



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

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

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 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 교수 지도
석사학위 청구논문

완벽주의 군집에 따른 자기결정성 및
수동, 능동 지연행동의 차이

2020

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

이 정 아

완벽주의 군집에 따른 자기결정성 및
수동, 능동 지연행동의 차이

이 정 윤 교수 지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2019년 11월

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

이 정 아

인 준 서

이정아의 석사학위 논문으로 인준함

2019년 11월

심사위원장 _____ (인)

심 사 위 원 _____ (인)

심 사 위 원 _____ (인)

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 대학생을 대상으로 완벽주의의 군집유형을 파악하고, 이들 유형 간에 자기결정성 및 수동/능동 지연행동의 차이를 알아보고자 하였다. 이를 위해 남녀 대학생 488명(남:156명, 여:332명)을 대상으로 Frost와 Hewitt의 다차원적 완벽주의 척도, 기본심리욕구 척도, 수동 및 능동 지연행동 척도를 사용하여 설문을 실시하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 완벽주의 하위요인들(실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화, 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의)을 바탕으로 군집분석을 실시한 결과 5개의 군집유형이 도출되었다. 군집 1은 부모의 기대와 비난이 높고, 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심, 사회적으로 부과된 완벽주의가 높게 나온 ‘부모 압력을 느끼는 사회부과 완벽주의 유형’, 군집 2는 모든 완벽주의 하위요인에서 낮은 점수를 보이는 ‘완벽주의 성향을 지니지 않는 유형’, 군집 3은 부모의 기대와 비난 요인을 제외한 모든 요인이 높게 나온 ‘부모 압력보다는 스스로 부과하는 기준이 높은 완벽주의 유형’, 군집 4는 완벽주의 모든 하위요인이 전반적으로 높은 수준을 보이는 ‘모든 면에서 높은 완벽주의 유형’, 군집 5는 조직화와 자기지향적 완벽주의만 높게 나온 ‘높은 조직화 성향을 가진 낮은 완벽주의 유형’으로 구분할 수 있었다. 둘째, 완벽주의 군집유형에 따른 자기결정성 및 수동/능동 지연행동에서의 차이를 살펴본 결과, 자기결정성은 군집 5 ‘높은 조직화 성향을 가진 낮은 완벽주의 유형’에서, 수동 지연행동은 군집 1 ‘부모 압력을 느끼는 사회부과 완벽주의 유형’에서, 능동 지연행동은 군집 2 ‘완벽주의 성향을 지니지 않는 유형’에서 가장 높게 나타났다. 이와 같은 결과는 완벽주의의 군집유형에 따라

자기결정성 및 수동/능동 지연행동의 차이가 다양하게 나타날 수 있으므로,
각 군집에 맞춰 세분화되고 개별적인 상담개입이 필요함을 시사한다.

주요어: 완벽주의, 자기결정성, 수동 지연행동, 능동 지연행동, 군집분석

목 차

논문개요

I. 서론	1
1. 연구의 목적 및 필요성	1
II. 연구문제 및 가설	10
III. 이론적 배경	12
1. 완벽주의	12
1) 완벽주의의 정의와 개념	12
2) 적응적 · 부적응적 완벽주의	15
3) 완벽주의 군집	18
2. 자기결정성	22
1) 자기결정성의 정의와 개념	22
2) 완벽주의와 자기결정성	25
3. 지연행동	27
1) 지연행동의 정의와 개념	27
2) 지연행동의 유형	28
3) 완벽주의와 지연행동	30
IV. 연구방법	33
1. 연구대상 및 절차	33

2. 측정도구	33
1) 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)	33
2) 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)	35
3) 기본심리욕구 척도	36
4) Tuckman 지연 척도	37
5) 능동 지연 척도	37
3. 자료 분석	39
V. 연구결과	40
1. 연구대상의 인구통계학적 특성	40
2. 주요 변인들의 기술통계/주요변인들의 상관계수 및 평균과 표준편차	41
3. 완벽주의에 따른 군집 유형	44
4. 군집 유형에 따른 인구통계학적 특성의 차이	48
5. 군집유형에 따른 자기결정성 및 수동, 능동 지연행동의 차이	50
VI. 논의	54
1. 결과에 대한 논의	54
2. 연구의 의의와 제한점 및 제언	59

참고문헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

표 1. 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)문항 구성	34
표 2. 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)문항 구성	35
표 3. 능동 지연 척도 문항 구성	36
표 4. 기본심리욕구 척도 문항 구성	38
표 5. 연구대상자의 인구통계학적 특성	40
표 6. 주요변인들의 상관계수 및 평균과 표준편차	43
표 7. 군집화 일정표	44
표 8. 최종 군집별 중심점	45
표 9. 군집유형에 따른 인구통계학적 차이	49
표 10. 군집유형별 자기결정성, 수동지연행동, 능동지연행동 차이 검증	50

그림 목 차

- 그림 1. 완벽주의 하위요인에 따른 대학생 집단의 군집 유형(꺾은선형).... 47
그림 2. 완벽주의 하위요인에 따른 대학생 집단의 군집 유형(방사형)..... 48

I. 서론

1. 연구의 목적 및 필요성

Burns(1980)는 완벽주의를 자신이 도달할 수 없는 높은 목표를 세우고 그 불가능한 목표를 강박적으로 추구하는 것이라고 정의하였고, Frost, Marten, Lahart와 Rosenblate(1990)는 높은 기준을 설정하고 그 기준을 가지고 자신에 대한 가혹한 평가를 내리는 것이라고 정의하였다. 이렇듯 완벽주의에 대한 정의는 학자들마다 조금씩 다르지만, 일반적으로 완벽주의란 결점이 없는 상태를 추구하고 지나치게 높은 기준을 설정하여, 그 기준을 바탕으로 자신에 대해 비판적으로 평가하는 것이다(Flett & Hewitt, 2002; Stoeber & Otto, 2006).

