

대학생이 지각하는 부모에 대한 애착과

자기분화 및 스트레스 대처방식

Relationships among Attachment with Parents, Self-Differentiation, and Stress Coping Strategies by College Students

전북대학교 생활과학대학

박사과정 황 미 진*

박사과정 김 보 라**

Major in Home Economics Education, Chonbuk National Univ.

Doctoral Student : Hwang, Mi-Jin

Doctoral Student : Kim, Bo-Ra

<Abstract>

The purpose of this study was to investigate the relationships among attachment with parents, self-differentiation, and stress coping strategies. The participants of the present study were 142 male and 161 female college students in Jeolla-Do province. The data were collected by self-administered questionnaire method.

The major results of this research were as follows.

First, there was significant positive correlation between the level of attachment with parents and self-differentiation, indicating that the greater the level of attachment with parents, the higher the level of self-differentiation.

Second, active coping was associated with higher levels of differentiation of self and passive coping were associated with lower levels of differentiation.

Third, there was significant positive correlation between the level of attachment with parents and active coping, indicating that the greater the level of attachment with parents, students used more active coping than passive coping.

Finally, multiple regression analysis were performed to attachment with parents and self-differentiation. It was found that attachment with parents was the most powerful predictor of active coping and self-differentiation was the most powerful predictor of passive coping.

▲주요어(Key Words) : 대학생(college students), 부모애착(attachment with parents), 자기분화(self-differentiation), 스트레스 대처방식(stress coping strategies)

* 주 저 자 : 황미진 (E-mail : jinsdestiny@hanmail.net)

** 교신저자 : 김보라 (E-mail : family3824@empas.com)

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

현대인은 급속히 변화하고 다양하게 전개되는 삶 속에서 여러 가지 원인으로 인한 스트레스를 경험하며 살아가고 있다. 급변하는 현대사회는 갈등과 경쟁이 치열하며, 다양한 가치관과 행동양식을 요구한다. 개인에 따라서는 이런 변화에 잘 적응해 가기도 하지만 또 어떤 개인은 적응에 상당한 어려움을 느끼며 심한 스트레스를 받기도 한다(고영실, 2006).

발달단계상 청년후기에 해당되는 대학생은 자신을 인식하고, 성역할을 수용하며, 새로운 관계의 확립 및 정서적으로 독립해야 한다. 그리고 사회적으로는 책임있는 행동의 실천과 직업을 준비하고, 유능한 시민으로서 지적 획득 및 결혼과 가정생활을 준비하고 행동의 안내자로서 가치체계를 획득해야 하는 발달과업을 안고 있다(배옥현·홍상욱, 2008). 또한 이 시기는 결혼, 직업선택, 직장 등의 발달과업을 이루어야 하는 신체적, 정신적, 사회적 문제에 노출되어 있으며 자신에 대해 돌아보고 자신의 진로나 삶에 대해서 계획하는 발달과정에 있고 새로운 환경에 적응하고 자신의 자질과 한계를 인식하며 자신과 사회를 재평가 하는 시기이다(김광수·김수아, 2001).

그러나 우리의 대학생들은 자신의 정체성을 갖지 못한 채 대학에 들어와 자신의 정체성을 찾을 수 있는 교육이나 도움을 받지 못하고, 정신적으로는 고등학생 틀을 벗어나지 못한 통제적이고 의존적인 상태에서 가정이나 사회에서는 대학생으로서의 자율적이고 능동적인 역할에 대해 기대를 받고 있다. 또한 IMF이후 어려워진 경제사정으로 말미암아 사회의 특권층이라 불렀던 대학생들이 취업난과 경제적 어려움에 직면해 학점 및 진로문제에 관해 많은 어려움과 문제를 가지게 되었고, 이러한 불투명한 사회 속에서 대학생들은 여러 가지 유형의 스트레스를 경험하게 되었다(강부명, 2003).

스트레스는 개인의 지각과 인지양식에 따라 상당히 차이가 있는데 Lazarus와 Folkman(1984)은 “인생을 살아가면서 스트레스의 원천을 완전하게 예방할 수는 없지만 우리가 겪는 스트레스는 스트레스 자체보다는 스트레스에 대한 지각 및 대처가 매우 중요한 주제가 된다”고 주장하여(이유미, 1995) 스트레스가 존재자체로서 중요한 것이 아니라 스트레스를 어떻게 대처하느냐가 더욱 중요하다고 보았다(김현영, 2004).

스트레스 대처방식은 자신이 가진 자원에 대해서 잠재적으로 위협적이고 부담이 된다고 생각되는 상황 즉 스트레스 상황에 직면했을 때 이러한 상황에 적응하기 위해 개인이 보이는 적응행동의 과정, 문제해결 노력, 또는 인지적 활동으로 정의되며(Pearlin & Schooler, 1978) 스트레스 상황에서 자신들이 받을 피해를 최소화하기 위해 사람들이 보이는 인지적·행동적 노

력을 의미한다(Billings & Moos, 1981). Lazarus와 Launier(1978)는 대처 양식의 차원을 문제해결을 목적으로 의사결정을 하거나 직접적인 행동을 취하는 것과 같이 스트레스 상황 자체를 변화시키고자 적극적인 노력을 하는 문제 중심적 대처(problem-focused coping)와 스트레스 상황을 변화시키기보다 그에 수반되는 부정적인 정서를 다루거나 완화시키는데 초점을 두는 정서 중심적 대처(emotion-focused coping)로 나누었다. Folkman과 Lazarus(1980)는 문제중심적 대처와 정서중심적 대처를 기초로 스트레스 대처방식을 문제중심적 대처, 정서중심적 대처, 소망적사고 대처, 사회적 지지추구 대처의 네 가지로 분류하였다. 최근 스트레스 대처방식에 관한 시각은 대처의 좋고 나쁨이 아니라 주어진 상황에서의 인지적, 행동적 전략을 포함하는 것으로 초점이 문제중심적이냐, 정서중심적이냐에 따른 차이로 보며 결국 문제해결을 위한 노력이라는 점에서 서로 촉진시키는 작용을 한다고 본다(박연성·현은민, 2007).

스트레스 대처방식의 중요성이 부각되는 상황에서 대학생들의 스트레스 대처방식과 밀접한 관련이 있는 요인을 고려하지 않을 수 없는데 가족, 경제, 대인관계, 진로문제를 주요인으로 들 수 있다(강부명, 2003). 이중 가족환경은 스트레스를 직접적으로 제공하는 근원지인 동시에 스트레스 상황에서 적절한 대처능력을 형성할 수 있도록 교육적 역할을 포함하고 있는데 대학생의 심리적 요인과 부적응 증상 등에 영향을 미치는 것으로 부모의 양육태도, 부모-자녀간의 의사소통정도, 가족역동이 변인으로 등장하고 있다(김현영, 2004).

즉 가족환경 중 스트레스 대처방식에 부모에 대한 애착이 중요한 영향을 미친다고 가정할 수 있다. 애착 이론은 인간이 특정한 타인과 지속적이며 강한 정서적 유대감을 갖는 경향을 개념화한 것이다(Bowlby, 1977).

Bowlby(1969, 1973, 1980)는 영아가 주 양육자와 형성한 애착관계가 훗날의 발달과 적응의 초석에 어떻게 되는가를 내적 표상 모델(internal working model)의 개념을 통하여 설명하고 있고, 내적 표상 모델은 애착관계가 지속된다는 관점으로 설명할 수 있다(Armsden & Greenberg, 1987). 일생에 걸쳐 지속되는 내적표상모델을 통해 부모와의 애착관계가 청소년의 적응에 여전히 중요한 영향을 미치게 되는데 애착 관계의 중요성은 성인기로 넘어가는 과도기인 청소년 후기에 한층 더 두드러진다(Ryan, Solberg, & Brown, 1996). 부모와의 안정적인 애착관계가 안전기지가 되어 영유아기 아동의 활발한 탐색을 격려하듯이, 청소년 후기의 안정적인 애착관계에 대한 신념은 많은 변화와 전환이 일어나는 이 시기의 다양한 도전에 대응할 수 있는 힘이 되는 것이다(Kenny, 1987).

