

# 전문대학생의 성인애착과 자아분화가 대학생활적응에 미치는 영향

## The Influence of Perceived Parental Attachment and Self-differentiation on the Adjustment to College Life of University Students

김중운, 이명희

동아대학교 일반대학원 교육학과

Jong-Un Kim(jongun21@hanmail.net), Myoung-Hee Lee(lmh4254@hanmail.net)

### 요약

본 연구의 목적은 전문대학생의 성인애착과 자아분화가 대학생활적응에 미치는 영향력을 검증하는 것이다. 이를 위해 부산시에 소재하고 있는 2년제 대학교에 재학 중인 남·여 대학생 271명을 대상으로 성인애착, 자아분화, 대학생활적응 검사를 실시하였다. 성인애착, 자아분화, 대학생활적응의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하고, 대학생활적응에 가장 영향력 있는 변인을 밝히기 위해 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. 본 연구에서 도출된 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 성인애착, 자아분화 및 대학생활적응 간에 유의미한 정적상관을 나타냈다. 둘째 대학생활적응 전체에 영향을 미치는 변인은 애착불안, 애착회피, 정서인지분화, 가족투사과정이며 그 중 애착불안이 상대적으로 가장 많은 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 전문대학생의 건강한 대학생활적응을 위해 학교와 학과 및 대학상담센터에서 다양한 정책적인 개입과 프로그램 개발의 필요성을 시사한다.

■ **중심어** : | 성인애착 | 자아분화 | 대학생활적응 |

### Abstract

The purpose of this study is to investigate the influence of perceived parental attachment and self-differentiation on the adjustment to college life. For this study, we used research data about the adjustment to college life, perceived parental attachment and self-differentiation which were collected from 271 university students live in Busan. We carried out correlation analysis to see the relationship between perceived parental attachment, self-differentiation and the adjustment to college life. Also, we carried out stepwise multiple regression to predict the most influential variable in college life. Results of this study were as follows. First, perceived parental attachment, and self-differentiation have a meaningful positive relationship with college life. Second, attachment anxiety, attachment avoidance, family projection, and cognitive and emotional functioning have more effects on the adjustment to college. Especially attachment avoidance affects college life more than others. These results show the importance of a wide variety of policy research to develop peer support program and counseling for a better school life on schools, classes, counseling centers.

■ **keyword** : | Parental Attachment | Self-differentiation | Adjustment to College Life |

\* 이 논문은 동아대학교 학술연구비 지원에 의해 연구되었습니다.

접수일자 : 2013년 12월 23일

심사완료일 : 2014년 02월 07일

수정일자 : 2014년 01월 23일

교신저자 : 이명희, e-mail : lmh4254@hanmail.net

## 1. 서론

### 1. 연구의 필요성

대학생 시기는 후기 청소년기와 초기 성인기에 해당하는 시기로서 인생의 발달단계에서 가장 많은 변화를 경험하는 불안정한 인생의 변화기이다. 특히 이 시기는 부모의 보호와 감독을 받던 중·고등학교 시절과는 달리 자율적인 삶을 추구하고 가족으로부터의 독립으로 나아가는 전환기로서 심리적 독립, 자아 정체성 확립과 같은 기본적인 발달과업을 성취해야 한다.

우리나라의 고등교육은 일반교육을 담당하는 4년제 대학과 직업교육을 담당하는 전문대학으로 나눌 수 있다. 전문대학은 1970년도 65개교에서 2013년 140개교로 늘어났으며, 학생수도 같은 기간에 33,483명에서 757,721명으로 괄목할 만하게 증가하였다[1].

우리나라 전문대학의 교육목적은 전문 직업기능교육임에도 불구하고, 이러한 목적의식을 가지고 입학한 학생보다는 4년제 대학에 입학 기회를 갖지 못해 입학한 학생들의 수가 적지 않다[2]. 또한 이들 중에는 이미 고등학교 때부터 학교생활에 대한 적응에 문제가 있던 학생도 있고, 일정기간동안 산업체에서 근무하면 전문대학에 입학할 수도 있으며, 재수하기보다는 전문대학에 입학한 후에 4년제 대학으로 편입할 것을 목적으로 입학하는 학생도 있다[3]. 이처럼 다양한 특성을 갖고 있는 학생들은 대학생활의 적응면에서도 많은 차이와 어려움이 있을 가능성이 높다. 실제로 국내 대학 내의 학생생활연구소의 자료에 따르면, 많은 학생들이 정서적 적응(29%), 대인관계 어려움(22%), 학업문제(13%) 등에서 스트레스와 부적응을 호소하고 있는 것으로 나타났다[3].

대학생활에 적응한다는 것은 대학이라는 환경 속에 생활하면서 학업, 대인관계, 정서적 측면에서 대학생활의 요구에 대처하는 적절한 반응을 의미한다[4]. 그러나 전문대학생들은 발달적으로 급격한 심리적, 환경적 변화뿐 아니라 자신들이 처한 대학의 상황적 특성으로 인해 많은 혼란을 겪을 수밖에 없게 된다. [5]에 따르면 전문대학생들은 많은 시행착오와 혼란 및 불안, 갈등을 경험하며, 공통적으로 학업, 진로 및 취업, 대인관계, 건

강, 경제, 가정, 가치관 등의 적응문제를 겪고 있다고 보고되었다[6][7].

대학생의 대학생활적응과 관련해서 애착관계는 중요한 예측인자로 보고되고 있다. 생후 초기 주요 양육자와 아동의 관계는 인간이 세상에 태어나서 최초로 맺는 사회적 관계로서 이러한 관계는 이후 아동기와 청소년기, 성인기에 이르기까지 성격발달과 적응에 영향을 주는 중요한 요인이 된다고 한다[8]. 이러한 애착관계가 긍정적으로 형성된 경우 아동은 인간에 대해 신뢰감과 자신에 대해 긍정적인 인식을 갖게 되는데 이를 안정적 애착유형이라고 한다. 반대의 경우 아동은 타인을 쉽게 신뢰하지 않으며 부정적인 자기 모델을 내면화하여 자신이 사랑받을 만한 가치가 없다고 생각하게 되는 데 이를 불안정 애착유형이라고 한다[9]. [10]은 불안정한 애착 유형을 가진 사람은 자신과 중요한 타인에 대해 부정적인 신념으로 내적 표상을 형성하여 역기능적인 신념과 낮은 자아개념을 갖게 된다고 하였다.

