

성인애착이 대학생의 대인관계에 미치는 영향에서 자아분화의 매개효과 검증

아영아
신라대학교

이명희[†]
동부산대학교

본 연구의 목적은 성인애착이 대학생의 대인관계에 미치는 영향에서 자아분화의 매개효과를 검증하는 것이다. 이를 위해 부산광역시에 소재하고 있는 4년제 대학교에 재학 중인 남, 여 대학생을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 회수된 설문지 중 452부가 결과 분석에 사용되었다. 수집된 자료로 매개효과 검증은 Hayes의 접근법에 의해 다중회귀분석을 실시하였으며, 간접효과의 유의성 검증은 PROCESS 프로그램으로 Bootstrapping과 Sobel검증을 통해 확인하였다. 본 연구의 주요결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 성인애착은 대인관계에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 둘째, 성인애착은 자아분화에 통계적으로 유의한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 자아분화는 대인관계를 유의하게 예측하는 변수로 나타났다. 넷째, 자아분화는 성인애착과 대인관계를 부분적으로 매개하는 것으로 확인되었다. 이러한 연구결과에 따른 논의를 통해 대학생의 대인관계에 대한 상담 개입전략을 제안하였다.

* 주요어 : 대학생, 성인애착, 자아분화, 대인관계, 매개효과

[†] 교신저자 : 이명희, 동부산대학교 아동보육학과, (612-715) 부산광역시 해운대구 운동길 60번지,
E-mail : lmh4254@hanmail.net

I. 서론

대인관계는 두 사람 혹은 그 이상의 사람들 간의 역동적이고 지속적인 상호작용의 복합적인 과정으로 사람들이 함께 하는 다양한 상황이나 과제에서 상호의존적인 행동을 함으로써 만들어지는 두 사람 사이의 연계로 정의 될 수 있다. 대인관계를 연구한 학자들(Kiesler, 1996; Sullivan, 1953)은 대인관계가 개인의 발달에 있어서 근원이 되어 독특한 자아를 형성하고 발달시킬 뿐 아니라 친화와 애정에 대한 욕구를 충족시킨다고 하였다. 그러므로 인간은 관계 속에서 살아가고 관계 속에서 성장하기 때문에 누구나 혼자서는 인간다운 삶을 살 수 없다(김해남, 2006). 이처럼 사람은 사회적 존재로서 가족, 친구, 동료, 선후배 등 그를 둘러싼 모든 사회와 지속적으로 중요한 상호관계를 맺으며 살아간다(Leary, 1957). 또한 인간은 살아가는 동안 끊임없이 대인관계에 관심을 두고 관계를 잘 맺고 싶어 하며 관계가 잘 유지되길 원한다. 인간의 삶에서 대인관계는 중요하지만 이러한 대인관계의 문제는 다양한 장면과 원인에서 발생하기 때문에 이로 인해 심리적 어려움을 겪는 사람들이 많다(이정희, 2005).

Sullivan(1953)은 한 개인이 발달하고 성장하는 근원이 바로 대인관계이며 이러한 대인관계를 통해 개인은 만족감과 안정감을 찾아 나간다고 보았다. 특히 대학생 시기는 청소년기에서 성인기로 넘어가는 과도기에 해당하며, 여러 주위 환경이 변화하는 혼란스러운 시기이므로 이 시기의 대인관계에서 오는 만족감은 대학생의 혼란스러움과 불안감을 완화시켜주며 주관적 안녕감에 영향을 미칠 수 있다는 점에서 매우 중요하다. 이 시기에 친밀하고 효율적인 대인관계를 형성하는 능력을 개발하지 못하거나 그러한 관계를 형성하지 못하면 고립감과 공허감 등의 심리적 혼란을 경험하게 된다(정미리, 2005).

상담 장면에서 내담자들이 공통적으로 호소하는 심리적 갈등은 대인관계와 관련된 문제들이고 심리적 장애의 대부분은 사실상 대인관계문제로 인해 촉발될 뿐만 아니라 대인관계문제를 유발한다(Horowitz, 1996). 또한 대인관계문제는 우울, 불안, 성격장애 등 다양한 정신 병리와도 밀접한 관계가 있는 것으로 보고되고 있다(Aldenm, & Phillips, 1990). 특히 국내에서 대학상담센터를 찾아오는 대학생들의 주 호소 문제를 살펴보면, 심리내적인 문제나 대인관계 문제를 가장 많이 호소하고 있음을 알 수 있다(가톨릭대학교 생활상담소, 2009; 안하얀, 서영석, 2010; 연세대학교 리더십개발원 상담센터, 2007).

대인관계의 어려움으로 상담소를 찾는 내담자의 어려움을 이해하기 위해선 다양한 변인에 대한 탐색이 요구된다. 특히 대학생의 발달적 측면에서 보면 아동기에서 청소년기를 통해 성인기로 접어드는 시기라는 점은 성인애착에 대한 관심을 통해 대인관계를 탐색해야 하는 필요성을 제기한다. 성인애착은 개인이 성인기에 접어들면서 부모, 양육자로부터 또래 친구들과의 관계, 이성 관계 등으로 애착대상의 위계변화가 일어나는 것을 말하며, 성인기에 중요한

타인과 안정적인 대인관계를 맺고 근접성을 유지하기 위한 경향성이라고 정의할 수 있다(김동직, 한성열, 1997). 중기 청소년기에는 성인과 유사한 친밀감이나 지지 능력이 점차적으로 나타나며, 정서적 유대가 없는 아동의 또래관계와는 다른 친밀한 친구 관계를 맺을 수 있게 된다(김소라, 2003). 특히 후기 청소년기에 이르러서는 부모로부터 자율성을 획득하려는 욕구와 부합하여, 친구가 중요한 애착 대상의 역할을 하는 것으로 보인다(조영주, 최해림, 2001).

