애착이 대학생의 심리적 · 신체적 건강에 영향을 주는 매커니즘: 과정적 요인으로서 자아존중감, 외로움과 생활만족도*

Attachment Differences in College Students' Psychological and Physical Wellbeing: Mediating Effects of Self-esteem, Loneliness, and Life Satisfaction*

동아대학교 가정관리학과
전임강사 전 효 정

Department of Home Economics, Dong-A University
Full-time Lecturer : Jeon, Hyo-Jeong

목 차

Ⅰ. 서론 및 문제제기
Ⅱ. 연구 방법
Ⅲ. 결과 및 해석
Ⅳ. 결론 및 논의
참고문헌

<Abstract>

The purpose of this study was to investigate college students' psychological and physical wellbeing, by examining their attachment, self-esteem, loneliness, and life satisfaction. The questionnaire study was conducted on 171 college students. The suggested path model was supported by serial regression analyses. Attachment experiences in childhood and attachment style with peer had an impact on the college students' self-esteem, which in turn affected loneliness and life satisfaction, which then affected individual health(psychological and physical wellbeing).

주제어(Key Words): 애착(attachment), 자아존중감(self-esteem), 외로움(loneliness), 생활만족도(life satisfaction), 건강(health)

Ⅰ. 서론 및 문제제기

대학생은 후기 청소년기로 성공적인 성인기를 맞이하기 위하여 부모로부터 심리적, 경제적 독립을 하기위한 준비기이다. 교육기간이 길어지고 취업난으로 인한 청년실업으로 사회진출에 소요되는 시간이 길어짐에 따라 상대적으로 청소년기가 길어지고, 이 시기의 적응의 중요성이 대두되고 있다. 최근 여러 연구자들이

Corresponding Author: Hyo-Jeong Jeon, Department of Home Economics, Dong-A University, Hadan 2- dong, Busan, 604-714 Korea
Tel: 82-51-200-7308 Fax: 82-51-200-7312 E-mail: hjeon@dau.ac.kr

* 이 논문은 2004학년도 동아대학교 학술연구비(신진과제)에 의하여 연구되었음.

Bowlby의 애착이론(1969, 1973, 1980)을 청소년기 및 성인기 대인관계의 역동성에 관한 연구에 적용하고 있다. 이러한 연구는 전생애적 관점에서 아동기 이후의 청소년기 및 성인기의 이해와 연구에 많은 도움이 되고 있으나, 대부분이 애착(애착유형)의 내적 실행모델(internal working model)에 있어서의 개인차와 이에 관련된 변인들을 조사하는데 그치고 있다. 본 연구는 청소년기에서 성인기로 전환되는 대학생들의 친밀한 관계 발달에 대해 애착이론을 적용하여 심리사회적 기능과 나아가 건강에 있어 애착의 차이를 알아보고자 하였다. 최근 생리심리학과 의학 등의 연구에서 심리적 문제가 신체적 건강에 영향을 준다는 보고들이 나오고 있다(Kiecolt-Glaser & Glaser, 2002: Krantz & McCeney, 2001). 즉 애착과 같은 성격적 특성이 외로움이나 사회적 지지의 인식에 영향을 주고, 이것이 면역체계(immune system)에 영향을 주어 신체적 건강에 영향을 준다고 하겠다. 이러한 가설을 바탕으로 본 연구는 대학생을 대상으로 아동기 부모와 애착과 현재 친구와의 애착이 대학생의 심리적 특성 및 생활만족도에 어떻게 영향을 주는지 살피고, 나아가 개인의 심리적 특성이 심리건강, 그리고 신체적 건강과 어떤 관계가 있는지 그 메커니즘을 밝히고자 하였다.

진화론적 관점에서 비롯된 Bowlby의 애착이론은 부모-자녀 관계뿐 아니라 인생전반에 걸쳐 널리 쓰일 수 있는 이론적 패러다임에도 불구하고, 최근에 와서야 몇몇 연구자에 의해 그 관심이 성인기까지 확장되었다(Hazan & Shaver, 1987; Shaver, Hazan, & Bradshaw, 1988). Hazan과 Shaver(1987, 1994)는 성인의 애정관계에서도 애착체계가 나타나고, 애착이 돌보기와 성적/재생산 행동체계와 상호작용 한다고 주장하였다. 성인-성인의 애착의 역동체계는 아동-양육대상자의 체계와 유사하다(Fraley, Davis, & Shaver, 1995; Simpson, Rholes, & Nelligan, 1992; Vormbrock, 1993; Weiss, 1991). 유아기에 부모와 형성한 애착이 이후의 모든 대인관계에 기저가 된다는 것은 다양한 연구에서 익히 알려진 사실이다(Ainsworth, 1978; Bowlby, 1988). 유아기에 형성된 애착유형은 감정적, 인지적, 그리고 행동적으로 상호 연관된 방법으로 전생애에 걸쳐 지속될 것이다. 그러나 Bowlby는 자신과 타인 혹은 자신과 사회생활에 대한 내적 실행모델에 있어서의 인지적 지속성을 강조하고 있다. 영아기 애착행동의 체제가 전생애에 걸쳐 지속되는 경향이 있다는 Bowlby의 주장은 다양한 종단적 연구와 회고적 면접 등에서 지지되고 있다(e. g., Dontas, Maratos, Fafoutis, & Karangelis, 1985; Eriker, Egeland, & Sroufe, 1992; Waters, Merrick, Treboux, Crowell, & Albersheim, 1995; Waters, Wippman, & Sroufe, 1979). 영아가 양육자와 관계에서 형성한 '내적 실행모델(internal working model)'은 부모-자녀 관계뿐만 아니라 이후의 사회관계에 지속적인 영향을 미친다(전효정, 이귀옥, 2002). 부모와 안정적 애착을 형성한 영유아는 또래관계가 더 활발하고 문제해결 상황에서도 더 성취 지향적인 경향을 보인다(Ainsworth et al., 1978; Cassidy, 1986; Denham et al., 1991; Main et al., 1985). 청소년기의 교우관계, 학업성취 등의 학교생활 적응에도 애착이 관계가 있는 것으로 보고되었다(유은희, 1993; Armsden & Greenberg, 1987). 나아가, 유아기 애착 경험은 성인기 직장생활, 부부관계 등의 적응에 중요한 영향이 있으며(Jeon, 1992; 전효정, 1996, 1998), 자녀 양육의 질의 결정적 요인으로 작용하고(전효정, 2003; Quinton, Rutter, & Liddle, 1984), 노인기의 생활만족과 외로움과도 관계가 있다고 보고되었다(신효식, 서병숙, 1991).

