

# 대학생 자녀의 어머니에 대한 스트레스 및 관계만족도에 관한 연구\*

## A Study on the University Student's Stress and Relationship Satisfaction with their Mother

숙명여자대학교 가정관리학과  
석 사 이 수 진  
숙명여자대학교 생활과학대학  
교 수 김 명 차

Dept. of Home Management, Sookmyung Women's University  
Graduate Student : Lee, Su-Jin  
Professor : Kim, Myung-Cha

### 〈목 차〉

- |            |               |
|------------|---------------|
| I. 서론      | IV. 연구결과 및 해석 |
| II. 이론적 배경 | V. 결론 및 제언    |
| III. 연구방법  | 참고문헌          |

### 〈Abstract〉

The purpose of this research is to examine the university students' stress and relationship satisfaction with their mother. For this purpose, 420 students were selected in Seoul area, and data were analyzed by the statistical methods, such as the Cronbach's  $\alpha$  coefficient, Frequency, Percentile, Arithmetic Mean, Standard Deviation, One-Way ANOVA, Pearson's Correlation and stepwise Multiple Regression Analysis through SPSS win PC+.

The main results are as followed:

(1) University students experience stress some extent through all the areas such as communication, dating, choosing occupation, daily activity, or pocket money. But the level of stress shows lower tendency relatively. (2) Students with the lower self-differentiation perceive more stress from mother. When using avoidance coping and personnel dependence coping, the level of stress is high. (3) Several variables(problem-

\* 「대학생 자녀의 어머니에 대한 스트레스 및 관계만족도에 관한 논문」 숙명여대석사학위논문용 요약수정된 논문임.

focused coping, self-differentiation of emotional independence, avoidance coping, communication stress, daily activity stress, and sentimental self-differentiation) significantly influence relationship satisfaction with their mother. These variables explain 52% of the satisfaction with mother.

◆ key word: 대학생, 대학생 자녀, 어머니, 스트레스, 어머니에 대한 스트레스, 관계만족도, 어머니와의 관계만족도

## I. 서론

스트레스가 개인의 발달과 함께 지속된다는 점에서 청소년과 성인의 중간단계에 있는 대학생의 경우는 개인의 발달과업과 환경변화가 동시에 스트레스 요인이 된다. 대학생들은 신체적·생리적·심리적·인지적 변화를 경험하고 자아정체감과 심리적 독립의 과업성취에 대한 혼란을 겪으며, 학업생활이나 가치판단의 혼란, 불투명한 장래에 대한 불안감, 이성관계와 대인관계의 적응, 기성세대와의 세대차이로 인한 마찰 등에 의해 스트레스를 느끼게 된다(김영미, 1990; 장현갑 외, 1991). 여기에 우리나라 대학생들은 대학입시로 인해 고등학교까지 수동적인 학교생활을 하므로 대학생에게 필요한 자율적이고 능동적인 생활태도를 지니는데 어려움을 갖게 되어, 이들이 대학에 들어옴으로써 수동적이고 의존적인 생활방식에서 독립적인 태도로 전환해야 하는 환경의 변화가 대학생들에게 스트레스를 유발시킨다(남지영, 1998). 또한 대인관계의 변화와 관련하여 대학생들은 동성 또는 이성, 그 외 새로운 인간관계 형성과 부모나 성인으로부터의 정서적 독립을 폐하게 되면서 심리적으로 불안감과 위압감을 느끼게 되고, 특히 진로의 결정, 교우와의 만남, 가치관에 대한 태도 등 다양한 영역에서 부모의 압력을 느끼게 되므로 부모와의 관계에 있어 원만한 적응을 하지 못하면 독립된 개인으로서의 생활을 영위하지 못하게 된다(한미선, 1987).

가족발달상으로 보았을때 자녀가 대학생이 되는 이 시기, 부모는 자녀들에게 더 큰 자율성을 허용하

는 부모역할을 수행해야 하고, 대학생 자녀는 발달주기상 중요한 변화를 겪게 되면서 동시에 보다 많은 책임과 지위를 갖게되므로 이 시기 부모와 자녀 모두는 긴장을 유발하게 된다. 특히 자녀가 대학생 시기에 있는 어머니는 40대 후반에서 50대의 연령이므로 전통적인 어머니의 역할수행에 대한 영향을 많이 받고 있어, 자녀교육에 1차적 책임과 역할을 맡고 있을 뿐 아니라 대학입시문제를 계기로 자녀에게 헌신적인 경향을 나타내므로(김명자, 1994) 밀착된 자녀와의 관계에서 자율권을 획득하고자 하는 자녀와의 갈등이 아버지에게 비해 높게 나타날 수 있다.

본 연구에서는 대학생의 어머니와의 관계를 실제적으로 파악해 보기 위해 이들의 갈등과 마찰을 스트레스로 이해하면서 대학생의 어머니에 대한 스트레스경험유무와 인지수준은 어떠한지 알아보고, 성별, 자아분화, 대처행동 및 스트레스 인지수준이 어머니와의 관계만족도에 미치는 영향을 통해 대학생 시기 어머니와 자녀 관계에 대한 정확한 이해와 적응을 돕고자 한다.

## II. 이론적 배경<sup>1)</sup>

### 1. 대학생의 스트레스

Hartl(1980)은 스트레스를 한 상황에서 다른 상황으로 변화가 초래될 때 항상성을 방해하는 자극으로써 나타나는 긴장을 스트레스라 정의하였다.

Quik과 Quik(1984)은 스트레스의 결과에 따라 스트레스 개념을 구분하였는데, 스트레스를 궁극적인

1) 지면관계상 이론적 배경을 요약함.

결과를 가져오는 유스트레스(eustress)와 부정적인 결과를 가져오는 디스트레스(distress)로 나누고 이중 디스트레스는 문제상황에 직면했을 때 경험하는 심리적인 압박과 긴장상태라 하였다. Veit와 Weir(1983), Thoits(1983)도 불안이나 우울 및 일반적으로 불유쾌한 지각상태 등을 디스트레스로 규정하였다. 본 연구에서 사용되는 스트레스는 스트레스를 유발하는 상태에 대한 개인의 반응에 초점을 두고서 스트레스 상황에 대한 대학생의 부정적인 결과들에 대해 살펴보는 것으로 디스트레스의 개념으로 이해될 수 있다.

대학생의 스트레스에 대한 연구들을 살펴보면 주로 학업문제(김영미, 1991; 신윤아, 1998)나 대학생활환경의 문제(최해림, 1987), 취업(한정신, 1991; 김봉민, 1991; 윤정륜, 1991; 황성원, 1998; 황용연, 1992), 여가(황상하, 1994), 일상생활습관(Ross, 1999), 이성문제(설기문, 1993; 김계현, 1995) 등에 대해서 스트레스나 문제를 보이고 있는 것으로 나타났다.

이러한 스트레스 외에 부모와 관련하여 박재욱(1984)은 대학생이 부모의 기대에 대한 부담감과 책임감 내지 자책감까지도 느끼고 있는 등 여전히 부모와의 관계에서 자유롭지 못하다는 사실을 지적하였다. Singh와 Bhangoo(1987)는 부모 중 특히 아버지의 기대감이 대학생들에게 심리적으로 부정적인 영향을 준다고 하였다. 김기열·김무길(1971) 또한 부모의 간섭이나 과잉기대가 곧 불안감과 위압감으로 연결된다고 보았다. 세대차이나 가치관 차이에 의한 관점에서 이해해 보았을 때도 부모와 자녀는 갈등과 마찰을 빚을 수 있는데, 대학생시기의 자녀들은 부모에 비해 개인주의적이고 민주적인 사고방식을 지니고 있고 부모의 규율보다는 자극적이고 흥미로운 개인생활을 더 우선시 하므로 이로 인해 옷차림이나, 헤어스타일, 귀가시간, 용돈, 생활태도등 사소한 문제에서부터 시작해서 성격차이, 이성교제, 군입대, 직업선택, 가치관과 이념의 문제에 이르기까지 다양한 영역에서 부모와 갈등을 일으키게 된다(김애순·윤진, 1997; 조성남, 1990).

