



저작자표시-비영리-동일조건변경허락 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



동일조건변경허락. 귀하가 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공했을 경우에는, 이 저작물과 동일한 이용허락조건하에서만 배포할 수 있습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

이 정 윤 교수지도

석사학위 청구논문

완벽주의 군집에 따른
성취목표 지향성, 열등감, 부정적
평가에 대한 두려움에서의 차이

2014

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

이 아 람

완벽주의 군집에 따른
성취목표 지향성, 열등감, 부정적
평가에 대한 두려움에서의 차이

이 정 윤 교수지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2013년 11월

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

이 아 람

인 준 서

이아람의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 _____ (인)

심사위원 _____ (인)

심사위원 _____ (인)

성신여자대학교 대학원

논 문 개 요

본 연구는 대학생들을 대상으로 완벽주의의 하위유형이 어떻게 나타나는지 살펴보고, 이들 유형 간에 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움에서 차이를 보이는지 알아보고자 하였다. 이를 위해 서울 및 경기도 소재 대학교에 재학 중인 남녀 대학생 587명(남: 189명, 여: 398명)을 대상으로 두 가지의 다차원적 완벽주의 척도(FMPS, HMPS), 성취목표 지향성 척도, 열등감 척도, 부정적 평가에 대한 두려움 척도를 사용하여 설문을 실시하였다. 본 연구의 주요 결과는 아래와 같다. 첫째, 완벽주의 하위요인들(개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의)을 토대로 2 단계 군집분석을 실시한 결과 5개의 군집유형이 도출되었으며, 각 군집은 개인적 기준이 가장 높게 나온 ‘자기 만족형 완벽주의’, 부모의 기대가 높고 그 기대를 충족시키지 못할 시 부모의 비난을 받아 부담을 느끼게 되는 ‘부모 주도형 완벽주의’, 완벽주의 모든 하위요인에서 두드러지게 높은 수준을 보이는 ‘전형적/철저한 완벽주의’, ‘전형적/철저한 완벽주의’와는 별개로 모든 완벽주의 하위요인에서 낮은 점수를 받아 완벽주의 성향을 보이지 않았다고 할 수 있는 ‘비완벽주의’, 스스로에게는 크게 완벽함을 요구하지는 않으나 다른 사람의 수행에 민감하게 반응하는 ‘타인 지향 완벽주의’로 구분할 수 있었다. 둘째, 군집분석을 통해 도출된 5개의 완벽주의 하위군집은 인구 통계학적 특성(성별, 학년, 학교 유형, 전공 계열, 평균 학점 수준)에서는 유의한 차이를 보이지 않았다. 그러나 완벽주의 군집유형에 따른 심리적 특성(성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움)에서의 차이를 알아본 결과, 숙달접근 목표지향성과 수행접근 목표지향성은 전형적/철저한 완벽주의 유형에서 가장 높았고, 숙달회피 목표지향성은 부모 주도형 완벽

주의 유형에서 높게 나타났다. 열등감은 부모 주도형 완벽주의와 전형적/철저한 완벽주의 유형에서 높았고, 부정적 평가에 대한 두려움은 전형적/철저한 완벽주의, 부모 주도형 완벽주의, 타인 지향 완벽주의 유형 순으로 높게 나타났다. 이 같은 결과는 완벽주의의 하위군집유형에 따라 심리적 특성의 차이가 다양하게 나타날 수 있음을 의미한다. 마지막으로 본 연구의 의의와 제한점, 후속 연구를 위한 제언에 대해 논의하였다.

주요어 : 완벽주의, 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움, 군집분석

목 차

논문개요

I. 서론

- 1. 연구의 필요성 및 목적 1
- 2. 연구문제 및 가설 7

II. 이론적 배경

- 1. 완벽주의 9
 - 1) 완벽주의의 정의 9
 - 2) 완벽주의의 특성 14
 - ① 인지적 특성 14
 - ② 정서적 특성 16
 - ③ 행동적 특성 17
 - 3) 완벽주의 하위유형 18
- 2. 완벽주의와 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움 .. 21
 - 1) 완벽주의와 성취목표 지향성 21
 - 2) 완벽주의와 열등감 24
 - 3) 완벽주의와 부정적 평가에 대한 두려움 28

III. 연구 방법

- 1. 연구 대상 31
- 2. 측정 도구 33
 - 1) 다차원적 완벽주의 척도(FMPS) 33

2) 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)	34
3) 성취목표 지향성 척도	35
4) 열등감 척도	36
5) 부정적 평가에 대한 두려움 척도	37
3. 자료 분석	38

IV. 연구결과

1. 주요 변인들의 상관계수 및 평균과 표준편차	39
2. 완벽주의에 따른 군집유형	42
3. 군집유형에 따른 인구통계학적 특성에서의 차이	46
4. 군집유형에 따른 심리적 특성에서의 차이	48

V. 논의

1. 결과에 대한 논의	51
2. 연구의 의의 및 제한점과 제언	57

참고문헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

<표 1> 연구 대상의 인구통계학적 특성	32
<표 2> 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)의 문항구성 및 Cronbach's α 값	34
<표 3> 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)의 문항구성 및 Cronbach's α 값	35
<표 4> 성취목표 지향성 척도의 문항구성 및 Cronbach's α 값	36
<표 5> 주요 변인들의 상관계수 및 평균, 표준편차	41
<표 6> 군집화 일정표	42
<표 7> 최종 군집별 중심점	43
<표 8> 군집유형에 따른 인구통계학적 차이	47
<표 9> 군집유형별 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움 차이검증	48

그 립 목 차

[그림 1] 완벽주의 하위요인에 따른 대학생 집단의 군집유형	46
---	----

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

고대에서부터 정신분석학에 이르기까지, 수많은 학자들이 완벽주의에 관심을 가지고 인간의 행동 및 성격, 신경증, 섭식장애, 강박행동 등과 관련지어 연구해 왔다. 정신역동 이론에서는 완벽주의를 신경증적이고 병적인 성격의 징후라고 보았으며(Horney, 1951), Burns(1980) 또한 완벽주의자들이 도달할 수 없을 정도로 높은 기준을 세워 스스로를 강박적으로 행동하게 하고, 자신의 가치를 생산성과 성취에 기반을 두어 평가하는 사람들이라고 여겼다. 마찬가지로 Hollender(1965)는 “상황이 요구하는 것 이상의 높은 수준의 수행을 자신이나 타인에게 요구하는 것”으로 완벽주의를 정의했으며, 지나치게 높은 기준을 설정하고 그에 따라 자신을 비판하는 것으로 보기도 했다(Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neuvauer, 1993). 이처럼 인간의 완벽한 수행을 목표로 삼는 완벽주의가 오래 전부터 학자들의 관심 분야였던 것은 완벽주의가 인간이 수행을 하는데 기능적인 측면으로 작용할 뿐만 아니라, 동시에 우울증, 섭식 장애, 불안 등과 같은 역기능적인 측면과도 밀접하게 관련이 있다는 연구 결과가 있었기 때문이다.

성취지향적인 현대사회에서 완벽하다는 것이 곧 이상적인 상태라는 Burns(1980)의 말처럼, 완벽주의는 현대 사회에서 하나의 미덕처럼 여겨지고 있다. 그러한 현대 사회의 흐름에 맞게 알파걸(alpha girl), 엄친아, 슈퍼맘(super mom)과 같은 신조어들이 등장했고, 이는 곧 여러 분야에서 뛰어난 능력을 발휘하는 개인들을 지칭하는 말이 되었다. 대학생들 대상으로 한 경험적 연구에서는 참가한 대학생들 중 절반 이상이 완벽주의자로 분류된 바 있고(Grzegorek, Slaney, Franze, & Rice, 2004), 완벽주의로 고통 받는다고 응답했

음에도 대학생들은 완벽주의가 그들의 성공에 기여했다고 믿기 때문에 완벽주의를 포기하지 않으려는 경향을 보였다(Slaney, Chadha, & Mobley, 2000). 하지만 완벽주의에 대해 양가적인 태도를 보이는 대학생들이 지나치게 완벽주의를 추구할 경우, 우울증, 불안장애, 강박증 등의 다양한 심리적인 장애로 고통받을 수도 있다(김민선, 서영석, 2009; 김현정, 손정락, 2006; 이미화, 류진혜, 2002; 정상목, 이동귀, 2013; 최명심, 손정락, 2007; Blatt, 1995, Frost et al., 2003).

다차원적 완벽주의 척도가 개발된 1990년대 초부터 최근까지 완벽주의에 대한 많은 연구가 진행되었고(Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990; Hewitt & Flett, 1991), 이를 통해 완벽주의의 개념적 이해를 다양화했으며, 하위 차원들을 밝혀낼 수 있었다. 그 중 현재까지도 가장 널리 사용되는 완벽주의 측정 도구로 Frost 등(1990)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)와 Hewitt 등(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)를 들 수 있다. 먼저 Frost 등(1990)은 완벽주의의 행동적인 측면에 중점을 두고서 다차원적 완벽주의 척도를 제작하였는데, 총 6가지의 하위요인으로 나뉜다. 실수에 대한 부정적인 반응을 뜻하는 ‘실수에 대한 염려’, 스스로 매우 높은 기준을 가지게 하는 ‘개인적 기준’, 부모가 자신에게 높은 기대를 가지고 있다고 지각하는 ‘부모의 기대’, 부모의 기대에 맞추지 못했을 때 비난받을 것이라고 지각하는 ‘부모의 비난’, 스스로의 능력을 확신하지 못해 끊임없이 의심하게 되는 ‘수행에 대한 의심’, 주변을 정리·정돈하고 깔끔한 것을 선호하는 ‘조직화’가 바로 그것이다. 다음으로 Hewitt 등(1991)은 사회적, 즉 대인관계적인 측면에 중점을 두고서 다차원적 완벽주의 척도를 제작하였는데, 완벽주의적인 행동이 누구를 향하는가에 따라 3개의 차원으로 구분하였다. ‘자기지향 완벽주의’는 행동의 대상이 스스로이며, 자신에게 높은 기준을 세우고 그 기준에 따라 평가하는 경향을 가진다. ‘타인지향 완벽주의’는 자신에게 중요한 타인에게 높은 기준을 적용하는 경향을 반영하며, 마지막으로 ‘사회적으로 부과된 완벽주의’는 자신

에게 중요한 타인이 높은 기준을 가지고 자신을 평가할 것이라는 지각을 반영한다.

그러나 국내에서는 아직 완벽주의에 대한 폭넓은 연구가 이루어지지 못하고 있으며, 완벽주의를 독립변인으로 보거나 혹은 매개변인으로 가정하여 다른 변인들과의 관계를 파악하기 위한 연구가 더 많아(고은영, 최바울, 이소연, 이은지, 서영석, 2013; 김나예, 2012; 김명숙, 2003; 박현, 2008; 설미향, 이윤희, 2011; 조한익, 이현아, 2010), 완벽주의 자체에 초점을 두고서 진행된 연구는 찾기 어렵다(김윤희, 서수균, 2008; 이수현, 김아영, 2012).

이처럼 완벽주의 자체에 대한 연구가 미흡한 가장 큰 이유는 완벽주의의 정의에 대한 합의나 개념화가 아직까지 충분히 이루어지지 못했다는 점을 들 수 있다(김윤희, 서수균, 2008). 학자들마다 내리는 완벽주의에 대한 정의가 다르기 때문에, 완벽주의에 대해 보다 깊게 이해하고 발전된 연구를 진행하는 데에 어려움이 따른다. 또한 완벽주의에 대한 많은 연구들이 척도를 개발한 연구자들의 주도 하에 진행되어 왔으며, 학자들마다 연구의 강조점도 달라 다양한 완벽주의 관련 연구들을 통합해서 이해하는데 한계가 있다. 이는 완벽주의에 대한 체계적이고 통합적인 이해와 더불어 개념적인 정의와 완벽주의 하위요인에 대한 연구가 필요함을 시사한다.

국내에서도 완벽주의 하위유형을 밝히기 위한 연구가 몇 차례 있었으나(김현희, 김창대, 2011; 정상목, 이동귀, 2013), 연구의 대부분이 우울, 지연 행동, 자존감, 불안 등의 심리적인 특성에 있어 완벽주의 성향을 띤 집단 내에서의 차이를 보려는 것이었다. 또한 완벽주의 성향에 따른 하위집단의 수가 비일관적이었던 점(정상목, 이동귀, 2013), 완벽주의를 분류하기 위해 하나의 완벽주의 측정도구만을 사용하여 다양한 완벽주의 하위요인들을 고려하지 않았다는 점, 군집을 나누는데 투입되는 변인의 수는 많으나 표본의 사례수가 적어 검증력의 측면에서 문제가 있다는 점(김현희, 김창대, 2011) 등이 제한점으로 지적되었다. 이는 국내 연구에서 아직까지 완벽주의 하위유형에 대해 충분한 연

구가 이뤄지지 않았다는 것을 의미한다.

따라서 본 연구에서는 먼저 다양한 완벽주의 하위요인들을 기초로 대학생 집단의 군집유형을 구분하여 각 유형을 정의하고, 군집유형 별로 어떠한 심리적인 특성을 보이는지 살펴보고자 하였다. 특히 본 연구에서는 완벽주의의 하위유형을 나누는데 있어서 기존에 제한점 중 하나로 지적된 측정도구의 한계점을 보완하기 위해, Frost 등(1990)의 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)와 Hewitt 등(1991)의 다차원적 완벽주의 척도(HMPS) 두 가지를 모두 사용하여 군집유형을 나누고자 하였다. FMPS의 경우 완벽주의를 수행에 대한 높은 기준의 설정과 심리적인 문제를 유발할 수 있는 자신의 수행을 과도하게 비판하는 경향성으로 나누어 측정하며, HMPS의 경우에는 완벽주의 구조의 핵심적 성분인 자기에 대한 완벽주의뿐만 아니라 적응에 중요한 작용을 하는 대인관계적인 측면을 포함하고 있어 보다 다양하고 세밀하게 군집유형을 구분할 수 있을 것이라 기대하였기 때문이다.

또한 선행 연구를 통해 완벽주의와 관련이 있다고 밝혀진 세 가지 변인인 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움이 완벽주의 하위군집 간에서의 차이가 있는지를 살펴보고자 하였다. Elliot과 Harackiewicz(1996)에 따르면, 성취목표 지향성은 Lewin의 접근-회피의 개념을 성취상황에 적용한 것으로 성취동기에는 최소한 실패회피와 성공추구라는 두 종류가 있다고 한다. 성취목표는 단순히 동기의 유무에 관심을 두는 대신, 개인이 과제를 수행하는 이유와 의도에 대해 어떻게 생각하는가에 초점을 둔다(Ames, 1992b; McGregor & Elliot, 2002; Pintrich, Conley, & Kempler, 2003). 이는 어떻게 생각하느냐가 사건을 해석하고 상이하게 반응하는데 하나의 ‘틀’로 중요한 역할을 담당하기 때문이다. 아직까지 완벽주의와 성취목표 지향성에 대한 국내 연구가 활발하게 진행되지는 않았지만, 대부분의 연구 결과에서 숙달접근 목표지향성은 자기지향 완벽주의와 높은 정적 상관을 보였고, 사회적으로 부과된 완벽주의와는 부적의 상관을 보였다(계수영, 박기환, 엄소용, 2011; 권순용,

2012). 이와 반대로, 수행회피 목표지향성은 사회적으로 부과된 완벽주의와 정적 상관을 보였지만, 자기지향 완벽주의와는 부적인 상관을 보였다(계수영 등, 2011; 김희정, 2007; 이미화, 류진혜, 2002). 이는 자기지향 완벽주의 성향이 강할수록 숙달접근 목표지향성이 높아지고, 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 높을수록 수행회피 목표지향성이 높아짐을 의미한다. 하지만 아직까지 성취목표 지향성과 완벽주의에 대한 연구가 활발히 진행되지 않아 이들의 관계를 입증해주는 주는 증거들이 다소 부족한 상태이기 때문에, 두 변인 간 관계를 밝히는 연구가 진행될 필요가 있을 것으로 보인다.

다음으로 열등감은 인간이라면 누구나 가질 수 있는 감정이며(Adler, 1927), 특히 타인과의 비교 및 경쟁을 유도하는 사회적 풍토에서 인생의 방향을 결정해 나가는 대학생들은 더욱 열등감에 빠질 수밖에 없다. 하지만 동시에 인간은 열등감을 극복하고 우월해지려고 하는 생각에 동기화되기 때문에(Adler, 1979, 김명숙, 2003 재인용), 열등감은 오랫동안 완벽주의와 함께 연구되었다. 김명숙(2003)의 연구에서 자기지향 완벽주의 성향이 높은 집단은 낮은 집단에 비해 열등감의 수준이 낮았으며, 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 높은 집단은 낮은 집단에 비해 열등감 수준이 매우 높게 나타났다. 안신혜(2009)의 연구에서도 자기지향 완벽주의와 타인지향 완벽주의는 열등감과 부적인 상관을 보였고, 사회적으로 부과된 완벽주의는 열등감과 정적인 상관을 보였다. 이는 곧 자기지향 완벽주의와 타인지향 완벽주의 성향이 높을수록 열등감의 수준이 낮아지며, 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 높을수록 열등감 수준이 높아짐을 의미한다. 또한 허현정(2004)의 연구에서도 마찬가지로 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 높을수록 열등감의 수준이 높음을 재확인할 수 있었다. 결국 이는 완벽주의에 대한 기대가 누구에게로 향하느냐에 따라 열등감의 수준이 달라질 수 있음을 뜻하며, 더 나아가 개인에게서 나타나는 다양한 완벽주의 성향에 따라 열등감의 수준이 달라질 수 있음을 시사한다.

타인이 자신을 관찰하거나 평가받는 상황이라고 지각할 때 스스로가 부족하

게 보여 다른 사람들에게 자신이 거절당할 것을 두려워하는 것이 바로 부정적 평가에 대한 두려움(최정훈, 이정운, 2004)이다. 즉, 부정적 평가에 대한 두려움은 주로 평가받는 상황 하에서 발생하는데 이는 사회적으로 인정받지 못할 것이라는 두려움이기 때문에, 타인에게 인정받아야만 하고 완벽에 가까운 기준에 도달해야 한다고 믿게 된다(Deffenbacher, Zwemer, Whisman, Hill, & Sloan, 1986). Frost 등(1990)은 완벽주의 성향이 강한 대학생들이 평가 압력이 존재하는 과제에서 평가에 대한 두려움 등의 부정적인 정서를 더 많이 경험한다고 보고하였고, 사회적으로 부과된 완벽주의가 높을수록 부정적 평가에 대한 두려움을 많이 느꼈으며(Flett, Hewitt, & DeRosa, 1996), 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심이 높을수록 부정적인 평가에 대한 두려움이 높아졌다고 보고하였다(Kawamura, Hunt, Frost, & DiBartolo, 2001). 또한 스스로의 행동을 비판적으로 평가하고 타인의 기대와 비판에 과도하게 염려하는 성향을 가진 평가염려 완벽주의자들이 부정적 평가에 대한 두려움을 더 많이 느낀다고 보고한 연구도 있었다(김민선, 서수균, 2009). 이는 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 높은 사람들, 즉 자신이 중요하게 생각하는 타인에게 기대를 받고 있고, 그 기대를 충족시키지 못할 시 비난을 받게 될 것이라고 지각하는 사람들의 경우에 부정적인 평가에 대한 두려움을 더 크게 느낀다고 볼 수 있다. 반면 스스로 높은 기대 수준을 정하고, 그 기준을 만족시키고자 수행을 하는 사람들은 비교적 부정적인 평가에 대한 두려움을 적게 느낄 것이라고 가정해 볼 수 있다. 이는 열등감과 마찬가지로, ‘완벽주의자’라고 정의를 내리더라도 개인이 가진 완벽주의의 성향에 따라서 부정적 평가에 대한 두려움의 수준이 다양하게 나타날 수 있음을 시사한다.

이처럼 같은 ‘완벽주의자’라고 정의를 내리더라도, 완벽주의적인 성향을 가진 개인에게서 보이는 심리적인 특성에는 다양한 차이가 존재할 수 있다. 또한 선행 연구들의 결과를 기초로 하여, 개인에게서 나타나는 완벽주의의 특성에 따라 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에서 차이를 보인다는 것을 예

상할 수 있으며, 따라서 완벽주의의 하위요인들(실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의)을 통해 분류된 완벽주의 하위유형 간에 어떠한 심리적인 특징을 보이는지 알아볼 수 있을 것으로 기대하였다. 이를 통하여 완벽주의에 대한 개념적 이해를 높일 수 있게 될 뿐만 아니라, 각 완벽주의 하위유형의 특징에 맞는 맞춤형 상담 프로그램을 개발하는데 중요한 시사점을 제공할 수 있게 될 것이다.

2. 연구문제 및 가설

본 연구에서는 Frost 등(1990)과 Hewitt 등(1991)의 척도에서 분류한 완벽주의의 하위요인들(실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의)을 기초로 완벽주의가 어떤 하위유형으로 군집화 되는 지 알아보고, 나누어진 집단에 따라 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움에서 어떠한 차이가 나타나는지를 알아보려고 하였다. 따라서 본 연구에서 설정한 연구 문제와 가설은 다음과 같다.

【연구문제 1】

다차원적 완벽주의 하위요인에 따른 군집이 존재하는가?

가설 1. 완벽주의의 하위요인(실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의)은 유의한 차이를 보이는 군집으로 나뉠 것이다.

【연구문제 2】

다차원적 완벽주의의 군집유형에 따라 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움의 수준에 차이가 존재하는가?

가설 2-1. 군집분석을 통해 나뉜 군집 유형별로 성취목표 지향성에서 유의한 차이를 보일 것이다.

가설 2-2. 군집분석을 통해 나뉜 군집 유형별로 열등감에서 유의한 차이를 보일 것이다.

가설 2-3. 군집분석을 통해 나뉜 군집 유형별로 부정적 평가에 대한 두려움에서 유의한 차이를 보일 것이다.

