

대학생의 애착과 주관적 안녕감과의 관계: 대인관계 매개효과를 중심으로

A Study on the Relationship between Attachment and Subjective Well-Being:
Focusing on Mediating Effects of Interpersonal Relationship

건동대학교 사회복지학과
전임강사 오 영 진
청주 종합사회복지관
놀이치료사 박 봉 순

Department of Social Welfare, Kundong Univesity
Full-time Lecturer : Young jin Oh
Cheongju Community Social Welfare Center
Play Therapist : Bong sun Park

◀ 목 차 ▶

- | | |
|----------------|-------------|
| I. 서론 | IV. 논의 및 결론 |
| II. 연구방법 | 참고문헌 |
| III. 연구결과 및 해석 | |

<Abstract>

The purpose of this study was to investigate the mediating effect of interpersonal relationship on the relationship between attachment and subjective well-being of university students. We conducted a survey on 336 university students in Andong-si and Cheongju-si. The data were analyzed by Pearson's productive correlation, hierarchical regression analysis and Sobel test. The results were as follows: First, affective well-being made an effect by avoidant attachment and anxiety attachment, and was more affected by interpersonal relationship than anxiety attachment including mediating variable of interpersonal relationship. Second, there was a significant effect in cognitive well-being only by anxiety attachment. Including mediating variables of interpersonal relationship, cognitive well-being affected by interpersonal relationship only. Third, interpersonal relationship mediated partially the relationship between attachment and affective well-being, and perfectly between attachment and cognitive well-being.

주제어(Key Words) : 애착(attachment), 대인관계(interpersonal relationship), 주관적 안녕감(subjective well-being)

I. 서론

인간은 건강하고 성숙한 삶을 영위하기 위해 사회적 존재로서 살아가며 다른 사람과 관계를 맺으면서 성장하고 발전해 나간다. 인간은 누구나 행복해지기를 원하기 때문에 생존을 위한 기본적인 물질적 욕구가 충족되면 삶의 질과 행복에 관심을 가지게 된다. 사람에 따라 행복을 느끼는 기준과 만족도는 모두 다르며, 자신의 행복을 평가하는 것은 자신의 중요한 삶의 영역에서 객관적인 조건을 어떻게 주관적으로 인지하느냐에 의해 결정된다(조윤주, 2007). 따라서 인간의 행복에 관한 연구 주제로 보다 주관적인 접근인 주관적 안녕감(Subjective Well-Being)이라는 용어에 주목하게 되었다.

특히 인간의 생애 중 대학시절은 발달적인 측면에서 청소년기와 성인기를 연결하는 중요한 시기로 일상생활과 사회적 관계에서 많은 변화를 경험하게 된다(이수진, 2009). 우리나라의 경우 입시에만 매달리던 중·고등학교 시절과는 달리 사회적인 위치가 달라지고, 대인관계의 폭이 넓어지면서 다양한 문제를 경험하게 된다. 따라서 이 시기에 주관적 안녕감에 대한 연구의 필요성이 제기된다.

주관적 안녕감은 개인의 삶 속에서 경험하는 총체적인 감정이며(McDowell & Newell, 1990), 인간이 여러 가지 생활에서 느끼게 되는 행복감, 만족감으로써의 정서적 안정을 나타내주는 성격특성으로 정의하고 있다(Szalai, 1980). 또한 삶의 조건에 대한 주관적인 만족상태를 개념화한 것으로, 개인이 자신의 인생에 대한 질적 수준을 긍정적으로 판단하는 정도를 의미한다(Myers & Diener, 1995). 이는 자신에게 주어진 삶의 상황에 대하여 어떻게 평가하고 있으며, 어떤 경험을 하고 있는가를 측정하는 것이다. 주관적 안녕감은 객관적인 외적 조건에 의해서 결정되는 것이 아니라 개인의 경험 내적인 주관성을 가지고 있으며, 삶에 대한 전반적이고 통합적인 판단이라고 할 수 있다(Campbell, Converse, & Rodgers, 1976; Diener, 1984; Diener & Suh, 1997; Eid & Diener, 2004; Myers & Diener, 1995; Veenhoven, 1991). 따라서 단일 차원의 전반적인 행복감의 측정보다는 정서적 측면의 정서적 안녕감과 인지적 측면의 생활만족도로 나누어 판단하여야 한다(Campbell, 1976).

정서적 안녕감은 부정적인 감정보다 긍정적인 감정이 우세한 심리상태로서(조윤주, 2007) 자신이 경험하는 긍정적 정서와 부정적 정서를 비교하여 전반적으로 어떻게 느끼느냐와 관련되는 부분이라 할 수 있다(민성혜, 신혜원, 2007). 또한 이경란(2006)은 정서표현을 잘하는 사람일수록 주관적 안녕감이 높게 나타난다는 연구를 통해 주관적 안녕감이 정서와 밀접하게 관련되어 있음을 알 수 있다. 인지적 안녕감은 자신의 주관적인 판단에 의해 자신의 삶이 만족스러운지

의 여부이며 생활만족감(life satisfactions)으로 나타낼 수 있다(이수경, 2003). 박현주(2007)는 주관적 안녕감이 높은 청소년은 자신의 객관적인 삶에 대한 만족도가 높고 긍정적 정서를 많이 경험하고 부정적 정서를 적게 경험한다고 하였다. 이러한 연구결과들은 객관적이고 상황적인 요인들이 주관적 안녕감에 미치는 영향은 극히 적은 반면 인간의 전 생애에 걸쳐 안정되게 영향을 주는 개인 내적 성향에 기인한다고 본 선행연구(Diener & Suh, 1997)를 뒷받침한다. 따라서 본 연구에서는 개인 내적 요인인 애착이 주관적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

