

가족분화와 대학생의 우울 간의 관계에서 자율성의 매개효과

The effect of family differentiation on college students' depression: The mediating role of autonomy

저자 (Authors)	이동미, 박주희 Lee, Dongmee, Park, Ju Hee
출처 (Source)	청소년학연구 27(3) , 2020.3, 87-119(33 pages) Korean Journal of Youth Studies 27(3) , 2020.3, 87-119(33 pages)
발행처 (Publisher)	한국청소년학회 Korea Youth Research Association
URL	http://www.dbpia.co.kr/journal/articleDetail?nodeId=NODE09320774
APA Style	이동미, 박주희 (2020). 가족분화와 대학생의 우울 간의 관계에서 자율성의 매개효과. 청소년학연구 , 27(3), 87-119
이용정보 (Accessed)	연세대학교 165.***.14.104 2021/11/26 14:14 (KST)

저작권 안내

DBpia에서 제공되는 모든 저작물의 저작권은 원저작자에게 있으며, 누리미디어는 각 저작물의 내용을 보증하거나 책임을 지지 않습니다. 그리고 DBpia에서 제공되는 저작물은 DBpia와 구독계약을 체결한 기관소속 이용자 혹은 해당 저작물의 개별 구매자가 비영리적으로만 이용할 수 있습니다. 그러므로 이에 위반하여 DBpia에서 제공되는 저작물을 복제, 전송 등의 방법으로 무단 이용하는 경우 관련 법령에 따라 민, 형사상의 책임을 질 수 있습니다.

Copyright Information

Copyright of all literary works provided by DBpia belongs to the copyright holder(s) and Nurimedia does not guarantee contents of the literary work or assume responsibility for the same. In addition, the literary works provided by DBpia may only be used by the users affiliated to the institutions which executed a subscription agreement with DBpia or the individual purchasers of the literary work(s) for non-commercial purposes. Therefore, any person who illegally uses the literary works provided by DBpia by means of reproduction or transmission shall assume civil and criminal responsibility according to applicable laws and regulations.

가족분화와 대학생의 우울 간의 관계에서 자율성의 매개효과*

이동미** · 박주희***

연세대학교 아동가족학과

본 연구에서는 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향이 자율성에 의해 매개되는지 검증하고자 하였다. 이를 위해 서울시와 경기도에 위치한 7개의 4년제 대학에 재학 중인 만 17세~24세의 대학생 312명(남녀 각 172명, 140명)을 대상으로 가족분화 척도와 자율성 척도, 우울 척도(CES-D)를 사용하여 설문조사를 실시하였다.

최대우도법 추정을 적용한 구조방정식 모형을 통해 가족분화가 우울에 미치는 영향을 자율성이 매개하는지 검증하였고, 부트스트랩(Bootstrap) 방법을 통해 매개효과의 유의성을 확인하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 가족분화는 대학생의 자율성에 정적인 영향을 미치고 자율성은 대학생의 우울 증상에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 가족분화 수준이 낮을수록 대학생의 자율성이 낮아지며, 낮은 수준의 자율성을 가진 대학생들이 더 높은 수준의 우울을 경험한다. 둘째, 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향에서 자율성의 완전매개효과가 유의한 것으로 나타나 가족분화는 자율성을 매개로 하여 대학생의 우울에 영향을 미침을 보여주었다. 본 연구를 통해 대학생의 우울을 감소하고 예방하기 위해 가족의 분화 수준과 대학생 개인의 자율성에 개입하는 것이 필요함을 확인하였다. 이와 같은 결과는 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향의 메커니즘을 확인하여 가족분화 이론을 경험적으로 검증하였다는 점에서 의의가 있다. 마지막으로 본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언에 대해 논의하였다.

*** 주제어:** 대학생, 우울, 가족분화, 자율성, 구조방정식

논문투고일(2019. 11. 19), 논문심사일(2020. 02. 01), 게재확정일(2020. 03. 01)

* 본 논문은 제1저자의 석사학위논문의 일부를 수정·보완한 것임

** 제1저자: 이동미, 연세대학교 아동가족학과 박사과정

*** 교신저자: 박주희, 연세대학교 아동가족학과 부교수

I. 서론

대학생들은 약 만 17세에서 24세에 이르는 성인 초기에 해당하는 발달단계에 속하며, 부모로부터 정서적인 분리를 이루는 등 개별적인 성인으로 독립하기 위해 다양한 준비를 하도록 요구받는다. 또한 이 시기에 성인으로서의 정체감을 확립하기 위해 다양한 가능성들을 시도해봄과 동시에 많은 혼란과 불안정성을 경험하게 된다. 더욱이 대학이라는 새로운 환경에 진입하면서 수많은 학업적, 경제적, 사회적 스트레스 요인에 직면하게 되는데, 이는 심리적 부담과 긴장을 촉발하게 된다(Dusselier, Dunn, Wang, Shelly, & Whalen, 2005). 특히 한국의 대학생들은 중·고등학교에서 통제적이고 타율적인 생활방식을 주로 경험한 결과로 개인의 자율성과 책임이 요구되는 대학생살을 하는 동안 자아정체감의 혼란을 경험하기도 하며(윤명숙, 이효선, 2012), 이러한 갈등을 원만히 해결하지 못하게 될 경우 우울을 경험하는 등 심리적 부적응에 직면할 가능성은 높아지게 된다. 우울을 경험하는 대학생들은 낮은 학업성취와 학교 부적응 증상, 친밀한 관계의 어려움, 낮은 수준의 삶의 만족도와 자살 생각, 인터넷 중독 증상 등 삶의 다양한 영역에서 부적응과 기능 저하를 경험할 가능성이 높다(김경령, 서은희, 2016; 오원옥, 신현정, 2016; 정주리, 김은영, 2019). 뿐만 아니라 이 시기의 우울은 대체로 이후 성인기까지 이어져 만성적인 심리적 어려움을 야기할 수 있다는 점에서 대학생의 우울을 초기에 관리하고 사전에 예방하는 것은 매우 중요한 문제라고 할 수 있다.

성인 초기 대학생들의 우울은 다양한 환경적 요인의 영향을 받아 나타나는 데, 여러 이론과 선행연구 결과들은 그 중에서도 가족관계가 우울을 예측하는 매우 중요한 요인으로 작용함을 시사하고 있다(최인재, 2009; Elgar, Craig, & Trites, 2013; Freed, Rubenstein, Daryanani, Olino, & Alloy, 2016). 특히 가족 내의 정서적 유대감이 단절되지 않으면서도 동시에 개별 가족 구성원의 독립성을 인정하는 가족 상호작용을 의미하는 가족분화(Anderson & Sabatelli, 1992)는 개인의 우울과 밀접한 관련이 있는 가족관계의 한 측면으로 보고되고 있다(Bartle-Haring & Gavazzi, 1996; Peleg-Popko, 2002).

Bowen(1978)은 가족분화 이론(Family differentiation theory)을 통해 가족이 정서적 유대감을 넘어서 서로가 정서적으로 지나치게 융합되는 것은 개인과 가족의 기능에 문제가 될 수 있으며, 가족 관계 내에서 구성원의 독립성이 인

정될 때 개인의 기능 수준이 높아지고 우울 등 심리적 문제의 발생 가능성이 감소한다는 점을 강조하였다. 특히 가족 내에서 심리적 독립성을 인정받으며 독특하고 개별적인 개체로 스스로를 인식하는 것은 성인 초기의 주요 발달과업으로 작용한다는 점에서 이 시기의 우울과 밀접한 관련이 있다고 할 수 있다(Karasick, 2004). 분화 수준이 낮은 가족 내에서 가족 구성원들은 자율적인 선택과 행동에 제한을 받고 개별적인 정서를 수용 받지 못하게 되어, 정서적 안정감을 경험하지 못하고 우울 증상에 취약해지기 때문이다.

이와 같은 이론에 기반하여 선행연구자들은 가족분화 수준이 대학생의 우울에 영향을 미침을 검증함으로써 대학생의 우울을 예방하거나 중재하기 위해 가족의 분화 수준을 증진시킬 필요가 있다는 점을 강조하였지만(권미애, 김필숙, 박지현, 김태현, 2005; Manzi, Vignoles, Regalia, & Scabini, 2006), 가족분화가 어떠한 메커니즘을 통하여 대학생의 우울에 영향을 미치는지에 대해서는 충분한 경험적 검증이 이루어지지 않고 있다. 이에 관하여 Bowen(1978)은 가족분화 수준이 초기 성인들의 자율성과 정체감 형성에 영향을 줄 수 있다고 설명하여 가족의 분화 수준이 자율성과 정체감을 통하여 초기 성인의 우울 수준에 영향을 미칠 수 있음을 시사한 바 있으며, 일부 선행 연구들(Gomez, 2014; Manzi et al., 2006) 또한 낮은 자존감과 효능감 등 개인 내적 특성이 가족관계가 우울에 미치는 영향을 매개한다고 밝힘으로써, 가족관계가 우울에 미치는 영향의 경로가 직접적이기보다 간접적일 수 있음을 보여주었다. 따라서 Bowen의 이론이 시사하는 바와 가족관계와 우울 간의 관계를 연구한 선행 연구자들의 제언을 참고하여, 본 연구에서는 가족분화가 어떠한 메커니즘으로 대학생의 우울에 영향을 미치는지 그 구체적인 경로를 검증하고자 한다. 가족분화와 대학생의 우울 간의 관계를 매개하는 변인이 무엇인지를 확인할 수 있다면, 가족분화와 우울의 관계를 보다 명확히 이해할 수 있게 될 뿐 아니라 가족분화 수준이 낮은 대학생들의 우울을 예방하거나 중재하는 데에 도움이 되는 정보를 제공할 수 있을 것이다.