대학생의 스트레스에 관한 연구들을 종합해보면 그들은 새롭게 변화된 생활속에서 다양한 스트레스를 느낀다고 나타났지만 가족관계에 대한 스트레스

에 대해서는 그 연구결과들이 미흡하였다. 부모와의 관계 중 특히 어머니는 자녀의 양육과 교육문제로 인해 자녀의 일상생활에 보다 밀착되어 있으므로 갈등의 소지 또한 높다고 보여지므로 본 연구에서는 이 부분에 초점을 두어 살펴보았다.

## 2. 대학생의 스트레스 인지수준에 영향을 미치는 변인

### 1) 자아분화에 따른 스트레스 인지수준

자아가 잘 발달되면 개인은 정체감 형성과 함께 자주적, 독립적, 목표지향적 삶을 살게 되지만, 그렇지 못할 경우는 여러 가지 부적응 행동이 나타나게 된다. Hoffman(1987)은 개인이 자기 가족, 특히 부모로부터 정서적으로 독립되지 못하고 가족성원간에 갈등이 있을 경우 부적응적 행동인 우울, 불안, 대인관계문제, 약물, 학업문제 등을 많이 나타낸다는 사실을 발견하였고, Bowen(1976) 또한 자아분화 수준이 낮을수록 사회관계 뿐 아니라 가족관계 내에서도 올바르게 기능하지 못한다고 하였다. 대학생을 대상으로 자아분화와 대처 및 방어기제를 연구한 제석봉(1989)의 연구결과 자아분화 수준이 높은 사람은 대체적으로 대처기제가 발달되어 환경에 보다 효율적으로 적응하나, 자아분화 수준이 낮은 사람은 올바르게 적응하지 못한다고 나타났다. 신영규(1994), Bowen(1982), Garfinkel(1980)의 연구에서도 자아분화 수준이 높으면 정서적으로 안정되고 타인과 친근한 정서적 관계를 맺으며, 자신의 가치와 신념을 견지하며 자주적이고 독립적인 활동을 할 뿐 아니라 스트레스 상황에서도 효율적으로 대처한다고 하였다.

이렇듯 자아분화 수준이 부적응 행동과 연관이 있음이 밝혀졌으나, 자아분화가 직접적으로 스트레스에 미치는 영향에 대한 선행연구가 미흡하므로 자아분화와 자아정체감의 관계를 통하여 자아분화가 스트레스에 미치는 영향에 대하여 추론해 볼 수 있다. 이인숙(1999)의 결과 자아분화와 자아정체감간에는 정적인 관계를 지니고 있어 자아분화가 높을수록 자아정체감이 높다는 이들의 상관관계를 설명해 주고 있으므로 자아정체감 수준에 따른 부적응이나 스트레스 적응수준의 고찰을 통해서도 자아분화에 따른

부적응 행동을 짐작해 볼 수 있다. 자아정체감에 대한 연구인 김용오(1986), 김혜자(1996)의 연구를 보면 자아정체감이 낮은 학생의 인성에 있어 이상성격이나 심기증, 정신분열 등이 관련되어 있다고 보았는데 자아정체감과 자아분화의 상관성에 따라 자아분화 수준이 낮은 경우도 자아정체감 수준이 낮은 경우의 적응수준과 비슷한 결과를 보일 것이라고 예상된다.

이를 종합해 보면 자아분화 수준은 부적응 행동에 영향을 주므로 부적응 행동의 하나인 스트레스에도 영향을 미칠 것이라 보며, 자아분화 수준이 낮은 경우 부적응 현상이 많이 나타나므로 스트레스 인지 또한 높을 것이라 예상된다.

## 2) 대처행동에 따른 스트레스 인지수준

McCubbin(1980)의 가족스트레스 연구에서는 대처행동이 스트레스에 대한 가족의 취약성을 감소시키고, 스트레스 사건에 따른 영향들을 감소시키거나 제거하여 준다는 시사점을 제시한 바 있다. Pearlin과 Schooler도 대처행동이 스트레스를 제거, 통제하는데 도움이 되는 긴장에 대한 반응이라고 규정하면서 대처행동이 스트레스 상태와 관련이 깊다고 설명하였다. 실제로 Holmes와 Rahe는 대처행동의 부적절한 적응방법이 질병의 출현 가능성을 높인다고 함으로써 대처행동과 적응의 상태는 관련이 깊다는 것을 실증해 주고 있었다(김명자, 1991, 재인용).

대처행동이 스트레스에 영향을 미친다는 사실을 보다 세부적으로 이해했을 때, 여러 선행연구들에서는 대처행동의 유형이 스트레스에 각기 다른 영향을 주고 있다는 결과들을 보이고 있었다. Coyne(1981)와 Folkman(1986, 1988)은 문제중심적 대처가 심리적 장애증상 및 스트레스를 적게 나타내도록 하였고, 정서적 대처와 회피적 대처는 장애증상 및 스트레스를 증가시켰다고 하였으며, 이것은 Billings과 Moss(1981, 1984)의 연구에서도 문제중심적인 대처가 심리적인 문제증상들에 미치는 영향이 적은 반면 회피적인 대처는 영향이 크다는 것을 밝히고 있었다. 그러나 이와는 대조적으로 Compas등(1988)과 Mitchell등(1983)의 경우에는 문제중심적 대처와 정서적 대처 모두 스트레스를 증가시킨다고 하였다.

스트레스 사건에 대한 대처행동은 단순히 한가지 유형으로만 나타날 수도 있지만 복합적인 대처유형의 사용도 가능하므로 스트레스 사건에 대한 복합적인 대처행동들의 영향력을 살펴보는 것도 대처행동 유형에 따른 스트레스 인지를 살펴보는 데 도움이 될 수 있다. 그러한 연구결과들을 보면, Folkman과 Lazarus(1980)의 결과에서는 문제중심적 대처행동과 정서적 대처 모두를 사용하는 것이 정서상태의 향상에 도움을 주었으며, 회피적인 대처가 정서상태의 악화를 가져왔다고 하였다. 반면에 Coyne(1981)와 Nancy(1998)는 정서적 대처와 회피적 대처를 모두 사용하는 경우 스트레스 수준이 높았다고 밝혔다.

Forsythe와 Compass(1987)의 경우는 스트레스의 특성에 따른 대처행동의 영향을 살펴으로써 대처행동은 스트레스에 따라 다르게 영향을 미칠 수 있다는 사실을 지적해 주었다. 즉, 통제가능한 사건에서는 문제중심적 대처가 심리적 적응에 효율적이었고 정서적 대처가 비효율적이었던 반면, 통제불가능한 사건에서는 문제중심적 대처가 비효율적이며 정서적 대처가 오히려 적응에 효율적이라고 제안함으로써 대처행동의 유형에 따른 적응 및 스트레스 인지에 스트레스 사건의 특성까지도 포함한 보다 확대된 연구결과를 보여주었다.

종합해보면 위의 연구결과들은 모두 대처행동이 심리적 부적응나 스트레스와 연관이 깊음을 보여주고 있었고, 대처행동이 복합적으로 사용되었을 경우와 한가지 대처행동만이 사용되었을 경우 그 영향력의 차이를 보일 수 있으며, 스트레스 사건에 따라 대처행동의 효과도 다를 수 있다는 사실을 보여주고 있었다.

## 3. 대학생자녀의 어머니와의 관계만족도 및 영향변인

부모-자녀관계는 부모의 연령과 자녀의 성장에 따라 변화·발전하는 관계로, 자녀가 어릴 때는 부모에게 전면적으로 의존하지만 청년기가 되면 심리적 성숙과 독립으로 부모자녀관계는 마찰의 관계로 발전하고 성인이 되었을 때는 세대를 달리하는 평등한 인간관계로 변하게 된다(김경신, 1989).

