

대학생의 주변인 낙인과 전문적 도움추구 태도의 관계 : 자기낙인의 매개효과

The Relationship Between Perception of Stigmatization by Others and Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help among University Students : The Mediating Effect of Self-Stigma

이은솔¹⁾ • 이성원^{2),*}

한남대학교 상담심리학과 학부 졸업¹⁾ • 한남대학교 상담심리학과 교수^{2),*}

Lee, Eunsol¹⁾ • Lee, Sungwon^{2),*}

Department of Counseling Psychology, Hannam University^{1),2)}

Abstract

This study aims to explore how self-stigma mediates the relationship between perceived stigmatization by others and attitudes toward seeking professional psychological help. A self-report online survey was conducted with 127 university students, and the data were analyzed using SPSS 31.0 and PROCESS Macro 5.0. The key findings are as follows: First, both perceived stigmatization by others and self-stigma correlated negatively with attitudes toward seeking professional psychological help. Second, self-stigma fully mediated the relationship between perceived stigmatization by others and help-seeking attitudes. These results emphasize the internalization of stigma as a significant barrier to seeking professional help among university students. Additionally, the findings indicate that addressing both public and self-stigma is essential for enhancing students' willingness to seek professional assistance. The study also discusses its limitations and offers suggestions for future research.

Keywords: Perception of stigmatization by others, Self-stigma, Attitudes toward seeking professional psychological help, University students

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

보건복지부(2021)의 조사에 따르면 20대의 정신장애 1년 유병률이 11%로 모든 성인 연령대 중 가장 높은 정신장애 유병률을 나타내고 있다. 전 연령대를 대상으로 한 또다

른 통계에서도, 대학생에 속하는 19세부터 24세 연령이 다른 연령에 비해 행복감, 자아존중감, 사회적 역량 수준이 가장 낮은 수준으로 조사되어(한국청소년정책연구원, 2017), 20대 대학생의 정신건강 문제는 간과할 수 없는 수준으로 드러나고 있다.

20대 대학생 시기는 발달단계로 볼 때는 성인인 동시에 후기 청소년으로 볼 수 있으므로 생물학적, 심리사회적 변화를 동반하는 혼란스러운 전환기를 겪게 된다(신새봄, 2015). 이로 인해 대학생활에 적응하는 과정은 학업 성취

* Corresponding author: Lee, Sungwon

Tel: +82-42-629-7442

E-mail: sungwon21@hnu.kr

© 2026, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

와 취업 준비의 중요한 지표가 되며, 주로 학과 친구와의 상호작용 및 학과 교수, 가족 구성원으로부터 다양한 사회적 지지를 경험함으로써 정서적 안정과 학업 지속 의지를 획득하게 된다(조명근, 한송이, 2025). 반면에 대학생활 적응에 어려움을 겪게 되면 스트레스, 외로움 등의 심리적 고충을 경험하게 되며 자신의 통제력을 잃게 되는 중독, 자살 등의 정신건강 위기를 겪게 된다(하정은, 김경미, 2023). 이에 전국의 대학에서는 서비스 접근이 용이하도록 교내에 상담센터와 같은 기관을 설치해 운영하고 있으며 대학생에게 상담 서비스 및 정신건강 예방 개입을 제공하여 건강한 사회 구성원으로 성장해 나가도록 돕고 있다(이우람, 2017). 그러나 심리적 어려움을 경험하며 상담이 필요함에도 실제로 상담을 받는 대학생은 많지 않은 것으로 보이는 데(박경애, 조현주, 2007), 이와 같은 대학시기에 발생할 수 있는 경미한 심리적 어려움에 대한 적절한 개입이 이루어지지 않을 경우에는 실업이나 빈곤과 같은 사회적 손실로까지 이어질 수 있어 특별한 대처가 필요하다고 볼 수 있다(김희철, 2018).

이와 같이 심리적 어려움을 경험하여 정신건강 서비스의 도움을 청하는 여부에 대한 요인으로 ‘전문적 도움 추구 태도’라는 개념이 논의된다. 전문적 도움 추구 태도(professional help-seeking attitude)란 심리적인 어려움을 겪고 있을 때 상담이나 심리치료와 같은 전문적 도움을 이용하려는 개인의 태도를 의미한다(Vogel et al., 2007). Ajzen(1991)이 소개한 계획된 행동 이론(planned behavior theory)에서는 행동이 주로 개인의 수행여부에 관한 의도에 의해서 예측되며 태도가 이러한 의도를 형성하는 데에 영향을 미친다고 설명한다. 따라서 전문적 도움 추구 태도는 심리 전문가에 대한 도움을 얻고자하는 태도이자 의도로서 행동을 예측하는데 활용되어 왔다. Mojtabai et al.(2016)는 종단 연구를 실시한 결과, 긍정적인 전문적 도움 추구 태도를 통해 이후의 실제 정신건강 서비스 이용률을 예측하는 것으로 나타났으며, 국내 선행연구에서도 전문적 도움 추구 태도가 높을수록 실제로 전문상담기관에 방문할 가능성이 높다는 점도 확인된 바 있다(권순미, 1996). 즉, 심리적인 문제가 발생할 시에 전문가에게 도움을 요청하고자 하는 전문적 도움 추구 태도가 단순히 심리적 선호에서 그치는 것이 아니라 실제 상담 요청 행동으로 이어지도록 하는 중요한 독립적인 요인임을 시사한다.

