

---

# 일 간호 대학생의 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감 및 생활스트레스

전미경\*, 김민숙\*\*

## A Study on relationships among Parent-adolescent communication, Self Differentiation, Self Esteem, Life Stress in Nursing department students

Mi-kyung Jeon\*, Kim Minsuk\*\*

**요 약** 본 연구의 대상은 M시 소재 일개 간호 대학생 305명을 편의 표집하여 구조화된 설문지를 통해 자료를 수집하였고 자료는 SPSS/WIN 18.0 프로그램을 이용하여 t-test, ANOVA, Bonferroni 사후검정을 실시하였으며 각 변수 간의 관계를 분석하기 위해 Pearson's correlation coefficient를 산출하였다. 그리고 생활스트레스에 영향을 주는 요인은 Multiple regression analysis로 분석하였다. 연구결과, 엄마와 주로 의사소통을 하고 있으며 대화시간은 의사소통이 개방적이고 자아분화 수준을 높이기 위해서는 30분 이상의 시간이 필요하며 장래 직업과 연결되는 전공을 스스로 선택하는 것이 스트레스를 적게 경험하는 것임을 알 수 있었다. 생활스트레스 경험빈도에 영향을 주는 요인으로 생활스트레스 중요도, 자아분화, 자아존중감의 순서로 설명력이 나타나고 있다. 요약하면 청소년기 전반에 걸쳐 자아분화와 자아존중감 수준을 향상시킨다면 스트레스가 감소되며 긍정적인 대학생활을 할 수 있으리라 생각한다. 스트레스 조절을 위한 관리와 자아분화와 자아존중감 수준이 향상될 수 있는 적절한 간호중재의 적용이 필요하며 그 효과를 파악하는 연구의 필요성을 제언한다.

**주제어** : 간호대학생, 의사소통, 자아분화, 자아존중감, 생활스트레스

**Abstract** The purpose of this study was to explore relationship among communication with parent, self differentiation, self esteem, life stress in nursing department students. Data were collected from 305 nursing department students and analyzed using descriptive statistics, t-test, ANOVA, Bonferroni's test, Pearson's correlation coefficients and multiple regressions with the SPSS/WIN 18.0 program. Stress frequency differed according to stress importance, self differentiation, self esteem. Hierarchical multiple regression analysis showed stress importance, self differentiation, self esteem explained 38.6% of the total variance in stress frequency. The findings indicate that stress importance, self differentiation, self esteem have an influence on stress frequency. We need to develop and provide nursing intervention programs to decrease college student's stress.

**Key words** : Nursing students, Communication, Self differentiation, Self esteem, Life stress

---

### 1. 서론

현대사회가 산업화되고 정보화되면서 환경의 변화는 극심해지고 복잡한 사회구조 속에서 사람들은 다양한 갈등을 경험하면서 여러 가지 스트레스에 시달리고 있다.

그 중에서도 대학생들은 대학에 진학하면서부터 부모의 보호에서 벗어나 스스로의 행동과 사고에서 책임감이 뒤따르고 자율성 또한 요구받게 되어 대학생생활 적응에 어려움을 느끼게 된다[24]. 또한 대학생이 되면서 가정이나 사회로부터 능동적이고 책임감을 가진 사회인으로서의

---

\*분경대학교 간호학과 조교수

\*\*백석문화대학교 간호학과 조교수(교신저자)

논문접수: 2013년 2월 1일, 1차 수정을 거쳐, 심사완료: 2013년 3월 5일, 확정일: 2013년 4월 20일

역할을 기대 받게 되므로 스트레스의 강도가 높아지게 되고 자신의 직업을 결정하는 전공의 선택과 장래에 대한 대비, 새로운 대학 환경, 대인관계 등 스트레스를 경험한다. 최근의 대학생들은 장래를 위하여 자격증 취득이나 취업이 보장되어 있는 보건 의료 전문직을 선호한다. 하지만 보건 의료 전문직은 인간의 생명에 관여하는 직업으로 특히 간호사라는 직업은 다른 어떤 보건 의료 전문직보다도 스트레스가 더 많이 존재할 것이다. 스트레스와 스트레스 대처는 개인이 사회생활을 적응하는데 중요한 요소이며 인간은 각종 스트레스에 의하여 정신적, 정서적, 심리적 영향을 받으며 살아가기 때문이다. 그러므로 어떠한 요인이 영향을 미치는지를 파악하는 것은 중요하고도 필요한 작업이다[25]. 그 요인 중의 하나인 부모-자녀 간 의사소통은[17], 인간의 생명을 다루는 간호사라는 직업을 가지게 되는 간호학생에게 적절하고 효과적인 의사소통 능력 향상을 위한 기본이 될 수 있고 인간관계 및 의사소통 갈등을 적절하게 해소하게 하고 학생 자신의 역할과 직업관에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 또한, 생활 스트레스와 관련 하여 자아분화와 자아존중감은 스트레스 연구에서 다루어지고 있는 중요한 주제이다.

자아분화는 Bowen의 이론에서 가장 핵심이 되는 개념으로서 어린아이가 어머니와의 융합에서 서서히 벗어나 자기 자신의 정서적 자주성을 향해 나아가는 장기적 과정을 말한다[28]. 자아분화가 된 사람은 관계 내 영향들의 압력 하에서 특히, 가족의 강한 정서적 영향 하에서 가족의 정서에 얽매이지 않고 자신의 진정한 본연의 모습을 잃지 않으면서도 의미 있는 타인과 함께 정서적 연합을 할 수 있다. 반면에, 미분화된 사람은 독립적으로 명확히 사고할 수 있는 능력이 부족하여 상황에 감정적으로 대응하고 자신과 타인을 융해시키고자 한다[30].

