

대학생의 갈등해결전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향: 대학생활적응에 의해 매개된 정신화의 조절효과

Influence of Conflict Resolution Strategies on Subjective Well-being in College Students: Moderating Effect of Mentalization Mediated by Adaptation to College Life

정구철*, 전영숙**, 박희숙**
삼육대학교 상담심리학과*, 삼육대학교 대학원 상담심리학과**

Goo-Churl Jeong(gcjeong@syu.ac.kr)*, Young-Sook Chun(cyshyuk@hanmail.net)**,
Hee-Sook Park(parkhs0527@hanmail.net)**

요약

본 연구는 대학생들이 팀 활동 중 수행하는 갈등해결전략이 주관적 웰빙에 미치는 조절효과를 분석하고, 대학생활적응에 의한 매개효과를 검증하기 위해 수행하였다. 연구 대상은 대학생 248명이었다. 연구결과, 첫째, 긍정적 갈등해결전략인 타협과 협력 전략은 주관적 웰빙에 유의한 직접효과가 있었고, 대학생활적응을 통한 매개효과도 유의하였다. 둘째, 갈등해결전략 중 양보, 회피, 지배 전략은 대학생활적응을 통한 정신화의 매개된 조절효과가 유의하게 나타났다. 즉, 정신화 실패의 수준이 높을수록 양보, 회피, 지배 전략이 대학생활적응과 주관적 웰빙에 대해 유의한 설명변수가 되었다. 셋째, 양보와 회피 전략이 주관적 웰빙에 미치는 직접효과에서 정신화의 조절효과가 유의하였고, 정신화 실패의 수준이 높을수록 주관적 웰빙에 미치는 영향이 강하게 나타났다. 이러한 결과를 통해 긍정적 갈등해결전략의 중요성을 검증하였고, 양보, 회피, 지배 전략의 경우 정신화 실패의 수준과 함께 대학생들의 적응과 주관적 웰빙에 미치는 부정적 영향을 논의하였다.

■ 중심어 : | 갈등 | 정신화 | 적응 | 주관적 웰빙 | 조별과제 |

Abstract

This study aimed to analyze the mediating effect of conflict resolution strategies of college students on subjective well-being through adaptation to college life and to verify the moderating effect by mentalization. The study subjects were 248 college students. As a result of the study, first, the positive conflict resolution strategy, compromise and cooperation strategy, had a significant direct effect on subjective well-being, and a mediating effect through adaptation to university life. Second, concession, avoidance, and domination strategies showed significant mediated moderating effects of mentalization through adaptation to college life. Third, the moderating effect of mentalization was significant in the direct effect of concession and avoidance strategies on subjective well-being. Through these results, there was verification on the importance of a positive conflict resolution strategy, and a discussion on the harmful effects of concession, avoidance, and domination strategies by the level of mentalization on college students' adaptation and subjective well-being.

■ keyword : | Conflict | Mentalization | Adaptation | Well-being | Team-Based |

* 이 논문은 2019년도 삼육대학교 학술연구비 지원에 의하여 수행된 연구임.

접수일자 : 2020년 05월 18일

수정일자 : 2020년 06월 18일

심사완료일 : 2020년 06월 19일

교신저자 : 정구철, e-mail : gcjeong@syu.ac.kr

I. 서론

1. 연구의 필요성

교육공학의 발달과 학습자 중심의 교수법에 대한 관심이 높아지면서 강의식의 일방적인 교수법을 대신해 다양한 형태의 혁신 교수법이 등장하고 있다. 대표적으로 널리 알려진 학습자 중심의 교수법으로 프로젝트 기반 학습(Project Based Learning), 액션 러닝(Action Learning), 플립 러닝(Flipped Learning), 팀 기반 학습(Team Based Learning) 등이 있다. 이러한 교수법들을 살펴보면 공통으로 교수자와 학생, 혹은 학생 간 토론 및 토의 활동이 적극적으로 이루어지는 과정이 있다. 즉, 학습자 중심의 교수법들은 학습자들 간의 의사소통이나 대인관계가 개입되고 있으며, 이는 의견을 나누거나 프로젝트를 완성해 가는 과정에서 다양한 갈등을 초래할 수 있다. 최근 대학생들의 스트레스의 주범이 조별과제라고 지적한 신문기사를 보면, 대학생의 62%가 '수강 신청 시 강의계획서에 조별모임이 포함되어 있는지 확인하고 있다'라고 응답했고, 약 23%의 대학생들이 매 학기 5개 이상의 조별모임에 참여하고 있으며, 대학생의 약 44%가 '조별과제는 필요 없다'라고 응답하였다[1]. 소위 "팀플"이라고 불리며, 조별과제로 인해 어떻게 스트레스를 받았는지를 자세히 기술한 이야기가 인터넷에 넘쳐나고 있는 현실이다.

대학의 교육이 학습자 중심의 교육으로 변화되면서 상대적으로 학생들의 동기가 촉진되고, 의사소통이나 대인관계에 필요한 사회적 기술을 습득하고 수행하는 등의 다양한 긍정적 효과도 있으나, 역으로 이러한 관계에서 발생하는 스트레스도 상당히 높아졌다. 대학생들의 조별과제에 대한 경험을 질적으로 연구한 사례에 따르면, 조별과제를 위해 SNS를 이용하는 것도 좋지만 과제의 완성을 위해서는 결국 오프라인의 만남이 중요하며, 이 과정에서 말투, 권위, 무임승차, 리더십 등의 문제로 갈등이 발생할 수 있다고 보고하고 있었다[2].

대학생들이 졸업 후 사회적 활동을 하기 위해서는 다양한 집단 활동을 경험하고, 집단 내 갈등을 다루며, 이를 통해 성장하는 경험 또한 중요하다. 직종과 관계없이 대부분의 직무에 필요한 공통적인 역량을 직업기초능력이라고 하며, 직업기초능력의 요소로 자기개발 능

력과 정보 능력, 그리고 대인관계 능력 등을 들고 있다 [3]. 조별과제와 같은 팀 활동은 정보를 수집하여 정리하고, 역할을 나누고 협력하며, 구성원들 간의 갈등을 해결해 가는 과정을 경험하고 문제해결 역량을 점진해 본다는 점에서 공통요인인 직업기초능력의 향상에 도움이 될 수 있다. 그러나 적절한 갈등 해결 방법을 배우지 않고 팀 활동에서 갈등 장면이 직면한다면 대학생들의 큰 스트레스가 되기도 한다.

갈등이란 대인관계 내에서 목표나 이해관계의 차이로 나타나는 대립상태를 의미하며[4,5], 이를 극복하기 위한 사용하는 다양한 전략을 갈등해결전략이라고 볼 수 있다. Rahim(1983)은 갈등해결전략을 자신과 상대에 대한 관심 정도를 중심으로 협력, 타협, 양보, 회피, 지배의 5 요인으로 분류하여 제시하였다[6,7]. 협력은 자신과 상대방의 목표를 모두 고려하여, 서로가 만족할 수 있는 결과를 도출하는 가장 이상적인 전략이고, 타협은 자신과 상대방의 목표를 모두 일정 수준 낮추어 합리적인 차선택을 도출하는 전략이며, 이 두 가지 전략이 긍정적인 갈등해결전략이 된다. 양보는 상대방의 목표를 고려하여 결국 갈등을 해결하는 전략이지만, 자신의 기대를 충족시키지 못한다는 점에서 중립적인 갈등해결전략으로 볼 수 있다. 회피는 자신과 상대방의 목표를 모두 무시하여 갈등을 최소화하는 전략이고, 지배는 자신의 목표를 더 고려하여 강압적으로 관철하는 전략이며, 이 두 가지 전략이 부정적인 갈등해결전략이라고 볼 수 있다[5-7]. 대학생들을 대상으로 갈등해결 전략의 협력과 타협이 통합된 조정협력 전략과 회피, 지배, 양보 전략이 대학생활적응에 미친 영향을 분석한 선행연구에서[5], 조정협력 전략은 대학생활의 사회적 적응과 정서적 적응에 모두 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 회피 전략은 모두 부정적 영향을 미치는 것으로 나타나, 대학생들의 조정협력 갈등해결 전략이 대학생활의 적응도를 향상시키는 데 중요한 요인인 것을 시사하고 있었다.