매개요인의 규명과 관련하여 대학생 시기는 개인의 선택과 책임이 요구되고 자율적인 개인으로서의 정체감을 획득하는 것이 주요 발달과업임을 고려해 볼 때, 자율성이 대학생의 가족분화가 우울에 미치는 영향을 매개하는 요인으로 작용할 가능성을 가정해볼 수 있다. 이는 가족의 분화 수준이 성인 초기의 자율성의 발달에 영향을 미친다는 연구결과(Gavazzi, Anderson, & Sabatelli,

1993)와 낮은 자율성이 대학생들의 심리적 안녕감을 저해하고 우울을 높일 수 있다는 일련의 연구결과(Deci & Ryan, 2000; Huismann, Sheldon, Yashar, Ambirgey, Dowling, & Petty, 2012; Noom, Dekovic, & Meeus, 1999)에 기초한 것이다. 우선 가족분화가 자율성에 미치는 영향과 관련하여서는 가족의 분화 수준이 성인 초기의 자율성과 관련이 있음을 설명한 가족체계 이론가들(Bowen, 1978; Minuchin, 1974)의 주장이 이를 뒷받침한다. 가족의 분화 수준이 높은 사람은 타인의 수용이나 승인을 구하기 위해 과도하게 타인에게 의존하거나 타인의 지지를 갈구하지 않는 반면, 가족의 분화 수준이 낮은 사람은 뭔가를 선택하고 행동함에 있어 타인의 영향을 받으며, 스스로 자신의 행동을 선택하고 통제하고자 하는 욕구를 포기하는 경향이 있다는 것이다(Hill, Hasty, & Moore, 2011). 다음으로, 가족분화가 우울에 미치는 영향에 대한 자율성의 매개효과는 낮은 수준의 자율성이 대학생의 우울을 예측하는 요인이라는 선행 연구 결과에 의해서도 뒷받침 될 수 있다(Deci & Ryan, 2000; Schiffrin, Liss, Miles-Mclean, Geary, Erchull, & Tachner, 2014; Soenens, Vansteenkiste, & Van Petegem, 2017). Deci와 Ryan은 자기결정성 이론(Self-determination theory)을 제시하면서 자율성을 획득하고자 하는 것은 모든 인간의 기본적인 경향이며, 이러한 욕구가 좌절될 경우 우울을 경험할 가능성이 커진다고 설명하였다. 다시 말해, 스스로의 자율적 능력을 높게 인지하고 자율적인 선택과 행동을 하는 사람들이 낮은 수준의 우울을 보인다는 것이다. 특히, 앞서 언급한 바와 같이 대학생 시기는 이전보다 많은 선택과 책임이 요구되는 시기이므로 이 때 낮은 수준의 자율성을 가지게 될 경우, 자신에 대한 무력감에 빠져 우울을 경험할 가능성이 높아지게 된다는 점에서 자율성은 더욱 중요한 의미를 가진다(이수진, 2009).

종합해보면, 가족의 분화 수준은 대학생의 자율성 발달에 영향을 미치는 환경적 요인이며, 자율성은 우울을 예측하는 중요한 요인으로 작용한다. 따라서 분화된 가족관계 내에서 자율성이 발달하게 된다고 설명한 가족분화 이론(Barber & Harmon, 2002; Bowen, 1978)과 우울을 예측하는 개인적 특성으로서 자율성을 강조한 선행연구 결과들(Huismann et al., 2012; Kiang & Bhattacharjee, 2019; Soenens et al., 2017)에 근거하여 가족분화가 자율성을 매개로 우울에 영향을 미치는 경로를 가정해 볼 수 있다. 매개변인의 검증을 통해 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향의 경로와 그 양상을 구체적으로

살펴볼 수 있음에도 불구하고, 국내에서는 아직 두 변인의 관계를 설명하는 매개변인에 대한 연구가 이루어지지 않고 있으며, 국외에서도 소수의 연구만 이루어진 상태이다(Gomez, 2014; Manzi et al., 2006). 소수의 국외 연구에 해당하는 Gomez의 연구와 Manzi 등의 연구는 가족분화와 우울 간의 관계를 설명하는 매개변인을 확인하였다는 점에서 중요한 의의가 있지만, 그들의 연구에서 매개변인으로 밝혀진 자아정체감과 자기개념은 다양한 하위개념을 포함하는 포괄적인 개념이라는 제한점이 있었다. 대학생의 우울과 가족분화의 관계를 더욱 명료하게 이해하고 이에 대한 구체적인 개입 방안을 세우기 위해서는 보다 세분화된 변인의 매개효과를 검증할 필요가 있다. 본 연구의 매개변인인 자율성은 자아정체감과 같은 포괄적인 개념에 비해 세분화된 의미를 지닌 변인으로, 가족분화가 어떤 경로로 대학생의 우울에 영향을 미치는지에 대한 구체적인 설명을 가능하게 할 것으로 보인다.

이상과 같은 연구의 필요성에 근거하여 본 연구는 성인 초기에 해당하는 대학생들을 대상으로 가족분화가 자율성을 매개로 이들의 우울에 영향을 미치는지 살펴보고자 한다. 이 때 우울과 가족관계, 자율성에 공통적으로 영향을 미치는 것으로 보고된 대학생의 성과 학년을 통제변인으로 포함하여 분석하고자 한다. 선행연구들에 의하면, 여자 청년이 남자 청년에 비해 높은 우울과 높은 가족 간 연결성, 낮은 자율성을 보고하며(한민, 최인철, 김범준, 이훈진, 2012; Fulgini, 1998; Piquart & Silbereisen, 2002; Rudolph, 2002), 학년이 높을수록 우울과 가족 간 독립성, 자율성 수준이 모두 높은 경향이 있다(Fulgini, 1998; Wray-Lake, Crouter, & McHale, 2010). 본 연구의 결과는 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향의 경로에 대한 이해를 증진시키고, 이를 기반으로 대학생의 우울을 예방하고 감소시키기 위해 대학생의 가족과 개인 차원에서 어떠한 개입을 마련할 수 있을지에 대한 실천적 방안을 마련하는 데에 활용될 수 있을 것이다.

연구문제 1) 대학생의 가족분화와 자율성은 우울에 영향을 미치는가?

연구문제 2) 대학생의 자율성은 가족분화가 우울에 미치는 영향을 매개하는가?

II. 이론적 배경

1. 가족분화와 대학생의 우울과의 관계

Anderson과 Sabatelli(1991)의 정의에 따르면, 높은 수준의 가족분화란 가족 내 정서적 유대감이 단절되지 않는 동시에 개인의 독립성이 인정되는 가족 상호작용을 의미하며, 낮은 수준의 가족분화는 가족 구성원 간의 정서적 유대감이 형성되어 있지 않은 동시에 개인의 독립성이 인정되지 않는 상태를 의미한다. 낮은 가족분화 수준은 개인의 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미치며 우울을 높이는 위험요인으로 작용하게 되는데(Holman & Busby, 2011; Isik & Bulduk, 2015), 특히 심리적으로 자신을 가족들과 분리시켜 독특하고 자율적인 개인으로서 스스로를 인식하는 것이 주된 발달 과업인 성인 초기 자녀의 우울에 중요한 영향을 미친다(Cohen & Vasey, & Gavazzi, 2003; Karasick, 2004). White, Spiesman 및 Contas(1983)는 분화 수준이 높은 가족은 청년기 자녀가 자신의 고유한 정체성을 찾아 가족의 경계를 떠나는 것과 동시에 정서적 소속감을 위해 가족에 돌아오는 것을 모두 허용함으로써 자녀의 정체감 형성을 증진시키고 우울을 낮출 수 있다고 설명하였다. Grotevant와 Cooper(1985)도 높은 가족분화 수준은 발달적으로 적합한 자율성과 친밀성을 발달시키고 정체감 발달과 대인관계 형성 능력을 촉진하며 우울 등의 내재화 문제를 낮추게 된다고 주장하였다. 반면, 낮은 분화 수준은 자율성과 친밀성의 발달을 방해하게 되는데 자율성과 친밀성의 경험이 부족한 채 성인 초기에 진입할 경우, 정체감을 형성하고 상호의존적 관계를 맺는데 어려움을 보일 수 있게 된다. 이러한 경우 청년들은 자신을 계속해서 타인의 도움을 필요로 하는 존재로 보게 되고, 스스로 자신의 삶의 일들을 처리하는 데에 무능력하게 되어 우울 증상을 경험할 가능성이 높아진다(Gavazzi et al., 1993).

가족분화와 우울의 관계를 살펴본 국내외 선행연구들은 위와 같은 설명을 경험적으로 뒷받침한다. Sabatelli와 Anderson(1992), Scabini와 Marta(2006)의 연구는 대학생들을 대상으로 가족의 낮은 분화 수준이 이들의 우울을 높이는 위험요인임을 밝혔다. 국내에서 시행된 연구들도 유사한 결과들을 보고하였는데, 구체적으로 김상옥과 전영자(2013)는 대학생이 지각한 낮은 가족분화 수준이

자존감을 낮추고 우울을 높이는 요인으로 작용함을 확인하였다. 이 밖에도 배미예와 이은희(2009), 조혜정과 이윤주(2014) 등의 연구는 국내 대학생들의 낮은 분화 수준이 우울에 미치는 부정적인 영향을 일관되게 검증해왔다. 하지만 가족분화와 우울의 관계를 연구한 대부분의 국내 연구들은 가족이 서로 정서적으로 단절되지 않으면서 구성원들의 독립성이 인정되는 ‘가족 상호작용’으로서의 분화 개념에 초점을 두기보다는 감정과 이성을 분리하는 능력인 개인 내적 차원에서의 분화 개념을 포함한 도구를 통해 가족분화를 측정하여, 상호작용으로서의 가족분화의 의미를 파악하는 데에 어려움이 있었다. 따라서 본 연구에서는 가족 상호작용으로서의 분화에 초점을 둔 측정도구를 사용하여 분화된 가족 상호작용이 대학생의 우울에 미치는 영향을 확인하고자 한다.