애착(attachment)의 개념은 Bowlby(1969, 1973)가 아이-양육자와의 유대관계를 설명하면서 처음 사용하였으며, 부모나 친구와 같은 특정인에 대한 지속적인 감정적 유대를 말한다(Armsderm & Greenberg, 1987). 이러한 애착의 개념은 아동기뿐만 아니라 성인기의 사회적 관계를 설명하는 중요한 변인으로(전보영, 2005), 인생초기에 부모와의 관계에서 형성된 애착관계의 내적표상은 극적인 변화 없이 지속되어 성인기의 중요한 타자들과 친밀한 관계를 형성하는 안내 역할을 함으로써 정서적, 사회적 적응에 영향을 미치는 것으로 나타났다(Cicirelli, 1983). 이는 인지적 과정을 통해 성인 애착으로 이어지며, 그 개인의 성격특성으로 발전하게 되는 것으로 볼 수 있다. 김나리(2001)는 성인애착을 신체적, 심리적 안정감을 주리라고 예상할 수 있는 하나 혹은 몇몇 특정인에게 근접하고 접촉을 유지하기 위해 실질적인 노력을 하는 안정적 경향성이라고 정의하였다.

Ainsworth, Blichar, Waters와 Walls(1978)은 애착의 유형을 안정, 불안/양가, 회피의 세 가지 유형으로 분류하였으며, 이러한 애착유형은 성인에게도 존재할 것이라는 가정하에 Hazan과 Shaver(1987)가 성인기의 애착을 측정하기 위한 틀로서 자기보고식 질문지를 개발하였다. 그 결과 성인기에도 유아기와 유사한 애착패턴이 작용하는 것으로 나타났다. 이러한 세 가지 애착 유형의 성인들은 서로 다른 방식으로 대인 관계를 형성하는 것으로 나타났는데 첫째, 안정애착 유형은 타인과 쉽게 친밀해 질 수 있고, 상대방의 잘못에도 불구하고 그들을 수용하고 지지할 수 있었으며 대인관계도 다른 유형보다 오래 지속되는 경향으로 나타났다. 둘째, 불안/양가애착 유형은 강박적으로 매우 가까워지기를 원하지만 타인이 자신이 원하는 만큼 그렇지 않을까봐 걱정하며 사랑받지 못할 것에 대해 불안해하는 것으로 나타났다. 셋째, 회피애착 유형은 타인을 신뢰하지 못하고 그들과 가까워지면 불편감을 느끼고, 타인이 자신과 지나치게 가까워지려고 하는 것을 두려워한다. 이러한 유형의 사람들은 타인과 거리를 유지하면서 친밀한 자기노출을 하지 않으려는 경향을 보이는 것으로 나타났다(Hazan & Shaver, 1987).

민성혜와 신혜원(2007)이 대학생의 부모에 대한 애착이 주관적 안녕감에 미치는 영향을 살펴본 연구에서 부모와의 안정 애착을 형성한 경우에는 자신의 환경에 대해 신뢰로운 도식을 가지고 살아가는 것으로 나타났다. 또한 부모와 정서적 거리감을 느끼지 않는 대학생은 긍정적인 내적 실행 모델을 가지게 되어 자신을 포함한 현실에 대해 긍정적으로 지각하는 것으로 보고하였다. 반면 부모와의 애착이 불안정한 경우에는 자신을 포함한 현실을 부정적으로 보는 경향이 있었으며, 주관적 안녕감을 낮게 지각하는 것으로 나타났다. 또한 청소년을 대상으로 애착과 주관적 안녕감을 살펴본 연구(박인숙, 2005; 유경자, 2005; Dawson, 2000)에서도 안정애착을 가진 개인이 긍정적인 정서와 정적 상관으로 나타났으며, 회피애착과 불안애착은 긍정정서와 부적 상관을 보이고, 부정적인 정서와는 정적상관을 보이는 것으로 나타났다.

한편 인간은 대인관계를 통하여 심리적 만족감과 행복을 느끼며(이동원, 박옥희, 2004), 대학시기에 경험하는 사회적 관계는 그 이전 시기와는 확연히 달라져 건강한 대인관계를 유지하고 형성하는 일은 주관적인 안녕과 행복감에 필수적인 요소라고 할 수 있다. 대학생의 주관적 안녕감에 관한 연구를 살펴보면 자신을 이해하고 수용하며, 긍정적인 대인관계를 유지하는 경우 삶의 만족도가 증가하는 것으로 나타났다(차정호, 2004). 또한 사회유대감이 높은 대학생의 경우 대인관계에서 경험하는 문제가 적고 따라서 삶의 만족도가 높아지는 것으로 나타났다(이수진, 2009). 이처럼 대학시기의 긍정적인 대인관계는 개인의 주관적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 볼 수 있어 이에 대한 연구의 필요성이 제기된다.

대인관계는 자신과 타인간의 상호작용이므로 자기와 타인에 대한 인지적 표상을 어떻게 구성하고 있는가에 따라 대인관계의 발달 양상이 달라질 수 있다(권석만, 김지영, 2002). 유아기에 어떤 종류의 애착관계를 형성했는가에 따라 성장한 후에 대인관계의 양상이 크게 좌우된다. 특히 생애초기 돌보아 주는 사람과의 관계에서 형성된 애착의 형태가 이후 모든 대인관계의 형성 및 유지에 영향을 미치는 것으로 나타나(한덕웅 외, 2005) 애착과 대인관계의 관련성을 밝히고 있다.