일반적으로 적응이란 환경과 조화로운 관계를 유지하면서, 갈등을 합리적으로 해결하는 과정을 의미한다 [5]. 대학생들의 대학생활적응에 관한 선행연구들은 개인의 성격[8]이나 자기통제력[9], 의사소통[10] 및 대인관계 불안[11] 등을 들고 있으나, 전반적으로 개인 내적

인 부분보다는 이를 통해 연결되는 대인관계에 더 중점을 두고 있는 것으로 보인다. 대학생의 성격 5 요인과 대학생활적응 간의 관계를 연구한 결과에서도, 대학생활적응에 적응적인 성격은 외향성, 개방성, 우호성, 성실성은 높으면서 신경과민성은 낮은 특성이 있다고 보고하여 대인관계와 밀접한 관련이 있는 것을 알 수 있었다[8]. 또한, 대인관계 불안이 대학생활적응과 부적 상관관계가 있으며 자기통제력은 정적 상관관계가 있다고 보고한 직접적인 연구 결과도 있었다[11]. 전반적으로 대학생활적응의 예측 변수들이 자신에 대한 이해와 타인에 대한 이해를 통해 적응을 향상해갈 수 있다는 것을 시사하고 있었다.

자신과 타인에 대한 이해와 관련하여 자신의 정서나 사고를 인식하는 과정은 타인의 행동을 해석하는데 매우 큰 영향을 미치게 되는데, 이러한 개념을 정신화(Mentalization)를 통해 이해해 볼 수 있다. 정신화란 자신의 감정이나 사고 등의 주관적 정신상태를 바탕으로 타인의 행동을 해석하는 과정을 의미하며[12][13], 결국 상상에 기반을 둔 정신 활동을 의미한다[12][14]. Hausberg 등(2012)은 정신화 질문지를 개발하면서 거부적 자기 조망(refusing self-reflection), 정서 인식(emotional awareness), 정신적 동등 모드(psychic equivalence mode), 정서 조절(regulation of affect)의 4가지 하위요인을 제시하였다[15]. 거부적 자기 조망은 자기 생각, 느낌 등을 성찰하고자 하는 의지가 없는 것이고, 정서 인식은 자신의 정서를 파악하는 능력이며, 정신적 동등 모드는 부적절한 자기 정당성으로 경직된 사고방식을 의미하고, 정서 조절은 자신의 정서에 대한 통제 능력을 의미한다[16]. 전반적으로 정신화 능력이 높은 사람은 자기 생각과 정서, 느낌 등을 잘 인식하고 통제하고 있으며, 자신의 정당성을 위해 완고하게 자신의 느낌과 생각에 집착하지 않는다. 정신화는 국외에서 경계선 성격장애 환자의 치료과정에 사용되고 있고[12], 국내에서는 높은 자기에 성향의 집단이 낮은 집단보다 정신화 실패의 모든 하위요인이 유의하게 높은 것으로 보고되었으며, 특히 정신적 동등 모드 요인의 차이가 크게 나타나 전반적으로 타인에 대한 반응에 예민한 것을 알 수 있었다[14]. 또한, 심리적 역경 후 성장에도 강한 정적 영향을 미치고 있었고, 불안과

회피 애착이 정신화를 통해 심리적 역경 후 성장에 미치는 영향에서 완전매개효과를 보여, 대인관계와 정신화의 밀접한 관계를 일부 추측해 볼 수 있었다[16]. 대학생들의 갈등해결전략 중 긍정적 갈등해결전략이 인지적-정서적 공감과 유의한 정적 상관관계가 있다고 보고한 선행연구 결과는 정신화와 갈등해결전략과의 관계성을 시사하고 있었다[17]. 그리고 갈등해결전략과 정서표현 양가성 간의 관계를 연구한 선행연구에서 정서표현 양가성의 정서 인식 및 표현이나 정서조절, 정서지능 등의 요인들이 갈등해결전략의 협력 및 절충 전략과 유의한 정적 상관관계를 보였고, 지배 전략과는 유의한 부적 상관관계를 보여 갈등해결전략과 정신화가 밀접한 관련이 있는 것을 알 수 있었다[18].

개인의 소망이나 신념, 정서 등의 정신상태는 우리의 행동과 무관할 수 없으며, 타인의 행동에 대한 해석에도 깊이 관여하게 된다. 대학생들의 정신화 능력이 부족하면, 팀 활동 중 나타나는 다른 학생들의 행동에 부정적인 의미를 부여하고 판단의 방향도 부정적일 수 있다. 그러므로 대학생들의 팀 활동 중 나타나는 타인과의 갈등에 대한 의미부여와 해석은 자신의 정신화와 밀접한 관련이 있다. 대인 예민성과 관련된 신경과민성 특성과 더불어 개방성과 우호성이 대학생활적응과 관련이 있다는 선행연구 결과를 고려해볼 때[8], 정신화는 대학생들의 갈등해결전략 활용과도 관련성이 기대된다. 갈등해결전략이 자신과 타인에 대한 관심의 수준을 통해 협력과 타협, 양보, 회피, 지배로 분류되었다는 점에서, 정신화에 실패할 경우 자신과 타인에 대한 이해의 부족으로 갈등해결전략의 선별과 영향을 조절할 수 있을 것으로 기대된다. 그러므로 대학생들의 적응에 영향을 미치는 갈등해결전략의 연구에서 자신과 타인에 대한 인식과 관련된 정신화의 조절효과를 연구할 필요가 있다.

대학생들의 긍정적 갈등해결전략의 사용과 적절한 정신화 능력은 대학생활에 대한 적응도를 향상시켜 궁극적으로 개인의 행복을 증진시킬 수 있다. 선행연구에 따르면, 대학생의 삶의 만족에 사회적 지지가 정적 영향을 미치면서, 동시에 대인관계 등 환경에서 가해지는 스트레스에도 불구하고 역경을 견디는 힘으로 정의되는 자아탄력성이 높은 경우 삶의 만족이 높아지는 것으로

로 보고되었으며, 정신건강의 경우 삶의 만족에 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타나[19], 대인관계와 개인의 정신건강이 삶의 만족과 밀접한 관련이 있는 것을 알 수 있었다. 또한, 대학교 저학년을 대상으로 대학생 활적응과 주관적 행복감 간의 관계를 연구한 결과, 대학생들의 학업, 사회, 정서 및 환경적 적응에서 모두 행복감과 유의한 정적 상관관계를 보고하였고, 특히 사회적응이 내적 행복($r=.63$), 외적 행복($r=.60$) 및 자기조절 행복($r=.51$)과 비교적 강한 정적 상관관계를 보고하고 있어 대학생의 교내 대인관계의 중요성도 확인할 수 있었으며, 대학생활적응은 주관적 웰빙에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 기대되었다[20]. 대학생들에게 대학생활 중 중요한 요소인 성적에 반영되는 팀 활동이나 조별과제의 경우, 자연스럽게 발생할 수 있는 갈등을 적절한 해결전략으로 해소하는 적극적 행위는 대학생들의 적응도를 향상시킬 뿐만 아니라 삶의 만족도 증진시킬 것으로 기대된다. 이에 본 연구에서는 선행연구에서 제시된 삶의 만족 요인을 포함한 주관적 웰빙을 측정하여, 갈등해결전략과 대학생활적응 및 정신화 능력의 영향을 검증해 보고자 한다.

그러므로 본 연구에서는 대학생들의 갈등해결전략이 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 미치는 영향에서 정신화의 조절효과를 검증해 보고자 한다. 이를 통해 대학생들의 안정적인 적응과 삶의 만족을 끌어내기 위한 프로그램을 개발하는 데 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 대학생들이 팀 활동 중 수행하는 갈등해결전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향에서 정신화의 조절효과를 분석하고, 대학생활적응에 의한 매개효과를 검증하는 것이다. 이를 도식화한 연구 모형은 [그림 1]에 제시하였다.

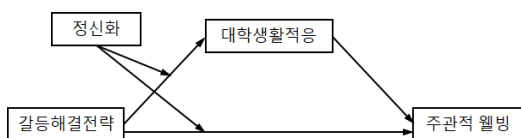


그림 1. 연구 모형

3. 연구 가설

본 연구의 목적을 달성하기 위한 연구 가설은 다음과 같다.

가설 1. 일반적 특성에 따라 대학생들의 팀 활동 선호도의 차이가 있을 것이다.

가설 2. 일반적 특성에 따라 대학생들의 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙의 차이가 있을 것이다.

가설 3. 대학생들의 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙 간에는 상관관계가 있을 것이다.

가설 4. 대학생들의 갈등해결전략과 주관적 웰빙 간의 관계에서 정신화에 의한 조절효과가 있을 것이다.

가설 5. 대학생들의 갈등해결전략과 주관적 웰빙 간의 관계에서 대학생활적응에 의해 매개된 정신화의 조절효과가 있을 것이다.