2. 자율성과 대학생의 우울과의 관계

자율성(autonomy)의 발달은 건강한 성인 정체감을 획득하기 위해 중요하게 여겨지는 발달 과업 중 하나로서, 다양한 연구자들이 각기 다른 접근으로 개념화하여 연구해왔다. Noom 등(1991)은 그 동안 축적되어 온 청년기 자율성에 대한 이론과 연구들을 통합하여 자율성이 크게 태도적 자율성(attitudinal autonomy)과 정서적 자율성(emotional autonomy), 기능적 자율성(functional autonomy)의 하위 개념들로 구성되어 있다고 정리하였다. 태도적 자율성은 자신의 목표에 대해 지각하는 것과 관련된 개념으로, 스스로 목표를 설정하고 결정을 내릴 수 있는 능력을 의미한다. 한편 정서적 자율성은 자신을 개별적인 존재로 보고 스스로의 독립성을 지각하는 것을 말하며, 기능적 자율성은 자신의 목표를 달성하기 위해 자기조절과 자기통제 전략을 사용하는 능력을 의미하는데, Noom, Dekovic 및 Meeus(2001)은 이 세 개념들을 종합하여 ‘목표를 설정하고 유능감을 느끼며 자신의 행동을 조절함으로써 스스로 자신의 삶을 선택하고 주도하는 능력’으로 자율성을 정의하였다.

위와 같은 개념의 자율성은 지금까지 개인의 적응과 안녕감에 영향을 미치는 요인으로 연구되어 왔는데, Deci와 Ryan(2000)은 자기결정성 이론을 통해 자율성이 개인의 긍정적인 적응에 핵심적으로 작용하는 심리적 특성임을 설명하였다. 자신의 행동을 주체적으로 결정하고자 하는 경향성은 모든 인간의 기

본적인 성향으로, 자신의 행동을 스스로 결정하고 통제할 수 있을 때 심리적 안녕감과 적응 수준이 높아지며 그렇지 못할 때 심리적 부적응을 겪을 가능성이 높아진다는 의미이다.

특히 자율성과 우울의 관계는 선행연구들을 통해 일관되게 보고되고 있다. 스스로의 자율적 능력을 보다 높게 인지하고 자율적인 선택과 행동을 하는 사람들이 낮은 우울 수준을 보인다는 것이다(Cheng & Furnham, 2014; O' Donnell, Chang, & Miller, 2013; Sehldon, Kasser, Hosuser, Jones, & Turban, 2005). 한편, 자율적 욕구의 충족과 자기결정성의 증진은 전 생애에 걸쳐 발생하는 것이지만, 자율적 개인으로서 스스로를 지각하고 자기조절과 통제 능력을 향상시키는 것은 성인기 진입을 앞둔 시기의 발달 과업이라는 점에서 그 중요성과 영향력이 성인 초기 청년들에게 더 강조된다고 볼 수 있다. 특히 대학 진학이라는 새로운 환경적 변화를 맞이한 대학생들에게는 자율적인 판단과 행동의 발달이 더욱 중요하게 작용할 수 있다. 일상적 활동과 의사결정에 있어 중·고등학생에 비해 더 많은 책임을 부여받게 되고, 물리적으로 가족과 독립하여 생활을 하는 경우도 늘어남에 따라 스스로 결정하고 행동하는 능력이 더욱 요구되기 때문이다(Kenyon & Koerner, 2009). 따라서 이 시기에 중요한 능력으로 요구되는 자율적 능력을 획득하지 못한 대학생들은 스스로의 판단에 따르기보다 외부의 통제에 의해 선택하고 행동하게 되어 외부 환경에 대한 낮은 동기 수준과 높은 스트레스를 경험할 확률이 높고, 이는 우울을 증가시키는 위험요인으로 작용할 수 있다(마은애, 손은정, 2014; Allen, Porter, & McFarland, 2006).

3. 가족분화와 대학생의 우울과의 관계에서 자율성의 매개효과

앞서 살펴본 바와 같이 가족분화 이론과 관련 선행연구들은 가족분화 수준이 성인 초기 대학생의 우울에 영향을 미침을 검증함으로써 분화된 가족 관계의 형성을 통해 우울을 예방하거나 중재할 수 있음을 강조하였다. 하지만, 가족분화가 어떠한 경로를 통하여 대학생의 우울에 영향을 미치는지에 대해서는 충분한 경험적 검증이 이루어지지 않고 있어, 두 변인의 관계를 보다 명확히 이해하고 이에 기반한 구체적인 개입을 고안하기 위해 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향의 매커니즘을 검증할 필요성이 제기된다.

이와 관련하여, 가족분화를 연구한 이론가인 Bowen(1978), Bray와 Williamson(1987) 등은 분화된 가족관계 내에서 청년기 자녀들이 자율적인 선택과 탐색을 하게 되는 경향이 있으며, 미분화된 가족 환경은 개인의 자율성을 저해함을 설명하였다. 즉, 개인의 목표를 지각하고 자신의 행동을 조절함으로써 스스로의 삶을 주도하려는 능력이 가족분화 수준의 영향을 받아 발달하게 된다는 것이다. 그런데 이와 같은 자율성의 발달은 개인의 선택과 책임감이 더욱 요구되는 성인 초기에 중요하게 작용하는 요인으로, 만일 이 시기에 자율성을 발달시키지 못하여 낮은 수준의 자율적 능력을 보이게 된다면 대학생활 적응이나 삶의 만족도 등에 부정적인 영향을 미치게 되어 우울을 높이는 원인으로 작용할 수 있다.

따라서 본 연구에서는 위와 같은 선행연구 결과들을 토대로 가족분화와 자율성이 대학생의 우울에 미치는 영향을 살펴보고자 한다. 성인 초기 대학생들에게 있어 독립적인 개인으로서 가족 관계를 재정립하고 자율성을 증진시키는 것이 중요한 과업임을 고려하였을 때, 가족분화와 자율성이 대학생의 우울에 미치는 영향을 살펴보는 것이 의미 있을 것으로 사료된다. 뿐만 아니라 앞서 살펴본 가족분화 이론을 비롯하여 우울을 예측하는 개인의 특성으로서 자율성을 강조하며 가족과 같은 관계적 맥락 내에서 자율성이 발달할 수 있음을 제시한 선행연구 결과(Oshino, Suzuki, Ishii, & Otani, 2007)에 근거하여 가족분화가 자율성을 매개로 우울에 영향을 미치는 경로를 가정해볼 수 있다. 국외에서는 가족분화가 청년들의 우울에 직접 영향을 미칠 뿐 아니라, 자아정체감과 자기효능감 등의 자기개념에 영향을 미침으로써 우울 및 적응에 간접적으로 영향을 미친다는 점이 연구되어, 가족분화와 우울의 관계를 설명할 수 있는 매개변인을 검증함으로써 대학생의 우울을 예방 및 중재할 수 있는 구체적인 방안을 고안하려는 노력이 계속되고 있다(Gomez, 2014; Manzi et al., 2006). 하지만 기존에 밝혀진 자아정체감이나 자기개념과 같은 매개변인은 자율성을 비롯한 다양한 하위 요인들을 포괄하는 상위 개념으로, 대학생의 우울과 가족분화의 관계를 보다 명료하게 이해하고 이에 대한 구체적인 개입 방안을 세우기 위해서는 보다 세분화된 변인의 매개효과를 검증하는 연구가 진행될 필요가 있다. 또한 국내에서는 아직 대학생의 가족분화와 우울 및 심리적 적응에 미치는 영향에 대한 경로가 연구되지 않았다는 점에서 둘의 관계를 설명할 수 있는 매개변인에 대한 연구는 더욱 필요한 것으로 보인다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 서울과 경기 지역에 위치한 7개의 4년제 대학에 재학 중인 만 17세~24세의 대학생 312명이었으며, 남학생과 여학생이 각각 172명과 140명이었다. 연구 대상의 성과 학년에 따른 비율은 남학생이 55.1%로 여학생보다 다소 많았고, 학년은 1학년이 39.4%로 가장 많았고, 다음으로 4학년이 28.5%, 3학년이 22.1%, 2학년이 10.0%의 순이었다. 대상의 연령은 만 17세~19세가 36.2%로 가장 많았으며 만 20세~22세는 34.3%, 만 23세~24세는 29.5%의 비율을 보였다. 다음으로 전공 별 분포를 살펴보면 인문사회계열이 41.4%로 가장 높은 비율을 차지하고 있으며, 자연공학계열이 24.4%로 뒤를 이었다. 또한 가족 구성원 수의 경우 본인의 가족이 4명으로 구성되어 있다고 보고한 비율이 67.2%로 다수를 차지하였으며, 소득은 가족의 월 평균 소득이 500만원 이상이라고 응답한 비율이 44.9%, 300만원 이상 500만원 미만이라고 응답한 비율은 29.5%로 나타났다.

2. 연구도구

1) 우울증상

대학생의 우울증상을 측정하기 위해 전경구, 최상진 및 양병창(2001)이 한국판으로 수정하고 번안한 Radloff(1977)의 ‘역학연구센터 우울 척도(The Center for Epidemiological Studies-Depression Scale, CES-D)’를 사용하였다. 이 척도는 일반인들을 대상으로 현재 경험하는 우울한 정서를 측정하기 위해 개발된 것으로서 총 20개 문항으로 구성되어 있다.

본 척도는 자기보고식 척도로써 우울한 기분, 무가치감, 절망감, 식욕 상실, 수면 장애 등 지난 일주일 동안 응답자가 경험한 우울 증상을 ‘거의 경험하지 않음(0점)’에서 ‘거의 매일 경험함(3점)’까지 4점 척도로 평정하도록 되어 있다. 가능한 총점의 범위는 0점~60점이며 점수가 높을수록 우울증상의 정도가 심함을 의미한다. 본 연구에서 산출한 전체 20개 문항에 대한 내적 합치도 계수 Cronbach's α 는 .87이었다.