애착과 대인관계에 관한 선행 연구를 살펴보면 애착유형이 성인에서의 대인관계에 영향을 미치는 것으로 보고하였다(Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1990; Simpson, Rholes, & Nelligan, 1992; Wei, Liao, Ku, & Shaffer, 2011). 또한 대학생의 애착유형이 대인관계에 미치는 영향을 살펴본 연구(박은경, 1993; Zhang, 2009)에서도 안정된 애착 유형일수록 자신에 대해 자신감을 갖고 있고, 자신을 높게 평가하고 있으며 대인관계에서도 보다 긍정적으로 작용하는 것으로 볼 수 있다. 또한 안정애착 유형의 집단이 표현을 더 적극적으로 하고, 덜 냉담하고, 덜 내향적이었으며, 다른 유형

의 두 집단에 비해 대인관계에서 문제를 적게 나타내는 것으로 나타났다(Bartholomew & Horowitz, 1991).

위의 연구들에서 대학생의 애착과 대인관계, 주관적 안녕감의 관련성을 추론해 볼 수 있으며, 기존의 연구에서는 이들의 관계를 살펴본 연구는 거의 없는 실정이다. 따라서 본 연구에서는 대학생의 애착과 대인관계가 주관적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보고, 대인관계가 매개역할을 하는지 살펴보고자 한다. 이러한 연구는 대학생의 주관적 안녕감을 증진시킬 수 있는 기초자료를 제시하는데 그 목적이 있다.

본 연구에서 규명하고자 하는 연구문제는 다음과 같다.

- 연구문제 1. 대학생의 애착, 대인관계 그리고 주관적 안녕감의 관계는 어떠한가?
- 연구문제 2. 대학생의 애착과 대인관계는 주관적 안녕감에 영향을 미치는가?
- 2-1. 대학생의 애착과 대인관계가 정서적 안녕감에 영향을 미치는가?
- 2-2. 대학생의 애착과 대인관계가 인지적 안녕감에 영향을 미치는가?
- 연구문제 3. 대학생의 애착이 주관적 안녕감에 미치는 영향에 대인관계가 매개역할을 하는가?
- 3-1. 대학생의 회피애착이 주관적 안녕감에 미치는 영향에 대인관계가 매개역할을 하는가?
- 3-2. 대학생의 불안애착이 주관적 안녕감에 미치는 영향에 대인관계가 매개역할을 하는가?

II. 연구방법

1. 연구대상 및 자료수집

본 연구는 안동시, 청주시에 소재한 4개 대학교에 재학 중인 대학생들을 대상으로 실시하였다. 총 400부의 질문지를 배부하여 366부(회수율: 91.5%)가 회수 되었으며, 그 중에서 응답이 불성실한 30부를 제외한 336부를 자료 분석에 사용하였다. 336명 중 남학생이 200명(59.5%), 여학생이 136명(40.5%)이었으며, 평균연령은 20.38(SD = 2.40)세였다.

2. 측정도구

1) 애착

대학생의 애착을 측정하기 위하여 Simpson 외(1992)이 개발한 성인애착질문지(adult attachment questionnaire: AAQ)를 김나리(2001)가 번안한 것을 사용하여 측정하였다. 이 척도는 회피애착(친밀한 관계를 피하거나 철회하는 경향성)과 불안애착(자신의 가치에 대한 걱정과 자신이 타인에게 받아들여질 수 있을지 불안해하는 경향성)의 두 개의 차원으

로 구성된다. 7점 Likert 척도 17문항으로 이루어져 있으며 회피애착과 불안애착 점수가 모두 낮을수록 안정애착임을 의미한다. 회피애착은 8문항으로 구성되어 있고, Cronbach's α 계수는 .74이며, 불안애착은 9문항으로 구성되어 있고, Cronbach's α 계수는 .69로 나타났다.

2) 주관적 안녕감

대학생의 주관적 안녕감을 측정하기 위하여 정서적 안녕감과 인지적 안녕감으로 나누어 측정하였다. 정서적 안녕감은 Cambell(1976)이 개발한 보편적 안녕감(Index of General Affect) 척도 중에서 정서적 측면을 측정하는 문항을 한정원(1997)이 번안한 것을 사용하여 측정하였다. 총 9문항으로 구성되어 있으며, 각각의 문항은 두 개의 형용사로 짝지어져 있고, 2, 4, 5, 9번 문항은 역코딩하여 사용하였다. Cronbach's α 계수는 .91로 나타났다.

인지적 안녕감은 Diener, Emmons, Larsen과 Griffin(1985)이 개발한 생활만족척도(satisfaction with life scale: SWLS)를 류연지(1996)가 번안한 것을 사용하여 측정하였다. 7점 Likert 척도 5문항으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 생활전반에 대한 만족도가 높음을 의미한다. Cronbach's α 계수는 .81로 나타났다.

3) 대인관계

대학생의 대인관계를 측정하기 위하여 Guerney(1977)이 개발한 (relationship change scale: RCS)를 문선모(1980)가 번안한 것을 사용하여 측정하였다. 5점 Likert 척도 25문항으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 대인관계가 좋음을 의미한다. Cronbach's α 계수는 .81로 나타났다.

3. 자료분석

수집된 자료는 SPSS 19.0을 이용하여 분석하였다. 사용된 척도 질문지의 내적 합치도를 알아보기 위해 Cronbach's

α 값을 산출하였고, 주요 변인들의 기술통계치를 살펴보고 있으며 각 변인들 간의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 적률 상관관계를 산출하였다. 또한 대학생의 애착과 대인관계가 주관적 안녕감에 미치는 영향력을 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였고, 대학생의 애착과 주관적 안녕감 간의 관계에서 대인관계의 매개효과를 살펴보기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개효과 절차를 사용하였으며, 매개 효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel test를 실시하였다.