Brennan, Clark와 Shaver(1998)는 성인기 외부세계 또는 타인 표상을 성인애착이라 지칭하면서 성인애착과 관련된 기존의 이론적 척도들을 종합적으로 분석하여 성인애착을 애착불안과 애착회피 두 차원으로 구분하였다. 애착불안은 관계에 대해 지나치게 몰두하며 거절당하고 버림받는 것을 두려워하는 차원을 의미하고, 애착회피는 친밀해지는 것을 꺼리거나 불편해하는 차원을 의미한다. 일반적으로 두 차원 모두 높을 경우 불안정한 애착패턴을 지닌 것으로 간주하지만 어느 애착 수준이 높은지에 따라 자신에 대한 지각, 대인관계 패턴이 다를 수 있기 때문에 결국 두 가지 애착차원의 수준에 따라 각기 다른 특성을 지닌 사람들이 존재한다고 가정한다. Mikulincer와 Florian(1998)은 애착유형과 대인관계의 차이 연구를 통해 회피애착이나 불안애착의 사람들보다 안정애착의 사람들이 타인과 친밀한 관계를 유지하며 타인으로부터 사랑받고 보호받는다고 느끼기 때문에 자기노출을 쉽게 함을 보여 주었다. 또한 Feeney와 Noller(1990)의 연구에서 안정애착의 경우에는 대인관계에서 신뢰와 자신감이 높고 애착관계에서 성공적인 반면, 불안정애착은 타인에게 불신감을 가지고 거리를 두는 것으로 나타났다. 이러한 연구들의 주요 결과들은 성인애착이 불안정할수록 대인관계에서 더 많은 문제를 경험하는 것을 지지하고 있다는 것이다(박장희, 조윤주, 2006; 안하얀, 서영석, 2010; Lopez, Mitchell & Gormley, 2002). 이처럼 국내외 많은 연구자들은 성인애착(불안애착, 회피애착)과 대인관계 및 대인관계문제와의 유의미한 상관을 밝히고 있다(강수진, 최영희 2011; 박영주, 2005; 박장희, 조윤주, 2006; Hazan, Shaver, 1994; Lopes, Gormley, 2002; Mikulincer, 1998). 즉 성인기 불안애착이 높을수록 의존적인 대인관계가 높으며, 회피애착이 높을수록 독립적인 대인관계에서 많은 어려움을 겪을 수 있다는 것이다. 신지욱(2006)의 연구결과도 동일한 결과를 보여주고 있는데 그에 따르면 성인기 애착회피와 애착불안은 대인관계 유능성과 부적상관관계가 있으며, 애착회피와 애착불안의 경우 대인관계 유능성에 부정적인 영향을 미친다는 것이다. 대학생들을 대상으로 아동기 외상경험과 대인관계문제를 애착이 매개하는지 살펴본 이유경(2006)의 연구결과 불안정애착이 안정애착보다 유의미하게 심리적 증상과 대인관계 문제수준이 높았다고 보고하여 성인애착과 대인관계의 관련성이 높음을 보여주었다.

한편, 성인애착은 대인관계 뿐 아니라 자아분화를 예측하는 요인으로 보고되고 있다. 자아분화는 사고와 정서를 분리시킬 수 있는 능력 뿐 아니라, 정서적 성숙과 자기가 태어난 가정으로부터 개성화된 정도라고 정의 하였으며(Bowen, 1982), 자아 분화를 이룬 사람은 자신의 감정을 이성적으로 다스릴 수 있고, 의미 있는 타인과의 정서적 관계를 훼손하지 않으면서

자신의 독립성을 유지할 수 있다(Bowen, 1982). 또한 자아분화는 개별성과 연합성이라는 두 가지의 본능적 힘을 중심으로 발달해나간다. 개별성이란 자주적이고 독립적인 존재가 되고자 하는 힘이며, 연합성은 관계 속에서 인정과 소속감을 얻고자 하는 힘을 의미한다. 개별성과 연합성이 적절한 상호작용을 통해 균형이 이루어지게 될 때 이상적인 상태라고 할 수 있으며, 이를 분화 상태라고 한다(Kerr & Bowen, 1988).

Kerr & Bowen(1988)은 적절하게 분화를 이룬 경우 개별성을 유지하고 가족이나 타인과의 친밀감을 통해 안정감을 형성해나갈 수 있다고 하였다. 반면에, 개별성과 연합성 간 균형을 이루지 못하거나, 개별성을 잃고 연합성으로만 기울게 되는 경우 융해 또는 미분화 되었다고 한다. 미분화된 경우 개별성이 존재하지 않기 때문에 타인과의 관계에서 연합하고자 하는 욕구를 가지고 사랑과 인정을 받고자 하는 열망만을 가지게 된다. 이로 인해, 자신의 삶을 스스로 관리하기보다 타인과의 관계가 개인의 삶의 중심이 되는 것이다.

성인애착과 자아분화에 대한 선행연구에 따르면, 박은영(2003)의 연구 결과 성인애착과 독립성, 일체성과 개별성의 개념은 상당한 유사성을 보이고 있고, 자아분화이론에서 개별성과 일체성의 적절한 균형을 이룬 사람이 자아분화가 높은 사람이고, 건강한 사람이라고 정의되어 있듯이, 같은 맥락에서 애착이론에서 말하는 안정적 애착을 형성하고 있는 사람도 애착과 독립성이 적절히 균형을 이룬 사람이라고 볼 수 있다. 백양희와 최외선(1997)의 연구 또한 성인 애착관계가 적절할 때 자아분화수준이 가장 높은 것으로 나타났다. 그리고 박윤옥(2013)은 성인애착 유형에 따른 자아분화수준에서 안정형 성인애착이 높을수록 자아분화 수준이 높고, 불안정 성인애착이 높을수록 자아분화 수준이 낮아진다는 것을 확인하였다. 박지선, 김남희와 천성문(2002)은 대학생의 동료애착과 자아분화가 상관관계가 있음을 확인하였다. 이처럼 청소년을 대상으로 한 연구에서도 부모 애착과 자아분화는 유의미한 정적인 상관을 보였다(김갑숙, 전영숙, 이철우, 2009).