II. 이론적 배경

1. 완벽주의

1) 완벽주의의 정의

심리학에서 완벽주의에 대해 가장 먼저 언급한 사람은 바로 Freud(1917)인데, 그는 완벽주의가 강박적 성향이며, 받아들일 수 없는 적대적인 충동을 억압하기 위한 욕구에서 기인한 것이라고 보았다. 또한 Adler(1927)는 완벽성을 신경증으로 왜곡된 상태라고 하였으며, Horney(1951)는 근본적인 불안을 감소시키기 위해 사용하는 정서적 전략 중 하나로 완벽성을 지적하였다. 그리고 Sullivan(1953)은 완벽주의가 부모의 양육 태도와 관련 있다고 보았는데, 주양육자에게서 사랑을 받지 못하고 양육된 아이들이 불안한 감정(불안정감, 불확실감)을 다루기 위해 완벽주의자가 된다고 보았다.

완벽주의를 최초로 정의한 Hamacheck(1978)은 완벽주의를 ‘정상적 완벽주의(normal perfectionism)’와 ‘신경증적 완벽주의(neurotic perfectionism)’로 구분하였다. 신경증적인 완벽주의자가 도달할 수 없을 정도로 높은 기준을 설정하여 자신이 한 일의 결과에서 만족을 얻기 어려운데 반해, 정상적인 완벽주의자는 목표에 도달하기 위해 노력하는 과정에서 얻는 기쁨의 가치를 중요시한다고 보았다. 그러나 Pacht(1984), Burns(1980)와 같은 대부분의 학자들은 완벽주의를 역기능적이라고 생각했고, 대부분의 학자들이 완벽주의의 부정적인 측면에 초점을 맞추어 연구를 진행했다. Burns(1980)는 완벽주의자를 우울이나 불안, 신경증 등과 같이 심리적으로 힘들어 하는 사람으로 묘사하곤 했으며, 완벽주의자가 완벽을 추구하기 위해 기울이는 끊임없는 노력이 오히려 심리적인 문제를 유발할 가능성이 높다고 보았다. 이처럼 초기 완벽주의에 대한 연구는 완벽주의자들이 겪는 우울(박지연, 2010; 전명임, 이희경, 2011;

Dunkley, Blankstein, Halsall, Williams, & Winkworth, 2000; Frost et al., 1993), 지연행동(오지은, 추상엽, 임성문, 2011; 이미라, 오경자, 2009; Hewitt et al., 1991; Frost et al., 1990), 낮은 자존감(김현정, 손정락, 2006; 박현, 2008; Burns, 1980; Hewitt & Genest, 1990; Hollender, 1965; Sorotzkin, 1985) 등과 같이 부정적이고 부적응적인 성격 및 심리적 특징과 함께 연구되었고, 많은 연구에서 그러한 부적응적인 측면을 지지하는 결과가 보고되었다.

그러나 Slaney(1990)는 완벽주의에 대한 연구가 과도하게 부정적인 측면에 초점을 맞춰 진행된 점을 지적하면서, 완벽주의를 보다 잘 이해하기 위해서는 균형 잡힌 시각을 가져야 할 필요가 있다고 주장했다. 그는 높은 기준을 가진다는 것 자체가 필연적으로 문제를 불러일으키는 특성이 아니며, 완벽한 성향에는 부정적인 측면뿐만 아니라 긍정적인 측면도 존재한다고 보았다.

이러한 흐름에 맞춰, 1990년대 초에 몇몇 학자들(Frost et al., 1990; Hewitt et al., 1991)이 앞장서 완벽주의의 구성개념을 단일차원이 아닌 다차원적으로 이해하려는 접근을 시도했다. 개인적 특성에 초점을 맞춘 Frost 등(1990)은 임상 경험과 선행 연구 결과를 토대로 완벽주의자의 공통된 특징이 과도하게 높은 기대 수준의 설정임을 밝혀냈다. 그러나 Frost 등(1990)은 만약 완벽주의자를 과도하게 높은 기대를 설정하여 노력하는 사람이라고 정의한다면, 완벽주의자와 진취적이고 성공지향적인 사람을 구분할 수 없을 것이라고 보았다. 따라서 완벽주의를 측정하기 위해서는 높은 기준을 설정하는 것뿐만 아니라, 그 기준에 맞춰 자신의 수행을 비판적으로 평가하는 경향성이 포함되어야 한다고 생각했고, 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale; FMPS)를 통해 완벽주의를 규정지을 수 있는 특징을 제시하였다. FMPS는 실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화 등의 6개 요인으로 나뉘는데, 여섯 가지 하위요인은 아래와 같다.

먼저 실수에 대한 염려(concerns over mistake)는 실수에 대한 부정적인 반응을 일컫는다. 완벽주의자들은 실수를 곧 실패라고 해석하는 경향이 강하며,

실수를 하게 되면 타인에게 거부당할 것이라는 믿음을 가지고 있어 실수에 민감하게 반응한다. 또한 실수에 대한 염려는 완벽주의의 가장 중요한 특성으로, 완벽주의자가 보이는 지연 행동의 가장 근본적인 원인이라고 할 수 있다. 둘째는 스스로 매우 높은 기준을 설정하는 개인적 기준(personal standard)이다. 완벽주의자들은 달성할 수 없을 정도로 매우 높은 기준을 설정하며, 스스로를 평가할 때 이 기준을 매우 중요시한다. 그러나 완벽주의자들이 가지는 기준이 과도하게 높기 때문에, 때로는 이로 인해 우울이나 불안 등과 같은 심리적인 적응 문제를 겪기도 한다. 셋째, 부모의 기대(parental expectation)는 부모가 높은 기대를 가지고 있다고 스스로 지각하는 것이다. 넷째, 부모의 비난(parental criticism)은 부모의 기대만큼 수행을 해 내기가 어려우며, 잘 수행해 내지 못했을 때 부모로부터 비난받아 왔다고 지각하는 것이다. 다섯째, 수행(행동)에 대한 의심(doubt about action)은 능력에 대한 확신을 가지지 못해 자신의 능력과 수행을 끊임없이 의심하게 되는 경향성을 일컫는다. 마지막으로 조직화(organization)는 주변을 정리·정돈하는 것을 선호하고 중요시 여기는 경향이다. 그러나 Frost 등(1990)은 다른 다섯 요인과는 달리, 조직화가 낮은 상관을 보인다는 점을 들어 전체 척도에 포함시키지 말 것을 제안하기도 했다.

한편 Frost와는 달리, Hewitt 등(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale; HMPS)는 완벽주의의 개인적인 측면과 사회적인 측면 모두를 포함한다. Hewitt 등(1991)은 완벽주의를 행동이 향하는 방향성의 차이라고 보아, 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회부과적 완벽주의인 3가지의 차원으로 구분하였다. Hewitt 등(1991)이 분류한 완벽주의의 세 가지 유형은 아래와 같다.

첫째로 자기지향 완벽주의(self-oriented perfectionism)는 자신을 향한 완벽주의적인 행동을 말하며, 자신에 대해 높은 기준을 세우고 엄격하게 자신을 평가하는 행동을 포함한다. 실패나 부정적인 결과를 회피하고자 하며, 보다 완

벽해지고자 하는 동기를 가지는 것이 주요한 특징이라고 볼 수 있다. 하지만 이로 인해 오히려 자기비난의 상태에 빠지기 쉬운데, 스스로가 꿈꾸는 이상적인 자신이 실제 자신과 불일치하기 때문에 낮은 자존감, 불안, 우울 등과 같은 심리적인 문제로 고통 받기 쉽다. 그러나 오히려 자기지향 완벽주의가 결점이 없는 상태를 향한 적극적인 추구를 반영한다는 결과도 있으며(Blatt, 1995), 국내 연구에서도 자기지향 완벽주의가 우울이나 불안 등과 같은 심리적인 문제와도 낮은 상관을 보여(김민선, 서영석, 2009; 김현정, 손정락, 2006; 박지연, 2010; 이미화, 류진혜, 2002; 전명임, 이희경, 2011; 정옥경, 2000) 자기지향 완벽주의를 완벽주의 성향 중에서도 건강하고 적응적인 측면이라고 보는 학자들이 많다. 이처럼 자기지향 완벽주의는 때때로 적응적인 가치를 보여주기도 하며, 자신의 행동에서 완벽함을 이루려고 하는 성향을 반영하기 때문에 높은 자기 효능감, 성취에 대한 높은 기대감 등과 관련 있다고 보고되기도 했다(Frost & Henderson, 1991).

두 번째로 타인지향 완벽주의(other-oriented perfectionism)는 자기지향 완벽주의와는 반대로 자신에게 의미 있는 타인을 향해 높은 기준을 부과하고, 그 기준을 완벽하게 해내도록 기대한다. 자신의 기대 수준을 타인이 만족시키지 못한다면, 타인에게 적대감, 불신, 냉소적 태도를 보이기도 하는데 이는 곧 대인관계에서의 좌절로 이어질 수도 있다. 그러나 리더십을 발휘해야 하는 상황에서 타인에게 높은 기준을 부과하는 것은 그 사람의 동기를 촉진시킬 수도 있어, 바람직한 것으로 여기기도 한다.

마지막으로 사회적으로 부과된 완벽주의(socially prescribed perfectionism)는 자신에게 의미 있는 타인들이 자신에게 비현실적인 기준을 가지고 자신을 엄격하게 평가하고 완벽해지도록 압력을 가한다고 지각하는 경향성이다. 자신에게 중요한 타인이 부과한 기준이 스스로에게 버겁고 통제할 수 없다고 느끼기에, 무력감, 분노, 우울 등과 같은 부적절한 정서에 취약해질 수 있다. 또한 타인이 부과한 기준에 미치지 못할 경우 부정적인 평가를 받게 될까 두려움을

보이는데, 이는 타인에게서 인정받고자 하는 욕구가 내재되어 있기 때문이다.

이처럼 완벽주의를 다차원적으로 보려는 시도는 그 동안 완벽주의를 부적응적인 심리 특성으로만 여겨왔던 학자들에게 좀 더 다양하고 유연한 안목을 가질 수 있게 해 주었다. FMPS와 HMPS의 개발을 통해 더 많은 경험적 연구가 진행되었을 뿐 아니라, 완벽주의의 긍정적인 측면에 초점을 둔 연구도 함께 진행될 수 있었다.

FMPS의 하위요인 중, 특히 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심이 사회불안, 우울과 정적 상관을 보여 완벽주의의 부적응적 특성이라고 여겨졌다면 (Frost et al., 1991), 개인적 기준과 조직화는 자기효능감과 유의한 정적 상관을 보여 비교적 긍정적인 심리적 특성으로 여겨졌다(김정은, 2012). 또한 현진원(1992)의 경우, 개인적 기준과 조직화가 학업에 대한 적응을 도울 뿐만 아니라, 일처리를 하고 대인관계를 맺는데도 긍정적인 영향을 미친다고 하였다. HMPS의 경우, 사회적으로 부과된 완벽주의가 부정적 정서와는 정적인 상관관계를 보여주어(최옥영, 1998, Frost et al., 1993) 대체로 부적응적인 심리 상태와 관련 있다고 보고되었으며, 동기수준을 낮추고 흥분·동요를 유발해 수행능력의 저하를 가져올 수도 있다고 하였다. 또 다른 연구에서도 마찬가지로 사회적으로 부과된 완벽주의는 광범위한 정신 병리와 관련되는 요인으로 나타나는 반면, 그 외 완벽주의 성향은 순기능적인 면을 반영한다는 결과를 보였다(Flett, Hewitt, Blankstein & O'Brien, 1991). 그러나 HMPS의 자기지향 완벽주의는 일관된 결과가 나타나지 않았는데, 일부 연구에서는 자기지향 완벽주의가 부정적 정서와 상관을 보이지 않았던 반면 다른 연구들에서는 정적 상관을 보이기도 했다(김현정, 손정락, 2006; 문경, 1998; 이미화, 류진혜, 2002).

이러한 맥락에서 Rice와 Mirzadeh(2000)는 완벽주의를 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의로 구분하였는데, 적응적 완벽주의는 학업적인 영역, 즉 학업성취도나 학업 적응에 있어 더 긍정적인 영향을 미친다고 보았다. 국내 연구(김민선, 최영희, 석분옥, 백근영, 이동귀, 2009; 표경선, 안도희, 2006)에서도

긍정적인 완벽주의 집단이 학업적인 지연행동을 보일 가능성이 낮고, 그렇지 않은 집단에 비해 학업 성취도가 높다고 보고하였다.

한편, Dunkley와 그의 동료들(Dunkley et al., 2000)은 그 동안 이루어졌던 완벽주의에 대한 연구 결과를 바탕으로 하여 완벽주의를 ‘개인기준 완벽주의(personal standard perfectionism)’와 ‘평가염려 완벽주의(evaluative concerns perfectionism)’의 두 차원으로 구분하였다. 개인기준 완벽주의자는 과도할 정도로 높은 기준을 세우지만, 타인의 인정을 필요로 하지 않아 타인에게서 받을 수 있는 부정적인 평가에 대해서도 두려움을 느끼지 않는 사람들을 말한다. 반면 평가염려 완벽주의자는 타인에게서 인정받고 싶어 하는 욕구가 강하여 타인의 부정적인 비판에 민감하고, 자신이 실수를 하거나 스스로가 지각한 타인의 높은 기준을 충족시키지 못할 경우, 가혹하게 비판받을 것이라고 생각하는 이들을 일컫는다.

2) 완벽주의의 특성

완벽주의적인 성향을 보이는 사람들에게서 흔히 볼 수 있는 인지적, 정서적, 행동적 특성을 살펴보면 다음과 같다(한기연, 1993; Burns, 1980, 김명숙, 2003 재인용).

① 인지적 특성

완벽주의자들에게서 흔히 나타날 수 있는 인지적인 특성은 총 다섯 가지, 자신과 타인에 대한 비현실적인 높은 기대 수준, 실패에 대한 두려움, 결과의 실패에 대한 객관적인 인지의 결여, 과잉 일반화, ‘해야만 한다’는 사고로 나눌 수 있다.

첫째로 완벽주의자들은 보통 자신을 포함하여 타인에게도 비현실적이고 달

성이 불가능할 정도로 높은 기대 수준을 가진다. 그러나 이러한 기대는 개인의 능력을 넘어선 범위의 기대 수준이기 때문에 목표에 도달하지 못해 실패와 좌절감을 느끼기 쉬움을 의미하기도 한다(박진희, 1998; Frost et al., 1990).

둘째로 완벽주의자들은 스스로를 위한 성취 욕구에 자극을 받는 것이 아니라, 실패에 대한 두려움을 가지고 있기 때문에 목표를 이루기 위해 노력한다. 과제를 수행하는데 있어 매우 높은 기준을 설정하는 것은 이들이 실패를 경험할 가능성을 높이게 되는데, 특히 완벽주의자들은 아주 작은 실수에도 완벽주의자들은 실패했다고 느끼기 쉽기 때문에 실패에 대한 지나친 불안과 두려움을 가지게 된다. 따라서 실수를 하지 않고, 실패를 경험하지 않기 위해 자신의 높은 수행 기준을 만족시키려고 노력하지만, 역설적이게도 이는 지연행동으로 이어지기도 한다.

셋째로 완벽주의자들은 결과의 실패에 대해 객관적인 평가를 하지 못한다. 수행 자체를 늘 만족스럽지 못하다고 평가하며, 자신의 수행 결과에서도 단점을 찾아 부각시킨다. 또한 자신의 행위를 확실하지 않다고 여기므로, 좋은 결과를 얻었다고 하더라도 성취의 기쁨을 누리지 못하는 자기 파괴적인 이중 구조를 보인다(Burns, 1980).

넷째는 바로 과잉일반화이다. 완벽주의자들은 긍정적인 면보다는 부정적 측면에 초점을 맞추어 확대 지각하는데, 특히 실수하는 것에 매우 민감하고 염려하여 실수를 회피하려고 한다. 다른 사람들에 비해 더 우월한 성과를 보였다 하더라도 완벽주의자들은 늘 자신이 부족하다고 지각하기 쉬우며, 타인들의 부정적인 평가와 부정적인 피드백에 민감하기 때문에 우울 및 무력감에 취약한 면을 보이기도 한다.

마지막으로 완벽주의자들은 ‘해야만 한다’는 강박 관념에 매달리며, 높은 기대 수준에 도달하지 못했을 때 더 잘 했어야 한다고 느끼거나, 실수를 하지 않았어야 한다는 자기 비판적인 사고에 사로잡히기 쉽다. 자기를 향하는 깊은 비난은 좌절감, 죄의식으로 이어질 수도 있으며, 이는 완벽주의자가 거센 강박

관념에 시달리게 하기 때문에 우울, 자기 비난, 실패감 등에 취약하게 만드는 요인이 된다. Horney(1950)는 이를 가리켜 ‘해야만 한다는 횡포(tyranny of the should)’라고 표현하기도 하였다.

② 정서적 특성

완벽주의 성향을 가진 사람들은 수행에 대한 기대가 높고 실패에 대한 두려움을 가지며 자기를 비난하고 사고를 왜곡하여 수치심, 불안, 우울, 낮은 자존감 등의 부정적인 정서를 경험하기 쉽다(Hollender, 1965; Pacht, 1984, Sorotzkin, 1985). 이는 완벽주의 성향의 특징적인 정서 상태로써, 완벽주의가 정신 병리와의 상관성이 높음을 보여주는 단적인 예라고 할 수 있다.

많은 학자들은 완벽주의자들에게서 나타나는 정서적 특징 중에서도 특히 우울과 불안에 대해 많이 연구해왔다. Burns(1980)에 따르면, 완벽주의자들은 사소한 실수를 과제의 실패라고 과대 지각하고, 수행의 결과에 따라 자신의 가치를 평가하기 때문에 특히 우울에 취약하다고 보았다. 또한 학자들은 높은 기준을 세우는 완벽주의의 특성이 사회불안의 특징에 속하는데, 이로 인해 완벽주의 성향을 가진 사람들이 고통을 받는다고 보았다(Hewitt et al., 1991). 실제로 여러 경험적인 연구를 통해 완벽주의와 불안 간에 높은 상관성이 있다는 결과가 보고되었는데(김민선, 서영석, 2009; 이현주, 손원숙, 2013; 윤은주, 2012; Deffenbacher et al., 1986; Hewitt et al., 1991), 성인을 대상으로 한 연구결과에서도 일반 집단과 대학을 졸업한 집단 모두에게서 완벽주의의 사회적 측면과 사회 불안 간의 정적 상관관계를 확인할 수 있었고(Frost et al., 1990, Hewitt et al., 1991), 임상 장면에서 실시된 한 경험적 연구에서도 그와 비슷한 결과가 나타났다.

우울과 불안이 있는 사람들은 다른 사람들이 자신에게 완벽을 요구할 것이라고 기대하는데(Alden, Bieling, & Wallace, 1994), 자신의 수행이 그들의 기

대를 충족시키지 못했다고 지각할 시 능력의 부족으로 자신을 비난하려는 경향이 강하다. 또한 수행의 결과에 따라 자신의 가치를 판단하기 때문에 기준을 달성하지 못한 것을 곧 자신의 가치를 떨어뜨린 것으로 지각하기 쉽다. 설사 수행을 잘 끝냈다고 하더라도 자신의 능력이 뛰어났다고 생각하지 않고, 특수한 상황의 도움 덕분이라고 받아들이기 때문에 우울이나 불안 등과 같이 부정적인 정서에서 벗어나지 못할 가능성이 높다.

③ 행동적 특성

완벽주의 성향을 가진 사람들의 두드러진 행동 특성으로 먼저 강박 행동들을 수 있다. 강박 행동은 완벽주의의 특징에 해당하는 실수에 대한 걱정, 행위에 대한 의심과 상관이 높게 나타났고(Frost et al., 1990), Schneider(1958)는 강박증으로 고통 받는 사람들의 근본적인 원인을 그들이 설정하는 과도하게 높은 기준이라고 지적한 바 있다.

완벽주의 성향을 가진 사람들의 또 다른 행동 특성으로 지연 행동이 있다. 이들은 수행을 하면서도 실수를 하지 않을까 걱정하고, 타인이 자신에게 높은 기대를 하고 있을 것이라고 생각하여, 제대로 수행을 해 내지 못했을 때 타인에게 인정받지 못한다는 생각과 비난을 받을지도 모른다는 두려움 때문에 과제를 회피하게 되는데, 이는 곧 지연 행동으로 이어지게 된다(계수영 등, 2011; 류지연, 2002; Hamacheck, 1978).

마지막으로 완벽주의 성향을 가진 사람들이 보일 수 있는 행동적인 특성으로 섭식행동을 들 수 있다. 많은 학자들이 완벽주의가 신경성 폭식증을 유발하는 중요한 개인적 특성이라고 보았고(Srinivasagam, Kaye, Plotnicov, Greeno, Weltzin, & Rao, 1995), Pliner와 Haddock(1996)의 연구에서는 섭식태도 검사에서 높은 점수를 받은 여대생이 그렇지 않은 여대생에 비해 높은 목표를 가지고 있었으며, 또 다른 연구(Joiner, Heatherton, Rudd, & Schmidt,

1997)에서도 실제 자기와 이상적 자기 간의 차이가 신경증적인 폭식 증상이 일어날 가능성을 높인다고 보고하였다. 이처럼 완벽주의 성향이 강하면 타인의 시선에 민감하게 반응하여 체형에 대한 기준이 높아지게 되는데, 이 때문에 지속적으로 섭식행동에 제한을 두는 것이라고 볼 수 있다.

위 선행연구 결과를 종합해 보자면, 완벽주의를 추구하는 개인은 자신의 완벽함은 남들에게 과시하려 하면서도 동시에 자신의 실수, 단점, 실패에 대해 공개적으로 말하는 상황을 꺼리며 방어적인 태도를 취하게 되며, 자신의 불완전함이 드러날 수 있는 상황 자체를 회피하려고 한다. 이는 타인에게 부정적인 평가를 받게 되거나 거절당할 것을 두려워하여 그 상황을 회피하거나 방어적인 태도를 취한다는 Burns(1980)의 말과도 일치한다. 즉, 완벽주의 성향이 강한 사람들은 인지적으로 실수를 과대 지각하여 자신을 긍정적으로 평가하지 못하고, 정서적으로는 우울, 불안으로 고통 받거나 행동적으로 강박증, 지연행동, 섭식장애 증상을 경험할 가능성이 높다고 할 수 있다(김수진, 2008).