III. 연구결과 및 해석

1. 주요 변인들의 평균, 표준편차 및 상관관계

본 연구의 가설 검증에 앞서 주요 변인들에 대한 전반적인 특성을 알아보기 위해 평균, 표준편차를 살펴보고, 각 변인들 간의 관련성을 살펴보기 위해 상관분석을 실시하였으며 그 결과는 <표 1>와 같다. 애착과 대인관계 및 주관적 안녕감은 부적 상관, 대인관계와 주관적 안녕감은 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 각 변인들의 상관계수는 예측된 방향으로 나타났고, 통계적으로 유의한 상관관계는 -.14에서 .58사이로 상관계수의 절대값이 .70이상인 것이 발견되지 않았다. 또한 회귀분석에서 분산팽창계수인 VIF값을 살펴본 결과 1.20에서 1.56이하인 것으로 나타나 각 변인들 간의 다중공선성은 존재하지 않는 것으로 나타났다.

2. 대학생의 애착과 대인관계가 주관적 안녕감에 미치는 영향

위에서 제시된 상관분석 결과 대학생의 애착과 대인관계가 주관적 안녕감과 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다. 이에 주관적 안녕감에 미치는 변인들의 영향력을 살펴보기 위해 대학생의 애착과 대인관계를 독립변수로 주관적 안녕감을 종속변수로 하여 위계적 회귀분석 2단계를 실시하였다. 산출된 결과는 다음과 같다.

<표 1> 각 변인들의 평균, 표준편차 및 상관관계

(n = 336)

	애착		대인관계	주관적 안녕감	
	회피애착	불안애착		정서적 안녕감	인지적 안녕감
애착	회피애착				
	불안애착	.33***			
대인관계	회피애착	-.55***			
	불안애착	-.40***			
주관적 안녕감	정서적 안녕감	-.33***	.39***		
	인지적 안녕감	-.19***	-.14*	.32***	.58***
평균	3.20	3.60	3.55	4.99	4.14
표준편차	.94	.88	.46	1.10	1.14

*p < .05. ***p < .001

〈표 2〉 대학생의 애착과 대인관계가 정서적 안녕감에 미치는 영향

종속변인	독립변인	Model 1		Model 2	
		표준화 계수(β)	t값	표준화 계수(β)	t값
정서적 안녕감	애착				
	회피애착	-.28	-5.18***	-.15	-2.50*
	불안애착	-.16	-3.02**	-.09	-.17
	대인관계			.27	4.33***
	ΔR^2			.047***	
	R^2	.130		.177	
	F	24.987***		23.809***	

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

1) 대학생의 애착과 대인관계가 정서적 안녕감에 미치는 영향

주관적 안녕감 중 정서적 안녕감과 관련된 위계적 회귀분석 결과는 〈표 2〉와 같다. Model 1에서는 애착의 하위변인 회피애착과 불안애착이 정서적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보고, Model 2에서는 Model 1에 대인관계 변인을 추가하여 대인관계가 정서적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보았다. 위계적 회귀분석 결과, Model 1에서 애착의 두 하위변인인 회피애착($\beta = -.28, p < .001$)과 불안애착($\beta = -.16, p < .01$) 모두가 정서적 안녕감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이 모델의 변인들은 대학생들의 정서적 안녕감을 13% 설명해주고 있고, 회피애착과 불안애착 순으로 영향을 주고 있었다. 즉 회피애착과 불안애착이 높을수록 정서적 안녕감이 낮은 것으로 나타났다.

대인관계 변인을 추가한 Model 2에서 변화량은 .047($p < .001$)로 통계적으로 유의미 하였다. Model 2에서는 회피애착($\beta = -.15, p < .05$)과 대인관계($\beta = .27, p < .001$)가 대학생들의 정서적 안녕감에 영향을 미치는 변인으로 나타났고, 불안애착은 유의미한 영향을 미치지 않았다. 이 모델의 변인들은 대학생들의 정서적 안녕감을 17.7% 설명해주고 있고, 대인관계 변인에 의해 설명력이 4.7% 증가하였음을 보여주고 있으며 애착의 하위변인인 회피애착보다 대인관계 변인이 더 많

은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 회피애착이 낮고 대인관계가 원만할수록 정서적 안녕감이 높은 것으로 나타났다.

Model 2에서 대인관계 변인을 투입한 결과, 대인관계 변인의 영향으로 인해 Model 1에서 유의한 영향을 미쳤던 회피애착과 불안애착의 영향력이 상대적으로 감소하여 불안애착의 경우 유의미한 영향이 없어졌고, 각 변인의 하위요인과 대학생들의 정서적 안녕감 간의 관계를 살펴보았을 때 대인관계 변인이 가장 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다.

2) 대학생의 애착과 대인관계가 인지적 안녕감에 미치는 영향

주관적 안녕감 중 인지적 안녕감과 관련된 위계적 회귀분석 결과는 〈표 3〉과 같다. 위계적 회귀분석 결과, Model 1에서 애착의 두 하위변인 중 회피애착($\beta = -.17, p < .01$)만이 정서적 안녕감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고, 대학생들의 인지적 안녕감을 4.4% 설명해주고 있었다. 즉 회피애착이 높을수록 인지적 안녕감이 낮은 것으로 나타났다.

대인관계 변인을 추가한 Model 2에서 변화량은 .058($p < .001$)로 통계적으로 유의미하였다. Model 2에서는 대인관계($\beta = .30, p < .001$)만이 대학생들의 인지적 안녕감에 영향을 미치는 변인으로 나타났고, 애착의 하위변인인 회피애착과 불안애착은 유의미한 영향을 미치지 않았다. 이 모델의 변인

〈표 3〉 대학생의 애착과 대인관계가 인지적 안녕감에 미치는 영향

종속변인	독립변인	Model 1		Model 2	
		표준화 계수(β)	t값	표준화 계수(β)	t값
인지적 안녕감	애착				
	회피애착	-.17	-2.93*	-.02	-.35
	불안애착	-.09	-1.61	-.01	0.25
	대인관계			.30	4.635***
	ΔR^2			.058***	
	R^2	.044		.102	
	F	7.706**		12.616***	

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

들은 대학생들의 정서적 안녕감을 10.2% 설명해주고 있다. 즉 대인관계가 원만할수록 인지적 안녕감이 높은 것으로 나타났다.