자아분화와 대인관계에 대한 연구로 Kear(1978)은 자아분화 수준이 높은 사람들은 대인관계에서 자주적이고 독립적인 입장을 취해서 사회 적응력이 높다고 하였다. 또한 분화가 잘 된 개인은 정서적으로 안정되어 있고 타인과 친근한 관계를 맺으면서도 확고한 자아정체감을 유지해 나가며, 자기 잘못을 타인에게 전가시키지 않고 스스로 책임질 줄 알며, 자신의 신념과 가치를 일관성 있게 유지하면서 타인의 신념과 가치를 있는 그대로 존중한다(최외선, 백양희, 김갑숙 1999; Bowen, 1965; Garfinkel, 1980). 이처럼 자아분화는 타인과 친밀한 관계를 지속할 수 있으면서도 심리적 독립성을 유지할 수 있는 특성이 강조된 개념이라 할 수 있다.

자아분화와 대인관계간의 관계에 대해 선행연구를 살펴보면, 최혜련(2005)은 여대생을 대상으로 한 조사에서 부모자녀 갈등 및 자기분화가 대인관계 문제를 유의미하게 예측함을 보고 하였다. 이는 자기분화가 이루어지지 않을 경우 자신뿐 아니라 대인관계에서도 어려움을 겪을 가능성이 높음을 의미하는 것이다. 실제로 선행연구들은 자아분화가 잘 이루어진 사람들

이 대인관계에서 보다 효율적이고 원만하게 대응하는 것으로 보고하고 있다. 또한 최소영(2007)과 윤선미(2010)는 자아분화 수준이 높을수록 대인관계에서의 문제가 낮으며, 자기감정을 잘 통제하고, 충동적이고 합리화, 악물남용과 같은 불안을 없애는 데 어려움이 없을수록 대인관계에서도 문제가 적게 나타나는 것을 밝혔다. 또한 대학생을 대상으로 한 연구 결과에 의하면, 자아분화는 대학생의 대인관계에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 자아분화수준이 높을수록 대인관계가 원만하다고 보고하였으며(이지민, 2010), 윤선미(2010)는 자아분화수준이 높을수록 대인관계에서 문제가 더 적게 나타난다고 하였다. 즉 자아분화수준이 높을수록 대학생들이 대인관계에서 겪는 어려움, 문제와 갈등이 적으며 자아분화 수준이 낮을수록 대인관계에서의 갈등이 많다는 것을 알 수 있다. 그 외 국내의 많은 선행연구들이 자아분화가 대인관계와 관련이 높다는 결과를 보여 주고 있는데 자아분화수준이 높을수록 부적응 증상 및 문제행동이 낮고(권미영, 1993; 정경연, 2007; 제석봉, 1989), 인간관계 성숙도가 높으며, 대인관계 적절성에도 영향을 미치는 것으로 나타났다(박지선, 2000). 이처럼 자아분화가 잘 이루어진 사람은 대인관계 역시 효율적이고 원만하게 관계를 맺는 능력이 있다고 볼 수 있으며 자아분화 수준이 높다는 것은 역기능적인 행동이 적게 나타난다는 것을 의미함을 보여주는 결과이다.

이상에서 살펴본 바와 같이 성인애착은 대인관계 및 자아분화를 설명하는 변수로서 많은 보고가 있으며, 자아분화는 대인관계를 예측하는 주요변수임을 알 수 있다. 그러나 기존 연구에서는 이러한 변수들의 단선적 관계만을 밝혔을 뿐 이들 변수의 유기적 관련성을 검증한 연구는 부족한 편이다. 다만 유사연구로서 애착과 자아분화 그리고 대인관계 간의 관련성을 보고한 논문을 보면, 박지선 등(2002)은 대학생의 동료에 대한 애착과 자아분화, 인간관계 성숙도는 상관관계를 보고하였으나 단순한 상관성을 보고하였다는 점에서 관련 변수의 유기적 연결성을 파악할 수 없는 한계가 있다. 또한 Wei, Vogel, Ku와 Zakalik(2005)은 애착의 불안요인과 회피요인은 서로 다른 정서조절 방법을 거쳐 부정적 기분과 대인관계 문제에 영향을 미침을 발견하였다. 불안애착요인, 부정적 기분, 대인관계 문제 사이의 관련은 자아분화의 한 성분인 정서적 반응에 의해서만 중재되었고, 회피애착요인, 부정적 기분, 대인관계 문제 사이의 관련은 자아분화의 다른 한 성분인 정서적 단절에 의해서 중재되었다. 이 연구에서는 정서적 반응과 정서적 단절은 불안애착 요인과 회피애착 요인의 고통사이에서 중요한 중재 역할을 한다는 경험적 증거를 제시하였다는 점에서 의의를 가지지만 자아분화의 중재효과만 제시되었을 뿐 매개효과는 규명하지 못한 아쉬움이 있다. 박영호(2006)는 부모-자녀관계가 자아분화를 통해 대인관계 능력에 유의미한 영향을 주는 것으로 보고하여 자아분화가 부모-자녀관계와 대인관계를 매개하는 것을 실증하였다. 양수진(2010)의 연구 또한 부모애착에 한정하여 자아분화 및 대인관계와의 관련성을 보고하고 있다. 그러나 그들의 연구는 부모-자녀관계에 한정하여 연구가 이루어졌다는 점에서 대학생의 성인애착의 확대된 의미를 포함하지 못한

한계가 있다.