3) 완벽주의 하위유형

1990년 초에 다차원적 완벽주의 척도가 개발되었고, 이에 수많은 학자들이 다양한 측정도구를 사용하여 완벽주의의 유형을 구분하기 위한 연구를 진행해 왔다(김현희, 김창대, 2011; 정상목, 이동귀, 2013; Grzegorek et al., 2004; Wang, 2012; Wang, Mantak, & Slaney, 2009; Rice & Slaney, 2002).

완벽주의의 집단을 구분한 선행연구들을 살펴보면, 먼저 Rice 등(2002)은 Slaney와 Johnson(1992)이 개발한 완벽성향 척도 개정판(Almost Perfectionism Scale-Revised, APS-R)을 통해 완벽주의자를 두 집단은 자존감, 우울, 불안, 그리고 정적 정서 및 부적 정서에서 뚜렷한 차이를 나타낸 적응적 완벽주의자(adaptive perfectionists), 부적응적 완벽주의자(maladaptive

perfectionists)로 구분하였다. 적응적 완벽주의자는 우울과 불안의 수준이 낮았고 높은 자존감을 보여준 반면, 부적응적 완벽주의자는 자존감의 수준이 낮았고 우울과 불안이 높게 나타났다. 또한 Grzegorek 등(2004), Wang 등(2009)도 Rice 등(2002)과 마찬가지로 APS-R을 통해 완벽주의를 적응적 완벽주의자, 부적응적 완벽주의자, 그리고 비완벽주의자(nonperfectionists)로 구분했다. Rice 등(2002)의 연구에서 적응적 완벽주의자와 부적응적 완벽주의자, 두 가지 유형으로 나뉘는데 반해, Grzegorek 등(2004), Wang 등(2009)의 연구에서는 비완벽주의자가 추가되어 총 세 가지 유형으로 구분하게 된 것이다. 이들은 나뉘진 군집유형 별로 자기 비난, 의존 경향성, 자존감, 평균 학점의 만족, 자존감, 우울, 삶의 만족도, 외로움에서의 차이를 알아보았는데, 부적응적 완벽주의자들은 자기 비판적 우울과는 높은 상관을 보였고, 자신의 평균 학점에도 만족하지 못하고 있었으며 우울과 외로움의 수준도 높았고, 삶의 만족도와 자존감도 낮게 나타났다. 그에 반해 적응적 완벽주의자들은 자존감과 삶의 만족도 수준도 높았고, 본인의 학점에도 크게 만족하고 있었으며, 자기 비난의 경향성을 보이지도 않았고 낮은 우울감을 보고하였다.

타이완에서도 APS-R을 통해 완벽주의자들을 구분하기 위한 연구(Wang, 2012)가 있었는데, 선행 연구와는 달리 완벽주의 집단이 네 가지 유형으로 구분되었다. APS-R을 이용해 군집분석을 실시한 여러 연구에서 하위집단이 적응적 완벽주의자, 부적응적 완벽주의자, 비완벽주의의 세 집단으로 나누어졌던 것과는 달리, 이 연구에서는 부정적 자기평가 집단(low standards/high discrepancy, Wang, 2012, 정상목, 이동귀, 2013 재인용)이 추가로 확인된 것이다. 부정적 자기평가 집단은 성취기준이 그리 높지 않고 분류된 완벽주의 하위집단 내에서도 가장 낮은 성취를 보여주었는데, 성취의 기준이 그리 높지 않는데도 그 기준을 충족시키지 못하여 부적응적 완벽주의자들과 비슷한 정도로 높은 수준의 우울과 낮은 자존감을 보고하였다. 특히 이 연구는 이제까지 완벽주의자를 구분하기 위한 연구의 대부분이 개인주의적 성향을 띠는 서구

문화에서 진행된 것과는 다르게, 집단주의적인 성향을 가지는 문화권에서 이루어진 연구라는 특이점을 가진다.

마찬가지로 집단주의 문화에 속하는 문화권인 한국에서도 네 가지 유형(적응적 완벽주의자, 부적응적 완벽주의자, 비완벽주의자, 부정적 자기평가 집단)으로 나눌 수 있는지 알아보기 위한 완벽주의 군집분석 연구가 진행되었다(정상목, 이동귀, 2013). 그러나 국내에서는 네 번째 유형(부정적 자기평가 집단)이 확인되지 않았고, 이전과 동일하게 비완벽주의 집단, 적응적 완벽주의 집단, 부적응적 완벽주의 집단인 세 하위유형으로 구분되었다. 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의 집단 모두 수행 기준은 높았으나, 적응적 완벽주의 집단이 불일치 수준이 낮은데 반해, 부적응적 완벽주의의 불일치 수준은 높은 편이었다. 비완벽주의자 집단은 완벽주의에 속하는 나머지 두 집단에 비해 높은 기대를 하지 않는 편이었고, 기대 수준 달성여부에서 경험하는 불일치 수준도 낮은 편이었다. 또한 적응적 완벽주의 집단이 부적응적 완벽주의 집단에 비해 수동적 지연 행동이 덜했으며, 다른 두 집단에 비해 비교적 높은 자기효능감을 보여주었다.

한편 국내에서 완벽주의 하위유형을 구분하기 위한 또 다른 연구로 김현희, 김창대(2011)의 연구를 들 수 있다. 이 연구에서는 Frost 등(1990)의 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)를 통해 평가염려 / 개인기준 차원에 따라 완벽주의자들을 나누었는데, 평가염려 완벽주의자, 개인기준 완벽주의자, 비완벽주의자의 세 집단으로 구분할 수 있었다. 먼저 인정받기를 원하기 때문에 타인의 평가에 매우 민감한 평가염려 완벽주의자들은 심리적 부적응 특성과 관련이 깊었는데, 세 집단 중 불안, 우울 정도가 가장 높게 나타났다. 반대로 개인기준 완벽주의자들은 불안과는 정적인 상관관계를 보였으나 우울과는 상관을 보이지 않았고, 심리적인 적응을 반영하는 자존감과 생활만족감이 가장 높게 나타났다.

이상의 연구결과들을 종합해 보면, 완벽주의적인 성향을 보이는 사람들은 대부분 2-4개의 유형으로 구분할 수 있으며, 심리적 특성에 있어서도 다양한

수준의 차이를 보여준다는 것을 알 수 있다. 이는 완벽주의가 개별적인 집단으로 구분될 수 있을 정도로 각기 다른 특성을 가지고 있으며, 특히 심리적인 부적응과 높은 관련을 보이는 부적응적 완벽주의자나 평가염려 완벽주의자에게 개입을 하기 위해서는 각각에서 보이는 문제의 유형과 심리적인 특성에 따라 상담 방법에 차이가 존재해야 함을 시사한다.

2. 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움과 완벽주의

1) 성취목표 지향성과 완벽주의

성취목표 지향성은 과제를 수행하는 이유와 의도에 초점을 맞춰, 성취동기를 이해하는데 중요한 역할을 한다(Elliot & McGregor, 2001). Ames(1992a)는 성취목표 지향성을 성취상황에 접근하고 관여하고 반응하여 서로 다른 방식으로 이끄는 통합적인 신념의 패턴으로 보았고, Elliot(1999) 또한 개인이 성취를 추구하고 경험·해석하는 패턴을 형성하는 것으로 가정하기 때문에 성취목표 지향성은 성취동기를 이해하는데 영향을 주는 틀로써 볼 수 있다고 하였다.

성취목표 지향성은 초기 두 가지 목표유형으로 구분되었고, 개념과 명칭이 통일되지 않았기 때문에 학자들마다 다르게 표현해 왔다. 자신의 능력을 향상시키려고 하는 목표를 과제-관련 목표, 학습목표, 숙달목표라고 했고, 자신의 능력을 다른 사람들에게 보여 상대방보다 우월하다는 것을 과시하기 위한 목표를 자아-관련 목표, 상대적 목표, 수행목표라고 불렀다(Ames, 1992a; Dweck & Leggett, 1988; Pintrich et al., 2003). 이 명칭들은 각자 미묘한 차이가 있긴 하지만, 일반적으로 가장 많이 사용하는 명칭이 숙달목표와 수행목표이므로 본 연구에서도 이 명칭을 사용하고자 한다.

성취목표 지향성의 개념이 발달하면서, 학자들은 성취목표 지향성을 숙달목표지향성과 수행목표지향성으로 이분화 했다(Elliot & Harachiewicz, 1996). 숙

달목표 지향성이 과제에 더 능숙해지거나 자신의 능력을 발달하는데 초점을 맞춘다면, 수행목표 지향성은 타인에 비해 우월한 능력을 과시하는 것에 중점을 둔다(박병기, 이종욱, 2005; 김아영, 이주화, 2005). 후에 Elliot과 Harachiewicz(1996)은 이 두 가지 유형의 개념에 접근과 회피를 포함시켜 숙달목표 지향성과 수행목표 지향성, 수행회피 목표지향성의 삼원화된 구조를 주장했다. 최근에는 박병기, 이종욱(2005)이 지향 내용(숙달-수행)과 지향 태도(접근-회피)의 이차원으로 세분화하여 4요인 구조가 타당하다는 것을 확인하였다. 박병기와 이종욱(2005)이 제한한 2×2 구조의 성취목표 지향성에 대한 설명은 아래와 같다.

숙달접근 목표지향성은 외부의 보상이나 대가보다는 학습과정 그 자체에 초점을 맞춰 과제의 숙달을 통해 새로운 지식과 기술을 획득하기 위한 목표지향성이다. 과제의 이해 및 숙달, 자신의 능력 향상이나 새로운 것을 배우기 위한 마음가짐에 가치를 부여하는 것이다. 다음으로 숙달회피 목표지향성은 스스로가 가지고 있는 능력이 감소할 수도 있는 상황을 피하는데 중점을 두는 목표성향이다. 자신이 무능력해질 수 있는 부정적인 가능성에서 도피함으로써 과제를 틀리거나 부정확하게 수행하는 것을 피하는데 초점을 둔다.

이처럼 숙달접근 목표지향성과 숙달회피 목표지향성이 개인에게 중점을 두고 있다면, 수행접근 목표지향성과 수행회피 목표지향성은 타인과 맺는 관계에서의 맥락에 더 초점을 맞춘다. 수행접근 목표지향성은 타인과의 상대적인 능력의 획득에 중점을 두고, 타인에 비해 더 잘 해 자신의 우수한 능력을 입증하려고 하는 목표성향을 말한다. 다른 사람과 비교해 월등한 결과물을 보이거나, 비교적으로 더 적은 노력으로 성취를 함으로써 타인보다 자신이 더 우월하다는 것을 알리기 위한 것이다. 즉, 이는 타인에 비해 자신이 우수하다는 것을 과시하는데 초점을 맞추고 있다. 수행접근목표지향성이 자신의 우수함을 드러내기 위함이라고 한다면, 수행회피목표지향성은 자신의 무능력한 면모를 피하는데 중점을 둔다. 다른 사람과 비교했을 때 자신의 뒤떨어지는 수행능력

이 드러나지 않도록 하려는 것인데, 이는 회피의 일종으로 볼 수 있다. 수행회피 목표지향성은 실패에 대한 두려움에서부터 기인하는데, 스스로가 가진 열등감을 피하거나 다른 사람들에 비해 어수룩하게 보이지 않기 위해 수행을 포기하거나 능력을 보여주지 않으려고 하는 목표를 뜻한다(박병기, 이종욱, 2005).

국내에서 이루어진 연구들은 성취목표 지향성을 학업 성취, 학교생활 적응, 학업 소진 등 대부분 학업 및 학업 성취도와 관련지어 왔다. 완벽주의와 함께 연구되기도 했으나, 완벽주의와 성취목표 지향성에 대한 연구가 활발하게 이루어지지 않아 두 변인 간의 관계를 보여주는 증거들은 다소 부족한 실정이다.

대부분의 연구 결과에서 숙달접근 목표지향성은 Hewitt 등(1990)의 다차원적 완벽주의 척도의 자기지향 완벽주의와 정적으로 높은 상관을 보여주었지만, 사회적으로 부과된 완벽주의와는 부적의 상관을 보여주었다(계수영 등, 2011; 권순용, 2012). 또한 수행회피 목표지향성은 자기지향 완벽주의와 부적의 상관을 보였지만, 사회적으로 부과된 완벽주의와는 정적인 상관을 보여주었다(계수영 등, 2011; 김희정, 2007; 이미화, 류진혜, 2002). 즉, 이는 자기지향 완벽주의 성향이 강할수록 숙달접근 목표지향성이 높고, 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 높을수록 수행회피 목표지향성이 높음을 의미한다.

또한 아직까지 직접적으로 연구가 이루어지지 않은 Frost 등(1990)의 다차원적 완벽주의의 하위요인과 성취목표 지향성 간의 관련성을 조심스럽게 예측해 보자면, 개인적 기준이 높을수록 숙달접근 목표지향성은 높아지고 숙달회피 목표지향성은 낮아질 것으로 예측된다. 왜냐하면 숙달접근 목표지향성은 개인의 능력 향상이나 새로운 것을 배우기 위한 학습과정 그 자체에 초점을 맞추는데, 이는 스스로 기준을 설정하는 개인적 기준과 동일한 특징을 공유하고 있어 개인적 기준이 높을수록 숙달접근 목표지향성이 높아질 것으로 볼 수 있기 때문이다. 또한 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심이 높을수록 수행접근 목표지향성이 높게 나타날 것으로 보인다. 수행접근 목표지향성은 타인과

비교하여 상대적인 능력 획득에 중점을 두고, 타인에 비해 더 잘 수행함으로써 자신의 우수한 능력을 입증하려고 하는 목표성향을 말한다. 즉, 자신의 우월함을 보여주기 위해서라도 자신이 실수하지 않을까 염려하고 스스로의 수행에 대해 의심할 가능성이 높다. 하지만 아직까지 성취목표 지향성과 완벽주의에 대한 연구가 활발히 진행되지 않아 이들의 관계를 입증해주는 주는 증거들이 다소 부족한 상태이기 때문에, 두 변인 간 관계를 밝히는 연구가 진행될 필요가 있을 것으로 보인다.

2) 열등감과 완벽주의

열등감(inferiority)은 Adler에 의해 처음 소개된 개인주의 심리학의 기본 개념으로, 개인에게 문제가 닥쳤을 때 잘 적응하지 못하거나 잘 준비되어 있지 않아서 문제를 해결할 수 없다는 자기의 확신을 언행으로 표현하게 될 때 나타난다고 했다(Adler, 1956). Allport(1960, 김명숙, 2003)는 열등감을 자신의 자질이 부족하다고 느끼는 병적인 태도에서 발생하는 지속적인 긴장 상태로 정의했고, 자신이 가진 능력이 타인보다 못하다는 무능감과 관련지어 보기도 했다(Hamacheck, 1978). 이 외에 국내에서는 자기 자신을 남과 비교하여 어떠한 결점을 가지고 있고, 스스로가 가치 없는 존재라고 생각하는 의식적 혹은 무의식적 감정의 경향이라고 정의했으며(설영환, 1992), 전해룡과 홍인원(1987, 김옥남, 2003 재인용)은 개인의 내부에 불완전한 것이 존재하기 때문에 환경에 적응할 수 없을 것이라는 병적인 정서적 태도에 근거한 지속적인 긴장이라고 보기도 했다.

Adler(1927)에 따르면, 열등감을 가진 사람들이 열등감을 극복하고 보다 완벽에 도달하기 위해 우월성을 추구해 나간다면 건설적인 생활양식을 가지게 되어 심리적으로 건강해질 수 있다고 한다. 열등감을 극복하기 위해 우월성을 추구하는 것은 곧 자신의 부족한 점을 인정하고 스스로 그를 극복해 나가려는

의지와 노력으로 이어지게 되는 것이다. 그러나 인간의 행동이 열등감을 극복하고 우월을 추구하는 방향으로 나아가기도 하지만, 때로는 열등감으로 인해 파괴적이 될 수도 있다고 주장했다(Adler, 1927). 개인이 열등감을 극복하기 위해 우월성의 추구에 매달리고 집착하게 된다면, 파괴적인 생활양식이 결국은 신경경증으로 이어져 고통 받을 수도 있다는 것이다(노안영, 강영신, 2006).

위 열등감에 대한 정의를 종합하자면, 열등감은 타인과 비교할 때 스스로가 부족하다고 자각하는 주관적 감정이라고 할 수 있으며, 이러한 열등감은 때로 잠재력을 실현하고 자신의 재량껏 능력을 발휘하는데 필요하다.

Adler(1956)는 개인이 어떠한 결함으로 인해 열등감에 사로잡혔을 때 스스로가 느끼는 열등감을 보상받기 위해 여러 사회적인 징후를 나타낸다고 했는데, 이는 크게 공격성(aggression)과 후퇴(regression)으로 나눌 수 있다. 공격성은 공격적인 행동을 통해 열등감을 극복하기 위한 노력이 개인의 자존감을 유지시켜주는, 우월을 얻기 위한 적극적인 행동으로 여겨지는데, 이 공격성은 때론 공동체의 이익에 반하여서까지 보상하려는 노력의 시도이기 때문에 문제가 될 수 있다. 또한 임기홍(2000)은 공격적인 성향이 다양하게 표현된다고 보았는데, 일반적으로 공격적인 성향을 띠게 되면 자만, 허풍, 거만, 과장된 자기 자랑 등의 행동 특성을 나타내며, 자신이 이루어야 하는 것에 대한 어려움을 강조하여 계속 표현하는 경향도 두드러진다. 허나 역설적이게도, 열등감을 공격적인 행동으로 표출하는 개인들은 자신의 우월함을 나타내지 못하고 오히려 계속 열등감을 느끼게 된다. 열등감을 타인의 탓이라고 생각하기도 하는데, 이마저도 여의치 않을 경우 타인을 공격하는 것에 그치지 않고 스스로에게까지 폭력적으로 변하게 되어 결국은 자살에까지 이를 수도 있어 위험하다. 다음으로 후퇴는 개인의 자존감을 보호하기 위한 소극적인 행동들을 포함한다. 후퇴에 속하는 행동은 실패를 유발할 수 있는 상황을 회피하거나 무시하는 경우에 생기게 되는데, 주로 타인들의 요구에 대한 방어, 두려움, 의심, 은거 행동 등이 속한다(임기홍, 2000).

한편, Hamacheck(1978)은 열등감의 징후를 7가지로 분류하기도 했다. 첫째는 비난에 대한 민감성으로, 열등감에 몰두한 사람들은 자신의 약점이 드러나거나 지적되는 상황 자체를 좋아하지 않는다. 둘째는 아침에 대한 과잉 반응으로, 열등감이 높은 사람들은 불안정함을 인정하지 않고, 지속적으로 안정을 추구하려고 하기 때문에 아침이나 칭찬에 집착하며 이를 남발한다. 셋째는 혹평적인 태도인데, 개인이 가진 약점을 드러나지 않기 위해 방어를 시도하는 것이다. 혹평하는 태도는 공격적이며, 열등감을 적극적으로 없애려고 하는 수단이기도 하다. 혹평을 하는 것은 열등감을 가진 사람들에게 약간의 우월의식을 가지게 해 주는데, 이는 안타깝게도 그들이 느끼는 열등감을 우월하다고 속이는 것에 지나지 않는다. 넷째는 남을 비난하려는 경향성이다. 열등감에 빠진 사람들은 자신의 약점을 타인에게서 발견할 때마다 개인의 실패 원인을 타인에게로 돌려 직접적인 비난을 하게 된다. 실제로 타인을 비난함으로써 자신의 우월성을 표출하며 안정성을 얻을 수 있는 일종의 심리적인 ‘도르래 시스템(pulley system)’인 것이다. 다섯째로는 박해 받는다는 느낌이 있다. 이는 개인이 자신의 불행이나 실패를 타인이 그렇게 했기 때문이라고 타인을 비난하는 것과 비슷하다. 여섯째는 경쟁에 대한 부정적인 감정을 들 수 있는데, 열등감의 수준이 높은 사람들은 다른 사람들과의 경쟁에서 우월함을 보여주거나 이기기를 열망하지만 확신을 가지지 못한다. 마지막으로 열등감에 빠진 사람들은 은둔적이다. 열등감이 대개 어느 정도의 공포심을 동반하기 때문에, 열등감에 빠진 사람들은 자신이 드러나지 않는다면 마찬가지로 약점 또한 크게 부각되지 않으리라 생각하기 때문에 자신을 숨기려는 경향이 강하다.

마찬가지로 김웅만(1995) 또한 열등감이 심한 학생들의 특징을 총 9가지로 나누어 서술한 바 있다. 열등감이 심한 학생들은 자신을 잘 알지 못하여 자신을 싫어하고, 수용적이지 않으며, 나쁜 점만 부각시켜 생각하기 때문에 자신감이 결여되어 있고 소극적이며 자기비하적인 생각을 많이 한다. 그래서 다른 학생들이 자신을 싫어하며 심지어는 거부한다고 생각하기도 한다. 또한 자기

보다 나은 친구들을 부러워하면서 동시에 거부하거나 불만을 가지기도 하고, '나는 공부를 잘 해야 다른 사람으로부터 인정을 받을 수 있다'와 같이 비합리적이고 경직된 사고(고정관념)를 가지고 있어, 문제를 지각하는 포괄적인 관점과 문제해결능력이 부족하다. 마지막으로 지나치게 다른 사람들을 의식하며, 스스로를 개방하지 못해 용기가 없고 도전적이지 않다고 한다.