분화수준과 스트레스와의 관계를 살펴보면, 분화수준이 낮은 사람은 타인의 인정을 중시하고 타인이나 상황의 압력에 따라 쉽게 변하며 스트레스에 약해 증상을 나타내기 쉬우나 분화 수준이 높은 사람은 자아가 잘 발달되어 관계체계의 압력에 잘 동조하지 않고 자주적인 삶을 살며 스트레스에 적응력이 강해 증상을 드러낼 확률이 낮다[20]. 인간의 생명을 다루는 간호 임상에서의 환자의 갑작스런 상태변화에 빠른 판단력과 올바른 행동으로 대처하기 위해서 간호 대학생들의 높은 자아분화수준이 요구됨은 당연하다.

자아존중감이란 사람들이 자신에 대하여 관념적으로 가지고 있는 평가로서, 자신을 인정하거나 불신하는 태도를 나타내며 자신의 능력, 성공, 중요성, 가치 등을 믿는 정도를 나타낸다. 그리고 개인의 안녕에 중심이 되는 개인적인 자원이기에 개인이 인생에서 성취하고자 하는 것들에 직접적인 영향을 준다[32]. 자아존중감이 높을수록 스스로를 신뢰하고 의욕적으로 많은 것들을 성취할 수 있으며, 주위의 평가에 위축되지 않고 성공적인 인간관계를 이룩할 수 있다. 무엇보다도 중요한 것은 아동기부터 시작해서 성년이 될 때까지 지속적으로 발달하는 자아 존중감 발달에 가족의 역할과 부모의 지지는 매우 중요하다 할 수 있다. 특히 청소년기를 막 벗어나서 성인 초기에 들어서는 대학생들에게 자아존중감은 여러 가지 힘겨운 상황들과 고난 및 스트레스를 이겨낼 수 있는 강력한 자원이라 할 수 있다[1]. 아프고 힘든 사람을 간호해야 하는 간호사로서 직업에서의 만족감을 가지고 생활을 가치 있고 보람되게 생각하며 자신 있게 행동하며 원만한 사회생활을 하기 위해 높은 수준의 자아존중감으로 향상시켜야 할 것이다.

선행된 연구는 중·고등학생을 대상으로 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감 그리고 스트레스에 관한 연구들이 많이 이루어졌다. 그러나 대학생을 대상으로 한 연구는 많지 않은 실정이다.

이에 본 연구자는 대학생의 부모-자녀간의 의사소통, 자아분화, 자아존중감 및 스트레스에 대하여 살펴보고 의사소통이 개방적이고 긍정적으로 이루어지고 자아분화와 자아존중감의 수준을 향상시키며 스트레스를 줄일 수 있는 프로그램개발을 위한 기초자료로 제공하고자 시도 되었다.

## 2. 연구방법

### 2.1 연구설계

본 연구는 일 간호대학생의 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감 및 생활스트레스를 조사 분석한 서술적 상관관계 연구이다.

### 2.2 연구대상

본 연구의 대상자는 M시 소재 일개 대학에서 간호 대학생 305명을 대상으로 하였다. 자료수집 기간은 2011년

11월 21일부터 2011년 12월 09일까지이었으며 학과장님에게 연구의 목적을 설명하고 사전에 동의를 구하였으며 연구 참여에 동의한 대상자에게 연구의 목적과 윤리에 관한 제반 사항을 설명하고 서면 동의를 받아 실시하였다. 연구대상자 표본 수는 G power 3.1 program을 근거로 correlation을 위한 효과크기 .3, 유의수준 .05, 검정력 .95로 하였을 때 134명이며 본 연구의 대상자 수는 305명으로 연구결과를 해석하는 데는 무리가 없다고 판단된다. 배부한 360부 중 무응답, 불성실한 응답을 한 설문지 55부를 제외하고 최종적으로 305부를 본 연구의 자료로 분석하였다.

### 2.3 연구도구

본 연구의 목적을 달성하기 위하여 사용한 도구는 설문지로 부모-자녀 간 의사소통은 [27]이 개발한 parent-adolescent communication inventory(PACI)를 [6]가 번안한 부모-자녀 간 의사소통 척도로 20문항으로 각 문항은 5점 Likert 척도이며 점수가 높을수록 의사소통이 개방적이고 긍정적임을 의미하고 점수가 낮을수록 역기능적이고 폐쇄적임을 의미한다. Cronbach $\alpha$  = .86이었다.

자아분화척도는 정신내적분화, 대인 관계적 분화, 삼각화, 정서적 단절의 4가지 개념을 총 51개 문항으로 제작한 [18]의 자아분화 척도를 총 44문항으로 재구성한 [24]의 척도를 사용하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도이며 점수가 높을수록 개인의 자아분화 수준이 높다고 할 수 있다. Cronbach  $\alpha$  = .86이었다.

자아존중감 측정도구는 [31]이 개발하고 [22]이 번역한 것으로 총 10개 문항, 5점 Likert 척도로 점수가 높을수록 자아존중감 수준이 높음을 의미한다. Cronbach  $\alpha$  = .84이었다. 생활스트레스 측정도구는 [4]의 개정판 대학생용 생활스트레스 척도로 4점 Likert 척도의 50문항으로 구성되어 있고, 각 문항은 경험빈도와 중요도에 대하여 평정하도록 되어 있으며, 학업문제, 이성 관계, 가족 관계, 친구 관계, 교수와의 관계, 경제 문제, 장애 문제 및 가치관 문제로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 생활스트레스가 높고 당면한 문제를 중요하게 생각하는 것임을 의미한다. 경험빈도 Cronbach  $\alpha$  = .95, 중요도 Cronbach  $\alpha$  = .96 이었다.

### 2.4 자료분석

수집된 자료는 SPSS/Win Version 18.0을 이용하여

분석하였다. 대상자의 일반적 특성에 따른 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감, 생활스트레스의 차이는 t-test, ANOVA 및 bonferroni test로 분석하였다. 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감, 생활스트레스 간의 관계는 Pearson's correlation coefficient로 분석하였다. 스트레스 경험빈도에 영향을 미치는 요인을 확인하기 위하여 위계적 다중회귀분석을 적용하였다.