부모에 대해 높은 애착을 형성한 사람들이 동년배에 대해서도 높은 애착을 형성할 수 있다고 보고하고 부모와 또래 양자에 대한 애착은 심리적 안녕과 정적으로 관련된다고 하였다(Armsden

& Greenberg, 1987). 일관성 있게 부모에 대한 안정된 애착은 더 높은 자기존중감, 더 큰 인생만족, 더 나은 대학생활에의 적응, 더 적은 심리적 괴로움, 그리고 더 큰 지각된 사회적 지원과 관련되어 있다(Armsden & Greenberg, 1987; Kenny & Rice, 1995, 장휘숙, 2002 재인용; Shyamala et al., 1992). 또한 부모에 대한 애착이 낮은 환경의 탐색 시에 안전기지의 역할을 한다고 (장휘숙, 2002) 보아 부모에 대한 안정적인 애착이 형성된 대학생들은 다양한 스트레스 상황에서도 긍정적으로 대처할 수 있는 저력을 가질 것으로 가정된다.

그리고 스트레스 대처방식에 영향을 미치는 가족요인 중 가족 역동에 대해서 대표적으로 접근할 수 있는 이론은 Bowen의 자기분화¹⁾ 개념을 들 수 있다(김현영, 2004). Bowen(1982)은 자기분화 개념을 통해서 가족의 역동성을 총체적으로 설명하였는데 가족의 상호작용과 개인의 심리적인 문제, 스트레스와의 관계를 자기분화라는 개념으로 체계적이고 포괄적으로 접근했다. 자기분화란 개인이 사고와 정서를 분리시킬 수 있는 능력뿐만 아니라 정서적 성숙과 자기가 태어난 가정으로부터 개성화된 정도를 말하며(Bowen, 1976), Bowen(1976)의 가족 체계 이론에 있어서 가장 중심이 되는 개념이다. 개인의 자기분화는 심리내적 차원과 대인관계적 차원이라는 두 가지 차원에서 논의될 수 있다(Skowron & Friedlander, 1998). 개인의 심리내적 차원의 개념으로서 자기분화를 보면 지적 기능과 정서적 기능의 분화 정도를 의미한다. 대인 관계적 차원의 개념으로 분화는 원가족으로부터 분리를 달성한 정도를 나타내고 '가족관계 그리고 가족이외의 관계에서' 자아를 건설하게 유지 시키며, 자신의 정체성을 상실하지 않고 타인과의 관계를 유지 시키고, 자신과 타인을 분리시켜 사고, 행동할 수 있는 능력을 말한다. 자기분화가 높은 사람일수록 지적 기능이 정서적 기능에서 분화되어 객관적이고, 독립적으로 사고하고, 융통성이 있고, 스트레스 상황에서도 자율적으로 행동한다. 반면 자기분화가 낮은 사람은 지적 기능이 정서성에 의해서 영향을 받으며, 객관성, 지적 추리, 독립적 목표 지향을 할 수 있는 능력이 낮다. 또한 스트레스에 직면하면 감정적으로 반응하며, 역기능으로 될 가능성이 높다(이창만, 1992; 조은경, 2002 재인용).

자기분화가 잘된 사람일수록 스트레스 대처 시 타인에게 의존하기 보다는 스스로 위로하는 능력을 발달시키고(이민수, 2000), 자기분화 수준이 낮을수록 정서적 체계의 지배를 받기

때문에 작은 일에도 스트레스를 심하게 받게 되고, 스트레스가 심할 경우 신체적·심리적 증상을 나타낼 수 있다고 하였다(김진호, 2001).

위와 같이 대학생들은 급변하는 사회 속에서 이루어야 할 과업과 불안정한 현실사이에서 다양한 스트레스를 받고 있는데 스트레스 대처방식에 따라 건강한 성인으로 거듭나느냐, 미성숙한 성인으로 퇴행하느냐가 결정된다고 볼 수 있다. 스트레스 대처방식과 상관이 있는 요인으로 가족의 중요성이 부각되고 있으나 오늘날 나타나는 다양한 가족문제와 가족해체현상들은 가족의 역할과 기능을 제대로 담당하고 있지 못하고 있다.

그리고 스트레스 대처방식에 미치는 영향 등에 관한 연구로 아동과 청소년이 연구대상의 주를 이루며 대학생을 연구대상으로 한 선행연구는 부족한 실정이다. 대학생의 스트레스 대처 방식에 관한 연구 또한 스트레스의 현황과 대처방식에 대한 일차적 연구가 대부분을 차지한다.

따라서 본 연구에서는 대학생들을 대상으로 부모에 대한 애착과 자기분화 및 스트레스 대처방식의 관계를 알아보고 그 의미와 중요성을 파악하고자 한다. 또한 부모에 대한 애착과 자기분화가 스트레스 대처방식에 미치는 영향을 분석해 봄으로써 대학생 개인 및 가족상담, 가족치료에 필요한 기초 자료를 마련하고 보다 나은 대학생활을 위한 도움을 제공하고자 한다.

2. 연구문제

본 연구는 대학생의 부모에 대한 애착과 자기분화 수준 그리고 스트레스 대처방식의 정도를 측정하고 부모에 대한 애착과 자기분화 수준이 스트레스 대처방식에 영향을 미치는지 알아보고 이들이 보다 나은 대학생활을 영위할 수 있는 기초 자료를 마련하여 그들에게 조금이나마 도움을 주고자 하는데 그 목적이 있다. 연구목적을 달성하기 위한 연구문제는 다음과 같다.

<연구문제 1> 대학생의 부모애착, 자기분화, 스트레스 대처 방식의 일반적 경향 및 일반적 특성 변인에 따른 차이는 어떠한가?

<연구문제 2> 대학생의 부모애착, 자기분화, 스트레스 대처 방식은 어떤 관계가 있는가?

<연구문제 3> 대학생의 부모애착, 자기분화가 스트레스 대처 방식에 미치는 영향은 어떠한가?

II. 선행연구 고찰

대학생이 지각하는 부모에 대한 애착과 자기분화, 스트레스 대처방식과의 관계를 알아보기 위하여 부모에 대한 애착과

1) 국내에서는 자기분화 개념이 통상 '자아분화'로 번역되어왔고 선행연구들에서도 자아분화의 용어를 사용하나(권미영, 1993, 이민수, 2000, 남상인, 2003, 배미예, 2007 등) '자아분화'는 심리내적 분리에만 초점을 두는 것처럼 여겨지는 반면 '자기분화'는 관계적 측면까지 포함하는 용어로서 Bowen이 의미한 self-differentiation을 더 적절하게 표현한 용어로 사료되므로(정혜정, 조은경, 2007) 본 연구에서는 '자기분화'의 용어를 사용하고 '자아분화'의 용어를 이용한 선행연구도 '자기분화'로 바꾸어 인용하겠다.

자기분화의 관계, 자기분화와 스트레스 대처방식과의 관계, 부모에 대한 애착과 스트레스 대처방식과의 관계에 관한 선행 연구를 고찰하였다.