2) 가족분화

대학생이 지각한 가족의 분화 수준을 측정하기 위해 Anderson과 Sabatelli(1992)가 개발하고 남순현(2000)이 국내에 변안한 가족분화 척도(The Differentiation in the Family Scale)를 사용하였다. 원 척도는 가족 내 3가지 하위체계인 부자관계, 모자관계, 부부관계의 분화 수준을 측정하는 문항들로 이루어져 있으며 각 하위체계 별로 22개 문항씩 총 66개 문항으로 구성되어 있다. 응답자들은 하위체계 내 구성원 간 상호작용에 대해 묻는 각 문항에 대해 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’ 까지 5점 척도로 응답하게 되어 있다.

본 척도에서 각 하위체계의 점수는 각 구성원의 지각에 대한 점수를 곱함으로써 산출된다. 예를 들어, 부자관계 분화의 경우, 자녀를 대하는 아버지의 행동에 대한 지각을 측정하는 문항의 합과 아버지를 대하는 자녀의 행동에 대한 지각을 묻는 문항의 합을 곱하여 산출된다. 이와 같은 산출 방법은 각 하위체계 내 구성원의 행동에 대한 문항 점수를 구하여 이를 곱함으로써 관계 내 상호작용 측면을 더 잘 반영하도록 고안된 것이다. 본 연구에서는 위의 방법으로 계산된 각 하위체계 내 분화점수의 평균을 내어 가족분화 수준을 측정하였다. 가능한 점수 범위는 121점~3,025점이며, 점수가 높을수록 가족의 분화수준이 높음을 뜻한다. 즉 가족 상호작용이 긍정적인 것으로, 가족의 정서적 유대감이 단절되지 않으면서도 구성원 간 독립성을 인정하는 정도가 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서의 내적합치도 계수 Cronbach's α 는 각 하위체계에서 .79~.91로 나타났다.

또한 가족분화 척도의 측정모형의 타당도는 확인적 요인분석을 통해 검증하였다. 그 결과, 가족분화를 구성하는 부자관계 분화($\beta = .66$)와 모자관계 분화($\beta = .81$), 부부관계 분화($\beta = .72$)의 요인구조는 모든 경로가 $p < .001$ 수준에서 유의미한 것으로 나타나, 가족분화 측정모형의 타당성을 확인할 수 있었다. 본 모형은 자유도가 0인 포화모형으로 모형의 적합도 지수는 확인하지 않았다.

3) 자율성

대학생의 자율성을 측정하기 위해 이미정, 도현심 및 지연경(2010)이 변안한 Noom 등(1999)의 자기보고용 자율성 질문지(Self-Report Autonomy Questionnaire)를 사용하였다. 이 척도에는 태도적 자율성, 정서적 자율성, 그리고 기능적 자

율성의 세 가지 하위 요인에 대한 문항이 각 5개 문항씩 포함되어 있다.

응답자는 문항 내용에 동의하는 정도에 따라 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’까지 5점 리커트 척도 방식으로 응답하도록 되어 있다. 각 하위 문항의 가능한 총점 범위는 5점~25점이며, 점수가 높을수록 해당 자율성의 수준이 높음을 의미한다. 본 연구에서의 내적합치도 계수 Cornbach's α 는 태도적 자율성이 .80, 정서적 자율성이 .68, 기능적 자율성이 .78으로 나타났다. 또한 확인적 요인분석을 통해 자율성 측정모형의 타당성을 검증하였다. 그 결과, 자율성을 구성하는 태도적 자율성($\beta = .77$)과 정서적 자율성($\beta = .61$), 기능적 자율성($\beta = .75$)의 요인구조 모두 $p < .001$ 수준에서 유의미한 것으로 나타났다. 이는 각 하위 척도들이 잠재변인인 자율성을 유의하게 측정하고 있음을 의미한다. 본 모형은 자유도가 0인 포화모형으로 모형의 적합도 지수는 확인하지 않았다.

3. 연구절차

본 연구의 자료 수집은 연구자가 임의로 선정한 서울과 경기 지역에 소재한 7개 4년제 대학에 재학 중인 대학생을 대상으로 2016년 3~4월에 걸쳐 이루어졌다. 연구자가 강의 책임자의 사전 동의를 구한 후 강의 직후 강의실에서 혹은 학생회관이나 동아리방 등을 방문하여 연구 대상을 모집하였다. 자발적 참여의사를 밝힌 학생들에게 연구자가 연구의 목적과 설문지 작성 방법, 대상자의 익명성, 그리고 수집된 자료에 대한 비밀보장에 대해 설명한 후 자기보고식 설문지를 배부하였다. 총 350부의 질문지를 배부하였고 그 중 약 96%에 해당하는 337부를 회수하였다. 그 중 최소 1개 이상의 척도에 응답하지 않거나 모든 문항을 동일한 값으로 평정하는 등 불성실한 응답으로 분석이 불가능한 5부의 질문지, 아버지와 어머니 중 한 부모만 있어서 부모 모두에 대한 응답이 불가능했던 17부의 질문지, 만 17세~24세의 연령 기준에서 벗어난 3부의 질문지를 제외한 후 총 312부의 자료를 최종 분석에 사용하였다.

4. 자료분석

수집된 자료는 SPSS 23.0 (IMB Co., Armonk, NY) 프로그램과 Mplus 6.0 (Muthen & Muthen, 2010) 프로그램을 이용하여 다음과 같은 방법으로 분석하였다.

첫째, 주요 변인들의 기술적인 경향을 알아보기와 각 측정 변인 별로 평균과 표준편차를 산출하였다. 또한 측정 변인들 간의 관계를 분석하기 위하여 Pearson의 적률상관계수를 구하였다.

둘째, 연구 모형의 검증을 위하여 Mplus 6.0 프로그램을 사용하여 최대우도법 추정(Maximum likelihood estimation methods)을 적용한 구조방정식 모형(Structure equation modeling)을 실시하여 가족분화와 자율성의 측정모형과 본 연구모형의 적합도를 확인한 후, 측정변인 간의 경로계수와 그 유의성을 확인하였다. 다음으로 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향에서 자율성의 매개효과가 통계적으로 유의한지 확인하기 위해 부트스트랩(Bootstrap) 방법을 적용하여 매개효과의 유의성을 검정하였다. 부트스트랩 절차를 바탕으로 본 연구의 원자료에서 무작위 표본추출된 5,000개의 표본으로부터 간접 효과를 추정하였으며 간접효과의 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않을 때, 통계적으로 유의한 것으로 판단하였다(Shrout & Bolger, 2002).

IV. 연구결과

1. 대학생의 우울, 가족분화, 자율성 간의 관계

연구모형에 포함된 측정변인들이 어떠한 관련성을 가지고 있는지 알아보기 위해 Pearson의 적률상관관계를 산출하였고, 그 결과는 표 1에 제시하였다.

<표 1> 측정변인들 간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7
1. 부자관계 분화	1.00						
2. 모자관계 분화	.53**	1.00					
3. 부부관계 분화	.67**	.52**	1.00				
4. 태도적 자율성	.24**	.25**	.20**	1.00			
5. 정서적 자율성	.20**	.21**	.16**	.48**	1.00		
6. 기능적 자율성	.16**	.21**	.11	.57**	.47**	1.00	
7. 우울	-.19**	-.28**	-.20**	-.45**	-.31**	-.44**	1.00
<i>M (SD)</i>	1,632.82 (501.66)	1,762.84 (498.35)	1,506.30 (528.65)	15.69 (4.01)	14.55 (3.03)	15.93 (3.72)	15.50 (9.17)

Note. $n = 312$, ** $p < .01$

먼저, 이론적 개념인 가족분화를 구성하는 하위체계 내 분화 점수 간의 상관을 살펴보면, 부자관계 분화는 모자관계 분화($r = .53, p < .01$), 부부관계 분화($r = .67, p < .01$)와 정적 상관을 가지며, 모자관계 분화와 부부관계 분화($r = .52, p < .01$)도 정적 상관을 나타내어 가족 내 한 하위체계에서 분화가 높을수록 다른 체계에서도 높은 분화 수준을 보임을 알 수 있다. 또한 자율성을 구성하는 태도적 자율성과 정서적 자율성, 기능적 자율성 역시 모두 유의한 정적 상관관계를 보여주었다($r = .47\sim.57, p < .01$).

둘째, 가족 내 하위체계의 분화수준이 대학생의 자율성과 대체로 정적인 상관을 가지는 것으로 나타났다($r = .16\sim.25, p < .01$). 이는 대학생들이 아버지 혹은 어머니와의 관계에서 높은 분화 수준을 보일수록, 스스로의 자율적인 능력을 보다 높게 인지한다는 것으로 해석이 가능하다. 한편, 아버지와 어머니 간의 분화 수준은 대학생의 기능적 자율성과는 유의한 상관을 보이지 않았으며 태도적 자율성과 정서적 자율성과의 상관계수 역시 부자관계 분화와 모자관계 분화에 비해 상대적으로 낮게 나타나, 대학생 본인이 아버지와 어머니와 맺는 관계를 어떻게 지각하는지가 아버지와 어머니 간의 관계를 어떻게 지각하는지보다 대학생의 자율성과 더 밀접한 관련이 있음을 알 수 있다.

셋째, 가족 내 하위체계에서의 분화는 대학생의 우울과 부적인 상관관계를 갖는 것으로 나타나($r = -.19 \sim -.28, p < .01$) 아버지 혹은 어머니와의 관계에서 낮은 분화 수준을 보이는 대학생들이 보다 높은 우울을 보고하는 경향이 있음을 보여주었다. 태도적 자율성($r = -.45, p < .01$)과 정서적 자율성($r = -.31, p < .01$), 기능적 자율성($r = -.44, p < .01$) 역시 우울과 부적 상관관계를 갖는 것으로 나타나 스스로의 자율성을 낮게 인식하는 대학생들이 우울을 겪을 가능성이 더 높음을 확인할 수 있다.