업적과 성과를 중시하고 경쟁적인 현대 사회 속에서 사람들은 남들보다 더 뛰어나고 완벽한 수행을 해야 할 것 같은 부담과 압박감을 경험한다. 이런 완벽주의는 우울이나 불안감을 증가시키고 기대를 충족하지 못했을 때 느끼는 상실감과 좌절감으로 인해 부적응적인 행동을 야기한다. 실제로 대학생을 대상으로 진행된 한 연구에서 연구에 참가한 대학생의 절반 이상이 자신을 완벽주의자라고 대답하였다(Grzegorek, Slaney, Franze, & Rice, 2004). 그러나 사람들은 완벽주의로 인하여 고통을 받으면서도 자신의 성공에 완벽주의가 기여했다고 생각하여 완벽주의를 포기하지 않으려 한다(Slaney, Chadha, Mobley, & Kennedy, 2000). 이처럼 성공하기 위해서 완벽을 추구하는 것이 필수조건으로 여겨지는 현대사회에서는 완벽주의를 연구하고 이해할 필요가 있다(Burns, 1980). 시기상 대학생은 스스로의 자율성, 책임감이 그 어느 시기보다 강조되며, 진로나 취업을 위한 높은 학업성취가 요구되는 등, 다른 사람보다 앞서지 못하면 치열한 경쟁사회에 진입하는 것조차 어려운 상황에 처하게 된다. 그렇

기 때문에 그 어느 때보다 완벽주의에 대한 신념이 강해질 수 있다(서영숙, 2008). 특히 최근 몇 년 동안 전 세계적으로 발생하고 있는 경제위기로 인해 한국 사회의 경제난이 심해지고 취업시장이 악화되어 (정상목, 이동귀, 2013), 대학생들은 더 높은 스펙과 능력을 갖출 것을 강요받으며 완벽해져야 한다는 더 큰 압박감에 시달리고 있다. 이러한 점에서 대학생을 대상으로 완벽주의의 현상을 연구할 필요가 있을 것으로 보인다.

완벽주의를 연구하던 초기에는 대부분의 연구자들이 완벽주의를 단일차원의 개념으로 이해하고, 이와 관련하여 주로 부정적인 측면에 집중하여 연구하였다(Brodsky, 1988; Burns, 1980; Hollender, 1965; Pacht, 1984). 그러나 1990년대 초 완벽주의를 다차원적인 차원으로 이해하고자 하는 움직임이 시작되었고, 몇 개의 다차원적 완벽주의 척도가 개발되면서 다양한 측면에서 완벽주의를 이해할 수 있는 연구들이 진행되었다(Frost, 1990; Hewitt & Flett, 1991). 현재 까지 가장 많이 사용되고 있는 대표적인 완벽주의 척도는 Frost(1990)가 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Frost-Multidimensional Perfectionism Scale)와 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Hewitt-Multidimensional Perfectionism Scale: HMPS)이다.

Frost(1990)는 완벽주의의 개인적 특성 측면을 다루는 다차원적 완벽주의 척도를 제작하였다. 이는 총 6가지 완벽주의 하위요인으로 구성되었는데, 6가지 하위요인은 실수에 대한 부정적인 생각과 두려움을 뜻하는 ‘실수에 대한 염려’, 스스로 매우 높은 기준을 가지고 있는 것을 뜻하는 ‘개인적 기준’, 부모가 자신에게 높은 기대를 가지고 있다는 것을 지각하는 ‘부모의 기대’, 자신이 부모로부터 비난받아 왔다는 것을 지각하는 ‘부모의 비난’, 자신의 수행과 능력에 대해 끊임없이 의심하는 ‘수행에 대한 의심’, 마지막으로 정리, 정돈하는 것을 선호하는 ‘조직화’이다.

이와 달리, Hewitt과 Flett(1991)은 완벽주의의 사회적이고 대인관계적인 측

면을 고려한 다차원적 완벽주의 척도를 제작하였다. 이들은 완벽주의자가 보이는 행동의 양상이 아닌 완벽주의 행동의 대상이 누구인지, 누구로부터 기인하는지에 따라 완벽주의를 3가지 하위요인으로 구분하였다. 첫 번째는 ‘자기 지향 완벽주의’로, 자신이 행동의 대상이며, 스스로 높은 기준을 세워 그 기준을 바탕으로 자신을 평가하는 경향을 보인다. 두 번째 ‘타인지향 완벽주의’는 행동의 대상이 자신에게 중요한 타인이고, 그 타인에게 높은 기준을 세워 적용하는 것이다. 세 번째 ‘사회적으로 부과된 완벽주의’는 자신에게 중요한 타인으로부터 완벽주의가 기인하는 것으로, 타인이 자신에게 높은 기준을 부여하고 그 기준에 의해 자신을 평가할 것이라고 생각하며, 타인으로부터 거부당하지 않는 것을 중요하게 여기는 것이다. 이러한 두 가지 다차원적 완벽주의 척도가 개발되면서 단순한 관찰에서 더 나아가 완벽주의 하위차원에 관한 경험적인 연구들이 활발해졌다. 하지만 대부분의 연구들은 우울, 스트레스, 낮은 자존감, 불안과 같은 완벽주의의 부정적 측면에 주로 초점이 맞춰진 행되었다(문경, 1998; 한기연, 1993; Dunkley, Blankstein, Halsall, Williams, & Winkworth, 2000, Flett, Hewitt, Blankstein, & O'Brien, 1991; Hewitt, Flett, 1993).

