

한국심리학회지: 건강  
The Korean Journal of Health Psychology  
2008. Vol. 13, No. 3, 691 - 704

# 여대생의 적응과 관련된 심리적 특성: 부모관계, 분리개별화, 수치심 및 죄책감을 중심으로

김 용 희\*

광주여자대학교 상담심리학과

이 연구는 여대생을 대상으로 부모와의 관계가 대학생활적응, 우울, 긍정정서에 미치는 영향에서 분리개별화의 매개효과를 회귀분석을 통해 살펴보았다. 그리고 분리개별화가 우울에 미치는 영향에서 수치심과 죄책감의 매개효과를 알아보았다. 참여자는 1,2학년에 재학중인 여대생 812명이었고, 분리개별화척도, 대학생활적응척도, 부정 정서와 긍정 정서척도, 간이정신진단검사, 세대간친밀감척도가 사용되었다. 연구결과, 부모와의 관계와 우울, 적응, 긍정정서 간의 관계에서 분리개별화의 매개효과가 유의하지 않았다. 한편 분리개별화가 우울을 예측하는데 수치심과 죄책감이 부분적으로 매개하고 있는 것으로 나타나, 분리개별화는 우울에 유의한 영향을 미치는 변인으로 입증되었다. 마지막으로 우울을 예측하는 분리개별화의 하위변인은 분리불안, 거부기대, 건강독립이었다. 여대생의 적응을 예측하는 분리개별화의 하위변인은 의존부정, 분리불안, 거부기대, 자기도취, 건강독립이었다. 여대생의 상담이나 교육 시 분리개별화에 초점을 두는 것이 효과적이라는 점을 시사하였다. 마지막으로 본 연구와 이후 연구의 시사점 및 본 연구의 제한점이 논의되었다.

주요어: 분리개별화, 부모관계, 대학생활적응, 우울

\* 교신저자(Corresponding author) : 김용희, (506-713) 광주시 광산구 산정동 광주여자대학교 상담심리학과,  
Tel: 062-950-3677, E-mail: yngkim9@hanmail.net

청년기에서 성인기로의 건강한 이행에 필수적인 대학생활적응을 예측하는 중요한 요인으로 개인의 성격변인, 통제력, 자이존중감, 스트레스 대처방식, 자율성과 개별성의 발달 등과 같은 주제로 다양하게 연구되고 있다(최송미, 1999; 정은희, 1992). 그 중에서도 많은 연구들이 부모와의 안정적인 관계를 대학생활적응에 상당한 영향력이 있는 요인으로 거론하고 있다(Larose & Boivin, 1998). 실제로 개인의 자아의 형성에 많은 영향을 미치는 것이 어린 시절부터 지속되어 온 부모와의 관계임을 생각해 볼 때, 이에 대한 설명은 호소력이 있어보인다.

이를 증명하듯 선행연구에서 부모와의 안정된 애착 경험이 학업적, 사회적, 정서적 적응에 도움이 되고(Lapsley, Rice & FitzGerald, 1990), 교우관계가 원만하며(김동직, 한성열, 1997), 적은 우울이나 불안 호소와 관련된다고 한다(장휘숙, 1997). 그렇다면 부모와의 안정적인 관계란 무엇인가? 이는 개인이 부모와 친밀감을 스스로없이 느끼면서도 부모가 나를 지나치게 간섭하지 않고 존중해주는 느낌을 갖는 것이다. 즉, 연결성(connectedness)과 분리성(separatedness)의 균형 잡힌 조화라고 볼 수 있다. 가족이론에서 말하는 연결성이란 “의미있는 타인과 정서적 유대감을 유지할 수 있는 능력”이며, 분리성은 “의미있는 타인과 구별되는 자아를 유지하는 능력”을 말하는 것이다(Bowen, 1978).

분리개별화는 Mahler(1975)가 설명한 개념으로, 영아가 생후 1년이 넘어서야 비로소 자신이 신체적, 정서적으로 독특한 존재임을 알게 되는 과정이라고 하였으나 이후 Blos(1979)가 영아기 못지않게 청년기에 일어나는 분리개별화가 중요

하며 이를 이차적 개별화 과정이라 하였다. 이는 부모에 대한 의존관계를 거부하고 심리적으로 해방되어 스스로 안정된 자아를 확립함으로써 건강한 성인으로 발달한다는 것이다.

청년기의 특성 상 부모로부터 분리개별화를 해야 할 중요한 시기임에도 불구하고 혼동되는 것은 분리개별화가 마치 부모와 어느 정도 거리를 두는 현상이기 때문에 부모와의 관계에 대한 위협으로 해석될 수 있다는 점이다. 그러나 Blos(1979)는 청년기 개인이 부모와의 관계를 단절할 필요없이 독립된 자신의 느낌을 발달시킬 수 있으며, 이러한 분리개별화는 부모와 연결되어 있으면서 부모와 분리되는 능력이라고 주장하였다. 부모로부터 자아를 분리시키는 과정으로 부모에 대한 의존으로부터 독립심을 증가시켜 나가는 것이며(Rice, FitzGerald, Whaley & Gibbs, 1995), 이와 동시에 분리될 때 느낄 수 있는 불안, 죄책감 혹은 거절에 대한 두려움과 같은 부정적 감정이 없는 상태이다(Mattanah 외, 2004).

이후의 연구들에서도 청년기의 중요한 발달과업은 의미있는 자기감을 형성하는 것과 동시에 의미있는 타인과의 애착을 형성하는 것이라고 보고 있어서(Laible, Carlo & Raffaelli, 2000), 결국 부모와의 긍정적 관계는 성인기에 독립적으로 행동할 수 있는 능력을 발달시키는데 큰 역할을 함을 의미한다.