성인애착과 대학생활적응 간의 관계에 대해 [11]은 청년후기의 심리사회적 적응은 부모에 대해 높은 애착을 형성하고, 높은 분리개별화를 이룬 대학생들이 가장 적응적이었다고 보고하였다. [12]은 부모에 대한 애착은 전체 대학생활적응 및 하위요인 학업적 적응, 사회적 적응, 개인-정서적 적응, 대학에 대한 만족도에 모두 정적인 상관을 나타내어 애착이 잘 형성될수록 학교생활에 더 잘 적응한다는 결과를 보고하였다. [13]의 연구에서도 성인애착과 대학생활적응과의 관계에서 성인애착의 하위요인 중 친밀과 불안은 대학생활적응의 하위요인에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 친밀을 느낄수록 학업 적응과 사회 적응, 대학환경 적응에 용이하며, 불안을 느낄수록 사회 적응, 개인정서 적응, 대학환경 적응에 어려움을 느끼는 것으로 볼 수 있다.

한편, 개인은 개별성과 집단성이라는 두 가지 욕구를 동시에 가지면서, 그 둘 사이의 상충되는 성질로 인해 갈등한다. 개인은 적절히 기능하기 위해 개별성과 집단성의 두 욕구 간 힘의 분배를 조절하고 관리할 수 있어야 하는데, 이때 개인의 자아가 분화되어야만 조절과 관리가 가능하다. 자아분화는 사고와 정서를 분리시킬 수 있는 능력으로 지적체계가 정서체계를 조절하고 통

제할 수 있는 상태를 말하며, 자아분화수준이 높은 사람은 자신의 정체감을 유지하면서도 친밀함을 즐길 수 있다[14].

자아분화와 대학생활적응 간의 관계에 대해 [15]은 전체적인 대학생의 학교생활적응도와 자아분화수준과는 유의미한 정적상관이 있는 것으로 보고하였다. [16]는 자기분화가 잘 이루어진 대학생이 대학생활에 보다 적응적임을 보고하였고, [17]은 전문대학생의 자기분화 정도가 높은 집단일수록 대학생활적응 정도가 높다고 보고하였다. [18] 역시 대학생의 자기분화와 대인관계, 대학생활적응과의 관계에서 정서적 단절을 제외한 자기분화와 대학생활의 모든 하위요인에서 유의미한 정적상관을 가지는 것으로 보고하였다. 또한 자기분화 수준 중 가족투사과정, 정서적 단절을 제외한 정서인지분화, 가족퇴행, 자아의 통합 순으로 대학생활적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타나 자기분화 수준이 높은 집단이 낮은 집단보다 대학생활적응도가 높음을 실증하였다. 전문대학생을 대상으로 한 [2]은 자아개념과 대학생활적응이 정적인 상관관계를 나타냈다고 한다. 특히 일반적 자아개념은 대학생활적응의 하위요인인 개인-정서적 적응, 일반적 적응, 학업적 적응, 사회적 적응과 가장 큰 정적상관을 보여주었다. 이는 자신을 가치롭게 여기고 자신을 능력 있는 사람이라고 생각하는 정도가 대학생활 모든 영역의 적응도가 정적상관이 있음을 의미한다.

성인애착과 자아분화 및 대학생활적응의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면 [19]는 성인애착이 자아분화 및 인간관계 성숙도에 미치는 영향을 확인한 결과 애착이 자아분화에 영향을 미치며 인간관계 성숙도에도 영향을 미치는 것을 확인하였다. [20]은 성인애착유형에 따른 자아분화수준에서 안정형 애착이 높을수록 자아분화 수준이 높고, 불안정 애착이 높을수록 자아분화 수준이 낮아진다는 것을 확인하였다. 또한 [21]은 대학 신입생들이 양육적 아버지가 자아 상태와 어른 자아 상태를 가질수록 대학생활적응 및 대인관계를 잘 할 수 있음을 보고하였다. 이상의 인과관계를 검증한 연구에서 더 나아가 몇몇 연구에서는 자아분화에 대한 매개효과를 보고하였다. [22]에서는 자아분화가 성인애착과 자

기통계 사이에서 증재역할을 함을 밝혔다. [23]의 연구에서는 대학생을 대상으로 부모애착과 성인애착의 관계에서 자아분화와 자아탄력성의 매개효과를 검증한 결과, 통계적으로 유의미한 매개효과가 있음을 보여주었다.

이와 같은 선행연구[24]를 살펴보면 성인애착과 자아분화가 대학생활적응을 예측하는 요인임을 가정할 수 있다. 전문대학생은 전공에 대한 준비나 자신감 없이 대학생활을 시작할 수 있으며, 비교적 자신의 선호보다는 고교성적에 의해 진학을 결정한 경우가 많아 미래에 대한 모호성, 좌절, 불분명한 개인적 정체감, 낮은 자기확신 등으로 대학생활적응에 어려움을 겪고 있음을 알 수 있다. 따라서 전문대학생의 만족한 대학생활적응을 돕기 위한 방안이 모색될 필요가 있다. 이에 본 연구에서는 성인애착과 자아분화가 전문대학생의 대학생활적응에 어떠한 영향을 미치는지를 알아보고자 한다. 이를 통해 학생상담센터나 대학생활문화원 등에서 전문대학생의 대학생활적응을 돕는데 필요한 기초자료를 제공하고자 한다.

## 2. 연구 문제

본 연구의 목적을 달성하기 위한 구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

- 1) 전문대학생의 성인애착, 자아분화, 대학생활적응의 관계는 어떠한가?
- 2) 전문대학생의 성인애착 및 자아분화가 대학생활적응에 미치는 영향은 어떠한가?