## 3. 연구결과

### 3.1 대상자의 일반적 특성

대상자의 나이는 18-37세 사이이며 평균 21.3세 (SD=2.08)이었다. 학년으로는 2학년이 35.7%(109명)로 가장 많았다. 남자 8.2%(25명), 여자91.8%(280명)로 간 호과 특성상 여자가 남자에 비해 월등히 많았다. 본인을 제외한 형제 수는 1명이 62%(189명)로 가장 많았으며 첫째인 경우가 51.5%(157명)으로 과반수이상을 차지하였다. 가족 수는 60%(183명)가 4명이었으며 종교가 없는 대상자가 59.3%(181명)로 과반수를 넘었다. 주로 어머니와 대화가 이루어지고 있었으며(87.5%) 대화시간은 30분~1시간이 37.4%(114명)로 가장 많았고 30분 미만인 경우도 20.7%(63명)이었다. 자외에 의해서 간호과를 선택한 경우가 47.5%(145명)이었고 전공 선택 이유로는 취업이 56.1%(171명)로 과반수이상을 차지하였다. 경제수준은 58%(177명)이 중류 중에서도 중간이라고 답했으며 현재 62%(189명)가 하숙을 하거나 기숙사생활을 하고 있었다<표 1>.

〈표 1〉 대상자의 일반적인 특성 (N=305)

구분	분류	M±SD (Range)	n(%)
나이		21.30±2.08 (18-37)	
	1학년		100(32.8)
	2학년		109(35.7)
학년	3학년		96(31.5)
	성별	남	25( 8.2)
		여	280(91.8)
없음		22( 7.2)	
형제자매 수	1명		189(62.0)
	2명		94(30.8)

	≥3명	17( 5.6)
형제자매 순 위	첫째	157(51.5)
	둘째	128(42.0)
	≥ 셋째	20( 6.5)
가족 수	≤3명	76(24.9)
	4명	183(60.0)
	≥5명	46(15.1)
종교	유	124(40.7)
	무	181(59.3)
주 의사 소통자 모	부	267(87.5)
	모	38(12.5)
대화시간 /회	< 30분	63(20.7)
	30분~1시간	114(37.4)
	1시간~2시간	85(27.9)
	> 2시간	43(14.1)
간호과 선택	본인	145(47.5)
	가족	146(47.9)
	기타	14( 4.6)
간호과 선택 이유	취업	171(56.1)
	주위권유	43(14.1)
	적성	79(25.9)
	점수	12( 3.9)
경제수준	상	3( 1.0)
	중상	35(11.5)
	중	177(58.0)
	중하	79(25.9)
	하	11( 3.6)
주거형태	가족	98(32.1)
	기숙사/ 하숙	189(62.0)
편입여부	자취	18( 5.9)
	예	52(17.0)
	아니오	253(83.0)

### 3.2 대상자의 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감, 생활스트레스

대상자의 부모-자녀 간 의사소통 평균은 71.39점, 자아분화 평균은 146.85점이었으며 자아존중감은 평균 34.11점이었다. 그리고 대상자의 생활스트레스 경험빈도는 평균 47.39점, 생활스트레스 중요도는 61.47점으로 나타났다 <표 2>.

<표 2> 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감, 스트레스 경험빈도, 중요도 특성(N=305)

구분	M±SD	범위
부모자녀 간 의사소통	71.39±11.85	39-100
자아분화	146.85±15.88	92-193
자아존중감	34.11± 5.82	13- 50
스트레스 경험빈도	47.39±23.99	1-130
스트레스 중요도	61.47±30.38	0-150

### 3.3 일반적 특성에 따른 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감, 생활스트레스

부모-자녀 간 의사소통은 가족 수, 대화시간에 따라 차이가 있었으며(F=4.76, p=.009)(F=22.16, p<.001), 자아분화는 대화시간에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있었다(F=7.71, p<.001). 자아존중감은 형제수와 전공 선택 이유에 따라 통계적으로 유의하였다(F=2.92, p=.034)(F=4.18, p=.006). 생활스트레스 경험빈도는 가족 수(F=4.76, p=.009), 전공 선택(F=3.71, p=.025) 그리고 전공 선택 이유(F=5.01, p=.002)에 따라 통계적으로 유의하였고, 생활스트레스 중요도는 전공 선택에 따라 유의한 차이를 보였다(F=7.18, p=.001). 학년, 성별, 자녀 순위, 종교, 의사소통을 누구와 많이 하는지, 경제수준, 거주형태 및 편입여부에 대해서 통계적으로 유의한 차이를 보이는 변수는 없었다. 대화시간이 30분 미만인 집단에 비해 30분 이상인 집단이 부모-자녀 간 의사소통이 개방적이고 긍정적이고 자아분화수준이 높았다. 자아존중감은 형제수에 따라 차이가 있었으나 사후검정에서 유의하지 않았으며, 주위권유나 스스로 간호학을 선택한 집단에 비해 점수에 의해 선택한 집단의 자아존중감이 낮았다. 생활스트레스 경험빈도는 가족 수가 3명이하인 집단이 4명에 비해 더 많았으며, 취업이나 주위권유로 간호학을 선택한 집단이 적성에 의해 선택한 집단에 비해 스트레스를 더 자주 느꼈고 본인이 간호과를 선택한 집단의 스트레스 경험빈도와 중요도가 낮았다<표 3><표 4>.