1. 부모애착과 자기분화

부모에 대한 애착과 자기분화에 대한 연구는 주로 성인을 대상으로 이루어져 있다. 애착과 자기분화와의 관계는 어머니와 애착이 높은 사람일수록 정서적 단절이 낮은 것으로 나타났으며, 아버지와의 애착이 높으나 어머니와의 애착이 낮은 사람이 가장 높은 정서적 단절을 보이는 것으로 보고하여, 부모와 애착수준이 높을수록 자기분화가 잘 되었다고 보고하였다(서영희, 2005, 나보영, 2008 재인용). 박영호(2006)의 연구에서는 애착이 자기분화 전반에 걸쳐 긍정적 의미를 갖는 것으로서, 애착수준이 높을수록 가족이 퇴행적 수준을 낮게 지각하고 있으며, 정서적 단절이 적은 것으로 나타났다. 또한 나보영(2008)은 대학생의 부모애착과 자기분화의 연구에서 부모와 의사소통이 원활하게 이루어지고 정서적 욕구가 부모와 신뢰할 수 있는 긍정적인 애착이 형성될수록 자기분화 수준이 높아진다고 하였다. 동료에 대한 애착과 자기분화의 관계를 연구한 박지선(2000)의 연구를 살펴보면, 대학생을 대상으로 한 연구에서 애착과 자기분화는 상관을 나타내지는 않지만 애착이 자기분화의 하위요인인 인지적 기능 대 정서적 기능과 정서적 단절에 유의한 영향을 미쳤다고 보고하였다.

부모에 대한 애착과 자기분화에 대한 선행 연구는 위와같이 미흡하지만, 초기 경험이 이후의 관계발달에 영향을 미친다는 점에서 부모에 대한 애착과 자기분화의 유사성을 발견할 수 있었다. 이를 통해 부모에 대한 애착과 자기분화가 밀접한 관련이 있음을 추론할 수 있다.

2. 자기분화와 스트레스 대처방식

자기분화는 삶의 스트레스를 조절할 수 있는 능력이 있다고 하였다(Kerr & Bowen, 1988). 청소년을 대상으로 한 자기분화와 스트레스 대처방식에 관한 연구(김현영, 2004, 이민수, 2000)에서 자기분화가 잘 이루어질수록 주어진 상황에 잘 대처하며, 삶에 대한 의식적인 통제가 가능하고, 스트레스 대처 시 타인에게 의존하기 보다는 스스로 위로하는 능력을 발달시키는 것으로 보고하였다. 자기분화가 높을수록 적극적 대처를 많이 사용하며, 타인에게 화를 내거나 당황하는 감정 중심적 대처를 하지 않음으로서 대인관계에 더 적응적임을 보고하였다(이민수, 2000). 자기분화 수준이 높은 사람은 객관성, 독립성, 융통성을 가지고 생활하며, 스트레스 상황에도 효율적으로 대처하여 이성적으로 대처할 수 있으나 자기분화 수준이 낮은 사람은 객관성이 결여되고 융통성이 부족하여 의존적이며 역기능적

으로 행동하여 스트레스 상황에서도 건설적인 방법으로 해결하지 못하였다(Bowen, 1982). 조상희(2004)의 연구에서는 자기분화 수준이 높은 집단과 적극적 대처방식과 유의한 차이를 나타냈으나 소극적 대처에는 자기분화 수준이 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 한정아(2005)와 Nancy와 Paul(2004)의 연구에서는 자기분화 수준이 높을수록 적극적 대처방식을 사용하고, 자기분화 수준이 낮을수록 소극적 대처방식을 많이 사용하는 것으로 나타났다.

자기분화는 스트레스 대처방식을 효과적이고 성공적으로 이끄는 데 영향을 미치는 변인으로서 자기분화의 정도에 따라 스트레스 대처방식에 미치는 영향력을 살펴보는 것은 의미가 있을 것이다.

3. 부모애착과 스트레스 대처방식

대학생을 대상으로 한 부모에 대한 애착과 스트레스 대처방식에 관한 선행연구는 거의 찾아볼 수 없을 만큼 부족하다. 김현영(2004)은 청소년을 대상으로 한 연구에서 가족이 청소년들의 스트레스 대처방식에 영향을 주는 일차적 요인이라고 제시하였는데 청소년기 가족환경은 스트레스를 직접적으로 제공하는 근원지인 동시에 스트레스 상황에서 적절한 대처능력을 형성할 수 있도록 교육적 역할을 포함하고 있다고 하였다. 그리고 장종선(1996)은 청소년기에 부모와 친밀한 관계를 형성하면서 가족 간 경계가 명확하고 개방적인 의사소통이 원활한 가족환경에서 자란 청소년들은 스트레스 상황에 직면했을 때 긴장을 완화시키고 효율적인 대처전략을 탐색한다고 하였다. 일반청소년과 비행청소년의 가족기능도와 스트레스 대처방식의 관계연구(최희진, 2004)에서는 일반청소년의 가족 간 친밀감이 낮을수록 문제회피의 소극적 대처방식을 많이 사용한다고 하였다. 아동을 대상으로 한 연구에서도 아동이 부모지지를 높게 지각할수록 보다 적극적인 스트레스 대처행동을 선택한다고 한 김미영(1999)의 연구와 부모의 양육태도와 스트레스 대처행동과 정적상관을 지닌다고 한 고영실(2006)의 연구 등이 선행되었다.

대학생을 대상으로 한 부모애착에 관한 연구는 분리-개별화와 심리사회적 적응의 관계에 관한 연구(장휘숙, 2002; 정정숙, 1994)와 대학적응에 미치는 영향에 대한 연구(백지숙, 2000; 서희채, 2005; 진수경, 1995), 진로사고와의 관계에 대한 연구(김은진, 2001; 이경민, 2004; 최동선, 2003) 등이 선행되었으나 스트레스 대처방식과의 관계에 관한 직접적인 연구는 매우 부족한 실정이다.

그러나 영아기에 형성된 양육자에 대한 애착이 성인기의 타인에 대한 애착양식에 그대로 영향을 주고(Bowlby, 1980) 청소년 후기의 안정적인 애착관계에 대한 신념이 많은 변화와 전환이 일어나는 이 시기의 다양한 도전에 대응할 수 있는

힘이 된다는 것(Kenny, 1987), 그리고 부모에 대해 높은 애착을 형성한 대학생들이 스트레스가 적고(Kenny, 1987), 대학 적응 및 심리사회적 적응도가 높다는 연구(백지숙, 2000; 서희채, 2005; 장휘숙, 2002)에 비추어 볼 때 대학생시기의 부모에 대한 애착은 스트레스 대처방식과 높은 상관성이 있을 것이라 가정된다.

III. 연구 방법

1. 연구대상 및 연구절차

본 연구는 광주시, 익산시, 전주시 소재의 대학에 재학 중인 350명을 대상으로 설문지를 이용하여 실시하였고, 무응답과 불성실하게 응답한 자료 21부를 제외한 329부를 사용하였다. 그리고 부모에 대한 애착관계에 관한 것이기에 양친부모를 둔 303명의 응답만이 최종 분석에 사용되었다. 조사기간은 2008년 10월 13일부터 12월 16일까지이고, 본 조사를 위한 설문지는 학교 강의 시간을 통하여 자발적으로 설문지에 응답할 의사가 있는 학생들에게 배포하였고, 응답자가 응답이 끝난 후 설문지를 봉투에 담아 뒷면을 봉한 후, 당일 또는 일주일 후에 회수하였다.

대학생의 일반적 특성으로는 성별, 연령, 전공, 부모의 학력, 가정의 월 소득, 종교 등의 문항을 사용하였다. 이와 같은 대학생의 일반적 특성을 조사한 결과는 <표 1> 과 같다.