Lawler(1990)에 의하면 대학시기의 자녀들은 가족

체제로부터 개별화하기 위해 그들의 노력을 계속하고 독립적인 기능과 개인적 생활양식을 확립하기 위한 탐색으로 분주한 반면, 동시에 부모들은 자녀가 빠르게 성인이 되어가고 있지만 아직도 여러 가지 측면에서 부모에게 의존하는 자녀들과 어떻게 상호 작용해야 하는지에 대해 긴장을 느낀다. 이 시기의 부모는 대개 중년기시기에 있는데, 부모가 처해있는 중년시기는 발달특성상 성(性)적 변화, 정체감의 위기, 역할에 대한 불명확성으로 위기감을 경험하기도 하며, 노부모와 자녀의 기대와 요구사이에서, 그리고 변화하는 자신의 욕구와 다른 사람의 욕구 사이에서 선택의 어려움에 처해있는 상황이기도 하므로(김명자, 1998) 부모의 입장에서도 이 시기는 혼란스러운 상황에 놓여있다. 또한 부모와 자녀들은 서로의 교육수준과 자라는 사회·문화적 환경이 다른데서 기인한 가치관의 불일치로 그들의 관계에 있어 잠정적인 긴장을 느끼고(노영주, 1987), 자녀는 부모의 권위와 전통적 가치에 의문을 제기해오면서 부모와의 세대 차이를 과대 평가(Acock & Bengtson, 1980; Thompson, Clark & Gunn, 1985)하여 부모와의 대화를 기피하게 될 뿐 아니라(조복희 외, 1997) 부모에 대해 비판적 태도를 취하게 되어 중년기 부모를 실망감에 빠지게 한다(김명자·송말희, 1998). 이와같이 대학생의 자녀와 중년부모세대는 그들이 지닌 가치관이 다르면서, 시기상으로도 동시에 서로 다른 발달적 전환시기에 처해있으므로, 서로의 주관심사가 다르고 서로가 서로를 배려할 마음의 여유가 없어서 부모자녀간의 갈등은 더 심화될 수도 있다(김애순·윤진, 1997).

중년기의 부모는 자신의 변화에 대한 적응이외에 또 다른 과업으로 자녀의 정체감 형성과 독립을 지원하게 되지만(Ewy, 1993) 대학 이상의 교육은 자녀의 독립을 지연시키는 역할을 하고, 여기서 대부분의 부모들은 자녀의 개별화 과정을 지원하나 어떤 부모들은 자녀의 의존성을 조장하고 자녀의 개별화를 위협하는 경우도 있다(장휘숙, 1995). 실제로 자녀도 이 시기 독립을 원하면서 동시에 책임은 지려 하지 않고 의존적인 상태로 남아있으며, 부모는 자녀의 독립을 주장하지만 동시에 자녀가 의존상태로 남아주기를 원한다는 사실에 의해서도 부모와 자녀관계는 갈등을 빚게

된다고 본다(한미선, 1987; Conger, 1973).

이처럼 갈등의 가능성이 많아짐에도 불구하고 Patterson과 Dishion(1985), Rosenforb, Becker(1994)는 부모와 자녀의 관계가 청년시기에 들어 그 이전 시기에 비해 관계가 약화되는 경향을 보이거나 다른 사회적 관계보다는 일관성 있게 높게 유지되며, 청년후기에 해당하는 대학시기에 다시 그 관계가 회복되는 양상을 보여 부모와 정서적으로 친밀하고 밀접한 관계를 유지하고 있다고 하였다(장휘숙, 1997; Bell & Bell, 1983; Kenny, 1987). 그렇지만 이것은 대학생 시기 부모자녀사이의 관계 재정립이 올바르게 이루어져야만 가능한 것으로 보인다.

어머니와의 관계만족에 대한 대학생 대상의 연구들(강완숙, 2000; Thornyon, 1995; Vitulli & Holland, 1993; Vitulli & Jones, 1994; William, 1998)을 살펴보면, 일반적으로 대학생은 부모와 좋은 관계에 있다고 대답했고, 특히 어머니와의 관계를 보다 좋게 평가하였다. 이렇듯 대학생시기의 자녀는 발달주기상으로 이해했을 때 어머니와 갈등 상황에 많이 노출될 수 있다고 보나 어머니와의 관계에 대한 실제적인 평가는 비교적 좋게 내려지고 있었다.

어머니와의 관계만족에 영향을 미치는 변인 중 성별에 따른 영향을 살펴보면, 대학생 연구인 William(1998)과 청소년 연구(Fulkerson, 1995; Lempers & Clark-Lempers, 1992; Pedersen, 1994), 성인자녀를 대상으로 한 Gayle(1998)의 연구에서 성별의 차이 없이 자녀가 어머니와 좋은 관계에 있으며 어머니에 대한 관계평가 수준에서 남녀의 차이가 없음을 보이고 있었다. 그러나, 성별에 따라 어머니에 대한 관계가 다르게 나타난 연구들도 있었는데, van Wel(1994)의 네덜란드지역 연구에서는 여자대학생이 그들의 어머니와 보다 밀접한 관계를 가지고 있다고 대답하였으며 남자대학생은 어머니 아버지 모두와 비슷한 관계를 가지고 있다고 하였다.

이외에, 어머니와의 관계만족도에 영향을 미칠 것이라 사료되는 자아분화, 대처행동, 스트레스 인지수준에 대해서는 직접적인 선행연구가 미흡하여 선행연구들을 바탕으로 추론해 보면, 자아분화 수준이 높으면 가족관계에서 올바르게 기능하며 타인과 친근한

정서적 관계를 맺고 사회적 적응력이 높다는 연구들(신영규, 1994; 이명애, 1992; Bowen, 1976; Garfinkel, 1980; Hoffman, 1984)을 통해 자아분화 수준은 어머니와의 관계만족도에 영향을 미칠 수 있을 것이라 기대되며, 어머니에 대한 스트레스 인지수준은 그것 자체가 어머니와의 갈등을 구체적으로 설명해 주는 것이므로 어머니와의 관계만족도와 관련이 있다고 할 수 있다. 또한 대처행동이 스트레스 인지수준에 영향을 미친다는 결과들을 통해서(Billing & Moss, 1981; Compas, Forsythe & Wagner, 1988; Coyne, 1981; Folkman, 1986; Mitchell, Cronkite & Moss, 1983; Nancy, 1988) 대처행동 또한 어머니에 대한 갈등 정도를 나타내는 스트레스 인지수준에 영향을 주며 이것은 곧 어머니와의 관계만족도에도 영향을 미칠 것이라 본다.

### III. 연구방법

#### 1. 연구문제

【연구문제 1】 대학생이 빈번하게 경험하는 어머니에 대한 스트레스와 이에 따르는 스트레스 인지수준은 전반적으로 어떠한 경향을 보이는가?

【연구문제 2】 대학생의 어머니에 대한 스트레스 인지수준에 자아분화·대처행동이 미치는 영향은 어떠한가?

【연구문제 3】 대학생의 어머니와의 관계 만족도에 성별, 자아분화, 대처행동 및 스트레스 인지수준이 미치는 영향은 어떠한가?

#### 2. 측정도구의 구성

1) 사회인구학적 변인 : 사회인구적 변인으로는 성별을 살펴보았다.

2) 자아분화 : 자아분화 측정도구는 제석봉(1989)과 전춘애(1994)의 자아분화 척도를 기초로 부모나 가정과의 독립에 관련된 정서적 단절의 문항과 개인과 관련된 정신내적 분화의 문항을 요인분석을 통해 정서적 독립의 자아분화 7문항(신뢰도 .86), 이성적

자아분화의 3문항(신뢰도 .39), 감정적 자아분화의 5(신뢰도 .80)문항으로 나누어 총 15문항(신뢰도 .69)의 척도를 새롭게 구성하였다. 이성적 자아분화의 경우, 낮은 신뢰도에도 불구하고 연구의 분석에 사용된 이유는 감정과 이성의 분화에 대한 대등한 문항을 통해 대학생 개인의 정신내적인 분화의 내용에 따라 그 영향력의 차이를 보기 위하여 제외시키지 않았다.