## II. 연구 방법

### 1. 연구대상

본 연구는 부산광역시 동부와 서부에 소재하고 있는 2곳의 전문대학교에 재학 중인 남·여 대학생 300명을 대상으로 임의표집 하였으며, 2013년 10월 15일부터 2013년 11월 5일까지 3주간 설문조사를 실시하였다. 회수된 설문지 중 부실기제 응답 자료를 제외한 271부를 최종분석에 사용하였다.

표 1. 연구대상자의 특성 (N=271)

특성	구분	빈도(명)	비율(%)
성별	남	140	51.7
	여	131	48.3
학년	1	222	81.9
	2	49	18.1
월평균 소득	상	13	4.8
	중	177	65.3
	하	81	29.9
거주지	기숙사	46	17.0
	하숙	5	1.8
	자취	13	4.8
	부모님과 함께 거주	168	62.0
	기타	39	14.4

## 2. 측정도구

### 2.1 성인 애착 척도

본 연구에서는 Brennan, Clark과 Shaver(1998)의 개정판 성인용 친밀관계의 애착척도(Experience in Close Relationship-Revised: ECR-R)을 [25]이 번안하고 타당화한 것을 사용해 성인애착을 평가하였다. 이 척도는 애착 불안과 애착회피의 두 개 하위척도로 분류하였고 총 36문항이다. 첫째, 버림받는 것에 대한 두려움 때문에 상대방에게 지나치게 집착하거나 자신의 정서를 과도하게 표현한 애착불안(18문항), 둘째, 친밀함에 대한 거부적 태도와 타인에게 의존하는 것에 경계심을 갖는 애착회피(18문항)으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’까지 Likert 척도이다. 총합이 높을수록 애착의 불안과 회피정도가 높다는 것을 의미하는데, 이는 점수가 낮을수록 안정된 애착패턴을 지니고 있음을 의미한다. 본 연구에서는 신뢰도인 Cronbach’s α는 애착 불안이 .88, 애착회피가 .85이었다.

### 2.2 자아분화 척도

본 연구에서는 Bowen(1976)의 가족체계이론을 토대로 [26]이 개발한 자아분화 척도(differentiation of self scales)을 사용하였다. 이 척도는 정서인지분화, 자아통합, 가족투사과정, 정서적 단절, 가족퇴행의 다섯 개의 하위척도로 분류하였고 총 36문항이다. 첫째, 사려성, 자기감정, 통제 능력, 충동성, 합리화, 약물남용, 불안

등의 정서인지 분화(7문항), 둘째, 개인이 관계체제 또는 타인이나 상황으로부터 정서적 압력을 받을 때, 얼마나 자기 자신의 신념과 생활 원리를 잘 견지하고 있는가를 측정하는 자아통합(6문항), 셋째, 어릴 때부터 투사의 가능성이 높은 자녀간의 의사거래 유형과 투사하기 쉬운 부모의 특징, 과거에서부터 부모가 표명했던 근심과 현재 상태의 일치여부의 가족투사과정(6문항), 넷째, 부모에 대해 애착하고 있다는 사실에 대해 부정이나 고립 등의 정서적 단절(6문항), 다섯째, 가정에 위기가 발생했을 때 가족 성원들이 여기에 대처해 나가는 방법의 가족퇴행(11문항)로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘아주 그렇다(4점)’까지 Likert 척도로 부정적인 문항에서는 역채점을 한다. 총 점수가 높을수록 자아분화가 잘 되어 있음을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도인 Cronbach’s α는 정서인지분화 .72, 자아의 통합 .66, 가족투사과정 .85, 정서적 단절 .72, 가족퇴행 .88로 나타났다.

### 2.3 대학생활적응 척도

본 연구에서는 Baker와 Stryk(1984)가 제작한 대학생 적응도검사(Student Adaptation to College Questionnaire: SACQ)를 [27]이 수정, 보완한 대학생활적응 검사를 사용하였다. 대학생활적응 검사는 Likert 식 9점 평정척도로 응답하도록 되어 있던 대학생활적응도 검사의 척도를 수정하여 5점 평정척도로 구성하였다. 본 연구의 척도는 대학생활적응의 유형을 학업적 적응, 사회적 적응, 정서적 적응, 신체적 적응, 대학에 대한 애착 등 5개의 하위 척도로 분류하였고 총 25문항이다. 첫째, 대학에서 요구하는 여러 가지 학업적 요구에 얼마나 성공적으로 적응하고 있는지를 평가하는 학업적 적응(5문항), 둘째, 사회적 삶에 적응하는 정도와 대학에서 다른 사람들과의 관계 등을 측정하는 사회적 적응(5문항), 셋째, 일반적인 심리적 문제와 신체적 건강문제 등을 측정하는 정서적 적응 및 신체적 적응(10문항), 넷째, 대학에 대한 유대정도와 대학의 질에 대한 만족도를 측정하는 대학에 대한 애착(5문항)으로 구성되어 있다. 각 문항들은 5점 척도로서 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’까지 Likert 척도이다.

적응점수는 문항에 따라 그대로 혹은 역산하도록 하는데 다섯 하위척도의 점수를 합하여 총 대학생활적응 점수를 산출해 낼 수 있다. 각각의 하위 영역에서 점수가 높을수록 대학생활적응을 잘 하고 있음을 의미한다. 본 연구에서 신뢰도인 Cronbach's  $\alpha$ 는 학업적 적응 .94, 사회적 적응 .91, 정서적 적응 .80, 신체적 적응 .83, 대학에 대한 애착 .69 으로 나타났다.

### 3. 자료처리 및 분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 21.0 프로그램을 사용하여 다음과 같이 분석하였다. 첫째, 조사도구의 신뢰도 분석을 위해 Cronbach's  $\alpha$ 값을 산출하였다. 둘째, 연구대상자의 일반적 특성과 변인의 특성을 검토하기 위해 빈도분석과 기술통계를 실시하였다. 셋째, 성인애착, 자아분화, 대학생활적응 간의 관계를 살펴보기 위해 상관분석을 실시하고, 성인애착과 자아분화가 대학생활적응에 미치는 영향력을 밝히기 위해 단계적 중다회귀분석을 실시하였다.