부모와의 애착과 분리개별화는 다소 상반되면서도 독립적인 현상으로 두 변인이 청년발달에 중요한 개념임을 알 수 있다. 장휘숙(2002)은 대학생 생활 적응에서 부모와의 애착과 분리개별화의 부가적 영향을 지지하는 결론을 보고하고 있다. 애착과 분리개별화를 서로 독립적인 변인으로 보

고 그 영향력을 살펴본 것이다. 그러나 많은 애착 이론가들은 부모와의 안정적 관계가 자신을 가치 있고, 사랑스러운 존재로 볼 수 있는 능력 이외에도, 자신을 타인과 좀 더 구별되고, 독립된 존재로 볼 수 있는 복합적인 관점을 발달시킬 수 있다고 주장한다(Josselson, 1988). 따라서 이러한 두가지 변인을 독립적으로 보는 부가모델에 비해 매개모델에서는 우호적인 관계가 분리와 개별화를 도와 준다는 모형을 통해 인과나 순서를 추론해 볼 수 있는 장점이 있다. 본 연구에서는 앞서 언급한 장휘숙의 2002년 연구에서 사용한 부가적 모델보다 부모와의 안정된 관계가 분리개별화를 더욱 용이하게 하고 결국 대학생활적응과 관련하여 더 나은 능력을 보일 수 있다는 매개 모델을 검증해보고자 한다.

한편 분리개별화는 우울증과 관련하여 연구되어 오기도 했는데 우울에 취약한 성격을 가진 사람들이 보이는 특징 중 하나가 대인관계에서 의존성이 크기 때문에 분리개별화를 잘 하지 못하는 것이다. Mahler(1975)는 의존적 우울에서는 대상관계가 미분화되어 공생적인 특징을 갖는 분리개별화의 초기 단계에 머물러 있다고 보았다. 박규상(2008)은 청년들의 우울취약성에 따른 분리개별화 수준을 알아보았는데 의존적 우울이 높을수록 분리불안과 공생관계 수준이 높게 나타났다. 또한 자기비난적 우울성향자와 의존적 우울성향자 간에 분리개별화의 차이가 유의하지 않아서, 이러한 두가지 우울형태가 모두 대인관계에서 분리개별화의 문제가 크다는 것을 의미한다. 본 연구에서는 부모와의 불안정한 관계가 분리개별화에 문제를 일으키고 이것이 우울에 영향을 주는 지 알아보겠다.

우울에서는 전통적으로 죄책감(guilty)이 중요한 임상증상으로 간주되었는데 최근 수치심(shame)도 중요한 요인으로 많이 연구되고 있다(Scheff, 2001; 남기숙, 2008). 죄책감은 '저지른 잘못에 대해 책임을 느끼는 마음'이며, 수치심은 '몹시 부끄러운 마음'이다(국립국어연구원, 1999). 죄책감이 주로 '상대방에게 피해나 공격을 가한' 상황과 '인간적 의무를 소홀히 하거나 기대에 어긋난' 상황에서 경험하는 것이라면 수치심은 한 개인의 '부족함'이 노출되는 상황과 상대방에게 '망신과 무안을 당하는' 상황에서 경험하는 정서로서, 개인은 죄책감보다 수치심을 경험할 때 열등감과 수동성, 무기력감을 더 많이 느꼈다(남기숙, 2008). Nathanson(1992)은 수치심 우울집단과 죄책감 우울집단을 구분하였는데, 전자는 주로 자기에 대한 불평, 거절에 대한 지나친 민감성, 과도한 인정욕구의 특징을 보였으며, 후자는 자신의 잘못에 대한 걱정을 주로 보였다. Witkin, Lewis와 Weil(1968)은 수치심경향성과 죄책감경향성을 가진 사람은 자아의 발달이 덜 분화되고 느리게 진행된다 하여 이러한 경향성이 커진다고 하였다. 부모와의 관계에서 자아가 독립적이지 못하여 미성숙한 경우 분리개별화의 문제가 생길 수 있을 것으로 보이며, 아직까지 이를 검증한 연구가 없는 바, 본 연구에서는 자아의 발달과 연관되는 분리개별화의 문제가 결국 수치심이나 죄책감에 영향을 주며 이것이 우울증을 예측할 수 있는지 살펴보겠다.

최근들어 긍정심리학에 대한 관심이 높아지고 있다. 궁극적으로 부적응을 예방하는 데 있어서 행복감이나 긍정적 정서만큼 효과가 큰 요인이 없을 것이다. 행복에 대한 원천으로 많은 학자들이 사랑과 친밀감과 같은 인간관계의 중요성을

빼놓을 수 없음을 동의하고 있다(Deci & Ryan, 1991). 인간관계에서의 긍정적 경험은 의미있는 타인인 부모로부터 출발하며 청년기 개인은 부모와 분리개별화가 잘 이루어져 있을 때 더욱 안정감을 느끼며 타인을 신뢰하고 행복감을 더욱 많이 느낄 것으로 예상된다. 본 연구에서 분리개별화와 긍정적 적응간의 관계를 탐색하고자 한다.

## 방 법

### 참여자

전남의 4년제 대학교에서 1-2학년에 재학 중인 여자대학생 812명이 연구에 참여하였다. 참여자의 평균연령은 19.49세였다(표준편차 4.32).

### 측정도구

**분리개별화 척도.** 이 척도는 Levine, Green 및 Millon(1986)에 의해 개발되었고 8개의 하위요인을 측정하도록 구성되어 있다. 본 연구에서는 의존부정(12문항), 분리불안(14문항), 함입불안(7문항), 거부기대(12문항), 자기도취(15문항), 건강독립(7문항)의 6개 하위척도만을 실시하였다. 5점 척도이며 총점이 높을수록(건강독립은 반대) 분리개별화의 어려움을 나타낸다. 장근영과 윤진(1992)이 번안한 것을 사용하였고, 본 연구에서는 각 하위척도별로 신뢰도계수가 의존부정 .83, 분리불안 .70, 함입불안 .74, 거부기대 .82, 자기도취 .80, 건강독립 .55로 나타났다. 전체 신뢰도는 .86으로 비교적 안정적이었다.