부모와의 애착관계의 중요성은 성인기로 넘어가는 과도기인 청소년 후기에 한 층 더 두드러진다(Ryan, Solberg, & Brown, 1996). 부모와의 안정적인 애착관계가 안정기저가 되어 영유아기 아동의 활발한 탐색을 격려하듯이 청소년 후기의 안정적인 애착관계에 대한 신념은 변화와 전환이 일어나는 이 시기의 다양한 도전에 대응할 수 있게 된다(Kenny, 1987). 실제로 부모와의 안정된 애착관계가 후기 청소년의 발달과 적응에 긍정적인 영향을 준다는 것이 다양한 연구들에 의해 보고되었다. 안정된 애착관계를 가진 대학생들은 자기주장을 할 수 있는 효과적인 인간관계를 맺으며(Kenny, 1987), 보다 높은 사회적 유능감을 보였으며(Mallinckrodt, 1992; Rice, Cunningham, & Young, 1997), 자아회복력이 높은 반면 불안감과 적대감은 낮았으며(Kobak & Sceery, 1988), 진로탐색에 있어 자아효능감이 높았

다(Ryan et al., 1996). Armsden과 Greenberg(1987)는 부모에 대한 애착이 자아존중감과 높은 상관이 있다고 보고하였고, Richman과 Flaherty(1987)도 부모와 안정적인 애착관계가 높은 자아존중감과 관련되어 있다고 하였다. 또한 McCormick과 Kennedy(1994)도 부모에 대한 애착의 안정성과 대학생의 자아존중감 사이에 높은 상관이 있음을 제안하였다. 또한 대학생의 대학적응도가 부모와의 애착과 관련이 있다는 결과도 있다(백지숙, 2000; Palladino & Blustein, 1994; Rice & Whaley, 1994). 그러므로 애착은 대학생의 다양한 사회적 적응과 관련이 있다고 하겠다.

발달 단계에 따라 애착대상은 부모에게서, 친구, 로맨틱 파트너/배우자 등으로 이동할 것이다. 애착대상과의 관계가 다른 관계와 비교하여 구별되는 애착관련 기능을 몇 가지 점에서 살펴볼 수 있다(Ainsworth, 1991; Hazan et al., 1991; Hazan & Shaver, 1994). 청소년기는 부모로부터는 심리적 독립 (detachment)이 일어나고, 친구에게는 애착형성이 완전히 되지 않은 불안정한 시기이므로, 발달단계 중 외로움지수가 가장 높은 시기이다. 외로움은 문화, 인종, 성, 계층, 연령에 관계없이 인간에게 존재하는 보편적인 경험으로, 일시적 또는 오랫동안 지속되면서 인간의 사고, 감정, 행동에 영향을 주는 복합정서이다. Rubenstein과 Shaver (1982)에 의하면, 대다수의 미국인은 때때로 외로움을 느끼고, 약 15%는 항상 느낀다고 보고하였다. 이러한 외로움, 즉 소속감의 결여에서 오는 정서적 단절감은 자기비하와 상실감, 절망의 상태에 이르게 하고 심지어 사회에서 심각한 부적응을 야기 시킬 수 있다. 이러한 가족의 의사소통 단절과 외로움에 의해 아동 및 청소년의 자살 등의 심각한 청소년 문제들이 대두되고 있다. 특히, 청소년기는 발달적 특성상 외로움이 가장 높은 시기로 이로 인하여 문제행동이 야기되기 쉽다. Brennan (1982)의 연구에서 미국 청소년의 20-50%가 외로움을 느낀다고 보고하였다. 몇몇 연구에서 청소년기가 외로움 지수가 가장 높은 집단으로 밝혀졌으나(도현심, 1996; 전효정, 이귀옥, 2000; Shaver, Furman & Buhrmester, 1985; Rubenstein & Shaver, 1982), 그 원인이나 기제에 관한 연구는 부재하다.

최근 대인관계의 질이 개인의 심리적 안정뿐 아니라 신체적 건강에 영향을 준다는 가설을 바탕으로 생리심리학과 의학 등의 연구에서 그 메커니즘을 설명하고 있다(Kiecolt-Glaser & Glaser, 2002; Krantz & McCeney, 2001). 주로 이러한 연구는 의학적 관점에서 접근하고 있어 개인의 심리적 측면을 제대로 측정하거나 파악하지 못하는 경향이 있다. 기존의 애착연구 결과와 최근의 의학연구들을 연결하면, 애착과 같은 성격적 특성이 외로움이나 사회적 지지의 인식에 영향을 주고, 이것이 면역체계(immune system)에 영향을 주어 신체적 건강에 영향을 준다고 하겠다. 개인의 심리적 특성과 신체적 건강의 관련성을 체계적으로 파악하는 연구는 부재한 실정이다.