<표 3> 일반적 특성에 따른 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감(N=305)

구분	분류	부모-자녀 간 의사소통		자아분화		자아존중감	
		M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)
학년	1	72.82±13.06		148.17±14.56		33.40±5.62	
	2	71.58±11.53	1.11 (.330)	147.28±17.32	1.04 (.354)	33.97±5.99	1.98 (.139)
	3	70.20±12.31		144.99±15.49		35.03±5.76	
성별	남	75.16±13.54	-1.53 (.126)	150.44±17.62	-1.18 (.239)	34.13±5.61	0.17 (.860)

여	71.23±12.15		146.5315.72		33.92±7.91				
없음	73.73±10.28		146.36±16.25	1.13	36.00±7.62				
형제	1명	1.03	147.90±16.27	(.334)	33.79±5.65	2.92			
자매	2명	(.379)	144.05±14.34		33.66±5.51	(.034)			
수	≥3명		73.18± 8.14		148.47±17.52		37.35±5.44		
형제	첫째		72.11±12.21		145.62±16.17	1.80	34.14±6.04		
자매	둘째	0.40	70.80±12.73	(.666)	147.49±15.84	(.166)	34.10±5.64	0.01	(.990)
순위	≥셋째		71.90±10.20		152.40±12.81		33.95±5.41		
가족	≤3명		69.17±11.76		144.07±15.47	1.62	33.75±6.13		
수	4명	3.49	71.40±12.03	(.032)	147.97±16.45	(.198)	34.40±5.67	0.58	(.557)
	≥5명		74.98±10.55		147.00±13.91		33.56±5.92		
종교	유	1.51	72.88±12.65	(.131)	146.21±16.53	-0.56	34.46±6.41	0.82	(.410)
	무		70.49±11.95		147.17±15.61	(.575)	33.89±5.41		
의사	모	1.49	71.95±12.56	(.136)	147.16±15.77	0.90	34.30±5.87	1.61	(.112)
소통	부		68.76±9.92		144.66±16.71	(.364)	32.78±5.34		
자	<30분		63.14±10.84		139.40±14.99	7.71	32.82±5.56		
대화	30분		70.26±10.78		147.17±14.33	(<.001)	34.42±5.99	1.40	(.778)
시간	~1시간	22.16	76.20±10.72	(<.001)	148.82±15.03		34.29±5.33		
/회	1시간		78.09±13.42		153.02±18.97		34.86±6.54		
	~2시간	1	71.66±11.42		148.31±15.92	1.17	34.17±5.63		
	> 2시간		71.11±12.39		145.52±15.46	(.312)	34.06±5.94	0.15	(.985)
간	본인	0.07	71.50±11.27		145.57±24.39		34.07±7.52		
과	가족	(.926)	70.59±11.53		146.63±15.79	1.56	33.62±5.73		
선택	기타		69.95±12.86	1.80	144.47±13.21	(.199)	35.30±6.95	4.18	(.006)
간	취업	(.146)	74.03±12.87		149.48±16.32		35.18±5.31		
과	주위		70.50±13.76		141.25±22.08		29.83±5.73		
선택	권유		80.67±5.68		145.67±12.50	1.28	36.33±7.09		
이유	적성		74.11±13.91		151.37±19.31	(.276)	35.20±5.51		
	점수		70.71±12.25	1.25	147.09±14.86		33.90±5.93	0.47	(.757)
	상	(.287)	71.43±11.93		145.10±16.19		34.05±5.61		
경제	중		75.27±10.32		141.45±17.59		34.00±6.78		
수준	중하		69.45±13.27		146.76±16.29	0.38	34.80±6.46		
	하		72.87±11.83	2.88	147.19±15.95	(.684)	33.83±5.52	1.06	(.344)
주거	기숙사	(.057)	69.17± 9.99		143.78±13.17		33.33±5.08		
형태	/하숙		68.77±13.53	-1.79	144.56±15.95	-1.14	34.76±6.06	.85	
	자취		72.12±11.98	(.073)	147.32±15.86	(.254)	33.98±5.77	(.394)	

형제	≥3명		41.41±29.50		54.76±41.49				
자매	첫째		47.73±23.35	0.05	60.11±29.01	0.82			
순위	둘째	(.948)	47.19±24.98		62.16±31.19	(.438)			
	≥셋째		46.00±23.65		69.25±39.49				
가족	≤3명		54.61±27.60	4.76	64.71±31.42	0.86			
수	4명	(.009)	46.20±22.57		59.63±30.66	(.424)			
	≥5명		47.28±23.62	-0.06	60.24±30.19	-0.60			
종교	유		47.91±23.62	(.948)	62.99±31.18	(.548)			
	무		47.56±24.08	0.33	61.62±30.15	0.08			
의사	모		46.18±23.59	(.741)	61.18±34.61	(.935)			
소통자	부		49.67±22.96	0.36	59.49±27.62	1.09			
	<30분		47.18±24.53	(.778)	65.11±31.59	(.353)			
대화	30분~1시간		45.59±24.33		57.66±31.39				
시간	1시간~		48.19±23.84		62.95±30.92				
/회	2시간		43.51±23.24	3.71	55.68±30.03	7.18			
	> 2시간		51.06±24.61	(.025)	65.27±28.72	(.001)			
간	본인		49.29±19.86		81.79±37.52				
과	가족		49.04±24.22	5.01	61.25±28.50	1.31			
선택	취업	(.002)	54.21±23.16		68.42±32.93	(.270)			
	주위 권유		39.14±23.71		57.44±33.80				
이유	적성		53.75±21.36		66.17±37.85				
	점수		38.33±24.98	2.06	87.33±48.78	2.26			
	상	(.085)	44.34±25.99		63.51±33.51	(.062)			
경제	중		45.73±23.10		59.01±30.42				
수준	중하		50.56±24.75		62.47±28.16				
	하		46.76±24.52	1.94	58.89±30.26	0.68			
주거	가족		46.69±23.11	(.145)	63.18±31.06	(.504)			
형태	기숙사/		58.17±28.72		59.22±29.34				
	하숙		50.35±24.09	0.97	63.58±28.01	0.51			
편입	예		46.78±23.97	(.330)	61.15±31.23	(.605)			
여부	아니오								

〈표 4〉 일반적 특성에 따른 스트레스 빈도, 스트레스 중요도 (N=305)