II. 연구 방법

1. 연구 대상

연구에 참여한 대학생은 총 250명이었으나, 본 연구에 필요한 중요한 변수인 팀 활동이나 조별과제를 수행한 경험이 없다고 응답한 2명의 자료를 삭제하고 최종적으로 248명의 자료를 분석하였다. 연구 대상자들의 분포를 살펴보면, 남학생이 116명(46.8%), 여학생이 132명(53.2%)이었고, 평균연령은 21.3세($SD=2.1$)였으며, 18세에서 27세까지 분포하였다. 전공계열을 보면, 인문사회계열이 102명(41.1%), 자연공학계열이 126명(50.8%), 예체능계열이 20명(8.1%)이었고, 1학년이 58명(23.4%), 2학년 40명(16.1%), 3학년 92명(37.1%), 4학년 이상이 58명(23.4%)이었다.

2. 연구 절차

본 연구를 윤리적으로 수행하기 위해 기관윤리심의위원회의 심의를 취득하였다(IRB No. 2-7001793-AB-N-012019084HR). 설문지는 온라인에서 조사할 수 있도록 제작하였으며, 인터넷 커뮤니티와 SNS를 활용하여 자료를 수집하였다. 온라인 설문 조사는 첫 페이지에 설문의 목적과 참여방법에 대한 설명을 통해,

개인 신상정보를 누적하여 보관하지 않고, 수집된 자료를 연구 목적으로만 사용하며, 설문지 응답에 참여하지 않거나 참여 중 포기를 해도 불이익이 없다는 점을 명시하였다. 이 안내문을 모두 읽고 설문 조사 참여에 동의한다고 선택한 사람만 온라인 설문 조사가 시작되고, 동의하지 않음을 선택한 경우 곧바로 설문 조사가 종료 되도록 설계하였다. 설문 조사 후에는 소정의 온라인 상품권을 참여 시간에 대한 보상으로 제공하였다.

2. 연구 도구

2.1 갈등해결전략

갈등해결전략이란 대인관계 내에서 발생하는 대립상태를 극복하기 위한 전략을 의미한다[6][7]. 대학생들의 팀 활동이나 조별과제에서 나타나는 갈등해결전략의 측정은 Rahim(1983)의 갈등해결전략 척도(ROCI-II)를 Wilmot과 Hocker(2001)가 수정하고 Hong(2006)이 빈번한 갈등해결전략 척도를 사용하였다[6][7][21][22]. 일상생활에서 평소에 사용하는 갈등해결전략이 아니라 대학에서 팀 활동이나 조별과제와 관련된 상황에서 발생하는 갈등에 대해 어떻게 대응하는지 응답하도록 지시문을 구성하여 조사하였다. 하위영역은 타협, 협력, 양보, 회피, 지배의 5개 요인이며, 각 영역별 5문항씩 총 25문항으로 구성되어 있다. 하위요인 중 타협과 협력은 긍정적 갈등해결전략이고, 회피와 지배는 부정적 갈등해결전략이며, 양보는 중립적으로 보았다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 응답하도록 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 해당 갈등해결전략을 많이 사용하는 것으로 해석한다. 갈등해결전략의 하위요인별 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 타협 .73, 협력.73, 양보 .78, 회피 .63, 지배 .80이었다.

2.2 정신화

정신화란 자신의 감정이나 사고를 바탕으로 타인을 해석하는 정신적 작용을 의미한다[13]. 정신화의 측정은 Hausberg 등(2012)이 개발한 정신화 질문지(Mentalization Questionnaire)를 최현아(2014)가 빈번한 척도를 사용하였다[13][15]. 정신화 능력 척도의 하위요인은 거부적 자기 조망, 정서 인식, 정신적 동등 모드, 정서조절의 4개 요인이며, 총 15문항으로 구성되

어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 응답하도록 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 전반적인 정신화의 실패를 의미한다. 정신화 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .86으로 높게 나타났다.

2.3 대학생활적응

대학생활적응이란 대학 내 환경과 조화로운 관계를 유지하면서, 갈등을 합리적으로 해결하는 과정을 의미한다[5]. 대학생활적응의 측정은 정은이와 박용한(2009)이 개발하고 타당화한 대학생활적응 척도를 활용하여 측정하였다[23]. 하위요인은 대인관계, 학업활동, 진로준비, 개인심리, 사회체험의 5개 요인이며, 총 19개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 응답하도록 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 대학생활적응 수준이 높은 것으로 해석한다. 대학생활적응 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .89로 높게 나타났다.

2.4 주관적 웰빙

주관적 웰빙의 측정은 김정호 등(2009)이 한국판으로 재 타당화한 주관적 웰빙 척도(Subjective Well-being Scale)를 사용하였다[24]. 주관적 웰빙 척도는 삶의 기대와 삶의 만족의 2개 요인으로 구성되어 있으며, 각 5문항씩 총 10문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 7점 Likert 척도로 응답하도록 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 주관적 웰빙이 높은 것으로 해석한다. 주관적 웰빙 척도의 신뢰도(Cronbach's α)는 .93으로 매우 높게 나타났다.

3. 분석 방법

수집된 자료는 IBM사의 SPSS(version 25.0) 프로그램과 PROCESS Procedure for SPSS Release 3.3 확장 프로그램을 이용하여 분석하였다[25]. 측정된 연구 변수들의 평균과 표준편차, 첨도 및 왜도 값을 산출하여 제시하였고, 일반적 특성에 대해 빈도분석을 하였다. 척도의 신뢰도는 내적 일치도 계수(Cronbach's α)를 사용하여 분석하였다. 일반적 특성에 따른 연구 변수의 차이는 분산분석(ANOVA)으로 검증하였고, 연구 변수 간의 상관관계는 Pearson의 적률상관관계 분석을 하

였다. 매개효과와 조절효과의 유의성은 회귀분석을 기반으로 하는 PROCESS Procedure for SPSS Release 3.3 확장 프로그램을 통해 분석하였으며, 매개효과의 유의성은 Bootstrapping 방법을 통해 95% 신뢰구간 (Confidence Interval: CI)을 산출하여 분석하였다. 통계적 검증의 유의수준은 .05수준에서 분석하였다.

III. 연구 결과

1. 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙의 평균과 표준편차

대학생들의 팀 활동 중 사용하는 갈등해결전략과 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙의 평균과 표준편차, 왜도 및 첨도 값을 [표 1]에 제시하였다. 주요 연구 변수들의 정규성을 왜도와 첨도로 분석한 결과 모두 절댓값이 .55보다 작게 나타나 연구 변수들의 정규성을 가정하였다.

표 1. 주요 연구 변수들의 기술통계 (N=248)

변수	평균	표준편차	왜도	첨도
갈등해결전략				
타협	3.71	.54	-.19	.42
협력	3.81	.52	-.04	-.04
양보	3.69	.56	-.01	.19
회피	3.38	.64	-.17	.26
지배	2.84	.75	.16	-.21
정신화	2.91	.64	.22	.55
대학생활적응	3.34	.63	.01	.14
주관적 웰빙	5.03	1.04	-.38	.34

2. 일반적 특성에 따른 팀 활동 선호도의 차이

대학생들의 일반적 특성에 따른 팀 활동 선호도를 분석한 결과[표 2], 남학생들(56.9%)보다 여학생들(73.5%)의 팀 활동을 불호의 비율이 유의하게 높게 나타났으며 ($\chi^2=7.54, p<.01$), 1학년의 경우 팀 활동 선호와 불호 간의 비율이 유사하였지만, 고학년의 경우 불호가 뚜렷하게 높은 것으로 나타나 학년 간 유의한 차이를 보였다($\chi^2=12.17, p<.01$). 한편 연령대나 전공계열에 따른 유의한 차이는 나타나지 않았다. 이러한 연구 결과는 “일반적 특성에 따라 대학생들의 팀 활동 선호도의 차이가 있을 것이다”라는 가설 1을 부분적으로 지지하였다.