그러므로, 본 연구는 대학생을 대상으로 아동기 부모와 애착이 친구와의 애착의 관련성을 살피고, 애착이 대학생의 심리적 · 신체적 건강에 어떻게 영향을 주는지 그 매커니즘을 밝히고자 한다. 이를 위하여 Bowlby의 애착이론을 토대로 아동기 부모와의 애착경험과 현재 친구와의 애착이 대학생의 자아존중감과 외로움에 영향을 주고 이것이 생활만족도에 영향을 주며, 이것이 다시 건강에 영향을 줄 것이라는 이론적 가설을 세우고 이를 검증하기 위하여 아래의 연구문제를 제기하였다.

〈연구문제 1〉 아동기 부모와 애착경험은 대학생의 친구와의 애착유형에 어떠한 관계가 있는가?

〈연구문제 2〉 애착유형에 따라 대학생의 자아존중감, 외로움, 생활만족도, 그리고 심리적 · 신체적 건강과는 어떤 관련이 있는가?

〈연구문제 3〉 애착이 자아존중감과 외로움에 영향을 주고 이것이 생활만족도에 영향을 주며, 이는 다시 대학생의 건강에 영향을 주는가?

II. 연구 방법

1. 연구대상

부산시내 대학교 1개교에서 대학생 180명을 대상으로 대학생의 애착과 심리적 · 신체적 건강에 영향을 주는 개인적, 환경적 특성을 조사하기 위하여 애착, 자아존중감, 외로움, 생활만족도 등의 도구와 심리적 · 신체적 건강증세 문항이 포함된 설문조사가 실시되었다. 최

종분석에는 중요한 정보가 누락된 부적절한 대상자 9명을 제외한 총 171명(남학생 12명, 여학생 159명)의 자료가 사용되었다.

2. 연구도구

본 연구의 도구는 5종류의 질문지로 되어있는데, 이는 대학생과 이들 부모들의 인구통계학적인 정보, 애착관련 도구(아동기 및 현재의 애착유형), 자아존중감, 외로움 도구(일시적 외로움, 기질적 외로움), 생활만족도, 그리고 심리적 · 신체적 건강(건강수준) 등에 관한 질문지들이다. 각 질문지의 문항들은 범주형 질문과 Likert 척도로 구성되었다. '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'로 이루어진 4점 혹은 7점 Likert 식 척도는 각 특성이 높을수록 높은 점수로 평가되었다.

아동기 및 현재 애착유형을 파악하기 위하여 Hazan과 Shaver(1987)가 개발한 5 문항으로 구성된 애착도구(Attachment scale)를 Jeon(1992)이 번안한 한국판 애착도구를 토대로 아버지 애착, 어머니 애착, 그리고 친구 애착용으로 각각 수정 보완하여 이용하였다. 애착유형은 아동기와 청소년기 각각 안정형(Secure), 불안형(Anxious), 그리고 거부형(Avoidant)으로 분류되었다. 친구와의 애착유형의 질문을 예를 들면, 안정형은 '나는 비교적 친구와 쉽게 친해지고 상대방을 편안하게 믿고 의지한다. 나는 친구에게 버림받거나, 나에게 지나치게 가까이 하려는 것에 대해 좀처럼 걱정하지 않는다.' 불안형은 '나는 내가 원하는 만큼 친구가 나와 가까워지기를 꺼려하는 것 같다. 가끔 친구가 나를 좋아하지 않거나, 나와 같이 있는 것을 싫어하지 않을까 염려한다. 내가 지나치게 상대방에게 가까이 하려고 해서 가끔 친구들이 피하는 경우도 있다.' 거부형은 '나는 친구와 가까워지는 것이 좀 불편하고, 친구를 완전히 신뢰하고 의지하기가 어렵다. 다른 친구가 나와 친해지려고 접근해 오면 불안하며, 상대가 내가 편하게 느끼는 것 보다 더 친해지기를 원할 때가 가끔 있다.' 위의 각 문항이 본인과 어느 정도 유사한지 그 정도를 '전혀 아니다(1점)'에서 '매우 그렇다(7점)'으로 표시하고, 가장 본인과 유사하다고 생각되는 유형을 선택하도록 하였다.

외로움척도는 Rubenstein과 Shaver(1982)가 개발한 NYU Loneliness Scale을 청소년에 맞게 번안하여 일시적, 기질적 외로움을 측정하였다. 각 척도는 16문항으로(예, 혼자 내버려진 기분이다, 가까워지고 싶은 사람이 있다) 구성되어 있으며, '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(4점)'으로 이루어진 Likert 식 척도이다. 일시적 외로움과 기질적 외로움 도구는 각 문항의 시작이 일시적 외로움은 "지난 몇 주 동안"으로 시작되는 반면, 기질적 외로움은 "지난 몇 년 동안"으로 시작되는 것 이외에는 동일하다. 각 도구의 신뢰도 계수 Cronbach's α는 일시적 외로움이 .90, 기질적 외로움이 .92이었다.

자아존중감은 Coopersmith(1967)의 Self Esteem Inventory와 Rosenberg(1965)의 자아존중감을 합쳐 만든 김경연(1987)의 도구를 수정하여 총 30문항을 사용하였으며, 신뢰도 계수 Cronbach's α는 .89였다. 생활만족도는 Olson과 Barnes(1982)의 삶의 질(Quality of Life-Adolescent Form)척도에서 안면타당도를 통해 가족, 친구, 친척들, 학교생활 등에 관한 문항으로 5점 척도의 12문항을 사용하여 측정하였다. 신뢰도 계수 Cronbach's α는 .80이였다.

심리적 · 신체적 건강은 건강상의 문제를 알아보기 위하여 보편적으로 갖는 33 종류의 질병이나 건강문제에 대해 전혀 없음(1)에서 많이 관련 있음(4)으로 4점 척도로 측정하였다. 신뢰도 계수 Cronbach's α는 .92였으며, 각 문항을 역코딩 하여 건강지수를 산출하였다.