반면에 심리적 어려움을 겪어 정신건강 서비스가 필요하지만 전문적인 도움을 구하지 않는 현상을 ‘서비스 갭(Service gap)’ 현상이라고 한다(김은아 외, 2018; Stefl &

Prosperi, 1985). 실제로 높은 정신장애 유병률이 보고되는 20대 대학생이 실제 상담서비스에 대한 이용률은 매우 낮은 수준으로 드러나는 현상도 이에 해당된다. 김은아 외(2018)에 따르면 적응상의 심리적 문제는 상담을 통해 쉽게 해결될 수 있으나, 친구나 지인에게 도움이나 조언을 구하는 경우가 많으며 집단주의 문화나 사회적 지지자원 여부 등 사회문화 요인에 따라라도 상이한 의도와 태도를 갖게 된다. 따라서 대학생들의 서비스 갭 현상을 이해하고 해결하기 위해서는 대학생들의 전문적 도움 추구 태도에 영향을 미치는 요인과 그러한 요인들이 어떠한 경로를 통해 어떻게 작용하는지에 대해 대상별로 논의될 필요가 있겠다. 즉, 심리적인 문제를 경험할 때 전문가에게 도움을 구하고 받는다면 심리적 불편감을 완화하는 데에 도움이 될 수 있음에도 불구하고(신연희, 2004), 실제로 상담 및 심리치료 서비스를 받는 비율이 현저히 낮은 점에 대해 구체적인 요인을 밝힘으로써 필요한 시기에 전문적 개입을 향상시키는 방안을 모색할 수 있을 것이다(왕희찬, 2024).

선행연구에서는 심리적 고충에 대해 전문적 도움 추구 태도에 영향을 주는 요인 중 가장 꾸준히 주목을 받고 있는 대표적인 요인으로 낙인이 연구되어 왔다(김덕혜, 2022; 윤지영, 2007; 이안나, 강영신, 2021; Topkaya et al., 2017). 낙인(stigma)이란 사회적으로 수용 받지 못하는 것으로 여겨지는 개인적인 특성들 때문에 사람들이 그 사람에게 결함이 있다고 인식하는 것이다(Blaine, 2000). 즉, 심리적 어려움이나 고통을 지니고 있어도 이를 표현하지 않음으로써 자신의 긍정적인 이미지와 자기개념을 보호하는 것으로 알려져 있다(Fisher et al., 1982; Lannin et al., 2013; Nadler & Fisher, 1986). 전문적 도움 추구 태도와 관련한 낙인은 개인이 전문가에게 심리적인 도움을 받음으로써 결함이 있는 사람으로 인식되는 것을 의미한다(정진철, 양난미, 2010). 즉 타인이 자신을 부정적으로 평가할 것이라는 두려움은 도움 추구 태도에 회피요인으로 작용하며 많은 이들이 낙인을 피하기 위해 자신의 어려움을 드러내지 않는 결정을 하게 된다(Cepeda-Benito & Short, 1998). 실제 내담자가 상담 요청을 결정하기까지의 과정을 살펴본 연구에서도 ‘상담은 병리적인 사람들이 받는 것’이나 ‘환자 같아 보일 것 같은 두려움’이라는 등의 상담에 대한 낙인과 부정적 인식이 상담 요청 결정을 방해하는 요인으로 나타나고 있다(오현수, 김진숙, 2012).

낙인 개념에 관한 기존 연구들에서는 낙인을 각각 사회적 낙인(public stigma)과 자기낙인(self-stigma)으로 구분하고 있는데(Corrigan, 2004), 사회적 낙인(public stigma)

이란 심리치료나 상담을 받는 사람을 수용할 수 없다고 여기는 대중의 관점을 인식하는 것이고, 자기낙인(self-stigma)은 사회적 낙인을 개인이 내면화하여 스스로를 결함 있는 사람이라는 인식을 가지게 되는 것으로 설명하였다. 또한 자기낙인 수준이 높은 개인은 사회적 낙인을 내면화해 자기 자신을 부정적으로 인식하는 것으로 보고되는데(Vogel et al., 2013), 사회적 낙인의 영향 자체보다는 자기 낙인으로서의 내면화하는 과정으로 주목되어 왔다.

최근에는 낙인의 유형으로 전문적인 도움을 받는 것에 대해 개인이 가깝게 상호작용하는 주변 사람들이 자신을 어떻게 지각할지 인식하는 것을 의미하는 주변인 낙인 개념이 새롭게 대두되었다(Vogel et al., 2009). 주변인 낙인이란 Vogel et al.(2009)에 의해 처음 소개된 개념으로 일반 대중이 아닌 개인이 실제로 상호작용하는 가까운 사람들로부터 상담, 심리치료를 받는 사람에 대해 부정적인 평가나 거부감을 나타내는 것이다. 기존의 낙인은 사회적 낙인과 자기낙인으로 구분할 수 있는데(Corrigan, 2004), 이에 더 나아가 Vogel et al.(2009)은 주변인 낙인은 개인이 주로 접하는 가까운 사람들로부터 받는 낙인으로 정의되므로 자기 자신에 의한 자기낙인과 구별됨과 동시에 사회적 낙인의 대상인 보편적인 대중의 관점보다는 당사자에게 훨씬 직접적이면서 친밀한 영향을 끼칠 수 있는 가까운 대상을 지칭하는 개념임을 강조하며 이를 기존의 사회적 낙인과는 구별되는 독립적인 개념으로 제안하였다.

