

대학생의 애착과 자기효능감 및 대학생활 적응과의 관계*

성 미 혜**

I. 서 론

1. 연구의 필요성

우리나라 대학생들은 고교시절 대학입시 준비로 인해 청소년 시기에 거쳐야 할 중요한 발달과제들을 제대로 성취하지 못한 채 대학에 입학하는 경우가 많다. 대학생들은 스스로의 자유와 권리를 가지고 대학생활을 능동적이고 자율적으로 대처하고자 하지만 그동안 지속해 온 의존적, 수동적인 습성이 강하게 남아 있기 때문에 대학생활에의 적응문제는 쉽지 않다. 따라서, 대학생활은 우리나라 대학생들에게 여러 가지 심리적 어려움을 야기시킬 많은 요소들을 가지고 있다(Cho, 2000; Choi, 2001).

학교생활에 잘 적응하지 못하는 경우 부정적 속성이 더 심각하게 나타나는데, 이와같이 학교생활에 잘 적응하지 못하는 대학생들에게는 여러 가지 원인이 있지만 가장 대표적인 것이 부모의 양육태도나 가정 문화와 관련된 것이다(Jee, 2001).

선행연구들(Jee, 2000; Pallatino & Blustein, 1994; Rice et al., 1995)을 보면, 부모와 적당하고 건강한 관계를 가지지 못한 대학생들은 심리적 문제나 생활 전반적인 문제에서 잘 적응하지 못하며, 부모와의 관계는 대학생활 적응에 많은 영향을 미치는 것으로

나타나고 있다. 따라서, 이들이 성장과정에서 형성한 부모와의 애착은 대학생활 적응에 중요한 영향을 미칠 수 있다.

애착은 어떤 특정인(애착대상)과 접촉하고 근접하려는 성향을 지속적으로 갖고 있는 정서적 유대로, 애착의 기능은 전 생애에 걸쳐 지속적으로 작용하게 된다(Ainsworth, 1989; Bowlby, 1988). Bowlby (1982)는 인간은 애착대상과의 반복되는 상호작용 경험을 통해 자기, 타인, 자기와 타인과의 관계에 대한 인지적 지도, 표상모형을 형성하며 이에 근거하여 애착대상의 행동을 해석 및 예측하게 되며 현재와 미래의 반응을 계획한다는 내적 실행 모형(internal working model)을 주장하였다. 유아기의 부모와의 관계에서 형성된 애착관계의 내적 표상은 극적인 변화없이 지속되어 후일 성인기의 중요한 타자들과 친밀한 관계를 형성하는 안내역할을 함으로써 정서적, 사회적 적응에 영향을 줄 수 있는 것으로 제시되었다(Ainsworth, 1989; Cicirell, 1983; Lapsley et al., 1990).

Armsden과 Greenberg(1987)는 대학생을 대상으로 애착과 자존감, 생활만족과의 관계를 측정하고, 부모에 대한 애착은 자존감, 생활에 대한 만족과 정적인 상관이 있다고 하였다. Rice 등(1995)은 대학생들을 대상으로 애착, 분리개별화, 대학생활 적응간의 상호관계를 연구한 종횡단적 연구에서 애착은 갈등으

* 본 논문은 2004년 인제대학교 학술연구조성비 보조에 의한 것임

** 인제대학교 간호학과 부교수(교신저자 E-mail: nursmh@inje.ac.kr)

로부터의 독립, 학문적 적응, 사회적 적응, 정서적 적응, 교과과정에 대한 적응, 목표달성, 개인적 효능감, 학습기술과 연습, 정신건강, 대인관계와 정적인 상관이 있어서, 부모와 안전한 애착을 한 학생들이 환경에서 발달적, 적응적 도전을 다루는데 더 유리하다는 것을 보여주었으며, 안전하게 애착하지 못한 학생들은 대인간, 개인 내적, 학문적 일에 대처하는데 어려움을 느낀다고 하였다.

발달과업 상 자신의 미래를 설계하고 정체감을 형성해 나가야 하는 중요한 과업을 지닌 대학생들에게 대학생활 적응의 중요성을 아무리 강조해도 지나치지 않을 것이다. 특히 대학이라는 환경은 대학생들에게 많은 자율과 책임을 주어 적응을 위한 많은 시간과 노력을 요구한다. 이러한 요인들이 어떤 경우에는 스트레스를 주어 심리 사회적 어려움과 신체적 증상들을 유발시키거나, 대학생활에 불만족을 야기시킨다. 그러나 이러한 문제도 개인이 지니고 있는 여러 가지 자원과 인지적 특성에 따라서 적응에 성공할 수도 있고, 실패할 수도 있게 된다(Lee, 2002).

지금까지, Bowlby의 이론에 따라 내적 실행모델의 관점에서 자아존중감을 자기에 대한 정신적 표상이나 조직화된 기대에 해당한다고 보고 개인의 애착체계와 자아존중감의 상관계에 대한 연구들이 많이 이루어져 왔는데(Jee, 2001), 자아존중감은 개인이 자신에 대해 형성하고 유지하는 평가로 개인의 인지적 특성과 정서적 특성을 모두 포함하는 개념이다(Coopersmith, 1967). 반면 자기효능감은 특정한 장면에서 특정의 활동을 수행할 수 있다고 믿는 개인의 믿음으로 인지적 특성을 갖는 개념(Bandura, 1977)이다.

Bowlby의 내적 실행모형대로 애착대상과의 반복되는 상호작용 경험을 통해 관계에 대한 인지적 지도, 표상 모형이 형성된다는 것이 증명되기 위해서는 애착과 개인의 인지적 특성의 상관관계가 높게 나타나야 한다(Jee, 2001). 그러나, 지금까지의 연구는 애착과 자아존중감과의 관계를 밝히는 연구는 많이 이루어져 온 반면 애착과 자기효능감과의 관계에 대한 연구는 매우 미흡한 실정이다.