2. 조사도구

1) 부모에 대한 애착 척도

본 연구에서는 부모에 대한 애착의 정도를 측정하기 위해 Armsden과 Greenberg(1987)에 의해 개발된 자녀가 느끼는

부모에 대한 애착 척도(Inventory of Parent and Peer Attachment: IPPA)를 사용하였다. 부모와의 애착을 측정하는 IPPA는 세가지 하위영역으로 구성되며, 부모와의 언어적 의사소통 정도와 질을 측정하는 의사소통영역(10문항), 정서적 욕구에 대한 부모의 반응에 있어 안정성을 측정하는 신뢰감 영역(10문항), 부모로부터 정서적 유리 또는 부모에 대한 분노를 측정하는 소외감 영역(8문항)으로 구성되어 있다.

각 문항들은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(5점)까지 Likert척도로 이루어지며, 소외감 차원을 구성하는 문항을 제외한 모든 부정적인 문항들은 역 채점 하였다. 각 하위요인의 점수는 평균을 산출하였으며 신뢰감 문항과 의사소통 문항의 평균을 합한 점수에서 소외감 문항의 평균 점수를 뺀 값을 개인의 부모에 대한 애착 점수로 하였다. 점수가 높을수록 부모와의 애착이 잘 되어 있음을 의미한다.

신뢰도 분석결과 전체신뢰도는 Cronbach's α .82이며 하위요인인 의사소통, 신뢰감, 소외감도 각각 .92, .91, .88로 높은 신뢰도를 보였다.

2) 자기분화 척도

자기분화 수준을 측정하기 위해서 정혜정과 조은경(2007)이 한국 상황에 맞게 개발한 한국형 자기분화 척도를 사용하였다. 한국형 자기분화 척도는 심리내적 차원과 대인 관계적 차원으로 구성 되어 있는데, 심리내적 차원의 하위요인에는 '정서적 반응'과 '자기입장'이 있으며, 대인 관계적 차원의 하위요인에는 '정서적 단절' 및 '타인과의 융합'으로 구성되어있다. 또한 심리내적 차원과 대인관계 차원을 포괄하는 '정서적 융합'으로 구성되어있다. 각 하위척도의 구체적 내용은 다음과 같다. 정서적 반응은 개인이 타인이나 외부환경의 자극에 대해 감정적으로 반응하는 정도(9문항)이고 자기입장은 명확한 자아감을 갖는 것을 의미하며(8문항), 정서적 단절(5문항)은 친밀한 관계맺

<표 1> 조사대상자의 일반적 특성

변 인	구 분	빈도(%)	변 인	구 분	빈도(%)
성 별	남 자	142(46.9)	연 령	20-22세	149(49.5)
	여 자	161(53.1)		23-25세	125(41.5)
부	중졸 이하	53(17.7)		26-31세	29 (9.0)
	고 졸	117(39.2)	전 공	인문계	130(43.0)
	대졸이상	129(43.1)		자연계	101(33.5)
교육수준	중졸 이하	68(22.7)	기 타	72(23.5)	
		고 졸	155(51.6)	월 소득	200만원 이하
대졸 이상	77(25.7)	201-400만원	144(48.9)		
종 교	없 다	150(49.5)	401만원 이상	91(31.0)	
	있 다	153(50.5)			

음에 대한 두려움을 나타내고 타인과의 융합은 타인과의 정서적 관계에 지나치게 개입된 정도(7문항)를 나타낸다. 마지막으로 정서적 융합은 개인의 자존감이나 정서체계가 타인이나 타인과의 관계에 깊은 영향을 받는다는 것으로 9문항으로 구성되어 있다.

각 문항은 '전혀 그렇지 않다'(0점)에서 '매우 그렇다'(5점)까지 Likert 척도로 구성하였으며 부정적인 의미를 갖는 문항을 역점 처리 하였다. 자기분화 전체점수와 각 하위요인의 점수는 평균점수를 산출하였다. 각 하위요인의 점수가 높을수록 자기분화 수준이 높음을 의미한다. 점수가 높을수록 정서적 반응, 타인과의 융합, 정서적 단절, 정서적 융합은 낮은 반면, 자기입장은 높음을 의미한다.

자기분화 전체의 신뢰도는 Cronbach's α .91로 매우 높았다. 하위요인의 신뢰도는 정서적 반응 .80, 자기입장 .75, 정서적 단절 .57, 타인과의 융합 .82, 그리고 정서적 융합은 .80이었다.

3) 스트레스 대처 방식 척도

스트레스 대처방식 척도는 Folkman과 Lazarus(1985)가 개발한 69개 문항으로 이루어진 척도를 김정희와 이장호(1985)가 요인분석 과정을 거쳐서 구성한 62개 문항 중 본 연구에 맞게 수정한 61개 문항의 척도를 사용하였다. 이 척도는 일반적 스트레스에 대한 관하여 적극적 대처인 문제 중심적 대처(21문항)와 사회적 지지 추구 대처(6문항), 소극적 대처인 정서 중심적 대처(23문항)와 소망적 사고 대처(12문항)로 구성되어 있다. 문제 중심적 대처는 스트레스 상황을 만든 것으로 판단되는 사람과 환경 그 자체를 바꾸게 하려는, 즉 스트레스 근원에 작용하려는 노력이고, 사회적 지지 추구 대처는 스트레스 사건이나 상황을 해결하기 위해 누군가의 도움을 요청하는 대처방식이다. 정서 중심적 대처는 스트레스와 관련되거나 스트레스로부터 초래되는 감정상태를 통제하려는 노력으로 정서적 고통의 조절을 통해 삶과 환경의 관계에 변화를 가져오려는 노력을 말한다. 또한 소망적 사고 대처는 스트레스 유발상황이나 사건과 거리를 두고 바람직한 상황을 생각하거나 상상함으로써 대처하는 방식을 의미한다.

각 문항은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(4점)까지의 Likert 척도로 하위요인별 평균을 계산하고 평균이 높을수록 해당요인의 대처방식을 많이 사용함을 의미한다.

신뢰도 분석 결과 전체 신뢰도는 Cronbach's α .87이었다. 하위요인별 신뢰도는 적극적 대처의 문제 중심적 대처 .85, 사회적 지지 추구 대처 .57, 소극적 대처의 정서 중심적 대처 .72, 소망적 사고 대처 .74였다.

3. 자료 분석 방법

본 연구에서는 SPSS WIN 16.0을 사용하였고 조사대상자의 일반적 특성을 알아보기 위하여 빈도와 백분율을 산출하였다. 연구문제와 관련하여 변인들의 일반적 경향을 파악하기 위하여 각 변인들의 평균과 표준편차를 산출 하였고 일반적 특성에 따른 변인을 파악하기 위해 t-test와 ANOVA를 실시하고 사후검증으로 Duncan test를 실시하였다. 부모에 대한 애착과 자기분화 및 스트레스 대처방식 간의 상관관계를 검증하기 위해 Pearson의 상관 계수를 산출하였으며, 마지막으로 일반적 특성변인과 부모에 대한 애착 및 자기분화가 스트레스 대처방식에 미치는 영향력을 알아보기 위해서 중다회귀분석을 실시하였다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 변인의 일반적 경향 및 일반적 특성변인에 따른 차이

<표 2>에 나타난 바와 같이 대학생이 지각한 부모에 대한 애착의 정도는 전체 4.94로 나타나 부모와 비교적 높은 애착관계를 형성하고 있는 것으로 나타났다. 자기분화의 수준은 2.52로 보통정도였고, 스트레스 대처방식에는 적극적대처가 2.82로 소극적 대처의 2.66보다 높아 스트레스 상황에서 적극적 대처방식을 조금 더 사용하는 것으로 나타났다.

대학생들의 일반적 특성인 성별, 연령, 전공, 부모의 교육수준, 월소득, 종교에 따른 부모에 대한 애착, 자기분화, 스트레스 대처방식의 차이를 검증한 결과는 <표 3>과 같다.