이에 주변인 낙인과 전문적 도움추구 태도와와의 관련성에 관한 연구도 시도되고 있다. 대표적으로 주변인 낙인과 전문적 도움추구와의 관련성 여부는 문화적 배경에 따라 달라질 것이라고 보고되는데, Topkaya et al.(2017)는 주변인 낙인이 집단주의적, 가족중심적인 문화 특성에 따라 전문적 도움추구 태도와 의도를 중요하게 예측한다고 하였다. 즉, 가족중심 문화적 배경에서는 주변인 낙인의 영향이 기존의 자기낙인이나 사회적 낙인과 유사하게 전문적 도움추구를 방해하는 주요 요인으로 확인된다. 이에 집단주의적 가치를 고수하는 개인의 경우에는 주변인 낙인으로 인해 상담에 대한 부정적 태도가 높아질 수 있으며 이는 결국 상담 의도가 감소되는 결과로 이어질 수 있음도 확인되었다(Choi & Miller, 2014). 이러한 선행연구들에 따르면, 아시아 국가인 우리나라의 집단주의적인 문화적 배경 요인으로 인해, 주변인 낙인이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향을 간과할 수 없음을 예상해볼 수 있다.

한편, 문화적 배경뿐만 아니라 낙인 요인의 특성상 내면화되는 특성도 주목된다. Corrigan(2004)은 사회나 외부

의 부정적 시선 즉, 사회적 낙인이 개인에게 수용될 때 자기낙인으로 내면화되며 이것이 전문적 도움추구 행동을 저해한다고 설명한 바 있다. 그렇기에 선행 연구에서는 주로 사회적 낙인이 개인에게 내면화되는 과정에 주목해 왔으나 최근에는 주변인 낙인과 자기낙인 간의 관계 및 전문적 도움추구 태도 간의 관계의 특성을 탐색하는 연구로 확장되고 있다. 예를 들어, 청소년을 대상으로 한 연구(김덕혜, 2022)에서는 친한 친구로부터의 주변인 낙인이 청소년 자기낙인에 영향을 주고 결국 전문적 도움추구 태도를 약화시킨다는 결과를 도출하고 있으며, 직장인 대상 연구(최우현, 2023)에서도 주변인 낙인이 자기낙인과 관련된 변인이며 이를 통해 전문적 도움추구 태도에 부정적인 영향을 미치고 있음이 실증적으로 확인된다. 이러한 연구에 따르면 주변인 낙인은 사회적 낙인의 역할과 같이 자기낙인에 내면화되어 전문적 도움추구 태도에 부정적인 영향을 미친다는 것을 의미하지만, 직장인과 청소년이라는 특정 대상에 한정되어 있어 다른 연령대로 해석하는 데는 한계가 있으며, 여전히 사회적 낙인에 비해 주변인 낙인에 대한 심리적 과정을 탐색한 연구는 부족한 실정이다.

이러한 측면에서 특히 20대 대학생들의 주변인 낙인과 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향을 확인해 볼 필요가 있다. 대학생 시기는 발달적으로 자아정체성을 형성하는 과정에서 또래 집단이나 타인의 평가에 매우 민감하게 반응하는 시기이므로 다수의 대중들의 낙인보다 오히려 자신이 소속된 집단이나 가까운 친구들이 가지는 낙인이 대학생의 전문적 도움추구 태도에 더 큰 영향을 미칠 수 있으며, 자기 낙인으로 내면화되었을 가능성 탐색이 요구된다. 이러한 점을 확인함으로써, 대학생의 서비스 갭 현상과 심리 서비스에 대한 낮은 접근성에 대해 주변인 낙인이 자기 낙인 요인에 어떠한 영향을 끼치며 전문적 도움추구 태도에 영향을 줄 것인지 실증적으로 확인하고 방안을 모색해 볼 수 있을 것이다.

따라서 본 연구는 대학생 집단의 전문적 도움추구 태도와 관련한 서비스 갭 현상을 탐색하기 위해 최근 대두되는 주변인 낙인 요인에 초점을 맞추어 전문적 도움추구 태도와와의 관계를 살피고 자기낙인의 역할을 확인하고자 한다. 전문적 도움추구 태도에 대한 주변인 낙인의 영향력이 검증된다면, 이러한 관계에서의 자기낙인이 매개요인 검증 을 통해 구체적인 역할을 확인할 수 있을 것이다. 요약하면, 대학생을 대상으로 주변인 낙인과 자기낙인과의 관련성 및 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향을 실증적으로 탐색함으로써, 대학생의 심리상담 서비스 접근성 향상 및 정신건강

강 관련 교육 및 정책에 활용될 수 있는 기초자료로 활용하고자 한다.

이에 본 연구에서 선정한 연구문제는 다음과 같다

연구문제 1. 대학생의 주변인 낙인과 자기낙인, 전문적 도움추구 태도 간의 관계는 어떠한가?

연구문제 2. 대학생의 주변인 낙인과 전문적 도움추구 태도의 관계를 자기낙인이 매개하는가?

II. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 대학생의 인식한 주변인 낙인과 전문적 도움추구 태도와의 관계를 확인하여 자기낙인이 이들의 관계를 매개하는지 확인하고자 하였다. 이를 위해 대전·충청지역 대학에 재학중인 남녀를 대상으로 온라인 설문조사를 진행하였다. 수집된 자료 중 부적절한 자료를 제외한 총 127명의 자료를 토대로 결과를 분석하였다.