앞서 선행연구에서 알 수 있듯이 성인애착은 대인관계를 예측하는 주요한 변수임이 비교적 일관되게 주장되고 있음을 알 수 있고 성인애착은 자아분화와도 관련이 있음을 보여주고 있다. 또한 자아분화 수준이 높으면 대인관계에서 건강하고 주체적인 특성을 보인다는 것을 알 수 있다. 이러한 연구에서 좀 더 확장해보면 성인애착과 대인관계는 자아분화에 의해 매개될 수 있다는 가정을 할 수 있다. 특히 대인관계의 양적, 질적 확장이 중요한 시기로 접어드는 대학생을 중심으로 성인애착과 대인관계에서 자아분화의 매개효과를 검증하는 것은 의미가 있다고 여겨진다. 성인기로 진입할 대학생의 대인관계는 앞서 살펴본 바와 같이 사회생활의 근간을 차지하는 중요한 과제라 할 수 있기 때문에 성인기 대인관계를 건강하게 할 수 있도록 상담 장면에서 개입할 지점을 다양화하는 전략이 필요한 것이다. 다시 말해 대학생의 성인애착과 대인관계 경로에서 자아분화의 매개효과를 검증하는 것은 대학생 시기에 급격히 넓어지고 다양해지는 인간관계에서 좀 더 능동적이고 적극적인 대처를 통해 유연하고 원만한 관계를 형성할 수 있도록 개입지점을 다각화할 수 있을 것이다. 뿐만 아니라 대인관계문제로 어려움을 겪는 학생들이 대인관계를 효과적으로 해결할 수 있는 교육이나 상담프로그램개발이나 상담 현장에 필요한 기초자료를 제공하는데 도움이 될 수 있을 것이다.

이러한 연구목적을 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 성인애착은 자아분화와 대인관계에 직접적인 영향을 미치는가?

둘째, 자아분화는 성인애착과 대인관계를 매개하는가?

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 부산광역시에 소재하고 있는 4년제 대학교(D대학 200부, S대학 200부, D대학 100)에 재학 중인 남, 여 대학생을 대상으로 설문조사를 통해 자료를 수집하였다. 설문 전 연구자가 직접 해당학교를 방문하여 학과, 교양수업 담당교수와 학생들의 동의를 구하였다. 동의를 구한 수업시간에 연구자가 직접 들어가서 연구목적을 설명하고 그 자리에서 설문을 실시한 후 설문지를 바로 수거하는 방식을 취하였다. 총 500부의 설문지를 배부하여 불성실한 답변을 한 48부를 제외한 452부가 결과분석에 사용되었다.

아래 <표 1>은 연구대상의 일반적 특성이다. 성별에서는 남자가 37.8%(171명), 여자가 62.2%(282명)로 여자가 더 많은 것으로 나타났으며, 학년에서는 1학년이 38.7%(175명), 2학년이 36.3%(154명), 3학년이 14.6%(66명), 4학년이 10.4%(47명)로 나타났다.

<표 1> 연구대상자의 특성

변수	속성	빈도(%)
성별	남자	171(37.8%)
	여자	282(62.2%)
학년	1학년	175(38.7)
	2학년	154(36.3)
	3학년	66(14.6)
	4학년	47(10.4)

2. 측정도구

가. 성인애착 척도

본 연구에서 성인애착을 측정하기 위해 Brennan 등(1998)의 개정판 성인용 친밀관계의 애착척도(Experience in Close Relationship-Revised: ECR-R)를 김성현(2004)이 번안하고 타당화한 친밀관계 경험 검사를 사용하였다. 이 척도는 애착불안, 애착회피의 2개 하위요인 총 36문항으로 구성 되어 있으며 Likert 5점 척도로 평정되어 점수가 높을수록 성인애착이 부정적임을 의미하고, 점수가 낮을수록 안정된 애착패턴을 지니고 있음을 의미한다. 본 연구에서 성인애착 척도의 신뢰도인 Cronbach's α 는 .91로 높게 나타났다.

나. 자아분화 척도

본 연구에서 자아분화 수준을 위해서 Bowen의 가족체계이론을 토대로 제석봉(1989)이 개발한 자아분화 척도(Differentiation of Self Scale: DSS)를 사용하였다. 이 척도는 인지된 정서적 기능, 자아통합, 가족투사과정, 정서적 단절, 가족 퇴행의 5개 하위요인 총 36문항으로 구성되어 있으며 Likert 4점 척도로 평정되어 점수가 높을수록 자아분화가 잘 되어 있음을 의미한다. 본 연구에서 자아분화 척도의 신뢰도인 Cronbach's α 는 .88로 나타났다.

다. 대인관계 척도

본 연구에서는 대학생들의 대인관계를 측정하기 위해서 Buhrmester, Furman, Wittenberg와 Reis(1998)가 개발한 대인관계능력 검사(Interpersonal Competence Questionnaire: ICQ)를 김창대, 김수임(2001)이 번안한 척도를 사용하였다. 이 척도는 처음 관계 맺기, 타인에 대한 불쾌감 주장, 자기노출, 정서적 지지 및 조언, 대인관계 갈등다루기의 5개 하위요인 총 40문

항으로 구성되어 있으며 Likert 5점 척도로 평정되어 점수가 높을수록 대인관계 기술이 잘 되었음을 의미한다. 본 연구에서 대인관계 척도의 신뢰도인 Cronbach's는 .90이었다.