표 2. 일반적 특성에 따른 팀 활동 선호도의 차이 (N=248)

변수	불호집단		선택집단	χ^2
	n(%)	n(%)		
성별				
남학생	66(56.9)	50(43.1)		7.54**
여학생	97(73.5)	35(26.5)		
연령대				
21세 이하	86(63.2)	50(36.8)		.83
22세 이상	77(68.8)	35(31.3)		
학년				
1학년	28(48.3)	30(51.7)		12.17**
2학년	25(62.5)	15(37.5)		
3학년	69(75.0)	23(25.0)		
4학년	41(70.7)	17(29.3)		
전공계열				
인문사회계	62(60.8)	40(39.2)		3.95
자연과학계	90(71.4)	36(28.6)		
예체능계	11(55.0)	9(45.0)		
전체	163(65.7)	85(34.3)		

**p<.01.

팀 활동이나 조별과제를 선호하지 않는 이유를 다중 응답으로 조사한 결과[표 3], ‘무임승차하는 팀원이 싫어서’가 61.3%로 가장 높게 나타났고, ‘자기 역할을 충실하게 하지 않아서’(44.0%)가 2위로 나타나, 전반적으로 팀 활동에 참여하지 않거나, 적극적으로 자신의 책임을 다하지 않는 팀원들로 인해 불편감을 느끼는 것으로 보고하였다. 이는 ‘성적을 공정하게 받는다는 생각이 들지 않아서’라는 이유가 5위로 나타났는데, 이와 무관하지 않은 것으로 보인다. 또한, 다양한 전공으로 인해 ‘조원들 간 미팅시간을 잡기 어려워’(37.1%)라는 의견과 ‘모르는 사람과의 모임이 불편해서’(24.6%)라는

표 3. 팀 활동의 불호 사유 (N=248)

변수	불호집단		전체
	n(%)	n(%)	
무임승차하는 팀원이 싫어서	109(66.9)	43(50.6)	152(61.3)
자기 역할을 충실하게 하지 않아서	80(49.1)	29(34.1)	109(44.0)
조원들 간 미팅시간을 잡기 어려워서	61(37.4)	31(36.5)	92(37.1)
모르는 사람과의 모임이 불편해서	46(28.2)	15(17.6)	61(24.6)
성적을 공정하게 받는다는 생각이 들지 않아서	42(25.8)	17(20.0)	59(23.8)
발표자로 선발되는 게 싫어서	31(19.0)	15(17.6)	46(18.5)
조원 간 의사소통이 어려워서	25(15.3)	9(10.6)	34(13.7)
조장을 하라고 해서	20(12.3)	14(16.5)	34(13.7)
선배들과 섞이는 게 싫어서	9(5.5)	4(4.7)	13(5.2)
전체	163(100)	85(100)	248(100)

주. 다중응답 결과임.

의견이 뒤를 이었다. 한편 '발표자로 선발되는' 것에 대한 두려움(18.5%)과 '의사소통의 어려움'(13.7%)을 호소한 비율도 높게 나타났다. 기타 10% 미만의 비율로 나타난 의견 중에는 '선배들과 섞이는 게 싫어서'(5.2%) 등이 있었고, 5% 이하의 낮은 비율의 응답들은 제시하지 않았다. 전체집단의 순위뿐만 아니라 팀 활동을 불호하는 집단과 선호하는 집단의 다중응답 비율도 함께 제시하였으나 상위 순위에서 큰 차이는 없었다.

3. 일반적 특성에 따른 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙의 차이

대학생들의 일반적 특성에 따라 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙의 차이를 분석한 결과(표 4), 성별이나 학년, 전공계열 등 일반적 특성에 따라 갈등해결전략의 차이가 나타나지 않았고, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙에서도 모두 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이러한 연구결과는 “일반적 특성에 따라 대학생들의 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙의 차이가 있을 것이다”라는 가설 2를 기각하였다.

4. 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙 간의 상관관계

대학생들의 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및

주관적 웰빙 간의 상관관계를 분석한 결과를 [표 5]에 제시하였다. 갈등해결전략의 타협 전략은 대학생활적응($r=.37, p<.001$) 및 주관적 웰빙($r=.37, p<.001$)과 유의한 정적 상관관계를 보였고, 협력 전략은 정신화와 부정적 상관을 보였으며($r=-.13, p<.05$), 대학생활적응($r=.49, p<.001$) 및 주관적 웰빙($r=.45, p<.001$)과 유의한 정적 상관관계가 나타났다. 양보 전략의 경우 정신화($r=.18, p<.01$), 대학생활적응($r=.16, p<.05$) 및 주관적 웰빙($r=.14, p<.05$)과 유의한 정적 상관관계가 나타났다. 회피 전략은 정신화와 유의한 정적 상관관계를 보였고($r=.31, p<.001$), 대학생활적응 및 주관적 웰빙과 유의한 상관이 없었다. 지배전략의 경우 정신화($r=.27, p<.001$), 대학생활적응($r=.26, p<.001$) 및 주관적 웰빙($r=.15, p<.05$)과 유의한 정적 상관관계가 나타났다.

갈등해결전략 중 협력은 정신화와 유의한 부정 상관을 보였고, 양보, 회피, 지배 전략은 모두 정신화와 유의한 정적 상관관계를 보였다. 정신화는 대학생활적응과는 유의한 상관관계를 보이지 않았으나, 주관적 웰빙과는 유의한 부정 상관관계를 보였다($r=-.19, p<.01$). 대학생활적응은 주관적 웰빙과 유의한 정적 상관관계가 있었다($r=.61, p<.001$). 이러한 연구 결과는 “대학생들의 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙 간에는 상관관계가 있을 것이다”라는 가설 3을 부분적으로 지지하였다.

표 4. 일반적 특성에 따른 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙의 차이 (N=248)

변수	갈등해결전략										정신화		대학생활적응		주관적 웰빙		
	타협		협력		양보		회피		지배		M(SD)	F	M(SD)	F	M(SD)	F	
	M(SD)	F	M(SD)	F	M(SD)	F	M(SD)	F	M(SD)	F	M(SD)	F	M(SD)	F	M(SD)	F	
성별																	
남학생	3.68±.56	1.00	3.78±.53	.72	3.69±.58	.002	3.43±.65	1.43	2.88±.75	.94	2.90±.67	.05	3.38±.66	.67	5.07±1.04	.32	
여학생	3.75±.53		3.83±.51		3.69±.54		3.33±.64		2.79±.75		2.92±.62		3.31±.61		4.99±1.04		
연령대																	
21세 이하	3.73±.54	.11	3.82±.52	.12	3.70±.59	.11	3.40±.69	.36	2.83±.73	.01	2.94±.65	.81	3.34±.63	.003	5.04±.97	.01	
22세 이상	3.70±.55		3.79±.52		3.68±.53		3.35±.58		2.84±.77		2.87±.62		3.35±.64		5.02±1.12		
학년																	
1학년	3.57±.58	1.78	3.74±.56	.58	3.73±.58	1.62	3.42±.70	.24	2.85±.77	.65	3.01±.68	.64	3.33±.60	1.17	5.07±.88	.61	
2학년	3.74±.60		3.79±.40		3.70±.58		3.43±.67		2.69±.62		2.86±.61		3.19±.73		4.85±1.10		
3학년	3.77±.53		3.85±.54		3.59±.57		3.35±.67		2.87±.81		2.89±.68		3.37±.65		5.11±1.13		
4학년	3.75±.48		3.83±.51		3.79±.50		3.37±.52		2.87±.71		2.87±.54		3.42±.56		4.99±1.01		
전공계열																	
인문사회계	3.73±.54	2.84	3.83±.54	2.13	3.68±.58	.89	3.37±.67	.08	2.78±.73	.82	2.89±.66	.75	3.29±.67	1.43	5.00±1.05	1.28	
자연공학계	3.75±.53		3.82±.49		3.72±.55		3.40±.63		2.90±.76		2.90±.64		3.41±.60		5.10±1.05		
예체능계	3.44±.61		3.58±.49		3.54±.52		3.34±.63		2.76±.74		3.08±.52		3.21±.65		4.71±.94		

표 5. 갈등해결전략, 정신화, 대학생활적응 및 주관적 웰빙 간의 상관관계 (N=248)

변인	(1-1)	(1-2)	(1-3)	(1-4)	(1-5)	(2)	(3)
(1) 갈등해결전략							
(1-1) 타협							
(1-2) 협력	.71***						
(1-3) 양보	.39***	.39***					
(1-4) 회피	.12	.04	.48***				
(1-5) 지배	.17**	.04	-.07	.07			
(2) 정신화	-.08	-.13*	.18**	.31***	.27***		
(3) 대학생활적응	.37***	.49***	.16*	.02	.26***	-.02	
(4) 주관적 웰빙	.37***	.45***	.14*	.01	.15*	-.19**	.61***

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

5. 갈등해결전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향에서 대학생활적응을 통한 정신화의 매개된 조절효과

대학생의 갈등해결전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향에서 대학생활적응에 의해 매개된 정신화의 조절효과를 검증한 결과는 [표 6]에 제시하였다. 자료의 분석은 PROCESS Procedure for SPSS Release 3.3 확장 프로그램(모델 4, 8)을 이용하여 분석하였고, 매개효과의 유의성은 Bootstrapping 방법을 사용하였으며, 재표집 수는 10,000으로 지정한 후 95% 신뢰구간(Confidence Interval: CI)을 산출하여 분석하였다.