**대학생활적응 척도.** Baker와 Siryk(1984)이 제작한 것으로 대학생활에 있어서의 적응정도를 측정하는 검사도구이다. 본 연구에서는 송수민(2007)이 번안한 것 중 학업적응척도 5문항과 사회적응척도 12문항으로 모두 17문항을 사용하였다. 학업적응은 대학생들이 대학 내에서 학업과 관련된 생활에 적응하는 수준을 측정하는 것이고, 사회적응 척도는 대학생들이 대학 내에서 대인관계나 과외활동과 같이 생활에 적응하는 정도를 측정하는 것이다. 이는 9점 척도로 전혀 그렇지 않다(1)에서 매우 그렇다(9) 사이에 응답하게 되어 있다. 본 연구에서 사용된 척도의 신뢰도 계수는 학업적응 .85, 사회적응 .76였다.

**부정적 정서와 긍정적 정서의 측정.** 부정적 정서 중 수치심과 죄책감의 측정을 위해 Smith(2002)가 사용한 수치심관련반응과 죄책감관련반응에 대한 형용사 체크리스트를 사용하였다. 각각의 형용사는 4점 척도로 반응하게 되어 있다. 수치심 관련 정서는 모두 12문항이고, 죄책감 관련 정서는 4문항이다. 긍정 정서는 이은영(1991)이 제작한 형용사 척도중 긍정정서에 관한 10문항으로 4점 척도였다. 본 연구에서 신뢰도 계수는 수치심 .85, 죄책감 .72, 긍정정서 .85였다.

**간이정신진단검사(SCL-90-R) 우울척도.** 이 척도는 김광일, 김재환 및 원호택(1994)이 제작한 척도로 개인이 호소하는 임상증상을 9개 차원에서 측정하는 90문항으로 구성되어 있으며 5점척도이다. 본 연구에서는 주관적으로 경험하는 우울 증상에 관련된 13문항만을 사용하였다. 주로 삶에 대한 관심의 철수, 동기결여, 활력상실, 절망감에 대한 내용이다. 본 연구에서의 신뢰도 계수는 .88였다.

**세대간 친밀감척도.** Bray, Williamson 및

Malone(1984)이 개발한 가족권위 척도(PAFS-Q)에서 세대간 친밀감 하위척도 13문항을 사용하였다. 문화권에 맞지 않는다고 판단되는 3문항을 제외하고 부모와의 친밀감 측정에 적합할 것으로 보이는 10문항을 실시하였다. 원래 부모 모두에 대해 질문하는 것이었으나 본 연구에서는 아버지와 어머니를 분리하여 따로 질문하였다. 예를들어, “아버지와의 관계가 좋은 편이다”, “아버지와 나는 서로의 삶에서 매우 중요한 존재이다”, “나와 아버지는 서로를 존중한다”, “어머니와 나는 관계가 좋은 편이다”이다. 5점 척도이고, 남순현(2000)이 변안한 것을 사용하였고, 아버지와 어머니 각각 신뢰도계수는 .91, .90으로 높은 편이었다.

#### 자료분석

분리개별화가 적응능력에 어떤 영향을 미치는지 살펴보기 위해 회귀분석을 실시하였다. 본 연구에서 사용된 통계 프로그램은 window용 SPSS 12.0이었다.

#### 결 과

여대생들의 적응 양식의 특성을 살펴보기 위해 부모와의 관계뿐만 아니라 대인관계, 적응, 우울, 수치심, 죄책감, 분리개별화와 그 하위변인들 간의 상관관계를 알아보았다(표 1 참조).

아버지와의 관계는 어머니와의 관계,  $r=.48, p<.001$ , 적응,  $r=.19, p<.001$ , 긍정정서,  $r=.14, p<.001$ 와 정적인 상관을 보였고 우울,  $r=-.10, p<.01$ , 수치심,  $r=-.13, p<.001$ , 분리개별화,  $r=-.22, p<.001$ , 와 부적인 상관을 보였으며, 죄책감과는

유의한 상관이 없었다. 이러한 결과는 아버지와의 친밀한 관계는 여대생의 정적인 정신건강과 의미 있는 관련성이 있음을 시사한다. 다만 자기도취의 경우 상관이 비교적 낮은 편( $r=.09, p<.01$ )임에도 불구하고 유의한 결과가 나온 점은 사례수가 많은 영향으로 보인다. 어머니와의 관계는 적응,  $r=.19, p<.001$ , 긍정정서,  $r=.14, p<.001$ ,와 정적 상관이 있으며, 수치심,  $r=-.12, p<.001$ , 죄책감,  $r=-.12, p<.001$ , 분리개별화,  $r=-.24, p<.001$ , 의존 부정,  $r=-.14, p<.001$ , 함입불안,  $r=-.18, p<.001$ , 거부기대,  $r=-.28, p<.001$ , 와 부적인 상관을 보였다. 이는 아버지와의 관계에서처럼, 어머니와의 좋은 관계는 여대생의 긍정적인 적응력에 영향을 미치고 있음을 입증해 주고 있다.

본 연구에서 관심을 가지고 있는 분리개별화의 경우 거의 모든 변인들과 유의한 상관을 보이고 있는데, 우울,  $r=.34, p<.001$ , 수치심,  $r=.32, p<.001$ , 죄책감,  $r=.35, p<.001$ , 과 정적 상관이 있어서 우울감을 유지하는 중요한 변인으로 상정할 수 있다. 한편 아버지관계,  $r=-.22, p<.001$ , 어머니관계,  $r=-.24, p<.001$ , 적응력,  $r=-.26, p<.001$ , 긍정정서,  $r=-.25, p<.001$ , 와는 부적 상관을 보이고 있어 이는 건강한 가족관계를 유지하고 행복감을 느끼는데 분리개별화가 의미있는 변인임을 지지한다.