3. 자료처리 및 분석

본 연구에서 자료처리 및 분석은 SPSS 21.0을 사용하였다. 구체적으로는 자료의 편집을 위해 빈도분석을 실시하였으며, 척도의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 대학생의 성인애착, 자아분화 및 대인관계의 매개효과를 검증하기 위하여 기술통계 및 상관분석을 실시하였고, 성인애착, 자아분화에 미치는 영향을 대인관계에 매개하는지를 알아보기 위해 Hayes(2013)의 분석법에 의해 중다회귀분석을 실시하였다. 이 방법은 전통적인 매개효과 검증방법인 Baron과 Kenny의 접근법에서 1단계(독립변수가 종속변수에 미치는 주효과 검증) 분석을 생략하고 독립변수가 매개변수에 미치는 영향과 독립변수와 매개변수를 동시에 투입하여 종속변수에 미치는 영향을 검증하고 Bootstrapping을 통해 간접효과의 유의성을 판단하는 방법이다. 그러나 본 연구에서는 붓스트래핑과 함께 Sobel 검증을 통한 Z값도 함께 제시하였다.

Ⅲ. 연구결과

1. 관련 변수의 기술 통계 및 상관분석

성인애착, 자아분화, 대인관계의 기술통계 분석결과, 성인애착의 평균은 5점 평정에 2.65(\pm .47)로 나타나 보통보다 낮은 점수를 보여 긍정적 성인애착의 특성을 보였으며, 자아분화는 4점 평정에서 평균 3.00(\pm .42)로 높게 나타났다. 그리고 대인관계의 평균은 5점 평정에 3.64(\pm .38)로 비교적 높은 값을 보였다. 이러한 결과를 볼 때 조사대상자들의 성인애착, 자아분화, 대인관계 수준은 긍정적임을 알 수 있다. 다음은 관련변수들의 정규성을 확인하기 위해 왜도와 첨도를 산출한 결과 모든 변수에서 왜도는 -.022~-.093, 첨도는 -.092~-.221로 나타나 왜도(<.30)와 첨도(<.70)가 정규성에서 벗어나지 않은 것으로 확인되었다.

한편, 회귀분석 전 독립변수와 매개변수의 종속변수에 대한 상호배타성을 확인한 결과 성인애착과 자아분화의 상관계수가 -.384로 낮은 상관으로 보여 두 변수 간의 다중공선성(<.80, 김계수, 2006)은 없는 것으로 판단하였다. 다음으로 독립과 매개변수의 종속변수에 대한 상관성을 보면, 성인애착은 대인관계와의 상관계수가 -.504(p <.001)로 나타나 높은 부의 상관성을 보였다. 이는 부정적 성인애착이 높을수록 대인관계가 부정적임을 의미한다. 그리고 자아분화

와 대인관계의 상관계수는 .324($p < .001$)로 중간정도의 정의 상관을 가지는 것으로 나타났다. 이는 자아분화수준이 높을수록 대인관계가 좋다는 것을 의미한다. 이로써 성인애착 및 자아분화는 종속변수인 대인관계를 예측할 수 있는 변수임이 확인되었다.

<표 2> 성인애착, 자아분화, 대인관계의 기술통계 및 상관관계

	성인애착	자아분화	대인관계
성인애착	1		
자아분화	-.384***	1	
대인관계	-.504***	.324***	1
M(SD)	2.65(.47)	3.00(.42)	3.64(.38)
왜도	-.093	-.067	-.022
첨도	-.092	-.221	-.161

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

2. 성인애착이 자아분화 및 대인관계에 미치는 영향 및 자아분화의 매개효과

성인애착이 대인관계에 미치는 영향에서 자아분화가 매개효과를 가지는지를 검증하기 위해 Hayes(2013)의 분석법에 의한 회귀분석을 실시하였다. 이 방법은 독립변수인 성인애착이 매개변수인 자아분화에 미치는 영향을 검증하고 그 다음 독립변수와 매개변수를 동시에 투입하여 종속변수인 대인관계에 미치는 영향을 검증한다. 그리고 자아분화의 매개효과를 검증하기 위해 PROCESS 프로그램을 통해 95% 신뢰구간을 Bootstrapping을 통해 제시하고 Sobel검증에 의해 Z값을 제시하였다.

1) 성인애착이 자아분화에 미치는 영향

성인애착이 자아분화에 미치는 영향을 살펴보기 위해 성별과 학년을 통제한 상태에서 회귀분석을 실시하였다. 분석결과, 투입된 변수들의 자아분화에 대한 회귀식은 통계적으로 유의하였으며($F=27.292$, $p < .001$), 투입된 변수들의 자아분화에 대한 설명력은 15.5%로 나타났다. 그리고 성인애착은 자아분화를 유의하게 설명하는 변수로 확인되었으며($t=-8.965$, $p < .001$), 성인애착이 부정적일수록 자아분화수준이 낮은 것으로 나타났다.

<표 3> 성인애착이 자아분화에 미치는 영향

	종속변수: 자아분화			
	B	S.E.	β	t
(상수)	3.967	.127		31.232***
성별	.020	.039	.023	.527
학년	-.038	.019	-.088	-1.999*
성인애착	-.348	.039	-.391	-8.965***
$R^2(adj.R^2)$.155(.149)
F				27.292***

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

2) 성인애착 및 자아분화가 대인관계에 미치는 영향

아래 <표 4>는 성별과 학년을 통제한 상태에서 성인애착과 자아분화를 동시에 투입한 회귀식으로 모형의 적합도는 통계적으로 유의하였으며($F=41.559$, $p < .001$), 투입된 변수들은 대인관계를 27.2% 설명하는 것으로 나타났다. 그리고 성인애착은 대인관계에 유의한 부의 영향을 미치며($t=-10.076$, $p < .001$) 자아분화는 대인관계에 유의한 정의 영향을 미치는 것으로 나타났다($t=3.436$, $p < .01$). 이는 자아분화가 성인애착을 통제한 상태에서도 대인관계에 유의한 영향력을 미친다는 것을 의미한다.