열등감은 주로 긍정적·부정적 자동적 사고, 가정폭력경험, 대인관계 문제, 성형 등과 함께 연구되었고 아직까지 완벽주의와 열등감 사이의 관계를 본 국내 연구는 미흡한 실정이다. 국내에서 이루어진 완벽주의와 열등감 간의 관계를 살펴보는 연구 결과를 보면, 먼저 김명숙(2003)의 연구에서는 자기지향 완벽주의 성향이 높을수록 열등감의 수준이 낮게 나타났고, 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 높을수록 열등감 점수가 높게 나타났다. 또한 안신혜(2009)와 허현정(2004)의 연구에서도 사회적으로 부과된 완벽주의가 열등감과 정적인 상관관계를 보여 주었는데, 이는 자기지향 완벽주의와 타인지향 완벽주의 성향이 높을수록 열등감의 수준이 낮아지는데 반해, 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 강할수록 열등감의 수준이 높아짐을 의미한다. 그리고 설미향(2010)의 연구에서는 부정적인 완벽주의가 열등감에 가장 큰 영향을 미치는 변인인 것에 반해, 긍정적인 완벽주의는 열등감에 영향을 미치지 않는다고 보고하였다. 즉, 사람들은 스스로가 설정한 기대 수준을 달성하기 위해 노력하면서 받는 심리적인 고통은 인내할 수 있지만, 스스로가 아닌 타인이 부과한 기대 수준이나 목표를 달성하려고 할 때에는 높은 부담을 가지게 되고, 그 사람들에게 인정받지 못할 수도 있다는 두려움에 사로잡히면서 더욱 큰 열등감을 느끼게 되는 것이라고 할 수 있다. 이는 완벽주의에 대한 기대와 방향이 자신을 향하느냐 타인을 향하느냐에 따라 열등감의 수준이 달라질 수 있음을 뜻하는데, 더 나아가 개인에게서 나타나는 완벽주의의 성향에 따라서도 열등감의 수준이 크게 달라질 수 있음을 시사 하는 것이다.

3) 부정적 평가에 대한 두려움과 완벽주의

부정적 평가에 대한 두려움(Fear of negative evaluation)에 대해 최정훈과 이정윤(1994)은 다른 사람들에게 특별한 인상을 주고 싶어 하지만 그러한 인상을 제대로 줄 수 있을지 의심하고 자신의 능력을 불신하게 될 때 경험한다고 보았는데, 이는 곧 타인에게 스스로가 부족하게 보여 다른 사람으로부터 거절당할 것을 두려워하는 것이다. 또한 Marks와 Gelden(1996)은 부정적 평가에 대한 두려움이 다른 사람에게 평가받는 상황 하에서 일어나며, 다른 사람에게 부족하거나 우습게 보일까 생각하는 두려움에서부터 기인한다고 보았다. Watson과 Friend(1969)는 부정적 평가에 대한 두려움을 수치심과 비슷한 개념이라 보기도 했다. 이는 부정적 평가에 대한 두려움이 곧 사회 상황이나 타인에게서 평가 받는 상황 하에서 일어나는 것이며, 자신의 부적절함으로 인해 다른 사람들이 자신을 거절할까 두려워하고 있다는 것을 시사한다.

최정훈과 이정윤(1994)은 사회적 상황 하에서 스스로가 창피한 모습으로 비취질 경우 그에 따른 결과와, 미치게 될 영향을 극단적으로 예측하는 파국화 경향을 부정적 평가에 대한 두려움이 발생하는 원인으로 보았으며, 조용래(1999)는 타인의 인정에 대한 과도한 욕구를 가지는 것, 실수에 대한 과도한 염려를 하는 것 등을 원인으로 보았다.

부정적 평가에 대한 두려움은 사회불안, 공포 등을 발달시키고 유지하게 하는 요인으로 많이 연구되었다(Reiss & McNally, 1985). 낮은 자존감과도 관계가 있었으며(Kocovski & Endler, 2000), 특히 부정적 평가에 대한 두려움은 사회불안의 중요한 특징이라고 보고되었다(Marks, 1996). Clark과 Wells(1995)는 사회불안의 인지모형에서 부정적인 평가에 대한 두려움을 통해 사회공포증이 일어난다고 보기도 했다.

국내에서는 완벽주의와 부정적 평가에 대한 두려움의 관계를 살펴본 연구를 찾아보기 힘들지만, 완벽주의의 군집유형 별로 부정적 평가에 대한 두려움에

차이가 있을 것이라는 가설을 뒷받침하는 선행 연구를 토대로 완벽주의 성향에 따라 부정적 평가에 대한 두려움의 수준에 차이가 있을 것이라 가정해 보고자 한다.

부정적 평가에 대한 두려움을 보이는 사람들은 타인에게 특정한 인상을 심어주려는 행동에 과도하게 노력을 기울이는데, 그 과정에서 타인에게 부과한 목표를 지나치게 달성해야 한다는 생각에 사로잡히게 되면서 실수에 대해 두려워하고 수행을 지속적으로 의심할 가능성이 높다. 부정적인 평가에 대한 두려움은 결국 사회적으로 인정받지 못할 것이라는 생각에 대한 두려움이기 때문에, 타인에게 인정을 받아야 하고 높은 기준에 도달해야 한다고 믿게 되는 것이다(Deffenbacher et al., 1986). 완벽주의를 추구하는 개인들 또한 자신의 완벽함을 드러내고자 하면서도 자신의 실수에 대해서는 회피하는 경향이 강하고, 실수를 하지 않을까 염려하면서 수행을 계속 의심하며, 자신에게 중요한 타인의 기대를 충족시키지 못했을 때 비난에 대한 두려움을 겪기도 한다. 이는 완벽주의 성향을 가진 사람들과 부정적 평가에 두려움을 보이는 사람들이 서로의 공통적이고도 핵심적인 특징을 공유하고 있는 것이다. 즉, 다른 사람에게 특별한 인상을 남기고 싶으나 자신의 능력에 불안을 느낄 때 경험하는 부정적 평가에 대한 두려움은 높은 기준의 설정 및 그에 따른 과도한 노력, 수행에 대한 의심 등을 포함하는 완벽주의 특성과 관련된다고 할 수 있다.

Frost 등(1990)의 연구에서 완벽주의 성향이 강한 대학생들은 그렇지 않은 대학생들에 비해 평가 압력이 존재하는 상황 하에서 평가에 대한 두려움 등의 부정적인 정서를 더 많이 경험한다는 결과를 보고하였다. 또한 사회적으로 부과된 완벽주의는 부정적 평가에 대한 두려움과 높은 정적인 상관을 보여 주었고(Flett et al., 1996), 완벽주의 성향을 보이는 사람들의 특성인 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심도 부정적 평가에 대한 두려움과 유의한 정적 상관을 나타냈으며(Kawamura et al., 2001), Hewitt 등(1991)의 연구에서도 마찬가지로 사회적으로 부과된 완벽주의가 높은 사람들일수록 타인의 비판에 민감하게

반응한다고 보고하였다. 이는 사회적으로 부과된 완벽주의 성향이 강하고 실수에 대한 염려를 많이 할수록, 수행에 확신을 가지지 못하고 계속 의심할수록 부정적 평가에 대한 두려움의 수준이 높아지는 것이다. 국내에서 이루어진 김민선과 서영석(2009)의 연구에서는 타인의 평가에 대해 과도하게 신경을 쓰는 평가염려 완벽주의적인 성향이 높은 사람일수록 부정적 평가에 대한 두려움이 높아 사회불안으로 이어질 가능성이 높았다고 한다. 또한 평가염려 완벽주의를 보이는 대학생들은 자신이 지각하는 타인의 기대를 충족시키지 못할 경우 부정적인 평가를 받을까 두려워 과도한 걱정을 하며(Wu & Wei, 2008), Wei 등(2004, 김정은, 2012 재인용)은 평가염려 완벽주의 성향이 강한 사람들이 다른 사람으로부터 수용 받고 인정을 얻기 위해 동기화 된다고 보았다.

요약하자면, 다른 사람에게 완벽한 수행을 할 것이라는 기대를 받고 있고, 그 기대 수준을 충족시키지 못할 시 비난을 받게 될 것이라고 지각하는 사람들의 경우에는 부정적 평가에 대한 두려움을 크게 느끼며, 스스로의 높은 기대 수준에 맞추기 위해 수행을 하는 사람들의 경우에는 다른 사람들의 시선이나 비난에 민감하게 반응하지 않기 때문에 부정적 평가에 대한 두려움을 적게 느낀다고 볼 수 있다. 이는 완벽주의자라고 정의를 내리더라도, 개개인이 보이는 완벽주의의 유형·성향에 따라서 부정적 평가에 대한 두려움의 수준이 다양해질 수 있음을 시사한다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 자료 수집을 위해 서울 및 경기도 소재 대학교에 재학 중인 남녀 학생 600여명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문지는 여유분을 포함하여 620부를 배포하였으며, 총 591부를 수거하였다. 수거한 설문지 중 한 척도 이상을 응답하지 않은 불성실한 자료 4부를 제외한, 총 587명의 자료가 연구 분석에 포함되었다. 연구에 참가한 대상자들의 성별, 학년, 학교 유형, 전공 계열, 평균 학점 수준의 분포는 <표 1>과 같다.

분석에 사용된 응답자 중 남자는 189명(32.2%), 여자가 398명(67.8%)이었다. 5개의 미기입을 제외한 587명의 평균 연령은 22.00세이고 표준편차는 2.78로 나타났다. 학년별로 보자면, 1학년이 180명(30.7%), 2학년이 83명(14.1%), 3학년이 111명(18.9%), 4학년이 118명(20.1%), 그리고 휴학생, 졸업 유예중인 재학생, 미기입 등이 포함된 기타가 95명(16.2%)이었다. 학교 유형에 따라서는 남녀 공학에 재학 중인 학생이 395명(67.3%), 여자 대학교에 재학 중인 학생이 192명(32.7%)으로 나타났다. 설문에 참가한 학생들의 전공은 자연·공학(이공)계열 243명(41.4%), 인문·사회 계열 185명(31.5%), 예체능 계열 40명(6.8%)의 순으로 많았다. 평균 학점 수준에 따라서는 학점이 3.6 - 3.9 사이가 200명(34.1%), 3.3. - 3.5 사이가 129명(220%), 4.0 - 4.2 사이가 98명(16.7%) 순으로 많았다.

<표 1> 연구 대상의 인구통계학적 특성

변인	구분	빈도(명)	백분율(%)
성별	남	189	32.2
	여	398	67.8
학년	1	180	30.7
	2	83	14.1
	3	111	18.9
	4	118	20.1
	기타	95	16.2
학교 유형	남녀 공학	395	67.3
	여자 대학	192	32.7
전공 계열	인문·사회 계열	185	31.5
	자연·공학 계열	243	41.4
	상경 계열	18	3.1
	법학 계열	3	0.5
	생활과학 계열	32	5.5
	사범 계열	26	4.4
	예체능 계열	40	6.8
	의학·간호 계열	37	6.3
	기타 및 미기재	3	0.5
평균 학점 수준	4.5 - 4.3	47	8.0
	4.2 - 4.0	98	16.7
	3.9 - 3.6	200	
	3.5 - 3.3	129	22.0
	3.2 - 3.0	59	10.1
	2.9 - 2.6	28	4.8
	2.5 - 2.3	4	0.7
	2.2 - 0	3	0.5
	기타 및 미기재	19	3.3
합계		587	100

2. 측정도구

1) 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)

본 연구에서는 완벽주의를 측정하기 위해 Frost 등(1990)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale, FMPS)를 정승진(1999)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 35개의 문항으로 구성되었으며, 실수에 대한 의심('실수를 하면 다른 사람들이 나에게 대해 평가를 낮게 할 것 같다', '실수를 한다면 속상할 것이 분명하다'), 개인적 기준('나는 다른 사람들보다 목표를 높게 잡는다', '나는 아주 높은 목표를 가지고 있다'), 부모의 기대('부모님은 나에게 대해 매우 높은 기준을 가지고 계신다', '나의 부모님은 내가 뛰어나기를 기대하신다'), 부모의 비난('나의 부모님은 나의 실수를 결코 이해하려 하지 않으신다', '우리 집은 무슨 일이든 뛰어나게 잘 해내야만 인정받을 수 있다'), 수행에 대한 의심('일상적으로 하는 단순한 일에 대해서도 미심쩍은 생각이 든다', '나는 신중하게 어떤 일을 했는데도 그 일이 제대로 되지 않았다고 느낄 때가 자주 있다'), 조직화('나는 깔끔하게 정돈하는 사람이다', '나는 조직적이고 체계적인 사람이 되려고 애쓴다')의 6개 하위요인으로 나누어 완벽주의를 측정한다. 하지만 본 연구에서는 조직화가 척도 내에서 완벽주의와 가장 낮은 상관을 보인다는 점을 들어 척도에 포함시키지 않을 것을 제안했던 Frost 등(1990)의 의견을 수용하여, 조직화를 제외한 나머지 다섯 요인만을 사용하였다. 따라서 본 연구에는 전체 문항 중 총 29개의 문항이 포함되었다. 각 문항은 1점(전혀 그렇지 않다)부터 5점(아주 그렇다)까지의 5점 Likert 척도로 평정한다. Frost 등(1990)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .90이었으며, 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's α) 또한 .90로 나타났다.

<표 2> 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)의 문항구성 및 Cronbach's α 값

하위요인	문항 번호	문항 수	Cronbach's α
개인적 기준	3, 5, 9, 13, 16, 21, 25	7	.77
부모의 기대	1, 8, 12, 17, 23	5	.77
부모의 비난	2, 4, 19, 29	4	.73
실수에 대한 염려	6, 7, 10, 11, 15, 18, 20, 22, 28	9	.85
수행에 대한 의심	14, 24, 26, 27	4	.63
전체		29	.90

2) 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)

본 연구에서는 Hewitt 등(1991)이 완벽성향의 개인적인 측면과 사회적인 측면을 모두 평가하기 위해 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale, HMPS)를 한기연(1993)이 번안한 것을 사용하였다. Hewitt 등(1991)의 다차원적 완벽주의 척도는 1점(전혀 그렇지 않다)부터 5점(매우 그렇다)까지, 5점 Likert 척도로 측정한다. 총 45문항으로 구성되어 있으며, 자기지향 완벽주의('내가 하는 모든 일에서 완벽해지는 것이 내 목표 중 하나이다', '나는 항상 나의 잠재능력을 충분히 발휘하도록 일해야 한다'), 타인지향 완벽주의('나는 내게 중요한 사람들에게 큰 기대를 한다', '다른 사람이 하는 일이 모두 최고의 수준이어야 한다고 느낀다'), 사회적으로 부과된 완벽주의('일을 성공시킨다는 것은 다른 사람을 기쁘게 하기 위해서 더욱 열심히 일을 해야 한다는 것이다', '사람들은 내게 완벽하기를 기대한다')의 3 가지의 하위척도로 완벽주의를 측정한다. 그러나 본 연구에서는 문항 내 상관관계가 높은 15개의 문항(각 하위척도별로 5문항)을 선별하여 사용하였다. 한기연(1993)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의 차례로 각각 .82, .86, .87이었으며, 본

연구에서 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .86으로 나타났다.

<표 3> 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)의 문항구성 및 Cronbach's α 값

하위요인	문항 번호	문항 수	Cronbach's α
자기지향 완벽주의	2, 5, 8, 9, 13	5	.78
타인지향 완벽주의	3, 4*, 6, 11, 12	5	.66
사회적으로 부과된 완벽주의	1, 7, 10, 14, 15	5	.71
전체		15	.86

* 역채점 문항

3) 성취목표 지향성 척도

본 연구에서는 Elliot과 McGregor(2001)가 제시한 2 × 2 구조 성취목표 지향성 이론에 기초해 선행연구들에 사용된 문항을 참고하여 네 개의 하위요인에 해당하는 문항을 구성, 타당화한 박병기, 이종욱(2005)의 척도를 사용하였다. 성취목표 지향성 척도는 숙달접근목표지향('학교에서 배우는 내용 이상으로 더 넓고 깊게 알려고 노력한다'), 숙달회피목표지향('이해하기 힘든 내용을 계속 공부하는 것은 시간 낭비라고 생각한다', '모르는 내용이 있어도 교수님께 찾아가 질문하면서까지 알고 싶지는 않다'), 수행접근목표지향('공부를 굉장히 잘 한다고 인정받는다면 삶의 보람을 느낄 것이다', '공부를 아주 잘한다고 남들이 칭찬하는 모습을 보고 싶다'), 수행회피목표지향('틀려서 창피를 당할까 봐 수업 시간에 스스로 얘기하지 않는다', '모든 친구들이 틀릴 정도로 시험문제가 어려우면 나의 약점이 드러나지 않아서 좋다')의 네 가지 하위척도로 구성되었다. 다만 이 척도가 고등학생을 대상으로 개발 및 타당화 되었기 때

문에, 대학생들에게 맞게 선생님을 교수님으로, 수업 시간을 강의 시간으로, 친구들을 친구들 및 동기들로 바꾸는 등 몇 가지 단어만을 수정해 사용하였다. 1점(확실히 아니다)부터 6점(확실히 그렇다)까지 반응하게 되는 6점 Likert 척도이며, 총 26문항이다. 척도를 개발한 박병기, 이종욱(2004)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .66 - .83이었으며, 본 연구에서 성취목표 지향성 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .78로 나타났다.

<표 4> 성취목표 지향성 척도의 문항구성 및 Cronbach's α 값

하위요인	문항 번호	문항 수	Cronbach's α
숙달접근 목표지향	1, 7, 9, 12, 16, 19, 21, 23, 25	9	.84
숙달회피 목표지향	2, 6, 13, 17, 22	5	.65
수행접근 목표지향	3, 5, 8, 11, 15, 20, 24	7	.86
수행회피 목표지향	4, 10, 14, 18, 26	5	.77
전체		26	.78

4) 열등감 척도

본 연구에서 사용할 열등감 질문지는 정수희(2002)가 임기홍(2000)이 고등학생을 대상으로 개발한 열등감 검사지를 대학생으로 재개발한 것이다. 이 측정도구는 열등감으로 인해 표출되는 증후들에 기초를 두고서 제작한 것인데, 열등감 증후들이 많이 나타날수록 열등감의 수준이 높다고 할 수 있다. '친구들과 모여 어울리는 편보다 혼자 있기를 좋아한다', '나는 지금까지의 내가 그려오던 이상형과는 거리가 멀다', '친구들은 나를 따돌리고 자기들끼리 어울리는 것 같다', '내가 없는 자리에서 누군가 나의 흉을 볼까봐 걱정이다', '여러 사람들이 모여 무엇을 할 것인가를 결정하는 자리에서 주로 내가 무엇

인가를 하자고 하여 주도하는 편이다' 등과 같은 문항으로 구성되었다. 총 32 문항으로 구성되었으며, 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다)으로 반응하는 5점 Likert 척도이다. 하위 척도는 없으며, 점수의 총 합산 범위는 32 점에서 160점까지로, 점수가 높아질수록 열등감의 수준이 높다고 해석할 수 있다. 하지만 본 연구에서는 전체 32문항 중에서 전체 척도에서 상관이 높은 10문항을 선별하여 열등감을 측정하였다. 따라서 총 점수의 합산 범위는 10점에서 50점까지이며, 분석은 합산된 총점으로 실시되었다. 안신혜(2009)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .83이었으며, 본 연구에서 사용한 열등감 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .50로 나타났다. 척도의 내적 합치도가 낮아 측정하고자 한 것을 정확히 측정했는지에 대한 의문이 남아있을 수 있기 때문에 해석을 할 때 유의해야 한다는 점을 밝혀둔다.

5) 부정적 평가에 대한 두려움 척도

본 연구에서는 타인의 부정적인 평가에 대한 두려움을 측정하기 위해, 단축형 부정적 평가에 대한 두려움 척도(Brief-Fear of Negative Evaluation, BFNE)를 사용하였다. 이 척도는 Watson과 Friend(1969)가 30문항으로 개발한 것을 Leary(1983)가 전체 척도점수와 .50 이상의 상관이 있는 문항 12개를 뽑아 단축한 것으로, 최정훈과 이정윤(1997)이 번안한 한국형 BFNE를 사용하였다. 이 척도는 '사람들이 나를 인정해 주지 않을 것 같아 걱정한다', '누군가와 이야기할 때 그가 나를 어떻게 생각하는지 염려한다', '누가 나를 평가하고 있는 걸 알아도 이로 인해 영향 받지 않는다' 등과 같은 문항으로 구성되어 있다. 하위요인은 없으며, 1점(전혀 그렇지 않다)에서 5점(매우 그렇다) 사이에서 평정하도록 하는 5점 Likert 척도이다. 총 점수 합산의 범위는 12점에서 60점으로 점수가 높을수록 부정적 평가에 대한 두려움을 더 많이 느낌을 의미하며, 분석은 총 점수로 실시되었다. 대학생을 대상으로 척도를 번안한 최정훈과

이정윤(1997)의 연구에서는 내적 합치도(Cronbach's a)가 .90이었으며, 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's a) 또한 .90으로 나타났다.

3. 자료분석

본 연구에서는 PASW Statistics 18 프로그램을 사용하여 아래와 같은 분석을 실시하였다.

첫째, 주요변인들의 평균과 표준편차를 산출하고, 각 변인들 간 어떠한 관계가 있는 지 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다.

둘째, 다차원적 완벽주의 하위유형에 따라서 몇 개의 하위집단이 존재하는 지 알아보기 위해 Hair와 Black(2000)이 제안한 2단계 군집분석을 실시하였다. 먼저 Wards의 방법으로 계층적 군집분석을 실시하여 군집의 수를 정하고, K-평균 군집분석을 통해 최종군집을 확정하였다.

셋째, 군집분석을 통해 나뉜 하위군집 간에 인구통계학적 특성에서의 차이를 검증하기 위하여 교차분석(카이제곱 검정)을 실시하였다.

넷째, 군집분석을 통하여 나뉜 하위군집 간에 심리적인 특성변인(성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움의 수준)에서의 차이를 검증하기 위하여 분산분석 및 사후 검증을 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 주요 변인들의 상관계수 및 평균과 표준편차

수집된 587명의 자료를 대상으로 본 연구의 주요 측정변인인 완벽주의 하위 요인, 성취목표 지향성의 하위요인, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움의 평균 및 표준편차, 각 변인들 간의 상관계수를 <표 5>에 제시하였다.

