의 유의수준 α 는 .05로 설정하였다. 일반적인 특성과 연구변수의 기술적 통계는 빈도, 백분율, 평균과 표준편차로 산출하였다. 일반적인 특성에 따른 우울의 차이는 Independent t-test, One-way ANOVA를 실시하고, 사후 검정은 Scheffé test를 적용하였다. 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구와 우울 간의 상관관계는 Pearson's correlation coefficient를 이용하여 분석하였다. 우울에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 Hierarchical Multiple Regression Analysis를 실시하였으며, 우울에 유의한 차이를 나타낸 일반적 특성인 종교 유무(종교 있음: 0, 종교 없음: 1), 거주형태(가족과 함께: 0, 가족과 따로: 1), 전공만족도(보통이다/만족하지 않는다: 0, 만족한다: 1)는 더미 변수화하여 분석에 포함하였다.

III. 연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성에 따른 우울의 차이

대상자의 일반적 특성에 따른 우울의 차이는 Table 1과 같다. 전체 146명 중 남성이 39명(26.7%), 여성이 107명(73.3%)이었으며, 평균 연령은 20.84±1.19세였다. 학년 분포는 2학년이 69명(47.3%)으로 가장 많았다. 전공 계열은 인문계열 63명(43.2%), 공학계열 32명(21.9%), 자연계열 16명(11.0%), 보건의료계열 14명(9.6%), 사회계열 10명(6.8%), 예체능계열 6명(4.1%), 교육계열 5명(3.4%) 순이었다. 종교는 없는 대상자는 77명(52.7%)이었으며, 가족과 함께 거주하는 경우가 86명(58.9%)으로 과반수를 차지하였다. 주관적인 학업 성취수준은 '상'이 104명(71.2%)으로 가장 많았고, 전공만족도는 '만족한다'가 127명(87.0%)으로 높게 나타났다.

일반적 특성에 따른 우울의 차이를 분석한 결과, 종교 유무($t=-2.50, p=.014$), 거주 형태($t=-2.21, p=.030$),

전공만족도($F=6.85, p=.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. Scheffé's 사후 검정 결과, 전공에 '만족한다'고 응답한 집단의 우울 점수가 '보통이다' 또는 '만족하지 않는다'고 응답한 집단보다 유의하게 낮았다.

2. 대상자의 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구, 우울의 정도

대상자의 거부민감성 평균은 34.24±14.91점, 좌절된 대인관계 욕구 평균은 27.41±8.54점, 우울 평균은 4.35±6.56점으로 나타났다(Table 2).

3. 대상자의 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구 및 우울 간의 관계

거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구, 우울 간의 상관관계를 분석한 결과, 우울은 거부민감성과 유의한 정적 상관관계($r=.48, p<.001$)를 보였으며, 좌절된 대인관계 욕구($r=.36, p<.001$)와 유의한 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다(Table 3).

4. 대상자의 우울에 영향을 미치는 요인

우울에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위해 위계적 다중회귀분석을 실시한 결과(Table 4), Model 1에는 우울에 유의한 차이를 보인 일반적 특성(종교, 거주 형태, 전공만족도)을 가변수화하여 투입하였고, Model 2에는 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구를 추가로 투입하였다. 회귀모형의 적합성을 검토한 결과, 공차한계(tolerance)는 .86~.99로 .1 이상이었고, Variance inflation factors (VIF)는 1.02~1.16으로 기준치 10 이하로 나타나 다중공선성의 문제가 없었다. Durbin-Watson 통계량은 1.74로 2에 가까우므로 자기상관이 없음을 확인하여 회귀모형의 가정을 충족하였다.