이후 완벽주의에 대한 균형 잡힌 연구의 필요성이 제기되면서(Sloney & Ashby, 1996) 연구자들은 완벽주의의 부적응적인 측면 뿐 아니라 적응적인 측면에도 관심을 가지기 시작하였다. 이러한 연구는 크게 두 가지의 접근으로 구분된다. 첫 번째는 차원적 접근방식이다. 차원적 접근이란 기존의 다차원적 완벽주의 하위요인들을 요인분석하여 크게 두 가지 적응적인 차원과 부적응적인 차원으로 분류하여 살펴보는 것이다. 이렇게 분류된 차원은 ‘긍정적인 성취욕구’와 ‘부적응적 평가염려’ (Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubaue, 1993) ‘적응적 완벽주의’와 ‘부적응적 완벽주의’ (Chang, Watkins, & Bank, 2004; Rice, Ashyby, & Sloney, 1998), ‘건강한 완벽주의’와 ‘건강하

지 못한 완벽주의’ (Stumpf & Parker, 2000), ‘개인기준 완벽주의’와 ‘평가 염려 완벽주의’ (Dunkley et al., 2000), ‘완벽주의 추구’와 ‘완벽주의적 염려’ (Stober & Otto, 2006)와 같이 다양하게 명명되어왔다. 그러나 이러한 차원적 접근방식은 연구자별로 완벽주의의 적응적, 부적응적 측면을 다소 상이하게 분류하였기 때문에 개념적으로 명확하게 구분하는 것이 어렵고, 적응적, 부적응적 개념이 중첩되어서 혼재된 연구결과를 초래한다는 비판을 받고 있다 (Stober & Otto, 2006).

두 번째는 집단적인 접근방식이다. 집단적 접근은 유형구분 접근이라고도 불리는데, 주로 군집분석을 사용하여 실제로 관측한 데이터를 가지고 개별적인 하위군집을 나누어 각 집단 간의 특성을 파악한다. 이러한 접근방식은 개념의 중첩에서 오는 혼란을 줄이고 각 집단에 대한 세분화된 이해를 통하여 상담장면에서 각 집단에 맞춰 실질적이고 효과적인 목표와 전략을 세우는 데 도움이 된다(박현주, 정대용, 2010).

완벽주의의 적응적 측면과 부적응적 측면에 대한 연구 초기에는 완벽주의 하위요인들에 대한 요인분석을 통해 적응적/부적응적 완벽주의를 구분하려는 시도가 이루어져 왔으나, 보다 최근에는 완벽주의라 하더라도 모두 동일한 양상을 보이는 것은 아니라는 가정 하에 완벽주의를 보이는 사람들의 특성을 보다 중점적으로 이해하기 위한 군집분석 연구(김현희, 김창대, 2011; 박현주, 정대용, 2010; 심은정, 신선임, 2018; 이아람, 이정윤, 2015; 정상목, 이동귀, 2013)가 비교적 활발히 이루어지고 있다.

그러나 완벽주의의 군집을 살펴보기 위해 진행된 선행연구들은 다음과 같은 한계를 지니고 있다. 먼저 완벽주의의 다양한 측면을 반영하는 척도들을 군집 측정치로 삼아 군집을 도출하지 않고 완벽주의의 개인적 측면 혹은 관계적 측면만을 반영한 척도만으로 군집을 도출함으로써 완벽주의의 다양한 성향을 충분히 고려하지 못하였다(김현희, 김창대, 2011; 박현주, 정대용, 2010; 심은정,

신선임, 2018). 또한 완벽주의 군집을 지나치게 이분법적 즉 적응적, 부적응적으로 단순하게 구분함으로써 완벽주의 성향을 보이는 사람들의 특성을 상세하게 드러내지 못한 한계가 있다(김현희, 김창대, 2011; 박현주, 정대용, 2010; 정상목, 이동귀, 2013). 또한 군집분석을 실시한 일부 선행연구들에서 표본의 사례 수가 적거나(정상목, 이동귀, 2013), 척도의 일부를 임의로 축약하여 사용한 제한점이 있다(이아람, 이정윤, 2015).