Model 2에서 대인관계 변인을 투입한 결과, 대인관계 변인의 영향으로 인해 Model 1에서 유의한 영향을 미쳤던 회피애착의 영향력이 상대적으로 감소하여 유의한 영향이 없어졌고, 대인관계만이 대학생들의 인지적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

3. 대학생의 애착과 주관적 안녕감 관계에 대한 대인관계의 매개효과

애착이 주관적 안녕감에 미치는 영향에 대인관계가 매개하는지를 살펴보기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 매개효과 검증절차에 따라 회귀분석을 실시하였고, 매개효과 통계적 유의성 검증을 위해 Sobel test를 하였다. Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 검증을 위해서는 다음의 3가지 조건을 충족시켜야 하는데 이는 첫째, 독립변인은 매개변인과 유의한 관계가 있어야 하고 둘째, 독립변인은 종속변인과 유의한 관계가 있어야 하며 마지막으로 이러한 조건이 만족한다면 매개변인을 통제했을 때, 독립변인의 효과가 감소해야 하고 만약 독립변인의 효과가 없어진다면 이는 완전 매개효과를 보여주는 것이다. 이에 기초하여 본 연구에서는 애착, 주관적 안녕감, 대인관계의 각 하위변인을 위의 매개효과 검증절차를 통해 살펴보았다.

1) 대학생의 회피애착과 주관적 안녕감 간의 관계에서 대인관계의 매개효과

대학생의 애착 중 회피애착이 대인관계를 매개하여 주관적 안녕감에 영향을 미치는지 알아본 결과는 <표 4>와 같다. 우선 회피애착과 주관적 안녕감의 하위변인 중 정서적 안녕감과 관계에서 대인관계의 매개효과를 살펴보면, 1단계에서 독립변인인 회피애착이 매개변인인 대인관계에 미치는 영향력은 유의하였고($\beta = -.55, p < .001$), 2단계에서 종속변

인인 정서적 안녕감에 미치는 영향력도 유의하였다($\beta = -.33, p < .001$). 마지막으로 세 번째에서도 독립변인인 회피애착이 정서적 안녕감에 유의한 영향력($\beta = -.16, p < .01$)을, 매개변인인 대인관계가 정서적 안녕감에 유의한 영향력($\beta = .30, p < .001$)을 미치는 것으로 나타났으나, 매개변인을 통제된 상태에서는 2단계에서 유의하였던 회피애착의 영향력이 $-.33$ 에서 $-.16$ 으로 유의하게 감소한 것으로 나타났다. 이는 대인관계가 회피애착과 정서적 안녕감의 관계에서 부분 매개효과를 가짐을 보여주고 있다. 또한 Sobel의 유의도 검증결과, Sobel의 Z값이 -3.23 으로 $p < .01$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 즉 회피애착이 정서적 안녕감에 직접적인 영향을 미치고 있고, 대인관계를 통한 부분 매개효과도 유의함을 알 수 있다.

다음으로 주관적 안녕감 중 인지적 안녕감의 경우, 1단계에서 독립변인인 회피애착이 매개변인인 대인관계에 미치는 영향력은 유의하였고($\beta = -.55, p < .001$), 2단계에서 종속변인인 인지적 안녕감에 미치는 영향력도 유의하였다($\beta = -.19, p < .001$). 마지막으로 세 번째에서 매개변인인 대인관계가 인지적 안녕감에 유의한 영향력($\beta = .30, p < .001$)을 미치는 것으로 나타났으나, 매개변인을 통제된 상태에서는 2단계에서 유의하였던 회피애착의 영향력이 $-.19$ 에서 $-.02$ 로 감소함과 동시에 유의하던 관계가 유의미하지 않게 되었다. 이는 대인관계가 회피애착과 인지적 안녕감과의 관계에서 완전 매개효과를 보여주고 있다. 또한 Sobel의 유의도 검증결과, Sobel의 Z값은 -2.45 로 $p < .05$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 즉 대인관계는 회피애착과 인지적 안녕감과의 관계에서 완전 매개효과를 가지는 것으로 나타났으며 그 매개효과도 유의미한 것으로 나타났다.

2) 대학생의 불안애착과 주관적 안녕감 간의 관계에서 대인관계의 매개효과

대학생의 애착 중 불안애착이 대인관계를 매개하여 주관적 안녕감에 영향을 미치는지 알아본 결과는 <표 5>와 같다.

<표 4> 대학생의 회피애착과 주관적 안녕감 간의 관계에서 대인관계의 매개효과

단계	독립변인	종속변인	β	t	R ²	F
1단계	회피애착	대인관계	-.55	-12.03***	.30	144.68***
2단계	회피애착	정서적 안녕감	-.33	-6.31***	.11	39.68***
3단계	회피애착	정서적 안녕감	-.16	-2.70**	.17	34.03***
	대인관계	정서적 안녕감	.30	5.03***		
1단계	회피애착	대인관계	-.55	-12.03***	.30	144.68***
2단계	회피애착	인지적 안녕감	-.19	-3.57***	.04	12.76***
3단계	회피애착	인지적 안녕감	-.02	-.38	.10	18.95***
	대인관계	인지적 안녕감	.31	4.92***		