먼저 일반적 특성변인에 따른 부모에 대한 애착의 차이검증 결과 대학생의 연령과 월소득에 따라 유의한 차이를 나타냈다. 23세부터 25세까지의 집단이 26세부터 31세까지의 집단보다 부모에 대한 애착의 정도를 높게 지각하고 있었다. 그리고

<표 2> 변인의 일반적 경향

변 인	Min	Max	M	SD	
부모애착	-.60	9.00	4.94	1.82	
자기분화	.92	4.16	2.52	.59	
스트레스대처	적극적대처	1.67	4.00	2.82	.33
	소극적대처	1.91	3.89	2.66	.31

<표 3> 일반적 특성변인에 따른 차이검증 결과

변 인	구 분	부모애착	자기분화	스트레스대처	
				적극적 대처	소극적 대처
성 별	남 자	5.11(1.85)	2.75(.58)	2.84(.34)	2.60(.31)
	여 자	4.79(1.78)	2.33(.53)	2.80(.31)	2.71(.30)
	t값	1.54	6.47***	.98	-3.15**
연 령	20~22세	4.74(1.68) ^{ab}	2.35(.56) ^a	2.79(.35)	2.71(.33)
	23~25세	5.30(1.88) ^b	2.68(.57) ^b	2.85(.31)	2.61(.28)
	26~31세	4.43(2.07) ^a	2.77(.62) ^b	2.85(.28)	2.67(.24)
	F값	4.61*	14.01***	1.07	3.74*
교육수준	중졸 이하	4.80(1.76)	2.71(.59) ^b	2.73(.30) ^a	2.62(.30)
	고 졸	5.03(1.64)	2.53(.56) ^{ab}	2.81(.34) ^{ab}	2.65(.28)
	대졸 이상	4.92(2.00)	2.44(.61) ^a	2.87(.33) ^b	2.69(.34)
	F값	.31	4.12*	3.21*	1.34
부 모	중졸 이하	4.62(1.62)	2.58(.57)	2.75(.27) ^a	2.61(.24)
	고 졸	4.94(1.86)	2.55(.60)	2.82(.34) ^{ab}	2.67(.32)
	대졸 이상	5.21(1.88)	2.43(.60)	2.89(.35) ^b	2.70(.34)
	F값	1.89	1.48	3.32*	1.44
월소득	200만원 이하	4.88(1.74) ^{ab}	2.66(.68)	2.71(.34) ^a	2.62(.29)
	201~400만원 이하	4.70(1.88) ^a	2.53(.57)	2.84(.32) ^b	2.67(.30)
	401만원 이상	5.35(1.75) ^b	2.44(.57)	2.86(.31) ^b	2.68(.32)
	F값	3.63*	2.44	3.99*	.69

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

<표 4> 부모에 대한 애착과 자기분화와의 상관관계

변 인	자기분화 하위요인					자기분화 전체
	정서적반응	자기 입장	정서적단절	타인과의 융합	정서적융합	
부모 애착	.17**	.17**	.34***	.18**	.19**	.27***

p<.01, *p<.001

대학생 가정의 월소득이 401만원 이상인 집단이 201만원에서 400만원 사이의 월소득이 있는 집단보다 부모에 대한 애착의 정도가 높았다. 이러한 결과는 성별에 따른 부모에 대한 애착의 정도는 유의한 차이가 없고, 가족의 생활수준에 따라 유의한 차이를 보인다고 한 나보영(2008)의 연구와 일치한다. 그러나 아버지의 교육수준에 따라 부모에 대한 애착의 정도가 유의한 차이를 보인다는 황미진(2007)의 연구와는 일치하지 않는다.

다음으로 일반적 특성변인에 따른 자기분화의 차이는 성별과 연령, 부의 교육수준에 따라 유의한 차이를 보였다. 남학생이, 그리고 23세부터 31세까지의 집단이, 아버지의 학력이 중졸이하인 집단이 자기분화의 수준이 높다고 지각하였다. 이러한 결과는 연령이 높을수록 자기분화의 수준이 높다고 한 유희정(2005)의 연구결과와 일치한다. 그러나 대학생의 성별과 아버지의 교육수준에 따른 자기분화는 유의한 차이가 없고 어머니의 교육수준에 따라서 유의한 차이를 보인다고 한 나보영(2008)의 연구결과와 일치하지 않는다.

일반적 특성변인에 따른 스트레스 대처방식에 따른 차이는 적극적 대처방식에서 부모의 교육수준과 월소득에 따라 유의한

차이가 있었다. 즉 부모의 교육수준이 대졸이상인 집단과, 월소득이 201만원 이상인 집단이 스트레스 상황에서 적극적인 대처방식을 더 사용하는 것으로 나타났다. 또한 소극적 대처방식에서는 성별과 연령에 따라서 유의한 차이를 보였는데 여학생이 남학생에 비하여 소극적으로 대처하는 것으로 나타났다.

대학생의 일반적 특성변인 중 전공과 종교에 따른 각 변인들은 유의한 차이를 보이지 않았다.

2. 부모에 대한 애착과 자기분화의 관계

대학생이 지각한 부모에 대한 애착과 자기분화의 상관관계를 분석한 결과, 정적 상관관계를 보였다. 이는 부모와 의사소통이 원활하고 신뢰감이 높고 조사대상자의 정서적 욕구에 부모가 안정적으로 반응하며 부모로부터 분노를 적게 느낄수록 자기분화 수준이 높다고 할 수 있다. <표 4>와 같이 부모에 대한 애착과 정서적 단절의 상관관계가 $r=.34(p<.001)$ 로 가장 높게 나타났고 다음으로 총 자기분화, 정서적 융합, 타인과의 융합, 정서적, 단절과 자기입장 순으로 높게 나타났다.

<표 5> 자기분화와 스트레스 대처방식의 상관관계

변 인	자기분화 하위요인					자기분화전체
	정서적반응	자기 입장	정서적단절	타인과의 융합	정서적융합	
적극적대처	.14*	.33***	.08***	.05***	-.02***	.15*
소극적대처	-.22***	-.05	-.27	-.37	-.36	-.34***

*p<.05, ***p<.001

<표 6> 부모에 대한 애착과 스트레스 대처방식의 상관관계

변 인	적극적대처		전 체	소극적대처		전 체
	문제중심적 대처	사회적 지지추구 대처		정서중심적 대처	소망적 사고대처	
부모애착	.26***	.21***	.28***	-.16**	.02	-.10

p<.01, *p<.001

이는 부모와의 긍정적인 애착을 형성할수록 자기분화수준이 높다고 보고한 나보영(2008)의 연구와, 애착이 자기분화 전반에 긍정적인 의미를 갖는다고 한 박영호(2006)의 연구와 일치한다.

3. 자기분화와 스트레스 대처방식간의 관계

자기분화와 스트레스 대처방식간의 상관관계를 분석한 결과는 <표 5>와 같다. 자기분화수준이 높을수록 스트레스상황에서 적극적으로 대처하고(r=.15), 자기분화수준이 낮을수록 스트레스에 대해 소극적으로 대처하는 정도가 높았다(r=-.34). 자기분화 하위영역별로 살펴보면 정서적 반응이 낮고 자기입장의 정도가 높을수록 스트레스에 적극적 대처방식을 사용하고, 정서적 반응과 정서적 단절, 타인과의 융합의 정도가 높을수록 소극적 대처방식을 사용하는 것으로 나타났다. 그러나 자기분화를 나타내는 요인 중 정서적단절과 타인과의 융합, 정서적 융합은 적극적 대처와 상관관계를 보이지 않았고, 자기입장은 소극적 대처와 상관관계를 보이지 않았다.