우울증의 경우, 수치심,  $r=.42, p<.001$ , 죄책감,  $r=.44, p<.001$ , 분리개별화,  $r=.34, p<.001$ , 및 분리개별화의 하위변인인 의존부정,  $r=.18, p<.001$ , 분리불안,  $r=.30, p<.001$ , 함입불안,  $r=.12, p<.001$ , 거부기대,  $r=.31, p<.001$ , 와 유의한 정적 상관이 있고, 긍정정서,  $r=-.37, p<.001$ , 과는 부적 상관이 있었다.

아버지와의 관계와 여러 적응 변인들 간의 관계에서 분리개별화의 영향을 살펴보기 위해서 분

리개별화의 매개효과를 분석하였다(표 2 참조). Baron과 Kenny(1986)의 회귀분석을 통한 매개효과 검증방법을 사용하였다. 이들에 따르면 다음의 조건에서 매개변인으로 상정할 수 있다. 첫째, 독립변인이 가정된 매개변인을 유의미하게 설명하고(경로a), 둘째, 가정된 매개변인이 종속변인을 의미있게 설명하고(경로b), 셋째, 매개변인이 통제되었을 때 이전에 유의미하던 독립변인과 종속변인의 관계가 유의미하지 않아야 한다(Baron & Kenny, 1986).

한편 매개효과 크기가 통계적으로 유의미한지 알아보기 위해 Sobel 검증을 해 보았다(Sobel, 1986). 아래 식에서 분자는 각각 매개효과 추정치, 분모는 매개효과 추정치에 대한 표준오차(SE: standard error)를 나타내며, 분모의 SE<sub>a</sub>와 SE<sub>b</sub>는 각각 추정치 a와 b에 대한 표준오차 값이다. Z<sub>ab</sub>값이 1.96보다 크거나 -1.96보다 작을 때 영가설이 기각되므로 매개효과는 유의하다고 해석한다.

표 2에서 아버지와의 관계는 우울감을 유의하

표 1. 각 변인간의 상관

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭
①아버지	1.00													
②어머니	.48***	1.00												
③적응	.19***	.19***	1.00											
④우울	-.10**	-.09**	-.29***	1.00										
⑤수치심	-.13***	-.12***	-.23***	.42***	1.00									
⑥죄책감	-.06	-.12***	-.19***	.44***	.49***	1.00								
⑦긍정정서	.14***	.14***	.39***	-.37***	-.18***	-.14***	1.00							
⑧분리개별	-.22***	-.24***	-.26***	.34***	.32***	.35***	-.25***	1.00						
⑨의존부정	-.10**	-.14***	-.29***	.18***	.24***	.19***	-.14***	.64***	1.00					
⑩분리불안	-.02	-.03	-.09**	.30***	.28***	.31***	-.21***	.59***	.15***	1.00				
⑪합입불안	-.21***	-.18***	.01	.12***	.11**	.19***	-.05	.68***	.16***	.21***	1.00			
⑫거부기대	-.24***	-.28***	-.34**	.31***	.26***	.25***	-.27***	.78***	.59***	.28***	.31***	1.00		
⑬자기도취	.09**	.06	.18***	-.04	-.09*	-.04	.22***	.09**	.13***	.04	.12***	-.01	1.00	
⑭건강독립	-.00	.06	.31***	-.09*	-.03	.03	.13***	-.06	-.25***	.13***	.06	-.15***	.02	1.00
평균	33.52	35.69	112.95	18.17	14.90	5.65	18.09	110.97	22.29	39.03	18.17	23.62	39.30	25.29
표준편차	10.21	9.03	12.49	6.67	5.98	2.13	4.88	23.72	7.83	11.02	5.58	8.11	9.11	4.24

\* p < .05 \*\* p < .01 \*\*\* p < .001

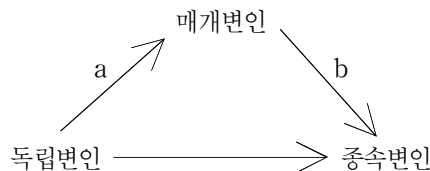


그림 1. 매개효과 모형

게 예측하고, 아버지 관계는 분리개별화를 유의하게 예측하였으며, 분리개별화에서 우울로의 예측이 여전히 유의하였다. 아버지관계가 우울을 예측하는 정도가 이전보다 감소하였으며 유의하지 않기 때문에, 분리개별화는 완전 매개하고 있는 양상이다. 적응, 긍정 정서에서도 아버지와의 관계는 이전보다 감소하였으나 유의한 상태여서 분리개별화는 부분적으로 매개하고 있다. 그러나 매개효과의 유의성을 검증하기 위한 Sobel 검증에서 아버지관계가 분리개별화를 거쳐 우울감,  $Z=1.82, p=.07$ , 적응,  $Z=1.83, p=.07$ , 긍정정서,  $Z=1.82, p=.07$ , 에 미치는 효과가 유의하지 않아서 충분한 매개 효과가 나타나지는 않았다(표 5). 회귀분석 시에는 사례수의 영향으로 유의한 결과가 도출된 것으로 보이고, Sobel 검증에서는 충분한 유의도는 나타나지 않았으나 경향성은 시사되는 바, 아버지관계에서 우울, 긍정정서, 적응에 미치는 분리개별화의 매개효과는 미약한 편으로 해석할 수 있다.