이에 본 연구에서는 이러한 선행연구들의 제한점을 보완하여, 완벽주의의 개인적 특성을 측정하는 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)와 사회적/관계적 특성을 측정하는 다차원적 완벽주의 척도(HMPS) 모두를 군집측정치로 선정함으로써, 완벽주의의 다양한 측면의 하위요인들을 바탕으로 대학생 집단의 완벽주의 하위군집이 어떻게 도출되는지 좀 더 세밀하고 다양하게 살펴보고자 하였다. 또한 FMPS와 HMPS 두 가지 척도를 모두 사용하여 완벽주의의 다양한 차원을 고려하였으나 HMPS 문항의 일부를 축약해서 사용한 이아람, 이정윤(2015) 연구의 제한점을 보완하여 본 연구에서는 HMPS의 모든 문항을 사용하고, FMPS의 조직화 요인 또한 적절한 타당도를 갖춘 것(Rice & Mirzadeh, 2000)으로 보아 완벽주의의 하위요인으로 포함시켜 연구하였다.

그리고 본 연구에서는 완벽주의와 깊은 관련이 있는 것으로 보고된 자기결정성과 지연행동을 군집유형 간의 차이를 타당화 시켜줄 외적준거로 사용하여, 본 연구에서 도출된 완벽주의의 군집들 간에 어떠한 차이가 있는지 살펴 보았다(이수민, 양난미, 2011; 임연옥, 하정희, 2010; 진주은, 김은하, 2016; Campbell & Di Paula, 2002; Ellis & Knaus, 1977; Flett, Blankstein, Hewitt, & Koledin, 1992). 자기결정성과 지연행동 두 변인은 모두 행동과 관련되는 요인으로, 자기결정성은 완벽주의 성향을 보이는 사람들이 보이는 행동의 동기를, 지연행동은 완벽주의 성향을 보이는 사람들의 행동 패턴과 관련된다. 또한 자기결정성과 지연행동은 각기 부정적인 측면 뿐만 아니라 긍정적이고 적응적인

면을 포함하고 있기 때문에 이러한 요인들이 완벽주의 성향을 보이는 다양한 군집들 간의 차이를 보다 잘 드러내 줄 수 있을 것으로 기대하였다.

먼저 군집 간 차이를 타당화 시켜줄 첫 번째 외적 준거로서, 자기결정성은 외부의 압력이나 보상으로 인하여 자신의 행동을 결정하는 것이 아니라 자신의 행동을 스스로 결정할 수 있는 능력으로, 심리적인 발달을 위하여 자신의 행동을 자율적으로 선택하고 조절할 수 있는 것을 의미하며, 환경이나 타인과의 상호작용을 해낼 수 있는 융통성을 의미한다(김은주, 2007; Deci, Koestner, & Ryan, 2001). 이러한 자기결정성은 내재동기를 결정하는 요인으로 제시되었고 마케팅, 학습, 웰빙, 산업 등의 다양한 영역(김주환, 김은주, 홍세희, 2006; 박병기, 이종욱, 홍슬표, 2005; 서문식, 노태석, 2013; 최영민, 권혁기, Choi, Kwon, 2019; Baard, Deci, Ryan, 2004; Deci et al., 2001)에서 각광을 받고 있다(이명희, 김아영, 2008). Deci와 Ryan(1985)이 제안한 자기결정성이론은 개인의 행동 동기에 대한 내적인 근거들의 중요성을 강조하였고, 자신의 행동을 조절하는 수준에 따라서 내재적 동기와 외재적 동기로 유형화하였으며, 외재적 동기에서 내재적 동기로 갈수록 자기결정성이 높다고 보았다(Deci & Ryan, 2000). 자기결정성 이론에서는 개인의 세 가지 기본 심리 욕구인 자율성, 유능성, 관계성이 자기결정성에 영향을 미치며 내재적인 동기를 촉진시킬 수 있다고 주장하였다. 자율성은 행동의 원인이 자기에 있다고 지각하고 자신의 관심과 통합된 가치에 따라 행동하며 자신이 행동의 주체이고 조절자라고 생각하는 것이고, 이러한 자율성이 제대로 보장되어야만 유능성이 발휘될 수 있다고 보았다(Ryan, 1982; Ryan, 1995). 유능성은 개인이 사회 환경과 상호작용하는 과정에서 자신의 기술, 능력, 재능을 사용하는 경험을 통해 충족되며, 이러한 유능성에 대한 욕구는 개인이 활동하는데 최적의 조건을 찾고, 활동들을 통해서 기술과 능력을 유지, 발전시키고자 하는 것에 도움을 준다(Deci & Ryan, 2000). 관계성은 자신이 타인으로부터 관심을 받고 타인에게 관심을 주

고 있다는 느낌을 말하고(Ryan, 1995), 이러한 관계성 욕구의 만족이 있어야 자율성과 유능성 욕구가 내재적 동기를 유지할 수 있다.

완벽주의와 자기결정성의 관계에 대한 선행연구들을 살펴보면, 자기지향적 완벽주의는 자기결정성과 정적인 상관(임연옥, 하정희, 2010)을 보이며, 자기지향적 완벽주의자들은 자신의 세운 높은 기준에 도달하기 위하여 적극적으로 노력한다는 주장이 있다(Burns, 1980). 사회적으로 부과된 완벽주의는 자기결정성과 부적 상관(유경이, 2014; 이명희, 김아영, 2008; 진주은, 김은하, 2016)을 보이고, 타인에 의하여 높은 기준을 설정한 사람은 내적인 동기와 같은 자기결정성이 부족하다고 하였다(Burns, 1980; Campbell & Di Paula, 2002). 이는 스스로 설정한 기준을 가진 자기지향적 완벽주의는 내재적 동기와, 타인으로부터 부과된 기준을 가진 사회적으로 부과된 완벽주의는 외재적 동기와 관련이 있음을 시사한다. 또한 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심도 자기결정성과 부적 상관을 보인다(유경이, 2014). 즉 완벽주의 하위요인 중 부적응적 측면과 관련있는 요인들은 자기결정성과 부적 관계가 있는 것으로 보인다.