연구에 참여한 인구통계학적 정보를 살펴보면, 응답자의 성별은 남자 52명(40.9%), 여자 75명(59.1%)이었으며 평균 연령은 21.56세(SD=2.87)이었다. 학년은 1학년이 35명(27.6%), 2학년이 17명(13.4%), 3학년이 40명(31.5%), 4학년이 35명(27.6%)으로 나타나 고른 응답 분포를 나타내었다. 응답자 127명 중 47명(37%)이 상담을 받아본 경

험이 있다고 응답하였다. 연구 참여자의 자세한 인구통계학적 정보는 <표 1>에 제시하였다.

2. 연구 도구

1) 주변인 낙인 척도

주변인 낙인을 측정하기 위해서 Vogel et al.(2009)이 개발하고 Kim과 Yon(2019)이 한국어로 번안한 도움추구에 대한 주변인 낙인(Perceptions of Stigmatization by Others for Seeking Help, PSOSH)척도를 사용하였다. 주변인 낙인 척도는 전문적인 도움을 받는 것에 대해 개인이 상호작용하는 주변 사람들이 자신을 어떻게 지각할지 측정하는 5문항(예: “당신에게 부정적으로 대한다”)으로 구성되어 있다. 문항은 총 5문항이며, 5점 리커트 척도로 응답한다. 점수가 높을수록 주변인의 낙인 정도를 더욱 크게 지각하는 것을 의미한다. Kim과 Yon(2019)의 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 .86로 나타났으며 본 연구에서의 내적합치도(Cronbach's α)는 <표 2>에서와 같이 .92로 나타났다.

2) 자기낙인 척도

전문적 도움추구에 대하여 개인이 인식하는 자기낙인을 측정하기 위해 Vogel et al.(2006)이 개발하고 장윤진(2012)이 번안한 자기낙인 척도(Self-Stigma of Seeking

<표 1> 인구통계학적 정보

변인	구분	빈도(N)	비율(%)
성별	남성	52	40.9
	여성	75	59.1
연령	M, SD	M=21.56, SD=2.87	
학년	1학년	35	27.6
	2학년	17	13.4
	3학년	40	31.5
	4학년	35	27.6
상담 경험	있음	47	37
	없음	80	63
합계	합계	127	100

<표 2> 주변인 낙인 척도의 신뢰도

변인	문항 수	Cronbach's α
주변인 낙인	5	.92

Help Scale, SSOSH)를 사용하였다. 자기낙인 척도는 총 10문항으로(예:“상담/심리치료를 받는다면, 나는 자신에게 덜 만족할 것이다.”), 응답자는 5점 리커트 척도로 응답한다. 낮은 자기낙인 지각을 측정하는 5개 문항을 역채점하여 다른 문항과 합산한 점수가 높을수록 자기낙인을 크게 지각하는 것을 의미한다.

Vogel et al.(2006)의 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 .86, 장윤진(2012)의 연구에서는 .79로 나타났으며 본 연구에서의 내적합치도(Cronbach's α)는 <표 3>에 제시된 바와 같이 .71으로 나타났다.

3) 전문적 도움추구 태도 척도

전문적 도움추구에 대한 태도를 측정하기 위해 Fischer와 Farina(1995)가 개발하고 남숙경(2010)이 번안한 전문적 도움 추구 단축형 척도(Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help Scale-Short Form, ATSPPH-SF)를 사용하였다. 전문적 도움 추구 단축형 척도는 개인이 상담과 같은 전문적 도움을 추구하는 것에 대해 가지고 있는 긍정적 태도를 측정하는 5문항(예: “만약 내가 현재 심각한 정서적인 위기를 겪고 있다면 상담으로 안정을 찾을 것이라고 확신한다.”)과 부정적 태도를 측정하는 5문항(예: “자신의 문제는 스스로 해결해야 하며 상담을 받는 것은 최후의 수단이다”), 총 10문항으로 구성되어

있으며, 4점 리커트 척도로 응답한다. 전문적 도움추구에 대한 부정적 태도를 측정하는 5개 문항을 역산해 긍정적 태도와 합산하여, 점수가 높을수록 전문적 도움추구에 대한 태도가 긍정적임을 의미한다. 남숙경(2010)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .71로 나타났으며 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's α)는 <표 4>에 제시된 바와 같이 .77로 나타났다.

3. 연구 모형

본 연구에서는 주변인 낙인 변인을 독립변인으로 상정하고, 종속변인을 전문적 도움추구 태도로 상정하였다. 또한 자기낙인 변인이 이들 관계를 매개하는 것으로 상정하여 아래와 같은 [그림 1]의 모형으로 도출하였다.

4. 연구 절차 및 분석

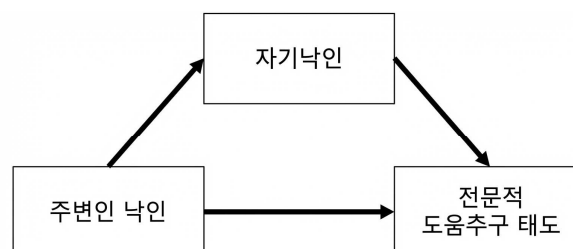
본 연구에서는 온라인 설문도구(Google forms)로 제작된 자기보고식 설문을 통해 설문 자료를 수집하였다. 응답자를 모집하기 위해 대학생들이 사용하는 어플인 ‘에브리타임’과 각종 소셜미디어에 설문 링크가 포함된 연구 안내문을 게시하였으며, 오프라인에서도 학부생 대상 상담 관련 강의시 일부 시간을 할애하여 연구참여를 위한 안내 및 홍보를 진행하였다. 연구 참여자는 설문 진행에 앞서 온라

<표 3> 자기낙인 척도의 신뢰도

변인	문항 수	Cronbach's α
자기낙인	10	.71

<표 4> 전문적 도움추구 태도 척도의 신뢰도

변인	문항 수	Cronbach's α
전문적 도움추구 태도	10	.77



[그림 1] 연구 모형

인 설문지의 첫 장에서 연구 목적과 연구에 대한 안내문을 제공받았고 소요시간과 보상내용 및 해당 내용에 동의한 참여자에 한해 본 연구에 참여하도록 설명하였다. 설문조사 응답 소요시간은 약 10분이었으며 모든 응답을 완료한 참여자 중 핸드폰 번호를 기입한 참여자들을 대상으로 추첨을 통해 5000원 상당의 보상(기프트콘)을 지급하였다.