이는 적극적인 대처방식은 높은 수준의 자기분화와 관련이 있고 소극적 대처방식은 낮은 수준의 자기분화와 관련이 있다고 한 Nancy와 Paul(2004)의 연구와 일치하였다. 그리고 자기분화수준이 낮을수록 소극적 대처방식을 많이 사용한다고 나타난 한정아(2005)의 연구와 자기분화수준이 높은 집단과 적극적 대처방식과의 유의한 차이가 있다고 한 조상희(2004)의 연구와도 일치하였다. 또한 청소년의 연구에서도 자기분화가 잘 이루어진 청소년들이 스트레스 대처 시 적극적 대처를 많이 사용하며, 타인에게 화를 내거나 당황하는 감정 중심적 대처를 하지 않음으로서 대인관계에 더 적응적이었다고 한 이민수(2000)의 연구와도 일치하였다.

4. 부모에 대한 애착과 스트레스 대처방식간의 관계

부모에 대한 애착과 스트레스 대처방식간의 상관관계는 적극적 대처방식에서 유의한 정적 상관관계(r=.28)를 보였다. 스트레스 대처방식의 하위영역별로 살펴보면 부모에 대한 애착이 높을수록 문제 중심적 대처방식과 사회적 지지추구 대처방식을 많이 사용하였다. 소극적 대처방식 전체와는 상관관계를 보이지 않았으나 정서 중심적 대처방식과는 부적상관관계를 보여 부모에 대한 애착이 낮을수록 정서 중심적 대처방식을 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이는 부모의 지지를 높게 지각할수록 적극적인 스트레스 대처행동을 선택한다고 한 김미영(1999)의 연구와 부모의 양육태도와 스트레스 대처행동과는 정적상관관계를 지닌다고 한 고영실(2006)의 연구결과와 일치한다(<표 6> 참조).

5. 스트레스 대처방식에 대한 관련 변인의 영향력

대학생들의 스트레스 대처방식에 대한 관련변인의 영향력을 알아보기 위해 앞서 실시한 조사대상자의 일반적 특성에 따른 스트레스 대처방식의 차이검증 결과 유의한 차이가 있는 변인과 부모에 대한 애착, 자기분화를 독립변인으로 투입하여 중다회귀 분석을 실시한 결과는 <표 7>, <표 8>과 같다.

먼저 적극적 대처방식에 미치는 영향력을 분석한 결과 월소득(β=.15)과 부모에 대한 애착이(β=.27) 유의한 영향을 미치고 13%의 설명력을 지니는 것으로 나타났다. 소극적 대처방식에는 자기분화 수준이(β=-.31) 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다 그 설명력은 12%였다.

즉 월소득이 높을수록 그리고 부모와 높은 애착이 형성되어 있을수록 스트레스상황에 적극적인 대처방식을 많이 사용하고, 자기분화가 낮을수록 소극적 대처방식을 많이 사용한다고 나타났다. 이러한 결과는 배옥현과 홍상욱(2008)의 연구결과

<표 7> 적극적 대처방식에 대한 중다회귀분석 결과

독립변인	종속변인		적극적대처	
			b	β
교육수준 ^a	부학력		.04	.06
	모학력		.02	.03
	월소득 ^b		.12	.15*
	부모애착		.05	.27***
	자기분화		.06	.10
	R ²		.13	
	F값		8.69***	

*p<.05 ***p<.001

※ a : 교육수준 : 고졸이하=0 · 대졸이상=1, b : 월소득 : 200만원이하=0 · 201만원이상=1

<표 8> 소극적 대처방식에 대한 중다회귀분석 결과

독립변인	종속변인		소극적대처	
			b	β
	성 별 ^a		.03	.05
	연 령 ^b		-.02	-.03
	부모애착		-.00	-.02
	자기분화		-.16	-.31***
	R ²		.12	
	F값		10.02***	

***p<.001

※ a : 성별 : 남자=0 · 여자=1, b : 연령 : 20-22세=0 · 23-31세=1

에서 나타난 자기분화가 소극적 대처에 영향을 미친다는 결과와는 일치하나 자기분화가 적극적 대처에도 영향력을 미친다는 결과와는 일치하지 않았다.

V. 논의 및 제언

본 연구는 대학생이 지각한 부모에 대한 애착과 자기분화 및 스트레스 대처방식간의 상관관계와 스트레스 대처방식에 영향을 미치는 요인을 알아보기 위해 실시하였다. 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 대학생이 지각한 부모에 대한 애착의 정도는 비교적 높은 애착관계를 형성하고 있었고, 보통수준의 자기분화가 형성되어 있는 것으로 나타났다. 그리고 스트레스 상황에서 소극적 대처방식보다 적극적 대처방식을 조금 더 사용하는 것으로 나타났다.

둘째, 일반적 특성변인에 따른 부모에 대한 애착의 차이는 연령과 월 소득에서 유의한 차이를 보였다. 20대 중반의 대학생들이 20대 초반과 후반의 대학생들보다, 월소득이 많은 집단이 부모에 대한 애착이 더 높다고 지각하고 있었다. 월소득에 따른 차이의 분석결과는 가정의 경제수준이 높을수록 부모에게 느끼는 정서적 애착이 더 높다고 한 이경은(2005)과 황미진

(2007)의 연구를 뒷받침한다고 볼 수 있다. 또한 부모들 입장에서는 자녀들의 교육비 증가로 인한 경제적인 스트레스가 가중되어 가족 간 갈등이 발생하는 시기(금명자, 김택호, 김은, 2002)인만큼 가정의 경제적 안정이 부모-자녀간의 정서적 관계에 긍정적으로 작용된 결과라 사료된다.

셋째, 일반적 특성변인에 따른 자기분화의 차이는 성별과 연령, 부학력에 따라 유의한 차이를 나타냈다. 이는 가부장적 체제의 영향으로 남성에게 감성보다 이성을 더 중요시 여겼기 때문에 남성이 여성보다 자기분화 수준이 높을 것이라고 한 나보영(2008)의 연구를 뒷받침해준다고 볼 수 있다. 또한 연령에 따른 자기분화 수준의 차이 결과는 연령이 높을수록 사회로 독립해 나가면서 이성적으로 생각하고, 판단을 내리는 환경에 보다 많이 직면하게 되기 때문인 것으로 사료된다.

넷째, 일반적 특성변인에 따른 스트레스 대처방식의 차이는 적극적 대처방식에서는 부모의 교육수준과 월소득에 따라서 유의한 차이를 보였다. 이는 대학생의 스트레스 대처방식에 부모가 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 즉 부모의 교육수준이 높을수록 스트레스 상황에서 문제를 회피하기 보다 문제에 직면하여 문제를 해결하고자 하는 적극적 대처방식을 더 많이 사용하고(이희진, 2002) 이러한 모습이 자연스럽게 자녀에게 모델링이 되거나 교육을 통하여 전달됨으로써 부모의 교육수준에 따라 적극적 대처방식에 차이를 보이는 것으로 사료된다.

소극적 대처방식에는 성별과 연령에 따라서 유의한 차이를 보였는데 스트레스 상황에서 여학생이, 그리고 연령이 낮은 집단이 소극적 대처방식을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다.

다섯째, 대학생이 지각한 부모에 대한 애착과 자기분화는 정적 상관관계를 보였다. 이는 연구대상자의 정서적 욕구에 대한 부모의 반응이 안정되어 있고 부모에 대한 분노가 적을수록 타인과 외부환경의 자극에 감정으로 반응하는 정도가 낮고 친밀한 관계에서 자신의 정체성을 잃어버릴지도 모른다는 두려움의 정도가 낮다고 볼 수 있다. 또한 부모와의 애착이 높게 형성되어 있을수록 의미있는 타인과의 정서적 관계에서 타인과 동일시하는 정도와 개인의 자존감이나 정서체계가 타인과의 관계의 깊이에 영향을 받는 정도가 낮은 반면, 자신에 대한 생각은 명확하게 정립되어 있다고 해석할 수 있다.