3) 대처행동 : 최해림(1986)의 연구를 참고하여 총 11문항의 척도를 구성하였는데, 어머니와 직접적인 접촉을 통해서 어머니의 의견에 따르거나 그들의 의견을 성취시키는 방법을 문제지향적 대처로 5문항(신뢰도 .71)을, 어머니에 대한 회피로써 문제에 대한 직접적인 해결을 보지 않는 방법을 회피적 대처로 4문항(신뢰도 .52)을, 형제나 자매와 같은 다른 사람에게 스트레스를 이야기 함으로써 해결하는 대인 의존적 대처 2문항(신뢰도 .59)으로 구성하였다.

4) 어머니에 대한 스트레스 : 선행연구들을 기초로 대학생의 주요한 스트레스를 이성교제(김계현, 1995; 설기문, 1993), 직업선택(김봉민, 1991; 윤정륜, 1991; 한정신, 1991; 황용연, 1992), 일상활동(황상하, 1994; Ross, 1999; Sing & Bhangoo, 1987)으로 정리하고 여기에 아동기나 청소년기의 갈등, 적응과 관련된 문제들 중 대학생의 생활과도 밀접하리라 생각되는 용돈(김창기, 1992; 이주옥, 1993; Ellis-Schwabe & Thorndurg, 1986)과 의사소통(김인향, 1997; 김오남, 1994; 김진희, 1989; 장호선, 1986)에 대한 문항을 첨가하여 총 20문항의 척도를 구성하였다.

스트레스 경험유무를 살펴보기 위해 스트레스를 경험하지 않았을 경우 0점으로 응답하도록 하였고, 척도의 신뢰도는 이성교제 관련문항이 .87, 의사소통문항은 .77, 용돈문항은 .81, 일상활동문항은 .75, 직업선택문항은 .73이며 전체 스트레스문항은 .89로 나타났다.

5) 어머니와의 관계만족도 : 어머니와의 관계 만족도와 관련 가능한 문항들을 작성하여 전공교수에 의해 내용의 타당도를 확인받았으며, 총 11문항(신뢰도 .85)으로 구성되었다.

제반척도의 각 문항들은 5점 Likert방식으로 점수가 높을수록 자아분화 수준이 높고, 그에 해당되는 대처행동을 많이하고, 스트레스 수준이 높다고 보며

관계만족도에 있어서도 만족수준이 높음을 의미한다.

### 3. 자료수집 및 분석방법

서울소재의 4년제 대학 중 남녀공학 K, S대학과 여자대학교 D, S대학에 재학중인 대학생을 대상으로 자기기입식 설문지를 사용하여 예비조사를 실시하고 설문지를 수정·보완한 후 2000년 3월 17일~3월 31일 사이에 본조사를 실시하였다. 총 500부의 질문지 중 446부가 회수되었고, 이중 부실기재하거나 연구에 부적절한 26부를 제외한 총 420부를 최종분석자료로 사용하였다. 본 연구의 자료처리는 SPSS/PC+를 이용하여, 측정도구의 신뢰도 검증을 위하여 요인분석을 실시하고 Cronbach'  $\alpha$  계수를 산출하였으며, 변인들간의 다중공선성 존재여부에 대하여 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다. 성별·자아분화·대처행동·스트레스의 유무와 인지수준의 일반

적인 경향을 파악하기 위하여 빈도와 백분율, 평균과 표준편차를 구하였다. 스트레스 인지수준에 대한 자아분화·대처행동의 차이를 보기 위하여 일원분산분석(ANOVA)으로 유의도를 검증하고 사후검증법(Duncan's Multiple Range Test)를 실시하였으며, 어머니와의 관계만족도에 대한 영향력을 살펴보기 위하여 먼저, 대학생의 개인의 성별·자아분화·대처행동, 그리고 어머니에 대한 스트레스 인지수준을 단계별로 투입하여 단계마다의 설명력과 변수간의 유의성을 알아보는 위계적 회귀분석을 실시하였다.

## IV. 연구결과 및 해석

### 1. 조사대상자의 일반적 경향

조사대상자의 성별과 자아분화·대처행동·관계만족도의 일반적 경향은 <표 1>과 <표 2>에 제시되어 있다.

<표 1> 조사대상자의 일반적 경향

(N=420)

| 변인    | 구분    | 빈도        | 백분율(%) | 변인    | 구분        | 빈도          | 백분율(%)    |      |      |
|-------|-------|-----------|--------|-------|-----------|-------------|-----------|------|------|
| 성별    | 남     | 173       | 41.2   | 부모 직업 | 부         | 단순·판매직      | 19        | 4.5  |      |
|       | 녀     | 247       | 58.8   |       |           | 자영상공업       | 87        | 20.7 |      |
| 학년    | 1학년   | 133       | 31.7   |       |           | 사무직         | 119       | 28.3 |      |
|       | 2학년   | 108       | 25.7   |       |           | 경영·전문직      | 142       | 33.8 |      |
|       | 3학년   | 101       | 24     |       | 기타 및 무직   | 53          | 12.6      |      |      |
|       | 4학년   | 78        | 18.6   |       | 모         | 단순·판매직      | 37        | 8.8  |      |
| 부모 연령 | 부     | 50세미만     | 148    |       |           | 35.2        | 자영상공업     | 34   | 8.1  |
|       |       | 50세~55세미만 | 149    |       |           | 35.5        | 사무직       | 12   | 2.9  |
|       | 모     | 55세~60세미만 | 92     |       |           | 21.9        | 경영·전문직    | 21   | 5.0  |
|       |       | 61세이상     | 31     |       | 7.4       | 전업주부        | 301       | 71.7 |      |
| 부모 학력 | 평균    | 53.1세     |        |       | 기타        | 15          | 3.6       |      |      |
|       | 부     | 45세미만     | 79     |       | 18.8      | 거주지         | 강남구       | 81   | 19.3 |
|       |       | 45세~50세미만 | 184    | 43.8  | 강동구       |             | 65        | 15.5 |      |
|       |       | 50세~55세미만 | 112    | 26.7  | 강북구       |             | 98        | 23.3 |      |
| 56세이상 | 45    | 10.7      | 강서구    | 50    | 11.9      |             |           |      |      |
| 평균    | 49.7세 |           | 서울근교   | 126   | 30.0      |             |           |      |      |
| 부모 학력 | 부     | 전문대졸이상    | 226    | 53.8  | 부모와의 종교일치 | 일치          | 252       | 60   |      |
|       |       | 고졸        | 166    | 39.5  | 불일치       | 168         | 40        |      |      |
|       |       | 중졸이하      | 28     | 6.7   | 제반변인      | 구분          | 평균 (5점만점) | 표준편차 |      |
|       | 모     | 전문대졸이상    | 135    | 32.4  |           | 어머니와의 관계만족도 | 전체        | 3.26 | .59  |
| 고졸    |       | 222       | 52.9   |       |           |             |           |      |      |
| 중졸이하  |       | 62        | 14.8   |       |           |             |           |      |      |