회귀분석 결과, Model 1은 통계적으로 유의하였으며($F=9.11, p<.001$), 설명력은 14%였다. 종교($\beta=.24, p=.002$)와 전공만족도($\beta=-.29, p<.001$)가 우울에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. Model 2에서는 거부민감성과 좌절된 대인관계 욕구를 추가로 투입한 결과, 모형은 유의하였으며($F=21.15, p<.001$), 설명력이

Table 1. Characteristics of Participants and Comparison of Depression (N=146)

Characteristics	Categories	n(%) or M±SD	Depression	
			M±SD	t or F (p)
Gender	Male	39 (26.7)	4.21±7.63	-0.16 (.873)
	Female	107 (73.3)	4.40±6.17	
Age (yr)		20.84±1.19		
Grade	1st	25 (17.1)	3.64±2.23	1.41 (.243)
	2nd	69 (47.3)	4.17±6.95	
	3rd	25 (17.1)	6.68±8.69	
	4th	27 (18.5)	3.30±5.72	
Major	Humanities	63 (43.2)	4.59±6.72	0.23 (.967)
	Sociology	10 (6.8)	5.40±7.75	
	Natural science	16 (11.0)	3.63±6.37	
	Engineering	32 (21.9)	4.66±7.16	
	Pedagogy	5 (3.4)	3.60±3.78	
	Art, music and physical Health and medical sciences	6 (4.1) 14 (9.6)	2.17±2.14 3.86±6.61	
Religion	Yes	69 (47.3)	2.94±5.10	-2.50 (.014)
	No	77 (52.7)	5.61±7.45	
Residence	With family	86 (58.9)	3.27±4.68	-2.21 (.030)
	Without family	60 (41.1)	5.90±8.38	
Subjective academic achievement level	High	104 (71.2)	4.00±1.41	5.65 (.083)
	Middle	40 (27.4)	8.45±9.69	
	Low	2 (1.4)	2.78±4.00	
Satisfaction with major	Satisfaction ^a	127 (87.0)	3.63±6.18	6.85 (.001) a(b, c)
	Ordinary ^b	15 (10.3)	8.40±5.83	
	Unsatisfactory ^c	4 (2.7)	12.00±11.61	

M=mean; SD=standard deviation; a,b,c=Scheffe's test.

Table 2. Descriptive Statistics of Study Variables (N=146)

Variables	M±SD	Range	Skewness	Kurtosis
Rejection Sensitivity	34.24±14.91	16~80	1.25	0.34
Thwarted Interpersonal Needs	27.41±8.54	15~105	1.18	0.75
Depression	4.35±6.56	0~60	2.41	5.81

M=mean; SD=standard deviation

Table 3. Correlation of Study Variables (N=146)

Variables	Rejection Sensitivity	Thwarted Interpersonal Needs	Depression
	r (p)	r (p)	r (p)
Rejection Sensitivity	1		
Thwarted Interpersonal Needs	.11 (.202)	1	
Depression	.48 (<.001)	.36 (<.001)	1

Table 4. The Result of Hierarchical Multiple Regression of Depression (N=1416)

Variables	Categories	Model 1					Model 2				
		B	SE	β	t	p	B	SE	β	t	p
(Constant)		6.71	1.58		4.24	<.001	-5.18	2.22		-2.34	.021
Religion*	No (ref: Yes)	3.17	1.01	.24	3.12	.002	1.52	0.88	.12	1.72	.088
Residence*	Without family (ref: With family)	2.03	1.04	.15	1.95	.053	2.40	0.87	.18	2.77	.006
Satisfaction with major*	Satisfaction (ref: Ordinary/Unsatisfactory)	-5.59	1.53	-.29	-3.66	<.001	-4.77	1.31	-.25	-3.64	<.001
Rejection Sensitivity							0.20	0.03	.45	6.99	<.001
Thwarted Interpersonal Needs							0.19	0.05	.24	3.52	<.001

B=Unstandardized Coefficient; SE=Standard error; R²=R-squared; Adj.R²=Adjusted R-squared; ref.=reference; * Dummy variable.