## III. 연구결과

### 1. 기술통계량

본 연구에서 사용된 성인애착, 자아분화, 대학생활적응의 평균과 표준편차는 [표 2]와 같다.

표 2. 성인애착, 자아분화, 대학생활적응의 평균과 표준편차 (N=271)

변인	하위변인	M	SD
성인애착	애착불안	44.221	11.581
	애착회피	47.789	9.358
	전체	92.011	17.941
자아분화	정서인지분화	19.188	3.100
	자아통합	15.981	2.964
	가족투사과정	17.007	3.484
	정서적 단절	16.162	3.734
	가족퇴행	32.036	6.039
	전체	100.392	12.660
대학생활적응	학업적 적응	14.800	3.947
	사회적 적응	11.789	3.983
	정서적 적응	13.125	4.412
	신체적 적응	13.583	3.841
	대학에 대한 애착	12.723	4.334
전체	66.022	17.039	

### 2. 성인애착, 자아분화, 대학생활적응과의 관계

전문 대학생이 지각한 성인애착, 자아분화와 대학생활적응과의 상관을 알아보기 위해 Pearson 적률상관계수를 산출하였으며 그 결과는 [표 3]과 같다.

표 3. 성인애착, 자아분화, 대학생활적응의 하위변인 간의 상관계수

변인	하위변인	대학생활적응					전체
		학업적 적응	사회적 적응	정서적 적응	신체적 적응	대학에 대한 애착	
성인애착	애착불안	-.260**	-.533**	-.518**	-.424**	-.291**	-.489**
	애착회피	-.204**	-.469**	-.319**	-.267**	-.244**	-.362**
자아분화	정서인지분화	.284**	.346**	.449**	.319**	.305**	.413**
	자아통합	.046	.101	.142*	.127*	.034	.108
	가족투사과정	.315**	.355**	.346**	.367**	.290**	.402**
	정서적 단절	.164**	.273**	.286**	.299**	.180**	.289**
	가족퇴행	.136**	.333**	.337**	.307**	.207**	.319**
	전체	.284**	.346**	.449**	.319**	.305**	.413**

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

[표 3]에 따르면, 성인애착과 자아분화 및 대학생활적응 간에 유의한 정적상관을 나타냈다. 구체적으로 살펴보면, 성인애착의 애착불안과 애착회피는 대학생활적응 전체와 모든 하위요인들과 부적상관을 나타내었다 특히 대학생활적응의 하위요인 중 사회적 적응과 가장 높은 상관을 보였다. 또한 자아통합을 제외한 자아분화의 모든 하위요인들은 대학생활적응 전체와 모든 하위요인들과 정적상관을 나타내었다. 자아통합은 5% 유의수준에서 정서적 적응( $r=.142, p<.05$ )과 신체적 적응( $r=.127, p<.05$ )에서 정적상관을 나타내었고, 학업적 적응, 사회적 적응, 대학에 대한 애착, 대학생활적응 전체와는 유의미한 상관을 보이지 않았다.

### 3. 성인애착과 자아분화가 대학생활적응에 미치는 영향

성인애착과 자아분화가 대학생활적응에 미치는 영향력을 알아보기에 앞서 먼저 중다회귀분석을 실시할 때 공차한계 값(tolerance) 값과 분산팽창요인(VIF)값을 함께 확인함으로써 예언변인들 사이의 상관으로 인한 다중공선성의 위험이 존재할 가능성을 알아보았다. 공차한계가 1보다 크면서 분산팽창요인이 10보다 큰 경

우 다중공선성의 위험이 있다고 판단하여 변수로 사용할 수 없게 된다[28]. 그러나 본 연구결과의 각 모델에서 공차한계 값(tolerance)은 1보다 작고, VIF값은 10보다 작아 변수들이 서로 독립적임을 알 수 있었다.

### 3.1 성인애착과 자아분화가 전문대학생의 학업적 적응에 미치는 영향

성인애착과 자아분화가 전문대학생의 학업적 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 단계적 중다회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 [표 4]와 같다.

표 4. 학업적 적응에 대한 성인애착과 자아분화의 중다회귀 분석

모형	B	β	t	F	R <sup>2</sup>	ΔR <sup>2</sup>
(상수)	9.107					
가족투자과정	.358	.315	5.441***	29.601***	.099	
(상수)	12.973					
가족투자과정	.304	.268	4.579***			
애착불안	-.067	-.196	-3.350**	20.977***	.136	.036
(상수)	9.501					
가족투자과정	.254	.224	3.671***			
애착불안	-.052	-.153	-2.521*			
정서인지분화	.192	.150	2.370*	16.099***	.154	.018

\* $\alpha$ .05, \*\* $\alpha$ .01, \*\*\* $\alpha$ .001

[표 4]에 따르면, 학업적 적응에는 성인애착 중 애착불안( $t=-2.521, p<.05$ ), 자아분화 중 가족투자과정( $t=3.671, p<.001$ ), 정서인지분화( $t=2.370, p<.05$ )이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 중 가족투자과정이 9.9%로 가장 많은 영향력을 가지며, 애착불안이 3.6%가 첨가되고, 정서인지분화가 1.8% 첨가됨으로써 전체 15.4%의 영향력을 가진다. 따라서 학업적 적응에 영향을 미치는 변인은 애착불안, 가족투자과정, 정서인지분화이며 그 중 가족투자과정이 상대적으로 더 높은 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

### 3.2 성인애착과 자아분화가 사회적 적응에 미치는 영향

성인애착과 자아분화가 전문대학생의 사회적 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 단계적 중다회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 [표 5]와 같다.