3. 자료분석

첫 번째 연구문제를 검증하기 위하여 부모의 애착과 친구의 애착간의 상관관계를 실시한다. 두 번째 부모와의 애착경험과 현재 친구와의 애착과 관련된 다양한 변인들과 자아존중감, 외로움, 생활만족도, 심리적 · 신체적 건강 등의 관련성을 파악하기 위하여 상관분석(Correlation)을 실시하였다. 세 번째, 대학생의 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강 분석에 적용한 가설적 모형이 적합한지 측정하기 위하여 단계적 중다회귀분석으로 경로분석을 실시하였다.

III. 결과 및 해석

1. 아동기 부모와의 애착유형경험과 대학생의 친구애착

유아기 부모와의 애착 경험을 토대로 한 부모와의 애착을 살펴보면, 아버지와의 애착의 경우 43%(72명)가 안정형, 56%(93명)가 불안형, 그리고 1%(3명)가 회피형으로 보고하였고, 어머니와의 애착은 57.8%(96명)가 안정형, 41%(68명)가 불안형, 1.2%(2명)가 회피형으로 나타났다. 기존 연구에서 안정형(Secure), 불안형(Anxious), 회피형(Avoidant)의 비율이 60%, 20%, 20%인데 비하여(Main, 1985; Hazan & Shaver, 1987), 아버지의 경우 안정형 애착(Secure)의 비율이 약간 낮고, 불안정 애착(Insecure) 중에서 회피형은 거의 없으며, 대부분 불안형이었다. 우리나라의 아버지들이 비교적 엄하고 애정표현이 부족하기 때문에 불안형으로 주로 보고하였을 것으로 추정된다. 어머니와의 애착은 안정애착 대 불안정 애착이 60대 40 정도로 기존 연구와 비율이 유사하고, 아버지의 경우와 유사하게 불안정 애착유형 중 대부분이 불안형이고 회피형은 거의 없었으며, 이는 중 · 고등학교 대상의 연구결과와 일관성 있게 나타났다(전효정, 이귀옥, 2000; 전효정, 이귀옥, 2002).

현재 친구와의 애착을 살펴보면, 70%(117명)가 안정형, 11%(18명)가 불안형, 그리고 19%(32명)가 회피형으로 보고하였다. 이 결과는 기존의 연구들과 비교하여 안정형 애착 비율이 높고 불안형 비율이 낮게 나타났다(Hazan et al., 1991; Hazan & Shaver, 1994; 전효정, 이귀옥, 2000; 전효정, 이귀옥, 2002).

〈표 1〉에서 보는 바와 같이 아동기 부모와의 애착과 현재 친구와의 애착은 모두 긍정적 상관을 보였다. 사례수가 적은 어머니와 친구의 거부형 상관계수를 제외한 각 유형의 관련성은 모두 유의한 상관을 보였다. 이는 영아가 양육자와 관계에서 형성한 '내적 실행 모델(internal working model)'은 부모-자녀 관계뿐만 아니라 이후의 사회관계에 지속적인 영향을 미치며, 부모와 형성한 애착이 이후의 모든 대인관계에 기저가 되며, 환경의 변화나 중재가 없는 한 지속된다는 기존의 연구를 지지하는 결과이다(Bowlby, 1962; Ainsworth, 1978; Bowlby, 1988).

〈표 1〉 부모와의 애착경험과 친구애착간의 상관관계

부모와 애착		친구 애착유형		
		안정형	불안형	거부형
아버지와 애착	안정형	**.292***	-.220**	-.123*
	불안형	-.181*	**.318****	.160*
	거부형	-.119	.199**	**.129***
어머니와 애착	안정형	**.246****	-.111	-.148
	불안형	-.184*	**.164***	.213**
	거부형	-.137	.114	**.056**

*p<.05 **p<.01

2. 애착유형에 따른 대학생의 자아존중감, 외로움, 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강

유아기 부모와의 애착경험과 청소년기 이후 친구 애착이 대학생의 자아존중감에 영향을 주고, 이것이 다시 외로움과 생활만족도에 영향을 주며 나아가 신체적 건강과도 관련이 있을 것이라는 이론적 모형을 바탕으로 각 변인들 간의 관련성을 알아보기 위하여 상관관계를 실시하였다.

〈표 2〉에 의하면, 아동기 어머니와 애착경험이 안정적일수록 자아존중감이 높고, 생활 만족도와 심리적 · 신체적 건강이 높은 경향을 보였다. 반면, 유아기 불안형 애착수준이 높을수록 자아존중감이 낮고, 기질적 외로움이 높으며, 생활 만족도가 낮은 경향을 보였다. 유아기 어머니와 회피형 애착 수준이 높을수록 자아존중감이 낮고, 일시적 외로움과 기질적 외로움이 높으며 심리적 · 신체적 건강이 낮은 경향을 보였다. 이와 유사하게 아동기 아버지와의 애착경험에 있어서도 안정애착 수준이 높을수록 자아존중감이 높고, 일시적 외로움과 기질적 외로움이 낮으며 현재 생활만족도가 높은 경향을 보였다. 반면, 불안형과 회피형 애착수준이 높을수록 자아존중감이 낮고 일시적 외로움과 기질적 외로움이 높고, 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강 수준이 낮게 나타났다.