R² = .16, Adj.R² = .14, F=9.11, p<.001

R² = .43, Adj.R² = .41, F=21.15, p<.001

27% 증가하여 총 41%로 나타났다. 거주형태($\beta=.18, p=.006$), 전공만족도($\beta=-.25, p<.001$), 거부민감성($\beta=.45, p<.001$), 좌절된 대인관계 욕구($\beta=.24, p<.001$)가 우울의 유의한 영향요인으로 확인되었다. Model 1에서 유의하였던 종교는 Model 2에서는 유의하지 않았다.

IV. 논 의

본 연구는 대학생의 우울과 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구 간의 상관관계를 확인하고, 우울에 영향을 미치는 요인을 규명하였다. 분석 결과, 타인의 거부에 민감하고 대인관계 욕구가 좌절된 학생, 가족과 따로 사는 학생, 그리고 전공에 만족하지 않는 학생일수록 우울 수준이 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 한국 대학생의 관계 중심적 문화에서 대인관계 취약성이 우울을 유발할 수 있음을 보여주며, 세대적 맥락과 발달심리적 관점에서 사회적 관계의 중요성을 실증적으로 검증하였다는데 의의가 있다.

본 연구에서 거부민감성은 대학생의 우울에 유의한 영향을 미치는 주요 요인으로 나타났다. 거부민감성이 높을수록 우울 수준이 높았으며, 이는 국내 대학생을 대상으로 한 선행연구 결과와 일치한다(Park & Yang, 2021). 거부민감성이 높은 개인은 타인의 반응에 과도하게 반응하며, 부정적 정서를 크게 경험하고 자신과 타인의 감정을 정확히 인식하기 어려운 경향을 보인다(Kim et al., 2022). 이러한 특성은 타인의 평가에 지나치게 몰두하게 하여 자기개념의 왜곡과 손상을 초래할 수 있다(Park & Yang, 2021). 특히 디지털 네이티브 세대로 성장한 Z세대 대학생은 온라인과 오프라인의 경계가 모호한 환경에서 생활하며, 댓글·'좋아요'·팔로우 수 등과 같은 즉각적 사회적 평가에 지속적으로 노출된다(Park, 2016). 이러한 상시 연결된 관계 환경은 대인 자극에 대한 민감성을 강화하고, 거절에 대한 두려움과 자기억제를 심화시켜 우울을 유발할 수 있다. 따라서, 대학생의 거부민감성을 완화하기 위해서는 타인의 평가에 대한 왜곡된 인지를 교정하고, 자기개념을 명료화하는 인지행동이론(CBT) 기반 중재가 필요하다. 나아가 Z세대의 특성을 반영하여, 온라인과 오프라인 모두에서 건강한 관계 가치와 자기정체성을 확립하도록 돕는 간호중재 프로그램의 개발이 필요하다고 제안한다.

좌절된 대인관계 욕구는 대학생의 우울에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 국내 연구에서 좌절된 대인관계 욕구가 우울을 높인다는 결과(Kim & Pan, 2021)와, 인도 대학생을 대상으로 좌절된 소속감과 인식된 짐스러움이 우울과 자살사고에 영향을 미친다는 연구(Aggarwal et al., 2022)와 유사하다. 좌절된 대인관계 욕구는 소속감의 결핍과 자신이 타인에게 짐이 된다고 인식하는 부정적 자기개념으로 사회적 유대의 단절과 심리적 고립을 의미한다(Kim & Pan, 2021). 대학생은 초기 성인기로서 부모 의존에서 벗어나 독립을 추구하는 동시에 새로운 관계를 형성해야 하는 발달적 과도기에 놓여 있다(Arnett, 2000). 이 시기에 관계 욕구가 좌절될 경우, 정체성 형성을 저해하고 우울을 심화시킬 수 있는 것으로 해석된다. 따라서, 소속감과 정서적 유대감을 강화하고 인식된 짐스러움과 같은 부정적 자기인식을 완화하는 관계기반 간호중재 프로그램을 개발하여 대학생의 정신건강 증진에 활용할 수 있을 것으로 생각된다.