본 연구를 위해 수집된 자료는 SPSS Statistics 31.0과 Hayes(2018)의 SPSS PROCESS Macro 5.0을 사용하여 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 연구대상자의 인구통계학적 특성을 파악하기 위해 빈도분석을 실시하였으며 각 척도의 문항 구성 및 내적합치도를 확인하기 위해 Cronbach's α 계수를 산출하여 신뢰도를 검증하였다. 둘째, 주요 변인의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 등 기술통계량을 산출하여 데이터의 정규성을 확인하였으며 주요 변인들 간의 관련성을 살펴보기 위해 Pearson의 상관분석을 실시하였다. 셋째, 자기낙인의 매개효과를 검증하기 위해 PROCESS Macro Model 4를 사용하여 분석하였다.

본 연구에서 확인하는 모든 매개효과에서 통계적 유의성 검증을 위해 편향 교정된 95%의 신뢰구간(bias-corrected 95% confidence interval)에서 5000회의 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다.

III. 연구 결과

1. 기술통계 및 상관분석

본 연구에서 주변인 낙인, 자기낙인, 전문적 도움추구 태도의 관련성을 살펴보고 각 변인의 특성을 파악하기 위해 Pearson 상관계수, 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 산출하였다. 분석 결과를 <표 5>에 제시하였다.

주요 변인 간의 상관관계를 살펴보면 주변인 낙인은 자기낙인($r=.68, p<.001$)과 유의미한 정적 상관을 보였다. 전문적 도움추구 태도는 주변인 낙인($r=-.48, p<.001$), 자기낙인($r=-.72, p<.001$)과 모두 유의미한 부적 상관을 나타냈다. 왜도와 첨도 각각의 절대값이 2와 7을 넘지 않았으므로 Curran et al.(1996)이 제시한 정규성 가정을 충족하였다.

2. 매개효과 검증

다음으로 주변인 낙인이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 자기낙인의 매개효과를 검증하였으며 결과는 <표 6>에 제시하였다.

먼저 주변인 낙인은 전문적 도움추구 태도를 유의미하

<표 5> 기술통계 및 상관관계 분석

변인	1	2	3
1. 주변인 낙인	-		
2. 자기낙인	.68***	-	
3. 전문적 도움추구 태도	-.48***	-.72***	-
M	1.95	2.48	2.76
SD	1.00	.6	.43
왜도	1.11	.91	-.37
첨도	.38	1.27	.36

<표 6> 매개효과 검증

단계	경로	B	SE	<i>t</i>	R ²	F
1	주변인 낙인 → 전문적 도움추구 태도	-0.21	0.03	-6.04***	0.23	36.50***
2	주변인 낙인 → 자기낙인	0.41	0.04	10.39***	0.46	108.04***
3	주변인 낙인 → 전문적 도움추구 태도	.01	.04	.32	.52	66.73***
	자기낙인 → 전문적 도움추구 태도	-.53	.06	-8.68***		
95% 신뢰구간						
매개변인	Indirect Effect	Boot SE	Boot LLCI		Boot ULCI	
자기낙인	-.22	.03	-.28		-.15	

게 부적으로 예측하였으며($B = -.21, p < .001$) 매개변인인 자기낙인을 유의미하게 정적으로 예측하였다($B = .41, p < .001$).

또한 주변인 낙인의 영향을 통제한 상태에서 자기낙인은 전문적 도움추구 태도에 유의미한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다($B = -.53, p < .001$). 이때 자기낙인을 투입하자 전문적 도움추구 태도에 대한 주변인 낙인의 직접적인 영향력은 통계적으로 유의하지 않은 것으로 확인되었다($B = .01, p = .75$).

다음으로 부트스트래핑(Bootstrapping)을 통해 간접효과의 통계적 유의성을 검증한 결과 95% 신뢰구간에서 간접효과의 하한값과 상한값의 범위에 0을 포함하지 않는 것으로 나타났다 $[-.28, -.15]$. 즉, 자기낙인의 간접효과는 통계적으로 유의하였으나 주변인 낙인의 직접효과는 유의미하지 않게 됨에 따라, 자기낙인의 완전매개 효과가 확인되었다. 이는 주변인 낙인이 증가할수록 자기낙인이 높아지고 결국 이로 인해 전문적 도움추구 태도가 감소한다는 것을 의미한다.