완벽주의의 하위요인 및 성취목표 지향성과 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움 간의 관련성을 알아보기 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시한 결과, 완벽주의와 성취목표 지향성의 하위요인과 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움 간에 통계적으로 유의한 관련성이 있는 것으로 나타났다. 먼저 완벽주의와 성취목표 지향성 간의 상관을 살펴보면, 숙달접근 목표지향성은 개인적 기준($r=.43, p<.001$), 자기지향 완벽주의($r=.37, p<.001$)와 비교적 높은 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 자신의 능력을 개발하기 위해 과제를 수행하려고 노력하는 숙달접근 목표지향성의 특징을 완벽주의 하위요인인 개인적 기준과 자기지향 완벽주의가 공유하고 있기 때문이라고 볼 수 있다. 숙달회피 목표지향성은 부모의 비난($r=.23, p<.001$)과 유의한 정적 상관을, 개인적 기준($r=-.18, p<.001$)과는 유의한 부적 상관을 보였다. 하지만 개인적 기준의 경우, 상관의 크기가 작기 때문에 해석할 때 유의해야 할 것으로 보인다. 수행접근 목표지향성은 개인적 기준($r=.37, p<.001$), 부모의 기대($r=.30, p<.001$), 실수에 대한 염려($r=.51, p<.001$), 자기지향 완벽주의($r=.50, p<.001$), 타인지향 완벽주의($r=.40, p<.001$)와 모두 유의한 정적 상관을 보였다. 수행회피 목표지향성은 실수에 대한 염려($r=.37, p<.001$), 수행에 대한 의심($r=.27, p<.001$), 사회적으로 부과된 완벽주의($r=.36, p<.001$)와 유의한 정적 상관을 나타냈다. 열등감은 부모의 비난($r=.28, p<.001$)과 실수에 대한 염려($r=.31, p<.001$), 수행에 대한 의

심($r=.25, p<.001$), 사회적으로 부과된 완벽주의($r=.25, p<.001$)와 유의한 정적 상관을 보여주었다. 마지막으로 부정적 평가에 대한 두려움은 개인적 기준($r=.25, p<.001$), 부모의 비난($r=.29, p<.001$), 실수에 대한 염려($r=.53, p<.001$), 수행에 대한 의심($r=.34, p<.001$), 자가지향 완벽주의($r=.40, p<.001$), 타인지향 완벽주의($r=.31, p<.001$), 사회적으로 부과된 완벽주의($r=.44, p<.001$)와 유의한 정적 상관을 보였다. 특히 부정적 평가에 대한 두려움은 부모의 기대를 제외한 모든 완벽주의의 하위요인들과 비교적 높은 정적 상관관계를 보여 주었다.

각 변인들 간의 관계를 살펴보면, 완벽주의 하위요인인 개인적 기준과 자가지향 완벽주의가 높을수록 숙달접근 목표지향성과 수행접근 목표지향성이 높아짐을 알 수 있다. 부모의 비난과 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심이 높을수록 수행회피 목표지향성과 수행접근 목표지향성이 높아진다. 또한 열등감은 부모의 비난, 실수에 대한 염려, 사회적으로 부과된 완벽주의가 높을수록 높아졌으며, 개인적 기준과 부모의 비난, 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 자가지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의가 높을수록 부정적 평가에 대한 두려움도 높아졌다.

<표 5> 주요 변인들의 상관계수 및 평균, 표준편차

	(n=587)													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	-													
2	.42***	-												
3	.14***	.42***	-											
4	.59***	.41***	.42***	-										
5	.45***	.27***	.32***	.53***	-									
6	.69***	.35***	.20***	.65***	.45***	-								
7	.38***	.22***	.20***	.47***	.31***	.53***	-							
8	.34***	.37***	.39***	.57***	.34***	.55***	.55***	-						
9	.43***	.12***	-.05	.13**	.12*	.37***	.24***	.15***	-					
10	-.18***	.02	.23**	.09*	.07	-.04	-.01	.15***	-.51***	-				
11	.37***	.30***	.12**	.51***	.29***	.50***	.40***	.39***	.35***	-.05	-			
12	.03	.14***	.25***	.37***	.27***	.23***	.21***	.36***	-.15**	.46***	.31***	-		
13	-.03	.04	.28***	.31***	.25***	.09*	.13**	.25***	-.19***	.29***	.13***	.45***	-	
14	.25***	.15***	.29***	.53***	.34***	.40***	.31***	.44***	.04	.07	.39***	.41***	.30***	-
평균	3.27	3.09	2.19	2.81	2.98	3.29	2.67	2.72	3.92	3.10	3.80	3.17	26.72	37.42
표준 편차	0.62	0.74	0.72	0.69	0.67	0.74	0.63	0.65	0.67	0.72	0.87	0.90	4.10	8.12

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

주) 1. 개인적 기준 2. 부모의 기대 3. 부모의 비난 4. 실수에 대한 염려 5. 수행에 대한 의심 6. 자가지향 완벽주의 7. 타인지향 완벽주의 8. 사회적으로 부과된 완벽주의 9. 숙달집근 목표지향성 10. 숙달회피 목표지향성 11. 수행집근 목표지향성 12. 수행회피 목표지향성 13. 열등감 14. 부정적 평가에 대한 두려움

2. 완벽주의에 따른 군집 유형

완벽주의의 8개 하위요인들(개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, 자가지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의)을 토대로 동질적인 성향을 가진 군집을 파악하기 위하여 Hair와 Black(2000)이 제안한 2 단계 군집분석을 실시하였다. 총 587개의 자료 중 결측값을 포함하는 18개의 데이터를 제외하고, 569개의 유효한 자료를 분석에 사용하였다. 2 단계 군집분석은 변수들을 기초로 하여 개체들을 2 단계에 걸쳐 묶어내는 방법으로, 대규모의 자료를 처리할 수 있다는 장점을 가진다(원태연, 정성원, 2010; 허명희, 2007). 먼저 1 단계에서는 Wards의 방법으로 표준화 점수를 사용하여 계층적인 군집분석을 실시하였고, 군집화 일정표(Agglomeration Schedule)를 통해 군집의 수를 결정하였다. Wards의 방법에 따라 실시한 계층적 군집분석의 군집화 일정표는 아래 <표 6>과 같다.

<표 6> 군집화 일정표

단계	군집화 계수	계수 차이
.	.	.
.	.	.
.	.	.
562	120.021	9.578
563	129.599	26.567
564	156.166	4.653
565	160.819	46.127
566	206.964	38.918
567	245.882	289.152
568	535.034	

1 단계 분석을 거친 결과 총 5개의 군집이 도출되었고, 4-6개의 군집을 두 고서 2 단계 비계층적 군집분석인 K-평균 군집분석을 사용하였다. K-평균 군

집분석은 개체들을 지정한 수(K)의 군집으로 묶어내는 것인데, K개의 초기 군집으로 중심을 잡고 개체별로 가장 가까운 군집중심을 찾는 과정을 각 개체와 중심과의 차이가 점차 작아져 더 이상 향상되지 않을 때까지 계속 반복하여 실시하게 된다(원태연, 정성원, 2010; 허명희, 2007). 그렇게 하여 개체별로 소속 군집을 출력하는데, 이는 개체 수가 많은 자료를 가지고서도 신속하게 군집을 도출할 수 있다는 장점을 가지고 있다. 최종 군집별 중심점을 기준으로 하여 각 군집 유형의 특징을 나타내며, 각 군집에 할당되는 개체 수가 비슷하고 각 군집별로 유의한 차이를 가진다고 판단되는 5개로 군집의 수를 확정하였다.

최종으로 정해진 군집별 특징을 파악하고 군집을 명명하기 위해 <표 7>에 각 군집별로 변인들의 점수를 표준화하여 나타내었다. 또한 각 군집별로 한 눈에 차이점을 알아볼 수 있도록 아래 [그림 1]을 제시하였다.

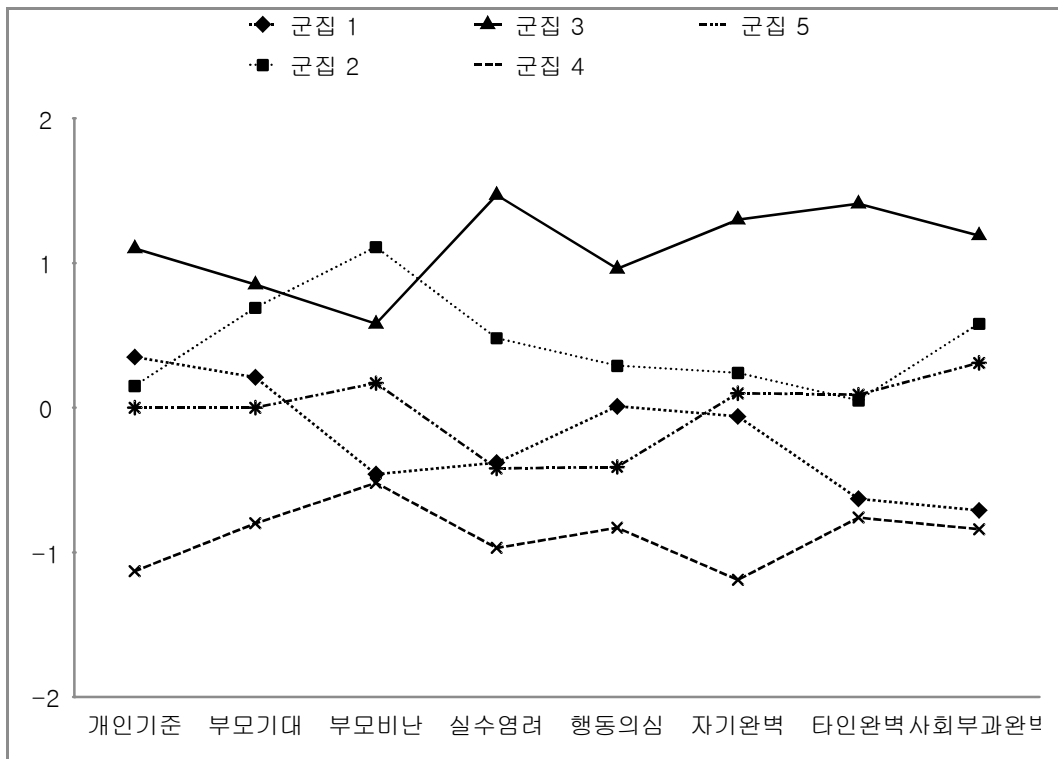
<표 7> 최종 군집별 중심점

	군집 1	군집 2	군집 3	군집 4	군집 5
개인적 기준	.353	.146	1.099	-1.129	.168
부모의 기대	.209	.693	.851	-.796	-.416
부모의 비난	-.455	1.108	.58	-.519	-.407
실수 염려	-.377	.497	1.468	-.972	.096
행동 의심	.007	.288	.958	-.837	.094
자기 완벽	-.060	.237	1.308	-1.187	.381
타인 완벽	-.626	.045	1.413	-.765	.558
사회부과 완벽	-.706	.581	1.183	-.838	.314

군집 1의 가장 큰 특징은 개인적 기준과 부모의 기대 점수가 높고, 나머지 변인들에서 오히려 부정적인 영향을 받는다는 점이다. 이는 군집 1에 해당하는 부모의 기대를 받기는 하지만 그 기대가 좌절되었다고 해서 부모에게서 크

게 비난을 받지 않으며, 오히려 개인적인 기준에 맞춰 완벽주의를 적절하게 사용할 수 있음을 시사한다. 그렇기 때문에 실수에 대해 걱정하거나 타인에게 완벽함을 강조하거나 타인의 기대에 의해 변화하려는 노력은 거의 하지 않는다. 개인적인 성취나 동기에 맞춰 완벽주의를 보인다는 특징을 보이기 때문에 군집 1을 ‘자기 만족형 완벽주의’라고 명명하였다. 부모의 기대는 받으나 부담을 느끼지는 않는 군집 1과는 달리, 군집 2는 특히 부모에 의해 동기화되는 완벽주의라는 특징을 가진다. 자신에게 중요한 사람의 기대에 맞추기 위해 완벽주의를 사용하기 때문에 사회적으로 부과된 완벽주의 또한 높게 나타났다고 볼 수 있다. 부모의 높은 기대를 받으면서 그 기대에 자신을 맞추기 위해서 노력하고, 제대로 된 성취를 이루지 못할 시에는 부모의 비난을 받을 수 있기 때문에 실수에 대해 걱정한다. 따라서 부모의 영향을 받아 형성된 완벽주의라는 가장 큰 특징을 반영하여, 군집 2를 ‘부모 주도형 완벽주의’라고 명명하였다. 군집 3은 개인적인 기준도 높고 부모의 기대도 높으며, 완벽주의의 가장 큰 특징이라고 할 수 있는 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심 수준도 높다. 또한 스스로에게나 타인에게나 완벽주의적인 수행과 결과를 요구할 것으로 생각된다. 전반적으로 군집 3에 해당하는 대학생들은 부모와 중요한 타인들에게서도 높은 수준의 기대를 받고 있으며, 스스로도 그러한 수준에 맞게 행동하기 위해서 노력한다. 그래서 혹여나 자신이 실수하지는 않을까 걱정하고 동시에 자신이 하는 일에 대해 계속 의심하면서 확인하려는 데에 노력을 기울인다. 자신 및 타인의 기대에 부흥하기 위해 스스로에게는 물론, 타인에게도 완벽주의적 행동·결과를 요구하고자 한다. 특히 자신이 타인에게 거의 완벽한 수행을 요구받는 만큼 타인에게 그만큼의 완벽한 수행을 요구한다는 점이 군집 3의 독특한 특징이라고 할 수 있다. 따라서 이러한 성향을 보이는 군집 3을 ‘전형적/철저한 완벽주의’ 집단이라고 명명하였다. 모든 완벽주의 하위 요인에서 높은 점수를 보이는 군집 3과는 달리, 군집 4는 모든 요인에서 낮은 점수를 보인다. 부모에게서 기대를 받지 않고, 개인적인 기준에 의해 스스로

동기화되지도 않으며 실수에 대해 염려하거나 자신의 수행이 제대로 이루어지고 있는지 의심하고 재확인을 하지도 않는다. 자신에게 완벽함을 요구하지 않기 때문에 타인에게 보다 나은 수행을 해줄 것을 기대하지도 않는다. 따라서 군집 4는 완벽주의자라고 할 수 있는 심리·행동적 특성을 전혀 보이지 않고 있기 때문에, ‘비완벽주의’라고 명명하였다. 마지막으로 군집 5는 스스로에게 기대하는 바는 있으나, 부모나 자신에게 중요한 타인의 기대를 받거나 수행에 대한 결과로 비난을 받지 않는다. 오히려 군집 5에 속하는 대학생들은 자신이 아닌 다른 사람들에게 더 나은 수행을 요구하고자 하며, 자신의 수행에서는 실수에 대해 염려하거나 의심하지는 않는다. 물론 스스로가 설정한 높은 기대에 맞추고자 하는 노력을 할 수는 있지만, 그보다는 완벽주의가 다른 사람을 향하며 오히려 그들에게 완벽한 수행이나 결과를 요구한다는 점에서 군집 3과 구별된다. 군집 3이 자신에게도 높은 기대를 가지고 자신뿐만 아니라 타인에게도 완벽함을 요구한다면, 군집 5에 해당하는 대학생들은 자신이 아닌 타인에게만 완벽함을 요구한다고 볼 수 있다. 이러한 군집 5의 특징을 감안하여, 군집 5를 ‘타인 지향 완벽주의’라고 명명하였다.



[그림 1] 완벽주의 하위요인에 따른 대학생 집단의 군집 유형

3. 군집유형에 따른 인구통계학적 특성에서의 차이

아래 <표 8>에서 보이는 것과 같이, 군집 1은 115명(전체의 19.6%, 남 32명, 여 83명), 군집 2는 127명(전체의 21.6%, 남 32명, 여 95명), 군집 3은 총 72명(전체의 12.3%, 남 25명, 여 37명), 군집 4는 142명(전체의 24.2%, 남 55명, 여 87명), 군집 5는 131명(전체의 22.3%, 남 45명, 여 86명)이 배정되었다. 각 군집이 성별, 학년, 학교 유형, 전공 계열, 평균 학점 수준에 따라 유의한 차이를 보이는 지 알아보기 위해 교차분석을 실시한 결과, 성별, 학년, 학교 유형, 전공 계열, 평균 학점 수준에서 군집유형 간에 유의한 차이는 존재하지 않았다[성별: $\chi^2(df=4, n=587)= 7.124, p=.129$, 학년: $\chi^2(df=16, n=583)= 10.529$,

$p=.838$, 학교 유형: $\chi^2(df=4, n=587)= 3.479, p=.481$, 전공 계열: $\chi^2(df=32, n=585)= 41.519, p=.121$, 평균 학점 수준: $\chi^2(df=32, n=572)= 28.260, p=.656$].

<표 8> 군집유형에 따른 인구통계학적 차이

		군집 1	군집 2	군집 3	군집 4	군집 5	χ^2 (df)
		자기 만족형	부모 주도형	전형적/ 철저한	비 완벽주의	타인 지향	
성별	남	32(27.8%)	32(25.2%)	25(34.7%)	55(38.7%)	45(34.4%)	7.124 (4)
	여	83(72.2%)	95(74.8%)	47(65.3%)	87(61.3%)	86(65.6%)	
학년	1	41(35.7%)	45(35.7%)	18(25.0%)	35(25.0%)	41(31.5%)	10.529 (16)
	2	16(13.9%)	16(12.7%)	13(18.1%)	20(14.3%)	18(13.8%)	
	3	20(17.4%)	19(15.1%)	13(18.1%)	31(22.1%)	28(21.5%)	
	4	22(19.1%)	28(22.2%)	13(18.1%)	32(22.9%)	23(17.7%)	
	기타	16(13.9%)	18(14.3%)	15(20.8%)	22(15.7%)	20(15.4%)	
학교 유형	남녀공학	77(67.0%)	78(61.4%)	50(69.4%)	102(71.8%)	88(67.2%)	3.479 (4)
	여자대학	38(33.0%)	49(38.6%)	22(30.6%)	40(28.2%)	40(28.2%)	
전공 계열	인문·사회	38(33.0%)	42(33.1%)	22(30.6%)	44(31.2%)	39(30.0%)	41.519 (32)
	자연·이공	35(30.4%)	49(38.6%)	34(47.2%)	68(48.2%)	57(43.8%)	
	상경	2(1.7%)	5(3.9%)	4(5.6%)	4(2.8%)	3(2.3%)	
	법학	0(0%)	1(0.8%)	1(1.4%)	0(0%)	1(0.8%)	
	생활과학	7(6.1%)	11(8.7%)	3(4.2%)	5(3.5%)	6(4.6%)	
	사범	7(6.1%)	4(3.1%)	4(5.6%)	6(4.3%)	5(3.8%)	
	예체능	17(14.8)	10(7.9%)	2(2.8%)	3(2.1%)	8(6.2%)	
	의학·간호	8(7.8%)	5(3.9%)	2(2.8%)	11(7.8%)	10(7.7%)	
	기타	0(0%)	0(0%)	0(0%)	0(0%)	1(0.8%)	
평균 학점 수준	4.5 - 4.3	10(8.8%)	7(5.6%)	11(15.9%)	8(5.5%)	11(8.7%)	28.260 (32)
	4.2 - 4.0	21(18.6%)	22(17.5%)	13(18.8%)	20(14.5%)	22(17.5%)	
	3.9 - 3.6	39(34.5%)	45(35.7%)	22(31.9%)	51(37.0%)	43(34.1%)	
	3.5 - 3.3	25(22.1%)	23(18.3%)	13(18.8%)	38(27.5%)	30(23.8%)	
	3.2 - 3.0	10(8.8%)	15(11.5%)	8(11.6%)	14(10.1%)	12(9.5%)	
	2.9 - 2.6	4(3.5%)	10(7.9%)	1(1.4%)	6(4.3%)	7(5.6%)	
	2.5 - 2.3	1(0.9%)	2(1.6%)	0(0%)	0(0%)	1(0.8%)	
	2.2 - 0	1(0.9%)	0(0%)	1(1.4%)	1(0.7%)	0(0%)	
	기타	2(1.8%)	2(1.6%)	0(0%)	0(0%)	0(0%)	

4. 군집유형에 따른 심리적 특성에서의 차이

완벽주의 하위변인들에 따라 구성된 5개의 군집이 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움에서 유의한 차이를 보이는지 알아보기 위하여 분산분석 및 사후검증(Scheffe)을 실시하였다. 도출된 5개의 군집유형을 독립변인으로, 세 변인(성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움)을 종속변인으로 설정하여 분석한 결과, 군집 간 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움에서 유의한 차이를 보이는 것으로 나타나 가설 2가 지지되었다. 군집 유형에 따른 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움의 평균·표준편차, F값, 사후검증 결과는 <표 9>과 같다.