아동기 어머니와의 애착경험과 유사하게 현재 친구와의 애착유형도 자아존중감, 외로움과 생활만족도와 유의한 상관이 나타났다. 친구와 안정형 애착이 높을수록 자아존중감이 높고, 일시적 외로움과 기질적 외로움이 낮으며 생활만족도가 높은 경향을 보였다. 이에 반

〈표 2〉 애착유형에 따른 자아존중감, 외로움, 생활만족도, 심리적 신체적 건강 상관관계

애 착 유 형		자아존중감	일시적 외로움	기질적 외로움	생활만족도	심리신체적건강
아동기 어머니와 애착	안정형	.375**	.077	−.140	.300**	.154*
	불안형	−.277**	.051	.173*	−.324**	−.151
	회피형	−.273**	.197*	.283**	−.335**	−.163*
아동기 아버지와 애착	안정형	.318**	−.225**	−.264**	.421**	.070
	불안형	−.266**	.286**	.256**	−.354**	−.157*
	회피형	−.255**	.242**	.247**	−.303**	−.100
현재 친구와 애착	안정형	.331**	−.232**	−.329**	.245**	.099
	불안형	−.281**	.361	.382**	−.203**	−.164*
	회피형	−.245**	.207**	.187**	−.170*	−.107

*p < .05 **p < .01

하여 친구와 불안형 애착이 높을수록 자아존중감이 낮고, 기질적 외로움이 높으며, 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강수준이 낮은 경향을 보였다. 이와 유사하게 친구와 회피형 애착수준이 높을수록 자아존중감이 낮고, 일시적 외로움과 기질적 외로움이 높으며, 생활만족도가 낮은 경향을 보였다.

중요 변수들 간의 상관을 살펴보면, 자아존중감은 일시적 외로움, 기질적 외로움과 부적상관을 보였으며 심리적 · 신체적 건강과 정적으로 유의한 상관을 보였다. 일시적 외로움은 기질적 외로움과 높은 관련성을 보였으며, 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강수준과 부적으로 유의한 상관을 보였다. 기질적 외로움은 생활만족도와 부적 상관을 보였으며, 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강은 유의한 정적 상관을 보였다.

3. 대학생의 생활만족도 및 심리적 · 신체적 건강에 대한 경로분석

대학생의 생활만족도와 심리적 신체적 건강을 설명하는 주요 변인들 간의 인과모형을 알아보기 위하여 다양한 변인간의 상관관계 분석을 토대로 각 변인들에 대한 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. 경로계수를 구하기 위하여, 먼저 자아존중감을 종속 변수로 애착유형들로 회귀분석을 실시하고, 다음 일시적 외로움을 종속변수로 애착과 자아존중감을 독립변수로 두 번째 회귀분석을 실시하고, 세 번째 기질적 외로움을 종속변수로 애착, 자아존중감, 그리고 일시적 외로움을 독립변수로 회귀분석을 실시하고, 다음 생활만족도를 종속변수로 앞에 제시된 모든 변수를 독립변수로 입력하여 회귀분석을 실시하였다. 마지막으로 최종 변수인 심리적 · 신체적 건강을 종속변수로 모든 변수를 독립변수로 중다회귀분석을 실시하였으며 이를 토대로 각 경로계수를 산출하고 유의도를 점검하고, 전체 모형의 설명력과 유의도를 살펴보았다.

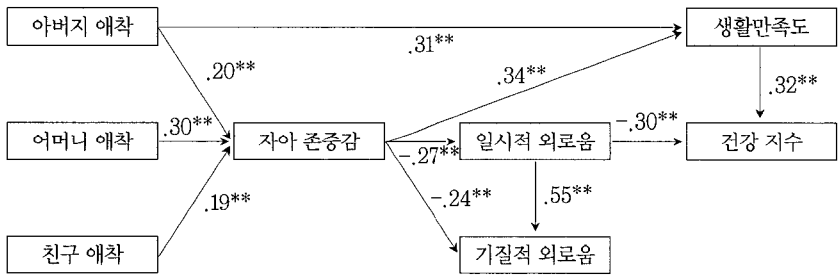
〈표 3〉에서 보는 바와 같이 아버지 애착(β=.198, p<.01), 어머니 애착(β=.294, p<.01), 친구와의 애착(β=.118, p<.01)이 모두 대학생의 자아존중감을 예측하는 유의한 변인으로 나타났다. 이들 변인의 자아존중감에 대한 설명력은 24%였다. 즉, 아버지, 어머니, 그리고 친구와의 안정적 애착이 높을수록 자아존중감이 높다고 하겠다. 어머니 애착이 상대적으로 아버지 애착이나 친구애착에 비해 영향력이 컸다. 일시적 외로움을 예측하는 주요변인은 자아존중감이며(β=−.272, p<.01), 애착은 자아존중감이 들어감으로써 유의하지 않게 나타났으며, 이들 변인들의 설명력은 24%였다. 즉 자아존중감이 애착과 일시적 외로움의 매개변수이며 자아존중감이 높을수록 일시적 외로움이 낮다고 하겠다.

기질적 외로움을 예측하는 주요변인은 자아존중감(β=−.235, p<.01)과 일시적 외로움(β=.552, p<.01)으로 나타났으며, 이들 변수들의 설명력은 52%였다. 즉, 일시적 외로움은 기질적 외로움에 미치는 영향이 가장 컸으며 일시적 외로움이 높을수록 그리고 자아존중감이 낮을수록 기질적 외로움이 높다고 해석할 수 있다. 대학생의 생활만족도를 예측하는 주요변인으로는 아버지의 애착(β=.312, p<.01)과 자아존중감(β=.336, p<.01)으로

<표 3> 경로분석을 위한 단계적 중다회귀분석

종속변인 / 독립변인	자아존중감		일시적 외로움		기질적 외로움		생활만족도		심리신체건강	
	B	β	B	β	B	β	B	β	B	β
아버지 애착	1.342	.198**	-.556	-.139	-.313	-.081	1.070	.312**	1.226	.126
어머니 애착	2.186	.294**	-.212	-.048	-.243	-.058	.384	.104	.091	.007
친구 애착	1.413	.191**	-.394	-.091	-.423	-.101	.511	.014	.329	.032
자아존중감			-.166	-.272**	-.140	-.235**	.172	.336**	.067	.046
일시적 외로움					.536	.552**	-.100	-.116	-.725	-.297**
기질적 외로움							-.100	-.109	-.404	-.159
생활만족도									.911	.323**
상 수	74.14		48.43		27.60		10.01		82.44	
R^2	.239		.236		.519		.327		.213	
F	17.05**		6.161**		33.21**		11.66**		4.38**	