본 연구에서 가족과 따로 거주하는 대학생은 함께 거주하는 학생보다 우울 수준이 더 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 기숙사 거주 학생이 가족과 함께 거주하는 학생보다 우울 수준이 높았다는 선행연구와 맥락을 같이한다(Kim & Cho, 2024). 가족의 정서적 지지는 스트레스 상황에서 중요한 보호요인으로 작용하며(Lee & Park, 2024), 관계적 평가와 대인 신호에 민감한 초기 성인기의 정서 조절을 지지하는 기반이 된다. 또한, 본 연구에서는 거주 형태의 영향이 일반적 특성만을 고려한 모형보다 관계적 요인을 포함한 모형에서 더 강하게 나타났다. 이는 가족과의 동거 여부가 거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구와 같은 관계적 취약성과 상호작용하여 우울에 더더 강한 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 향후 연구에서는 이러한 상호작용 효과를 검증하기 위한 심층적 탐색이 필요할 것이다.

전공만족도에서 보통 또는 불만족 집단에서 우울 수준이 더 높게 나타났다. 이는 간호대학생을 대상으로 한 선행연구 결과와 유사하다(Kim & Cho, 2024). 전공만족도는 학과 활동 참여, 학업 몰입, 또래관계 형성 등 대학생활 적응의 핵심 요인으로 작용하며(Oh, 2014), 만족도가 낮을 경우 학업적·사회적 자원이 약화되어 우울이 증가하는 것으로 해석된다. 이에 따라 대

학 차원에서 전공 만족을 높이기 위한 정보 제공, 진로 탐색 지원, 멘토링 및 학습 공동체 운영 등 제도적 지원의 강화가 필요 있다.

종교가 없는 대학생은 종교가 있는 대학생보다 우울 수준이 더 높은 것으로 나타났다. 이는 청년의 영적 안녕과 영적 참여가 우울을 완화한다는 선행연구의 결과와 같은 맥락이다(Aggarwal et al., 2023). 종교 활동은 공동체 기반의 소속감과 정서적 지지를 제공하여 우울 정도를 사료된다. 그러나 본 연구에서 종교는 일반적인 특성만 고려한 경우 우울을 낮추는 요인으로 나타났으나, 관계적 요인을 포함한 모형에서는 그 영향이 유의하지 않았다. 이는 종교 자체의 효과보다는 종교 활동을 통해 형성되는 사회적 연결망, 영적 자원 등 심리·정서적 매개요인이 우울에 간접적으로 영향을 미칠 가능성을 시사한다. 향후 연구에서는 종교 활동의 유형·참여 수준 등 보다 세분화된 변수를 고려한 분석이 필요하다.

위계적 다중회귀분석 결과, 일반적 특성만을 포함한 모형보다 관계적 요인을 추가한 모형의 설명력이 유의하게 향상되었다. 이는 대학생의 우울이 단순한 사회인구학적 특성보다 대인관계 속에서 경험하는 인지적·정서적 취약성에 의해 더 잘 설명된다는 점을 시사한다. 특히 한국 대학생은 관계 중심적·상호의존적 문화에서 성장하여(Choi & Kim, 2014), 타인의 평가나 관계적 신호에 민감하게 반응하는 경향을 보이는 것으로 해석된다. 이러한 결과는 초기 성인기 발달단계에서 사회적 상호작용과 관계적 유대가 정서적 안정에 결정적인 역할을 한다는 Erikson (1968)의 관점을 지지하며, 대학생의 정신건강 증진을 위해 관계적 요인을 고려한 간호 중재의 필요성을 강조한다.