IV. 결론 및 논의

본 연구는 최근 기존의 낙인 개념과 구별되어 새롭게 대두되는 주변인 낙인 개념에 주목하여, 독립변인으로서 주변인 낙인이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 자기낙인 요인의 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 통해 대학생의 정신건강 서비스 이용을 저해하는 심리적 기제인 낙인의 유형의 차이와 심리적 기제를 파악하고자 하였다. 본 연구 주요 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 대학생의 주변인 낙인, 자기낙인은 전문적 도움추구 태도와 유의미한 상관관계를 보였다. 구체적으로 주변인 낙인과 자기낙인은 유의미한 정적 상관을 보였고 주변인 낙인, 자기낙인은 전문적 도움추구 태도와 유의미한 부적 상관을 보였다. 이는 주변인 낙인이 높을수록 전문적 도움추구 태도가 낮아진다는 선행연구들의 결과와 일치하며(김덕혜, 2022; 최우현, 2023; Topkaya et al., 2017; Vogel et al., 2009), 자기낙인이 전문적 도움추구 태도에 부정적 영향을 미친다는 국내외 연구 결과들을 지지한다(왕희찬, 2024; 윤진목, 박정윤, 2023; 장윤진, 2012; Vogel et al., 2013). 또한 본 연구에서 주변인 낙인과 자기낙인 간의 높은 정적상관이 나타난 점은 낙인의 새로운 개념인 주변인 낙인이 사회적 낙인과 달리 자기 낙인과의 관련성이 높은

것으로 확인되었다. 이는 또한 대학생 시기가 타인의 평가에 민감하며(신재복, 2015), 타인의 시선을 자신의 내적 평가로 동일시하는 경향이 높을 수 있음을 시사한다.

둘째, 주변인 낙인과 전문적 도움추구 태도의 관계에서 자기낙인의 매개효과를 검증한 결과 완전매개 효과가 확인되었다. 즉, 주변인 낙인은 그 자체로 도움추구 태도를 저해하기보다는 이를 내면화하여 자기낙인을 강화시킴으로써 전문적인 도움을 구하고자 하는 것을 주저하게 될 수 있음을 의미한다. 이는 사회적 낙인이나 주변인 낙인이 자기낙인을 통해 전문적 도움추구 태도와 의도에 영향을 미친다는 연구 결과들과 일관된다. 이러한 결과는 타인의 낙인 지각이 도움추구 태도에 직접적인 영향을 미치기보다는 자기낙인을 통해 간접적인 영향을 미친다는 연구 결과(Vogel et al., 2007) 및 외부의 낙인이 자존감을 위협하여 자기낙인을 형성하고 이것이 결국 부정적인 전문적 도움추구 태도를 형성한다는 연구 결과(Lannin et al., 2013)와 일맥상통한다. 또한 주변인 낙인의 특성을 도출한 선행연구 중, 국내에서 대학생들을 표본으로 탐구한 Kim과 Yon(2019)의 연구에서 주변인 낙인이 자기낙인과 유의한 정적 상관을 보이며 전문적 도움추구 태도를 저해하는 주요 변인임을 확인한 결과와 일치하였으며, 성인 직장인을 대상으로 한 최우현(2023)의 연구와 청소년을 대상으로 한 김덕혜(2022)의 연구에서는 주변인 낙인이 자기낙인에 영향을 주며 이를 매개하여 전문적 도움추구 태도 및 의도에 이르는 경로를 도출한 것을 재확인하였다.

이와 같이 본 연구 결과에서 나타난 주변인 낙인과 전문적 도움추구 태도와의 관계에서 나타난 자기낙인의 완전매개효과는 대학생들의 전문적 도움추구 태도 형성 과정에서 낙인의 내면화가 주요 기제임을 시사한다. 선행연구에서 Corrigan(2004)이 제시한 낙인의 내면화는 사회적 낙인이 자기 낙인과의 관련성을 다룬 연구이지만, 본 연구 결과에서와 같이 낙인의 내면화 과정이 주변인 낙인과 자기 낙인과의 관련성에서도 동일하게 작동함을 실증적으로 확인하였다. 이러한 결과는, 낙인의 유형 중 자기낙인의 핵심적 영향으로 인해 전문적 도움추구 태도가 부정적으로 유의한 영향을 주며, 주변인 낙인이 낙인의 내면화에 따라 심리적 영향을 끼친다는 것을 보여준다. 따라서 대학생들의 주변인 낙인이 자기낙인으로 이어지는 심리적 경로를 예방하는 것이 상담 장면에서 중요한 것으로 여겨진다.

본 연구결과의 이론적 및 실무적 시사점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 주변인 낙인이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향이 직접적 경로가 아니라 자기낙인을 통한 완

전 매개 경로로 작동함을 실증적으로 확인하였다. 이는 기존 낙인 연구에서 주로 논의되어 온 사회적 낙인의 자기낙인으로의 내면화를 통한 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향(윤지영, 2007; 장윤진, 2012; Corrigan, 2004; Vogel et al., 2013)을 확장하여, 주변인이라는 가까운 타인과의 관계적 맥락에서 발생하는 낙인 인식이 자기낙인 내면화의 핵심 촉발 요인임을 확인하였다는 점을 보여준다.

둘째, 본 연구 결과는 대학생의 전문적 도움추구를 조력하기 위한 개입으로 기존의 사회적 낙인이나 자기낙인과 구별하여 주변인 낙인을 고려한 개입전략의 필요성을 뒷받침한다. 즉 전문적 상담 이용에 대한 주변인의 부정적 평가 가능성을 완화하고, 그 인식이 자기 낙인으로 내면화되지 않도록 개입하는 전략이 요구된다. 전문적 상담서비스에 대한 홍보나 접근성 향상을 통한 전략뿐만 아니라(박경애, 조현주, 2007), 주변 친구나 가족, 학과 단위 및 집단적 인식 개선을 위한 활동도 고려해 볼 수 있겠다.