** p<.01



*p<.05 **p<.01

<그림 1> 대학생의 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강 관련변인 간 경로분석 결과

나타났으며, 이들 변인의 생활만족도에 대한 설명력은 33%였다. 아버지 애착은 자아존중감을 통한 간접효과(.068)와 직접효과(.312)로 가장 큰 영향을 주는 변수라 하겠다. 어머니 애착(.104)과 친구애착(.014)은 자아존중감을 통하여 간접적으로 생활만족도에 영향을 주었다. 최종변수인 심리적 · 신체적 건강을 예측하는 유의한 변인으로는 일시적 외로움(β=-.297, p<.01)과 생활만족도(β=.323, p<.01)로 나타났으며, 전체 변인들의 설명력은 21%였다. 즉 일시적 외로움이 높을수록 건강상의 문제를 많이 호소하고 생활만족도가 높을수록 건강수준이 높았다. 간접효과를 살펴보면 아버지 애착은 생활만족도를 통하여 건강에 영향을 주며(.126), 아버지 애착, 어머니 애착과 친구애착 모두 자아존중감을 거쳐 일시적 외로움 또는 생활만족도를 통하여 건강에 간접적으로 영향을 주고 있다.

요약하면 아동기 부모와의 애착, 현재 친구와의 애착이 대학생의 자아존중감형성에 영향을 주고, 이것이 일시적 외로움과 기질적 외로움에 영향을 주며, 이것이 다시 생활만족도에 영향을 주어 최종적으로 심리적 · 신체적 건강에 영향을 준다고 하겠다. 중요한 매개 변인인 자아존중감은 대학생의 생활만족도에 유의한 영향을 주고, 아버지의 애착은 자아존중감을 통한 생활만족도에 대한 간접적 영향뿐 아니라 직접 영향도 유의하였다. 일시적 외로움과 생활만족도는 대학생의 심리적 · 신체적 건강에 직접적으로 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다. 애착은 자아존중감과 일시적외로움, 생활만족도를 통한 간접효과만 나타났다. 그러므로, 자아존중감, 외로움, 생활만족도가 애착과 대학생의 심리적 · 신체적 건강의 메커니즘을 설명하는 과정적 요인(매개변인)으로 작용한다고 하겠다.

IV. 결론 및 논의

본 연구는 청소년기에서 성인기로 전환하는 후기 청소년기에 해당하는 대학생을 대상으로 부모와의 애착경험과 친구애착 그리고 애착과 자아존중감, 외로움, 생활만족도, 그리고 심리적 · 신체적 건강과의 관계를 살펴보았다. 나아가 부모와의 애착경험과 현재 친구애착이 대학생의 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강에 영향을 주는 매커니즘을 파악하기 위하여 애착이론과 선행 연구결과들을 토대로 가설적 모형을 제시하고, 이를 경로분석을 통해 모형의 적합성을 살펴보았다. 청소년 후기 적응의 여러 영역 중에서 자아존중감은 개인의 바람직한 적응과 건전한 인성발달에 매우 중요한 요소로 여겨졌으며(Coopersmith, 1967; Harter, 1983), 대학이란 새로운 환경에서의 적응은 후기 청소년들이 해결해야 할 중요한 당면과제라 하겠다. 이와 더불어 발달의 특성상 애착의 전이가 진행되는 과정으로 외로움의 지수가 높은 시기임으로 일시적 외로움과 기질적 외로움을 자아존중감과 함께 대학생들의 생활만족도와 심리적 신체적 건강을 매개하는 과정적 요인으로 살펴보았다.

연구결과에 의하면, 아동기 부모와 애착경험과 현재 친구와 애착유형에 따라 자아존중감과 외로움, 생활 만족도, 심리적 · 신체적 건강과 유의한 상관을 보였다. 안정형 애착유형이 높을수록 자아존중감이 높고 외로움이 낮고 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강이 높게 나타났으며, 불안정애착유형(i.e., 불안형, 회피형) 수준이 높을수록 자아존중감이 낮고 외로움이 높으며 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강수준이 낮았다. 변수들 간의 관련성을 살펴보면, 자아존중감은 일시적 외로움, 기질적 외로움과 부적상관을 보였으며 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강과 정적인 유의한 상관을 보였다. 일시적 외로움은 기질적 외로움과 높은 관련성을 보였으며 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강과 부적으로 유의한 상관을 보였다. 기질적 외로움은 생활만족도와 부적 상관을 보였으며 생활만족도와 심리적 · 신체적 건강은 유의한 정적 상관을 보였다.