표 5. 사회적 적응에 대한 성인애착과 자아분화의 중다회귀 분석

모형	B	β	t	F	R <sup>2</sup>	ΔR <sup>2</sup>
(상수)	26.311					
애착불안	-.183	-.533	-10.301***	106.113***	.284	
(상수)	30.076					
애착불안	-.138	-.402	-7.202***			
애착회피	-.120	-.283	-5.068***	70.786***	.347	.063
(상수)	24.391					
애착불안	-.115	-.335	-6.120***			
애착회피	-.126	-.296	-5.543***			
가족투자과정	.290	.253	5.200***	60.806***	.407	.060

\*\*\* $\alpha$ .001

[표 5]에 따르면, 사회적 적응에는 성인애착 중 애착불안( $t=-6.120, p<.001$ ), 애착회피( $t=-5.543, p<.001$ ), 자아분화 중 가족투자과정( $t=5.200, p<.001$ )이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 중 애착불안이 28.4%로 가장 많은 영향력을 가지며, 애착회피가 6.3%가 첨가되고, 가족투자과정이 6.0% 첨가됨으로써 전체 40.7%의 영향력을 가진다. 따라서 사회적 적응에 영향을 미치는 변인은 애착불안, 애착회피, 가족투자과정이며 그 중 애착불안이 상대적으로 더 높은 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

### 3.3 성인애착, 자아분화가 정서적 적응에 미치는 영향

성인애착과 자아분화가 전문대학생의 정서적 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 단계적 중다회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 [표 6]과 같다.

표 6. 정서적 적응에 대한 성인애착과 자아분화의 중다회귀 분석

모형	B	β	t	F	R <sup>2</sup>	ΔR <sup>2</sup>
(상수)	25.602					
애착불안	-.197	-.518	-9.909***	98.181***	.268	
(상수)	15.545					
애착불안	-.156	-.410	-7.758***			
정서인지분화	.430	.302	5.700***	71.101***	.348	.079
(상수)	13.117					
애착불안	-.148	-.390	-7.426***			
정서인지분화	.356	.250	4.571***			
가족투자과정	.205	.162	3.074**	52.052***	.370	.022

\*\* $\alpha$ .01, \*\*\* $\alpha$ .001

[표 6]에 따르면, 정서적 적응에는 성인애착 중 애착 불안( $t=-7.426$   $p<.001$ ), 자아분화 중 정서인지분화( $t=4.571$ ,  $p<.001$ ), 가족투사과정( $t=3.074$   $p<.01$ )이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 중 애착불안이 26.8%로 가장 많은 영향력을 가지며, 정서인지분화가 7.9%가 첨가되고, 가족투사과정이 2.2% 첨가됨으로써 전체 37.0%의 영향력을 가진다. 따라서 정서적 적응에 영향을 미치는 변인은 애착불안, 정서인지분화, 가족투사과정이며 그 중 애착불안이 상대적으로 가장 많은 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

3.4 성인애착, 자아분화가 신체적 적응에 미치는 영향

성인애착과 자아분화가 전문대학생의 신체적 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 단계적 중다회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 [표 7]과 같다.

표 7. 신체적 적응에 대한 성인애착과 자아분화의 중다회귀 분석

모형	B	$\beta$	t	F	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$
(상수)	22.638					
애착불안	-.140	-.424	-7.664***	58.730***	.180	
(상수)	16.361					
애착불안	-.118	-.356	-6.548***			
정서인지분화	.311	.282	5.180***	45.612***	.255	.075
(상수)	14.329					
애착불안	-.110	-.331	-6.032***			
정서인지분화	.270	.244	4.375***			
가족투사과정	.146	.142	2.538*	33.174***	.272	.018

\* $\alpha<.05$ , \*\*\* $\alpha<.001$

[표 7]에 따르면, 정서적 적응에는 성인애착 중 애착 불안( $t=-6.032$ ,  $p<.001$ ), 자아분화 중 정서인지분화( $t=4.375$ ,  $p<.001$ ), 가족투사과정( $t=2.538$ ,  $p<.05$ )이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 중 애착불안이 18.0%로 가장 많은 영향력을 가지며, 정서인지분화가 7.5%가 첨가되고, 가족투사과정이 1.8% 첨가됨으로써 전체 27.2%의 영향력을 가진다. 따라서 신체적 적응에 영향을 미치는 변인은 애착불안, 정서인지분화, 가족투사과정이며 그 중 애착불안이 상대적으로 가장 많은 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

3.5 성인애착, 자아분화가 대학에 대한 애착에 미치는 영향

성인애착과 자아분화가 전문대학생의 대학에 대한 애착에 미치는 영향을 알아보기 위해 단계적 중다회귀 분석을 실시하였으며 그 결과는 [표 8]과 같다.

표 8. '대학에 대한 애착'에 대한 성인애착과 자아분화의 중다회귀분석

모형	B	$\beta$	t	F	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$
(상수)	9.291					
정서인지분화	.418	.300	5.151***	26.529***	.090	
(상수)	14.795					
정서인지분화	.312	.225	3.675***			
애착불안	-.079	-.212	-3.471**	19.836***	.129	.039
(상수)	12.089					
정서인지분화	.231	.166	2.623**			
애착불안	-.070	-.189	-3.110**			
가족투사과정	.229	.185	3.037**	16.707***	.159	.029
(상수)	14.244					
정서인지분화	.218	.157	2.495*			
애착불안	-.046	-.123	-1.844			
가족투사과정	.240	.194	3.200**			
애착회피	-.066	-.145	-2.290*	14.041***	.175	.016

\* $\alpha<.05$ , \*\* $\alpha<.01$ , \*\*\* $\alpha<.001$

[표 8]에 따르면, 대학에 대한 애착에는 성인애착 중 애착회피( $t=-2.290$ ,  $p<.05$ ), 자아분화 중 정서인지분화( $t=2.495$ ,  $p<.05$ ), 가족투사과정( $t=3.200$ ,  $p<.01$ )이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 중 정서인지분화가 9.0%로 가장 많은 영향력을 가지며, 애착불안이 3.9% 첨가되고, 가족투사과정이 2.9% 첨가되고, 애착회피가 1.6% 첨가됨으로써 전체 17.5%의 영향력을 가진다. 따라서 대학에 대한 애착에 영향을 미치는 변인은 정서인지분화, 애착불안, 가족투사과정, 애착회피이며 그 중 정서인지분화가 상대적으로 가장 많은 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

3.6 성인애착, 자아분화가 대학생활적응 전체에 미치는 영향

성인애착과 자아분화가 전문대학생의 대학생활적응

에 미치는 영향을 알아보기 위해 단계적 중다회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 [표 9]와 같다.