표 3을 보면, 어머니관계는 우울감을 유의하게 예측하였고, 어머니관계는 분리개별화를 유의하게 예측하였으며, 분리개별화는 우울을 의미있게 예측하였으며, 이전에 우울을 유의하게 예측하던 어머니관계는 더 이상 우울을 유의하게 예측하지 않았다. 이는 어머니 관계는 분리개별화를 통해 우울에 영향을 미치고 있음을 의미한다. 한편 적응, 긍정 정서에서도 어머니와의 관계에서 분리개별화가 부분적으로 매개하고 있는 것이 나타났다. 그러나 Sobel 검증에서 우울,  $Z=1.42, p=.15$ , 긍정정서,  $Z=1.41, p=.14$ , 적응,  $Z=1.43, p=.14$ , 으로 매개효과가 유의하게 나타나지 않았다. 따라서 어머니와의 관계에서 분리개별화의 매개효과는 통계적으로 유의하지 못하였다. 이는 아버지관계에서와 마찬가지로 회귀분석 시에는 많은 사례수로 인해 유의한 결과가 나왔고, Sobel 검증시에는 경향성만을 나타내고 있는 바, 어머니관계가 우울감과 긍정정서, 적응에 영향을 주는 데 있어서 분리개별화가 매개하는 경향성만을 시사하고 있다.

표 2. 아버지 관계와 각 변인간의 관계에 대한 분리개별화의 회귀분석

우 울	
1. 아버지관계->우울	$\beta = -.103^{**}$
2. 아버지관계->분리개별화	$\beta = -.227^{***}$
3. 분리개별화->우울	$\beta = .338^{***}$
4. 아버지관계->우울	$\beta = -.052$
긍 정 정 서	
1. 아버지관계->긍정정서	$\beta = .140^{***}$
2. 아버지관계->분리개별화	$\beta = -.227^{***}$
3. 분리개별화->긍정정서	$\beta = -.253^{***}$
4. 아버지관계->긍정정서	$\beta = .113^{**}$
적 응	
1. 아버지관계->적응	$\beta = .192^{***}$
2. 아버지관계->분리개별화	$\beta = -.227^{***}$
3. 분리개별화->적응	$\beta = -.267^{***}$
4. 아버지관계->적응	$\beta = .150^{***}$

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

표 3. 어머니 관계와 각 변인간의 관계에 대한 분리개별화의 회귀분석

우 울	
1. 어머니관계->우울	$\beta = -.099^{**}$
2. 어머니관계->분리개별화	$\beta = -.245^{***}$
3. 분리개별화->우울	$\beta = .338^{***}$
4. 어머니관계->우울	$\beta = -.014$
긍 정 정 서	
1. 어머니관계->긍정정서	$\beta = .140^{***}$
2. 어머니관계->분리개별화	$\beta = -.245^{***}$
3. 분리개별화->긍정정서	$\beta = -.253^{***}$
4. 어머니관계->긍정정서	$\beta = .104^{**}$
적 응	
1. 어머니관계->적응	$\beta = .190^{***}$
2. 어머니관계->분리개별화	$\beta = -.245^{***}$
3. 분리개별화->적응	$\beta = -.267^{***}$
4. 어머니관계->적응	$\beta = .133^{***}$

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

분리개별화와 우울증간의 관계에서 수치심과 죄책감의 매개효과를 알아본 결과, 부분적인 매개효과가 지지되었다(표 4 참조). 분리개별화는 우울감에 유의하게 영향을 주고, 분리개별화는 수치심에 유의한 영향을 미쳤으며, 수치심은 우울에 유의한 영향이 있었다. 분리개별화에서 우울로의 영향력이 이전보다 다소 감소하였으나 여전히 유의한 상태여서 수치심이 부분적으로 매개하고 있음을 알 수 있다. Sobel 검증에서 수치심의 매개효과가 유의하게 나타나,  $Z=9.60, p<.001$ , 분리개별화에서 우울을 설명할 때, 수치심이 부분적으로 매개하고 있음을 지지하고 있다.

표 4. 분리개별화와 우울증간의 관계에 대한 수치심, 죄책감의 회귀분석

수 치 심	
1.분리개별화->우울	$\beta=.338^{***}$
2.분리개별화->수치심	$\beta=.324^{***}$
3.수치심->우울	$\beta=.424^{***}$
4.분리개별화->우울	$\beta=.228^{***}$
죄 책 감	
1.분리개별화->우울	$\beta=.338^{***}$
2.분리개별화->죄책감	$\beta=.349^{***}$
3.죄책감->우울	$\beta=.444^{***}$
4.분리개별화->우울	$\beta=.209^{***}$

\*\*\*  $p<.001$

죄책감의 경우에도 수치심의 결과처럼 부분적인 매개효과가 입증되었다(표 4 참조). 분리개별화가 우울을 유의하게 예측하고, 분리개별화가 죄책감을 유의하게 예측하였으며, 죄책감에서 우울

표 5. 매개효과 검증(Sobel Test)

독립변인	아버지 관계			어머니 관계			분리개별화	
	우울	긍정정서	적응	우울	긍정정서	적응	수치심	죄책감
Sobel	1.82	1.82	1.83	1.42	1.42	1.43	9.60***	9.86***

\*\*\*  $p<.001$

표 6. 우울과 적응에 대한 분리개별화 하위변인의 영향

	우 울				적 응			
	Beta	Adj.R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> change	F change	Beta	Adj.R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> change	F change
		.156	.162	25.415		.251	.257	44.698
의존부정	.014				-.156***			
분리불안	.253***				-.077*			
합입불안	.013				.071*			
거부기대	.217***				-.211***			
자기도취	-.061				.198***			
건강독립	-.094**				.259***			

\*\*\*  $p<.001$



로의 예측이 유의하였다. 죄책감을 통제된 상태에서 분리개별화에서 우울을 예측하는 정도가 감소하였으나 여전히 유의한 상태여서,  $\beta=.209$ ,  $p<.001$ , 부분적 매개효과가 나타났다. Sobel 검증에서 수치심의 매개효과가 유의하게 나타나 일치하고 있다,  $Z=9.86$ ,  $p<.001$ .