구분	분류	스트레스 경험빈도		스트레스 중요도	
		M±SD	t/F(p)	M±SD	t/F(p)
학년	1	44.86±24.42	1.46	59.16±30.73	0.49
	2	46.85±22.42	(.232)	62.17±32.30	(.609)
	3	50.64±25.11		63.40±28.84	
성별	남	44.52±28.39	0.62	68.56±34.28	-1.19
	여	47.65±23.60	(.533)	60.94±30.32	(.235)
	없음	46.45±25.10	0.79	58.18±30.98	1.27
형제	1명	46.81±24.50	(.495)	60.35±30.84	(.282)
	자매수	2명	50.39±21.00		67.01±27.13

### 3.4 대상자의 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감, 생활스트레스간의 상관관계

자아분화는 부모-자녀 간 의사소통과 유의한 양의 상관관계를 나타내었다( $r=.48 p<.001$ ). 자아존중감은 부모-자녀 간 의사소통과 자아분화에 모두 유의한 양의 상관관계를 나타내었고( $r=.28 p<.001$ )( $r=.30 p<.001$ ) 생활스트레스 중요도는 자아분화와 유의한 음의 상관관계를 보였다( $r=-.25 p<.001$ ). 생활스트레스 경험빈도는 부모-자녀 간 의사소통( $r=-.27 p<.001$ ), 자아분화( $r=-.40 p<.001$ ), 자아존중감( $r=-.31 p<.001$ )과는 유의한 음의 상관관계를 보였고 생활스트레스 중요도와는 유의한 양의 상관관계를 보였다( $r=.52 p<.001$ ). 즉 부모-자녀 간 의사소통이 개방적이고 긍정적일수록 자아분화 수준과 자아존중감은 높고 스트레스 경험빈도는 적었다. 자아분화 수준이 높

을수록 자아존중감은 높고 생활스트레스 경험빈도는 적으며 스트레스를 중요하게 생각하지 않았다. 그리고 스트레스 경험빈도가 많을수록 스트레스를 중요하게 생각하였다 <표 5>.

**<표 5> 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감, 스트레스 경험빈도, 스트레스 중요도간의 상관관계**

	부모-자녀간 의사소통 r(p)	자아분화 r(p)	자아 존중감 r(p)	스트레스 경험빈도 r(p)
자아분화	.48			
자아 존중감	.28	.30		
스트레스 빈도	-.27	-.40	-.31	
스트레스 중요도	-.11(.052)	-.25	-.07(.176)	.52

**3.5 생활스트레스 경험빈도의 영향요인**

생활스트레스 경험빈도의 영향요인을 파악하기 위하여 생활스트레스 중요도, 자아분화, 자아존중감 및 부모-자녀간 의사소통을 포함하여 위계적 다중회귀분석을 실시하였다. 회귀분석의 기본가정인 잔차의 등분산성, 정규분포성, 다중공선성 진단결과, 공차한계(tolerance)가 .750-.938이고 분산팽창계수(VIF)가 1.066-1.424로 다중공선성의 문제는 없는 것으로 나타났으며 Durbin-Watson test를 통해 잔차분석 결과 1.731로 자기 상관계수가 없는 것으로 나타나 잔차의 등분산성과 정규분포성 가정을 만족하는 것으로 나타났다. 대상자의 생활스트레스 경험빈도에 대한 유의한 예측변인은 생활스트레스 중요도( $\beta=.45, t=9.83, p<.001$ ), 자아분화( $\beta=-.18, t=-3.48, p=.001$ ) 그리고 자아존중감( $\beta=-.19, t=-4.08, p<.001$ )이었으며, 이들 변인들은 생활스트레스 경험빈도에 대해 38.6% ( $R^2=.386$ )의 설명력이 있는 것으로 나타났다. 부모-자녀간 의사소통은 유의한 예측변인이 아닌 것으로 나타났다( $\beta=-.08, t=-1.61, p=.107$ ). 생활스트레스 중요도가 가장 설명력이 높았고, 자아분화, 자아존중감의 순서로 설명력이 이루어졌다( $F=49.45, p<.001$ ) (Table 6). 즉 생활스트레스를 중요하게 생각하지 않을수록, 자아분화수준이 높을수록 그리고 자아존중감 수준이 높을수록 생활스트레스를 적게 경험하였다 <표 6>.

**<표 6> 스트레스 경험빈도 영향요인**

종속변수	$\beta$	t	p	R <sup>2</sup>	F(p)
스트레스 중요도	.45	9.83	<.001	.274	
자아분화	-.18	-3.48	.001	.349	49.45
자아존중감	-.19	-4.08	<.001	.386	
부모-자녀 간 의사소통	-.08	-1.61	.107	.389	

**4. 고찰**

대학생활의 경험은 규범적인 발달과업과 유연한 적응이 필요한 전환의 기회이자 도전일 뿐만 아니라, 심리사회적 전환점 혹은 광범위한 발달체계 안에서 개인의 삶과 경로에 직·간접적으로 작용하는 요인들을 관찰할 수 있는 중대한 기회이다[29]. 본 연구는 간호대학생의 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감 및 생활스트레스의 관계를 살펴봄으로써 건강한 사회인으로 성장하기 위한 기초자료를 제공하고자 실시되었다. 부모-자녀 간 의사소통은 평균 71.39점으로 중간이상이었으며 대학생을 대상으로 하여 73.20점을 보여준 [9]의 연구와 유사한 결과를 나타내었다. 그리고 대화시간이 부모-자녀 간 의사소통에 차이를 주는 것으로 나타났다. 중학생을 대상으로 한 [12]에서는 59.8%, [26]에서는 63.3%가 어머니와의 대화시간이 30분 이상이었고 본 연구에서는 79.3%로 나타나 중학생보다 더 많은 시간동안 부모와 대화를 나누는 것으로 나타났다. 부모와 자녀간의 의사소통은 가정생활을 원만하게 하고 행복하게 영위하는데 있어서 필수적이며 부모-자녀간의 감정을 유지시켜주고 상호활동을 조장시켜주며 자녀의 사회화와 성숙에 중요한 활동을 하는 만큼[13] 바쁘고 여유가 없을지라도 30분 이상의 대화시간을 가지려는 노력은 중요하다 하겠다.