이론적 모형에 대한 경로분석과 모형의 유의도 분석에 의하면, 아동기 부모와의 애착경험과 현재 친구와의 애착은 개인의 성격의 중요한 특성으로 대학생의 자아존중감 형성에 영향을 주어, 이것이 외로움에 영향을 주고, 다시 일시적 외로움과 생활만족도가 대학생의 심리적 · 신체적 건강에 영향을 준다고 할 수 있다. 자아존중감은 대학생의 생활만족도에 영향을 주고, 아버지 애착은 자아존중감을 통한 간접효과와 함께 대학생의 생활만족도에 직접효과도 유의하였다. 생활만족도에 아버지의 애착이 어머니의 애착이나 친구애착보다 미치는 영향력이 큰 것으로 나타났다. 이는 아버지에 대한 애착이 대학생의 사회적, 정서적 적응에 더 큰 영향을 미치고 있다는 연구결과(백지숙, 2000; Rice, Cunningham & Young, 1997)와 일치한다. 아버지의 영향력이 큰 것은 정신분석학적 입장에서 이해될 수 있다(Chodorow, 1989; Rice & Whaley, 1994). 즉, 아버지란 자녀들에게 가정 밖의 세계를 대면하는 존재로서 바람직한 행동을 위한 규칙, 법, 기준들을 상징하는 존재이다. 그러므로 아버지는 가정 속의 자녀를 일과 사회라는 외부세계로 연결시켜주는 역할을 하며, 가정에서 사회로의 전환에 필요한 기술들을 제시해 준다고 하겠다. 이러한 아버지의 역할은 청소년기에서 성인기로의 전환하는 시점에 있는 대학생들에게 보다 중요한 의미를 지니며, 아버지와의 애착관계가 상대적으로 영향력을 가잔다고 해석할 수 있다. 반면, 어머니의 애착이 아버지의 애착보다 대학적응에 더 중요한 영향이 있음을 보고하는 연구들도 있으므로(Schultheiss & Blustein, 1994; Ryan, Solberg, & Brown, 1996), 보다 체계적인 후속연구가 요청된다. 즉 본 연구는 애착을 본인의 아동기 부모와의 경험에 대한 기억에 의존하는 설문조사도구를 사용하였음으로 현재의 관계나 상황에 따른 왜곡이 있을 수 있다. 보다 체계적인 측정방법을 사용한 후속연구가 요구된다.

본 연구에서 최종변수에 해당하는 심리적 · 신체적 건강을 예측하는 독립변인들의 설명력이 22%에 불가한 것은 이들 변수 이외에 고려해야 할 변인들이 있음을 의미한다. 보다 전체적이고 다양한 변수들을 고려하고 변수들 간의 구체적인 관련성과 모형적합도를 알아보기 위하여 LISREL 분석도 요구된다.

■참고문헌

김경연(1987). 부모의 아동평가, 자아존중, 양육태도와

아동의 자아존중과의 관계. 부산대학교 대학원 박사학위청구논문.

도현심(1996). 아동의 수줍음, 대인적응성 및 또래수용성과 외로움간의 관계. 한국아동학회지, 17(2), 33-45.

백지숙(2000). 대학생의 부모에 대한 애착이 자아존중감, 대학적응에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 18(1), 127-137.

신효식, 서병숙(1991). 노부모와 성인자녀간의 결속이 노부모의 심리적 손상에 미치는 영향. 한국노년학, 12(2), 99-108.

유은희(1993). 부모 자녀 관계와 수험생자녀의 학업성취, 현대사회와 가족문제-한국가족의 자녀교육열과 가족의 대처방안. 학술진흥지원연구.

이영숙, 김정옥(2002). 부모-자녀간 의사소통 유형이 청소년 자녀의 심리적 복지에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 7(2), 133-159.

전효정(1996). 갈등해소 방법과 결혼 적응도: 애착유형, 비교수준과 동기의 영향. 한국가족관계학회지, 창간호, 57-82.

전효정(1998). 한국의 배우자 선택과 결혼적응의 메커니즘: 인간발달 생태학적 모형의 중매, 연애 결혼에의 적용. 대한가정학회지, 36(11), 19-41.

전효정(2003). 어머니-유아 애착의 세대간 전이의 메커니즘: 어머니의 내적실행모델과 자녀양육이 유아의 애착유형에 미치는 영향. 열린유아교육학회, 8(3), 159-174.

전효정, 이귀옥(2000). 유아기 부모와의 애착이 청소년기 애착전이와 외로움에 미치는 영향: 애착전이모형 검증을 중심으로. 대한가정학회지, 38(1), 185-198.

전효정, 이귀옥(2002). 유아기 부모와의 애착경험이 청소년기 또래애착과 스트레스 인식에 미치는 영향. 청소년학연구, 9(2), 191-210.

정문자, 정현숙(1994). 청소년의 긴장에 대한 대처전략과 관련변인. 한국아동학회지, 15(2), 3-19.

정현숙, 정문자(1995). 청소년의 긴장원 분석. 한국심리학회지: 발달, 8(1), 148-158.

Ainsworth, M. D. S. (1991). Attachment and other affectional bonds across the cycle. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris(Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 33-51). New York : Routledge.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Armsden, G. C., & Greenberg M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16*, 427-454.

Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 226-244.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. Ⅱ. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. Ⅲ. Loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books.

Brennan, K. A., & Morris, K. A. (1997). Attachment styles, self-esteem, and patterns of seeking feed-back from romantic partners. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23*, 23-31.

Brennan, T. (1982). Loneliness in adolescence. In L. A. Pepalau & D. Perlman(Eds.). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*(pp. 269-290). NY: Wiley-Interscience.

Cassidy, J. (1986). The ability to negotiate the environment: An aspect of infant competence as related to quality of attachment. *Child Development, 57*, 31-337.

Chodorow (1989). Feminism and psychoanalytic theory. New Haven, CT: Yale University Press.

Coopersimth, S. (1967). *The antecedents of self-esteem.* San Francisco: W. H. Freeman.

Denham, S. A., Remwick, S. M., & Holt, R. W. (1991). Working and playing together: prediction of preschool social-emotional competence form mother-child interaction. *Child Development, 62,* 242-249

Dontas, C., Maratos, O., Fafoutis, M., & Karangelis, A. (1985). Early social development in institutionally reared Greek infants: Attachment and peer interaction. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 50,* Nos. 1-2, 136-146.

Egeland, B., & Farber, E. A. (1984). Infant-mother attachment: Factors related to its development and change over time. *Child Development, 57,* 753-771.

Egeland, B., & Sroufe, L. A. (1981). Attachment and early maltreatment. *Child Development, 52,* 44-52.

Elicker, J., Englund, M., & Sroufe, L. A. (1992). Predicting peer competence and peer relationships in childhood from early parent-child relationships. In R. Park & G. Ladd (Eds.), *Family-peer relations : Modes of linkage*(pp. 77-106). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Fraley, R. C., Davis, K. E., & Shaver, P. R. (1995). *Attachment behavior and relationship dissolution.* Manuscript submitted for publication.