우울감과 적응에 대한 영향력을 미치는 분리개별화 하위변인의 효과를 살펴본 결과(표 6 참조) 분리불안, 거부기대, 건강독립이 우울을 유의하게 예측하는 변인이었으며, 약 16%를 설명할 수 있었다. 적응을 예측하는 유의한 변인은 분리개별화의 하위변인인 건강독립, 거부기대, 자기도취, 의존부정, 분리불안, 합입불안이 약 25%를 설명하여 분리개별화가 건강한 적응을 예측하는데 중요한 요인임을 의미한다.

## 논 의

연구결과 분리개별화는 부모와 관계를 매개하여 우울감, 적응 및 긍정정서에 유의한 영향을 미치지 못하였으며, 단지 미약한 정도의 매개 경향성이 나타났다. Baron과 Kenny의 매개모형에 따르면 아버지와 어머니의 관계가 우울감에 미치는 영향에서 분리개별화는 완전매개를 하는 결과였으나, Sobel 검증에서는 매개효과가 충분히 크지 않은 것으로 나타나 불일치함으로써 약한 정도의 매개 경향성만이 시사된다. 이러한 결과는 부모와의 관계가 분리개별화에 영향을 주고 분리개별화가 우울에 영향을 준다는 기존 애착연구의 결과와 다른 것이다(Josselson, 1988). 일반적으로 안정된 애착의 형성이 분리개별화를 도와줄 수 있으며 이는 우울완화에 기여할 것이라는 과정적인 추론이 지

지되지 못하였다. 단지 약한 정도의 경향성만 나타났기 때문에 분리개별화가 부모와의 관계와 우울에서 간접적으로 역할을 할 수 있는 가능성을 탐지해 볼 수 있다. 이러한 결과는 본 연구에서 대학생 1-2학년이 주축이 된 본 연구의 피험자들의 특수성으로 생각된다. 이들은 아직 심리적으로 부모에게 독립하지 못하고 상당부분 부모에게 의존하고 있으며, 특히 여자대학생은 남자대학생에 비해 보편적으로 의존성이 큰 편으로 분리개별화의 효과가 약하게 나왔을 가능성이 있다.

한편 우울과는 상반되는 적응과 긍정 정서와 관련하여서도 분리개별화가 부모와의 관계에서 부분적으로 매개하는 경향성만 나타났을 뿐 유의한 효과는 없었다. 이는 Mattanah 등(2004)이 주장했던 애착과 대학생생활적용사이의 분리개별화 매개 모형과 일치하는 않는 결과이다. 부모와의 관계가 분리개별화에 영향을 주고 분리개별화가 부분적으로 적응과 긍정정서에 영향을 미칠 것을 예상하였으나 지지되지 못하였다. 부모와의 친밀감은 개인에게 안정감을 심어주며 자신감을 줄 것으로 보이나 본 연구에서는 기각되었다. 그러나 현실적으로 대학상담소를 찾는 여학생내담자의 상당수가 부모와 관련된 가정문제에서 비롯되는 점을 고려할 때, 부모와의 관계에서 안정감을 유지하면서 분리감을 함께 얻어갈 수 있도록 도움을 주는 것이 필요해 보이는 바, 본 연구 결과에서의 불일치를 설명하기 위해 이후에 더 많은 연구가 필요하다.

우울을 심화시킬 수 있는 매개요인으로 수치심과 죄책감을 설정한 결과에서 분리개별화가 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 신주연(2003)의 연구에서 부모와의 부정적인 정서경험

을 많이 할수록 수치심이 증가하며, 이러한 수치심경향성은 병리적 의존감을 높여준다는 점에서 부모와의 분리개별화가 수치심에 영향을 준다는 본 연구결과와 유사한 맥락에서 해석될 수 있다. 수치심이 정서적으로 강렬하고 자기감을 위협할 정도로 불편한 감정이기 때문에 분리개별화가 덜 발달되어 있을 때 한 개인이 경험하는 부정적 감정은 매우 고통스러울 것이다. 본 연구에서 수치심의 매개효과가 유의하게 나타난 것에 대해 분리개별화 자체 보다 수치심의 정도에 따라 우울에 직접적인 영향을 가진다고 볼 수 있다. 수치심의 경험이 우울의 시작, 악화 또는 유지와 같은 진행과정에 관련됨을 보여준다.

수치심과 달리 죄책감은 모든 평가가 자기와 다소 거리를 두고 일어나므로 수치심보다 덜 고통스럽고 덜 파괴적이며, 반성적 반응양식이나 성취동기와 같은 긍정적 요인과 관련된다고 알려져 있다(Lewis, 1971). 그러나 본 연구에서는 수치심과 죄책감이 모두 다 분리개별화와 연결되는 변인으로 나타났으며, 수치심이나 죄책감 모두 동일하게 분리개별화나 우울과 정적인 상관이 나타났기 때문에 이 두 변인 간의 상세한 차이를 탐지하기 어려웠다. 이에 대한 설명으로 어떤 연구자들은 수치심과 죄책감이 유발되는 것을 구분하는 전형적인 상황이 없다고 보는 경우도 있고 (Tangney, 1992), 또 다른 연구자는 수치심과 죄책감이 유발되는 상황이 다르며 특히 수치심은 원하지 않는 정체감이 드러나는 상황에서 많이 발생한다고 보기 때문에(Ferguson, Eyre, & Ashbaker, 2000) 두 개념이 논란의 대상이 되고 있다. 그리고 본 연구에서 죄책감과 관련된 질문이 5문항밖에 되지 않은 점도 결과가 분명하게

나타나지 않은 이유로 생각된다. 후속 연구에서 분리개별화와 수치심 및 죄책감의 관계를 더욱 심도있게 알아보는 것이 필요하다고 생각한다.