표 9. 대학생활적응 전체에 대한 성인애착과 자아분화의 중다회귀분석

모형	B	$\beta$	t	F	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$
(상수)	115.77					
8						
애착불안	-.718	-.489	-9.168***	84.054***	.239	
(상수)	85.918					
애착불안	-.612	-.416	-8.035***			
가족투사과정	1.479	.302	5.834***	64.225***	.325	.086
(상수)	66.656					
애착불안	-.531	-.361	-6.792***			
가족투사과정	1.200	.245	4.601***			
정서인지분화	1.063	.193	3.490**	48.671***	.354	.030
(상수)	77.161					
애착불안	-.412	-.280	-4.840***			
가족투사과정	1.253	.256	4.880***			
정서인지분화	1.002	.182	3.341**			
애착회피	-.324	-.178	-3.254**	40.466***	.379	.025

\*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

[표 9]에 따르면, 대학생활적응 전체에는 성인애착 중 애착불안( $t = -4.840, p < .001$ ), 애착회피( $t = -3.254, p < .01$ ), 자아분화 중 정서인지분화( $t = 3.341, p < .01$ ), 가족투사과정( $t = 4.880, p < .001$ )이 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그 중 애착불안이 23.9%로 가장 많은 영향력을 가지며, 가족투사과정이 8.6%가 첨가되고, 정서인지분화가 3.0% 첨가되었으며 마지막으로 애착회피가 2.5%의 영향력을 추가하여 전체 37.9%의 영향력을 가진다. 따라서 대학생활적응 전체에 영향을 미치는 변인은 애착불안, 애착회피, 정서인지분화, 가족투사과정이며 그 중 애착불안이 상대적으로 가장 많은 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

#### IV. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 전문대학생의 성인애착, 자아분화가 대학생활적응에 미치는 영향을 검증하는 것이다. 이를 통해 효과적인 대학생활적응을 돕고 전문대학생의

상담과 프로그램 개발에 필요한 기초자료를 제공하고자 한다. 연구 결과를 바탕으로 한 논의 및 결론은 다음과 같다.

첫째, 성인애착, 자아분화 및 대학생활적응간의 상관분석을 실시한 결과 성인애착의 하위요인 중 애착불안과 대학생활적응은 부적상관을, 자아분화와 대학생활적응은 정적상관을 나타냈다. 다만 자아분화의 하위요인 중 자아통합은 대학생활적응의 하위요인 중 정서적 적응과 신체적 적응에서만 유의미한 정적상관을 가지는 것으로 나타났다. 이는 애착과 대학생활적응의 상관관계를 보고한 선행연구[12][13][15][17]의 결과를 지지하는 것이다.

둘째, 성인애착과 자아분화가 학업적 적응에 미치는 영향을 알아보기 위해 각 하위요인 간에 단계적 중다회귀분석을 실시한 결과, 성인애착 중 애착불안이 학업적 적응에 유의미한 영향을 보였으며, 자아분화의 하위요인에서는 가족투사과정 및 정서인지분화가 학업적 적응에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 상대적 영향력에서는 가족투사과정이 가장 높은 영향력을 보였으며, 다음으로 애착불안, 정서인지분화 순으로 영향력을 나타냈다. 이는 부모에 대한 애착이 높을수록 대학생활적응이 더 높다고 보고한 [8][14][34]의 연구결과 및 자아분화가 대학생활적응에 영향을 미친다는 연구결과 [20][21]을 지지하는 것이다. 즉 전문대학생 역시 성인애착에 대한 불안이 낮을수록, 가족투사과정 및 정서인지분화에 대한 자아분화가 높을수록 대학생활적응이 높음을 말해주는 결과이다. 따라서 대학생활적응의 중요한 하위요인인 학업적 적응을 돕기 위해서는 다음과 같은 방안을 모색할 필요가 있다. 먼저 학과 수업을 따라가지 못하여 학업부적응을 겪고 있는 학생들은 맞춤형 학업적응프로그램을 실시하여 학습부진에 실질적인 문제점을 해결할 필요가 있다. 다음으로 학업 부적응 문제가 선후배나 동기 및 교수와의 관계문제에서 비롯된 경우에는 멘토-멘티 프로그램을 개발하여 실시할 필요가 있다. 끝으로 학업적 적응의 문제가 부모와의 애착문제일 경우 부모자녀, 의사소통훈련을 통해 애착문제를 해결할 필요가 있음을 시사한다.

셋째, 대학생활적응 중 사회적 적응에 영향을 미치는

변인은 애착불안, 애착회피, 가족투사과정 등으로 나타났다. 상대적 영향력에서는 애착불안이 가장 높으며, 다음으로 애착회피와 가족투사과정 순으로 나타났다.

이러한 연구결과는 불안애착과 사회적 지지요청 간에 정적상관이 있고[29], 대학에서의 사회적 관계에 적응하는 정도를 예측하여[30], 표현 능력이 높을수록 대학생활 적응, 사회적 적응이 높아진다는 보고와 일맥상통한다[31]. [13]은 친밀감을 느낄수록 학업 적응과 사회적 적응, 대학환경 적응에 용이하며, 불안을 느낄수록 사회적 적응, 개인정서 적응, 대학환경 적응에 어려움을 느끼는 것으로 볼 수 있다. 또한 애착유형에 따라 대학생활 총 적응, 학업 적응, 사회 적응, 개인-정서 적응, 대학환경 적응, 모두 통계적으로 유의미한 차이를 보였다[32]. 이는 애착 및 가족 간 의사소통의 질이 개인의 사회적 적응에서 중요한 요인임을 시사한다. 따라서 이들에 대한 사회적 적응에 어려움을 보이는 학생을 선별함과 동시에 이들에 대한 상담과 심리치료를 통한 사회적 적응을 돕기 위한 대인관계 향상 프로그램이 요구된다.