모형 I을 살펴보면, 긍정적 갈등해결전략인 타협은 대학생활적응에 유의한 정적 영향을 미쳤고(B=.43, p<.001), 대학생활적응(B=.90, p<.001)과 타협(B=.29, p<.01)은 주관적 웰빙에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 정신화는 주관적 웰빙에 유의한 부적 영향을 미쳤다(B=-.30, p<.001). 타협과 정신화의 상호작용항은 모든 경로에서 통계적으로 유의하지 않았으므로 정신화에 의한 조절효과는 나타나지 않았다. 대학생활적응에 대한 회귀모형의 설명량은 13.7%였고(R²=.137, F=12.91, p<.001), 주관적 웰빙에 대한 설명량은 42.6%로 유의하게 나타났다(R²=.426, F=45.00, p<.001).

모형 II의 경우 긍정적 갈등해결전략인 협력 전략은 대학생활적응에 유의한 정적 영향을 미쳤고(B=.60, p<.001), 대학생활적응(B=.84, p<.001)과 협력(B=.36, p<.01)은 주관적 웰빙에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 정신화는 주관적 웰빙에 유의한 부적 영향을 미쳤다(B=-.29, p<.01). 회귀모형에서 상호작용항은 모두 통계적으로 유의하지 않았으므로 정신화의 조절효과는 없었다. 대학생활적응에 대한 회귀모형의

설명량은 24.2%였고(R²=.242, F=25.96, p<.001), 주관적 웰빙에 대한 설명량은 43.2%로 유의하게 나타났다(R²=.432, F=46.25, p<.001).

모형 III의 경우 갈등해결전략 중 양보 전략은 대학생활적응에 유의한 정적 영향을 미쳤고(B=.21, p<.01), 대학생활적응(B=.93, p<.001)은 주관적 웰빙에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 양보 전략은 주관적 웰빙에 유의한 영향을 미치지 못했다. 정신화는 주관적 웰빙에 유의한 부적 영향을 미쳤다(B=-.36, p<.001). 양보와 정신화의 상호작용항은 대학생활적응(B=.21, p<.05)과 주관적 웰빙(B=.38, p<.01)에 모두 통계적으로 유의하게 나타나 직접효과와 간접효과에 정신화에 의한 조절효과가 있었다. 대학생활적응에 대한 회귀모형의 설명량은 4.9%였고(R²=.049, F=4.16, p<.01), 주관적 웰빙에 대한 설명량은 43.0%로 유의하게 나타났다(R²=.430, F=45.74, p<.001).

모형 IV를 살펴보면, 갈등해결전략 중 회피 전략은 매개변수인 대학생활적응에 유의한 영향을 미치지 않았으므로 대학생활적응을 통한 간접효과는 없었다(B=.02, ns). 대학생활적응(B=.97, p<.001)은 주관적 웰빙에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 정신화는 주관적 웰빙에 유의한 부적 영향을 미쳤다(B=-.34, p<.001). 회피와 정신화의 상호작용항은 주관적 웰빙(B=.28, p<.01)에 통계적으로 유의하게 나타나 직접효과에서만 정신화의 조절효과가 있었다. 대학생활적응에 대한 회귀모형의 설명량은 1.3%로 통계적으로 유의하지 않았고(R²=.013, F=1.10, p>.05), 주관적 웰빙에 대한 설명량은 42.0%로 유의하게 나타났다(R²=.420, F=44.00, p<.001).

모형 V의 경우 갈등해결전략 중 지배 전략은 대학생활

적응에 유의한 정적 영향을 미쳤고(B=.23, p<.001), 대학생활적응(B=.95, p<.001)은 주관적 웰빙에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났으나, 지배 전략은 주관적 웰빙에 유의한 영향을 미치지 못했다. 정신화는 대학생활적응(B=-.14, p<.05)과 주관적 웰빙(B=-.36, p<.001)에 유의한 부적 영향을 미쳤다. 지배와 정신화의 상호작용항은 대학생활적응(B=.14, p<.05)과 주관적 웰빙(B=.18, p<.05)에 통계적으로 유의하게 나타나 직접효과와 간접효과에서 정신화의 조절효과가 있었다. 대학생 생활적응에 대한 회귀모형의 설명량은 9.5%였고(R²=.095, F=8.52, p<.001), 주관적 웰빙에 대한 설명량은 41.4%로 유의하게 나타났다(R²=.414, F=42.95, p<.001).

표 6. 갈등해결전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향에서 대학생 생활적응을 통한 정신화의 매개된 조절효과 (N=248)

모형	독립변수	종속변수	B	SE	R ² (F)	
I	타협(A)	대학생활적응	.43***	.07	.137 (12.91***)	
	정신화(B)		.003	.06		
	A×B		.003	.10		
	대학생활적응	주관적 웰빙	.90***	.09		.426 (45.00***)
	타협(A)		.29**	.10		
	정신화(B)		-.30***	.08		
A×B	.16	.13				
II	협력(A)	대학생활적응	.60***	.07	.242 (25.96***)	
	정신화(B)		.02	.06		
	A×B		.10	.09		
	대학생활적응	주관적 웰빙	.84***	.09		.432 (46.25***)
	협력(A)		.36**	.11		
	정신화(B)		-.29**	.08		
A×B	.21	.13				
III	양보(A)	대학생활적응	.21**	.07	.049 (4.16**)	
	정신화(B)		-.08	.06		
	A×B		.21*	.10		
	대학생활적응	주관적 웰빙	.93***	.08		.430 (45.74***)
	양보(A)		.18	.09		
	정신화(B)		-.36***	.08		
A×B	.38**	.12				
IV	회피(A)	대학생활적응	.02	.07	.013 (1.10)	
	정신화(B)		-.05	.07		
	A×B		.15	.08		
	대학생활적응	주관적 웰빙	.97***	.08		.420 (44.00***)
	회피(A)		.06	.08		
	정신화(B)		-.34***	.08		
A×B	.28**	.11				
V	지배(A)	대학생활적응	.23***	.05	.095 (8.52***)	
	정신화(B)		-.14*	.07		
	A×B		.14*	.06		
	대학생활적응	주관적 웰빙	.95***	.09		.414 (42.95***)
	지배(A)		.06	.07		
	정신화(B)		-.36***	.09		
A×B	.18*	.08				

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

회피 전략은 매개변수인 대학생활적응에 유의한 영향이 없었으므로, 회피 전략의 모형 IV를 제외하고 각 회귀모형에서 간접효과의 유의성을 bootstrapping 방법으로 분석하여 95% 신뢰구간(95% CI)을 [표 7]에 제시하였다. 모형 I의 타협 전략이 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 미치는 간접효과는 통계적으로 유의하였고(B=.39, 95% CI=.25~.55), 모형 II에서 협력 전략이 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 미치는 간접효과도 통계적으로 유의하게 나타났다(B=.50, 95% CI=.35~.68). 모형 III의 양보 전략이 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 미치는 간접효과는 통계적으로 유의하였고(B=.18, 95% CI=.03~.34), 모형 V에서 지배 전략이 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 미치는 간접효과도 통계적으로 유의하게 나타났다(B=.22, 95% CI=.11~.34).

표 7. 갈등해결전략이 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 미치는 간접효과의 bootstrapping 분석 결과

모형	독립변수	매개변수	종속변수	B	SE	[95% CI]
I	타협	대학생활적응	주관적 웰빙	.39	.08	[.25, .55]
II	협력	대학생활적응	주관적 웰빙	.50	.08	[.35, .68]
III	양보	대학생활적응	주관적 웰빙	.18	.08	[.03, .34]
V	지배	대학생활적응	주관적 웰빙	.22	.06	[.11, .34]

정신화의 조절효과가 유의하게 나타난 모형 III, IV, V에 대해 조절변수인 정신화의 수준에 따라 조건부 직접효과를 분석하여 [표 8]에 제시하였고, 간접효과의 유의성은 bootstrapping 방법으로 분석하여 95% 신뢰구간(95% CI)을 함께 제시하였다. 모형 III의 양보 전략의 경우 직접효과와 간접효과에서 모두 조절효과가 있었으며, 정신화 실패 수준이 높을수록 양보가 주관적 웰빙에 미치는 직접효과와 대학생활적응을 통한 간접효과가 모두 더욱 강해지는 것을 알 수 있었다. 즉, 정신화에 실패하지 않은 정신화 하위수준(M-1SD)에서는 양보전략이 직접(B=-.07, ns) 혹은 간접(B=-.07, 95% CI=-.13~.27)적으로도 모두 주관적 웰빙을 유의하게 증진시키지 못한 것을 알 수 있었다.