〈표 2〉 자아분화와 대처행동의 일반적 경향

|            |               | (5점만점) |                 |                  |                               |      |      |
|------------|---------------|--------|-----------------|------------------|-------------------------------|------|------|
| 변인         | 하위영역          | 평균     | 표준편차            | 대처행동유형           | 문항내용                          | 평균   | 표준편차 |
| 자아<br>분화   | 정서적독립<br>자아분화 | 3.64   | .80             | 문제<br>지향적<br>대처  | 1.어머니와 대화 및 어머니를 이해           | 3.22 | .87  |
|            |               |        |                 |                  | 5.내장래를 위해 어머니 의견에 따름          | 2.34 | .89  |
|            |               |        |                 |                  | 6.어머니를 이해시키려 노력               | 3.11 | .93  |
|            |               |        |                 |                  | 7.나에 대한 이해를 위해 나의 생활과 관심사를 알림 | 3.00 | .95  |
|            | 감정적<br>자아분화   | 3.27   | .70             |                  | 8.자식으로써 마땅히 순종                | 3.00 | 1.01 |
|            |               |        |                 |                  | 전 체                           | 2.93 | .64  |
|            | 이성적<br>자아분화   | 3.10   | .64             | 회피적<br>대처        | 2.나 스스로 위로                    | 3.06 | 1.00 |
|            |               |        |                 |                  | 3.음악,연극,영화,운동,종교에 열중          | 3.03 | 1.00 |
|            |               |        |                 |                  | 4.늦은귀가와 집에서의 침묵               | 2.55 | 1.12 |
|            |               |        |                 |                  | 9.마찰의문제를 피함                   | 3.03 | 1.02 |
| 자아분화<br>전체 | 3.41          | .54    | 대인<br>의존적<br>대처 | 10.친구에게 불만을 호소   | 2.64                          | 1.21 |      |
|            |               |        |                 | 11.형제자매에게 불만을 호소 | 2.35                          | 1.14 |      |
|            |               |        |                 | 전 체              | 2.49                          | 1.00 |      |

## 2. 대학생의 어머니에 대한 스트레스 경험유무와 스트레스 인지수준

【연구문제1】에 해당하는 본 내용은 〈표 3〉에 나타나 있다. 대부분의 학생이 모든 영역에서 스트레스를 경험하는 것으로 나타났다. 이중에서 ‘어머니에게 원하는 것을 부탁할 때’(94), ‘견해 차이가 있는 문제에 대해 계속 대화해야 할 때’(93), ‘어머니를 설득시켜야 할 때’(92), ‘일상시간 간섭’(88), ‘집 밖에서 보내는 시간에 관여’(87), ‘어머니에게 생각이나 신념을 주저 없이 의논’(85)의 문항에서 스트레스 경험을 많이 하는 것으로 나타났다. 스트레스를 경험하였다고 응답한 학생들의 스트레스 인지수준은 5점 만점에 대부분이 평균2.3점 정도의 분포를 보여 스트레스를 거의 받지 않거나 약간 받고 있는 것으로 나타났으나, ‘견해차이가 있는 문제에 대해 계속 대화해야 할 때’(3.35), ‘이성교제 인정 안 하실 때(3.24)’, ‘이성교제에 대해 지나친 걱정이나 간섭’(3.18), ‘어머니가 달갑게 여기지 않는 이성친구를 사귄 때’(3.14), ‘어머니를 설득시켜야 할 때’(3.12), 문항에 대해서는 중간정도를 약간 상회하는 수준의 스트레스를 받는 것으로 나타났다. 그러나 스트레스에

대한 경험이 많고 스트레스를 느낀다고 볼 수 있는 (3점이상) 문항들이 다양한 영역에 분포되어 있으므로 대학생들은 어머니에 대한 스트레스 상황이 다양한 영역에서 높게 나타날 수 있다는 가능성을 보여주었다.

위의 결과를 보면 대학생은 어머니에 대해 각각의 하위영역에서 스트레스를 경험하고 있지만 스트레스 인지수준은 전체적으로 스트레스 경험에 비해 그다지 높지 않은 결과를 보이고 있다. 자아분화 수준이 높으면 환경에 효율적으로 적응하며 대인관계에 올바르게 기능한다는 선행연구들(권미영, 1993; 신영규, 1994; 이혜숙, 1992; 제석봉, 1989; Bowen, 1982; Garfinkel, 1980; Hoffman, 1984)을 기초로 이러한 결과를 해석해 보면 본 연구의 대상자들이 자아분화 수준이 비교적 높기 때문에 어머니에 대한 스트레스도 비교적 낮은 수준을 보인 것이라 생각된다.

## 3. 자아분화 · 대처행동이 어머니에 대한 스트레스 인지수준에 미치는 영향

【연구문제2】와 관련하여 자아분화와 대처행동에



〈표 3〉 스트레스 경험유무와 스트레스 인지수준

| 하위 영역 | 문항 내용                           | 스트레스경험유무<br>(유=1무=0) |       | 스트레스 인지수준 |       |     |
|-------|---------------------------------|----------------------|-------|-----------|-------|-----|
|       |                                 | 평균                   | 표준 편차 | 평균        | 표준 편차 | 빈도  |
| 이성 교제 | 5.이성교제의 정도에 대해 어머니와 다른 의견을 갖을 때 | .79                  | .40   | 2.87      | 1.00  | 335 |
|       | 6.어머니가 달갑게 여기지 않는 이성친구를 사귀는 때   | .67                  | .46   | 3.14      | 1.07  | 285 |
|       | 7.이성교제 인정 안 하실 때                | .61                  | .48   | 3.24      | 1.11  | 257 |
|       | 8.기대와 관계없이 주관대로 이성친구 사귀는 것      | .75                  | .42   | 2.57      | 1.02  | 318 |
|       | 9.만남,관계정도,헤어짐에 대해 어머니에게 말하는 것   | .70                  | .45   | 2.51      | .98   | 296 |
|       | 10.교제에 지나친 걱정이나 간섭              | .75                  | .42   | 3.18      | 1.04  | 318 |
| 의사 소통 | 1.어머니에게 생각이나 신념을 주저없이 의논        | .85                  | .35   | 2.68      | .94   | 357 |
|       | 2.어머니에게 원하는 것을 부탁 할때            | .94                  | .23   | 2.71      | .90   | 396 |
|       | 3.어머니를 설득시켜야 할 때                | .92                  | .26   | 3.12      | .88   | 388 |
|       | 4.견해차이 있는 문제에 대해 계속 대화해야 할 때    | .93                  | .24   | 3.35      | .97   | 392 |
| 용돈    | 18.어머니가 용돈사용출처에 관여              | .74                  | .43   | 2.90      | 1.02  | 311 |
|       | 19.용돈 액수를 더 많이 요구할 때            | .82                  | .37   | 3.06      | .94   | 347 |
|       | 20.금전관리행동을 꾸중                   | .76                  | .42   | 2.94      | .93   | 322 |
| 일상 활동 | 14.일상시간 간섭                      | .88                  | .31   | 3.01      | 1.05  | 372 |
|       | 15.취미생활 몰이해                     | .71                  | .45   | 2.84      | 1.10  | 299 |
|       | 16.집밖에서 보내는 시간에 관여              | .87                  | .33   | 2.85      | 1.07  | 367 |
|       | 17.모든 활동에 대해 이해받는 것             | .82                  | .38   | 2.62      | 1.06  | 346 |
| 직업 선택 | 11.기대하는 직업을 갖아야 할 것 같은 부담       | .82                  | .37   | 3.01      | 1.09  | 348 |
|       | 12.어머니가 원하는 직업을 원하지 않을 때        | .66                  | .47   | 3.08      | 1.09  | 278 |
|       | 13.원하는 직업에 대해 인정받는 것            | .73                  | .44   | 2.85      | 1.06  | 307 |

스트레스 경험유무 : 유=1, 무=0

스트레스 인지수준은 스트레스를 경험하였다고 응답한 경우만을 분석에 사용.