자아분화점수는 평균 146.85점으로 중간이상으로, [1]의 연구와 125.53점의 [19]연구와 유사하였다. 중학생을 대상으로 하여 자아분화 평균이 99.99점이었으며 학년이 올라갈수록 자아분화수준이 증가한다고 보고한 [10]의 연구를 뒷받침하는 결과라 할 수 있다. 부모-자녀 간 의사소통과 마찬가지로 자아분화수준 또한 부모와의 대화시간에서 유의한 차이를 보였다. 이는 의사소통이 개방적이고 긍정적인 방향으로 나아가고 자아분화수준을 향상시키기 위해서는 적어도 30분의 대화시간이 필요함을 의미하는 것이라 할 수 있다. 개방적인 의사소통과 자아분화향상에 30분 이상의 부모와의 대화시간이 필요함을

알 수 있었다. 그리고 이는 원만한 학교생활과 사회생활에 밑거름이 될 것이다. 본 연구에서는 성별, 학년, 경제수준에 따라 유의한 차이가 없었으나 청소년을 대상으로 한 연구에는 성별[5], 학년[8], 경제수준[10] 등 자아분화수준에 영향을 주는 연구들이 다양하게 보고되고 있다. 대학생을 대상으로 한 [1]의 연구에서는 성별, 학년에 따른 차이는 본 연구와 같았고 경제수준에서는 상이나 하에 비해 중간일 때 자아분화 수준이 높아 본 연구와 차이가 있었다.

자아존중감 역시 평균 34.11점으로 중간이상이었으며 26.3점인 [8]와 24.4점인 [16]의 연구보다는 10점 이상 높았고 30.77점을 보인 대학생을 대상으로 한 [1]와는 비슷하였다. 성별, 학년, 부모교육수준과 직업에 따라서 자아존중감에 차이가 있었던 청소년을 대상으로 한 연구[16]과는 달리 본 연구에서는 자아분화와 마찬가지로 유의한 차이가 없었다. 청소년인 경우 여학생이 남학생보다 자아존중감이 높았고 저학년이 고학년에 비해 높았으며 부모가 고학력일 때 저학력인 경우보다 자아존중감이 높게 나타났다. 대학생을 대상으로 한 [1]의 연구에서는 자아분화 수준과 마찬가지로 경제수준이 중간이상일 때 자아존중감 수준이 더 높은 것으로 나타났다. 그러나 [15]의 연구에서는 본 연구와 같이 성별, 학년, 부모학력과는 차이가 없는 결과를 보였다.

부모-자녀 간 의사소통, 자아분화 및 자아존중감의 결과에서 알 수 있듯이 경제수준에 따른 차이를 제외하고 청소년과 대학생에서 차이가 있음을 알 수 있었다. 청소년기를 지나면서 주변 배경에 의해 자아분화와 자아존중감이 많은 영향을 받지는 않지만 빈익빈 부익부화 되어가는 현 경제상황에서 경제수준의 영향력이 어떻게 변화될 것인가에 대한 추후 연구들은 필요하리라 생각한다.

생활스트레스 경험빈도는 평균 47.39점, 생활스트레스 중요도는 61.47점으로 중간 이하였고 생활스트레스 중요도가 생활스트레스 경험빈도보다 더 높게 나타났다. 가족구성원이 3명 이하인 집단이 4명인 집단보다 생활스트레스 경험빈도가 높았는데, 이는 여러 가족들과 함께 생활하면서 다양한 문제에 접하고 해결하면서 스트레스에 대한 역치가 높아지지 않았나 생각한다. 성별, 경제수준, 종교유무에 따른 스트레스 경험빈도는 [14]의 연구와 마찬가지로 영향을 받지 않는 것으로 나타났다. 그러나 전공 선택을 취업 때문이나 주위권유에 의해 한 경우와 본인이 아닌 가족에 의해 선택한 경우에는 생활스트레스

경험빈도가 높았다. 취업이 대학생들의 스트레스원의 하나이지만 취업이 잘되는 전공학과라 해도 적성을 고려하지 않는 선택 또한 스트레스를 자주 경험하게 함을 알 수 있다.

생활스트레스 중요도에서도 본인이 아닌 타인에 의해 전공을 선택하였을 때 스트레스를 더 중요하게 생각하고 있었다. 장래 직업과 연결되는 전공이니만큼 선택에 신중해야 하고, 타의에 의해 전공을 선택했을 경우 적절한 스트레스관리가 더욱 더 필요하다.