모형 IV의 회피 전략은 주관적 웰빙에 대해 직접효과에서만 유의한 조절효과를 나타냈으므로 조건부 직접효과만 제시하였다. 정신화 실패의 수준이 높을수록 회

피 전략이 주관적 웰빙에 미치는 직접효과가 더욱 강해지는 것을 알 수 있었다. 즉, 회피 전략의 경우 정신화에 실패하지 않은 정신화 중간수준(M) 및 하위수준(M-1SD)에서는 회피전략이 주관적 웰빙을 유의하게 증진시키지 못하였다.

모형 V의 지배 전략을 살펴보면, 주관적 웰빙에 대한 정신화의 조절효과가 직접효과와 간접효과에서 모두 통계적으로 유의하게 나타났다. 그러나, 정신화의 ±1 표준편차 수준에서 분석한 조건부 직접효과 분석에서는 유의한 차이가 없었다. 이에 Johnson-Nayman의 유의영역 분석을 추가로 수행한 결과 정신화 실패의 상위 12.1% 이내의 높은 수준에서 지배 전략이 주관적 웰빙에 미치는 직접효과가 유의하게 나타나, 정신화 실패의 수준이 높을수록 직접효과가 강해지며, 비교적 높은 정신화 실패 수준에서 유의한 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 간접효과와 경우 정신화 실패의 수준이 높을수록 지배 전략이 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 미치는 간접효과가 더욱 강해지는 것을 알 수 있었다. 즉, 정신화에 실패하지 않은 정신화 하위수준(M-1SD)에서는 지배 전략이 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙을 유의하게 증진시키지 못한 것을 알 수 있었다.

이러한 연구 결과는 “대학생들의 갈등해결전략과 주관적 웰빙 간의 관계에서 정신화에 의한 조절효과가 있을 것이다”라는 가설 4와 “대학생들의 갈등해결전략과

주관적 웰빙 간의 관계에서 대학생활적응이 매개된 정신화의 조절효과가 있을 것이다”라는 가설 5를 부분적으로 지지하였다.

연구 결과를 요약해 보면, 갈등해결전략의 타협, 협력, 양보, 지배 전략은 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 유의한 간접효과가 있었다. 긍정적인 갈등해결전략인 타협과 협력 전략은 주관적 웰빙에 대한 직·간접효과에서 모두 정신화의 조절효과가 없었다. 양보 전략은 정신화 실패의 수준이 높을수록 주관적 웰빙에 미치는 직·간접효과가 모두 강해지는 것을 알 수 있었고, 회피 전략의 경우 정신화 실패의 수준이 높을수록 주관적 웰빙에 미치는 직접효과만 강해졌으며, 지배 전략은 정신화 실패의 수준이 높을수록 직접효과와 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 미치는 간접효과가 강해지는 것으로 나타났다. 전체적으로 부정적 갈등해결전략들은 정신화 실패의 수준이 높을수록 주관적 웰빙에 미치는 영향이 강한 것으로 나타났으며, 긍정적인 갈등해결전략들은 정신화의 수준과 관계없이 대학생활적응과 주관적 웰빙을 증진시키고 있었다.

IV. 논의 및 결론

본 연구를 통해 대학생들이 팀 활동 중 수행하는 갈등해결전략이 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 미치는 매개효과를 분석하고, 정신화에 의한 조절효과를 검증하였다. 연구 결과를 토대로 다음과 같이 논의하고자 한다.

첫째, 긍정적 갈등해결전략인 타협과 협력 전략은 주관적 웰빙에 유의한 정적 영향을 미치고 있었고, 대학생활적응을 통한 간접효과도 통계적으로 유의하였다. 그러나 긍정적 갈등해결전략들은 정신화에 의한 조절효과는 나타나지 않았다. 이러한 결과는 타협 전략과 협력 전략은 정신화의 수준과 관계없이 대학생활적응과 주관적 웰빙을 증진시키는 전략으로 확인된 것이다. 선행연구에 따르면, 대학생들의 갈등해결전략 중 조정 협력 전략이 유의하게 정적으로 대학생활적응을 설명하였고, 대학생활의 사회적 적응뿐만 아니라 정서적 적응도 유의하게 설명하고 있어[5], 본 연구 결과를 일부

표 8. 정신화에 의한 조건부 직·간접 효과 (N=248)

모형	조건부 효과	독립 변수	매개 변수	종속 변수	조절변수 (정신화)	B	SE	Bootstrapping [95% CI]
III	직접 효과	양보	주관적 웰빙	M-1SD	-.07	.12		
				M	.18	.09		
				M+1SD	.42**	.13		
	간접 효과	양보	대학 생활 적응	M-1SD	-.07	.10	[-.13, .27]	
				M	.19*	.07	[.06, .35]	
				M+1SD	.32*	.12	[.08, .55]	
IV	직접 효과	회피	주관적 웰빙	M-1SD	-.12	.11		
				M	.06	.08		
				M+1SD	.24*	.10		
V	직접 효과	지배	주관적 웰빙	M-1SD	-.06	.09		
				M	.06	.07		
				M+1SD	.17	.09		
	간접 효과	지배	대학 생활 적응	M-1SD	.14	.08	[-.01, .28]	
				M	.22*	.06	[.12, .34]	
				M+1SD	.31*	.07	[.17, .45]	

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

지지하였다. 타협과 협력 전략은 자신의 이익과 타인의 이익을 모두 고려한다는 점에서 대학생활 중 발생하는 팀 학습의 갈등을 가장 적절하게 대처하는 전략인 것을 알 수 있었다.

둘째, 양보 전략은 증립적 갈등해결전략으로 인식되고 있으며, 양보 전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향에서 대학생활적응을 통한 간접효과와 직접효과가 모두 유의하게 나타났다. 또한, 정신화에 의한 조절효과가 직접효과와 간접효과에서 모두 통계적으로 유의하게 나타났다. 이를 더욱 자세히 살펴보면, 정신화 실패가 높을수록 양보 전략이 대학생활적응을 통해 주관적 웰빙에 미치는 영향이 더욱 강해졌으며, 이는 직접효과에서도 유사하게 나타났다. 정신화의 실패는 자기 정서에 대한 인식 실패와 타인 정서에 대한 이해 부족 등이 높게 나타나는 것을 의미하며, 정신화에 실패하는 대학생들일수록 양보 전략을 통해 대학생활적응과 주관적 웰빙의 증진을 꾀하고 있었다. 그러나 양보 전략의 경우 자신의 욕구를 포기하고 타인의 욕구에 집중하여 갈등을 해결하는 방식이므로 정신화의 자기 정서 인식에 대한 실패가 높은 경우 사용할 수 있는 전략으로 볼 수 있다. 양보는 사회적인 미덕으로 인식되어 자칫 긍정적 갈등해결전략으로 인식될 수 있으나, 팀 활동과 같은 목표지향적 활동에서 자신의 목적이나 욕구를 무시하고 양보 전략을 사용하는 것은 정신화 실패 수준이 높은 집단에서만 긍정적으로 나타났고, 적절한 정신화 수준의 사람들은 양보 전략을 통해 대학생활적응과 주관적 웰빙의 증진을 기대할 수 없었다. 성인과 아동을 대상으로 자기도 하고 싶지만 양보한 행위에 대해 실험을 수행한 결과[27], 자의적으로 양보를 한 경우에도 자신이 하고 싶은 것을 양보 후에 충족 받았을 때 기분이 가장 좋았고, 양보 후 자신의 욕구가 충족되지 못한 경우 기분이 유의하게 낮아졌으며, 양보를 주변의 압력 등에 의해 비자의적으로 수행한 경우에는 오히려 양보하고도 기분이 부정적인 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자의적 양보 전략을 통해 결국 상대방도 일부 양보를 하여 자신의 욕구를 함께 충족하는 경우에 가장 좋은 효과를 볼 수 있었고, 일방적인 양보에서는 정서적으로 좋은 결과를 얻지 못한다는 점을 고려할 때, 본 연구에서 나타난 적절한 정신화 수준에서 양보 전략이 주관적

웰빙의 증진을 설명할 수 없었다는 결과와 유사한 맥락으로 이해할 수 있다. 대학생들의 조별과제에서 다양한 절충과 협력이 요구되는 때에 자신의 바람을 무시하고 양보의 전략을 사용할 경우 부정적 정서를 유발하여 삶의 만족을 증진시키지 못한 것으로 보인다. 그러므로 대학생들의 팀 활동 중 자신의 욕구를 무시하는 양보 전략의 사용은 자신의 욕구를 낮추는 것과 더불어 상대방의 욕구도 함께 낮추는 타협이나 목표 중심의 협력 전략으로 전환하는 것이 더 적절한 것으로 보인다.