여섯째, 자기분화와 스트레스 대처방식간의 상관관계를 분석한 결과, 자기분화수준이 높을수록 스트레스상황에서 적극적으로 대처하고 자기분화수준이 낮을수록 스트레스에 대해 소극적으로 대처하는 것으로 나타났다. 이는 지적기능과 정서적 기능의 분화가 잘 되어 객관적이고 독립적으로 사고하고 융통성이 있을수록 스트레스 상황에 직면했을 때 스트레스 상황 자체를 변화시키고자 적극적인 노력을 하는 적극적 대처방식을 사용한다고 볼 수 있다. 반면에 타인으로부터 자신을 분리하는데 어려움을 느끼고, 타인의 견해에 심하게 의존하는 가짜자아가 발달될수록, 그리고 개인이 자존감이나 정서체계가 타인에 의해 깊은 영향을 받을수록 스트레스상황을 변화시키기보다 그에 수반되는 부정적인 정서를 다루거나 완화시키는데 초점을 두는 소극적 대처방식을 사용한다고 볼 수 있다.

일곱째, 부모에 대한 애착과 스트레스 대처방식간의 상관관계는 적극적 대처방식에서 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 대학생이 부모에 대한 애착을 높게 지각할수록 즉, 부모와 언어적 의사소통이 잘 이루어지고 정서적 욕구에 대하여 부모가 안정적인 반응을 보이며 부모에 대한 분노가 적을수록 스트레스 발생 시 스트레스 상황자체를 변화시키고자 하거나 본인의 입장이나 생각을 타인에게 피력하여 지지받거나 관철시키려는 적극적 대처방식을 많이 사용한다고 볼 수 있다. 또한 부모에 대한 애착이 낮을수록 스트레스상황을 변화시키기보다 그에 수반하는 부정적 정서를 다루거나 완화시키는 소극적 태도를 많이 사용하는 것으로 나타났다. 즉 부모와 애착을 높게 형성할수록 스트레스 상황에서 고민에 빠져있기보다 문제해결 위해 의사결정을 하고 적극적인 행동을 취하는 모습을 많이 보인다고 할 수 있다.

마지막으로 스트레스 대처방식에 영향을 미치는 요인을 분석한 결과 월 소득과 부모에 대한 애착이 적극적 대처에, 자기분화가 소극적 대처에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 부모와의 애착이 높게 형성되어 있을수록 스트레스에 당면하였을 때 적극적인 대처방식을 사용하고 자기분화 수준이 낮을

수록 스트레스에 대한 개인의 부정적인 정서를 다루거나 완화시키는데 초점을 두는 소극적인 대처를 많이 사용하는 것으로 해석될 수 있다.

적극적 대처방식에 자기분화가 영향을 미치지 않는다는 결과는 선행연구결과(배옥현·홍상욱, 2008)와 일치하지 않았는데, 결과분석방법을 비교해 보면 배옥현과 홍상욱(2008)의 연구에서는 스트레스 대처방식에 영향을 미치는 요인으로 자기분화 변인 1개만 투입했다는 차이점이 있다. 본 연구에서도 선행연구와 동일한 조건인 일반적 특성변인과 부모에 대한 애착 변인을 제외하고 자기분화 변인만 투입하여 분석하였을 때 자기분화에 유의한 영향을 미친다($\beta=.15^*$)는 결과가 도출되었다. 이로써 선행연구와 동일한 조건에서의 분석결과는 서로 일치한다고 볼 수 있으며, 자기분화가 높을수록 적극적 대처방식을 많이 사용한다고 해석할 수 있을 것이다. 또한 본 연구의 자기분화와 스트레스 대처방식의 상관관계 결과에서 자기분화전체와 적극적 대처방식이 정적 상관을 보였다는 점에서 적극적 대처방식에 자기분화가 어느 정도 영향을 미칠 것이라고 사료된다.

이상의 결과를 종합해 볼 때 대학생들이 경험하는 부모에 대한 애착과 자기분화 및 스트레스 대처방식은 독립된 것으로 존재하는 것이 아니라 지각된 부모에 대한 애착과 자기분화의 정도에 따라 스트레스 대처방식이 다름을 알 수 있었다. 즉 부모애착과 스트레스대처방식간의 관계를 보면, 부모에 대한 애착이 적극적 대처방식에 중요한 요인이었음을 감안했을 때, 대학생들이 스트레스 상황에 직면하였을 때 스스로 스트레스 원인이 되는 문제를 해결할 수 있도록 부모와의 원활한 의사소통과 정서적 지지가 이루어지는 가족환경이 필요하다고 할 수 있다. 그리고 스트레스 대처방식에 가족요인이 중요한 변인으로 작용할 것이며 부모와의 안정적인 애착을 형성한 대학생들이 다양한 스트레스 상황에도 긍정적으로 대처할 수 있는 저력을 가질 것이라는 가정은 입증되었다고 볼 수 있다.

자기분화와 스트레스대처방식간의 관계에서 자기분화가 대학생의 스트레스 상황에서 문제에 직면하는 것보다 스트레스에 대한 자신의 감정을 조절하고자 하는 소극적 대처방식을 결정하는데 중요한 요인으로 작용하므로 감정과 이성을 분리시키고 타인과의 관계에서 분리되어 자기 정체성을 높일 수 있는 자기통찰의 기회가 필요하다고 할 수 있다. 이러한 결론은 그간 자기분화와 스트레스 대처방식간의 관계를 밝힌 다수의 연구결과(김현영, 2004; 배옥현·홍상욱, 2008; 이민수, 2000; 조상희, 2004; Nancy & Paul, 2004)를 입증했다고 볼 수 있다.

따라서 스트레스 대처방식에 영향을 미치는 변인으로 자기분화뿐 아니라 부모에 대한 애착의 정도 또한 중요한 역할을 하고 있었음이 밝혀졌다. 즉 부모에 대한 애착과 자기분화는 대학생의 스트레스를 효과적으로 극복할 수 있는 유용한 변인으로 여겨지는 만큼, 부모와의 애착과 자기분화 수준을 높일 수 있는 대학생들을 대상으로 한 자기성찰 및 가족관계향상과

관련한 교육과 상담과 같은 작업이 지속적으로 이루어져야 할 것으로 생각된다. 또한 다양한 스트레스를 경험하면서 고민하고 가족이나 사회에서 부적응하는 대학생들을 위로하고 지지하며, 적극적인 대처방식을 많이 사용할 수 있도록 실질적인 도움을 제공하는 정책도 마련되어야 할 것이다.

대학생들의 부모애착과 자기분화, 스트레스 대처방식간의 관계에 대한 본 연구의 몇 가지 제한점을 기초로 후속연구를 제안하면 다음과 같다.

첫째, 스트레스 대처방식에 영향을 미치는 관련변인으로 부모에 대한 애착과 자기분화를 연구한 결과 변인간의 상관관계 및 영향력에 대한 가설을 입증하였다. 그러나 상관계수 및 영향력에 대한 설명력은 높은 정도를 보이지 않았는데 두 변인과 스트레스 대처방식에 대한 후속연구가 경험적으로 계속 이루어져야 할 것이다.

둘째, 본 연구는 전라북도와 광주 소재의 일부 대학생들을 표집 하였는데, 대학생의 규모를 감안했을 때 연구결과의 일반화에는 무리가 있다. 따라서 전국을 대표할 수 있는 표집에 기초한 연구를 기대해 본다.