<표 9> 군집유형별 성취목표지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움 차이 검증

종속변인	군집 1	군집 2	군집 3	군집 4	군집 5	F	사후검증 (Scheffe)
	(n=115) M(SD)	(n=127) M(SD)	(n=72) M(SD)	(n=142) M(SD)	(n=131) M(SD)		
숙달접근	4.01 (.65)	3.87 (.60)	4.23 (.66)	3.61 (.63)	4.03 (.64)	14.46***	4,2<1,5<3
숙달회피	2.92 (.68)	3.30 (.66)	3.06 (.76)	3.13 (.76)	3.04 (.68)	4.79***	1<5,3,4<2
수행접근	3.68 (.80)	3.89 (.76)	4.59 (.73)	3.21 (.77)	3.97 (.74)	42.60***	4<1,2,5<3
수행회피	2.90 (.79)	3.45 (.81)	3.56 (.98)	2.85 (.90)	3.25 (.83)	15.27***	4,1<5,2,3
열등감	25.49 (3.85)	28.07 (4.30)	27.98 (4.17)	25.91 (3.82)	26.66 (3.83)	9.46***	1,4,<5,3,2
부정적 평가 두려움	33.69 (8.13)	40.01 (6.63)	44.36 (7.91)	33.42 (6.95)	38.79 (6.69)	40.171***	4,1<5,2<3

*** $p < .001$

집단 간 유의한 차이가 어떠한 군집 간에 나타났는지 알아보기 위하여 사후 검정(Scheffe)을 실시한 결과, 먼저 숙달접근 목표지향성의 평균점수는 군집 3에서 가장 높고, 그 다음으로 군집 5와 군집 1의 순으로 높게 나타났다. 이는 완벽주의 하위요인 중 개인적 기준의 점수가 다른 집단에 비해 비교적 높게 나타났던 군집들에서 숙달접근 목표지향성의 점수가 높게 나타났음을 알 수 있다. 숙달회피 목표지향성의 평균점수는 군집 2가 가장 높았고, 군집 1에서 가장 낮게 나타났다. 수행회피 목표지향성의 평균점수와 수행접근 목표지향성에서 모두 군집 3의 평균점수가 가장 높았고, 군집 4에서 평균 점수가 가장 낮았다. 그리고 열등감의 평균점수는 군집 2, 군집 3, 군집 5가 군집 1과 군집 4에 비해 높게 나타났으며, 부정적 평가에 대한 두려움의 평균점수는 군집 3이 가장 높고, 그 다음으로 군집 2와 군집 5의 순으로 높게 나타났다. 특히 군집 3인 ‘전형적/철저한 완벽주의’에서 열등감과 부정적 평가에 대한 두려움이 다른 군집들에 비해 비교적 높은 점수를 보이고 있는데, 이는 군집 3이 다른 사람들의 기대를 충족시키기 위해 완벽한 수행을 하려고 하지만, 그럴 때마다 다른 사람으로부터 어떠한 평가를 받을지 계속 생각하면서 사회적으로 인정을 받지 못할까 가장 걱정하기 때문인 것으로 볼 수 있다.

위의 결과들을 군집별로 다시 정리하면, 군집 1 ‘자기 만족형 완벽주의’는 높은 숙달접근 목표 지향성 점수, 중간 정도의 열등감과 부정적 평가에 대한 두려움 점수를 나타내고 있다. 즉, 이들은 외부의 보상보다는 스스로의 만족을 위해서 과제를 하고, 열등감으로 고통 받지 않으며 부정적인 평가에 대한 두려움에도 시달리지 않는 군집이다. 군집 2 ‘부모 주도형 완벽주의’에 속하는 대학생들은 숙달접근 목표지향성, 수행접근 목표지향성과 부정적 평가에 대한 두려움에서 비교적 높은 점수를 보이며, 열등감도 군집들 중에서 가장 높게 나타났다. 즉, 이들은 스스로의 기준을 통해서 과제를 수행하기도 하지만 동시에 자신에게 중요한 타인에게 다른 사람보다 뛰어나다는 인정을 받기 위해서 수행을 하기도 한다. 부정적 평가에 대한 두려움이 높은 것도 자신에게 중요

한 타인, 주로 부모에게서 인정을 받기 위함이며, 타인에게서 내사된 기준을 충족하기 위해 노력하면서도 끊임없이 열등감을 느끼게 되는 유형이다. 군집 3 ‘전형적/철저한 완벽주의’ 집단은 수행접근 목표지향성 뿐만 아니라 숙달접근 목표지향성, 열등감에서 높은 점수를 보이고, 군집 내에서 부정적 평가에 대한 두려움의 점수가 가장 높게 나타났다. 즉, 이들도 군집 2에 해당하는 대학생들과 마찬가지로, 자신의 기준 뿐만 아니라 남들에게 뒤처지지 않기 위해 과제를 수행하며, 그 과정에서 다른 사람들에게 부정적인 피드백을 받을까봐 불안해하고 열등감에 휩싸인다. 군집 3이 열등감을 제외한 다른 심리적인 특성변인(숙달접근 목표지향성, 수행접근 목표지향성, 부정적 평가에 대한 두려움)에서 군집 2보다 모두 높은 점수를 보이는 점에서 다르다고 할 수 있다. 군집 4 ‘비완벽주의’에 해당하는 대학생들은 수행접근 목표지향성과 수행회피 목표지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움의 평균 점수가 비교적 낮게 나타났다. 마지막으로 군집 5 ‘타인 지향 완벽주의’는 숙달접근 목표지향성에서 높은 점수를 보이며, 보통 수준의 열등감을 느끼며 부정적인 평가에 대해서도 중간 정도의 두려움을 가진다.

V. 논 의

1. 결과에 대한 논의

본 연구에서는 대학생을 대상으로 완벽주의의 하위군집을 확인하고, 각 군집별로 어떤 심리적인 특성을 보이는지 알아봄으로써 완벽주의의 하위군집에 대한 보다 깊은 이해를 도모하고자 하였다. 구체적으로 완벽주의의 하위군집을 확인하기 위해 완벽주의 하위변인인 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 행동에 대한 염려, 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의를 군집변인으로 삼아 어떠한 군집으로 나타나는지 살펴보고, 이들 군집 간에 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움에서 차이가 나타나는 지 알아보하고자 하였다. 이를 위해 먼저 Pearson의 적률상관분석을 통해 각 변수들이 유의한 상관을 보이는 지 확인하였고, 완벽주의가 서로 다른 프로파일을 가지는 몇 개의 군집으로 묶이는지 확인하기 위해 2 단계 군집분석을 실시하였다. 그 결과 총 5개의 군집(자기만족형 완벽주의, 부모 주도형 완벽주의, 전형적/철저한 완벽주의, 비완벽주의, 타인 지향 완벽주의)으로 구분되었다. 다음으로 각 군집별로 인구 통계학적 특성(성별, 학교 유형, 학년, 전공, 평균 학점 수준)과 심리적 특성(성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움)에서 어떤 차이를 보이는지 알아보기 위해 분산분석을 실시하였다.

본 연구의 주요 연구결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다. 먼저 주요 변인들의 상관분석 결과, 개인적 기준과 자기지향 완벽주의가 높을수록 숙달집근 목표지향성이 높게 나타났고, 숙달회피 목표지향성은 부모의 비난이 높을수록 높아졌으며 개인적인 기준이 높아질수록 낮아졌다. 개인이 높은 기준을 가지고 있고 실수에 대해 많이 염려하며 자기지향 완벽주의와 타인지향 완벽

주의를 추구할수록 수행접근 목표지향성의 수준이 높아졌다. 마찬가지로 실수에 대해 염려하고 타인에게 받는 기대가 클수록 수행회피 목표지향성이 높아지는 것으로 나타났다. 이는 자기지향 완벽주의가 숙달접근 성취지향성과 수행접근 성취지향성과, 사회적으로 부과된 완벽주의는 수행회피 성취지향성과 정적인 상관관계를 보인다는 기존의 연구 결과와 유사하다(김문정, 2012; 김은정, 2009; 김희정, 2007; 이미화, 류진혜, 2002, 이승희, 1999). 즉, 개인적 기준이 높을수록 숙달접근 목표지향성과 수행접근 목표지향성은 높아지며, 부모의 기대가 높으면 수행접근 목표지향성이 높아진다. 부모의 비난이 높아질수록 숙달회피 목표지향성과 수행회피 목표지향성이 높아진다. 또한 실수에 대한 염려를 많이 하고, 수행에 대해 많이 의심할수록 수행접근 목표지향성과 수행회피 목표지향성이 높아진다. 자기지향 완벽주의와 타인지향 완벽주의 성향이 강해질수록 숙달접근 목표지향성과 수행접근 목표지향성이 높아지고, 사회적으로 부과된 완벽주의가 높아지면 수행접근 목표지향성과 수행회피 목표지향성이 높게 나타남을 알 수 있다. 열등감은 다른 사람들에게 기대를 받는다고 지각할수록 높아지는데, 이는 사회적으로 부과된 완벽주의의 성향이 높을수록 열등감의 수준도 높아진다는 선행 연구(김명숙, 2003; 설미향, 2010; 안신혜, 2009)와도 부분적으로 일치하는 결과이다. 또한 본 연구에서는 타인에게서 받은 기대 수준이 높을수록 열등감의 수준이 높아질 뿐만 아니라, 부모에게 비난을 많이 받을수록, 실수에 대해 많이 염려할수록, 자신의 수행에 대해 많이 의심할수록 열등감의 수준이 높아짐을 알 수 있었다. 부모의 비난이 높을수록 열등감의 수준이 높아지는 것은 자신에게 중요한 타인들이 부과한 높은 기대 수준에 부담을 가지게 됨으로써 인정받지 못할 것이라는 두려움에 사로잡히게 되기 때문으로 볼 수 있다(김명숙, 2003). 또한 사회적으로 부과된 완벽주의와 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심이 높을수록 부정적 평가에 대한 두려움이 높아진다는 것은 완벽주의와 부정적 평가에 대한 두려움 간의 관계를 알아본 선행 연구들에 의해서도 나타난 결과와 일치한다(김민선, 서영석, 2009; 김

정은, 2012; Deffenbacher et al., 1986; Flett et al., 1990; Flett et al., 1996; Hewitt et al., 1991; Kawamura et al., 2001). 특히 부정적 평가에 대한 두려움은 실수에 대한 염려와 사회적으로 부과된 완벽주의와 가장 높은 정적 상관을 보였다. 또한 본 연구에서는 사회적으로 부과된 완벽주의 뿐만 아니라 자기지향 완벽주의가 높아질수록 부정적 평가에 대한 두려움이 높아지는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자신이 실수할 것을 생각하면서 지속적으로 걱정할수록, 자기 스스로 기준을 세워 완벽한 수행을 추구할수록, 자신에게 중요한 타인에게 완벽한 수행을 요구받는다 고 지각할수록 부정적인 평가에 대해 두려움의 수준이 높아짐을 의미한다.

다음으로 완벽주의 하위요인을 통해 나뉜 군집은 총 5개로, 각각 ‘자기 만족형 완벽주의’, ‘부모 주도형 완벽주의’, ‘전형적/철저한 완벽주의’, ‘비완벽주의’, ‘타인 지향 완벽주의’로 명명하였다. 이들의 군집 유형별 특징은 다음과 같다.

첫 번째 군집 유형인 ‘자기 만족형 완벽주의’는 전체의 19.6%(남 5.5%, 여 14.1%)의 응답자를 포함하는 유형으로, 자기 스스로 높은 기준을 세우고 그 기준에 맞게 보다 나은 수행을 하기 위해 노력하는 개인적 기준이 높으며, 타인에게 완벽한 수행을 요구하는 타인지향 완벽주의와 타인에게서 받는 기대로 완벽하려 노력하는 사회적으로 부과된 완벽주의가 다른 유형들에 비해 비교적 많이 낮게 나타났다. 이들은 스스로 기준을 세우고 노력하는 타입이기 때문에 부모에게서 기대는 받으나 그 기대를 충족시키지 못했다고 해서 비난을 받지 않는다. 자신이 실수를 하는 것에 대해 염려하지 않으며, 스스로의 수행에 대해서도 거의 의심하지 않는다. 그래서 다른 사람들에게서 부정적인 피드백을 받는 것에 두려움을 가지지 않고, 타인들에 비해 자신이 부족하다는 생각에 사로잡혀 열등감을 느끼지도 않는다. 완벽주의를 연구하는 많은 학자들이 ‘완벽주의’를 구성하는 가장 핵심적인 요소로 ‘비정상적으로 높은 기대 수준’을 꼽는다(Burns, 1980; Hollender, 1965; Slaney & Ashby, 1996). 그러나 이 ‘비

정상적으로 높은 기대 수준'은 완벽주의자들에게 항상 심리적인 부적응이나 고통을 호소하게 만드는 요인이 아니며, 오히려 자기지향 완벽주의와 개인적 기준은 우울이나 불안과 같은 심리적인 부적응과 부적의 상관을 보여주기도 했다(김윤희, 서수균, 2008; 김지정, 2011; 김현정, 손정락, 2006; 박현주, 1999; Frost et al., 1990). 특히 김현희, 김창대(2011)의 완벽주의 하위유형 분류 연구에서 개인기준 완벽주의자 집단에 속하는 이들이 높은 생활 만족도와 자존감, 낮은 불안과 우울을 보였다는 점, 정상목과 이동귀(2013)의 완벽주의 하위유형 연구에서 적응적 완벽주의자 집단에 속하는 이들이 낮은 수동적 지연행동 성향, 높은 수준의 행복감과 자기 효능감을 보였다는 점을 감안할 때, 군집 1은 가장 적응적이고 바람직한 완벽주의 유형이라고 볼 수 있을 것이다. 따라서 이들에게 별도의 상담이 필요하지는 않지만, 스스로에게 거는 기대가 너무 높아 고통을 호소할 경우에 상담 장면에서 그 기대를 적절한 수준으로 조절하는 연습을 해야 할 필요가 있다.

두 번째 유형인 '부모 주도형 완벽주의'는 전체의 21.6%(남 5.5%, 여 16.2%)의 대학생이 해당되며, 이들은 부모에게서 받는 기대가 크고, 그 기대가 충족되지 않을 시에는 부모에게 큰 비난을 받는다. 자신에게 중요한 타인, 특히 양육자(부모)에게서 기대를 받아 완벽한 수행을 해야 한다고 생각하기 때문에 사회적으로 부과된 완벽주의가 높게 나타났고, 일을 수행하는데 있어 실수가 있지는 않을까 염려하기도 한다. 또한 자신의 가치를 증명하고 다른 사람들에게 뒤처지지 않기 위해서 과제를 수행하고 노력하므로 수행접근 목표지향성의 점수가 비교적 높으며, 다른 사람들의 기대를 충족시키지 못하고 상처가 될 수 있는 평가에 대해서도 민감하게 반응하게 된다. 이들은 군집 유형 사이에서 열등감의 수준이 가장 높은데, 이는 부모가 부과하는 기대에 부담을 가지게 됨으로써 성취를 통해 만족감이나 행복을 느끼지 못하기 때문이다. 그래서 늘 스스로가 부족하다고 생각하고, 현재의 자신에게 만족하지 못하여 열등의식을 가지게 된다(김명숙, 2003; 안신혜, 2009; Burns, 1980; Hamacheck, 1978,

설미향, 이윤형, 2011 재인용). 특히 군집 2는 김현희와 김창대(2011)의 완벽주의 하위유형 분류 연구에서 타인의 비판과 기대를 충족시킬 수 있을까 계속 염려하는 평가염려 완벽주의와 비슷하다고 할 수 있는데, 이들은 다른 집단에 비해 우울과 불안의 수준이 매우 높았다. 따라서 상담 장면에서 먼저 수행에 대해 느끼는 불안과 걱정을 경감시키고, 완벽하거나 또는 과도하게 높은 기대를 요구하는 부모의 영향력을 조금씩 줄어나갈 수 있도록 지도해야 할 것이다. 부모에게서 심리적으로 독립하게 도와주고, 타인에 의해서가 아니라 스스로 노력하여 달성할 수 있는 목표를 상담자와 함께 탐색하며 수립해야 한다. 또한 상담을 통해 수립된 계획을 실천해 나갈 수 있도록 상담자가 지지를 해주는 것이 중요하다.

세 번째 군집 ‘전형적/철저한 완벽주의’는 전체의 12.3%(남 4.3%, 여 8.0%)의 응답자가 해당되며, 군집 1과 군집 2에서 보이는 특징을 모두 포함하고 있다. 개인적인 기준이 높게 나타나긴 했지만 다른 이들에게서도 기대를 받고 있다는 점에서 군집 1과 구분되며, 부모의 기대를 받고 사회적으로 부과된 완벽주의가 높기는 하지만 동시에 다른 사람들에게도 완벽한 수행을 요구한다는 점에서 군집 2와 다르다. 이들은 부모의 비난을 제외한 모든 완벽주의 하위요인에서 전반적으로 가장 높은 점수를 보인다. 스스로에게 높은 기대를 가질 뿐만 아니라 부모에게서 받는 기대도 크며, 그래서 스스로의 실수에 대해 걱정하고 수행을 잘못 하고 있지는 않을까 의심하기도 한다. 또한 다른 사람들에게도 자신에게 하듯이 완벽한 수행을 요구한다. 숙달접근 목표지향성과 수행접근 목표지향성이 모두 높게 나타났고, 부정적인 평가에 대해서 군집들 중에서도 가장 큰 두려움을 보이며 열등감을 느끼기도 한다. 특히 대학생들의 경우, 취업을 위해 높은 학업 성취를 달성하고 다양한 외부 활동을 하면서 다른 때보다 더 완벽해야만 한다는 압박감을 가지게 되는데(서영숙, 2008), 이는 대학생 집단에서 완벽주의가 높은 수준의 심리적인 부적응을 보인다는 연구 결과(Rice, Ashby, & Slaney, 1998; Slaney et al., 2000)와도 연결된다. 보다

완벽한 수행을 해야 한다고 자각하여 노력할수록, 그 강박관념에서 벗어나지 못하고 오히려 고통 받게 되는 것이다. 실제로 상담소를 찾아오는 대학생들에게는 더 우월한 수행을 해야 한다는 압박감, 실수를 하지 않을까 하는 불안감, 그리고 다른 사람들에게서 부정적인 평가를 듣는 것이 아닐까 하는 두려움이 기저에 깔려있었다(Research Consortium of Counseling and Psychological Services to Higher Education, 1995, 서영숙, 2008 재인용). 따라서 군집 3에 해당하는 대학생들이 상담 장면에서 찾아올 경우, 먼저 수행이 완벽하지 않으면 실패라는 이분법적 사고와 다른 사람들의 기대를 꼭 완벽하게 충족시켜야 한다는 강박관념을 보다 유연한 사고로 바꾸도록 도와주어야 한다. 또한 타인에게서 받는 영향력을 서서히 줄여나가며, 장기적으로는 개인의 수준에 맞는 성취를 이룰 수 있는 적절한 기대 수준을 설정할 필요가 있을 것이다.

네 번째 유형인 ‘비완벽주의’는 전체의 24.2%(남 9.4%, 여 14.8%)가 해당되는 군집으로, 군집 3과는 반대로 완벽주의 내 모든 하위요인에서 낮은 점수를 보였다. 이들은 다른 군집들과는 달리, 완벽주의적인 성향을 아예 보이지 않는다고 할 수 있다. 열등감과 부정적 평가에 대한 두려움의 수준이 모두 평균 정도로 나타났기 때문에, 이들에게는 완벽주의와 관련해서 별도의 상담이 필요하지는 않을 듯하다. 그러나 완벽주의의 하위유형을 분류하기 위한 연구들(김현희, 김창대, 2011; 정상목, 이동귀, 2013; Grzegorek et al., 2004; Wang, 2012; Wang et al., 2009; Rice et al., 2002)에서 비완벽주의자가 부적응적 완벽주의자보다 우울·불안 등이 낮았지만 적응적 완벽주의자에 비해 높았다는 점을 감안할 때, 여전히 심리적 부적응으로 고통 받을 수도 있음을 시사한다. 특히 청년실업률이 10%에 육박해 취업을 하기가 점점 더 힘들어지는 시대에 사회 진출을 앞두고 있는 대학생들은 완벽한 수행을 요구받고, 또 그렇게 하기 위해 노력한다(Grzegorek et al., 2004, Slaney et al., 2000). 불투명한 미래에 대한 압력이 존재하는 상황에서 완벽한 수행을 요구받는 것은 비완벽주의자에게 큰 스트레스를 안겨주는데, 이는 일상생활의 적응에 커다란 위협이 될

수도 있다. 또한 Wang(2012)의 연구를 통해 확인된 ‘부정적 자기평가 집단’이 성취기준이 높지 않음에도 그 기준에 미치지 못해 높은 수준의 우울을 보고한다는 것을 볼 때, 비완벽주의자 집단 또한 그러한 고통을 호소할 수 있다는 사실을 뒷받침한다. 따라서 완벽주의와는 별개로 이들이 겪을 수 있는 우울, 불안, 낮은 자존감 등의 심리적인 문제에 대해서는 개개인의 성격적·심리적인 특성에 맞춰 상담을 진행해 나갈 필요가 있다.

마지막으로 ‘타인 지향 완벽주의’는 전체의 22.3%(남 7.7%, 여 14.7%)를 포함하는 군집으로, 자신은 크게 완벽주의를 추구하지는 않으나 타인에게 완벽한 수행을 요구한다는 독특한 특징을 가진다. 이들은 개인적으로 세우는 기준이 높지 않으나 다른 사람을 향해서는 완벽한 수행 및 결과를 요구하며, 그러한 자신에게 크게 열등감을 느끼지도 않지만, 다른 사람들에게서 부정적인 평가를 받는 것에 대해서는 걱정을 하는 편이다. 군집 5 ‘타인 지향 완벽주의’에 속하는 대학생들은 타인을 향해 완벽주의적인 성향을 보이므로, 다른 사람들이 이들을 향해 불만을 표출할 수도 있어 대인관계에서 마찰을 빚을 가능성이 크다. 이는 타인지향 완벽주의가 높을수록 다른 사람을 지나치게 자신의 뜻대로 지배하려고 한다는 안신혜(2002)의 연구 결과에 의해서도 지지된다. 대학생들의 경우에는 특히 동료들과 함께 과제를 하는 상황에서 곤란을 경험할 가능성이 높다. 따라서 군집 5에 속하는 대학생들을 대상으로 상담을 진행할 때에는 대인관계적인 측면에 초점을 맞추어 진행하는 것이 효과적일 것이다. 상담 장면에서 자신에게 중요한 타인들에게 가진 기대를 낮추고, 타인을 향하는 완벽주의로 인해 다른 사람들과의 관계에서 가지게 되는 여러 어려움을 해소할 수 있는 원만한 해결방법을 상담자와 함께 찾아나가야 할 것이다.