위와 같은 연구들의 결과가 있으나 여전히 완벽주의와 자기결정성에 대한 연구는 부족한 실정이기 때문에 두 변인 간의 관계에 관한 연구가 더 필요할 것으로 보인다. 또한 지금까지의 선행연구들은 완벽주의 하위요인과 자기결정성의 관계에 초점을 맞춰 진행되었기 때문에, 실제로 완벽주의 성향을 보이는 다양한 군집들 중에서 어떠한 특성을 지니는 사람들이 어떠한 자기결정성을 보이는지에 대한 정보는 제공하고 있지 않다. 그러므로 본 연구에서 자연발생적으로 도출된 완벽주의 하위 군집들 간에 자기결정성에서 어떠한 차이를 보이는지 살펴봄으로써 하위군집 별 자기결정성에 대해 이해를 확장시킬 수 있을 것으로 기대하였다.

다음으로 군집 간 차이를 타당화 시켜줄 두 번째 외적 준거로서, 지연행동은 심리적으로 불편감을 느끼거나 이후에 부정적인 결과가 발생할 수 있다는

것을 알면서도 즉시 수행하지 않고 연기하거나 미루는 행동이다(Lay, 1986; Solomon & Rothblum, 1984; Steel, 2007; Tuckman, 1991). 지연행동에 대한 연구 초기에는 지연행동의 부적응적 측면에 주로 초점을 맞춰 연구가 진행되었으나, 최근 들어 지연행동의 적응적인 측면에 초점을 맞춘 능동적 지연행동이라는 개념이 등장(Chu & Choi, 2005)하면서, 지연행동의 부적응적 측면의 연구에서 더 나아가 적응적인 측면에 주목하는 연구들이 등장하였다. Chu와 Choi(2005)는 지연행동을 수동 지연행동과 능동 지연행동으로 나누어 설명하였는데, 수동 지연행동은 과제를 수행하는 것을 지속적으로 미루며 심리적인 불편감을 느끼는 특성을 의미하고, 능동 지연행동은 의도적인 지연행동으로, 마감의 압박 속에서 일하는 것을 선호하고, 만족스러운 성과를 낼 만한 능력이 있는 특성을 의미한다.

완벽주의와 지연행동에 관한 연구들은 두 변인의 관계에 대해 일관되지 않은 결과를 보고하고 있다. 선행연구를 살펴보면 사회적으로 부과된 완벽주의는 지연행동과 정적인 상관을 보이고(이수민, 양난미, 2011; 진주은, 김은하, 2016; 하주희, 2016; Flett et al., 1992), 자기지향적 완벽주의는 지연행동과 부적적인 상관을 보이며(이미라, 오경자, 2009; 이수민, 양난미, 2011; 하주희, 2016), 타인지향적 완벽주의는 전반적으로 지연행동과 유의미한 상관이 없다는 것으로 나타났다(박재우, 1998; 이미라, 오경자, 2009; Saddler & Buley, 1999). 하지만 이와 달리 사회적으로 부과된 완벽주의와 자기지향적 완벽주의가 지연행동과 유의한 상관을 보이지 않았다는 연구(김현정, 2003; Saddler & Sacks, 1993)도 보고되고 있다. Frost(1990)의 다차원적 완벽주의와 지연행동 간의 연구를 살펴보면, 개인적 기준과 학업지연행동 간에는 부적적인 상관을 보이고, 부모 비난, 부모 기대와 학업지연행동은 정적인 상관을 보였다(Frost et al., 1990). 또한 완벽주의를 부적응적, 적응적, 비완벽주의자 군집으로 나누어 살펴본 연구에서는 군집 간 지연행동에서 유의한 차이가 나타나지 않았다(박현

주, 정대용, 2010). 이와 같이 연구결과가 혼재되어 나타남에 따라, 완벽주의의 다양한 하위군집에 따라 지연행동이 다르게 나타날 것으로 예측할 수 있다.

이제까지 선행연구들은 지연행동을 적응적/부적응적으로 구분하지 않고, 기존의 전통적인 측면, 즉 수동 지연행동에 대해서만 살펴봄으로써 지연행동의 부적응적인 측면에만 주로 초점을 맞췄다는 한계가 있다. 그리고 두 변인의 관계를 파악하는데 초점을 두어왔기 때문에 다양한 완벽주의 군집 간에 지연행동에서 어떠한 차이를 보이는지에 대한 정보를 제공하지 못한 한계점도 가지고 있다. 이에 본 연구에서는 수동 지연행동 뿐아니라 적응적인 측면의 능동 지연행동에 대해서도 살펴보고자 하였다. 그리고 다양한 완벽주의 군집 간에 수동, 능동 지연행동의 차이를 살펴봄으로써, 완벽주의 하위군집 별 지연행동 패턴에 대한 이해를 확장 시킬 수 있을 것으로 기대하였다.