적응능력과 우울에 미치는 분리개별화의 영향을 직접적으로 알아보기 위해 분리개별화의 하위척도인 의존부정, 분리불안, 함입불안, 거부기대, 자기도취, 건강독립을 한꺼번에 투입하였을 때, 분리개별화의 모든 하위척도가 분리개별화를 유의하게 예측하고 있어서 건강한 적응에 분리개별화가 밀접한 관련을 맺고 있음을 보여주었다. 이 중에서 건강독립, 의존부정, 거부기대, 자기도취는 가(假) 독립개별화(Individuation-Pseudo Independence) 유형과 관련되고, 분리불안, 함입불안은 공생관계-일차적 불안(Symbiosis-Primary Anxiety) 유형과 관련된다. 대체로 전자가 후자보다 발달 단계상 상위 수준에 해당한다. 본 척도의 개별화 개념은 청년기에 “자기 및 비자기”사이의 구별을 배우는 것, 혹은 자기감을 획득하는 것이다.

의존부정, 분리불안, 거부기대는 적응능력을 부정적으로 예측하며, 함입불안, 자기도취, 건강독립은 정적인 방향으로 예측하였다. 따라서 타인에게 의존하는 것을 부정하지 않을수록, 타인이 자신을 거부할 것을 두려워하는 정도가 작을수록, 자신에 대한 프라이드가 높을수록, 타인과의 균형잡힌 관계를 맺을수록, 타인과 분리되는 두려움이 적을수록, 부모의 과도한 통제를 싫어할수록 적응능력이 좋다고 해석할 수 있다. 결과적으로 분리개별화정도가 많이 이루어질수록 적응을 잘한다는 결과이다.

한편 우울을 예측하는 분리개별화의 하위척도는 분리불안, 거부기대 및 건강독립이 있다. 타인과 분리되는 것에 대한 불안이 많을수록, 타인이 자신을 거부할 것이라는 두려움이 클수록, 마지막

으로 타인과 균형잡힌 관계를 맺는 것에 미숙할 수록 우울을 많이 경험하였다. 이는 우울의 유형 중 의존적 우울형태로 설명할 수 있다. 이 유형의 우울은 부모가 아동을 소홀히 대하거나 부모의 이혼, 별거, 사망과 같이 실제적인 애정대상의 상실과 관련된다. 따라서 이 우울 유형에 속하는 사람들은 중요한 주변 인물을 실제로 상실하였거나 중요 타인에게 버려졌다고 생각할 때 우울에 취약하다(박부형, 2000). 의존적 우울유형의 사람들은 타인에게 의존적이어서 그들로부터 보호받기를 갈망한다. 연구자의 경험으로도 대학 상담실에서 신입 여자대학생들이 주로 호소하는 문제가 고등학교 때 한 교실에서 늘 여러 친구들과 함께 지낼 수 있었는데 대학에서는 강의 시간에만 친구들을 만날 수 있어서 외롭고 힘들다는 호소를 적지 않게 듣고 있다.

결과를 종합해 보면 부모관계와 우울 및 적응간의 관계에서 분리개별화의 매개효과는 충분하지 못하였고, 분리개별화가 우울에 미치는 영향에서 수치심과 죄책감의 매개효과가 유의하게 나타났다. 그러나 부모로부터의 분리는 성인으로서의 자기감을 형성하여 적응 전반에 걸쳐 지대한 영향을 미칠 수 있을 것으로 보인다. 본 연구에서, 부모에 국한되어 조사하였으나 이후의 연구에서는 가족 간의 관계로 확대하여 분리개별화의 문제를 살펴보는 것도 의미가 있을 것으로 생각되니 이에 관해 좀 더 많은 연구가 이루어져야 하겠다.

본 연구에서는 여자대학생에 국한하여 부모관계, 분리개별화, 우울 및 적응능력을 알아보았기 때문에 남자대학생과 비교할 수 없는 것은 아쉬운 점이다. 분리개별화에 대한 남녀차를 살펴본

이서영(2005)은 남학생이 여학생보다 자아신뢰감이 높았고, 여학생이 남학생보다 어머니가 자신을 더 많이 간섭한다고 생각하는 경향이 있었다. 이 연구 결과는 분리개별화 과정이 성별에 따라 차이가 있다는 다른 연구(Chodorow, 1978) 결과와 일치한다. 그러나 이서영의 연구에서 사용된 분리개별화척도가 본 연구와 다르기 때문에 직접적인 비교가 어렵다. 대체로 사춘기 청소년을 대상으로 한 다른 연구에서는 남학생이 여학생보다 부모를 더욱 통제적으로 지각한다는 보고도 있어(문경주, 오경자, 2002) 연구 결과의 불일치가 있어 보인다. 앞으로 분리개별화의 여러 측면을 성차의 관점에서 더 많이 연구되어야겠다.

본 연구의 제한점은 부모와의 관계 측정을 질문지로 실시하여 응답의 신뢰성 문제가 있을 수 있다. 질문지 방식의 단점을 보완할 수 있는 방법이 필요해 보인다. 그리고 대상자가 여자대학생 집단이었다는 점으로 남자대학생과 비교가 어려워 일반인에게 적용하기가 어려워 보인다. 하지만 본 연구에서 분리개별화와 여러 변인들과의 관계가 대체로 유의미하게 나타나 심리적으로 중요한 개념임을 확인할 수 있었다. 따라서 성인 뿐만 아니라 아동에게도 분리개별화는 적응이나 우울과 같은 측면에서 설명력이 높은 변인으로 예상된다. 앞으로의 연구에서는 다양한 연령층을 대상으로 한 연구가 실시되어 이러한 점들을 보완해야 할 것이다.