<표 4> 성인애착 및 자아분화가 대인관계에 미치는 영향

	종속변수: 대인관계			
	B	S.E.	β	t
(상수)	4.180	.192		21.756***
성별	.026	.033	.033	.807
학년	-.018	.016	-.046	-1.119
성인애착	-.360	.036	-.444	-10.076***
자아분화	.138	.040	.151	3.436**
$R^2(adj.R^2)$.272(.265)
F				41.559***

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

3) 자아분화의 매개효과 검증

아래 <표 5>는 성인애착의 대인관계에 대한 직접효과 및 자아분화를 경로한 간접효과

효과크기와 통계적 유의성을 검증한 결과이다. 성인애착이 대인관계에 영향을 미치는 직접효과(β) 크기는 $-.444(p<.001)$ 로 나타났고, 자아분화를 경로의 간접효과 크기는 $-.059$ 로 나타나 직접효과 크기가 더 큰 것으로 확인되었다. 그리고 간접효과에 대한 유의성을 검증하기 위해 부스트래핑을 실시한 결과 95% 신뢰구간에서 하한값은 $-.089$, 상한값은 $-.021$ 로 나타나 이들 사이에 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의함을 보여주었다. 그리고 Sobel 검증에서도 Z 값이 $-3.191(p<.01)$ 로 나타나 간접효과가 통계적으로 유의함을 보여주었다. 결과적으로 성인애착은 대인관계에 통계적으로 유의한 직접효과도 가지지만 자아분화를 경로의 간접효과에서도 통계적 유의성을 보여 부분매개효과를 보여주었다.



[그림 1] 자아분화의 매개효과

<표 5> 자아분화의 매개효과

		B(β)
직접효과	성인애착 → 대인관계	$-.360(-.444)***$
간접효과	성인애착 → 자아분화 → 대인관계	$-.048(-.059)**$
간접효과	BootLLCI/ULCI(95%신뢰구간)	$-.089/-.021$
유의성검증	Sobel test(Z값)	$-3.191**$

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

IV. 논의 및 결론

본 연구는 대학생의 성인애착과 자아분화 및 대인관계에 미치는 영향과 자아분화의 매개효과를 검증하기 위해 설계되었다. 이를 위해 부산광역시 소재하고 있는 4년제 대학교에 재학 중인 남, 여 대학생을 대상으로 설문조사를 통해 자료를 수집하여 452부가 결과분석에 사용되었다.

연구의 주요결과에 따른 논의 및 제언은 다음과 같다.

첫째, 대학생의 성인애착은 자아분화에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과는 애착이 안정적일수록 자아분화수준이 높다고 보고한 박윤옥(2013)과 박지선 등(2002)의 연구결과를 지지하고 있는 것이다. 본 연구 결과에서도 회피 및 불안애착이 낮을수록 자아분화수준이 높으며, 이러한 성인애착은 자아분화를 예측하는 요인으로 나타나 성인애착이 개인의 심리적 독립성이라 할 수 있는 자아분화에 미치는 영향을 확인할 수 있었다. 이러한 연구 결과는 대학생의 독립적 자기상을 높이기 위한 방안으로 성인애착에 대한 개입이 효과적일 수 있음을 의미하는 것이다. 안정적인 성인애착을 형성하도록 돕기 위해서 실제 상담 장면에서는 아동기에서부터 현재에 이르기까지 부모를 비롯한 또 그리고 다른 성인과의 애착관계를 재탐색하고, 자각하여 수용하는 일련의 과정들이 우선 될 필요가 있으리라 생각된다.

둘째, 성인애착은 대인관계에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 많은 국내외 선행연구의 결과(Mikulincer, 1998; Hazan, Shaver, 1994; Lopes, Gormley, 2002; 박영주, 2005; 박장희, 조운수, 2006; 강수진, 최영희 2011)를 지지하는 것으로 회피 및 불안애착이 높을수록 대인관계가 원만하지 못하고 대인관계에서 어려움을 가질 수 있음을 보여주었다. 대학생의 대인관계는 향후 사회생활과 관련이 높다는 점에서 대학생 시기에 대인관계를 강화시키는 과정은 중요한 일이라 할 수 있다. 이런 차원에서 볼 때 성인애착을 높여 대인관계를 강화시킬 수 있는 상담지원이 학교현장에서 요구된다. 예를 들어 성인애착을 높여 대인관계를 향상시키는 전략으로서 학생상담소의 또래집단상담 프로그램에 참여하거나, 봉사활동 참여 등 다양한 활동을 경험할 수 있도록 해야 할 것이다.

셋째, 자아분화는 대인관계를 유의하게 예측하는 변수로 나타났다. 이러한 결과는 자아분화수준이 높을수록 부적응 증상 및 문제행동이 낮고(권미영, 1993; 정경연, 2007; 제석봉, 1989), 인간관계 성숙도가 높으며(박지선 외, 2002), 자아분화 수준이 대인관계 적절성에 영향을 미치는 것으로 나타난(백경하, 2003; 윤선미, 2010; 최소영, 2007) 연구결과를 지지하는 것으로 자아분화수준이 높으면 대인관계에서도 긍정적 영향을 미칠 수 있음을 보여주었다. 이는 자아분화수준이 높을수록 대학생의 대인관계가 긍정적임을 의미하는 결과이다. 따라서 대인관계 증진을 위한 상담 장면에서 자아분화와 관련된 심리측정의 중요성이 강조되어야 할 것이고 무엇보다 자아분화를 위한 개입전략들이 강조되어야 할 것이다. 다시 말해 대학생들로 하여금 상담을 통해 자신의 감정과 사고를 분리하도록 돕는 자아분화 증진을 통해 대인관계 향상이 가능하도록 해야 할 것이다.