스트레스 인지수준 : 5점만점

(5: 아주 심하다 4: 꽤 받는다 3: 약간 받는다 2: 거의 받지않는다 1: 전혀 받지않는다)

다른 스트레스 인지수준을 분석한 결과는 〈표 4〉와 같다. 전체적으로 보았을 때 자아분화는 스트레스 인지수준 전체에 걸쳐 유의한 차이를 보였고, 의사소통, 이성교제, 직업선택, 일상활동, 용돈의 모든 영역에서도 유의한 차이를 보였다( $p < .001$ ). 자아분화의 하위영역 중 정서적 독립 자아분화도 스트레스 전체에 걸쳐 유의한 차이를 보였고, 의사소통, 이성교제, 직업선택, 일상활동, 용돈영역에서도 유의한 차이( $p < .001$ )를 보였으며, 감정적 자아분화는 스트레스 전체 ( $p < .001$ ), 의사소통( $p < .001$ ), 이성교제( $p < .05$ ), 일상활동( $p < .01$ )에서 유의한 차이를 보였다. 이성적 자아분화의 경우는 스트레스 전체( $p < .01$ ), 의사소통( $p < .01$ ),

이성교제( $p < .05$ ), 일상활동( $p < .05$ ), 용돈( $p < .001$ )영역에서 유의한 차이를 보였다. 즉, 전반적으로 자아분화 수준이 낮은 하 집단일수록 스트레스 전체에서 뿐 아니라 유의한 차이를 보인 스트레스 하위영역에서도 스트레스 인지수준이 높게 나타났다. 이를 통해 자아분화는 전반적으로 스트레스에 영향을 미친다고 볼 수 있는데, 자아분화 수준이 낮을수록 스트레스를 높게 인지한다는 사실은 청소년이나 대학생 혹은 기혼남녀를 대상으로 자아분화 수준과 정신건강·부적응 증상 및 문제행동과의 관계를 알아보는 연구들(권미영, 1993; 이해숙, 1992; 정미란, 1994; Garfinkel, 1980; Hoffman, 1987; Reifman, 1986)에서

〈표 4〉 자아분화 · 대처행동에 따른 스트레스 인지수준

| 하위영역<br>및 구분 |   | 스트레스 인지수준 |      |          |      |      |      |          |    |      |      |          |   |      |      |          |        |      |      |          |   |      |     |          |   |
|--------------|---|-----------|------|----------|------|------|------|----------|----|------|------|----------|---|------|------|----------|--------|------|------|----------|---|------|-----|----------|---|
|              |   | 의사소통      |      |          | 이성교제 |      |      | 직업선택     |    |      | 일상활동 |          |   | 용돈   |      |          | 스트레스전제 |      |      |          |   |      |     |          |   |
|              |   | M         | SD   | F        | D    | M    | SD   | F        | D  | M    | SD   | F        | D | M    | SD   | F        | D      | M    | SD   | F        |   |      |     |          |   |
| 자            | 상 | 2.39      | .79  |          | A    | 1.76 | 1.19 |          | A  | 1.83 | 1.26 |          | A | 2.03 | .97  |          | A      | 1.90 | 1.15 |          | A | 1.97 | .80 |          | A |
|              | 중 | 2.51      | .95  | 31.63*** | A    | 1.91 | 1.33 | 14.46*** | A  | 2.06 | 1.35 | 13.88*** | A | 2.07 | 1.18 | 24.71*** | A      | 2.21 | 1.35 | 14.77*** | B | 2.13 | .90 | 36.06*** | A |
|              | 하 | 3.17      | .88  |          | B    | 2.52 | 1.19 |          | B  | 2.65 | 1.35 |          | B | 2.85 | 1.11 |          | B      | 2.72 | 1.15 |          | C | 2.77 | .71 |          | B |
| 아            | 상 | 2.41      | .96  |          | A    | 1.84 | 1.18 |          | A  | 2.08 | 1.49 |          | A | 2.10 | 1.15 |          | A      | 2.15 | 1.29 |          | A | 2.09 | .85 |          | A |
|              | 중 | 2.72      | .96  | 11.47*** | B    | 2.09 | 1.28 | 3.83*    | AB | 2.14 | 1.34 | 1.64     | A | 2.27 | 1.16 | 6.18**   | A      | 2.24 | 1.29 | 2.86     | A | 2.28 | .89 | 8.19***  | A |
|              | 하 | 2.94      | .86  |          | C    | 2.27 | 1.34 |          | B  | 2.36 | 1.27 |          | B | 2.57 | 1.14 |          | B      | 2.49 | 1.23 |          | B | 2.51 | .87 |          | B |
| 분            | 상 | 2.45      | 1.01 |          | A    | 1.80 | 1.20 |          | A  | 2.12 | 1.41 |          | A | 2.10 | 1.09 |          | A      | 1.98 | 1.27 |          | A | 2.06 | .85 |          | A |
|              | 중 | 2.79      | .87  | 5.98**   | B    | 2.19 | 1.33 | 3.85*    | B  | 2.23 | 1.37 | .29      | B | 2.45 | 1.16 | 3.32*    | B      | 2.22 | 1.36 | 10.40*** | A | 2.37 | .90 | 6.24**   | B |
|              | 하 | 2.83      | .96  |          | B    | 2.20 | 1.26 |          | B  | 2.25 | 1.32 |          | B | 2.37 | 1.21 |          | B      | 2.69 | 1.04 |          | B | 2.44 | .85 |          | B |
| 화            | 상 | 2.35      | .89  |          | A    | 1.69 | 1.17 |          | A  | 1.82 | 1.34 |          | A | 1.94 | 1.01 |          | A      | 1.76 | 1.26 |          | A | 1.90 | .76 |          | A |
|              | 중 | 2.61      | .89  | 29.10*** | B    | 2.02 | 1.27 | 15.89*** | B  | 2.17 | 1.28 | 11.85*** | B | 2.25 | 1.13 | 20.49*** | B      | 2.37 | 1.22 | 22.39*** | B | 2.26 | .83 | 36.61*** | B |
|              | 하 | 3.18      | .88  |          | C    | 2.55 | 1.27 |          | C  | 2.62 | 1.39 |          | C | 2.82 | 1.18 |          | C      | 2.76 | 1.15 |          | C | 2.77 | .86 |          | C |
| 대            | 상 | 2.59      | .94  |          |      | 2.06 | 1.20 |          |    | 2.16 | 1.32 |          |   | 2.17 | 1.03 |          |        | 2.14 | 1.26 |          |   | 2.22 | .83 |          |   |
|              | 중 | 2.75      | .85  | 2.45     |      | 2.01 | 1.33 | .80      |    | 2.29 | 1.33 | .43      |   | 2.35 | 1.12 | 3.47*    |        | 2.34 | 1.16 | 2.96     |   | 2.32 | .86 | 2.16     |   |
|              | 하 | 2.85      | 1.06 |          |      | 2.22 | 1.33 |          |    | 2.16 | 1.48 |          |   | 2.55 | 1.37 |          |        | 2.52 | 1.40 |          |   | 2.45 | .98 |          |   |
| 처            | 상 | 2.94      | .94  |          | B    | 2.48 | 1.21 |          | B  | 2.63 | 1.44 |          | B | 2.69 | 1.15 |          | B      | 2.60 | 1.26 |          | B | 2.66 | .86 |          | C |
|              | 중 | 2.66      | .98  | 7.98***  | A    | 1.88 | 1.26 | 11.24*** | A  | 2.09 | 1.26 | 12.92*** | A | 2.30 | 1.22 | 13.66*** | B      | 2.35 | 1.27 | 10.06*** | B | 2.22 | .88 | 20.37*** | B |
|              | 하 | 2.50      | .86  |          | A    | 1.86 | 1.28 |          | A  | 1.85 | 1.27 |          | A | 1.98 | .99  |          | A      | 1.93 | 1.20 |          | A | 2.02 | .80 |          | A |
| 행            | 상 | 2.91      | .90  |          | B    | 2.31 | 1.27 |          | B  | 2.48 | 1.39 |          | B | 2.55 | 1.23 |          | B      | 2.63 | 1.13 |          | C | 2.55 | .87 |          | C |
|              | 중 | 2.66      | .91  | 7.49**   | A    | 2.00 | 1.26 | 4.83**   | A  | 2.15 | 1.30 | 7.39**   | B | 2.28 | 1.11 | 5.55**   | AB     | 2.24 | 1.26 | 11.79*** | B | 2.25 | .85 | 12.65*** | B |
|              | 하 | 2.45      | 1.02 |          | A    | 1.83 | 1.29 |          | A  | 1.81 | 1.34 |          | A | 2.06 | 1.09 |          | A      | 1.86 | 1.39 |          | A | 2.00 | .88 |          | A |

\* p < .05 \*\* p < .01 \*\*\* p < .001 D : Duncan's Multiple Ranges Test

※ 자아분화와 대처행동의 수준에 대한 분류방법

상 : M+1/2SD 이상

중 : M-1/2SD ~ M+1/2SD

하 : M-1/2SD 이하

자아분화 수준이 낮을수록 부적응적이고 역기능적인 증상을 나타내며 갈등이나 스트레스를 많이 경험한다는 결과와도 일치하고 있다.