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

〈표 5〉 대학생의 불안애착과 주관적 안녕감 간의 관계에서 대인관계의 매개효과

단계	독립변인	종속변인	β	t	R^2	F
1단계	불안애착	대인관계	-.40	-7.87***	.15	61.90***
2단계	불안애착	정서적 안녕감	-.25	-4.63***	.06	21.48***
3단계	불안애착	정서적 안녕감	-.11	-1.99*	.16	32.08***
	대인관계	정서적 안녕감	.35	6.34***		
1단계	불안애착	대인관계	-.40	-7.87***	.16	61.90***
2단계	불안애착	인지적 안녕감	-.14	-2.59**	.02	6.68***
3단계	불안애착	인지적 안녕감	-.02	-.29	.10	18.91***
	대인관계	인지적 안녕감	.31	5.23***		

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

우선 불안애착과 주관적 안녕감의 하위변인 중 정서적 안녕감과 관계에서 대인관계의 매개효과를 살펴보면, 1단계에서 독립변인인 불안애착이 매개변인인 대인관계에 미치는 영향력은 유의하였고($\beta = -.40, p < .001$), 2단계에서 종속변인인 정서적 안녕감에 미치는 영향력도 유의하였다($\beta = -.25, p < .001$). 마지막으로 세 번째에서도 독립변인인 불안애착이 정서적 안녕감에 유의한 영향력($\beta = -.11, p < .05$)을, 매개변인인 대인관계가 정서적 안녕감에 유의한 영향력($\beta = .35, p < .001$)을 미치는 것으로 나타났으나, 매개변인을 통제 한 상태에서는 2단계에서 유의하였던 불안애착의 영향력이 $-.25$ 에서 $-.11$ 로 유의하게 감소한 것으로 나타났다. 이는 대인관계가 불안애착과 정서적 안녕감의 관계에서 부분 매개효과를 가짐을 보여주고 있다. 또한 Sobel의 유의도 검증결과, Sobel의 Z값이 -3.16 으로 $p < .01$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 즉 불안애착이 정서적 안녕감에 직접적인 영향을 미치고 있고, 대인관계를 통한 부분 매개효과도 유의함을 알 수 있다.

다음으로, 주관적 안녕감 중 인지적 안녕감의 경우에는 1 단계에서 독립변인인 불안애착이 매개변인인 대인관계에 미치는 영향력은 유의하였고($\beta = -.40, p < .001$), 2단계에서 종속변인인 인지적 안녕감에 미치는 영향력도 유의하였다($\beta = -.14, p < .01$). 마지막으로 세 번째에서 매개변인인 대인관계가 인지적 안녕감에 유의한 영향력($\beta = .31, p < .001$)을 미치는 것으로 나타났으나, 매개변인을 통제 한 상태에서는 2단계에서 유의하였던 불안애착의 영향력이 $-.14$ 에서 $-.02$ 로 감소함과 동시에 유의하던 관계가 유의미하지 않게 되었다. 이는 대인관계가 불안애착과 인지적 안녕감과의 관계에서 완전 매개효과를 보여주고 있다. 또한 Sobel의 유의도 검증결과, Sobel의 Z값은 -2.42 로 $p < .05$ 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 즉 대인관계는 불안애착과 인지적 안녕감과의 관계에서 완전 매개효과를 가지는 것으로 나타났으며 그 매개효과도 유의미한 것으로 나타났다.

IV. 논의 및 결론

본 연구는 대학생의 애착과 대인관계 그리고 주관적 안녕감과 관계의 관계를 알아보고, 대학생의 애착과 주관적 안녕감과 관계에 대인관계의 매개효과를 밝히는데 그 목적이 있다. 본 연구에서 얻어진 결과들을 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 대학생의 회피·불안애착은 대인관계, 주관적 안녕감과 유의미한 부적 상관관계를 갖는 것으로 나타났다. 이는 대학생의 회피·불안애착이 높을수록 대인관계가 좋지 않다는 박은경(1993)의 연구와 일치하는 결과이며, 타인과의 친밀함을 불편해하는 회피애착과 거절이나 버림받음에 대한 만성적인 두려움을 가진 불안애착이 높을수록 원만한 대인관계를 맺기가 어렵다는 것을 알 수 있다. 또한 대학생의 회피·불안애착이 높을수록 주관적 안녕감이 낮다는 것은 안정애착을 형성한 개인이 자신의 삶에 대한 인지적, 정서적 평가로 이뤄지는 주관적 안녕감을 높은 수준으로 가지게 된다는 연구결과(민성혜, 신혜원, 2007; 박인숙, 2005; 유경자, 2005; Dawson, 2000)를 뒷받침한다.

한편 대인관계는 주관적 안녕감과 유의미한 정적 상관관계를 갖고 있으며, 이는 대학생의 대인관계가 좋을수록 주관적 안녕감이 높다는 것을 의미한다. 친밀한 대인관계를 가진 사람들은 스트레스를 받는 경우에 친밀한 관계를 맺고 있는 사람들로 부터 사회적 지지를 받으므로 이에 더 잘 대처하고 정신건강을 유지한다(이동원, 박옥희, 2004; 차경호, 2004)는 연구를 지지한다. 이는 사회유대감이 높은 대학생의 경우 대인관계의 문제가 적고 주관적 안녕감이 높은 것으로 나타난 이수진(2009)의 연구결과와도 맥을 같이한다.