셋째, 부정적 갈등해결전략 중 회피 전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향에서 정신화에 의한 조절효과가 유의하게 나타났으나, 대학생활적응을 통한 간접효과와 정신화에 의해 조절된 간접효과는 통계적으로 유의하지 않았다. 회피 전략은 대학생활적응과 주관적 웰빙과 유의한 상관관계가 없었으나, 정신화 실패의 수준이 높은 경우 회피 전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향이 유의하게 나타났다. 갈등이 발생했을 때 회피 전략의 사용은 기본적으로 대학생활적응과 주관적 웰빙에 모두 어떠한 도움도 되지 않았다. 선행연구에서는 대학생들의 회피 전략이 대학생활적응에 유의한 부정 영향을 미치는 것으로 나타나 본 연구와 차이를 보이기도 했으며 [5], 회피 전략의 잦은 사용은 음주나 자살 생각과 같은 삶의 회피적 대처로 이어질 수 있어[26], 건강한 대학생들의 적절한 대처 전략으로 볼 수 없었다. 또한, 대학생들의 회피적 대처에 관한 선행연구에서 회피적 대처는 삶의 만족 및 심리적 웰빙과 유의한 부정 상관이 나타났으나[28], 본 연구에서는 삶의 만족이 포함된 주관적 웰빙과 유의한 상관이 없다는 차이를 보였고, 정신화 실패가 높은 집단에서만 회피 전략이 주관적 웰빙에 정적 영향을 미치는 것으로 나타나, 회피 전략은 정신건강의 어려움이 있는 경우에 주로 부적절한 대처 방법으로 사용되고 있음을 시사하고 있었다.

넷째, 부정적 갈등해결전략 중 지배 전략은 주관적 웰빙에 직접효과가 없었고, 정신화에 의해 조절된 대학생활적응의 매개효과는 통계적으로 유의하게 나타났다. 조건부 간접효과와 경우 정신화 실패의 평균수준과 상위 수준에서 간접효과가 유의했으며, 정신화 실패가 높을수록 대학생활적응을 통한 간접효과가 더욱 강해지는 것을 알 수 있었다. 이러한 결과를 종합해 보면 정신

화 실패의 수준이 높은 집단이 지배 전략의 사용을 통해 대학생활적응을 도모하고 있으며, 이를 통해 삶의 만족과 같은 주관적 웰빙의 증진을 꾀하고 있었다. 청소년들의 갈등해결전략을 연구한 선행연구에서 지배 전략은 개인주의 성향과 유의한 관계가 있는 것으로 나타났다[29], 이러한 결과는 지배 전략이 자신의 욕구에만 관심을 두고 타인의 욕구에 관심을 두지 않는 전략인 것을 시사한다. 이는 양보 전략과는 반대로 타인의 욕구를 고려하지 않는다는 점에서 부적절한 대처라고 볼 수 있다. 부정적 갈등해결전략인 지배 전략이 대학생활적응 및 주관적 웰빙과 유의한 정적 상관관계를 보이는 것으로 나타나, 자칫 리더십과 같은 개념으로 오인해 지배 전략이 긍정적이라고 판단할 수도 있으나, 본 연구의 조절효과 검증 등을 통해 정신화 실패의 수준이 높은 경우에만 지배 전략이 유의한 정적 영향을 보이는 것을 검증해 지배 전략의 부적절성을 확인하였다는 데 의의가 있다. 지배 전략은 타인의 욕구를 무시한다는 점에서 팀 내 또 다른 갈등을 양산할 수 있는 전략이므로, 건강한 대학생들의 적절한 갈등해결전략이 될 수 없다.

다섯째, 대학생들의 정신화는 대학생활적응과 유의한 상관관계가 없었으나, 주관적 웰빙과 유의한 부적 상관을 보였으며, 모든 회귀모형에서 정신화는 주관적 웰빙에 유의한 부적 영향을 미치고 있었다. 대학생들의 정신건강을 다면적인성검사(MMPI)를 통해 측정하여 주관적 웰빙과의 관계를 연구한 선행연구에서 건강증진 생활양식과 함께 투입하였을 때, 우울, 반사회성, 편집증, 강박과 정신분열증 등이 유의한 부적 영향을 미쳤고[30], 자신과 타인에 대한 인식과 관련된 반사회성이나 편집증, 정신분열증 등의 영향을 고려해 볼 때 본 연구에서 정신화가 주관적 웰빙에 미친 부적 영향을 일부 설명할 수 있었다. 그리고, 정신건강과 심리적 웰빙에 관한 선행연구에서는 내향성과 정신분열증, 반사회성이 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다는 결과를 고려해볼 때[31], 자기 및 타인 정서에 대한 인식과 대인관계와 관련된 인식이나 대인관계와 관련된 요인이 내향성, 반사회성 및 정신분열증과 관련이 있다는 점에서 정신화가 대학생들의 웰빙에 매우 중요한 요소인 것을 일부 알 수 있었다. 본 연구에서 나타난 정신화는 자

신의 감정이나 사고를 바탕으로 타인을 해석하는 정신적 작용이며, 이러한 정신화가 주관적 웰빙에 부적 영향을 미치는 것은 대학생들의 정신건강을 연구한 선행 연구들과 맥을 같이 하는 것으로 볼 수 있다. 선행연구에 따르면, 대학생들의 사회성 향상을 위해 감사, 사랑 및 희망으로 구성된 긍정 정서를 증진하는 프로그램을 운영하여 자신의 희망이나 타인에 대한 자비적 사랑 및 감사의 증진을 검증하여 보고한 예도 있었고[32], 명상과 병합하여 제안된 정서조절 프로그램이 대학생들의 자기몰입과 정서조절에 대한 곤란을 낮추는 데 효과가 있었다는 연구 결과도 있었다[33]. 대학생들의 행복 증진을 위해 정신화 과정을 돕는 일이 필요하며, 이를 위해 각 대학에서 수행하는 다양한 인성교육 프로그램에 적극적으로 융합하여 운영할 필요가 있다.

전반적으로 정신화 실패의 수준이 높을수록 양보, 회피, 지배 전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향이 통계적으로 유의하게 나타났고, 타협과 협력 전략의 경우 정신화의 수준과 관계없이 대학생활적응과 주관적 웰빙을 높였다는 점에서 긍정적 갈등해결전략의 중요성을 확인하였다는 연구의 의의가 있다. 또한, 정신화에 실패한 경우 양보, 회피, 지배 전략의 사용이 대학생활적응과 주관적 웰빙을 높이는 방법으로 사용되고 있다는 점에서 중립적이라고 여겨졌던 양보 전략의 문제점과 회피 및 지배 전략의 위험성을 분명히 밝히고 경고하였다는 데 본 연구의 의의가 있다.

본 연구의 제한점과 이를 보완할 수 있는 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 사용한 갈등해결전략은 팀 활동이나 조별과제와 같은 장면에 한정하여 조사하였으므로 대학생활 전반에 걸쳐 나타나는 갈등해결전략과 대학생활적응 및 주관적 웰빙의 관계로 확대하여 해석하는데 한계가 있다. 그러나 본 연구의 목적이 대학생활 중 경험하는 강한 스트레스인 팀 활동과 적응에 관한 연구였으므로, 연구 목적에 맞추어 충실히 수행하였다.

둘째, 본 연구는 대학생들의 팀 활동과 조별과제를 수행하는 과정에서 나타나는 팀원들 간의 갈등 해결을 중심으로 연구하였다. 그러나 대학생활 중 마주하는 대인관계의 장면은 매우 다양하게 존재하므로 다양한 갈등 장면에서의 해결전략에 관한 연구들이 추가로 수행

될 필요가 있다. 팀 활동과 같이 목표지향적인 관계가 있는가 하면, 학과 친구들이나 선후배, 지도교수와의 관계 등 다양한 관계의 장면이 있으므로 영역별로 세밀하게 연구할 필요가 있다.

셋째, 대학생들의 정신건강을 측정하는 영역이 매우 넓으므로, 다양한 도구를 사용하여 대학생들이 정신건강과 갈등해결전략에 관한 후속 연구가 계속되길 제안한다.

이상의 제한점에도 불구하고 본 연구는 최근 대학생들이 경험하는 강력한 스트레스인 팀 활동에 대해 구체적으로 접근하여, 정신화 수준에 따른 갈등해결전략별 영향의 차이를 분석하고, 대학생들의 적응과 웰빙에 정신건강과 갈등해결전략의 중요성 및 역할을 검증하였다는 데 의의가 있다.