넷째, 자아분화는 성인애착과 대인관계를 부분적으로 매개하는 것으로 확인되었다. 이는 성인애착이 대인관계에 직접적인 영향 및 자아분화를 경로하여 간접적으로도 영향을 미치는 것을 보여준 결과이다. 이러한 결과는 대학생의 대인관계에 대한 개입 지점을 다각화시킬 수 있다는 의미이다. 대학생들이 부모로부터의 심리 정서적으로 독립하지 못해 대인관계에서 어

려움을 겪고 있는 상황이라면 상담전략에서 자아분화를 촉진시킬 수 있는 내용들이 강조되어야 할 것이다. 구체적으로는 대인관계에서의 문제로 대학생들이 상담을 원하는 경우 상담자는 내담자가 타인과 친밀한 관계를 맺는데 있어 자신의 정체성을 찾고 자아분화를 향상시킬 수 있도록 자아분화 수준 향상 프로그램을 개발하고 시행하는 것이다. 이와 함께 자아분화에 가장 중요한 영향을 미치는 부모의 성장을 위한 교육이 사회적인 차원에서 장기적으로 이루어져야 할 것이다.

이상에서 살펴본 바와 같이 대학생들의 대인관계를 촉진하기 위해서는 성인애착 및 자아분화에 대한 개인적인 개입뿐 아니라 대학생들로 하여금 상담을 통해 자아분화와 과정을 거쳐 자신의 감정과 사고를 분리하도록 도움으로서 대인관계 향상이 가능하도록 돕는 것이 중요함을 알 수 있다. 이를 위해서는 대인관계를 높일 수 있는 집단상담 및 환경적 개입이 동시에 이루어질 수 있도록 해야 할 것이다. 세부적으로 대인관계 형성을 도울 수 있는 교육프로그램 및 상담 프로그램 구성에 성인애착 및 자아분화와 관련된 내용이 반드시 포함되어야 할 것이다. 뿐만 아니라 대학 차원에서는 학생들이 대인관계 기술이나 자기주장 훈련과 같은 다양한 프로그램, 강연, 교육, 상담 등에 참여할 수 있도록 대학 내 학생생활 상담소의 기능을 보다 더 강화하고 전문적인 인력을 배치하여 누구나 자유롭게 자신의 문제를 상담하고 이에 대한 도움을 받을 수 있는 체계를 갖추는 등 대학의 적극적 행보가 요구된다.

본 연구는 대학생을 대상으로 성인애착과 자아분화 그리고 대인관계의 유기적 관련성을 경험적으로 검증하여 대인관계에 대한 상담개입전략을 다각화하였다는데 의의가 있다. 그러나 본 연구는 부산지역에 소재한 대학에 재학 중인 대학생만을 대상으로 표집의 대표성이 확보되지 않았으므로 연구 결과를 전체 대학생에게 일반화하는데 유의하여야 한다. 또한 본 연구에서는 대인관계에 대한 예측변인으로 성인애착과 자아분화를 연구 하였지만 그 외의 다양한 변인들이 대인관계를 설명할 수 있을 것이므로 후속 연구에서는 사회변인, 문화변인 등 개인 외적 변인들을 포함한 연구들이 지속되길 기대해본다.

참고문헌

- 가톨릭대학교 학생생활상담소 (2009). 2008학년도 학생생활상담소 상담호소 문제 분석. 학생생활상담 27, 서울: 가톨릭대학교 학생생활상담소.
- 강수진, 최영희 (2011). 성인애착이 대인관계능력에 미치는 영향 - 정서조절양식과 사회불안을 매개변인으로. 인간발달연구, 18(3), 53-68.
- 권미영 (1993). 청소년의 자아분화와 부적응증상 및 문제행동과의 관계연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.

- 김갑숙, 전영숙, 이철우 (2009). 청소년의 부모애착, 자아분화, 자아존중감이 우울에 미치는 영향. *한국가족치료학회지*, 17(1), 209-224.
- 김계수 (2006). *인과분석 연구방법론*. 서울: 청람.
- 김동직, 한성열 (1997). 한국대학생의 애착 유형 분포와 대인관계 특성. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 11(2), 91-109.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인분석과 문항 반응 이론을 중심으로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김소라 (2003). 부모애착과 지각된 사회적 지지 및 대학생활적응의 관계. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김창대, 김수임 (2001). 대인관계 능력향상을 위한 집단상담 프로그램의 효과와 연구. *학생연구*, 35(1), 83-95.
- 김혜남 (2006). *어른으로 산다는 것*. 파주: 깔리온.
- 박영주 (2005). 애착의 회피-불안 차원에 따른 우울양식과 개인관계 문제. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 박영호 (2006). 한국적 부모-자녀관계가 대인관계능력에 미치는 영향: 부자유친성정, 애착, 우리의식, 자아분화를 중심으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 박윤옥 (2013). 성인애착유형에 따른 자아분화수준과 분노표현의 관계. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박은영 (2003). 애착이론과 자아분화이론의 유사성에 관한 연구. 서울여자대학교 기독교대학원 석사학위논문.
- 박장희, 조윤주 (2006). 대학생들의 낭만적 애착과 대인관계문제에 관한 연구. *대한가정학회지*, 44(7), 113-124.
- 박지선 (2000). 대학생의 동료에 대한 애착정도와 자아분화 및 인간관계성숙도와의 관계 연구. 동아대학교 대학원 석사학위논문.
- 박지선, 김남희, 천성문 (2002). 대학생의 동료에 대한 애착정도와 자아분화 및 인간관계 성숙도와의 관계. *상담학연구*, 3(2), 323-336.
- 백경하 (2003). 원가족에서의 자아분화가 지도력 및 대인관계 적절성에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 백양희, 최외선 (1997). 환경변인 및 부모-자녀 유대관계가 농촌 고등학생들의 자아분화에 미치는 영향. *대한가정학회지*, 35(6), 71-86.
- 신지욱 (2006). 애착, 정서 그리고 대인관계 유능성 사이의 관계에 대한 경로 분석. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 안하얀, 서영석 (2010). 성인애착, 심리적 디스트레스, 대인관계문제: 피드백에 대한반응, 정서