2. 연구의 의의와 제한점 및 제언

본 연구의 결과를 바탕으로 살펴본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 현재까지 개발되어 가장 많이 쓰이는 다차원적 완벽주의 척도 두 가지를 같이 사용하여 군집을 선별하였다. Frost(1990)의 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)는 행동적인 측면에 근거하여 완벽주의를 측정하고, Hewitt(1991)의 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)는 사회적 측면까지 고려하여 완벽주의를 측정하기 때문에 선행 연구들에 비해 보다 다양하고 포괄적인 군집분석을 실시할 수 있었다. 하나의 완벽주의 척도를 사용하여 군집분석을 실시한 연구는 찾아볼 수 있으나, 본 연구에서처럼 두 개 이상의 완벽주의 척도를 사용하여 폭넓은 분석을 실시한 연구는 찾기 힘들다. 또한 Frost(1990)의 다차원적 완벽주의와 Hewitt(1991)의 다차원적 완벽주의가 측정하고자 하는 영역이 다른 만큼, 본 연구에서는 이 두 가지의 척도를 모두 사용하여 군집을 응집, 완벽주의에 대한 이해를 넓혔다고 볼 수 있다.

둘째, 대학생들이 상담에서 많이 호소하는 문제 중 하나인 완벽주의를 군집화하여 살펴봄으로써 상담 장면에서 보다 전문적이고 개별적인 접근을 해야 할 필요가 있음을 시사한다. 본 연구에서는 심리적인 특성에서의 차이를 통해 완벽주의를 보다 다양하게 구분함으로써 상담 장면에서 각 유형을 파악하고 그에 걸맞은 상담을 진행하는데 도움을 주었다. 또한 본 연구를 통해 나뉜 5개의 군집유형을 토대로 내담자의 성격 및 호소문제의 특성에 따라 상담에서 차별적인 개입과 전략을 수립하는데 도움을 줄 수 있으며, 더 나아가 완벽주의 성향을 보이는 대학생들에게 효과적으로 개입할 수 있는 상담 프로그램을 개발하는데 중요한 시사점을 제공하였다.

셋째, 본 연구에서 확인된 군집유형이 대학생들의 상담에 미치는 시사점은 다음과 같다. 열등감과 부정적 평가에 대한 두려움의 수준이 가장 높게 나타났던 ‘부모 주도형 완벽주의’와 ‘전형적/철저한 완벽주의’는 자신이나 타인이 부과한 기준에 미치지 못할 경우, 심리적으로 고통을 호소할 가능성이 높다. 따라서 높은 기준을 달성하지 못했다는 생각에서 오는 우울과 불안을 경감시키고, 그 과정에서 느낄 수 있는 부정적인 사고 및 정서에 대해 탐색한다. 특

히 ‘부모 주도형 완벽주의’의 경우, 부모가 설정한 기준을 충족시키지 못했을 때 가혹한 비난을 받아왔기 때문에, 탐색 과정에서 상담자가 충분한 공감과 지지를 해 주는 것이 중요하다. 이들은 열등감의 수준이 높고 상담자가 자신을 어떻게 평가할 지에 대해서도 크게 염려하기 때문에 소극적이고 비협조적인 태도를 취할 가능성이 높다. 따라서 먼저 이들과 친밀한 관계를 형성하고, 적절한 목표를 설정해 나가면서 상담에 보다 적극적으로 참여할 수 있도록 동기를 강화시키며 그들의 성취에 맞는 기대 수준을 설정하여 그를 유지해 나갈 수 있도록 도와주어야 한다. 집단 상담이나 대인관계 형성 프로그램을 통해서도 도움을 줄 있는 사회적 지지망을 형성하는 것도 효과적일 것이다. 다음으로 다른 사람에게 완벽한 수행을 요구하는 ‘타인 지향 완벽주의’는 타인에게 높은 기대를 가지기 때문에 대인 관계에서 어려움을 겪을 가능성이 높다. 타인을 향한 과도한 기대 수준의 경감을 상담의 목표로 두고, 관계를 맺을 때 빛을 수 있는 갈등에 초점을 맞춰 상담을 진행해야 한다. 자신의 요구를 완곡하게 표현할 수 있는 대화의 기술을 연습해 나가는 것도 필요할 것이다. 또한 힘든 점을 토로하고 위로받을 수 있는 멘토를 연계해 주는 것도 효과적일 수 있다. 이들이 타인에게 높은 기대를 가지는 것과 마찬가지로 상담 장면에서 상담자에게 많은 것을 요구할 수도 있는데, 이때 상담은 내담자의 문제를 함께 해결해 나가는 과정이며 상담자는 어디까지나 내담자를 도와주는 역할임을 분명히 인식하도록 하는 것이 중요하다. 마지막으로 ‘자기 만족형 완벽주의’의 경우 완벽주의를 가장 바람직하게 사용하고 있는 유형으로, 이들의 심리적·성격적 특징을 파악한다면 완벽주의로 곤란함을 겪을 가능성이 큰 유형의 상담에 중요한 시사점을 제공할 수 있게 될 것이다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 아래와 같다.

첫째, 본 연구에서는 서울 및 경기도 소재 대학교에 재학 중인 일부 대학생들을 대상으로 진행된 연구이기 때문에 결과를 일반화하기에는 어려움이 따른다. 또한 남녀의 성비가 동일하지 않고 학교 유형에서도 큰 차이를 보이며, 학

년에 있어서도 균등하지 않게 자료가 수집되었기 때문에 후속 연구에서는 보다 다양한 지역에서 실시될 필요가 있다. 특히 후속 연구에서는 남녀의 성비 학교 유형 및 서울 및 경기도 소재를 포함한 다양한 지역도 비율에 맞게 균등히 실시되어 본 연구 결과에서 나타난 군집유형이 반복적으로, 동일하게 나타나는지 확인하는 연구가 수행되어야 한다. 그렇게 된다면 완벽주의 하위유형에 대해 보다 깊은 이해를 할 수 있게 될 것이다.

둘째, 본 연구에서는 완벽주의 군집에 따라 성취목표 지향성, 열등감, 부정적 평가에 대한 두려움과 같은 심리적 특성에서 어떠한 차이가 나타나는지 살펴보았다. 그러나 후속 연구에서는 위 세 변인뿐만 아니라, 더 다양한 심리적 특성변인을 고려할 필요가 있다. 또한 아직까지 완벽주의의 하위군집을 예측할 수 있는 요인에 대한 연구가 부족한 만큼 완벽주의의 다양한 유형을 예측할 수 있는 변인에 대한 연구도 함께 진행되어야 할 것이다. 완벽주의를 예측할 수 있는 요인과 완벽주의의 하위유형에서 차이를 살펴볼 수 있는 심리적 특성변인을 모두 고려하여 군집분석 연구가 진행된다면, 완벽주의에 대해 보다 깊이 있는 이해를 할 수 있게 될 것이다. 또한 학자마다 다르게 내리는 완벽주의의 정의를 통합하고, 완벽주의의 구성 요인을 파악하는데 도움을 줄 수 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서는 Hewitt 등(1991)의 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)와 열등감 척도를 축약해서 사용하였다. 사용한 척도들로 인해 설문 문항이 너무 많아져 응답하는 대학생들의 가독성 및 응답률이 낮아질 것을 우려하여 위 두 가지의 척도를 줄여서 사용하였다. 특히 열등감 척도는 온전한 척도를 사용하였을 때보다 내적 일치도가 많이 낮아졌을 뿐 아니라 측정하고자 한 것을 제대로 측정하였는지에 대한 의문이 남아있을 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 다차원적 완벽주의 척도와 열등감 척도를 온전히 모두 사용하여, 본 연구와 같은 연구 결과를 반복하여 도출해 낼 수 있는지를 확인해 봐야 할 것이다.

마지막으로 본 연구에서는 대학생들을 대상으로 완벽주의 하위유형을 분류

하고 각 군집별로 어떤 심리적인 특성을 보이는지 확인하는 데에서 그쳤지만, 나뉜 군집 유형이 실제로 완벽주의로 고통 받아 상담소를 찾아오는 대학생들에게서도 동일하게 나타나는지, 임상적인 측면에서 그 타당성을 확인해 나가야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 계수영, 박기환, 엄소용 (2011). 대학생의 완벽주의와 성취목표지향성이 학업지연행동에 미치는 영향. **인지행동치료**, 11(2), 95-111.
- 고은영, 최바울, 이소연, 이은지, 서영석 (2013). 사회부과적 완벽주의와 자살사고의 관계: 자기비난과 심리적 극통의 매개효과. **한국심리학회지 : 상담 및 심리치료**, 25(1), 63-81.
- 권순용 (2012). **대학 엘리트 선수의 완벽주의 성향과 성취목표지향성 및 자기관리의 관계**. 단국대학교 석사학위논문.
- 기인숙 (2008). **청소년의 완벽주의 성향과 부정적 평가에 대한 두려움이 외모에 대한 관심에 미치는 영향**. 명지대학교 석사학위논문.
- 김나예 (2012). **완벽주의와 내현적 자기가 부정적 평가에 대한 두려움을 매개로 사회불안에 미치는 영향**. 대구가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김문정 (2012). **모의 완벽주의, 아동의 완벽주의와 목표지향성 간의 관계**. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김명숙 (2003). **아동의 완벽주의 성향에 따른 자기존중감과 열등감과의 관계**. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 김민선, 서영석 (2009). 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계: 부정적 평가에 대한 두려움과 자기제시동기의 매개효과 검증. **한국심리학회지 : 일반**, 28(3), 525-545.
- 김민선, 최영희, 석분옥, 백근영, 이동귀 (2009). 다차원적 완벽주의와 자기결정성에 따른 하위집단과 학업지연행동. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 23(3), 39-55.
- 김수진 (2008). **완벽주의적 자기제시와 신체불만족이 섭식장애증상에 미치는 영향**. 가톨릭대학교 석사학위논문.

- 김아영, 이주화 (2005). 학업적 성취목표지향성 척도개발. **교육심리연구**, 19(1), 311-325.
- 김옥남 (2003). **청소년의 열등감과 자기효능감과의 관계에 대한 연구**. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김은정 (2009). **직장인의 완벽주의성향과 목표성향이 성취동기와의 관계**. 국민대학교 석사학위논문.
- 김응만 (1995). **열등감 해소프로그램이 고등학생의 열등감 해소에 미치는 영향에 관한 실험 연구**. 충북대학교 석사학위논문.
- 김윤희, 서수균 (2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. **한국심리학회지 : 상담 및 심리치료**, 20(3), 581-613.
- 김정은 (2012). **수용 전념 치료가 평가염려 완벽주의적 대학생들의 평가염려 완벽주의, 부정적 평가에 대한 두려움, 경험 회피 및 자기효능감에 미치는 효과**. 전북대학교 석사학위논문.
- 김지경 (2008). 자기구실 만들기 : 지능에 대한 신념 및 목표성향, 노력/결과중심의 부모 양육태도의 영향. **한국심리학회지 : 사회 및 성격**, 22(1), 99-114.
- 김지정 (2011). **적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의**. 부산대학교 석사학위논문.
- 김지현 (2007). **완벽주의의 기능성 : 완벽주의와 적응지표들의 관계**. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김희정 (2007). **성취목표지향성과 완벽주의성향 및 자기불일치 간의 관계**. 경희대학교 석사학위논문.
- 김현희, 김창대 (2011). 완벽주의자 하위 유형 분류 연구 - 평가염려·개인기준 완벽주의자 중심으로. **상담학연구**, 12(1), 373-391.
- 김현정, 손정락 (2006). 대학생의 완벽주의와 자아존중감 및 우울, 주관적 안녕감간의 관계. **한국심리학회지 : 건강**, 11(2), 345-361.

- 나현주 (2012). **성취목표지향성과 비합리적 신념이 학업소진에 미치는 영향**. 광운대학교 석사학위논문.
- 남궁혜정 (2002). **성취 추구적 완벽주의 및 실패 회피적 완벽주의와 부적응간의 관계**. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 남궁혜정, 이영호 (2005). 이차원 완벽주의 척도의 개발 및 타당화. **한국심리학회지 : 임상**, 24(4), 917-936.
- 노안영, 강영신 (2006). **성격심리학**. 서울: 학지사.
- 류지연 (2002). **자기효능감 및 완벽주의 성향과 지연행동과의 관계**. 서강대학교 석사학위논문.
- 문경 (1998). **완벽주의 차원과 자기효능감이 우울에 미치는 영향**. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 박병기, 이종욱 (2005). 2*2 성취목표지향성 척도의 개발 및 타당화. **교육심리연구**, 19(1), 327-352.
- 박지연 (2010). **적응적 완벽주의, 부적응적 완벽주의 : 반추 및 우울의 관계**. 강원대학교 석사학위논문.
- 박진희 (1998). **완벽주의 성향, 자기효능감, 스트레스에 대한 대처방식이 직장남성의 우울에 미치는 영향**. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 박현 (2008). **서울시 지방공무원의 완벽주의 성향과 자아존중감, 분노 및 수치심과의 관계**. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 박현주 (1999). **기능적 완벽주의 집단과 역기능적 완벽주의 집단의 구분 및 특성 연구**. 서울대학교 석사학위논문.
- 박희진 (2009). **긍정적 완벽주의와 부정적 완벽주의의 차별적 특성**. 아주대학교 석사학위논문.
- 서영숙 (2008). **대학생의 완벽주의가 심리적 부적응에 미치는 영향 : 수치심과 대처방식의 매개효과**. 경북대학교 박사학위논문.
- 설미향 (2010). **긍정적 완벽주의와 외현적 자기애가 열등감에 미치는 영향**.

- 대구가톨릭대학교 석사학위논문.
- 설미향, 이윤희 (2011). 다차원적 완벽주의와 자기애가 열등감에 미치는 영향. **한국심리학회지 : 건강**, 24(3), 1-17.
- 설영환 (1992). **용 심리학 해설**. 서울: 선영사.
- 안신혜 (2009). **대학생의 완벽주의 성향과 열등감 및 대인관계 적절성의 관계**. 강원대학교 석사학위논문.
- 오유경 (2012). **개인기준 완벽주의와 평가염려 완벽주의가 삶의 만족도에 미치는 영향: 주도적 대처의 매개효과**. 아주대학교 석사학위논문.
- 오지은, 추상엽, 임성문 (2011). 완벽주의와 자기구실 만들기 간의 관계: 성취 목표의 매개효과. **한국심리학회지 : 상담 및 심리치료**, 23(1), 135-155.
- 원태연, 정성원 (2010). **통계조사분석**. 서울: 한나래 출판사.
- 윤은주 (2012). **대학생이 지각한 부모의 양육태도와 완벽주의 성향, 사회불안의 관계**. 건국대학교 석사학위논문.
- 이미라, 오경자 (2009). 완벽주의 성향과 학업동기 수준이 학업적 지연행동에 미치는 영향. **한국심리학회지: 임상**, 28(2), 363-377.
- 이미화, 류진혜 (2002). 완벽주의 성향의 순기능과 역기능 - 성취목표, 스트레스, 심리적 안녕감, 우울과 관련하여. **청소년학연구**, 9(3), 293-316.
- 이승희 (1999). **완벽성향이 내외동기, 성취목표 및 심리적 안녕감에 미치는 영향**. 한양대학교 석사학위논문.
- 이수현, 김아영 (2012). 학업적 완벽주의 척도 개발 및 타당화. **교육심리연구**, 26(4), 1113-1136.
- 이정윤, 최정훈 (1997). 한국판 사회공포증 척도(K-SAD, K-FNE)의 신뢰도 및 타당도 연구. **한국심리학회지: 임상**, 16(2), 251-264.
- 이현주, 손원숙 (2013). **고등학생의 자기지향과 타인지향 사회부과 완벽주의가 자기조절학습 및 시험불안에 미치는 효과**. **한국심리학회지: 학교**,

10(1), 219-239.

- 임기홍 (2000). **고등학생의 열등감과 관련 변인**. 서울대학교 석사학위논문.
- 전명임, 이희경 (2011). 다차원적 완벽주의와 우울, 주관적 안녕감 간의 관계: 사회적 유대감의 매개효과. **인간이해**, 32(1), 67-83.
- 정상목, 이동귀 (2013). 대학생의 완벽주의 성향에 따른 하위집단의 특징: 수동적/능동적 지연행동, 행복, 우울에서의 차이. **상담학연구**, 14(2), 857-875.
- 정승진 (1999). **완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담 프로그램 개발**. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 정수희 (2002). **대학생들의 열등감 극복을 위한 개인심리학적 집단상담의 효과**. 전남대학교 석사학위논문.
- 정옥경 (2000). **완벽주의 성향이 불안과 대인관계문제에 미치는 영향**. 홍익대학교 석사학위논문.
- 조용래 (1999). 역기능적 신념과 사회공포증상간의 관계에서 부적응적인 자동적 사고의 매개효과 검증: 구조방정식모델 접근법을 사용하여. **한국심리학회지: 임상**, 18(1), 17-36.
- 조한익, 이현아 (2010). 완벽주의와 학업소진 및 학업열의와의 관계에 있어서 성취목표의 매개효과. **청소년학연구**, 17(12), 131-154.
- 최명심, 손정락 (2007). 삶이 의미 수준이 자존감, 문제해결 인식도 및 부정적 평가에 대한 두려움에 미치는 영향. **한국심리학회지 : 건강**, 12(4), 951-967.
- 최윤자 (2003). **중학생의 학습동기와 내외통제성 및 완벽주의 성향간의 관계**. 전주대학교 석사학위논문.
- 최옥영 (1998). **대학생의 완벽주의 성향 및 자기존중감과 우울간의 관계**. 한국교육대학원 석사학위논문.
- 최정임 (1997). **완벽주의성향, 시험불안, 학업 성취도의 관계 - 고등학생을**

중심으로 -. 연세대학교 석사학위논문.

- 표경선, 안도희 (2006). 초등학교 고학년 학생의 완벽주의, 성취목적, 부모 양육 방식 및 학업성취간의 관계모형, **아동교육학회**, 15(2), 211-227.
- 한기연 (1993). **다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응과의 관련성**. 고려대학교 박사학위논문.
- 허명희 (2007). **SPSS Statistics 분류분석**. 서울: 데이터솔루션.
- 허현정 (2004). **완벽주의 성향이 주관적 안녕감에 미치는 영향 - 열등의식을 매개변인으로 -**. 연세대학교 석사학위논문.
- 현진원 (1992). **완벽주의 성향과 평가 수준이 과제수행에 미치는 영향**. 연세대학교 석사학위논문.
- 홍영근, 문지혜, 조현재 (2011). 한국판-부정적 평가에 대한 두려움 척도 II 타당화 연구. **한국심리학회지 : 일반**, 30(1), 117-134.
- 황혜리 (2002). **적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의의 심리적 특성 비교**. 고려대학교 석사학위 논문.
- Accordino, D. B., Accordino, M. P., & Slaney R. B. (2000). An investigation of perfectionism, mental health, achievement, and achievement motivation in adolescents. *Psychology in the Schools*, 37(6), 535-545.
- Adler, A. (1927). *Understanding Human Nature*. New York: Greenburg.
- Adler, A. (1956). *The Individual Psychology of Alfred Alder: A Systematic Presentation in Selections from His Writings*. H. L., & R. R. Ansbacher (Eds.). New York: Basic Books.
- Alden, L. E., Bieling, P. J., & Wallace, S. T. (1994). Perfectionism in an interpersonal context: A self-regulation analysis of dysphoria and social anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 18, 297-316.
- Ames, C. (1992a). Classrooms: Goals, structures, and student motivation.

Journal of Educational Psychology, 84(3), 261-271.

- Ames, C. (1992b). Achievement goals and classroom motivational climate. In J. Meece & D. Schunk (Ed.), *Students' Perceptions in the Classroom* (pp. 327-328). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ashby, J. S., & Bruner, L. P. (2005). Multidimensional perfectionism and obsessive-compulsive behaviors. *Journal of College Counseling*, 8(1), 31-40.
- Ashby, J. S., & Rice, K. G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self-esteem: A structural equations analysis. *Journal of Counseling & Development*, 80(2), 197-203.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50(12), 1003-1020.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 13, 34-52.
- Clarks, D. M., & Wells, A. (1995). *A Cognitive Model of Social Phobia*. In R. G. Heimberg, M. R. Leivowitz, D. A. Hope., & F. R. Schneider(Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment*. New York: Guilford Press.
- Deffenbacher, J. L., Zwemer, W. A., Whisman, M. A., Hill, R. A., & Sloan, R. D. (1986). Irrational beliefs and anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 10(3), 281-291.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., & Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress; hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 437-453.

- Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, *95*(2), 256 - 273.
- Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist*, *34*, 149-169.
- Elliot, A. J., & Harackiewicz, J. M. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, *70*, 461-475.
- Elliot, A. J., & McGregor, H. A. (2001). A 2 x 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, *80*(3), 501-519.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2006). Positive versus negative perfectionism in psychopathology: A comment on Slade and Owen's dual process model. *Behavior Modification*, *30*(4), 472-495.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Anna, S. (1995). Perfectionism and parental authority styles. *Individual Psychology: The Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, *51*(1), 50-60.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & O'Brien, S. (1991). Perfectionism and learned resourcefulness in depression and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, *12*, 61-68.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & DeRosa, T. (1996). Dimension of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*, *20*, 143-150.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Oliver, J. M., & MacDonald, S. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt(Eds.), *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment*. Washington, DC: APA. 88-132.

- Frost, R. O., & Henderson, K. J. (1991). Perfectionism and reactions to athletic competition. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 13*, 323-335.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S, Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences, 14*(1), 119-126.
- Frost, R. O., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1991). The development of perfectionism: A Study of daughter and their parents. *Cognitive Therapy and Research, 15*(6), 469-489.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*(5), 449-468.
- Grzegorek, J. L., Slaney, R. B., Franze, S., & Rice, K. G. (2004). Self-criticism, dependency, self-esteem, and grade point average satisfaction among clusters of perfectionists and nonperfectionists. *Journal of Counseling Psychology, 51*(2), 192-200.
- Hair, J. F. Jr., & Black, W. C. (2000). Cluster analysis. In L. G. Grimm & P. R. Yarnold (Eds.), *Reading and Understanding More Multivariate Statistics* (pp. 147-205). Washington, DC: American Psychological Association.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology : A Journal of Human Behavior, 15*(1), 27-33.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 456-467.

60(3), 456-470.

- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991b). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology, 100*(1), 98-101.
- Hewitt, E. L., & Genest, M. (1990). The ideal-self: Schematic processing of perfectionistic content in dysphoric university students. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(4), 802-808.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry, 6*(2), 94-103.
- Horney, K. (1951). *Neurosis and Human Growth: The Struggle toward Self-realization*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Joiner, T. E., Jr., Heatherton, T. F., Rudd, M. D., & Schmidt, N. B. (1997). Perfectionism, perceived weight status, and bulimic symptoms: Two studies testing a diathesis-stress model. *Journal of Abnormal Psychology, 106*(1), 145-153.
- Kawamura, K. Y., Hunt, S. L., Frost, R. O., & DiBartolo, P. M. (2001). Perfectionism, anxiety and depression: are the relationships independent? *Cognitive Therapy and Research, 25*(3), 291-301.
- Kocovskim N. L., & Endler, N. S. (2000). Self-regulation: Social anxiety and depression. *Journal of Applied Biobehavioral Research, 5*, 80-91.
- Lynd-Stevenson, R. M., & M. Hearne, C. (1999). Perfectionism and depressive affect: the pros and cons of being a perfectionist. *Personality and Individual Differences, 26*(3), 549-562.
- Marks, I. M. (1969). *Fears and Phobias*, New York: Academic Press.
- Marks, I. M. & Gelder, M. (1996). Different ages of onset in varieties of

- phobia. *American Journal of Psychiatry*, 123(2), 218-221.
- McGregor, H. A., and Elliot, A. J. (2002). Achievement goals as predictors of achievement-relevant processes prior to task engagement. *Journal of Educational Psychology*, 94(2), 381-395.
- Pacht, A. (1984). Reflections on Perfection. *American Psychologist*, 39, 386-390.
- Pintrich, P. R., Conley, A. M., & Kemplar, T. M. (2003). Current issues in achievement goal theory and research. *International Journal of Educational Research*, 39, 319-337.
- Pliner, P., & Haddock, G. (1996). Perfectionism in weight-concerned and -unconcerned women: An experimental approach. *International Journal of Eating Disorders*, 19(4), 381 - 389.
- Reiss, S., & McNally, R. J. (1985). Expectancy model of fear. In S. Reiss, & R. R. Bootzin (Eds.), *Theoretical Issues in Behavior Therapy* (pp. 107 - 121). San Diego: Academic Press.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-Esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 304-314.
- Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment, and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 238-250.
- Rice, K. G., & Slaney, R. B. (2002). Clusters of perfectionists: Two studies of emotional adjustment and academic achievement. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 35(1), 35-48.
- Schneider, K. (1958). *Psychopathic Personalities*. London: Cassell.
- Slaney, R. B., & Ashby, J. S. (1996). Perfectionists: Study of a criterion group. *Journal of Counseling and Development*, 74, 393 - 398.

- Slaney, R. B., Chadha, N., & Mobley, M. (2000). Perfectionism in Asian Indians: Exploring the meaning of the construct in India. *Counseling Psychologist, 28*(1), 10-31.
- Sorotzkin, B. (1985). The quest for perfection: Avoiding guilt or avoiding shame? *Psychotherapy, 22*(3), 564 - 571.
- Srinivasagam, M. N., Kaye, H. W., Plotnicov, H. K., Greeno, C., Weltzin, E. T., & Rao, R. (1995). Persistent perfectionism, symmetry and exactness after longterm recovery from anorexia nervosa. *American Journal of Psychiatry, 152*, 1630-1635.
- Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York: Norton.
- Wang, K. T. (2012). Personal and family perfectionism of Taiwanese college students: Relationships with depression, self-esteem, achievement motivation, and academic grades. *International Journal of Psychology, 47*, 305-314.
- Wang, K. T., Mantak, Y., & Slaney, R. B. (2008). Perfectionism, depression, loneliness, and life satisfaction: A study of high school students in Hong Kong. *The Counseling Psychology, 37*(2), 249-274.
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Counseling and Clinical Psychology, 33*(4), 448-457.
- Wu, T. F., & Wei, M. (2008). Perfectionism and negative mood: The mediating roles of validation from others versus self. *Journal of Counseling Psychology, 55*, 276-288.

ABSTRACT

Differences in Achievement Goal Orientation, Inferiority, and Fear of Negative Evaluation by the Clusters of Perfectionism

Ah Ram, Lee
Department of Psychology
The Graduate School of
Sungshin Women's University

The purpose of this study was to examine the sub-groups of perfectionism through cluster analysis among college students in order to provide the indicator for different perspective toward perfectionism. The participants of this study were 600 college students in Seoul and Gyeonggi area. Each participant responded to the several scales completely after reading cautions and confidentiality on the first page of questionnaire. All scales used in questionnaire as followed: two Multidimensional Perfectionism Scales (FMPS and HMPS), Career Achievement Goals Scale, Inferiority Scale, Brief-Fear of Negative Evaluation Scale. Finally, for the right purpose of this study, only 587 subjects were used in the analysis.

Collected data were analyzed by cluster analysis to know how

sub-groups of perfectionism gathered, and ANOVA to examine the psychological differences within sub-types of perfectionism. Cluster 1 named as 'Self-satisfaction Perfectionism' showed the high personal standard, parental expectation and the low the others. Cluster 2 'Parents-leading Perfectionism' was characterized the high parental expectation and parental criticism. Cluster 3 named 'Thorough Perfectionism' showed high scores in every aspects of perfectionism (concerns over mistake, personal standard, parental expectation, parental criticism, doubt about action, self oriented perfectionism, other oriented perfectionism, socially prescribed perfectionism). On the other hand, Cluster 4 named as 'Non-Perfectionism' because cluster 4 didn't show any characteristics of perfectionism. The last, cluster 5 named as 'Others-toward Perfectionism' characterized the high other oriented perfectionism only. Through one-way ANOVA, there're significant differences between three psychological factors, career achievement goals, inferiority, and the fear of negative evaluation. Based on these results, the implications and limitations of this study were discussed.

Key Words : college student, Perfectionism, Achievement goal orientation, Inferiority, Fear of negative evaluation, Cluster analysis.

부 록

부록 1. 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)

부록 2. 성취목표 지향성

부록 3. 열등감

부록 4. 부정적 평가에 대한 두려움

부록 5. 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)

안녕하십니까?

저는 성신여자대학교 일반대학원에서 심리학을 전공하는 학생으로, 현재 석사학위 논문 준비 중에 있습니다.

본 연구는 대학생의 완벽주의를 어떤 하위유향으로 나눌 수 있는 지 알아보기 위한 연구입니다. 질문지의 문항들을 주의 깊게 읽고 답하여 주십시오. 질문지 작성에는 약 20분 정도 소요될 것으로 예상됩니다.

본 연구에서는 귀하의 신원을 파악할 수 있도록 하는 정보(예: 주민등록번호, 학번)는 수집하지 않을 것이며, 귀하의 모든 응답은 익명으로 처리되어 오로지 연구 목적으로만 사용될 것입니다. 연구에 포함된 질문들에는 별도의 정답이나 오답이 없습니다. 그러니 귀하의 평소 생각·느낌대로 답해 주시면 됩니다. 질문들이 제시된 순서대로 답하시고, 앞으로 돌아가지 마시기 바랍니다. 귀하께서 응답하신 모든 내용은 귀중한 연구 자료로 사용될 것입니다.

혹시라도 귀하를 불편하게 만드는 질문이 있다면 응답하지 않으셔도 되나, 제시되는 모든 질문들에 답해 주신다면 본 연구의 목표를 달성하는데 큰 도움이 될 것입니다. 본 연구에 관해 궁금한 점이 있으시면 언제든지 연구자에게 이메일 하십시오.

연구에 참여해주셔서 진심으로 감사합니다.

성신여자대학교 일반대학원 심리학과
석사과정 이 아람

“위에 기술된 내용을 읽어보았습니다.

본인의 나이는 18세 이상이며, 이 연구 참가에 동의합니다.”

서명

날짜

본 연구의 참여에 동의하신다면 질문지 작성을 시작하여 주십시오. ➡

부록 1. 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)

1. 다음은 개인의 성격과 특징을 기술한 문항입니다. 각 문항들은 정답이 있거나, 좋고 나쁜 답이 있는 것이 아닙니다. 문항을 주의 깊게 읽으시고 **자신의 모습을 가장 잘 나타내는** 숫자에 표시해 주십시오.

문 항		전혀 아니다	거의 아니다	보통 이다	거의 그렇다	매우 그렇다
1	나의 부모님은 나에게 대해 매우 높은 기준을 가지고 계신다.	①	②	③	④	⑤
2	어렸을 때, 일을 완벽하게 해내지 못해서 야단맞은 적이 있다.	①	②	③	④	⑤
3	스스로에게 상당히 높은 기준을 부과하지 않으면 나는 시시한 사람이 되어버릴 것 같다.	①	②	③	④	⑤
4	나의 부모님은 내 실수를 결코 이해하려 하지 않으셨다.	①	②	③	④	⑤
5	모든 일을 완벽하게 잘 해내는 것은 내게 중요하다.	①	②	③	④	⑤
6	만일 내가 직장이나 학업에서 실패한다면, 나는 한 인간으로서 실패한 것이다.	①	②	③	④	⑤
7	실수를 한다면 속상할 것이 분명하다.	①	②	③	④	⑤
8	나의 부모님은 모든 면에서 내가 최고이길 바라셨다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 대부분의 사람들보다 목표를 높게 잡는다.	①	②	③	④	⑤
10	다른 사람이 나보다 더 잘한 것 같을 때, 나는 그 일 전체를 다 실패한 것처럼 느낀다.	①	②	③	④	⑤
11	부분적으로 실패하는 경우도 내게는 완전히 실패하는 것과 다름없다.	①	②	③	④	⑤
12	우리 가족에게 무슨 일이든 뛰어나게 잘 해내야지만 인정받을 수 있다.	①	②	③	④	⑤

문 항		전혀 아니다	거의 아니다	보통 이다	거의 그렇다	매우 그렇다
13	나는 목표를 달성하기 위해 노력한다.	①	②	③	④	⑤
14	나는 신중하게 어떤 일을 했는데도 그 일이 제대로 되지 않았다고 느낄 때가 자주 있다.	①	②	③	④	⑤
15	나는 무슨 일에서든지 최고가 아니면 싫다.	①	②	③	④	⑤
16	나는 아주 높은 목표를 가지고 있다.	①	②	③	④	⑤
17	나의 부모님은 내가 뛰어나길 기대하신다.	①	②	③	④	⑤
18	내가 실수를 하면 나에게 대한 사람들의 평가가 낮아질 것이다.	①	②	③	④	⑤
19	나는 결코 부모님의 기대를 만족시켜 드릴 수 없을 것이다.	①	②	③	④	⑤
20	남들만큼 잘하지 못하면 곧 내가 뒤떨어지는 사람이라는 것이다.	①	②	③	④	⑤
21	남들은 나보다 스스로에 대해 낮은 기준도 항상 받아들이는 것 같다.	①	②	③	④	⑤
22	내가 항상 잘하지 못하면 사람들은 나를 존중하지 않을 것이다.	①	②	③	④	⑤
23	나의 부모님은 내 장래에 대해 늘 나보다 높은 기대를 갖고 계셨다.	①	②	③	④	⑤
24	일상적으로 하는 단순한 일에 대해서도 미심쩍은 생각이 든다.	①	②	③	④	⑤
25	매일 하는 과제에 대해서도 내가 다른 사람들보다 더 잘해야 한다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
26	일을 자꾸 되풀이하기 때문에 일처리가 늦어지는 경향이 있다.	①	②	③	④	⑤

문 항		전혀 아니다	거의 아니다	보통 이다	거의 그렇다	매우 그렇다
27	무슨 일을 내 마음에 들게 제대로 하려면 시간이 무척 오래 걸린다.	①	②	③	④	⑤
28	내가 실수를 적게 할수록 사람들은 나를 더 좋아할 것이다.	①	②	③	④	⑤
29	나는 결코 부모의 기준을 만족시켜 드릴 수 없는 것 같다.	①	②	③	④	⑤

부록 2. 성취목표 지향성 척도

2. 다음은 여러분의 학업과 성취에 대해 기술한 문항입니다. 각 문항들은 정답이 있거나 좋고 나쁜 답이 있는 것이 아닙니다. 문항을 주의 깊게 읽으시고 **자신의 모습을 가장 잘 나타내는** 숫자에 표시해 주십시오.

문 항		확실히 아니다	상당히 아니다	약간 아니다	약간 그렇다	상당히 그렇다	확실히 그렇다
1	공부하는 주된 이유는 학습내용을 철저히 알고 싶기 때문이다.	①	②	③	④	⑤	⑥
2	학습내용을 일정 수준까지만 이해 한다면 만족한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
3	공부하는 주된 이유는 남들에게 나의 존재를 과시하고 싶기 때문이다.	①	②	③	④	⑤	⑥
4	모르는 것을 남들이 알까 두려워서 강의시간에 질문하지 않는다.	①	②	③	④	⑤	⑥
5	남들보다 공부를 잘해서 유능한 사람이라는 말을 듣고 싶다.	①	②	③	④	⑤	⑥
6	새로운 내용을 계속해서 공부하는 것은 힘들어서 싫다.	①	②	③	④	⑤	⑥

	문항	확실히 아니다	상당히 아니다	약간 아니다	약간 그렇다	상당히 그렇다	확실히 그렇다
7	공부를 통해서 새로운 내용을 알아가는 것 자체가 좋다.	①	②	③	④	⑤	⑥
8	공부를 굉장히 잘한다고 인정받는다면 삶의 보람을 느낄 것이다.	①	②	③	④	⑤	⑥
9	이미 알고 있는 내용보다 더 완벽하게 알려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
10	틀려서 창피를 당할까봐 강의시간에 스스로 발표하지는 않는다.	①	②	③	④	⑤	⑥
11	뛰어나게 공부를 잘하는 사람으로서 남들에게 인정받고 싶다.	①	②	③	④	⑤	⑥
12	새로운 내용을 깨달아 가는 과정에서 삶의 보람을 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥
13	이해하기 힘든 내용을 계속 공부하는 것은 시간 낭비라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
14	강의시간에 아는 체하다 창피를 당하는 것보다 조용히 있는 편이 낫다.	①	②	③	④	⑤	⑥
15	공부하는 사람이라고 교수님께서 인정해주면 좋겠다.	①	②	③	④	⑤	⑥
16	학교에서 배우는 내용 이상으로 더 넓고 깊게 알려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
17	어려운 내용은 이해하는데 너무 많은 시간이 들어서 싫다.	①	②	③	④	⑤	⑥
18	나를 창피하게 만들 수 있는 과제를 다루고 싶지 않다.	①	②	③	④	⑤	⑥
19	진정한 배움은 지식을 새롭게 이해하는 것이라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤	⑥

문 항		확실히 아니다	상당히 아니다	약간 아니다	약간 그렇다	상당히 그렇다	확실히 그렇다
20	어려운 내용을 공부하는 나의 모습을 남들이 보면 기분이 좋다.	①	②	③	④	⑤	⑥
21	어려운 내용을 공부하느라 많은 시간이 들어도 괜찮다.	①	②	③	④	⑤	⑥
22	모르는 내용이 있어도 교수님께 찾아가 질문하면서까지 알고 싶지는 않다.	①	②	③	④	⑤	⑥
23	이해하기 힘든 내용이라도 포기하지 않고 결국 이해한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
24	공부를 아주 잘한다고 남들이 칭찬하는 모습을 보고 싶다.	①	②	③	④	⑤	⑥
25	모르는 내용이 있으면 어떻게든 확실히 알려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤	⑥
26	모든 친구들이 틀릴 정도로 시험 문제가 어려우면 나의 약점이 드러나지 않아서 좋다.	①	②	③	④	⑤	⑥

부록 3. 열등감 척도

3. 다음은 여러분들의 생활 속에서 나타나는 행동양식에 관한 문항입니다. 각 문항들은 정답이 있거나 좋고 나쁜 답이 있는 것이 아닙니다. 문항을 주의 깊게 읽으시고 **자신의 모습을 가장 잘 나타내는** 숫자에 표시해 주십시오.

문 항		전혀 그렇지 않다	별로 그렇지 않다	보통 이다	조금 그렇다	매우 그렇다
1	친구들과 모여 어울리는 편보다 혼자 있기를 좋아한다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 지금까지의 내가 그려오던 이상형과는 거리가 멀다.	①	②	③	④	⑤
3	사람들이 많은 자리에서 앞에 나가 말을 잘 한다.	①	②	③	④	⑤
4	나에 대해 인정해 주지 않는 사람과는 어울리고 싶지 않다.	①	②	③	④	⑤
5	친구들은 나를 따돌리고 자기들끼리 어울리는 것 같다.	①	②	③	④	⑤
6	칭찬을 받으면 오랫동안 기억에 남는다.	①	②	③	④	⑤
7	누가 나와 다른 사람을 비교하면 기분이 상한다.	①	②	③	④	⑤
8	여러 사람들이 모여 무엇을 할 것인가를 결정하는 자리에서 주로 내가 무엇인가를 하자고 하여 주도하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
9	누가 나를 추켜세워 주면 기분이 좋다.	①	②	③	④	⑤
10	나만 경쟁에서 낙오되어 가는 것 같다.	①	②	③	④	⑤

부록 4. 부정적 평가에 대한 두려움 척도

4. 다음은 여러분의 생각·감정·행동을 알아보기 위한 문항입니다. 각 문항들은 정답이 있거나 좋고 나쁜 답이 있는 것이 아닙니다. 문항을 주의 깊게 읽으시고 **자신의 모습을 가장 잘 나타내는** 숫자에 표시해 주십시오.

문 항		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	사람들이 나를 어떻게 생각하는가 하는 것이 별 상관없다는 것을 알면서도 이에 대해 걱정한다.	①	②	③	④	⑤
2	사람들이 나에게 대해서 별로 좋지 않은 인상을 갖고 있다는 것을 알지라도 나는 이에 대해 개의치 않는다.	①	②	③	④	⑤
3	사람들이 나의 결점을 알아차릴까봐 자주 걱정된다.	①	②	③	④	⑤
4	내가 다른 사람에게 어떤 인상을 주는가에 대해 거의 염려하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
5	사람들이 나를 인정해주지 않을 것 같아 걱정된다.	①	②	③	④	⑤
6	사람들이 나의 결점을 찾아낼 것 같아 걱정된다.	①	②	③	④	⑤
7	나에 대한 다른 사람들의 평가에 신경 쓰지 않는다.	①	②	③	④	⑤
8	누군가와 이야기할 때, 그가 나를 어떻게 생각하는지 염려한다.	①	②	③	④	⑤
9	내가 어떤 인상을 주는지에 대해 대개 걱정이 된다.	①	②	③	④	⑤
10	누가 나를 평가하고 있는 걸 알아도 이로 인해 영향 받지 않는다.	①	②	③	④	⑤
11	다른 사람들이 나를 어떻게 생각하는지에 대해 때때로 지나친 걱정을 한다.	①	②	③	④	⑤
12	말을 실수하거나 일을 잘 못할까봐 걱정이 된다.	①	②	③	④	⑤

부록 5. 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)

5. 다음은 개인의 성격과 특징을 기술한 문항입니다. 각 문항들은 정답이 있거나 좋고 나쁜 답이 있는 것이 아닙니다. 문항을 주의 깊게 읽으시고 **자신의 모습을 가장 잘 나타내는** 숫자에 표시해 주십시오.

문 항		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	약간 그렇다	매우 그렇다
1	내가 하는 모든 일에서 완벽해지 는 것이 내 목표 중 하나이다.	①	②	③	④	⑤
2	다른 사람이 하는 일이 모두 최고 의 수준이어야 한다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
3	내 주위 사람들이 최선을 다하지 않는 것을 봐도 나는 별로 신경 쓰지 않는다.	①	②	③	④	⑤
4	내가 일을 훌륭하게 못해낸다면 사람들은 그 일을 형편없다고 볼 것이다.	①	②	③	④	⑤
5	모든 일을 완벽하게 하는 것이 나 에게는 매우 중요한 일이다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 내게 중요한 사람들에게 큰 기대를 한다.	①	②	③	④	⑤
7	나의 주변 사람들은 내가 모든 일 들을 성공시키기를 기대한다.	①	②	③	④	⑤
8	내가 한 실수를 발견하게 되면 아 주 속이 상한다.	①	②	③	④	⑤
9	일을 성공시킨다는 것은 다른 사 람을 기쁘게 하기 위해서 더욱 열 심히 일을 해야 한다는 것이다.	①	②	③	④	⑤
10	나와 가까운 사람들이 실수하는 것을 참을 수 없다.	①	②	③	④	⑤

문항		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	약간 그렇다	매우 그렇다
11	내게 중요한 사람들은 나를 실망시켜서는 안 된다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 항상 나의 잠재능력을 충분히 발휘하도록 일해야 한다.	①	②	③	④	⑤
13	내가 실수했을 때, 사람들은 비록 겉으로 나타내지는 않지만 매우 실망할 것이다.	①	②	③	④	⑤
14	우리 가족은 내가 완벽하기를 기대한다.	①	②	③	④	⑤
15	사람들은 내게 완벽하기를 기대한다.	①	②	③	④	⑤

다음은 인적사항에 대한 질문입니다.
본인에게 해당되는 사항에 표시 또는 기재해 주시기 바랍니다.

1. 성별: ① 남 ② 여

2. 나이: 만 _____ 세

3. 학교 유형: ① 남녀공학 ② 여자 대학

4. 학년:
 ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년 ④ 4학년 ⑤ 기타: ()

5. 전공 계열:
 ① 인문사회계열 ② 자연이공계열 ③ 상경계열 ④ 법학계열
 ⑤ 생활과학계열 ⑥ 사범계열 ⑦ 예체능계열 ⑧ 의료간호계열
 ⑨ 기타: ()

6. 평균 학점 수준:
 ① 4.5 - 4.3 ② 4.2 - 4.0 ③ 3.9 - 3.6 ④ 3.5 - 3.3
 ⑤ 3.2 - 3.0 ⑥ 2.9 - 2.6 ⑦ 2.5 - 2.3 ⑧ 2.2 - 0
 ⑨ 기타: ()

수고하셨습니다. 설문에 응답해주셔서 진심으로 감사드립니다! ☺ ☺ ☺