따라서, 본 연구는 대학생들의 애착이 자기효능감 및 대학생활 적응에 미치는 영향을 규명하고자 하며, 이를 통해 대학생들의 대학생활 적응에 활용할 자료를

제공하고, 대학생활 적응을 돕는 다양한 프로그램의 개발이나 부적응의 예방적 차원에서 도움을 주고자 시도하였다.

2. 연구문제

- 1) 대학생들의 애착, 자기효능감 및 대학생활 적응 정도는 어느 정도인가?
- 2) 대학생들의 일반적 특성에 따른 애착, 자기효능감 및 대학생활 적응은 차이가 있는가?
- 3) 대학생들의 애착이 자기효능감에 영향을 미치는가?
- 4) 대학생들의 애착이 대학생활적응에 영향을 미치는가?
- 5) 대학생들의 자기효능감이 대학생활 적응에 영향을 미치는가?

3. 용어의 정의

1) 애착

가장 가까운 사람과 연결되게 하는 강렬하고도 지속적인 정서적 결속(Bowlby, 1958)으로서, 본 연구에서는 Armsden과 Greenberg(1987)의 부모 및 또래 애착척도(Inventory of Parent and Peer Attachment: IPPA)를 수정한 개정본(IPPA_R)중 부모애착척도로 측정된 점수를 의미하며 점수가 높을수록 애착정도가 높음을 의미한다.

2) 자기효능감

어떤 일을 수행할 때 필요한 동기, 인지적 원천, 행동의 방향을 이끌 수 있는 개인의 능력에 대한 판단(Bandura, 1977)으로, 본 연구에서는 Sherer 등(1982)이 개발한 자기효능감 척도로 측정된 점수를 의미하며, 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다.

3) 대학생활 적응

대학생들이 대학이라는 환경 속에 생활하면서 학업, 대인관계 및 정서적 측면에서 대학생활의 요구에 대처하는 적절한 반응(Cho, 2000)으로, 본 연구에서는 Baker와 Siryk(1984)가 개발한 대학생활 적응척도

(Student adaptation to College Questionnaire: SACQ)를 이용하여 측정된 점수를 의미하며, 점수가 높을수록 대학생활 적응의 정도가 높음을 의미한다.

II. 연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 대학생의 애착이 자기효능감 및 대학생활 적응에 미치는 영향을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상

본 연구는 B시에 소재한 I대학 간호학과에 재학 중인 여대생 전수 중 연구의 목적을 이해하고 참여를 수락한 여대생 271명을 임의 표출하여 본 연구의 대상으로 선정하였다.

3. 연구도구

1) 애착

애착 측정도구는 Armsden과 Greenberg(1987)가 개발한 부모 및 또래애착척도(Inventory of Parent and Peer Attachment(PPA)를 수정한 개정본(PPA_R)중 부모애착정도를 측정하는 부모애착척도를 Ok(1998)이 번안한 도구를 활용하였다. 부, 모의 애착척도는 상호신뢰, 의사소통의 질, 소외의 3개 하위차원으로 구성되어 있으며, 각각 25문항으로 상호신뢰 차원이 10문항, 의사소통의 질 차원이 9문항, 소외차원이 6문항으로 구성되어 있다. 문항내용은 동일하며 '결코 그렇지 않다'의 1점에서 '항상 그렇다' 5점으로 표기하는 5점 평정척도로 점수가 높을수록 애착정도가 높음을 의미한다. 각 척도별 역문항은 역환산하였다. Armsden과 Greenberg(1987)의 연구에서는 각 척도의 내적합치도는 부애착 척도 .89, 모애착 척도 .87이었으며, Ok(1998)의 연구에서는 부애착 척도 .93, 모애착 척도 .92였다. 본 연구에서는 부애착 척도는 .93였으며, 모애착 척도는 .90였다.

2) 자기효능감

자기효능감 측정도구는 Sherer 등(1982)이 개발한 자기효능감 척도를 Kim(1995)이 번안한 도구를 활용하였다. 이 도구는 과제성취 효능감 8문항, 대인관계 효능감 5문항 등 총 13문항으로 '결코 그렇지 않다'의 1점에서 '항상 그렇다'의 5점으로 표기하는 5점 평정척도로, 점수가 높을수록 자기효능감이 높음을 의미한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도는 과제 성취효능감이 Cronbach's α =.81였으며, 대인관계 효능감은 Cronbach's α =.71였다.

3) 대학생활 적응

대학생활 적응 측정도구는 Baker와 Siryk(1984)가 개발한 대학생활 적응척도(Student adaptation to College Questionnaire: SACQ)를 Kim(1992)이 번안한 도구를 활용하였다. 총 67문항 중 기숙사나 하숙을 하는 경우에만 해당되는 3문항을 제외하여, 학업적 적응 24문항, 사회적 적응 12문항, 개인-정서적 적응 15문항, 대학환경에의 적응 13문항 등 총 64문항으로 구성되었다. '전혀 그렇지 않다'의 1점에서, '매우 그렇다' 9점의 9점 평정척도로, 점수가 높을수록 대학생활 적응 및 각 하부영역의 적응정도가 높음을 의미한다. 본 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's α =.79였으며, 하부영역 각각의 신뢰도는 학업적 적응이 .75, 사회적 적응 .73, 개인-정서적 적응 .78, 대학환경에의 적응 .76였다.

4. 자료수집 및 절차

본 연구의 자료수집기간은 2005년 5월 20일부터 6월 12일까지였으며, 자료수집 방법은 연구자가 직접 강의실을 방문하여 간호학과 여대생들에게 연구의 목적을 설명하고 질문지에 직접 응답하도록 한 후 회수하였다. 배부한 질문지는 277부중 부적절하게 기재된 6부를 제외한 271부를 최종분석에 사용하였다.