이에 본 연구에서는 대학생을 대상으로 완벽주의 하위요인들을 바탕으로 다양한 군집유형을 도출하여 각 유형의 특성을 살핀 다음, 군집유형 별로 자기결정성과 지연행동에서 어떠한 차이를 보이는지 살펴보았다. 이러한 결과를 바탕으로 자연발생적으로 나타나는 완벽주의 하위군집들의 다양한 특성에 대한 정보를 얻어 완벽주의에 대한 이해를 넓히고, 각 유형에 맞게 필요한 상담 프로그램의 개발과 같은 실질적이고 구체적인 개입 방법을 모색하는데 도움을 주고자 한다.

II. 연구문제 및 가설

본 연구는 대학생을 대상으로, Frost(1990)의 다차원적 완벽주의 척도의 하위요인인 실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화와 Hewitt와 Flett(1991)의 다차원적 완벽주의 척도의 하위요인인 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의를 군집측정치로 설정하여 이에 따라 어떠한 군집이 도출되는지 살펴보고, 도출된 군집들 간에 자기결정성과 수동, 능동 지연행동에서 어떠한 차이가 있는지 알아보고자 하였다. 본 연구에서 설정한 연구문제 및 연구가설은 다음과 같다.

[연구문제 1] 다양한 완벽주의 하위요인에 따라 어떠한 군집이 존재하는가?

가설 1-1. 완벽주의 하위요인(실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화, 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의)에 따라 유의한 차이를 지닌 군집으로 나뉠 것이다.

[연구문제 2] 도출된 완벽주의의 군집유형에 따라 자기결정성 및 수동, 능동 지연행동에서 어떠한 차이가 존재하는가?

가설 2-1. 군집분석을 통해 도출된 군집 유형별로 자기결정성에 있어서 유의한 차이를 보일 것이다.

가설 2-2. 군집분석을 통해 도출된 군집 유형별로 수동 지연행동에 있어서

유의한 차이를 보일 것이다.

가설 2-3. 군집분석을 통해 도출된 군집 유형별로 능동 지연행동에 있어서 유의한 차이를 보일 것이다.

Ⅲ. 이론적 배경

1. 완벽주의

1) 완벽주의의 정의와 개념

Hollender(1965)는 완벽주의를 상황이 요구하는 것보다 더 높은 수행의 질을 요구하는 것이라고 정의하였고, Burns(1980)는 자신이 도달할 수 없는 높은 목표를 세우고 불가능한 목표를 강박적으로 추구하는 것이라고 정의하고, 완벽주의는 낮은 자존감, 대인관계 문제, 우울과 관련된다고 보았다. Pacht(1984) 역시 완벽주의를 바람직하지 못한 병리적인 특성으로 보았고, 이러한 완벽주의가 불면증, 우울, 섭식장애, 공황장애, 자살 등과 같은 심리적으로 부적응적인 여러 문제들과 관련된다고 보았으며, Broday(1988)는 완벽주의가 수동적 공격성, 회피적인 성격, 정신분열적 성격 및 의존성과 관련이 있다고 하였다. 이처럼 초기 대부분의 연구자들은 완벽주의를 부정적인 기능을 하는 단일차원의 개념으로 보았다.

그러나 Hamacheck(1978)은 완벽주의에는 긍정적인 측면도 존재한다고 주장하며 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의의 개념을 최초로 제안하였고, 완벽주의를 ‘정상적 완벽주의(normal perfectionism)’와 ‘신경증적 완벽주의(neurotic perfectionism)’로 구분하였다. 정상적 완벽주의자들은 현실적인 기준을 세우고, 힘들게 노력하는 과정에서 즐거움을 느끼고, 자신의 완벽주의를 긍정적인 것으로 받아들여 자신을 향상시키는 방향으로 노력한다. 반면 신경증적 완벽주의자들은 일반적으로 도달이 불가능한 높은 기준을 세우고 실수를 허용하지 않기 때문에 어떤 일을 하더라도 결과에 만족감을 잘 느끼지 않는

다.

이러한 관점을 반영하듯 1990년대에 들어서면서 완벽주의에 관한 연구들이 주로 부정적인 측면에만 초점이 맞춰져 있다는 점이 지적되면서, 완벽주의를 긍정적으로 경험할 가능성을 제시하며 보다 균형잡힌 시각을 가지고 완벽주의를 이해할 필요성이 제기되었다(Sloney & Ashby, 1996). 아울러 완벽주의를 단일차원의 개념으로 보는 것이 아니라 다차원적 개념으로 이해할 필요성이 제기되면서(Frost et al., 1990), 다차원적 완벽주의를 측정할 수 있는 도구가 개발되고 완벽주의를 다차원적으로 바라보고 접근하는 연구가 활발해졌다. 그 중 대표적으로 가장 많이 사용되는 다차원적 완벽주의 척도는 Frost(1990)가 개발한 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)와 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)이다.