2. 가족분화와 대학생의 우울 간의 관계에서 자율성의 매개효과

가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향을 자율성이 매개할 것이라고 가정한 연구모형을 구조방정식을 통해 검증하였다. 우선 연구모형의 적합도를 확인한 결과, 표 2에 제시된 바와 같이 $\chi^2(17) = 29.80(p = .03), \chi^2/df = 1.75$ 으로 모형의 적합도 수준이 적절한 것으로 나타났다. 이 외에 다른 적합도 지수들인 NFI와 TLI, CFI가 모두 .90을 넘는 수준이었으며, RMSEA는 .05로 나타나 모형의 적합도가 우수한 편으로 확인되었다.

<표 2> 연구모형의 적합도 지수

	χ^2	df	p	χ^2/df	NFI	TLI	CFI	RMSEA
연구모형	29.80	17.00	.03	1.75	.95	.96	.97	.05

Note. df = degrees of freedom; NFI = normed fit index; TLI = Tucker-Lewis index; CFI = comparative fit index; RMSEA = root mean square error of approximation.

다음으로 가족분화와 우울, 자율성 간의 관계를 살펴보기 위해 경로계수를 산출한 결과는 표 3과 그림 1에 제시하였다. 우선 통제변인으로 투입된 대학생의 성은 우울과 자율성 수준에 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 구체적으로 여자 대학생이 남자 대학생보다 우울 수준이 높았고($\beta = .07, p < .05$), 자율성이 낮았다($\beta = -.14, p < .05$). 학년 역시 우울과 자율성 수준에 영향을 미쳤는데, 구체적으로 학년이 높을수록 우울 수준과($\beta = .19, p < .001$), 자율

성 수준이($\beta = .12, p < .05$) 모두 높았다. 두 변인 모두 가족분화 수준에는 유의한 영향을 미치지 않았다.

이어서 연구모형의 경로계수를 살펴보면, 가족분화는 자율성에 정적인 영향을 미치며($\beta = .40, p < .001$), 자율성은 우울에 부적인 영향을 주는 것으로 나타나($\beta = -.51, p < .001$), 가족분화 수준이 높을수록 대학생의 자율성이 높아지며, 높은 자율성은 우울을 낮추는 요인으로 작용함을 확인할 수 있었다. 즉 가족관계 내에서 정서적 유대감이 단절되지 않으면서 개인의 독립성이 인정될 때, 대학생은 스스로 자신의 목표와 가치를 선택하고 이에 따라 자신의 행동을 통제하며 관계 내에서 독립된 존재로 스스로를 인지할 수 있게 되는데, 이와 같은 자율적 능력은 대학생의 우울을 낮추는 요인으로 작용하여 가족분화와 우울의 관계를 매개하게 된다는 것이다. 자율성의 매개효과가 통계적으로 유의한 수준인지 검증하기 위해 부트스트랩 방법을 적용하여 분석한 결과는 표 4에 제시한 바와 같다. 가족분화가 우울에 미치는 간접효과의 영향력이 유의한 것으로 나타나($\beta = -.20, p < .001$) 가족분화가 우울에 미치는 부적 영향을 자율성이 매개함을 보여주었다. 한편, 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 직접적인 영향은 유의하지 않은 것으로 나타나($\beta = .10, p > .05$), 가족분화가 자율성을 매개로 대학생의 우울에 미치는 영향은 완전매개모형으로 설명하는 것이 더 적합함을 시사하였다.

〈표 3〉 연구모형의 경로계수

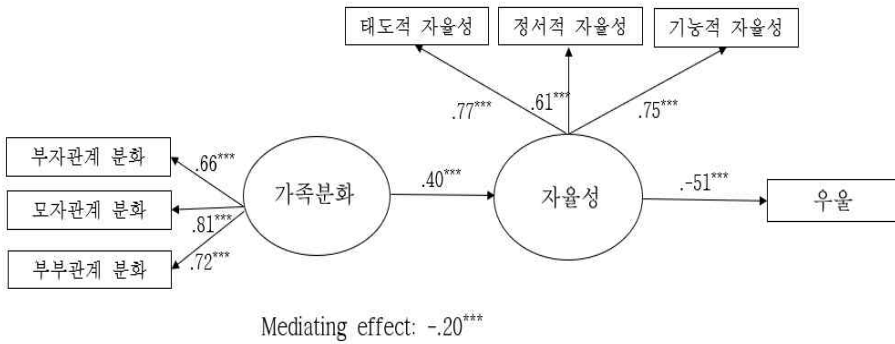
경로	β	SE	C.R.	p value
가족분화 → 자율성	.401	.002	1.206	$p < .001$
자율성 → 우울	-.507	.210	-7.083	$p < .001$

Note. $n = 312$

〈표 4〉 간접 효과의 유의성 검증 결과

	β	95% 신뢰구간
가족분화 → 자율성 → 우울	-.20***	-0.31~-0.09

Note. $n = 312$, *** $p < .001$



<그림 1> 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향과 자율성의 매개효과

V. 논의 및 결론

가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향과 자율성의 매개효과를 검증하기 위해 실시한 본 연구 결과, 가족분화가 우울에 미치는 직접적인 영향은 유의하지 않았던 반면, 대학생의 자율성 수준이 우울에 미치는 영향과 가족분화가 자율성을 통해 우울에 영향을 미치는 완전매개모형이 유의한 것으로 나타났다. 각 경로 별 결과를 살펴본 후 그에 대한 시사점을 논의하면 다음과 같다.

첫째, 가족분화는 대학생의 자율성에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 가족의 분화 수준이 높을 경우 타인의 수용이나 승인을 구하기 위해 과도하게 타인에게 의존하거나 타인의 지지를 갈구하지 않는 반면, 가족분화 수준이 낮은 사람들은 스스로 자신의 목표를 설정하고 행동에 대한 통제감을 갖기를 포기하는 경향이 있다고 본 Hill 등(2011)의 주장과 개인의 선택과 행동을 존중하는 가족 관계 내에서 자율성이 발달한다고 본 Sahin, Nalbone, Wetchler 및 Bercik(2010)의 설명에 비추어 해석할 수 있다. 즉 낮은 수준의 가족분화는 개인의 독립적인 선택과 행동을 저해하여 타인에 대한 의존성을 증가시키고 낮은 자율성의 주요한 원인이 된다는 의미이다. 본 결과가 제공하는 시사점으로서 가족 상호작용의 변화를 통한 가족분화 수준의 변화와 대학생의 자율성 증진을 이끌기 위한 가족 상담적 개입을 고려해볼 수 있는데, 이는 궁극적으로 우울감소로 이어지는 매개효과 검증 결과에 대한 논의와도 관련이 있으므로 구체적인 내용은 이후 매개효과에 관한 논의에서 설명하

고자 한다.

둘째, 자율성이 대학생의 우울에 미치는 영향을 살펴본 결과, 자율성은 대학생의 우울에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 높은 수준의 자율성은 우울 수준을 낮추는 요인으로 작용하고, 역으로 자율성 수준이 낮을수록 우울 증상을 경험할 가능성이 높음을 의미하는 것으로 자율성이 성인 초기의 우울을 예측하는 요인임을 검증한 선행연구들의 보고와도 일치한다(Cheng & Furnham, 2004; O'Donnell et al., 2013). 국내 대학생들을 대상으로 낮은 자율성이 우울에 영향을 미치는 요인임을 확인한 본 연구 결과는 Ryan과 Deci(2000)의 자기결정성 이론에 비추어 해석 가능하다. Ryan과 Deci(2000)는 자율적으로 선택하고 행동하고자 하는 욕구는 모든 인간이 선천적으로 가진 경향성이며, 이러한 경향성이 외부에 의해 좌절될 때 개인의 심리적 안녕감이 저해되고 그 결과 우울이 높아지게 됨을 설명한 바 있다. 국내 대학생들은 치열한 입시경쟁으로 인해 청소년기에 통제적인 양육과 교육환경을 경험하며 자율적인 경향성을 발휘할 기회를 충분히 갖지 못한 경우가 많다. 이러한 환경은 독립을 시도해야 하는 성인 초기까지 이어져 많은 대학생들이 자율적인 경향성을 따라 행동하는 것이 아닌 치열한 경쟁에서 성공하기 위한 선택을 하게 되며, 심지어 이른바 헬리콥터 양육(Helicopter-parenting)으로 불리는 부모의 통제적이고 과보호적인 양육 하에서 성인 초기를 보내기도 한다(김가연 & 박주희, 2019). 이와 같은 환경은 대학생들로 하여금 자율적인 행동보다는 외부의 기대를 충족시키기 위한 타율적인 행동을 하게 함으로써, 자율성에 대한 이들의 욕구를 좌절시키고 우울을 높이는 요인으로 작용하게 되는 것이다. 따라서 국내 대학생들의 우울을 예방하고 중재하기 위한 방안으로 이들의 자율적인 선택과 행동을 촉진하는 개입을 가족 내외 환경에서 고안할 필요가 있으며, 이에 대한 구체적인 논의는 이후에 설명하고자 한다.

셋째, 위의 결과에서 언급한 바와 같이 자율성은 우울에 직접적인 영향을 미치는 동시에 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향을 매개하는 것으로 나타났다. 즉 가족분화는 대학생의 우울에 직접적인 영향을 미치지 않았으나 자율성을 통해 우울에 간접적인 영향을 미침을 보여주었다. 이는 가족분화 수준이 낮은 개인이 자율적인 선택과 행동을 하는 데에 어려움을 겪으며 이로 인해 낮은 기능 수준을 보이게 된다고 설명한 가족분화 이론에 부합하는 결과로서 지금까지 이론을 통해 개념적으로만 주장되어왔던 가족 내 분화수준이

우울에 미치는 영향의 경로를 경험적으로 검증한 결과라는 점에서 큰 의의를 가진다. 또한 분화를 비롯한 가족관계 양상과 청년기 우울의 관계를 자아정체감과 자아존중감 등의 내적 변인이 매개한다고 보고한 선행연구들과 맥락을 같이하는 결과이다(Gomez, 2014; Hu & Ai, 2016). 완전매개모형에 대한 위의 결과는 다음과 같이 해석해볼 수 있다. 개인의 독립적인 선택과 결정이 인정되지 않는 방향으로 가족 간 상호작용이 이루어질 때, 사람들은 스스로를 자율적으로 생각하고 결정할 수 있는 능력이 부족한 무능한 존재로 인지하게 된다. 이로 인해 가족 외 환경에서도 자신감에 기반하여 자율적인 선택과 행동을 하기 보다는 타인의 욕구에 맞추는 결정을 함으로써 욕구좌절이 누적되어 우울을 경험하게 될 가능성이 높아진다고 볼 수 있다. 이는 가족 간 상호작용을 바탕으로 청년의 자율성 인식 수준이 발달한다고 본 Kagitcibasi(2012)의 연구결과와 무능함이 우울에 취약한 사람이 지닌 핵심신념이라고 주장한 Beck(2011)의 인지이론, 자율적인 선택과 결정에 대한 좌절이 우울을 야기한다고 주장한 Cloninger, Svrakic 및 Przybeck(1993)의 성격이론에 의해서 뒷받침될 수 있다.