대처행동에 따른 스트레스 인지수준 살펴보면, 문제지향적 대처행동은 일상활동 스트레스( $p < .05$ )에서 유의한 차이를 보이면서, 문제지향적 대처행동을 적게 사용하는 하집단이 스트레스 수준이 높게 나타났다. 회피적 대처행동과 대인의존적 대처행동은 스트레스 전체( $p < .001$ )와 의사소통 스트레스, 이성교제 스트레스, 직업선택 스트레스, 일상활동 스트레스( $p < .001$ ,  $p < .01$ )와 용돈 스트레스( $p < .001$ )의 모든 영역에서 유의한 차이를 보이면서, 회피적 대처행동과 대인의존적 대처행동을 많이 하는 상집단 일수록 모든 스트레스 영역의 인지수준이 높게 나타났다. 대처행동이 스트레스를 통제하는데 영향을 준다는 McCubbin(1980)의 지적에서처럼 본 연구결과도 대처행동이 스트레스 인지수준과 연관성이 있다는 것을 실증해주고 있었다. 즉, 문제지향적 대처행동의 경우는 스트레스를 낮게 인지하는 경향을 보였으며, 회피적 대처행동과 대인의존적 대처행동은 스트레스를 높게 인지하는 경향을 보였다. 이는 Billing과 Moss(1981, 1984), Coyne(1981), Folkman(1986, 1988), Folkman과 Lazarus(1980)의 연구결과와도 일치된 결과를 보여주고 있었다.

#### 4. 성별 · 자아분화 · 대처행동 및 스트레스 인지수준이 어머니와의 관계만족도에 미치는 영향

【연구문제 3】에 제시된 대학생의 어머니와의 관계만족도에 영향을 미치는 변인을 살펴보고자 대학생 개인과 관련된 성별 · 자아분화 · 대처행동 그리고, 어머니에 대한 스트레스 인지수준을 단계별로 투입하여 각 단계마다의 설명력을 분석하는 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이것은 대학생을 중심으로 그들 개인과 관련된 변인과 어머니와 관련된 변인을 차례로 투입하였을 때 각 단계마다 어느 정도의 설명력을 보이는지 보다 자세히 밝힐 수 있었다.

〈표 5〉를 통해 살펴보면 문제지향적인 대처행동( $\beta = .36$ ), 정서적 독립 자아분화( $\beta = .28$ ), 회피적 대처

행동( $\beta = -.18$ ), 의사소통 스트레스( $\beta = -.12$ ), 일상활동 스트레스( $\beta = -.10$ ), 감정적 자아분화( $\beta = -.08$ )의 순으로 어머니와의 관계만족도에 영향을 미치고 있음이 나타나, 어머니와의 관계 만족도에 대해 성별변인은 영향을 미치지 않고, 자아분화의 하위영역 중 정서적 독립, 대처행동에 있어서는 문제지향적인 대처가 관계만족도에 긍정적인 영향을 미치며, 스트레스 영역 중 의사소통과 일상활동에 대한 스트레스가 낮을수록 어머니에 대한 관계만족도가 높다고 나타나고 있었다.

자아분화와 대처행동이 관계만족도를 설명하는 정도는 49%, 스트레스 인지수준까지 포함한 전체 설명력은 3%만이 증가한 52%로 보여 관계만족도에는 대학생 개인의 자원이라 할 수 있는 자아분화와 대처행동의 영향력이 매우 중요하다는 사실이 나타났다.

문제지향적인 대처가 관계만족도에 정적인 영향을 주는 것은 문제지향적인 대처가 문제를 해결하고자 하는 정신적인 의욕을 바탕으로 관계의 질을 개선하려는 긍정적인 자세를 지니고 있기 때문이라고 사료되며, 회피적인 대처나 대인의존적 대처는 단기적으로는 스트레스 문제를 회피하여 스트레스를 감소시키기는 하지만 근본적인 차원에서 해결되지 못한 문제가 스트레스를 가중시켜 관계만족도에 부정적인 영향을 끼치는 것으로 이해된다. 자아분화의 하위영역 중 정서적 독립의 자아분화가 잘 이루어지는 경우, 대학생 자신이 어머니와 독립된 개체를 이루며 어머니와 자신에 대한 객관적인 이해와 독립성을 존중하므로 관계에 있어서 만족의 경향이 높게 나타난 것이라 생각된다. 이는 부부를 대상으로 연구한 고현선(1994)의 연구결과와도 유사함을 보였다. 마지막으로 스트레스 인지수준에는 스트레스 하위영역 중 의사소통이 관계만족도의 가장 큰 영향변인이라는 것을 통해 어머니와 대학생 자녀간의 의사소통이 아동이나 청소년시기에 못지 않게 중요한 부분임을 시사해 주고 있다. 김수연 · 정문자(1997)도 의사소통이 부모-자녀 관계의 질에 결정적인 요인이라 강조한바 있으며, 정혜영(1986)의 청소년 연구 또한 의사소통 만족감이 가정에 대한 만족도에 영향을 미친다는 사실을 보여주고 있었다.

〈표 5〉 어머니와의 관계 만족도에 영향을 미치는 제변인

| 배경변인               | 어머니와의 관계만족도 |         |          |         |          |         |          |         |
|--------------------|-------------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|
|                    | 1 단계        |         | 2 단계     |         | 3 단계     |         | 4 단계     |         |
|                    | B           | $\beta$ | B        | $\beta$ | B        | $\beta$ | B        | $\beta$ |
| <b>성 별</b>         | -.11        | -.07    | -.01     | -.01    | .00      | .00     | -.01     | -.01    |
| <b>자아분화</b>        |             |         |          |         |          |         |          |         |
| 정서적독립 자아분화         |             |         | .51      | .58***  | .30      | .34***  | .25      | .28***  |
| 감정적 자아분화           |             |         | -.05     | -.05    | -.06     | -.06    | -.08     | -.08*   |
| 이성적 자아분화           |             |         | .08      | .07     | .02      | .02     | .02      | .01     |
| <b>대처행동</b>        |             |         |          |         |          |         |          |         |
| 문제지향적 대처           |             |         |          |         | .40      | .35***  | .40      | .36***  |
| 회피적 대처             |             |         |          |         | -.21     | -.19*** | -.19     | -.18*** |
| 대인의존적 대처           |             |         |          |         | -.06     | -.09*   | -.04     | -.06    |
| <b>스트레스 인지수준</b>   |             |         |          |         |          |         |          |         |
| 의사소통               |             |         |          |         |          |         | -.09     | -.12**  |
| 이성교제               |             |         |          |         |          |         | .02      | .05     |
| 직업선택               |             |         |          |         |          |         | -.03     | -.06    |
| 일상활동               |             |         |          |         |          |         | -.06     | -.10*   |
| 용 돈                |             |         |          |         |          |         | .00      | .00     |
| 상수                 | 3.27        |         | 1.28     |         | 1.84     |         | 2.43     |         |
| F 값                | 2.50        |         | 55.44*** |         | 60.27*** |         | 39.93*** |         |
| R <sup>2</sup>     | .00         |         | .34      |         | .49      |         | .52      |         |
| R <sup>2</sup> 증가량 |             |         | .34      |         | .15      |         | .03      |         |
| Durbin-Watson계수    | 1.98        |         | 1.91     |         | 1.93     |         | 1.91     |         |

\*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$  가변수 처리 : 성별 (남자=0, 여자=1)

## V. 결론 및 제언

이 연구는 대학생 시기의 갑작스러운 환경의 변화와 발달상의 변화, 그리고 가족관계의 복합적인 변화가 대학생들에게 스트레스 상황으로써 다가올 수 있으며, 이 과정에는 대학생의 성별 및 자아분화와 대처행동이 중요한 영향을 미치며 또한 어머니와의 관계 만족도에도 관련이 있을 것이라는 가정을 바탕으로 이들의 관계를 규명하고자 하였다. 그 결과 다음과 같은 결론을 도출하였다.