Harter, S. (1983). Developmental perspectives on the self-system. In E. M. Hetherington & P. H. Mussen(Eds.), *Handbook of child psychology: vol. 4. Socialization, personality, and social development*(pp.275-385). New York: Wiley.

Hays, R. (1988). Friendship. In S. W. Duck(Ed.), *Handbook of personal relationships*(pp.391-408). London: Wiley.

Hazan, C., Hutt, M. J., Sturgeon, J., & Bricker, T. (1991, April). *The process of relinquishing parents as attachment figures.* Paper presented at the biennial meetings of the Society for Research in Child Development, Seattle, WA.

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 59,* 511-524.

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry, 5,* 1-22.

Jeon, H. (1992). Mechanisms of assortative marriage and marital adjustment In *Arranged and Love-based Korean Marriages.* Cornell Univ. Master Thesis.

Jones, W. H., Hobbs, S. A., & Hockenbury, D. (1982). Loneliness and social skill deficits. *Journal of Personality and Social Psychology, 42,* 682-689.

Kenny, M. (1987). The extent and function of parental attachment among first-year college students. *Journal of Youth and Adolescence, 16,* 17-27.

Kiecolt-Glaser, J., & Glaser, R. (2002). Depression and immune function Central pathways to morbidity and mortality. *Journal of Psychosomatic Research, 53,* 873-876.

Kirkpatrick, L. A., & Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 66,* 502-512.

Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). The transition to college: Working models of attachment, affect regulation, and perceptions of self and others. *Child Development.*

Krantz, D., & McCeney M. (2001). Do psychological and social factors have an impact on organic disease? A critical assessment of research on coronary heart disease. *Annual Review of Psychology, 53,* 341-369.

Main, M., & Cassidy, J. (1988). Categories of response to reunion with the parent at age 6 : Predictable from infant attachment classifications and stable over a 1-month period. *Developmental Psychology, 24,* 415-426.

Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 50,* Nos. 1-2, 66-104.

Mallinckrodt, B. (1992). Childhood emotional bonds with parents, development of adult social competencies, and the availability of social support. *Journal of Counseling Psychology, 39,* 453-461.

McCormick, C. B., & Kennedy, J. H. (1994). Parent-child attachment working models and self-esteem in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 23,* 1-18.

Michela, J. L., Peplau, L. A., & Weeks, D. G. (1982). Perceived dimensions of attributions for loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology, 43,* 929-936.

Olson, D., & Barnes, H. (1982). Quality of life. In D. Olson(Ed.). *Family inventories.* Family Social Science: University of Minnesota.

Palladino, D. E., & Blustein, D. L. (1994). Role of adolescent-parent relationships in college students development and adjustment. *Journal of Counseling Psychology, 41,* 248-255.

Quinton, D., Rutter, M., & Liddle, C. (1984). Institutional rearing, parenting difficulties and marital support. *Psychological Medicine, 14,* 107-124.

Rholes, W. S., Simpson, J. A., & Balkely, B. S. (1995). Adult attachment styles and mothers' relationships with their young children. *Personal Relationships, 2,* 35-54.

Rice, K. G., Cunningham, T. J., & Young, M. B. (1997). Attachment to parents, social competence, and emotional well-being: A comparison of black and white late adolescents. *Journal of Counseling Psychology, 44,* 89-101.

Rice, K. G., & Whaley, T. J. (1994). A short-term longitudinal study of within-semester stability and change in attachment and college student adjustment. *Journal of College Student Development, 35,* 324-330.

Richman, J. A., & Flaherty, J. A. (1987). Adults psychological assets and depressive mood over time: Effects of internalized childhood attachments. *Journal of Nervous and Mental Disease, 175,* 703-712.

Rubenstein, C., & Shaver, P. (1982). The experience of loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman(Eds.), Loneliness: *A source book of current theory, research, and therapy* (pp.206-223). New York; Wiley-Interscience.

Ryan, N, E., Solbert, V. S., & Brown, S. D. (1996). Family dysfunction, parental attachment and career search self-efficacy among community college students. *Journal of Counseling Psychology, 43,* 84-89.

Schultheiss, D. E. P., & Blustein, D. L. (1994). Role of adolescent-parent relationships in

college student development and adjustment. *Journal of Counseling Psychology, 41*, 248-255.

Shaver, P., Furman, W., & Buhrmester, D. (1985). Transition to college: Network changes, social skills, and loneliness. In S. Duck & D. Perlman(Eds.), *Understanding personal relationships: An interdisciplinary approach* (pp.193-219). London: Sage publications.

Shaver, P., Hazan, C., & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral systems. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes(Eds.), *The psychology of love*(pp. 68-99). New Haven, CT: Yale University Press.

Simpson, J., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S. (1992). Support-seeking and support-giving within couple members in an anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*, 434-446.

Sroufe, L. A., & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child Development, 48*, 1184-1199.

Vormbrock, J. K. (1993). Attachment theory as applied to wartime and job-related marital separation. *Psychological Bulletin, 114*, 112-144.

Waters, E., Merrick, S. K., Albersheim, L. J., & Treboux, D. (1995, April). *Attachment security from infancy to early adulthood: A 20-year longitudinal study*. Poster presented at the Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development, Indianapolis, IN.

Waters, E., Wippman, J., & Sroufe, A. (1979). Attachment, positive affect, and competence in the peer group: Two studies in construct validation. *Child Development, 50*, 821-829.

Weiss, R. (1991). Attachment in adult life. In C. M. parkers, J. Stevenson-Hinde, & Marris(Eds.), Attachment across the life cycle(pp. 171-184). London: Routledge.

(2004년 10월 30일 접수, 2005년 7월 19일 채택)