본 연구는 온라인 커뮤니티를 통해 자발적으로 참여한 대학생들을 대상으로 편의 표집하여 자료를 수집하였으므로 연구결과를 전체 대학생 집단으로 일반화하여 해석하는 데에는 주의가 필요하다. 또한 주요 변수들의 평균 점수가 비교적 낮게 나타난 것은 온라인 커뮤니티에 능동적으로 참여하는 학생들이 상대적으로 정서적·사회적 안정성이 높을 가능성과 자료 수집이 방학 기간에 이루어져 학업 및 대인관계 스트레스가 감소될 수 있는 상황적 특성이 반영된 결과로 해석된다. 이는 실제 대학생 집단의 특성이 충분히 반영되지 않았을 가능

성을 의미하므로, 연구 결과의 해석 및 일반화에는 주의가 요구된다. 따라서 향후 연구에서는 학기 중과 방학을 모두 포함한 다양한 시기와 모집 경로를 활용하여 표집의 대표성을 확보할 필요가 있다. 더불어 본 연구는 횡단적 설계와 위계적 회귀분석을 기반으로 하였기 때문에 변수 간의 상호작용과 인과관계를 명확히 규명하는 데에는 한계가 있으며, 이에 따라 관련 결과를 해석할 때 신중함이 요구된다.

이와 같은 제한점에도 불구하고, 본 연구는 위계적 다중회귀분석을 통해 관계적 요인이 대학생 우울에 미치는 영향력을 체계적으로 검증한 점에서 학문적 의의를 지닌다. 본 연구결과는 대학생의 우울 예방과 완화를 위하여 관계적 요인(거부민감성, 좌절된 대인관계 욕구)을 고려한 간호 중재 개발의 근거자료로 활용될 수 있을 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 위계적 다중회귀분석을 통해 대학생의 우울에 영향을 미치는 관계적 요인의 중요성을 실증적으로 규명하였다. 거부민감성과 좌절된 대인관계 욕구는 우울을 설명하는 핵심적인 요인으로 확인되었으며, 거주 형태와 전공만족도 또한 우울 수준에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생의 우울을 이해하고 중재하기 위해 관계적 안정감, 소속감, 긍정적 자기개념을 강화하는 접근이 필수적임을 보여준다.

이에 따라 예방 단계에서는 대인관계 기술훈련, 포레 멘토링, 학습 공동체 활성화를 통해 관계적 자원을 강화하고, 조기개입 단계에서는 거부민감성과 왜곡된 자기평가를 완화하기 위한 인지행동치료(CBT) 기반 프로그램의 적용을 제안한다. 중재 단계에서는 정서·관계 재구조화 프로그램 및 집단상담을 활용하여 자기개념 명료화와 관계 회복을 도모할 필요가 있다.

더불어, 대학 차원의 구조적 접근이 요구된다. 우울과 관계적 취약성을 통합적으로 평가하는 관계·정서 중심의 정신건강 스크리닝 체계를 구축하고, 자취·기숙사 등 가족과 분리된 학생을 대상으로 고립 위험군을 조기 발견·지원하는 체계를 마련하는 것이 필요하다. 또한, 학과·동아리 기반의 소속감 강화 전략과 포레 지지망 구축을 제안한다. 나아가 학생상담센터, 지역 정신건강

복지센터, 가정 간의 연계 기반 사례관리 체계를 마련하여 관계적 요인에 취약한 학생을 다차원적으로 지원할 필요가 있다.

마지막으로, Z세대 대학생의 디지털 상호작용 특성을 고려하여 디지털 웰빙 교육, 소셜미디어 사용 교육, 건강한 온라인 관계 형성 전략을 포함한 프로그램 개발 및 적용을 제안한다. 이러한 다층적 접근은 대학생의 관계적 취약성을 완화하고 우울 예방을 위한 체계적 기반을 마련할 수 있을 것이다.