이에 본 연구결과에서 확인된 매개경로를 토대로 대학생의 우울 수준을 낮추기 위한 다양한 실제적 방안을 제안해보고자 하며, 이를 가족환경 차원과 사회적 차원으로 구분하여 제시하면 다음과 같다. 우선 가족환경 차원에서 가족의 분화 수준을 높이기 위한 방안으로 Barns와 Olson(1982)이 설명한 가족의 의사소통 방식 향상을 고려해 볼 수 있다. Barns와 Olson은 가족 내 상호작용 방식에 따라 의사소통 유형을 개방적 의사소통과 폐쇄적 의사소통으로 구분할 수 있다고 보았다. 개방적 의사소통은 관계 내에서 억압받지 않고 사실이나 감정을 자유롭게 표현할 수 있는 의사소통 유형인 반면, 폐쇄적 의사소통은 관계 내에서 자신의 생각과 감정 등을 표현하는 것을 주저하고 관계 구성원 간 의사소통이 적절하게 이루어지지 않는 유형을 뜻한다. 가족 의사소통에 대해 살펴본 선행연구들은 부모-자녀간 혹은 부부간 의사소통이 폐쇄적으로 이루어질 경우, 가족 간 상호작용이 저해되며 가족투사나 정서적 단절이 높아져 낮은 수준의 가족분화로 이어질 수 있음을 보고하고 있다(최인재, 2009; Givertz & Segrin, 2014). 따라서 폐쇄적인 의사소통으로 인해 낮은 분화 수준을 형성한 가족들에게 기존의 의사소통 방식을 대신할 수 있는 개방적 의사소통을 교육하는 것이 도움이 될 것으로 보인다.

또한 가족체계 내 경계가 불분명하여 밀착된 상호작용을 보이는 경우에는 가족의 구조를 새롭게 정립할 수 있는 치료적 개입도 가족분화 수준을 향상시키는 효과적인 방안이 될 수 있다. Bowen(1978)의 가계도 혹은 Minuchin(1974)의 가족구조도(Structural map)를 통해 가족의 상호작용 패턴을 구성원들이 자각할 수 있도록 도와 가족 구성원 간 혹은 체계 간 경계를 재구조화하는 것이다. 또한 상담자가 가족의 상호작용을 변화시킬 수 있는 구체적인 행동적 과제를 제시하고 이를 실연(enactment)하게 함으로써 가족의 상호작용에 긍정적 변화를 촉진하는 것 역시 가족분화 수준을 높이기 위한 가족상담적 개입으로 활용될 수 있을 것이다(정문자, 김연희, 2000).

위에서 언급한 바와 같은 가족 차원의 개입을 통해 향상된 가족분화가 대학생의 자율성 증진으로 이어지기 위해서는 가족 내에서 대학생들이 스스로의 선택과 행동에 대한 통제감을 경험하게 하는 것이 중요하다. 이를 위해서는 가족 내 의사결정 과정에서 성인 초기 자녀의 참여를 독려하고 이들이 자신의 생각과 의견을 가족들과 자유롭게 공유할 수 있도록 하는 기회를 마련하는 것이 바람직하다. 특히 대학생 시기는 새로운 학교생활과 진로 결정 등 크고 작은 선택을 직면하게 되는 시기이기 때문에 이와 관련한 의사 결정을 할 때에 자기 스스로 통제감을 갖도록 해야 한다. 이를 위해 부모는 대학생 자녀가 주체적인 선택과 판단을 할 수 있도록 격려해야 하는데, 구체적으로 대학생 자녀의 독립적인 의견에 긍정적이고 유연한 반응을 보이는 것, 새로운 가족규칙을 설정하는 데에 있어 대학생 자녀를 비롯한 여러 가족 구성원의 의견을 존중하는 것 등이 자율성을 촉진하는 양육(autonomy support parenting)이 될 수 있다(Larson, Pearce, Sullivan, & Jarrett, 2007; Soenens, Vansteenkiste, Lens, Luyckx, Goeenen, Beyers, & Ryan, 2007).

또한 체계 내의 한 부분의 변화는 다른 부분의 변화를 야기한다는 가족체계 이론의 관점을 고려해보면, 가족분화를 증진시키기 위한 개입이 반드시 가족 전체를 대상으로 이루어져야만 하는 것은 아니며 가족 구성원 개인을 대상으로 한 중재 방안도 효과적인 수 있다. 따라서 가족분화 수준이 낮은 대학생들에게 효과적인 가족 의사소통 방법에 대한 교육을 진행하거나 자신의 의견과 감정 등을 부모님을 비롯한 가족 구성원들에게 잘 전달할 수 있도록 돕는 상담과 교육프로그램을 실시하는 것은 이들의 가족 상호작용에 긍정적 변화를 이끌어내는 효과적인 방안이 될 수 있다. 구체적으로, 대학생들이 가족관계 내

에서 수동적으로 영향을 받기만 하는 존재가 아니라 능동적으로 상호작용의 변화를 이끌어낼 수 있는 주체임을 자각하도록 돕기 위해 가족체계 혹은 가족 분화에 대한 정보를 제공하는 교육 프로그램을 대학상담센터 등에서 실시할 수 있다. 또한 관계 내에서 자신의 의견과 감정을 보다 분명하게 전달할 수 있도록 돕는 자기주장훈련(김성희, 2002) 등이 대학생 개인을 통해 가족의 분화 수준을 높이는 개입의 일환이 될 수 있을 것으로 보인다.

한편 가족분화가 우울에 미치는 영향을 자율성이 완전매개한다는 본 연구 결과는 분화 수준이 낮은 가족관계로 인해 낮은 수준의 자율성을 보이는 대학생들을 대상으로 한 중재 프로그램의 필요성을 시사한다. 이러한 중재 프로그램에서는 앞서 강조하였던 가족체계 이외의 환경에서 대학생들의 자율성을 증진시킬 수 있는 기회를 제공하는 것에 주안점을 둘 필요가 있다. 가족의 분화 수준이 낮아 주도적으로 자신의 목표와 가치관을 선택하거나 행동을 통제하는 경험이 부족한 대학생들에게는 가족 외의 환경에서 자율성을 경험할 수 있도록 돕는 것이 이들의 우울을 예방하거나 중재하는 보완적인 방안이 될 수 있기 때문이다. 따라서 가족의 분화 수준이 낮아 자율성의 수준 역시 낮은 대학생들을 선별하고 이들을 대상으로 아래와 같은 실천적 중재 방안을 적용해 보는 것이 필요할 것이다. 먼저, 대학생들이 그들의 의사결정 상황에서 효능감을 가지고 스스로 선택하고 행동할 수 있도록 돕는 대학 내 상담과 교육 프로그램이 요구된다. Deci와 Ryan(2002)은 특정한 행동 방향을 선택하고 이에 대해 책임을 지는 주체가 자기 자신이라는 점을 인식시키는 것이 자율적 능력을 촉진시키는 핵심적 요인이 된다고 보았다. 이러한 맥락에서 스스로의 선택과 행동을 신뢰할 수 있도록 효능감을 증진시키는 상담과 교육 프로그램이 낮은 수준의 자율성을 보이는 대학생의 자율적 능력을 향상시키는 데에 도움이 될 수 있을 것으로 보인다. 구체적으로, 대학생들이 현재 가지고 있는 강점들을 발견하고 인정하여 이를 기반으로 스스로 선택하고 행동할 수 있게 돕는 강점관점 접근법에 기반을 둔 개입이 대학생들의 자율성을 높일 수 있는 한 방안이 될 수 있다(Saleebey, 2000). Saleebey는 내담자가 현재 의식하지 못하고 있는 강점들에 의미를 부여하고 이를 강점으로 인식하게 함으로써 스스로 새로운 선택과 행동을 할 수 있는 힘이 부여된다고 보았다. 자율성 수준이 낮은 사람들은 자신들의 자원을 인식하지 못하는 경향이 있기 때문에 강점관점에 기반을 둔 상담과 교육 활동을 통해 본인이 이미 가지고 있는 가치와 특성,

기술 등 개별적인 강점을 발견하고 촉진함으로써 자율성을 높일 수 있을 것이다. 또한, 대학생들을 대상으로 한 집단 상담 프로그램을 실시하여 또래로부터 자율성을 인정받는 경험을 갖게 하는 것도 이들의 자율성을 촉진할 수 있는 방안의 일환이다. 자율성은 주로 사회적 맥락 내에서 발달하므로(Ryan & Deci, 2002), 타인과의 관계적 상황에서 자신의 선택이 인정되고 존중받는 경험을 하는 것이 중요하기 때문이다. 가족분화 수준이 낮아 가족 관계 내에서 그러한 경험을 충분히 하지 못한 대학생들이 집단 상담을 통해 또래들과 상호 작용하며 스스로의 선택이 존중받는 경험을 하게 된다면, 자신의 자율적 능력을 인식하고 이를 발달시켜 나가는 데에 도움을 받을 수 있을 것으로 보인다.