첫째, 대학생들은 어머니와 연계된 다양하고 많은 스트레스 경험을 가지고 있었고 문항별로는 의사소통에 관한 스트레스 경험이 많았다. 스트레스 경험 빈도가 높은 의사소통의 경우는 인간관계 형성의 근

본이자 일상 생활속에서 매일 지속된다는 점에서 어머니와 자녀사이에서 스트레스 경험이 많은 것으로 나타났다고 보여진다. 스트레스를 경험한 학생들의 인지수준에 있어서는 복합적인 모습을 보이고 있었는데, 어머니에 대한 스트레스 경험은 많지만 전반적으로 스트레스 인지수준은 낮게 나타났다. 대학생 자녀들이 어머니와의 마찰 문제를 스트레스라고 인정은 하지만 그 인지수준을 낮게 평가하고 있다는 것을 통해 대학생들에게 있어 어머니와의 관계는 대학입학과 동시에 다양하게 경험하게 되는 외부적인 사건들에 비해 관심이 적기 때문에 그 인지수준을 심각하게 받아들이지 않아 이와 같은 결과를 보일 수 있다고 생각된다. 그러나, 스트레스 수준이 높은 문항들은 스트레스의 모든 하위영역에서 고르게 나

다나고 있으므로 스트레스가 그들의 생활과 관련한 모든 영역에서 나타날 수 있으며, 인식수준 또한 높게 지각될 수 있다는 가능성을 암시하고 있다.

둘째, 어머니에 대한 스트레스 인지수준은 자아분화 수준이 낮을수록, 특히 정서적 독립 자아분화 수준이 낮을수록, 회피적 대처행동과 대인의존적 대처행동을 많이 사용할수록 스트레스 인지수준이 높게 나타났는데 이는 어머니로부터의 올바른 독립이 아닌 격리 혹은 문제해결에 대한 소극적인 태도 때문에 스트레스 인지수준이 높게 나타나는 것이라 해석된다.

셋째, 본 연구에서 어머니와의 관계만족도에 스트레스에 대한 문제지향적인 대처행동과 정서적 독립의 자아분화가 중요한 영향변인임을 고려할 때, 이는 어머니와 자녀 관계에서 스트레스 상황 자체에 비해 대처행동이나 본인의 성숙이 더 많은 영향을 주고 있다는 것을 의미하므로, 관계만족도에 개인적인 자원과 대처가 중요하다는 사실이 밝혀졌다. 그러므로 어머니와 자녀관계의 향상을 위해서는 대처행동유형과 그에 따른 실제적인 효과 및 개인자원에 대한 세부적인 연구를 통하여 개인적인 자원의 개발이 뒷받침되어야 할 것이다.

끝으로 본 연구의 제한점을 바탕으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 몇몇 대학에 재학하는 대학생을 대상으로 자아분화, 대처행동에만 초점을 두어 살펴 보았으나, 개인의 성격, 가정환경, 과거의 어머니와의 관계에 대한 만족도, 그리고 개인이 활용할 수 있는 외부 지원체계 등에 따라라도 차이가 있을 것으로 예상되므로 다양한 변인에 따른 후속연구가 필요하다고 본다.

둘째, 자녀의 어머니에 대한 스트레스 연구는 주로 아동기나 청소년기, 혹은 부양과 관련된 성인기 시기의 연구들이 많지만, 대학생 시기 자녀와 어머니와의 관계연구는 미흡하여 이를 측정하기 위한 측정도구도 정립되지 않은 상태였다. 따라서 보다 자세한 연구를 위해서는 독립적이고 정교한 척도의 개발이 요구되며, 스트레스 척도에 있어서도 일상생활에서 경험하는 미시수준의 다양한 스트레스와 생활

사건에 의한 스트레스를 구분하여 연구할 필요가 있다.

셋째, 어머니와의 관계향상을 위해서는 어머니나 자녀의 일방적인 측면에서 뿐 아니라 이들 양측면의 상호작용과 영향에 따른 관계만족도를 살펴보는 것이 보다 세밀한 조사가 될 수 있다고 생각된다.

## 【참 고 문 헌】

- 강완숙(2000). 지각된 부와 모의 가치, 부/모-자녀간 정서적 친밀도 및 부/모의 과잉통제와 대학생의 소외감과의 관계. 서울대 박사학위논문.
- 김명자(1994). 자녀교육열과 대학입시. 한국가족학연구회편. 서울:하우.
- 송말희(1998). 중년기 주부의 가족관계향상을 위한 가족생활교육 요구도 분석. 대한가정학회지 36(3). 61-75.
- 김수연 · 정문자(1997). 어머니-청소년 자녀간의 갈등에 관련된 변인. 대한가정학회지 35(3). 181-192.
- 김애순 · 윤진(1997). 청년기 갈등과 자기이해. 중앙적성출판사. 211-224.
- 김영미(1990). 대학생의 스트레스 현황과 성격특성과의 관계. 중앙대 석사학위논문.
- 남지영(1998). 대학생의 성격유형과 자기지각수준, 스트레스 대처의 관계. 연세대 석사학위논문.
- 신영규(1994). 가족체계유형과 대학생의 자아분화의 관계. 부산대 석사학위논문.
- 신운아(1998). 대학생의 생활스트레스와 대처유형에 관한 연구. 청주대 석사학위논문.
- 제석봉(1989). 자아분화와 역기능적 행동과의 관계 - Bowen의 가족체계이론을 중심으로. 부산대 박사학위논문.
- 전춘애(1994). 부부의 자아분화수준과 출생가족에 대한 정서적 건강지각이 결혼안정성에 미치는 영향. 이화여대 박사학위논문.
- 최해림(1987). 한국대학생의 스트레스와 그 대처방식에 관한 연구. 이화여대 박사학위논문.
- 황상하(1994). 대학생의 스트레스 및 대처방식과 대

- 학생활적응과의 관계. 연세대 석사학위논문.  
 황성원(1998). 대학생의 취업스트레스에 관한 연구.  
 동아대 석사학위논문.
- Compas, B., Forsythe, C., & Wagner, B.(1988). Consistency and Variability in Causal Attributions and Coping with Stress. *Cognitive Therapy and Research*. 12. 305-321.
- Folkman, S., & Lazarus, R.(1988). Coping as Mediator of Emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*. 54. 466-475.
- Garfinkel, H.N.(1980). Family System Personality Profile: An Assessment Instrument based on Bowen Theory. Unpublished Doctoral Dissertation. California School of Professional Psychology.
- Lawler, A.C.(1990). The Healthy Self: Variations on A Theme. *Journal of Counseling & Development*. 68. 652-654.
- Nancy Arthur(1998). The Effects of Stress, Depression, and Anxiety on Postsecondary Students' Coping Strategies. *Journal of College Student Development*. 39. 11-32.
- Patterson, G.R. & Dishion, T.J.(1985). Contributions of Families and Peers to Delinquency. *Criminology*. 23. 63-79.
- Quick, J.C. & Quick, J.D.(1984). Organizational Stress and Perspective Management. McGraw-Hill.
- Ross, Shannon E.(1999). Sources of Stress Among College Students. *College Student Journal*. 33 (2). 312-317.
- Singh, G.M.P., & Bhangoo, S.(1987). Resentments of Adolescents. *Asian Journal of Psychology and Education*. 19. 8-12.
- Van Wel, F.(1994). "I count my parents among my best friends": Youths' Bonds with Parents and Friends in The Netherlands. *Journal of Marriage and the Family*. 56. 835-843.
- Vitulli, W.F. & Jones, W.M.(1994). Attitudes toward Parents: A Direct Replication. *Psychological Reports*. 74. 380-382.
- William, F. Vitulli.(1998). College Students' Attitudes toward Relationships with Parents: Five-year Comparative Analysis. *Journal of Genetic Psychology*. 159(1). 45-52.