5. 자료분석

수집된 자료는 SPSS WIN 10.0을 이용하여 전산 통계 처리하였으며, 분석방법은 다음과 같다.

- 1) 대상자의 일반적 특성, 애착, 자기효능감 및 대학생활 적응정도는 기술적 통계방법을 이용하였다.
- 2) 대상자의 일반적 특성에 따른 부, 모애착, 자기효능감, 대학생활 적응정도는 t-test, ANOVA 및 Duncan다중비교 검증법을 이용하였다.
- 3) 대상자의 애착이 자기효능감 및 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보기 위하여 단순회귀분석을 실시하였다.

6. 연구의 제한점

본 연구는 일 지역의 일개 학교 간호학과에 재학 중인 여대생을 대상으로 하였기에 그 결과를 해석함에 있어서 우리나라 전체 여대생 또는 대학생을 대표할 수 없으므로 신중해야 한다.

III. 연구 결과

1. 대상자의 일반적 특성

본 연구 대상자의 일반적 특성을 보면, 대상자의 연령은 21-22세가 47.6%(129명)으로 가장 많았으며, 23세 이상이 33.9%(92명), 20세 이하가 18.5%(50명)순이었다. 학년은 2학년이 26.9%(73명), 3학년이 26.2%(71명) 순이었으며, 부모와 동거하는지에 대해 '예'가 53.1%(144명)이었으며, 자취나 하숙 등으로 부모와 별거하는 경우는 46.9%(127명)이었다. 부모 생존 여부는 양친이 모두 생존하는 경우가 93.4%(253명)으로 대부분이었으며, 경제상태는 평균 201.7만원으로 151-250만원이 53.4%(150명)으로 가장

많았다.

2. 대상자의 애착, 자기효능감 및 대학생활 적응도

대상자의 애착, 자기효능감 및 대학생활 적응정도를 보면 <Table 1>과 같다.

대상자의 부애착 정도는 5점 만점에 평균평점 3.46점, 모애착정도는 5점 만점에 평균평점 3.74점으로 높았다. 자기효능감 정도는 5점 만점에 평균평점 3.10점으로 평균수준이었으며, 각 하위변인별로는 과제성취 효능감이 평균평점 3.25점이었으며, 대인관계 효능감이 평균평점 2.58점이었다. 대학생활 적응정도는 9점 만점에 평균평점이 5.08점으로 평균수준이었으며, 각 하위변인별로는 가장 높은 적응수준을 보이고 있는 것은 사회적 적응으로 평균평점이 5.50이었으며, 가장 낮은 적응수준을 보인 변인은 대학환경에의 적응으로 평균평점이 3.12점이었다. 한편, 대상자의 일반적 특성에 따른 애착, 자기효능감 및 대학생활 적응정도는 <Table 2>, <Table 3>와 같다.

대상자의 일반적 특성에 따른 애착 정도를 분석한 결과, 부애착정도는 부모동거여부($t=-2.76, p<.01$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉 부모와 동거하는 경우 별거하는 경우보다 부애착정도가 높은 것으로 나타났다. 모애착정도는 학년($F=3.62, p<.05$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉 4학년이 3학년보다 모애착정도가 높은 것으로 나타났다. 대상자의 일반적 특성에 따른 자기효능감 정도 및 그 하부영역별 정도를 분석한 결과, 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 한

<Table 1> Attachment, self-efficacy and adjustment to college life of subjects

	Mean(SD)	Minimum	Maximum
Paternal attachment	3.46(0.67)	1.32	4.92
Maternal attachment	3.74(0.63)	2.04	5.56
Self-efficacy	3.10(0.47)	1.67	4.33
Subject achieving efficacy	3.25(0.63)	1.43	5.00
Interpersonal efficacy	2.58(0.87)	1.00	4.50
Adjustment to college	5.08(0.73)	3.15	7.52
Academic adjustment	5.01(1.10)	1.60	7.90
Social adjustment	5.50(1.11)	2.38	9.00
Personal-emotional adjustment	5.17(1.13)	2.33	8.33
Institutional adjustment	3.12(1.68)	1.00	8.00

<Table 2> Attachment and self-efficacy according to general characteristics (N=271)

Variables	Categories	Paternal attachment		Maternal attachment		Self-efficacy		Subject achieving efficacy		Interpersonal efficacy	
		M(SD)	t or F	M(SD)	t or F	M(SD)	t or F	M(SD)	t or F	M(SD)	t or F
Age (years)	≤20	3.54(0.67)	0.47	3.83(0.59)	1.97	3.19(0.51)	1.02	3.40(0.68)	1.64	2.46(0.89)	0.63
	21-22	3.43(0.61)		3.66(0.61)		3.09(0.46)		3.22(0.62)		2.62(0.85)	
	≥23	3.46(0.76)		3.81(0.67)		3.08(0.47)		3.22(0.61)		2.59(0.90)	
Grade	1	3.55(0.66)	1.81	3.82(0.62)	3.62*	3.22(0.52)	1.88	3.42(0.71)	1.87	2.55(0.91)	0.08
	2	3.45(0.60)		3.70(0.57)	b>a	3.11(0.43)		3.25(0.56)		2.62(0.82)	
	3	3.32(0.65)		3.91(0.63)a		3.03(0.49)		3.16(0.64)		2.58(0.90)	
	4	3.55(0.77)		3.91(0.66)b		3.06(0.45)		3.21(0.60)		2.56(0.88)	
Living together	with family	3.18(0.69)	-2.76*	3.68(0.64)	-1.79	3.05(0.48)	-1.85	3.18(0.63)	-1.87	2.59(0.91)	0.21
	without family	3.34(0.64)		3.82(0.61)		3.16(0.46)		3.33(0.63)		2.57(0.83)	
Parents	alive	3.47(0.67)	0.43	3.74(0.62)	-0.35	3.10(0.48)	-0.38	3.25(0.63)	-0.25	2.57(0.87)	-0.27
	divorce or widow	3.38(0.70)		3.80(0.81)		3.14(0.44)		3.29(0.74)		2.63(0.82)	
Economic status (10,000 won)	≤150	3.34(0.69)	0.62	3.68(0.68)	0.25	3.01(0.52)	0.97	3.09(0.71)	1.43	2.75(0.82)	2.12
	151-250	3.47(0.67)		3.75(0.62)		3.13(0.43)		3.30(0.57)		2.53(0.90)	
	251-350	3.51(0.68)		3.74(0.61)		3.06(0.46)		3.25(0.66)		2.41(0.84)	
	≥351	3.54(0.67)				3.16(0.60)		3.25(0.72)		2.83(0.83)	