셋째, 무엇보다도 대학생의 주변인 낙인은 자기 낙인으로 향하는 데에 영향을 직접적으로 주기에 대학 상담 장면에서는 상담에 대한 태도가 중요하므로(오현수, 김진숙, 2012), 초기 면접 및 개인상담 동기 강화 전략 수립 과정에서 주변인 낙인에 대한 고려와 동시에 자기낙인에 대한 명시적 탐색과 개입이 중요함을 시사한다. 내담자가 상담을 받는 자신을 약하거나 문제가 있는 사람으로 인식하고 있는지 여부와 그러한 인식이 주변인의 시선을 내면화한 결과인지를 구조적으로 다루는 것이 상담 지속과 참여 동기를 높이는 핵심적 전략이 될 수 있겠다.

마지막으로 본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 자기보고식 설문지를 사용하여 특정지역을 중심으로 상담관련 강의실 수강생을 포함하여 자료를 수집하였기에 일반 대학생에 비해 상담에 대한 태도나 인식이 다를 수 있으며, 이는 표본의 대표성에 편향적 응답 가능성이 존재한다. 특히 자기낙인 척도의 신뢰도가 참고문헌에 비해 낮은 수준으로 나타난 점(Cronbach's $\alpha = .71$)으로 보아, 낙인과 같은 심리적 특성들을 측정할 때에 연구 참여자들은 사회적 바람직성에 따라서 솔직한 응답을 꺼리거나 자신을 긍정적으로 나타내려 했을 가능성을 배제할 수 없다. 이에 후속 연구에서는 복수의 대학이나 지역 재학생을 대상으로 표본을 확대하여 주변인 낙인과 자기 낙인의 관련성을 심층적으로 규명할 필요가 있겠다.

둘째, 본 연구는 횡단적 자료를 바탕으로 분석이 이루어졌으며 변인들간의 명확한 인과관계를 규명하는 데에는 한

계가 있다. 본 연구에서는 주변인 낙인이 자기낙인에 영향을 미치고 이것이 결국 전문적 도움추구 태도로 이어진다는 모형을 설정하고 개념적 경로의 타당성을 검증하는데 목적을 두었으므로, 후속 연구에서는 종단 연구나 실험 설계를 통해 낙인의 내면화 과정과 전문적 도움추구 태도의 변화 양상을 보다 정교하게 검증한다면 의미가 있을 것이다.

셋째, 본 연구는 온라인 커뮤니티 등을 통해 표집된 비교적 적은 수의 대학생을 대상으로 진행되었기 때문에 연구 결과를 일반화하는 데에 주의가 필요하다. 특히 완전매개 효과가 검증되었으나, 이는 비교적 제한된 표본 크기에서 직접효과와 통계적 검정력이 충분하지 않았을 가능성도 고려되어야 한다. 단, 표본 크기는 Hayes(2018)가 제시한 부트스트래핑 기반 매개효과 검증의 최소 요건은 충족하며, 실제로 간접효과의 신뢰구간이 0을 포함하지 않아 통계적으로는 안정적일 수 있으나, 연구 결과의 외적 타당도를 높이고 표본의 대표성을 확보하기 위해 후속 연구에서는 보다 충분한 표본을 확보하여 재검증할 필요가 있다.

넷째, 본 연구는 상담 경험의 유무나 정신건강 수준을 고려하여 통제하거나 그에 따른 차이를 구체적으로 살펴보지 못한 한계가 있다. 선행연구에 따르면 상담 경험이 있는 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 상담에 대한 긍정적인 태도를 가지는 경향이 있으며(최희철, 2010), 상담 경험이 있는 대학생은 그렇지 않은 대학생에 비해 상담에 대한 신뢰도가 높고 낙인에 대한 내성이 높은 경향이 있다(박경애, 조현주, 2007; 정주리 외, 2016). 이러한 점을 고려하면 상담 경험은 주변인 낙인이 전문적 도움추구 태도에 영향을 미치는 부정적 경로를 완충하거나 조절할 가능성이 있으므로 후속 연구에서는 상담 경험 유무를 구분한 대학생 집단으로 대상을 세분화하거나 정신건강 수준별 집단을 구분한 더 큰 표본을 대상으로 연구를 진행한다면, 주변인 낙인 및 낙인의 유형별 관련성을 심층적으로 다룰 수 있을 것이다.

주제어: 주변인낙인, 자기낙인, 전문적 도움추구 태도

REFERENCES

- 권순미(1996). 문제의 원인소재, 변화가능성지각 및 사회적 지지수용도가 심리전문기관에 대한 도움추구태도에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위논문.