추가적으로 사회적 차원에서 낮은 가족분화 수준과 그로 인한 낮은 자율성이 성인 초기 자녀의 정신건강과 발달적 위험에 미치는 부정적 영향과 관련하여 사회적 인식 제고도 필요할 것이다. 우리 사회는 유교 문화의 영향으로 인해 가족 구성원 간의 독립성보다 연결성을 중시하는 가족환경을 보다 바람직한 것으로 인식해왔다(류정현, 2007). 이처럼 공동체성을 중시해 온 가족 문화는 개인이 가족 내에서 정서적인 유대감과 안정감을 느낄 수 있도록 하는 데에 기여하였지만, 한편으로는 개인의 생각과 감정이 존중받지 못하는 부작용을 가져오기도 하였다. 가족 내에서 자신의 자율성을 존중받지 못한 사람들은 스스로를 낮게 평가하고 높은 우울감을 경험하기 쉬운데, 이는 개인의 독립성을 강조하는 현대 사회에서 더욱 두드러지게 나타날 수 있는 현상이다. 따라서 개인의 독립성을 중시하는 사회의 변화에 맞추어, 우리의 가족환경 역시 가족 구성원 간의 유대 뿐 아니라 개인의 자율성을 함께 존중하는 관계로 변화되어야 할 필요가 있으며, 특히 자녀가 부모로부터 독립을 이루어야 하는 성인 초기 자녀를 둔 가족들은 그들의 가족생활주기에 따라 구성원 간의 경계선을 유연하게 변화시켜야 할 필요성이 크다고 할 수 있다. 이를 위해 우리 사회가 개인의 자율성을 존중하는 방식으로 새로운 가족문화를 형성할 수 있도록 돕는 사회적 인식 제고가 이루어져야 하며, 가족생활주기에 따라 가족의 상호작용이 구체적으로 어떻게 변화해야 하는지에 대한 교육이 시행되어야 할 필요가 있다.

끝으로, 본 연구에 대한 제한점을 밝히면서 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 부자관계 분화와 모자관계 분화, 그리고 아버지와 어머니의 부부관계에 대한 분화를 포함하여 가족분화를 측정하였으며,

형제나 자매가 있는 대학생들의 형제관계 분화는 포함하지 못하였다. 이는 청년들이 부모와 맺는 관계와 청년기 자녀를 둔 부부 간의 관계가 청년기 우울에 영향을 미치는 주요 가족관계임을 밝힌 선행연구 결과(Cole & Mcpherson, 1993)에 근거한 것이다. 그러나, 가족 상호작용 양상을 보다 정확하게 측정하기 위해서는 가족 내 각각의 상호작용을 모두 고려하는 것이 바람직하다는 Bartle-Haring과 Gavazzi(1996)의 주장에 따라 추후 연구에서는 형제관계 분화를 가족분화의 하위요인으로 포함할 필요가 있을 것으로 보인다.

또한 본 연구에서는 자기보고식 응답을 사용하여 대학생들이 인식한 가족분화 수준을 측정하였다. 이는 대학생들이 가족 상호작용을 보고하는 데에 있어 신뢰로운 응답자로서 기능한다는 점(Anderson & Sabatelli, 1992)과 개인이 인지한 상호작용의 양상이 실제 상호작용의 모습보다 심리적 적응에 중요하게 작용한다는 연구 결과(Sabatelli & Anderson, 1991)를 토대로 한 것이다. 그러나, 가족변인을 측정함에 있어 다양한 가족 구성원들의 관점을 종합해야 한다는 제안(정현숙, 2017)을 고려하여 추후 연구에서는 대학생이 인식한 가족 상호작용 뿐 아니라 부모를 비롯한 기타 가족 구성원이 응답한 가족 상호작용을 함께 고려하여 가족분화를 측정하는 것도 필요할 것으로 보인다.

둘째, 본 연구의 대상은 서울과 경기지역에 있는 7개의 4년제 대학에서 편의표집한 것이므로 연구 결과를 해석하고 일반화하는 데 있어서 유의할 필요가 있다. 따라서 전국규모의 대표적인 표집을 사용한 후속연구를 통해 본 연구 결과의 일반화 가능성을 검증할 필요가 있겠다.

이와 같은 제한점에도 불구하고, 본 연구가 가지는 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 부자관계와 모자관계, 부모관계라는 가족 내 하위체계에서 나타나는 구체적인 상호작용을 고려하여 가족분화를 측정하였으며, 가족분화가 대학생의 우울에 영향을 미치는 요인임을 검증하였다. 가족분화와 우울의 관계를 살펴본 대부분의 선행연구들은 가족분화를 측정함에 있어 각 체계 내에서 구체적으로 드러나는 행동적 상호작용에 초점을 맞추기보다는 응답자가 가지고 있는 가족체계에 대한 인식을 측정하는 데에 관심을 기울였다. 본 연구에서는 가족 내 하위체계에서 나타나는 행동적 상호작용으로서의 분화가 대학생의 우울에 영향을 미치는 요인임을 확인하였다는 점에서 의의가 있다.

둘째, 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향은 기존의 선행연구들을 통해 확인되어 왔지만, 구체적으로 어떠한 경로를 통해 대학생의 우울에 영향을

미치는지 설명하지 못하였다는 제한점이 있었다. 본 연구에서는 성인 초기의 대학생들에게 중요한 발달과업으로 작용하는 자율성이 가족분화와 우울의 관계를 설명하는 매개변인임을 검증하였다. 위와 같은 결과는 대학생의 우울을 예방하고 증재하기 위해 우선적으로 가족분화 수준을 높임으로써 이들의 자율성을 증진시킬 필요가 있으며, 가족의 분화 수준이 낮은 대학생들에게 자율성을 경험하게 하는 상담과 교육 프로그램이 필요함을 시사한다는 점에서 실천적 함의를 제공한다.

참고문헌

- 권미애, 김필숙, 박지현, 김태현(2005). 미혼성인자녀가 지각하는 자아분화와 부모-자녀간 정서체계 역동성이 특성불안에 미치는 영향. **대한가정학회, 43(11)**, 31-48.
- 김가연, 박주희(2019). 헬리콥터 부모양육태도가 대학생의 우울에 미치는 영향: 주장성의 매개효과. **아동학회지, 40(4)**, 165-177.
- 김경령, 서은희(2018). 대학생의 우울수준에 따라 학업성취도에 영향을 미치는 학업적, 정의적 특성의 차이 연구. **학습자중심교과교육연구, 18(21)**, 237-257.
- 김상옥, 전영자(2013). 대학생의 자아분화, 자아존중감과 정신건강간의 관계. **한국생활과학회지, 22(4)**, 539-558.
- 김성희(2002) 집중적 주장훈련이 주장적 행동, 생각, 정서에 미치는 효과. **상담학연구, 3(1)**, 81-95.
- 남순현(2000). 가족의 정서체계 역동성에 관한 연구: 성인자녀 가족과 3세대 가족을 중심으로. 고려대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 류정현(2007). 한국적 부모-자녀 관계, 가족주의, 효. **부모교육연구, 4(2)**, 81-94.
- 마은애, 손은정(2014). 어머니의 심리적 통제가 대학생의 우울에 미치는 영향: 자율성 욕구 좌절과 사회부과적 완벽주의의 매개효과. **상담학연구, 15(5)**, 2035-2051.
- 배미예, 이은희(2009). 청소년의 자아분화와 대인관계 및 우울/불안 간의 관계. **한국청소년연구, 20(1)**, 85-112.
- 오원옥, 신현정(2016). 대학생의 우울, 자아탄력성, 적극적 스트레스 대처가 인터넷중독경향에 미치는 영향. **한국보건간호학회지, 30(1)**, 56-69.
- 윤명숙, 이효선(2012). 대학생의 우울, 취업스트레스가 자살생각에 미치는 영향: 문제음주의 조절효과. **청소년학연구, 19(3)**, 109-137.
- 이미정, 도현심, 지연경(2011). 부와 모의 통제가 남녀 아동의 자아존중감에 미치는 영향: 자율성의 매개적 역할. **아동학회지, 32(5)**, 67-84.
- 이수진(2009). 대학생이 지각하는 사회유대감과 자율성이 학교생활 적응과 주

- 관적 안녕감에 미치는 영향: 대인관계문제를 매개로. **학교심리학회지: 학교**, 6(2), 229-248.
- 전검구, 최상진, 양병창(2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. **한국심리학회지: 건강**, 6(1), 59-76.
- 정문자, 김연희(2000). 가족생활주기별 내담자의 문제와 가족치료기법 분석. **한국가족치료학회지**, 8(1), 3-29.
- 정슬기(2008). 대학생의 우울증세, 성장기 스트레스 유발사건과 문제음주의 관계. **한국가족치료학회지**, 16(1), 113-134.
- 정주리, 김은영(2019). 불안정 애착과 우울 및 삶의 만족도 간의 관계에서 자기 용서와 타인용서의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 31(4), 1187-1204.
- 정현숙(2017). 아동발달의 장으로서의 가족변화와 아동연구에의 함의. **2017 한국아동학회 추계학술발표논문집**, 87-104.
- 조혜정, 이운주(2014). 대학생의 부모화 경험과 자아분화가 우울에 미치는 영향. **상담학연구**, 15(6), 2345-2360.
- 최인재(2009). 가족체계유형과 청소년의 자아분화 및 심리, 사회적 적응간의 관계-가족응집성의 문화적 특성을 중심으로. **청소년학연구**, 16(4), 1-23.
- 한민, 최인철, 김범준, 이훈진(2012). 한국 대학생의 성차: 정서, 사고방식, 가치관을 중심으로. **조사연구**, 13(3), 33-62.
- Allen, J. P., Porter, M. R., & McFarland, F. C. (2006). Leaders and followers in adolescent close friendships: Susceptibility to peer influence as a predictor of risky behavior, friendship instability, and depression. *Development and Psychopathology*, 18(1), 155-172.
- Anderson, S. A., & Sabatelli, R. M. (1992). The differentiation in the family system scale (DIFS). *American Journal of Family Therapy*, 20(1), 77-89.
- Barber, B. K., & Harmon, E. L. (2002). Violating the self: Parental psychological control of children and adolescents. In B. K. Barber, (Ed). *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents*. (pp. 15-52). Washington, DC: American Psychological Association.