- 적 대처, 사회적지지 추구의 매개효과검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 575-603.
- 양수진 (2010). 대학생의 부모 애착이 성인애착에 미치는 영향: 자아분화와 자아탄력성의 매개효과. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 연세대학교 리더십개발원 상담센터 (2007). 2006학년도 상담센터 활동 사항. 연세상담연구, 23, 서울: 연세대학교 리더십개발원 상담센터.
- 윤선미 (2010). 자아분화수준이 대학생의 대인관계와 역기능적 진로사고에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이유경 (2006). 여대생의 아동기 외상경험이 심리적 증상과 대인관계문제에 미치는 영향: 애착의 매개효과를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이정희 (2005). 성인 애착이 대인관계에 미치는 영향에 관한 구조적 분석. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 이지민 (2010). 가족상담: 가족건강성, 자아분화, 대인관계와 대학생 우울간의 관계구조. 상담학연구, 11(3), 1271-1287.
- 정경연 (2007). 부모 및 자녀의 자아분화수준과 아동이 지각한 세대간 가족관계가 아동의 문제행동에 미치는 영향. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 정미리 (2005). 분노와 스트레스 사건에 대한 반추가 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 조영주, 최해림 (2001). 부모와의 애착 및 심리적 독립과 성인애착의 관계. 한국심리학회지 및 상담 및 심리치료, 13(2), 71-91.
- 제석봉 (1989). 자아분화와 역기능적 관계. 부산대학교 대학원 박사학위논문.
- 최소영 (2007). 자아분화와 가족간 의사소통이 대인관계에 미치는 영향: 대학생을 중심으로. 숭실대학교 대학원 석사학위논문.
- 최외선, 백양희, 김갑숙 (1999). 체계론적 가족치료. 서울: 형설출판사.
- 최혜련 (2005). 부모 자녀 갈등정도와 자아분화가 대인관계문제에 미치는 영향. 서울여자대학교 석사학위논문.
- Aldenm, L. E., & Phillips, N. (1990). An interpersonal analysis of social anxiety and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 499-513.
- Bowen, M. (1965). Family psychotherapy with schizophrenia. In Jackson, D. D. (Ed), *The Etiology of Schizophrenia: An intergrated Approach*. New York: Ronald Press.
- Bowen, M. (1982). *Family therapy in clinical practice*. N. Y.: Jason Aronson.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and*

- close relationships*. New York: Guilford Press.
- Burhmrster, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. (1998). Five domains of interpersonal competence in peer relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 991-1008.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment styles as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291.
- Garfinkel, H. N. (1980). *Family system personality profile: An assessment instrument based on Bowen theory*. Unpublished doctoral dissertation. California School of Professional Psychology.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological inquiry*, 5(1), 1-2.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation Moderation, and Conditional process Analysis: A regression-based approach*. New York, NY: The Guilford Press.
- Horowitz, I. M. (1996). The study of interpersonal problems: A legacy. *Journal of Personality Assessment*, 66, 283-300.
- Kear, J. (1978). *Marital satisfaction and attraction as a function of differentiation of self*. Unpublished doctoral dissertation, California School of Professional of Psychology. Fresno Campus.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. MY: Norton.
- Kiesler, D. J. (1996). *Contemporary interpersonal theory and research personality, psychopathology, and psychotherapy*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Leary, T. F. (1957). *Interpersonal diagnosis of personality*. New York: The Ronald Press Company.
- Lopez, F. G., & Gormley, B. (2002). Stability and change in adult attachment style over the first-year college transition: Relations to self-confidence, coping, and distress patterns. *Journal of Counseling Psychology*, 49, 355-364.
- Lopez, F. G., Mitchell, P., Gormley, B. (2002). Adult attachment orientations and college student distress: Test of a mediational model. *Journal of Counseling Psychology*, 49(4), 460-467.
- Mikulincer, M. (1998). Attachment working models and the sense of trust: An exploration of interaction goals and affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1209-1224.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions the stressful events. *Attachment theory and close relationships*, 143-165.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: W. W. Norton.
- Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T. Y., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, affect regulation,

성인애착이 대학생의 대인관계에 미치는 영향에서 자아분화의 매개효과 검증

negative mood, and interpersonal problems: The mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 14-24.

[원고접수일: 2016. 04. 11. / 수정원고접수일: 2016. 06. 03. / 게재결정일: 2016. 06. 07.]

The Mediating Effect of Self-Differentiation in the Effect that Adult Attachment has on the Interpersonal Relationships of University Students

Ah, Young Ah
Silla University

Lee, Myeong Hee
Dong-pusan College

This study was designed for the diversification of counseling interventions in the interpersonal relationships of university students based on the premise that the formation of interpersonal relationships during university years are important development tasks from adulthood adjustment and relational aspects. For this, it verified the effect of adult attachment in university students on self-differentiation and interpersonal relationships along with the mediating effect of self-differentiation. To achieve this research purpose, surveys were conducted on male and female university students attending four year universities in Busan Metropolitan City and the 452 surveys that were collected were used in the final analysis. Verification of mediating effects was conducted by Hayes' approach and verification of the significance of indirect effects was conducted through bootstrapping and the Sobel test by PROCESS program. Main results of the study are as follows. First, the adult attachment of university students has an direct effect on interpersonal relationships. Second, the adult attachment of university students has an direct effect on self-differentiation. Third, the self-differentiation has an direct effect on interpersonal relationships. Forth, the adult attachment of university students has an indirect effect through self-differentiation. Through discussions made according to these research results, intervention strategies for the interpersonal relationships of university students were proposed.

Key words : university student, adult attachment, self-differentiation, interpersonal relationship, mediating effect