* p<.05 ** p<.01

<Table 3> Adjustment to college life according to general characteristics (N=271)

Variables	Categories	Adjustment to college life		Academic adjustment		Social adjustment		Personal-emotional adjustment		Institutional adjustment	
		M(SD)	t or F	M(SD)	t or F	M(SD)	t or F	M(SD)	t or F	M(SD)	t or F
Age (years)	≤20	5.08(0.77)	0.53	4.97(1.19)	0.43	5.68(1.20)	0.63	5.11(1.27)	0.54	2.84(1.57)	1.67
	21-22	5.12(0.71)		5.07(1.00)		5.46(1.04)		5.25(1.08)		3.30(1.61)	
	≥23	5.02(0.74)		4.94(1.20)		5.46(1.15)		5.10(1.12)		3.01(1.82)	
Grade	1	5.00(0.78)b	3.67*	4.80(1.26)	2.37	5.58(1.33)	1.10	5.07(1.26)	3.45*	2.85(1.72)	1.84
	2	5.26(0.75)b	b>a	5.17(1.09)		5.65(0.99)		5.39(1.13)	b>a	3.39(1.67)	
	3	5.15(0.89)b		5.18(0.92)		5.36(1.05)		5.34(1.06)b		3.29(1.63)	
	4	4.88(0.66)		4.84(1.12)		5.41(1.08)		4.86(1.01)a		2.87(1.69)	
Living together	with family	5.10(0.74)	0.52	5.01(1.12)	0.04	5.47(1.11)	-0.42	5.24(1.21)	0.98	3.14(1.64)	0.24
	without family	5.05(0.72)		5.01(1.09)		5.53(1.11)		5.10(1.03)		3.09(1.74)	
Parents	alive	5.07(0.71)	-0.76	5.00(1.09)	-0.40	5.47(1.08)	-1.65	5.17(1.12)	0.02	3.13(1.69)	0.50
	divorce or widow	5.21(0.93)		5.11(1.33)		5.92(1.38)		5.17(1.29)		2.92(1.69)	
Economic status (10,000 won)	≤150	5.17(0.88)	0.49	5.21(1.22)	0.92	5.64(1.00)	0.83	5.17(1.20)	0.06	2.92(1.77)	0.30
	151-250	5.05(0.69)		5.00(1.02)		5.43(1.06)		5.18(1.11)		3.19(1.65)	
	251-350	5.12(0.73)		4.94(1.16)		5.65(1.21)		5.12(1.11)		3.11(1.75)	
	≥351	5.00(0.70)		4.80(1.21)		5.37(1.36)		5.23(1.17)		3.03(1.64)	

* p<.05

편, 대상자의 일반적 특성에 따른 대학생활 적응정도를 분석한 결과, 학년(F=3.67, p<.05)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 즉 2학년이 4학년보다 대학생활 적응정도가 높은 것으로 나타났다. 하위영역별로는 개인-정서적 적응에서만 학년(F=3.45, p<.05)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타나, 3학년이 4학년에 비해 개인-정서적 적응정도가 높은 것으로 나타났다.

3. 애착에 따른 자기효능감의 변화

애착에 따른 자기효능감의 변화를 알아보기 위하여, 부, 모애착을 각각 독립변수로 하고 자기효능감을 종속변수로 한 단순회귀분석을 실시한 결과는 <Table 4>와 같다. 단순 회귀분석결과, 부애착은 자기효능감에 대한 설명량이 .022로 유의하게 나타났으며(F=5.899, p<.05), 모애착은 자기효능감에 대한 설명량이 .013이었으나 통계적으로 유의하지 않았다(F=

3.454, $p > .05$).

4. 애착에 따른 대학생활 적응의 변화

애착에 따른 대학생활 적응 및 그 하위요인의 변화를 알아보기 위하여 부, 모 애착을 각각 독립변수로 하고 대학생활 적응 및 그 하위요인을 종속변수로 한 단순 회귀분석을 실시한 결과는 <Table 5>와 같다.

단순 회귀분석 결과, 부 애착은 대학생활 적응에 대한 설명량이 .010으로 유의하게 나타났으며($F=2.631$, $p < .05$), 모 애착은 대학생활 적응에 대한 설명량이 .024로 유의하게 나타났으며($F=6.626$, $p < .05$).

한편, 애착이 대학생활 적응의 하위요인에 미치는 영향의 단순 회귀분석결과, 부애착은 학업적 적응에 대한 설명량이 .023으로 유의하게 나타났으며($F=5.993$, $p < .05$), 모애착은 학업적 적응에 대한 설명량이 .024로 유의하게 나타났으며($F=6.626$, $p < .05$). 사회적 적응에 대한 부애착의 설명량은 .041로 유의하게 나타났으며($F=10.985$, $p < .01$), 사회적 적응에 대한 모애착의 설명량은 .021로 유의하게 나타났으며($F=5.766$, $p < .05$). 개인-정서적 적응에 대한 부애착의

설명량은 .040으로 유의하게 나타났으며($F=10.727$, $p < .05$), 개인-정서적 적응에 대한 모애착의 설명량은 .030으로 유의하게 나타났으며($F=10.927$, $p < .01$). 대학환경에의 적응에 대한 부애착의 설명량은 .010으로 통계적으로 유의하지 않았으며, 대학환경에의 적응에 대한 모애착의 설명량은 .030으로 유의하게 나타났으며($F=10.954$, $p < .01$).