References

- Aggarwal, P., Ortiz, S., Jain, A., Velkoff, E., George, T., Smith, A., & Raval, V. V. (2022). Examining psychometric properties of the Interpersonal Needs Questionnaire among college students in India. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 52*(1), 110-120. <https://doi.org/10.1111/sltb.12809>
- Aggarwal, S., Wright, J., Morgan, A., Patton, G., & Reavley, N. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry, 23*(1), 729. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>
- Andrews, J. L., Khin, A. C., Crayn, T., Humphreys, K., & Schweizer, S. (2022). Measuring online and offline social rejection sensitivity in the digital age. *Psychological Assessment, 34*(8), 742-751. <https://doi.org/10.1037/pas0001136>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist, 55*(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117*(3), 497-529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Calati, R., Romano, D., Magliocca, S., Madeddu, F., Zeppegno, P., & Gramaglia, C. (2022). The interpersonal-psychological theory of suicide and the role of psychological pain during the COVID-19 pandemic: A network analysis. *Journal of Affective Disorders, 302*, 435-439. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.01.078>
- Choi, W. K., & Kim, J. S. (2014). The relationship between college students' life stress and suicidal ideation: The mediating effects of maladaptive cognitive emotion regulation and frustrated interpersonal needs. *The Korea Journal of Youth Counseling, 22*(1), 1-25. <https://doi.org/10.35151/kyci.2014.22.1.001>
- Chon, K. K., Choi, S. C., & Yang, B. C. (2001). Integrated adaptation of CES-D in Korea. *Korean Journal of Health Psychology, 6*(1), 59-76.
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(6), 1327-1343. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1327>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Hussain, Z., & Hill, R. M. (2023). The association between coping behaviors and the interpersonal theory of suicide in college students. *Journal of behavioral and cognitive therapy, 33*(2), 118-126. <https://doi.org/10.1016/j.jbct.2023.05.005>
- Joiner Jr, T. E. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press.
- Joiner Jr, T. E., Van Orden, K. A., Witte, T. K., Selby, E. A., Ribeiro, J. D., Lewis, R., & Rudd, M. D. (2009). Main predictions of the interpersonal-psychological theory of suicidal behavior:

- empirical tests in two samples of young adults. *Journal of abnormal psychology*, 118(3), 634. <https://doi.org/10.1037/a0016500>
- Kim, A. R., Jeon, H. O., & Chae, M.O. (2024). The impact of social interaction anxiety on endemic blue among university students who experienced the COVID-19 pandemic: The mediating effect of social phobia. *The Journal of Korean Academic Society of Nursing Education*, 30(3), 212-221. <https://doi.org/10.5977/jkasne.2024.30.3.212>
- Kim, A. R., Yang, D. Y., & Cheon, S. M. (2022). Effect of rejection sensitivity of the university student on interpersonal relations: Mediated effect of experiential avoidance and emotional clarity. *The Journal of Humanities and Social Sciences*, 23(2), 745-769. <https://doi.org/10.15818/ihss.2022.23.2.745>
- Kim, H. S., & Pan, S. H. (2021). The relationship between thwarted interpersonal needs and depression of university students: Verification of the mediating effect of intrusive and deliberate rumination. *Korean Journal of Christian Counseling*, 32(4), 79-110. <https://doi.org/10.23909/KJCC.2021.11.32.4.79>
- Kim, S. H., & Cho, Y. M. (2024). Effects of test anxiety and self-esteem on depression in junior and senior nursing students. *Asia-Pacific Journal of Convergent Research Interchange*, 10(2), 487-498. <https://doi.org/10.47116/apjcri.2024.02.38>
- Korea Disease Control and Prevention Agency. (2024). *2023 national health statistics: Korea national health and nutrition examination survey, 9th wave, 2nd year* (Publication No. 11-1790387-000796-10). Bureau of Chronic Disease Control, Division of Health and Nutrition Survey Analysis, Korea Disease Control and Prevention Agency.
- Lee, E. J., & Park, M. R. (2024). The impact of family functions and interpersonal problems on university students' depression. *Korean Journal of Health & Nursing*, 1(1), 25-34. <https://doi.org/10.12972/kjhn.2024.01.01.03>
- Lee, H. Y., Lee, J. A., & Oh, K. S. (2015). Validation of the Korean version of Interpersonal Needs Questionnaire (K-INQ) for older adults. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 34(1), 291-313. <https://doi.org/10.15842/kjcp.2015.34.1.014>
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G. (2001). The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others and valued social groups. In M. R. Leary (Ed.), *Interpersonal rejection* (pp. 281-289). Oxford University Press.
- Oh, J. H. (2014). The influencing factors of Self-esteem and Major Satisfaction on College Adjustment among Nursing Students. *The Journal of the Korea Contents Association*, 14(10), 873-884. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2014.14.10.873>
- Park, E. H., & Yang, N. M. (2021). The relationship between rejection sensitivity and depression in college students: The double mediation effect of self-concept clarity and self-silence. *Journal of Social Science*, 60(3), 321-344. <https://doi.org/10.22418/JSS.2021.12.60.3.321>
- Park, H. S. (2016). A study on the characteristics of new generation with life style: Focus on Generation Z. *Humanities and Social Sciences* 21, 7(6), 753-767. <https://doi.org/10.22143/HSS21.7.6.44>
- Park, M. J., & Yang, N. M. (2017). Validation of Rejection Sensitivity Scale for college students. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 29(1), 103-127. <https://doi.org/10.23844/kjcp.2017.02.29.1.103>
- Quinn, D. M., Canevello, A., & Crocker, J. K. (2023). Understanding the role of depressive