【참 고 문 헌】

- 강부명(2003). **대학생들의 사회심리적 스트레스 요인과 대처 방식** - 성별, 학년별, 계열별 차이를 중심으로 -. 건국대학교 석사학위논문.
- 고영실(2006). **부모의 양육태도 및 사회적 지지가 아동의 스트레스 대처행동에 미치는 영향** - 가정관련 스트레스를 중심으로. 경희대학교 석사학위논문.
- 권미영(1993). **청소년의 자아분화와 부적응증상 및 문제행동과의 관계연구**. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 금명자 · 김택호 · 김은(2002). **청소년 상담의 기초**. 한국청소년상담원 출.
- 김광수 · 김수아(2001). **대학생이 지각한 가족체계유형에 따른 자기분화 정도 및 의사결정의 차이**. **한국초등교육**, 17(1), 269-291.
- 김미영(1999). **아동이 지각한 사회적 지지가 일상스트레스 및 대처행동에 미치는 영향**. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김은진(2001). **부모에 대한 심리적 독립과 애착이 대학생의 진로 결정 수준에 미치는 영향**. **인간이해**, 22, 97-116
- 김정희 · 이장호(1985). **스트레스 대처방식의 구성요인 및 우울과의 관계**. **행동과학연구**, 7(1), 127-138.
- 김진호(2001). **청소년들의 약물사용의 태도와 그들이 지각한 부모의 양육태도 및 분화수준의 관계**. 우석대학교 석사학위논문.
- 김현영(2004). **청소년의 자기분화가 스트레스 대처에 미치는 영향**. 상명대학교 석사학위논문.
- 나보영(2008). **대학생이 지각한 부모애착과 자기분화 및 친밀한 관계에 대한 두려움**. 전북대학교 석사학위논문.
- 남상인(2003). **청소년의 자아분화와 자아존중감의 관계**. **순천향 인문과학논총**, 12(1), 77-91
- 박연성 · 현은민(2007). **청소년의 자아탄력성과 스트레스 대처방식**. **한국가정관리학회지**, 25(6), 83-94.
- 박영호(2006). **한국적 부모-자녀관계가 대인관계 능력에 미치는 영향**: 부자유친성정, 애착, 우리의식, 자기분화를 중심으로. 카톨릭대학교 석사학위논문.
- 박지선(2000). **대학생의 동료에 대한 애착정도와 자기분화 및 인간관계 성숙도와의 관계연구**. 동아대학교 석사학위논문.
- 배미예(2007). **청소년의 자아분화가 자기통제력, 대인관계 문제 및 우울/불안에 미치는 영향**. 경남대학교 석사학위논문.
- 배우현 · 홍상욱(2008) **대학생의 자기분화 정도가 스트레스 수준 및 대처방식에 미치는 영향에 관한 연구**. **한국생활과학회지**, 17(1), 27-34
- 백지숙(2000). **대학생의 부모에 대한 애착이 자아존중감, 대학 적응에 미치는 영향**. **한국가정관리학회지**, 18(1), 127-137
- 서희재(2005). **부모애착, 사회적지지, 분리-개별화가 대학생활 적응에 미치는 영향**. 계명대학교 석사학위논문.
- 유희정(2005). **전문대학생의 자아분화 정도에 따른 대학생활 적응 및 진로준비행동**. 전주대학교 상담대학원 석사학위논문.
- 이경은(2005). **부모와의 애착과 고등학생의 자아존중감 및 성취동기와의 관계**. 경희대학교 석사학위논문.
- 이경민(2004). **대학생들의 부모에 대한 애착과 심리적 독립 및 역기능적 진로사과의 관계**. 홍익대학교 석사학위논문.
- 이민수(2000). **가족응집력과 자기분화가 공감과 스트레스 대처방식에 미치는 영향**. 한양대학교 석사학위논문.
- 이유미(1995). **청소년의 스트레스와 인지적 평가에 관한 연구**. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 이희진(2002). **시각장애아 부모의 양육 스트레스 정도 및 스트레스 대처방식 연구**. 대구대학교 석사학위논문.
- 장중선(1996). **심리적 성장환경과 자아정체감에 관한 연구**: 정상집단과 비행집단간의 비교를 중심으로. 경기대학교 석사학위논문.
- 장희숙(2002). **청년후기의 부모에 대한 애착, 분리-개별화 및 심리사회적 적응**. **한국심리학회지 발달**, 15(1), 101-121
- 정정숙(1994). **자아 정체감과 독립성 및 애착 간의 관계**. 고려대학교 석사학위논문.
- 정혜정 · 조은경(2007). **한국형 자기분화 척도개발과 타당성에 관한 연구**. **한국가족치료학회지**, 15(1), 19-46.
- 조상희(2004). **대학생의 자기분화 정도와 스트레스 수준 및**

- 대처방식과의 관계.** 전주대학교 석사학위논문.
- 조은경(2002). 기혼남녀의 자기분화 수준에 따른 갈등 대처 행동 및 결혼 적응에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, **20(1)**, 1-16.
- 진수경(1995). **애착, 심리적 독립성 및 성별에 따른 대학생 생활 적응과의 관계.** 카톨릭대학교 석사학위논문.
- 최동선(2003). 대학생의 진로탐색행동과 동기 요인 및 애착의 관계 분석. *한국직업교육학회*, **22(1)**, 115-143
- 최희진(2004). **일반청소년과 비행청소년이 지각하는 가족기능도와 그에 따른 스트레스대처방식.** 경희대학교 박사학위논문.
- 한정아(2005). **대학생의 자기분화와 스트레스 대처방식 : 부정적 기분조절 기대치를 매개변인으로.** 서강대학교 석사학위논문.
- 황미진(2007). **여자청소년들의 부모자녀관계와 심리적 복지 및 섭식태도의 관계.** 전북대학교 석사학위논문.
- Billing, A. G., & Moos, R. H.(1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *Journal of Behavioral Medicine*, **4**, 139-157.
- Bowen, M.(1976). *Theory in the practice of psychotherapy. Family Therapy*. N.Y.: Gardner Press.
- Bowen, M.(1982). *Family therapy in clinical practice*. New York; London Aronson.
- Bowlby, J.(1977). The making and breaking of affectional bonds. I. Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. *Brit. J. Psychiatry*, **130**, 201-210.
- Bowlby, J.(1980). *Attachment and loss. Vol. 3: Loss, sadness and depression*. N.Y.; Basic Books.
- Gay C. Armsden, & Mark T. Greenberg(1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Well-Being in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, **16(5)**, 427-454.
- Kerr, M. E., & Bowen, M.(1988). *Family Evaluation*. N.Y.: Norton.
- Lazarus, R. S., & Launier, R.(1978). Stress related transactions between person and environment. In Pervin L.A, & Lewis M, eds. *Perspectives in international psychology*. N.Y.: Plenum Press; 1978. 287-327.
- Lazarus, R. S., & Folkman(1984). *Stress, appraisal and coping*. N.Y. Springer Publishing Co.
- Maureen E. Kenny(1987). The Extend and Function of Parental Attachment Among First-Year College Student. *Journal of Youth and Adolescence*, **16(1)**,17-29.
- Nancy L. Murdock, & Paul A. Gore, Jr(2004). Stress, Coping, and Differentiation of Self: A test of Bowen Theory. *Contemporary Family Theory*, **26(3)**, 319-335.
- Pearlin, L., & Schooler, C.(1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, **19**, 2-21.
- Ryan, N. E., Solberg, V. S., & Brown, S. D.(1996). Family dysfunction, parental attachment and career search self-efficacy among community college students. *Journal of Counseling Psychology*, **43**, 84-89.
- Shyamaia Nada Raja, & Rob McGee & Warren R. Stanton(1992). Perceived Attachment to Parents and Peers and Psychological Well-Being in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, **21(4)**, 471-485.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L.(1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, **45**, 235-246.

접수일 : 2009년 01월 15일

심사일 : 2009년 01월 22일

심사완료일 : 2009년 03월 13일