Frost(1990)는 완벽주의를 지나치게 높은 기대 수준을 설정하는 것으로 보았고, 그 기준에 미치지 못했을 때 자신의 수행에 대해 과도하게 비판적으로 평가하는 성향이라고 정의하였다. Frost(1990)는 완벽주의의 개인적 특성 측면을 강조하며, 실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화 총 6개의 하위차원으로 개념화하였다. 첫 번째 차원인 실수에 대한 염려(concern over mistake)는 실수와 실패를 동등하게 해석하는 경향이고, 실수를 하게 된다면 타인으로부터 존경과 관심을 잃고 거부 및 무시를 당할 것이라고 지각하는 것이다. 두 번째 차원인 개인적인 기준(personal standard)은 스스로에게 매우 높은 기준을 세우는 경향을 말하는데, 일반적으로 완벽주의자가 가지는 기준은 달성하기 어려울 만큼 높기 때문에 이로 인하여 불안, 우울과 같은 심리적인 문제를 겪기도 한다. 하지만 한편으로는 이러한 개인적인 기준이 자기효능감, 긍정적 성취추구, 긍정적인 정서와 관련이 있다고 보고되며, 완벽주의가 긍정적인 자기개념을 포함한다고 주장하기도 한다(Frost et al., 1990; Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubauer, 1993). 세 번째

차원인 부모의 기대(parental expectation)는 부모가 자신에게 높은 기대를 하고 있다는 것을 스스로 지각하는 것을 말하며, 네 번째 차원인 부모의 비판(parental criticism)은 부모가 자신에게 하고 있는 기대의 정도에 부응하는 것이 어려우며, 일을 잘 수행해 내지 못하였을 때 부모로부터 비난을 받아 왔다고 지각하는 것이다. 이러한 차원들은 부모의 평가적인 태도와 관련이 있으며 완벽주의의 원인론적 측면을 보여주는 차원이다. 다섯 번째 차원인 수행에 대한 의심(Doubt of action)은 자신의 능력에 대한 확신이 없기 때문에 일을 수행할 능력이 자신에게 있는지를 끊임없이 의심하는 경향성을 말하며, 이는 행동과 믿음에 대한 불확실감과 관련된다. 마지막 차원인 조직화(organization)는 정리, 정돈하는 것을 좋아하고 중요시하는 경향을 나타낸다.

한편 Frost와는 다른 차원에서 완벽주의를 연구한 Hewitt과 Flett(1991)은 개인 내적인 측면 뿐 아니라 개인 간 존재하는 사회적이고 관계적인 측면에서 완벽주의를 이해하는 것이 필요하다고 제안하였다. 이는 완벽주의자가 어떤 행동 유형을 보이는지의 차이가 아니라, 완벽주의 행동의 방향이 어떤 대상인지의 차이에 따라 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의 총 3가지 하위차원으로 구분된다. 첫 번째 차원인 자기지향적 완벽주의(self-oriented perfectionism)는 완벽주의의 행동 방향이 자신에게 향해있는 것을 말한다. 이들은 스스로에게 높은 기준을 부여하고 자신을 엄격하게 평가하고 비판하는 행동을 하며, 자신의 결점이나 실패를 받아들이지 못하며 완벽해지고자 한다. 이러한 기준이 높으면 자신의 실제 모습과 불일치할 가능성이 크기 때문에 우울, 낮은 자존감, 불안을 유발하기도 한다(Flett, Hewitt, Blankstein, O'Brien, 1991; Hewitt & Flett, 1993). 그러나 만약 개인이 내적으로 가지고 있는 자원이 충분하다면 때때로 자기지향적 완벽주의는 적응적인 측면을 나타내기도 한다(Flett et al., 1991). 두 번째 차원인 타인지향적 완벽주의(other-oriented perfectionism)는 완벽주의의 행동 방향이 자신에게 의

미 있는 타인에게 향해있는 것을 말한다. 이 차원은 행동의 방향이 내부가 아닌 외부로 향해있다는 점에서 다른 차원들과 구분된다. 이들은 타인에게 비현실적인 기준을 부과하고 기대하며, 다른 사람의 수행을 엄격히 평가한다. 만약 타인이 그 기준을 충족시키지 못한다면 그를 비난하거나 적대감, 냉소적인 태도, 불신을 보이기도 하며, 이러한 것으로 인하여 대인관계의 갈등으로 이어질 가능성도 있다. 마지막으로 사회적으로 부과된 완벽주의(social-prescribed perfectionism)는 중요한 타인이 자신에게 비현실적인 기준과 기대를 부여하여 자신을 엄격하게 평가하고 자신에게 완벽하도록 압력을 넣는다는 신념과 지각을 말한다. 이들은 스스로 이러한 비현실적인 기준을 충족시켜야만 타인의 인정을 얻을 수 있다고 생각하기 때문에 타인의 기준을 충족시키지 못하는 것을 두려워하며 타인의 인정을 받고자 한다. 의미 있는 타인이 부과한 비현실적인 기준은 자신에게 과도하고 통제할 수 없다고 지각되기 때문에 이로 인하여 분노, 무력감, 우울과 같은 부적절한 정서 문제를 유발할 수 있다. 이처럼 다차원적인 측면에서 완벽주의를 이해하려는 시도들은 좀 더 다양한 관점을 가지고 완벽주의를 바라볼 수 있도록 해주었으며, 다차원적 완벽주의 척도를 통하여 완벽주의의 부적응적인 측면 뿐 아니라 적응적인 측면에도 관심을 가지고 연구할 수 있게 되었다.