- 김덕혜(2022). 청소년의 주변인 낙인이 도움추구 태도에 미치는 영향: 관계에 의해 조절된 자기 낙인의 매개효과. 서강대학교 석사학위논문.
- 김은아, 손혜련, 김은하(2018). 상담에서 전문적 도움추구의 선행요인에 대한 고찰. *상담학연구*, 19(1), 87-111.
- 김희철(2018). 대학생의 심리적 디스트레스와 전문적 도움추구태도의 관계에서 낙인의 매개효과. *정신보건과 사회사업*, 46(1), 5-33.
- 남숙경(2010). 전문적 도움추구태도 단축형 척도의 구인 타당도 재검검. *상담학연구*, 11(3), 1007-1020.
- 박경애, 조현주(2007). 한국 대학생의 상담 및 심리치료에 대한 생각. *청소년상담연구*, 15(1), 3-15.
- 보건복지부(2021). 2021년 정신건강실태조사 보고서. 서울: 보건복지부.
- 신새봄(2015). 대학생이 지각한 원가족 건강성과 자아분화가 자살생각에 미치는 영향: 대학생활적응을 매개변인으로. 전북대학교 석사학위논문.
- 신연희(2004). 전문적 도움 추구 행동에서 접근요인과 회피요인의 상대적 중요성 고찰. 부산대학교 석사학위논문.
- 오현수, 김진숙(2012). 내담자의 상담요청 결정과정에 관한 질적 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 24(4), 781-805.
- 왕희찬(2024). 대학생의 외적 수치심 및 내적 수치심이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향: 자기 은폐와 자기 낙인의 매개효과. 서강대학교 석사학위논문.
- 윤지영(2007). 낙인, 자기은폐, 자기개방이 도움추구에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 윤진묵, 박정윤(2023). 중년기 남성의 자기은폐와 자기낙인이 전문적 도움추구태도에 미치는 영향. *가족과 가족치료*, 31(2), 189-210.
- 이안나, 강영신(2021). 전문적 도움추구 태도 관련 요인들 간의 상관관계 메타분석. *상담학연구*, 22(5), 107-136.
- 이우람(2017). 대학생의 사회적지지 수용도, 심리적 불편감 및 상담준비도가 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향. 경기대학교 석사학위논문.
- 장윤진(2012). 사회적 낙인, 자기낙인과 상담에 대한 태도와의 관계에서 수치심의 매개효과. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 정주리, 연규진, 양지웅, 김정기(2016). 상담경험 유무에 따른 성별, 심리적 어려움, 상담관련 경험 및 태도가 대학생의 상담서비스 이용 의도에 미치는 영향. *청소년상담연구*, 24(1), 131-150.
- 정진철, 양난미(2010). 낙인과 자존감, 전문적 도움추구 태도 간의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(3), 631-652.
- 조명근, 한송이(2025). 대학생의 사회적지지와 대학생활적응 경험에 대한 인식. *인문사회과학연구*, 33(1), 635-655.
- 최우현(2023). 직장인의 주변인 낙인이 전문적 도움추구 의도에 미치는 영향: 자기자비로 조절된 자기낙인의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 최희철(2010). 계획적 행동 이론을 적용한 상담추구 의도 예측 모형. 단국대학교 박사학위논문.
- 하정은, 김경미(2023). 대학생의 완벽주의적 자기제시가 SNS중독경향성에 미치는 영향: 외로움을 통한 사회적 지지의 조절된 매개효과. *상담학연구*, 24(5), 1-26.
- 한국청소년정책연구원(2017). 2017년 청소년종합실태조사(No. 2017-10). 서울: 여성가족부 청소년정책과.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211.
- Blaine, B. E. (2000). *The psychology of diversity: Perceiving and experiencing social difference*. Mayfield Publishing Company.
- Cepeda-Benito, A., & Short, P. (1998). Self-concealment, avoidance of psychological services, and perceived likelihood of seeking professional help. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 58-64.
- Choi, N.-Y., & Miller, M. J. (2014). AAPI college students' willingness to seek counseling: The role of culture, stigma, and attitudes. *Journal of Counseling Psychology*, 61(3), 340-351.
- Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, 59(7), 614-625.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16-29.
- Fischer, E. H., & Farina, A. (1995). Attitudes toward seeking professional psychological help: A shortened

- form and considerations for research. *Journal of College Student Development*, 36(4), 368-373.
- Fisher, J. D., Nadler, A., & Whitcher-Alagna, S. (1982). Recipient reactions to aid. *Psychological Bulletin*, 91(1), 27-54.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd ed.). New York, NY: Guilford.
- Kim, P. Y., & Yon, K. J. (2019). Stigma, loss of face, and help-seeking attitudes among South Korean college students. *The Counseling Psychologist*, 47(3), 331-357.
- Lannin, D. G., Guyll, M., Vogel, D. L., & Madon, S. (2013). Reducing the stigma associated with seeking psychotherapy through self-affirmation. *Journal of Counseling Psychology*, 60(4), 508-519.
- Mojtabai, R., Evans-Lacko, S., Schomerus, G., & Thornicroft, G. (2016). Attitudes toward mental health help seeking as predictors of future help-seeking behavior and use of mental health treatments. *Psychiatric Services*, 67(6), 650-657.
- Nadler, A., & Fisher, J. D. (1986). The role of threat to self-esteem and perceived control in recipient reaction to help: Theory development and empirical validation. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 19, pp. 81-122). Academic Press.
- Stefl, M. E., & Prosperi, D. C. (1985). Barriers to mental health service utilization. *Community Mental Health Journal*, 21(3), 167-178.
- Topkaya, N., Vogel, D. L., & Brenner, R. E. (2017). Examination of the stigmas toward help seeking among Turkish college students. *Journal of Counseling & Development*, 95(2), 213-225.
- Vogel, D. L., Bitman, R. L., Hammer, J. H., & Wade, N. G. (2013). Is stigma internalized? The longitudinal impact of public stigma on self-stigma. *Journal of Counseling Psychology*, 60(2), 311-316.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Ascherman, P. L. (2009). Measuring perceptions of stigmatization by others for seeking psychological help: Reliability and validity of a new stigma scale with college students. *Journal of Counseling Psychology*, 56(2), 301-308.
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 325-337.
- Vogel, D. L., Wester, S. R., & Larson, L. M. (2007). Avoidance of counseling: Psychological factors that inhibit seeking help. *Journal of Counseling & Development*, 85(4), 410-422.

Received 16 January 2026;

1st Revised 09 February 2026;

Accepted 19 February 2026