5. 자기효능감에 따른 대학생활 적응의 변화

자기효능감에 따른 대학생활 적응의 변화를 알아보기 위하여 자기효능감을 독립변수로 하고 대학생활 적응 및 그 하위요인을 종속변수로 한 단순 회귀분석을 실시한 결과는 <Table 5>과 같다.

단순 회귀분석 결과, 자기효능감에 따른 대학생활 적응에 대한 설명량은 .022로 유의하게 나타났으며($F=5.993$, $p < .05$). 학업적 적응에 대한 자기효능감의 설명량은 .083으로 유의하게 나타났으며($F=48.169$, $p < .001$). 또한, 사회적 적응에 대한 자기효능감의 설명량은 .066으로 유의하게 나타났으며($F=16.031$, $p < .001$), 개인-정서적 적응에 대한 자기효능

<Table 4> Self-efficacy according to attachment

(N=271)

Variables	B	β	t	R ²	F
Paternal attachment	.105	.150	2.42	.022	5.899*
Maternal attachment	8.540E-02	.113	1.858	.013	3.454

* $p < .05$

<Table 5> adjustment to college life according to attachment and self-efficacy

(N=271)

Variables	B	β	t	R ²	F	
Adjustment to college life	Paternal attachment	-.107	-.100	-1.622	.010	2.631*
	Maternal attachment	-.179	-.155	-2.550	.024	6.551*
	Self-efficacy	-.227	-.148	-2.448	.022	5.993*
Academic adjustment	Paternal attachment	-.244	-.151	-2.448	.023	5.993*
	Maternal attachment	-.271	-.156	-2.574	.024	6.626*
	Self-efficacy	-.584	-.252	-4.262	.083	48.169***
Social adjustment	Paternal attachment	.331	.202	3.314	.041	10.985**
	Maternal attachment	.254	.145	2.401	.021	5.766*
	Self-efficacy	.553	.237	4.004	.056	16.031***
Personal-emotional adjustment	Paternal attachment	.330	.200	3.275	.040	10.727*
	Maternal attachment	.355	.108	3.306	.030	10.927**
	Self-efficacy	.318	-.134	-2.218	.018	4.921*
Institutional adjustment	Paternal attachment	4.6E-02	-.019	-.299	.010	.766
	Maternal attachment	0.530	-.199	-3.310	.030	10.954**
	Self-efficacy	-.539	-.152	-2.528	.023	6.389*

* $p < .05$ ** $p < .01$

감의 설명량은 .018로 유의하게 나타났다($F=4.921$, $p<.05$). 대학환경에의 적응에 대한 자기효능감의 설명량은 .023으로 유의하게 나타났다($F=6.389$, $p<.05$).

IV. 논 의

본 연구는 대학생의 부모에 대한 애착이 이들의 자기효능감 및 대학생활 적응에 미치는 영향력을 알아보았다. 본 연구에서 얻어진 결과를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

대상자의 부모에 대한 애착정도는 평균평점 3.60점으로 부애착정도가 평균평점 3.46점, 모애착정도가 평균평점 3.74점이었는데, 이는 대학생을 대상으로 한 Cho(2000)의 연구에서 3.66점으로 나타난 결과와 유사하지만 대학생을 대상으로 한 Choi(2001)의 연구에서 3.81점으로 나온 결과보다는 낮은 것이라 할 수 있다. 또한, 청소년을 대상으로 한 Jee(2001)의 연구에서 3.48점으로 나타난 결과와 비교할 때, 대학생이 청소년 보다는 부모애착 정도가 높음을 알 수 있다.

대상자의 자기효능감 정도는 평균평점 3.10점으로 나타났는데, 이는 대학생을 대상으로 한 Lee(2002)의 연구에서 3.44점과 Choi(2001)의 연구에서 3.79점으로 나타난 결과보다는 낮은 수준이라 할 수 있다.

초기 자기효능감 경험은 가족으로 얻어지며, 부모와의 관계는 자녀가 경험하는 새로운 환경에 효과적으로 대처하며 자기효능감을 발달시켜 나갈 수 있는 성취경험, 대리경험, 언어적 설득, 생리적 상태에 영향을 미치며 자녀의 부모와 가족과의 관계에서 이러한 자기효능감을 습득하고 발달시켜 나간다(Bandura, 1977). 따라서, 본 연구대상자의 자기효능감 수준이 낮게 나타난 결과는 연구대상자의 46.9%가 자취나 하숙 등으로 부모와 떨어져 살고 있어 부모와 가족과의 관계를 통해 자기효능감을 발달시킬 기회가 적기 때문으로 사료되며, 타 학과에 비해 파중한 교과과정을 운영해야 하는 학과의 특성에도 관련이 있을 것으로 보인다.

한편, 대학생활 적응정도는 평균 평점이 5.08점으로 나타났는데, 이는 대학생을 대상으로 한 Choi(2001)의 연구에서의 5.34점, Lee(2002)의 연구에서 5.16점보다 다소 낮은 결과로 임상실습과 강의실 수업을 병행해야 하는 학과의 특성과 자기효능감이 낮

은 것과 관련된다고 할 수 있다.

Silverthorn과 Gekoski(1995)는 신입생을 대상으로 자기효능감과 대학생활 적응의 관계를 연구한 결과, 자기효능감은 대학생활의 적응과 관련이 있다고 하였으며, Chartrand 등(1992)은 자기효능감이 직업선택과 학업적 적응간의 관계를 연구한 결과에서, 자기효능감은 학업적 적응의 예언변인이라고 하였다.