- symptoms in academic outcomes: A longitudinal study of college roommates. *PLoS One*, *18*(6), e0286709.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0286709>
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, *1*(3), 385-401.
<https://doi.org/10.1177/014662167700100306>
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. W. W. Norton & Company.
- Van Orden, K. A., Cukrowicz, K. C., Witte, T. K., & Joiner Jr, T. E. (2012). Thwarted belongingness and perceived burdensomeness: Construct validity and psychometric properties of the Interpersonal Needs Questionnaire. *Psychological Assessment*, *24*(1), 197-215.
<https://doi.org/10.1037/a0025358>
- Zhao, M., Xin, Y., Bai, X., Zhang, S., Liu, H., Xu, W., Duan, W., Jin, Q., Chen, Y., Luo, Y., Bai, J., Liu, Z., & Yin, H. (2025). Risk factors for suicidality among college students: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, *382*, 567-578.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.04.137>

Factors associated with depression among college students : Rejection sensitivity and thwarted interpersonal needs

Kim, Su-Hyeon (Graduate Student, Graduate School, Ewha Womans University, Seoul, Korea)

Kim, Suk-Sun (Professor, College of Nursing, Ewha Womans University, Seoul, Korea)

Purpose: This study aimed to examine the relationships among rejection sensitivity, thwarted interpersonal needs, and depression, and to identify the predictors of depression in college students. **Methods:** Data were collected from 146 college students using structured self-report questionnaires. Data analysis included descriptive statistics, independent t-tests, one-way ANOVA, Pearson's correlation coefficients, and hierarchical multiple regression analysis using IBM SPSS Statistics 28.0. **Results:** Depression was significantly positively correlated with rejection sensitivity and thwarted interpersonal needs. In the hierarchical multiple regression models, the significant predictors of depression among college students' were residence ($\beta=.18$, $p=.006$), satisfaction with the major ($\beta=-.25$, $p<.001$), rejection sensitivity ($\beta=.45$, $p<.001$), and thwarted interpersonal needs ($\beta=.24$, $p<.001$). The overall model explained 41% of the variance in depression among college students. **Conclusion:** These findings confirmed that rejection sensitivity and thwarted interpersonal needs are related to depression among college students and simultaneously influence it. The findings underscore the significance of fostering a sense of belonging and relational stability in interpersonal relationships of individuals. They also indicate the need to develop programs that effectively address interpersonal vulnerability.

Key words : Depression, Rejection, Interpersonal Relations, Students