다음으로 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감 및 생활스트레스간의 상관관계를 분석한 결과, 자아분화수준이 높을수록 부모-자녀 간 의사소통이 개방적이고 긍정적이며 자아존중감은 높고 생활스트레스 경험빈도와 중요도는 낮음을 알 수 있었다. 고등학생을 대상으로 자아분화와 의사소통의 관계를 연구한 [3]은 의사소통이 개방적일수록 자아분화 수준이 높다고 하였으며 중학생을 대상으로 한 [21]의 연구도 마찬가지로 양의 상관관계를 보여 본 연구결과와 같았다. 또한 자아분화와 자아존중감의 관계에서 자아분화수준이 높을수록 자아존중감도 높다고 하였으며 이는 자아분화 수준이 높은 사람은 자기에 대해 보다 긍정적으로 평가할 가능성이 높고, 따라서 자아존중감이 높을 가능성이 많음을[8] 뒷받침하는 결과라 할 수 있다. 그리고 자아분화가 자아존중감을 매개로 하여 취업스트레스에 미치는 효과에 관한 연구[1]에서는 높은 분화수준이 자아존중감을 높이고, 높아진 자아존중감은 취업스트레스를 낮추는 경로가 있음을 시사하였다. 그만큼 스트레스를 줄이는데 자아분화와 자아존중감이 중요한 요소임을 말해주는 것이라 할 수 있다. 또한 생활스트레스 경험빈도가 적을수록 부모-자녀 간 의사소통이 개방적이고 긍정적이며 자아분화수준과 자아존중감은 높고 생활스트레스 중요도는 낮았다. 스트레스와 의사소통이 음적인 상관을 보이는 것으로 보고한 [25]의 연구에서는 의사소통이 개방적일수록 스트레스를 적게 느낀다고 하였다. 이는 스트레스가 있을 때에는 말없이 참기보다는 대화를 통하여 해결방안을 모색하는 것이 도움이 됨을 의미하는 것이다. 그러나 대화라 하여 모두 긍정적인 것은 아닐 것이다. 문제가 있는 부모-자녀 간 의사소통은 자녀의 스트레스에 부정적인 영향을 주기 때문이다[11]. 그러므로 원활한 의사소통을 할 수 있는 기술을 학습하고 적용하는 것이 무엇보다도 필요할 것으로 생각된다.

마지막으로 생활스트레스 경험빈도에 대한 유의한 예측요인은 생활스트레스 중요도, 자아분화, 자아존중감으로 나타났으며 38.6%를 설명하였다. 고등학생의 자아분화 정도, 가족기능과 스트레스 수준을 연구한 [7]의 연구에서 자아분화가 스트레스의 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 생활스트레스 경험빈도와 상관관계를 보였던 부모-자녀 간 의사소통은 생활스트레스 경험빈도에 유의한 설명변수가 아니었다. 청소년기의 적극적인 스트레스 대처에 부모-자녀 간 의사소통이 24%의 설명력으로 영향을 준다고 한 [14]의 연구와 중학생을 대상으로 하여 부모-자녀 간 의사소통이 13.3%로 유의한 설명력을 보여준 [23]의 결과와는 차이가 있었다. 이는 어려움이 있을 때 편안하게 의논하는 사람의 76.4%가 친구임에 반해 부모님은 14.9%에 지나지 않는 [15]의 연구에서 알 수 있듯이 청소년기에는 부모와의 의사소통 영향력이 크지만 대학생의 경우에는 친구와의 의사소통 영향력이 커짐을 알 수 있었다. 친구나 동료와의 의사소통이 스트레스에 어떠한 영향을 미치는지에 대한 추후 연구가 필요함을 알 수 있다. 대학생이 생활스트레스의 경험을 줄이기 위해서는 스트레스에 대한 역치를 높이고 자아분화와 자아존중감을 긍정적인 방향으로 성립시키는 방향으로 나아가야 할 것이다. 위에서 자아분화와 자아존중감에 대하여 살펴보았듯이 이는 아동기와 청소년기부터 영향을 주고 있음을 알 수 있었다. 그러므로 청소년기 전반에 걸쳐 자아분화와 자아존중감을 향상시킬 수 있는 프로그램을 개발하고 적용하여 청소년의 스트레스를 줄여줄 수 있는 환경을 만들어 주어야 한다. 왜냐하면 청소년기의 건강한 정신이 스트레스가 적은 긍정적인 대학생활로 이어질 수 있기 때문이다.

## 5. 결론 및 제언

본 연구는 대학생 스트레스 관리와 간호중재 개발을 위한 기초자료를 제공하기 위해 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감 및 생활스트레스와의 관계를 파악하기 위한 상관관계 연구이다. M시 소재 일개 간호대학생 305명을 대상으로 2011년 11월 21일부터 2011년 12월 09일까지 자료를 수집하였고 자료는 SPSS/WIN 18.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 실수와 백분율, 평균과 표준편차 등의 기술통계 방법을

이용하였고 대상자의 일반적 특성에 따른 부모-자녀간 의사소통, 자아분화, 자아존중감 및 생활스트레스와의 관계는 t-test, ANOVA, Bonferroni 사후검정을 실시하였으며 부모-자녀 간 의사소통, 자아분화, 자아존중감 및 생활스트레스 간의 관계를 분석하기 위해 Pearson's correlation coefficient를 산출하였다. 그리고 생활스트레스 경험빈도에 영향을 주는 요인은 Multiple regression analysis로 분석하였다.

연구결과, 부모 중에 엄마와 주로 의사소통을 하고 있으며 대화시간은 30분~1시간이 가장 많았다. 의사소통이 개방적이고 자아분화 수준을 높이기 위해서는 30분 이상의 대화시간이 필요함을 알 수 있었고 장래 직업과 연결되는 전공을 스스로 선택하는 것이 스트레스를 적게 경험하는 것임을 알 수 있었다. 생활스트레스 경험빈도에 영향을 주는 요인으로 생활스트레스 중요도, 자아분화, 자아존중감의 순서로 설명력이 이루어지고 있었으며 이들은 전체의 38.6%를 차지하였다. 청소년기 전반에 걸쳐 자아분화와 자아존중감 수준을 향상시킨다면 스트레스가 덜한 긍정적인 대학생활을 할 수 있으리라 생각한다. 왜냐하면, 자아분화와 자아존중감은 청소년기에도 스트레스에 영향을 주고 있기 때문이다. 또한 스트레스 조절을 위한 관리가 이루어지고 간호중재가 적용된다면 자아분화와 자아존중감 수준 또한 향상될 수 있을 것이다.