넷째, 정서적 적응에 영향을 미치는 요인으로는 애착불안, 정서인지분화, 가족투사과정 순으로 영향력이 나타났다. 이러한 연구결과는 정서적인 어려움에 처했을 때 부 애착 소외감과 모 애착 의사소통이 중요한 변인임을 강조한 [33]의 연구와 같은 맥락이며 애착이 불안하고, 정서적 기능이 떨어지거나, 가족투사과정으로 인한 심리적 어려움을 겪을 경우 대학생활에서 정서적 적응 문제를 겪을 수 있음을 말해준다.

전문대학생들이 대학이라는 다양하고 새로운 환경에 적응하면서 긴장되고 예민해져서 정서적인 면에서 어려움을 겪을 수 있다. 구체적으로는 가정과 대인관계적인 측면에서 개인-정서지지 자원이 적은 학생을 위해서는 상담적인 측면에서 자신의 정서에 주의를 기울이고 명확하게 인식할 수 있도록 하는 정서관련 프로그램 개발이 필요하다[34]. 또한 원만한 대인관계를 위해서 의사소통훈련, 자기주장훈련, 감성코칭 등 다양한 프로그램 개발 및 실시가 필요하다.

다섯째, 대학생활적응 중 신체적 적응에서는 애착불안, 정서인지분화, 가족투사과정 순으로 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 부모애착 정도

가 높은 청소년일수록 신체화 정도가 낮아질 수 있음을 보고한 [35], 신체화 증상을 보이는 아동이나 청소년들은 또래 관계에서 고립되거나 회피적인 상호작용을 보일 수 있으며 학업에서도 방해가 되는 등 사회적 능력에서 많은 문제를 보인다[36]. [37]는 청소년은 스트레스와 신체화는 정적상관을 보이고 있으며, 또한 신체화 증상으로 인해 학교생활의 적응 곤란 등이 나타난다는 연구 결과를 뒷받침해 준다. 전문대학생과 부모와의 애착정도를 높이고 자신의 감정을 솔직히 표현할 수 있도록 학생상담 및 가족상담을 통해 청소년의 신체화를 보다 적극적으로 해결할 수 있는 방안이 마련되어야 한다.

마지막으로 대학생활적응에서는 애착불안, 가족투사과정, 정서인지분화, 애착회피 순으로 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 이는 애착불안과 회피가 높을수록 대학에 대한 애착이 낮다는 것을 의미하며, 가족투사과정 및 정서인지분화에 대한 분화가 높을수록 대학에 대한 애착정도가 높다는 것을 의미한다. 이러한 연구결과는 애착에서 불안을 느낄수록 대학생활적응에 어려움을 가진다고 보고한 선행연구[13]을 지지한다. 또한 대학에 대한 애착은 사회적 애착의 한 영역으로, 또한 개인의 대인관계에 대한 애착은 사회적 애착정도를 예측할 수 있는 지표로 이해할 수 있다는 점을 시사하고 있다. 또한 대학에 대한 애착은 가족투사와 정서인지분화 정도에 의해 설명될 수 있다는 것을 의미한다는 점에서 개인의 자아분화수준과 성인애착 정도가 대학애착을 예측하는 요인으로 작용함을 시사한다.

본 연구에서 흥미로운 것은 대학생활적응의 모든 하위요인에서 애착불안과 가족투사과정 요인은 유의한 영향을 미치는 변수로 나타났다는 점이다. 따라서 거절당하는 것에 대한 불안으로 인해 자신이나 타인에게 짐착하는 행동은 전문대학생의 대학생활적응에 부정적 영향을 줄 수 있을 뿐 아니라 이후 직업 및 결혼생활에도 부정적 영향을 이어갈 수 있다[12]. 또한 어린 시절 부모로부터의 역기능적인 의사소통 방식은 자녀의 대학 및 성인기 적응에서 많은 어려움을 예측한다는 점에서 부모와의 의사소통은 중요하다. 그러므로 대학상담센터에서 의사소통을 위한 다양한 프로그램 개발 및 적용이 요구된다.

본 연구는 전문대학생을 대상으로 성인애착 및 자아분화가 대학생활적응에 미치는 영향을 탐색했다는 점에서 의의가 있다. 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 부산시의 전문대학 2곳을 대상으로 임의표집 하였으므로 일반화하기는 어렵다. 후속연구에는 전국 단위의 표집으로 재검증할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 전체 학년을 대상으로 하였으나 학년별 표집의 수가 고르지 않다. 후속연구에서는 대학생의 학년별에 따른 차이를 고려하여 연구가 수행될 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서 활용한 독립변수 외에 다양한 변인에 의해 대학생활적응을 설명할 수 있을 것이다. 후속 연구에서는 대학생활적응을 예측할 수 있는 다양한 변인을 고려한 연구가 수행되기를 기대한다.

참 고 문 헌

[1] 교육인적자원부 통계자료, 2013.  
 [2] 김현덕, “전문대생의 자아개념과 학교생활 적응도에 관한 연구”, 교육학연구, 제38권, 제3호, pp.57-79, 2000.  
 [3] 연세대 학생상담소 만남, 서울: 연세대학교 학생상담소, 제19권, 2002.  
 [4] 김은정, “대학생들의 학업적 적응과 심리적 적응”, 연세상담연구, pp.85-114, 1992.  
 [5] 류진혜, 이미화, “2001학년도 서울캠퍼스 신입생들의 대학생활적응 연구”, 한양대학교 학생생활상담연구소, 제19권, pp.121-163, 2001.  
 [6] 김성경, “대학신입생의 스트레스와 학교적응에 관한 연구”, 청소년학연구, 제10권, 제2호, pp.215-237, 2003.  
 [7] 전경규, “대학생용 생활스트레스 척도개발 연구 II”, 재활과학연구, 제14호, 제1권, pp.15-37, 1998.  
 [8] 서지원, 초등학생의 모-자 애착, 자아탄력성 및 또래 폭력경험과의 관계, 순천향대학교 대학원 석사학위 논문, 2005.  
 [9] 양정화, 부모와의 애착이 아동의 자아존중감과 학

습 동기에 미치는 영향, 건국대학교 대학원 석사학위논문, 2002.