참 고 문 헌

- [1] 광주드림, 청소년신문, 2019년 5월 31일자, “조별과제, 나는 이렇게 망했다”, 2019.
http://www.gjdream.com/v2/news/view.html?news_type=202&uid=496421에서 2020년 3월 2일에 검색.
- [2] 한희정, 이의용, “대학생의 조별과제 경험: 매너리즘과 변화의 필요성,” 사회과학연구, 제31권, 제4호, pp.121-149, 2015.
- [3] 이재한, 이운성, 임상호, “대학생의 개인적 특성이 직업기초능력 향상에 미치는 영향에 관한 연구,” 산업진흥연구, 제2권, 제1호, pp.101-106, 2017.
- [4] W. Collins, B. Laursen, N. Mortensen, C. Luebker, and M. Ferreira, “Conflict processes and transitions in parent and peer relationships: Implications for autonomy and regulation,” *Journal of Adolescent Research*, Vol.12, pp.178-198, 1997.
- [5] 김연중, “대학생의 커뮤니케이션 능력과 갈등해결 전략이 대학생활 적응에 미치는 영향,” 커뮤니케이션학 연구: 일반, 제22권, 제3호, pp.5-23, 2014.
- [6] M. A. Rahim, “A measure of styles of handling interpersonal conflict,” *Academy of Management Journal*, Vol.26, No.2, pp.368-376, 1983.
- [7] 이한나, *성인의 긍정적·부정적 갈등해결전략이 이성관계 만족도에 미치는 영향: 자기자비의 조절효과*, 연세대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2018.
- [8] 이명숙, 최효식, 연은모, “교육대학교 학생의 성격 5요인에 기초한 잠재적 성격 특성 유형과 심리적 안녕감, 대학생활적응 간의 관계,” *한국산학기술학회 논문지*, 제20권, 제3호, 71-81, 2019.
- [9] 한혜림, 이지민, “자기통제력과 대학생활적응 간의 관계에서 정서적 대처와 행동적 대처의 매개효과,” *한국가정관리학회지*, 제35권, 제3호, pp.41-52, 2017.
- [10] 박정원, 정유희, “간호대학 신입생의 의사소통 스타일에 따른 대인관계불안과 대학생활적응,” *한국콘텐츠학회논문지*, 제18권, 제9권, pp.696-709, 2018.
- [11] 박지현, 박진화, “간호대학생의 대인관계불안, 대학생활적응, 자기통제와 스마트폰 중독의 관계,” *한국데이터정보과학회지*, 제28권, 제1호, pp.185-194, 2017.
- [12] A. Bateman and P. Fonagy, *Mentalization based treatment for borderline personality disorder: A practical guide*. Oxford University Press, 2006.
- [13] 최현아, *청소년의 외상 경험과 정신화 능력이 품행장애 성향에 미치는 영향*: 서울여자대학교 특수치료전문대학원, 석사학위논문, 2014.
- [14] 최지혜, 송현주, “자기애 성향에 따른 정신화 능력의 차이,” *한국심리학회지: 임상*, 제4권, 제2호, pp.239-260, 2018.
- [15] M. C. Hausberg, H. Schulz, T. Piegler, C. G. Happach, M. Klöpper, A. L. Brütt, I. Sammet, and S. Andreas, “Is a self-rated instrument appropriate to assess mentalization in patients with mental disorders? Development and first validation of the Mentalization Questionnaire (MZQ),” *Psychotherapy Research*, Vol.22, No.6, pp.699-709, 2012.
- [16] 김태사, 안명희, “불안정 성인애착이 심리적 역경 후 성장에 미치는 영향,” *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 제25권, 제4호, pp.853-871, 2013.
- [17] 안자경, 장문선, “성인애착과 이성친구 간 갈등해결 전략의 관계: 공감능력의 매개효과,” *인문사회* 21, 제7권, 제3호, pp.363-394, 2016.
- [18] 임수진, 이재신, “청소년의 자아분화와 갈등해결전략의 관계: 정서지능의 매개효과,” *중등교육연구*, 제65권, 제1호, pp.173-194, 2017.
- [19] 손보영, 윤수란, “사회적 지지가 대학생의 삶의 만족

에 미치는 영향: 자아탄력성과 정신건강의 매개효과를 중심으로,” 인간이해, 제39권, 제2호, pp.149-166, 2018.

[20] 이명숙, “메타인지능력이 대학생활적응과 주관적 행복감에 미치는 영향,” 학습자중심교과교육연구, 제16권, 제1호, pp.779-798, 2016.

[21] W. W. Wilmot, & J. L. Hocker, *Interpersonal conflict (6th Ed.)*, NY: McGraw-Hill, 2001.

[22] J. Hong, “Conflict management in an age of globalization: A comparison of intracultural and intercultural conflict management strategies between Koreans and U. S. Americans,” *Speech & Communication*, Vol.6, pp.168-201, 2006.

[23] 정은이, 박용한, “대학 적응 척도의 개발 및 타당화 연구,” *교육방법연구*, 제21권, 제2호, pp.69-92, 2009.

[24] 김정호, 유제민, 서경현, 임성건, 김선주, 김미리혜, 공수자, 강태영, 이지선, 황정은, “‘삶의 만족’은 만족스러운가: 주관적 웰빙 측정의 보완,” *한국심리학회지: 사회문제*, 제15권, 제1호, pp.187-205, 2009.

[25] A. F. Hayes, *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis*. New York: Guilford Press, 2013.

[26] 정구철, 신성례, “대학 신입생의 학문적 사회적 통합 성과 자기회외가 자살생각에 미치는 영향: 음주의 조절효과를 중심으로,” *보건교육건강증진학회지*, 제28권, 제5호, pp.105-116, 2011.

[27] 윤지영, 송현주, “양보 행동 동기가 감정에 미치는 영향에 대한 한국 성인과 학령 전기 아동의 이해,” *한국심리학회지: 발달*, 제26권, 제1호, pp.277-291, 2013.

[28] 정지현, 권석만, “고통 감내력과 심리적 건강의 관계: 탈중심화와 회피적 대처의 매개효과,” *한국심리학회지: 임상*, 제32권, 제3호, pp.627-647, 2013.

[29] 최태진, “청소년의 문화성향에 따른 교우간 갈등해결 전략,” *한국청소년연구*, 제17권, 제1호, pp.5-31, 2006.

[30] 정구철, 주지향, “대학생들의 건강증진생활양식이 주관적 웰빙에 미치는 영향: 정신건강의 매개효과,” *한국융합학회논문지*, 제10권, 제8호, pp.227-235, 2019.

[31] 정구철, “대학생들의 정신건강과 자기용서 및 심리적 웰빙 간의 관계,” *한국콘텐츠학회논문지*, 제16권, 제12호, pp.360-372, 2016.

[32] 김예슬, 권해수, “대학생의 사회적 효능감 향상을 위

한 긍정정서 프로그램 효과 검증,” *상담학연구*, 제16권, pp.351-367, 2015.

[33] 윤병수, 장문선, 이우경, “K-MBSR 프로그램이 방어적 자기초점주의 성향 대학생들의 자기몰입, 정서조절, 심리적 증상 및 마음챙김 수준에 미치는 영향,” *한국심리학회지: 건강*, 제18권, 제1호, pp.35-52, 2013.

저 자 소 개

정 구 철(Goo-Churl Jeong)

정희원



- 2002년 2월 : 연세대학교 심리학과 (문학사)
- 2010년 8월 : 중앙대학교 대학원 교육학과(교육학 박사)
- 2011년 3월 ~ 현재 : 삼육대학교 상담심리학과 부교수

〈관심분야〉 : 심리측정·평가, 학교심리, 상담심리

전 영 숙(Young-Sook Chun)

정희원



- 1992년 2월 : 성신여자대학교 한문교육과(문학 학사)
- 2016년 2월 : 삼육대학교 대학원 상담심리전공(심리학 석사)
- 2019년 2월 ~ 삼육대학교 대학원 상담심리학과(박사과정 수료)
- 2015년 2월 ~ 현재 : 하늘숲속학교 교장

〈관심분야〉 : 상담심리, 긍정심리, 문화심리, 집단상담

박 희 숙(Hee-Sook Park)

정희원



- 2001년 2월 : 삼육대학교 음악교육과(음악 학사)
- 2014년 8월 : 삼육대학교 대학원 상담심리전공(심리학 석사)
- 2019년 3월 ~ 현재 : 삼육대학교 대학원 상담심리학과(박사과정)
- 2019년 1월 ~ 현재 : 서울북부혜바라기센터 부소장

〈관심분야〉 : 사회심리, 상담심리, 성 상담