대상자의 일반적 특성에 따른 부모애착 정도를 분석한 결과, 부애착은 부모와 동거하는 경우 별거하는 경우보다 부애착 정도가 높았으며, 모애착은 4학년이 3학년에 비해 높게 나타났는데, 이는 대학생을 대상으로 한 Choi(2000)의 연구에서 부애착이 3학년이 4학년에 비해 높게 나타났고, 모애착은 학년에 따라 차이가 없는 것으로 나타난 결과와 Lapsley 등(1990)의 연구에서 부모에 대한 애착정도는 1학년과 상급학년 간에 차이가 나지 않는다는 연구결과와 다소 상이한 것이라 할 수 있다. 그러나, 청소년을 대상으로 한 Kim(1995)과 Ok(1998)의 연구에서 부모에 대한 애착정도는 학년에 따라 차이가 있다고 보고한 결과와는 부분적으로 일치하는 결과로서, 이러한 결과의 차이가 대상자의 특성 때문인지에 대해서는 계속적인 연구를 통해 규명해 볼 필요가 있다.

한편, 일반적 특성에 따른 대학생활 적응정도를 분석한 결과, 4학년이 다른 학년에 비해 대학생활 적응수준이 낮게 나타났는데, 이는 대학생을 대상으로 한 Cho(2000)의 연구에서 4학년이 다른 학년에 비해 대학생활 적응수준이 높게 나타난 결과와 상이한 결과이지만, 대학생을 대상으로 한 Choi(2001)의 연구에서 4학년이 다른 학년에 비해 대학생활 적응수준이 낮다고 보고한 연구결과와는 일치하는 것이라 할 수 있다. 이러한 결과는 본 연구의 대상자가 간호학과에 재학 중인 학생으로 4학년의 경우 국가고시에 대한 부담감과 취업에 대한 부담감이 가중되어 다른 학년에 비해 대학생활 적응수준이 낮은 것으로 사료된다.

대학생활 적응여부는 학업적인 적응과 대인관계에 있어서의 적응에 의해 결정된다. 학업적인 적응은 성적, 학점관리가 취업과 연관되어 있고, 학업의 결과는 자신감이나 긍정적 자개념에 영향을 미치게 된다(Choi, 2001). 따라서, 4학년인 경우 학업적 수행과 관련된 부정적인 경험으로 인해 다른 학년에 비해 대

학생생활 적응정도가 낮은 것으로 사료되나, 이와 관련된 연구가 많지 않은 상황에서 연구결과들의 불일치에 대한 철저한 규명을 위해서는 반복적인 연구의 필요성이 대두된다고 할 수 있다.

대학생활 적응의 하부영역인 개인-정서적 적응에서 일반적 특성에 따른 차이를 검증한 결과, 4학년이 다른 학년에 비해 적응수준이 낮게 나타났는데, 이는 우리나라 대학생들의 60%가 고독감을 느끼는 등 대학생들의 심리상태가 불안정한 것(Choi, 1999)과 대상자가 소속되어 있는 학과의 특성과 관련이 있다고 사료된다.

개인-정서적 적응문제는 전반적인 심리적 고통, 불안, 낮은 자존감, 우울 등으로 나타나며, 특히 불안은 학생들이 학교를 그만두는 요인이 되기도 한다(Gerdes & Mallinckrodt, 1994).

애착이 자기효능감에 미치는 영향을 알아보기 위하여 단순 회귀분석을 실시한 결과, 부애착이 자기효능감에 영향을 미치는 것으로 나타났으며 설명량은 0.22였다. 이는 청소년을 대상으로 한 Jee(2001)의 연구에서 부모애착이 자기효능감에 의미있는 영향을 미친다는 결과와 부분적으로 일치하는 것이라 할 수 있다.

Ryan 등(1996)은 부모에 대한 애착이 직업탐색 자기효능감에 영향을 미친다고 하였으며, Hortassu(1994)는 터키아동을 대상으로 한 연구에서 애착의 질은 자기효능감의 중요한 예언자라고 하였다.

애착이 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보기 위하여 애착을 각기 단순 회귀분석을 실시한 결과, 부, 모애착은 각기 대학생활 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 부애착의 경우 학업적 적응, 사회적 적응, 개인-정서적 적응에서, 모애착의 경우에는 대학환경에의 적응을 포함한 4가지 적응영역에서 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한, 대학생활 적응의 하위요인에서는 전체 대학생활 적응은 모애착이 부애착보다 더 큰 영향을 미치지만, 적응의 하위영역에서는 부애착이 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 모애착이 또래애착보다 대학생활 적응에 더 큰 영향을 미친다고 보고한 Choi(2001)의 연구결과와 같은 맥락을 보이지만, 모애착이 더 큰 영향을 미치는 것으로 보고한 Lapsley 등(1990)의 연구결과와는 상이한 결과이다. 모애착과 또래애착을 비교한 Choi(2001)의 연

구에서 대학생활 적응의 하부영역에서 모애착이 또래 애착보다 대학생활 적응에 더 큰 영향을 미친다고 하여 같은 척도를 사용했음에도 불구하고 이러한 차이가 나타난 결과에 대해 동양과 서양의 문화적 차이인지, 아니면 학과의 특성인지를 규명할 필요가 있으며, Choi(2001)의 연구결과는 모애착만을 사용한 결과이므로 향후 연구에서는 부모 및 또래애착 척도를 모두 사용한 반복연구를 통해 우리나라 대학생들의 대학생활 적응에 애착 중에서 어떠한 애착이 더 영향력이 있는지를 반드시 규명할 필요가 있다.