둘째, 대학생의 회피·불안애착이 주관적 안녕감 중 정서적 안녕감에 미치는 영향을 살펴본 결과 회피애착과 불안애착 순으로 정서적 안녕감에 유의한 영향(설명량 13%)을 미치고 있는 것으로 나타났으며, 회피애착의 경우 상대방과의 관계에서 부정적인 정서를 더 빈번하게 경험한다는 연구결과(이동원, 박옥희, 2004)와 일상적인 장면에서는 회피애착이

높을수록 정서적 단절을 많이 하게 되고, 결국 우울 및 불안과 같은 심리적 디스트레스를 경험할 가능성이 높아진다는 연구(안하얀, 서영식, 2010)와 맥을 같이한다. 즉 회피애착 유형은 타인을 신뢰하지 못하고 타인과의 관계를 두려워하는 경향이 높아 정서적 안녕감이 낮아진다. 불안애착은 강박적으로 상대방과 가까워지기를 원하지만 관계가 깨지는 것에 대한 두려움으로 늘 불안해하는 경향이 있으나 관계를 유지하고자 한다. 그러므로 관계에 대한 시도를 두려워하여 관계를 회피하는 회피애착이 불안애착 보다 정서적 안녕감이 더 낮은 것으로 추론해 볼 수 있다.

또한 대인관계 변인을 추가하여 살펴본 결과 회피애착보다 대인관계가 정서적 안녕감(설명량 17.7%)에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 회피애착이 낮고 대인관계가 원만할수록 정서적 안녕감이 높다는 것을 의미한다. 즉 대학시절은 대인관계의 폭이 넓어지고, 그 이전시기보다 질적인 변화를 경험하게 되기 때문에 무엇보다 대인관계가 중요하게 작용한다고 볼 수 있다. 대인관계에서 오는 문제로 인해 고립감이나 자신에 대한 무가치함을 느끼게 되면 타인에게 무시당하거나 거부당할지도 모른다는 걱정과 두려움 때문에 사회적 불안, 성격장애와 같은 정신적 병리증상을 유발할 수도 있어(이수진, 2009), 정서적 안녕감에 부정적인 영향을 미치는 것으로 추론해 볼 수 있다.

셋째, 대학생의 회피·불안애착이 주관적 안녕감 중 인지적 안녕감에 미치는 영향을 살펴본 결과 회피애착만이 인지적 안녕감에 유의한 영향(설명량 4.4%)을 미치고 있는 것으로 나타났으며, 이는 회피애착이 높을수록 인지적 안녕감이 낮다는 것을 의미한다. 즉 회피애착인 사람들은 균형과 통합, 내적 응집성이 부족하여 많은 스트레스에 노출되며(Mikulincer & Orbach, 1995), 관계에서 갈등 상황을 해결할 수 있다는 자신감이 부족하기 때문에 피하는 경향이 있다(Creasey, Kershaw, & Boston, 1999)는 연구결과를 바탕으로 타인과 가까워지는 것을 두려워하는 사람일수록 생활만족도가 낮은 것으로 추론해 볼 수 있다.

또한 대인관계 변인을 추가하여 살펴본 결과 대인관계만이 인지적 안녕감(설명량 10.2%)에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 대인관계가 원만할수록 인지적 안녕감이 높다는 것을 의미한다. 이는 자신을 이해하고, 수용하며, 긍정적인 대인관계를 유지하는 경우 삶의 만족도가 증가한다고 보고한 차경호(2004)의 연구결과를 지지한다. 대학시절은 대인관계의 범위가 확장되고 다양화됨에 따라 원만한 대인관계를 유지하는 것이 삶의 만족도에 궁극적인 영향을 주는 것으로 볼 수 있다. 따라서 성공적인 대학생활을 위해 대인관계 향상을 위한 프로그램을 구성하고 운영할 필요가 있음을 시사한다.

넷째, 대학생의 애착과 주관적 안녕감 간의 관계에서 대인관계의 매개효과가 있는지를 살펴본 결과 회피·불안애착 모두 주관적 안녕감 중 정서적 안녕감에는 직접적인 영향을 미치고, 대인관계를 통한 부분 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 인지적 안녕감에는 완전 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 애착이론에 따르면 회피·불안애착을 형성한 사람들은 내적 작동 모델에 자신과 외부 사람들에 대한 부정적인 표상을 가지게 될 뿐만 아니라 대인관계에서 지나치게 위축되거나, 사교성이 떨어지고, 회피적인 태도를 보이는 등의 행동양식을 보여주게 되므로 대인관계를 유지하기 위한 심리적 부담과 스트레스를 가져오게 되어 주관적 안녕감에 부정적인 영향을 미치는 것으로 추론해 볼 수 있다.

본 연구는 대학생의 애착과 대인관계가 주관적 안녕감과 어떤 관계가 있는지 밝혔을 뿐만 아니라 대인관계가 매개역할을 한다는 것을 검증하였다. 대인관계가 대학생의 주관적 안녕감을 높이는데 중요한 매개변인으로써의 역할을 하므로 대학생을 위한 다양한 프로그램 개발에 있어 대인관계증진과 관련된 부분을 고려하여 프로그램 내용을 구성하여야 할 필요성을 제시하였다는 데에 의의가 있다. 특히 취업을 앞둔 대학생들에게 회사 적응과 관련하여 대인관계는 중요하므로 대학교 부설 상담센터에서 대인관계증진 프로그램을 더욱 활성화시켜야 하는 근거자료가 될 수 있을 것으로 사료된다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언들은 다음과 같다. 첫째 청주시와 안동시의 일부 대학생들을 대상으로 하였기에 일반화하는데 무리가 있다. 이에 후속연구에서는 좀 더 광범위한 표집을 구성하여 연구를 진행할 필요가 있다. 둘째 본 연구에서는 대학생의 대인관계를 하위변인으로 나누지 않고 단일 차원으로 연구하였다는 점이다. 따라서 후속 연구에서는 애착 및 주관적 안녕감과 대인관계의 관계를 다차원적으로 살펴 볼 필요가 있다. 셋째 사회가 복잡해질수록 인간이 추구하는 주관적 안녕감에 관한 관심은 더욱 높아질 수밖에 없다. 그러나 본 연구의 연구대상자가 대학생이라는 제한으로 인해 연구결과를 일반인들에게 일반화시키는데 한계가 있다는 점을 고려하여 추후 연구에서는 장기간에 걸친 성인기 남녀를 대상으로 연구되어야 할 것이다.