## 참 고 문 헌

- 국립국어연구원 (1999). 표준국어대사전. 서울: 두산동아.  
김광일, 김재환, 원호택 (1994). 간이정신진단검사. 중앙

- 적성연구소.
- 김동직, 한성열 (1997). 한국 대학생의 애착유형 분포와 대인관계 특성. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 11, 91-109.
- 남기숙 (2008). 수치심, 죄책감 경험과 대처가 심리증상에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 남순현 (2000). 가족의 정서체계 역동성에 관한 연구. 고려대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 문경주, 오경자 (2002). 지각된 부모의 양육행동과 초기 청소년의 우울 및 불안과의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 21, 29-43.
- 박규상 (2008). 자기비난적 우울과 의존적 우울에 따른 분리개별화 수준 및 대인관계 성향의 차이- 청소년을 대상으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박부형 (2000). 자기비난적 우울과 의존적 우울의 분리개별화 수준 및 대상관계특징. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 신주연 (2003). 성장기의 부모화 경험이 대학생의 병리적 의존에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이서영 (2005). 대학생의 분리개별화 수준과 성역할 정체감. 숙명여대 대학원 석사학위 청구논문.
- 장근영, 윤진 (1992). 청소년기 자아중심성; 분리개별화 과정 및 역할취득 수준과의 관계. *한국심리학회지: 발달*, 5, 157-175.
- 장휘숙 (1997). 성인 애착의 3범주 모델과 4범주 모델의 비교. *한국심리학회지: 발달*, 10, 123-138.
- 장휘숙 (2002). 청년후기의 부모에 대한 애착, 분리개별화 및 심리사회적 적응. *한국심리학회지: 발달*, 15, 101-121.
- 정은희 (1992). 부모로부터의 독립과 대학생활 적응과의 상관연구. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 최송미 (2003). 한국대학생의 사회적 유능성의 구성요인 연구. 연세대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measurability adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 179-189.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Blos, P. (1979). *The adolescent passage*. New York: International Universities Press.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: J. Aronson.
- Bray, J. H., Williamson, D. S., & Malone, P. E. (1984). Personal authority in the family system. *Journal of Marital and Family Therapy*, 10, 167-178.
- Chodorow, N. (1978). The reproduction of mothering; *Psychoanalysis and the Society of Gender*. Berkley: University of California Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation: Vol. 38. Perspectives on motivation*. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Ferguson, T. J., Eyre, H. L., & Ashbaker, M. (2000). Unwanted identities: A key variable in shame-anger links and gender differences in shame. *Sex Role*, 42, 133-157.
- Josselson, R. (1988). The embedded self: I and Thou revisited. In D. K. Lapsley & S. M. Quintana (Eds.), *Self, ego and identity*. New York: Springer.
- Lapsley, D. K., Rice, K. G., & FitzGerald, D. P. (1990). Adolescence attachment, identity and adjustment to college: Implications for the continuity of adaptation hypothesis. *Journal of Counseling Development*, 68, 561-565.
- Larose, S., & Bolvin, M. (1998). Attachment to

- parents, social support expectations, and socioemotional adjustment during the high school-college transition. *Journal of Research on Adolescence*, 8, 1-27.
- Levine, J. B., Green, C. J., & Millon, T. (1986). The separation-individuation test of adolescence. *Journal of Personality Assessment*, 50, 123-127.
- Lewis, H. B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. New York: International Universities Press.
- Liabe, D. J., Carlo, G., & Raffaelli, M. (2000). The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, 29, 45-59.
- Mahler, M., Pine, F., & Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant*. New York: Basic Books.
- Mattanah, A., Jonathan, F., Hancock, J., Gregory, R., Brand, G., & Bethany, L. (2004). Parental Attachment, separation-individuation, and college student adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 213-225.
- Nathanson, D. L. (1992). *Shame and pride: affect, sex and the birth of the self*. New York: Norton & Company.
- 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. *Journal of Counseling & Development*, 73, 463-474.
- Scheff, T. J. (2001). Shame and community: social components in depression. *Psychiatry*, 64, 212-224.
- Sobel, M. E. (1986). Some new results on indirect effects and their standard errors in covariance structure models. In N. Tuma (Ed.), *Sociological Methodology 1986* (pp.159-186). Washington, DC: American Sociological Association.
- Tangeney, J. P. (1992). Situational determination of shame and guilt in young adulthood. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 199-206.
- Witkin, H. A., Lewis, H. B., & Weil, E. (1968). Affective reactions and client-therapist interactions among more differentiated and less differentiated patient early in therapy. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 146, 193-208.

원고접수일: 2008년 8월 8일

게재결정일: 2008년 9월 6일

# Psychological Characteristics of Adjustment in Female University Students: Parental Relationship, Separation-Individuation, Shame, and Guilty

Yong Hee Kim

Kwang Ju Women's University

This study examined the separation-individuation's mediated effect in the relationship between parental relationship and adjustment, depression and positive emotion. And also examined the mediated effect of shame and guilty in the relationship between separation-individuation and depression. As a way of addressing these topic, survey questionnaire was conducted with 812 female university students from first and second year students. Separation-Individuation Scale(SIS), Student Adaptation to College Questionnaire(SACQ), Positive and negative emotion scale, SCL-90-R depression scale, PAFS-Q were used. As a result, separation-individuation does not mediated the effects of parental relationship on depression, college adjustment and positive emotion. And guilty and shame are partially mediated the link between separation-individuation and depression. Finally, among the separation-individuation subscales, separation anxiety, reject expectancy, and health independency effect on depression, and denial of dependency, separation anxiety, merge anxiety, rejection expectancy, self-indulgence, and health independency effect on adjustment. This effect suggested that separation-individuation had somewhat important effect on female college students and so counselling intervention would be effective if it is focused on separation-individuation. Finally the suggestions and the limitation of this study and the direction of future study were discussed.

*Keywords:* separation-individuation, parental relationship, college adjustment, depression