## 참고문헌

- [1] 강경훈 (2009). 대학생의 자아분화, 자아존중감과 취업스트레스 간의 관계. 인제대학교 대학원 석사학위논문, 김해.
- [2] 김갑숙, 전영숙 (2009). 청소년의 부모-자녀 의사소통과 자아분화가 불안에 미치는 영향. 한국가족복지학, 14(4), 79-94.
- [3] 김갑숙, 전영숙, 이철우 (2009). 청소년의 부모 애착, 자아분화, 자아존중감이 우울에 미치는 영향. 한국가족치료학회지, 17(1), 209-224.
- [4] 김교현, 전경구, 이준석 (2000). 개정판 대학생용 생활스트레스 척도 개발 연구. 한국 심리학회지:건강, 5(2), 316-335.
- [5] 김송희 (2005). 고등학생의 배경변인별 자아분화와 진로성숙도의 관계. 전주대학교 상담 대학원 석사학위논문, 전주.

- [6] 김윤희 (1990). 부부관계, 부모-자녀간 의사 소통, 가족기능과 청소년자녀 비행과의 관계 연구. 서울대학교 대학원 박사학위논문, 서울.
- [7] 김정엽, 조현숙(2008) 고등학생의 자아분화 정도 및 가족 기능과 스트레스 수준에 대한 연구, 아동간호학회지, 14(1), 61-70
- [8] 남상인 (2003). 청소년의 자아분화와 자아존중감의 관계. 순천향 인문과학논총, 12, 77-91.
- [9] 박은민 (2001). 대학생활 적응과 부모-자녀간 의사소통 유형 및 자아존중감의 관계. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문, 서울.
- [10] 변영순, 이혜순 (2007). 청소년의 자아분화 수준과 학교생활 적응과의 관계. 지역사회간 호학회지, 18(4), 673-680.
- [11] 선명숙(2011) 고등학생이 지각한부모-자녀간 의사소통과 안녕감, 자기효능감, 자아탄력성의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문, 서울.
- [12] 신호식, 김근화 (2004). 중학생의 부모-자녀간 의사소통과 자아존중감. 한국가정학회지, 7(2), 47-58.
- [13] 심혜영 (1993). 고교생의 대인관계성향과 부모-자녀 대화 개방도 간의 관계연구. 서울여자대학교대학원 박사학위 논문, 서울.
- [14] 오경희 (2009). 대학생의 생활 스트레스와 신체 및 정신 건강 간의 관계. 삼육대학교 대학원 석사학위논문, 서울.
- [15] 이미경 (2009). 대학생의 자아존중감에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 상지대학교 사회복지정책대학원 석사학위논문, 원주.
- [16] 이혜순 (2011). 청소년의 자아분화수준, 자아존중감 및 정신건강 간의 관계. 정신간호 학회지, 20(2), 199-207.
- [17] 이희선, 선우현정 (2011). 부모-자녀간 의사소통 유형, 청소년 자아탄력성, 그리고 스트레스 대처방식 간의 관계: 청소년 자아탄력성의 매개효과 검증. 대한가정학회지, 49(6). 109-122.
- [18] 전춘애 (1994). 부부의 자아분화 수준과 출생가족에 대한 정서적 건강 지각이 결혼 안정성에 미치는 영향. 이화여자 대학교 대학원 박사학위논문, 서울.
- [19] 조상희 (2004). 대학생의 자아분화 정도와 스트레스 수준 및 대처방식과의 관계. 전주대학교 대학원 석사학위논문, 전주.
- [20] 제석봉 (1989). 자아분화와 역기능적 행동과의 관계: Bowen의 가족체계이론을 중심으로. 부산대학교 교육대학원 석사학위논문. 부산.
- [21] 최인제 (2007). 부모-자녀간 의사소통이 청소년기 자녀의 자아분화 및 우울과 불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 26(3), 611-628.
- [22] 최정아 (1996). 자의식과 자존감이 상담에 대한 태도에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문, 서울.
- [23] 최희정(2011). 중학생의 학교스트레스와 인터넷 중독 간의 관계에 대한 자아탄력성 및 부모-자녀 의사소통의 조절효과. 계명대학교 대학원 석사학위논문, 대구
- [24] 태옥경 (1998). 대학생의 학교생활 적응과 자아부화 수준과의 관계 연구. 우석대학교 교육대학원 석사학위 논문, 전주.
- [25] 한주리, 남궁은정 (2008). 커뮤니케이션 능력 및 의사소통의 양과 질에 따른 대학생의 스트레스와 스트레스 대처의 차이. 아동학회지, 29(1), 325-337.
- [26] 허철수, 양민철 (2006). 부모-자녀간 의사소통 유형과 청소년의 자아상태와의 관계. 학생생활연구, 27(1), 15-36.
- [27] Barnes, H. L., Olson, D. H. (1982). Parent-adolescent communication scale. In: Olson D. H., et al. Family inventories: Inventories used in a national survey of families across the family life cycle. St paul: Family Social Science, University of Minnesota.
- [28] Bowen, M. (1978). Family therapy in clinical practice. New York: Aronson, Inc.
- [29] Fass, M. E., & Tbuman, J. G. (2002). The influences of parental and peer attachment on college students' academic achievement. Psychology in the Schools, 39(5), 561-573.
- [30] Papero, D. L., Mchale, S. M., & Craighead, W. E. (1990). Self-esteem enhancement with children and adolescents. New York: Pergamon Press.
- [31] Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton, New Jersey:Princeton University Press.
- [32] Rosenberg, M. (1981). Self-concept: social product and social force. In Rosenberg, M., and Turner, R. (Eds), Social psychology: sociological perspectives, Basic, New York.

### 전 미 경



- 2011년 2월 : 충남대학교 간호학 박사수료
- 2011년 3월 ~ 현재 : 문경대학교 간호학과 교수
- 관심분야 : 정신간호, 노인간호
- E-mail : [mk4311@lycos.co.kr](mailto:mk4311@lycos.co.kr)

### 김 민 숙



- 2011년 8월 : 충남대학교 간호학 박사
- 2013년 3월 ~ 현재 : 백석문화대학교 간호과 교수
- 관심분야 : 기본간호, 성인간호
- E-mail : [mskim0597@bscu.ac.kr](mailto:mskim0597@bscu.ac.kr)