■ 참고문헌

- 권석만, 김지영(2002). 자기 및 타인 표상과 대인관계문제의 관계. **한국심리학회지: 임상**, 21(4), 705-726.
- 김나리(2001). 대학생의 이성관계에서 애착이 갈등 해결 전략에 미치는 영향-부정적 기분 조절 기대치를 매개변인으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

- 류연지(1996). 성격 및 욕구수준이 주관적 안녕감에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 문선모(1980). 인간관계훈련 집단상담 실시 효과에 관한 연구. 경상대학교 대학원 석사학위논문.
- 민성혜, 신혜원(2007). 완벽주의 성향을 매개로 한 대학생의 부/모에 대한 애착이 주관적 안녕감에 미치는 영향. **대한가정학회지**, 45(10), 83-95.
- 박은경(1993). 애착유형이 자존감 및 대인관계에 미치는 영향-대학생 집단을 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 박인숙(2005). 청소년의 애착 경향성이 사회적 지지요청 및 지지지각, 그리고 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 박현주(2007). 사회적 지지와 자기 결정성이 청소년의 주관적 안녕감에 미치는 영향. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 안하얀, 서영석(2010). 성인애착, 심리적 디스트레스, 대인관계문제: 피드백에 대한 반응, 정서적 대처, 사회적 지지 추구의 매개효과 검증. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 22(3), 575-603.
- 유경자(2005). 애착이 사회적 지지와 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이경란(2006). 정서표현성과 사회적 문제해결능력이 대학생의 주관적 안녕감에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이동원, 박옥희(2004). **사회심리학**. 서울: 학지사.
- 이수경(2003). 여대생들의 긍정적 착각과 주관적 안녕감. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이수진(2009). 대학생이 지각하는 사회유대감과 자율성이 학교생활적응과 주관적 안녕감에 미치는 영향: 대인관계문제를 매개로. **한국심리학회지: 학교**, 6(2), 229-248.
- 전보영(2005). 대학생의 애착수준, 분리개별화 및 이성간의 갈등해결전략과의 관계 연구. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 조운주(2007). 생산적 활동이 여성 노인의 주관적 안녕감에 미치는 영향: 요구-조절-지지 모델의 적용. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 차경호(2004). 한국과 미국대학생의 주관적 안녕감과 심리적 안녕감의 관계. **청소년학연구**, 11(3), 321-337.
- 한덕용, 성한기, 강혜자, 이경성, 최훈석, 박근석 외(2005). **사회심리학**. 서울: 학지사.
- 한정원(1997). 자기표현성이 건강 및 주관적 안녕감에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S.(1978). *Patterns of Attachment: A study on the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T.(1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationships psychological well-being in adolescence. *Journal of youth and Adolescence*, 16(5), 427-452.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A.(1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- 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. 1: Attachment*, New York: Basic Books.
- Bowlby, J.(1973). *Attachment and loss, Vol. 2: Separation*, New York: Basic Books.
- Campbell, A.(1976). Subjective measures of well-being. *American psychologist*, 31, 117-124.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L.(1976). *The quality of American life*, New York: Russell Sage Foundation.
- Cicirelli, V. G.(1983). Adult Children's Attachment and Helping Behavior to Elderly Parents:A Path Model. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 815-825.
- Collins, N. L., & Read, S. J.(1990). Adult attachment. working models. and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Creasey, G., Kershaw, K., & Boston, A.(1999). Conflict management with friends and romantic partners: The role of attachment and negative mood regulation expectancies. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 523-543.
- Dawson, T. E.(2000). A life-span comparison of early attachment experiences to current attachment and psychological well-being in an elderly population, Texas A&M University.
- Diener, E.(1984). Subjective well-being. *Psychological*

- Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larson, R. J., & Griffin, S.(1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., & Suh, E.(1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40, 189-216.
- Eid, M., & Diener, E.(2004). Global judgments of subjective well-being: Situational variability and long-term stability. *Social Indicators Research*, 65, 245-277.
- Hazan, C., & Shaver, P.(1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P.(1990). Love and work: an attachment- theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(2), 270-280.
- McDowell, I., & Newell, C.(1990). *Measuring health: A guide to rating scales and questionnaires*, MA: Oxford Press.
- Mikulincer, M., & Orbach, I.(1995). Attachment styles and repressive defensiveness: The accessibility and architecture of affective memories. *Journal of personality and Social Psychology*, 68, 917-925.
- Myers, D. G., & Diener, E.(1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Schlein, S., & Guernsey, B.(1977). *The relationship change scale(RCS)*, Pennsylvania State University.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S.(1992). Support seeking and support giving within couples in an Anxiety-Provoking Situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 434-446.
- Szalai, A.(1980). *The Quality of Life: The meaning of comparative research on the quality of life*, Beverly Hills, CA: Sage.
- Veehoven, R.(1991). *Questions on happiness: Classical topics, modern answers blind spot*, New York: Pergamon Press.
- Wei, M., Liao, K. Y. H., Ku, T. Y., & Shaffer, P. A. (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of Personality*, 79, 191-221.
- Zhang, F.(2009). The relationship between state attachment security and daily interpersonal experience. *Journal of research in personality*, 43(3), 221-228.

접 수 일 : 2011년 10월 4일
 심사시작일 : 2011년 10월 6일
 게재확정일 : 2011년 11월 10일