- Barnes, H., & Olson, D. H. (1982). *Parent-adolescent communication, family inventories*. St. Paul, MN: Family Social Science.
- Bartle Haring, S., & Gavazzi, S. M. (1996). Multiple views on family data: The sample case of adolescent, maternal, and paternal perspectives on family differentiation levels. *Family Process*, 35(4), 457-472.
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond* (2nd ed.). New York: The Guilford Press.
- Bowen, M. (1978) *Family therapy in clinical practice*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Bray, J. H., & Williamson, D. S. (1987). Assessment of intergenerational family relationships. In A. J. Hovestadt & M. Fine (Eds.), *Family of Origin Therapy* (pp. 31-43). Rockville, MD: Aspen.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2004). Perceived parental rearing style, self-esteem and self-criticism as predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 5(1), 1-21.
- Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry*, 50(12), 975-990.
- Cohen, E. A., Vasey, M. W., & Gavazzi, S. M. (2003). The dimensionality of family differentiation and the prediction of adolescent internalized distress. *Journal of Family Issues*, 24(1), 99-123.
- Cole, D. A., & McPherson, A. E. (1993). Relation of family subsystems to adolescent depression: Implementing a new family assessment strategy. *Journal of Family Psychology*, 7(1), 119-133.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “ what “ and “ why “ of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Dusselier, L., Dunn, B., Wang, Y., Shelley il, M. C., & Whalen, D. F. (2005). Personal, health, academic, and environmental predictors of stress for residence hall students. *Journal of American College Health*, 54(1),

15-24.

- Elgar, F. J., Craig, W., & Trites, S. J. (2013). Family dinners, communication, and mental health in Canadian adolescents. *Journal of Adolescent Health, 52*(4), 433-438.
- Freed, R. D., Rubenstein, L. M., Daryanani, I., Olino, T. M., & Alloy, L. B. (2016). The relationship between family functioning and adolescent depressive symptoms: The role of emotional clarity. *Journal of Youth and Adolescence, 45*(3), 505-519.
- Fuligni, A. J. (1998). Authority, autonomy, and parent-adolescent conflict and cohesion: A study of adolescents from Mexican, Chinese, Filipino, and European backgrounds. *Developmental Psychology, 34*, 782-797.
- Gavazzi, S. M., Anderson, S. A., & Sabatelli, R. M. (1993). Family differentiation, peer differentiation, and adolescent adjustment in a clinical sample. *Journal of Adolescent Research, 8*(2), 205-225.
- Givertz, M., & Segrin, C. (2014). The association between overinvolved parenting and young adults' self-efficacy, psychological entitlement, and family communication. *Communication Research, 41*(8), 1111-1136.
- Gomez, S. B. (2014). *Identity, cohesion, and enmeshment across cultures. (Doctoral dissertation, The Florida State University)*. Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T13679388>
- Grotevant, H. D., & Cooper, C. R. (1985). Patterns of interaction in family relationships and the development of identity exploration in adolescence. *Child Development, 56*(2) 415-428.
- Hill, E. W., Hasty, C., & Moore, C. J. (2011). Differentiation of self and the process of forgiveness: A clinical perspective for couple and family therapy. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy, 32*(1), 43-57.
- Holman, T. B., & Busby, D. M. (2011). Family-of-origin, differentiation of self and partner, and adult romantic relationship quality. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 10*(1), 3-19.

- Hu, J., & Ai, H. (2016). Self-esteem mediates the effect of the parent-adolescent relationship on depression. *Journal Of Health Psychology, 21(6)*, 897-904.
- Huismann, D. J., Sheldon, J. P., Yashar, B. M., Amburgey, K., Dowling, J. J., & Petty, E. M. (2012). Quality of life and autonomy in emerging adults with early-onset neuromuscular disorders. *Journal of Genetic Counseling, 21(5)*, 713-725.
- Isik, E., & Bulduk, S. (2015). Psychometric properties of the differentiation of self inventory-revised in turkish adults. *Journal of Marital and Family Therapy, 41(1)*, 102-112.
- Kagitcibasi, C. (2012). Sociocultural change and integrative syntheses in human development: Autonomous-related self and social-cognitive competence. *Child Development Perspectives, 6(1)*, 5-11.
- Karasick, S. (2004). *Individuation, differentiation, and psychological adjustment in Orthodox Jewish college students* (Doctoral dissertation, Fordam University).
- Kenyon, P. H. D., & Koerner, S. S. (2009). College student psychological well-being during the transition to college: Examining individuation from parents. *College Student Journal, 43(4)*, 1145-1160.
- Kiang, L., & Bhattacharjee, K. (2019). Developmental change and correlates of autonomy in asian american adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 48(2)*, 410-421.
- Larson, R. W., Pearce, N., Sullivan, P. J., & Jarrett, R. L. (2007). Participation in youth programs as a catalyst for negotiation of family autonomy with connection. *Journal of Youth and Adolescence, 36(1)*, 31-45.
- Noom, M. J., Deković, M., & Meeus, W. H. (1999). Autonomy, attachment and psychosocial adjustment during adolescence: A double-edged sword? *Journal of Adolescence, 22(6)*, 771-783.
- Noom, M. J., Deković, M., & Meeus, W. (2001). Conceptual analysis and

- measurement of adolescent autonomy. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(5), 577-595.
- Manzi, C., Vignoles, V. L., Regalia, C., & Scabini, E. (2006). Cohesion and enmeshment revisited: Differentiation, identity, and well-being in two european cultures. *Journal of Marriage and Family*, 68(3), 673-689.
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Muthen, L. K., Muthen, B. O. (2010). *Mplus: Statistical analysis with latent variables*. Los Angeles, CA: Muthen & Muthen.
- O'Donnell, S., Chang, K., & Miller, K. (2013). Relations among autonomy, attribution style, and happiness in college students. *College Student Journal*, 47(1), 228-234.
- Oshino, S., Suzuki, A., Ishii, G., & Otani, K. (2007). Influences of parental rearing on the personality traits of healthy Japanese. *Comprehensive Psychiatry*, 48(5), 465-469.
- Peleg-Popko, O. (2002). Bowen theory: A study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy*, 24(2), 355-369.
- Pinquart, M., & Silbereisen, R. K. (2002). Changes in adolescents' and mothers' autonomy and connectedness in conflict discussions: An observation study. *Journal of Adolescence*, 25(1), 509-522.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale a self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1(3), 385-401.
- Rudolph, K. D. (2002). Gender differences in emotional responses to interpersonal stress during adolescence. *Journal of Adolescent Health*, 30(4), 3-13.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2008). A self-determination theory approach to psychotherapy: The motivational basis for effective change. *Canadian Psychology*, 49(3), 186.

- Sabatelli, R. M., & Anderson, S. A. (1991). Family system dynamics, peer relationships, and adolescents' psychological adjustment. *Family Relations*, 40(4), 363-369.
- Sahin, Z. S., Nalbone, D. P., Wetchler, J. L., & Bercik, J. M. (2010). The relationship of differentiation, family coping skills, and family functioning with optimism in college-age students. *Contemporary Family Therapy*, 32(3), 238-256.
- Saleebey, D. (2000). Power in the people: Strengths and hope. *Advances in Social Work*, 1(2), 127-136.
- Scabini, E., & Marta, E. (2006). Changing intergenerational relationship. *European Review*, 14(1), 81-98.
- Schiffirin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2014). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23(3), 548-557.
- Sheldon, K. M., Kasser, T., Houser-Marko, L., Jones, T., & Turban, D. (2005). Doing one's duty: Chronological age, felt autonomy, and subjective well-being. *European Journal of Personality*, 19(2), 97-115.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Lens, W., Luyckx, K., Goossens, L., Beyers, W., & Ryan, R. M. (2007). Conceptualizing parental autonomy support: Adolescent perceptions of promotion of independence versus promotion of volitional functioning. *Developmental Psychology*, 43(3), 633.
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Van Petegem, S. (2017). *Autonomy in adolescent development: toward conceptual clarity*. New York, NY: Routledge.
- White, K. M., Speismen, J. C., & Contas, D. (1983). Young adults and their parents: Individuation and mutuality. In H. Grotevant & C. Cooper

(Eds.), *Adolescent development in the family: No. 22, New directions in child development* (pp. 110-127). San Francisco, CA: Jossey Bass.

Wray-Lake, L., Crouter, A. C., & McHale, S. M. (2010). Developmental patterns in decision-making autonomy across middle childhood and adolescence: European american parents' perspectives. *Child Development, 81*(2), 636-651.

-Abstract-

The effect of family differentiation on college students' depression: The mediating role of autonomy

Lee, Dongmee · Park, Ju Hee
Yonsei University

The purpose of this study was to examine the mediating effect of autonomy in the relationship between family differentiation and depression in college students in Korea. The participants of the study were 312 college students aged between 17 and 24 years, who enrolled in seven colleges located in Seoul and Gyeong-gi, Korea. The students were asked to complete self-reported assessment scales on depression, differentiation in the family and autonomy. The data were analyzed by means of Structural equation modeling to investigate the mediating model. The results of this study were as follows. First, the level of autonomy had a significant negative influence on the level of depression whereas no significant direct influence of family differentiation on depression was found. Second, the level of autonomy fully mediated the relationship between family differentiation and depression. In conclusion, the higher the level of family differentiation, the higher the level of late adolescent's autonomy, and consequently, the lower the depression. These results suggested that improving the level of family differentiation would play significant role in reducing college students' depression indirectly through their autonomy.

*** Key words:** college students, depression, family differentiation, autonomy, structural equation modeling