또한, 자기효능감이 대학생활 적응에 미치는 영향을 알아보기 위하여 단순 회귀분석을 실시한 결과, 자기효능감이 전체 대학생활 적응은 물론 대학생활 적응 하위요인인 4가지 적응 모두에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 특히 자기효능감이 학업적 적응에 8%의 영향을 미쳐 다른 하위 영역의 적응보다 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대학생을 대상으로 한 Choi(2002)의 연구결과와 일치하는 것이며, Chartrand 등(1992)의 연구에서 자기효능감은 직업 선택과 학업적 적응의 주요 예언변인이라고 주장한 것과 같은 맥락이라 할 수 있다.

Solberg(1993)는 히스패닉 대학생을 대상으로 자기효능감과 대학생활 적응과의 관계 연구에서, 자기효능감은 대학생활 적응에 중요한 결정 요소라고 하였다.

이상의 결과를 볼 때, 우리나라 대학생들이 자신이 처한 대학생활에 잘 적응하기 위해서는 무엇보다 부모 애착이 긍정적이어야 하며, 이들의 성공적인 대학생활 적응을 도와주기 위해서는 대학생들의 자기효능감을 높여 주는 것이 중요함을 알 수 있었다. 그러나, 본 연구는 물론 선행연구들에서 대학생활 적응에 영향을 미치는 애착변인에서 상이한 차이를 나타내고 있어 이러한 차이가 학과의 특성과 관련이 있는지 추후 연구를 통한 철저한 규명이 필요할 것으로 보인다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 대학생들의 성공적인 대학생활 적응을 돕기 위해 대학생들의 애착이 자기효능감 및 대학생활 적응에 어떠한 영향을 미치는가를 규명하고자 시도되었다.

연구대상자인 간호학과에 재학 중인 대학생 271명에게 연구의 목적을 설명한 후 질문지에 직접 응답하도록 한 후 회수하였다. 연구도구는 부모애착 측정도구, 자기효능감 측정도구, 대학생활 적응 측정도구 및 대상자의 일반적 특성에 관한 문항을 활용하였고, 수집된 자료는 SPSS WIN 10.0을 이용하여 서술적 통계와 단순회귀 분석을 실시하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다.

1. 대상자의 부애착정도는 평균평점 3.46점, 모애착정도는 평균평점 3.74점으로 높게 나타났다. 자기효능감 정도는 평균평점 3.10점으로 평균정도를 나타냈으며, 각 하위변인별로는 과제성취 효능감이 평균평점 3.25점이었으며, 대인관계 효능감이 평균평점 2.58점으로 나타났다. 대학생활 적응정도는 평균평점이 5.08점으로 평균정도를 나타냈으며, 각 하위변인별로는 가장 높은 적응수준을 보이고 있는 것은 사회적 적응으로 평균평점이 5.50이었으며, 가장 낮은 적응수준을 보인 변인은 대학환경에의 적응으로 평균평점이 3.12점으로 나타났다.
2. 대상자의 일반적 특성에 따른 부애착 정도는 부모동거여부($p < .01$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 모애착 정도는 학년($p < .05$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 또한, 대상자의 일반적 특성에 따른 대학생활 적응정도를 분석한 결과, 학년($p < .05$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 하위영역별로는 개인-정서적 적응에서만 학년($p < .05$)에 따라 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다.
3. 애착에 따른 자기효능감의 변화에서 부애착은 자기효능감에 대한 설명량이 .022로 유의하게 나타났다($p < .05$).
4. 애착에 따른 대학생활 적응의 변화에서, 부 애착은 대학생활 적응에 대한 설명량이 .010으로 유의하게 나타났으며($p < .05$), 모 애착은 대학생활 적응에 대한 설명량이 .024로 유의하게 나타났다($p > .05$). 각 하위영역에서는 부애착은 학업적 적응, 사회적 적응, 개인-정서적 적응의 세 영역에서 유의한 영향을 주는 것으로 나타났으며, 모애착은 네가지 적응 모두에서 유의한 영향을 나타냈다.

5. 자기효능감에 따른 대학생활 적응의 변화에서, 자기효능감은 전체 대학생활 적응 및 하부 영역 모두에서 유의한 영향을 주는 것으로 나타났으며, 특히 학업적 적응에 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

이상의 간호대학생을 대상으로 한 결과를 볼 때, 애착이 대학생활 적응과 밀접한 관계를 가지고 있으므로 간호대학생의 부적응을 돕기 위한 상담이나 학교생활 지도에서 이에 대한 중요성을 인식하고 필요 시 가정과 연계하여 지도해야 할 것이다. 또한, 자기효능감도 대학생활 적응과 밀접한 관계가 있으므로 대학생활 적응을 돕는 방안으로서 학과 특성에 맞는 자기효능감 증진 프로그램을 개발하여 활용해야 하며, 간호대학생들의 자기효능감을 높여 자발적인 적응을 높일 수 있는 지지적 방법이 바람직 할 것으로 본다.

이상의 결과를 토대로 다음과 같이 제안하고자 한다.

1. 대학생들이 자신이 직면한 대학생활에 잘 적응하기 위해서는 긍정적인 부모와의 애착관계가 중요하므로, 간호대학생들이 부모와의 애착관계를 증진시킬 수 있는 방안이 모색되어야 할 필요가 있다.
2. 애착이 대학생활 적응에 영향을 미치는 연구결과에 대해 상이한 차이를 보였으며, 특히 간호대학생을 대상으로 한 연구가 거의 이루어지지 않았으므로 이들 간의 관계를 규명하기 위한 반복연구가 필요하다고 본다.
3. 대학생들의 대학생활 적응을 도와주기 위해서는 자기효능감이 주요변인으로 밝혀졌으므로, 간호대학생들의 자기효능감을 높일 수 있는 다양한 프로그램의 개발 및 적용이 필요하다.

참 고 문 헌

- Ainsworth, M. D. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 705-716.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and attachment : Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *J Youth Adolesc*, 16, 427-454.

- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *J Couns Psychol*, 31, 179-189.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy : toward a unifying theory of behavioral change. *Psychol Rev*, 84, 191-215.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *Inter J Psychoanalysis*, 84, 350-373.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base*. New York : Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment loss*. New York : Basic Books.
- Chartrand, J. M., Camp, C. C., & Mcfadden, K. L. (1992). Predicting academic adjustment and career indecision : A comparison of self-efficacy, interest congruence, and commitment. *J College Stud Dev*, 33, 293-300.
- Cho, Soo Jin (2000). *The relationship between attachment to parents and adjustment to college*. Unpublished master's thesis, Donga University, Busan.
- Choi, Son Mi (1999). *The relative study on adjustment to college and psychological status of university students in Korea and China*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- Choi, Eun Sil (2001). *The relationship between attachment security and adjustment to college-focusing on the mediating effect of general self-efficacy*. Unpublished master's thesis, Ewha Woman University, Seoul.
- Cicirelli, V. (1983). Adult children's attachment and helping behavior to elderly parents : A path model. *J Marriage Fam*, 45, 101-149.
- Coopersmith, S. (1967). *The adolescents of self-esteem*. San Francisco : W.H. Freeman and Co.
- Gerdes, H., & Mallinkrodt, B. (1994). Emotional, social and academic adjustment of college students : A longitudinal study of retention. *J Couns Dev*, 72, 281-288.
- Hortacsu, N. (1994). Parent's education level, popularity, individual cognitions, and academic performance : An investigation with Turkish Children. *J Genet Psychol*, 155, 179-189.
- Jee, Soo Kyung (2001). *A study of relationship between adolescents' attachment, self-efficacy and adaptation to school life*. Unpublished master's thesis, Sogang University, Seoul.
- Kim, Byung Chan (1995). *The study on self-efficacy and academic adjustment*. Unpublished master's thesis, Hankuk University of Foreign Students, Seoul.
- Kim, Eun Jung (1992). Academic adjustment and emotional adjustment of university students. *Younsei Counsel*, 8, 85-114.
- Kim, Ji Yeon (1995). *The relationship between attachment and self-esteem*. Unpublished master's thesis, Sookmyung University, Seoul.
- Lee, Yoon Jo (2002). *The relationship among narcissistic personality, self-efficacy, and adaptation to college life*. Unpublished master's thesis, Hongik University, Seoul.
- Lapsley, D. K., Rice, K. G., & FitzGerald, D. P. (1990). Adolescent attachment, identify and adjustment to college : Implications for the continuity of adaptation hypothesis. *J Couns Dev*, 68, 561-565.
- Pallatino, D. E., & Blustein, D. C. (1994). Role of adolescent-parent relationship in college student development and adjustment. *J Couns Psychol*, 41(2), 248-258.
- Ok, Jung (1998). *The relationship between*

- attachment and depression*. Unpublished master's thesis, Ewha Womans University, Seoul.
- Rice, K. G., FitzGerald, D. P., Whaley, T. J., & Gibbs, C. L. (1995). Cross-sectional and longitudinal examination of attachment, separation-individuation, and college student adjustment. *J Couns Dev*, 73, 463-474.
- Ryan, N. E., Solberg, V. S., & Brown, S. D. (1996). Family function, parental attachment, and career search self-efficacy among college students. *J Couns Psychol*, 43, 84-89.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., & Jacobs, B. (1982). The self-efficacy scale : construction and Validation. *Psychol Rep*, 51, 663-671.
- Silverthorn, N. A., & Gekoski, W. L. (1995). Social desirability effects on measures of adjustment to university, independence from parents, and self-efficacy. *J Clin Psychol*, 51, 244-251.
- Solberg, V. S. (1993). Self-efficacy and Hispanic college Student : Validation of the College Self-Efficacy Instrument. *Hisp J Beh Scie*, 15, 80-95.
- Zhang, Z., & Richarde, R. S. (1999). Freshman Academic Achievement : A Structural Equation Model. *Am Edu Res Asso*, 4, 19-23.

ABSTRACT

A Study of the Relationship Between College Student's Attachment, Self-Efficacy and the Adjustment to College Life*

Sung, Mi Hae(Department of Nursing, Inje university)

Purpose: This study intends to clarify the relative importance and character of the college student's attachment to their parents. We examined the effect that the father and mother attachments have on their self-efficacy and adjustment to their college life. **Method:** The subjects were 271 students who attend a university. For this study, we used the inventory of the Parent Attachment-Revised version by Arnsden and Greenberg, a self-efficacy test by Sherer et al. and the investigation for adjustment to college life by Barker & Siryk. The data were analyzed by t-test, ANOVA, Duncan test and simple multiple regression analysis on an SPSS WIN 10.0 program. **Results:** There was a significant differences in the attachment to the father according to their grades and in the attachment to the mother according to their type of residence. There was a significant difference in the adjustment to their college life according to their grades. Regression analysis on attachment and self-efficacy suggested that attachment has an influence on self-efficacy. Regression analysis on attachment and adjustment to college life suggested that attachment has influence on the adjustment to college life. Attachment also has an influence on academic adjustment, social adjustment, personal-emotional adjustment and institutional adjustment on the subscale of adjustment to college life. Regression analysis on self-efficacy and adjustment to college life suggested that self-efficacy has an influence on adjustment to college life. Further, self-efficacy has an influence on academic adjustment, social adjustment, personal-emotional adjustment and institutional adjustment on the subscale of adjustment to college life. **Conclusion:** This study shows that there are relationships among attachment, self-efficacy and adjustment to college life. Especially, self-efficacy is a very important factor influencing the adjustment to college life. So, a plan designed to increase students' self-efficacy should be created based on the results of this study.

Key words : Attachment, Self-efficacy, Adjustment to college life

* This work was supported by the 2004 Inje University Research Grant.