[10] J. E. Roberts, I. H. Gotlib, and J. D. Kessel, “Adult Attachment Security and Symptoms of Depression: The Mediating Roles of Dysfunctional Attitude and Low Self-Esteem,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.70, No.2, pp.310-332, 1996.  
 [11] 장희숙, “청년후기의 부모에 대한 애착, 분리-개별화 및 심리사회적 적응”, 한국심리학회지: 발달, 제15권, 제1호, pp.101-121, 2002.  
 [12] 조수진, *대학생의 부모에 대한 애착정도와 대학생활적응과의 관계*, 동아대학교 대학원 석사학위논문, 2000.  
 [13] 김경미, *대학생의 성인애착 사회적 지지 및 학교생활적응과의 관계*, 국민대학교 대학원 석사학위논문, 2009.  
 [14] M. Bowa, *Family therapy in clinical practice*, New York: Jason Aronson, 1978.  
 [15] 태옥경, *대학생의 학교생활 적응과 자아분화수준과의 관계 연구*, 우석대학교 교육대학원 석사학위논문, 1998.  
 [16] 박유하, *대학생의 가족응집성 및 자아분화 수준과 대학생활적응도의 관계 연구*, 서울여자대학교 대학원 석사학위논문, 2001.  
 [17] 유희정, *전문대학생의 자아분화 정도에 따른 대학생활적응 및 진로 준비행동*, 전주대학교 대학원 석사학위논문, 2004.  
 [18] 이서정, *대학생의 자기분화와 대인관계 대학생활 적응과의 관계*, 건양대학교 대학원 석사학위논문, 2013.  
 [19] 박지선, *대학생의 동료에 대한 애착정도와 자아분화 및 인간관계성숙도와의 관계 연구*, 동아대학교 대학원 석사학위논문, 2000.  
 [20] 박윤옥, *성인애착유형에 따른 자아분화수준과 분노 표현의 관계*, 아주대학교 교육대학원 석사학위논문, 2013.  
 [21] 배선임, *교류분석이론에 따른 자아상태 및 인생*

태도가 대학신입생들의 대학생활적응과 대인관계에 미치는 영향, 창원대학교 대학원 석사학위논문, 2011.

[22] E. A. Skowron and A. K. Dendy, "Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control," *Contemporary Family Therapy*, Vol.26, No.3, pp.337-357, 2004.

[23] 양수진, *대학생의 부모 애착이 성인애착에 미치는 영향*, 성신여자대학교 대학원 석사학위논문, 2010.

[24] 김병찬, *전문대학생의 대학생활적응에 관한 연구*, 홍익대학교 교육대학원 석사학위논문, 2003.

[25] 김성현, *친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인분석과 문항 반응 이론을 중심으로*, 서울대학교 대학원 석사학위논문, 2004.

[26] 제석봉, *자아분화와 역기능적 행동과의 관계 Boven의 가족체계 이론을 중심으로*, 부산대학교 대학원 박사학위논문, 1989.

[27] 이운정, *지방출신 서울유학생의 대학생활 적응과 진로계획*, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 1999.

[28] 박은영, "아동의 학교적응에 영향을 미치는 요인에 관한 연구", *청소년학연구*, 제18권, 제6호, pp.1-27, 2011.

[29] 유경자, *성인애착과 전문적 도움 추구 의도*, 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문, 2005.

[30] 최영희, "대학생활적응과 정서지능과의 관계 연구", *청소년복지연구*, 제1권, 제1호, pp.127-137, 2009.

[31] 최낙현, *대학생의 자기표현과 자기 통제력이 대학생활적응에 미치는 영향*, 건양대학교 대학원 석사학위논문, 2008.

[32] 양혜선, *애착유형과 스트레스 대처방식이 대학생활 적응에 미치는 효과*, 연세대학교 대학원 석사학위 논문, 2004.

[33] 김종운, 김지현, "대학생의 부모애착과 사회적 지지가 대학생활적응에 미치는 영향", *한국콘텐츠학회논문지*, 제13권, 제9호, pp.248-259, 2013.

[34] 김근면, 차선경, "간호대학신입생의 정서인식, 정

서표현, 정서표현양면성이 대학생활적응에 미치는 영향", *한국콘텐츠학회논문지*, 제13권, 제1호, pp.322-332, 2013.

[35] 이상희, *부모애착과 신체화의 관계에서 정서표현의 양가성, 정서표현불능의 매개효과*, 인천대학교 교육대학원 석사학위논문, 2012.

[36] 신현균, "한국판 아동 신체화척도의 신뢰도, 타당도 및 초등 고학년생의 신체증상 경험 특성", *한국심리학회지: 임상*, 제22권, 제4호, pp.829-846, 2003.

[37] 강승호, 정은주, "고등학생들의 스트레스와 학업 성적 및 정신건강간의 관계 연구", *교육심리연구*, 제13권, 제4호, pp.405-424, 1999.

저 자 소 개

김 중 운(Jong-Un Kim)

정희원



- 2003년 2월 : 동아대학교 대학원 교육학(상담심리) 박사
- 2005년 ~ 2006년 : 인디애나대학교 상담심리학과 방문교수
- 2009년 ~ 2012년 : 부산광역시 영도구청소년상담복지센터장
- 2008년 3월 ~ 현재 : 동아대학교 교육학과 교수

<관심분야> : 상담, 학교상담, 아동청소년 상담심리

이 명 희(Myoung-Hee Lee)

정희원



- 2003년 8월 : 신라대학교 대학원 사회복지학 석사
- 2013년 2월 : 동아대학교 대학원 교육학(교육상담) 박사수료
- 1998년 ~ 2012년 : 희망찬 어린이집 원장

- 2005년 8월 ~ 현재 : 부산디지털대학교 외래 강사
- 2006년 8월 ~ 현재 : 동부산대학교 아동복지보육과 조교수

<관심분야> : 아동청소년, 가족상담, 복지, 교육