2) 적응적 · 부적응적 완벽주의

완벽주의의 적응적 측면과 부적응적 측면에 대한 연구는 크게 두 가지로, 차원적 접근(dimensinal approach)의 연구와 집단적 접근(group-based approach)의 연구로 이루어졌다(Stober & Otto, 2006). 차원적 접근(dimensinal approach)은 기존의 다차원 완벽주의 하위척도들을 요인분석하여 적응적인 차원과 부적응적인 차원 두 가지로 분류하여 살펴보는 것이다. 연구자들은 각기

다른 방식으로 차원을 분류하였는데, Frost, Heimberg, Holt, Mattia와 Neubauer(1993)는 Frost(1990)와 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 각기 다른 2개의 다차원적 완벽주의 척도 FMPS와 HMPS를 가지고 요인 분석을 하여 ‘부적응적 평가염려’, ‘긍정적인 성취욕구’와 같은 두 가지 유형을 도출해 내었다. ‘부적응적 평가염려(maladaptive evaluation concern)’는 FMPS의 실수에 대한 염려, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심 요인과 HMPS의 사회적으로 부과된 완벽주의 요인으로 구성되어 있다. 이러한 부적응적 평가염려 요인은 우울이나 부정적인 정서와 유의한 정적 상관을 나타냈다. ‘긍정적인 성취욕구(positive striving need)’는 FMPS의 개인적 기준, 조직화 요인과 HMPS의 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의 요인으로 구성되어 있다. 긍정적인 성취욕구 요인은 우울, 부정적인 정서와는 유의한 상관이 나타나지 않고, 긍정적인 정서와 유의한 정적 상관을 보였다.

Dunkley와 Blankstein(2000)은 두 개의 다차원적 완벽주의 척도들의 요인 분석을 통해 ‘평가염려 완벽주의’와 ‘개인기준 완벽주의(personal standards perfectionism)’의 두 가지 유형을 제안하였다. 먼저 부적응적이고 부정적인 측면인 ‘평가염려 완벽주의(evaluative concerns perfectionism)’는 FMPS의 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심 요인과 HMPS의 사회적으로 부과된 완벽주의 요인으로 구성되어 있다. 이 유형에 해당하는 사람들은 지속적으로 자신을 엄격하게 감시하고, 자신의 행동에 대해 과도하게 비판적으로 평가를 한다. 또 성공적으로 해낸 수행에 대해서도 불만족스러워하며, 습관적으로 타인의 비판이나 기대를 염려한다. 이들은 불안, 우울, 스트레스, 걱정과 같은 다양한 심리적 부적응 문제와 일관되게 정적 상관을 보였다(Wei, Mallinckrodt, Larson, & Zakalic, 2005). 다음으로 적응적이고 긍정적인 측면을 가지고 있는 ‘개인기준 완벽주의(personal standards perfectionism)’는 FMPS의 개인기준 요인과 HMPS의 자기지향적 완벽주의 요인으로 구성되어 있으며, 자신에게 높

은 기준이나 목표를 설정하는 것을 말한다. 이들은 성취지향적이며 자신에 대해 엄격하게 평가를 내리지만, 타인의 인정이나 부정적인 평가에 대한 두려움이 크지 않기 때문에 적응적인 생각과 행동이 가능하다. 정리하면, 개인기준 완벽주의는 스스로에게 높은 기준과 목표를 세우며 완벽해지고자 하고, 평가 염려 완벽주의는 스스로의 행동에 대해 지나치게 비판하고 타인의 비판을 만성적으로 염려하며 완벽해지고자 하는 것을 말한다.

이 외에도 Rice, Ashby와 Slaney(1998), Chang, Watkins와 Bank(2004)는 완벽주의를 ‘적응적 완벽주의’와 ‘부적응적 완벽주의’로 나누었고, Stumpf와 Parker(2000)는 ‘건강한 완벽주의’와 ‘건강하지 못한 완벽주의’로, Stober와 Otto(2006)는 ‘완벽주의 추구’와 ‘완벽주의적 염려’로 구분하여 제시하였다.

이처럼 완벽주의를 적응, 부적응이라는 두 가지 차원으로 나누어 이해하려는 연구는 완벽주의를 부정적 관점에서만이 아니라 적응적 관점에서 바라볼 수 있게 해주었으나, 연구자별로 각 차원에 속하는 하위차원을 상이하게 분류하였기 때문에 개념적으로 명확하게 구분하는 것이 어렵고, 적응적/부적응적 개념이 중첩되어서 혼재된 결과를 보인다는 비판이 제기되었다(Stober & Otto, 2006). 또한 이러한 연구들은 요인분석 방법을 사용하여 유사한 하위척도들을 묶어서 제시한 것으로, 실제 완벽주의를 겪고 있는 사람들을 대상으로 이들이 어떠한 유형으로 구분되는지는 알 수 없다. 실제로 완벽주의 성향을 보이는 사람들이라 하더라도 이들이 모두 동질적이지는 않으며, 단순히 적응, 부적응 두 차원으로 나뉘는 것이 아니라 다양한 특성을 보이는 이질적인 집단으로 구분될 수 있을 것이다. 따라서 척도에 대한 요인분석 방법과 달리 군집분석을 실시하면 연구대상자들이 자연발생적으로 어떠한 이질적인 하위유형으로 구분되는지를 살펴보는 것이 가능할 것으로 보았다.

3) 완벽주의 군집

유형구분 접근이라고도 불리는 집단적인 접근(group-based approach)방식은 주로 군집분석을 통해 연구 참가자들의 하위유형을 나눈다. 군집분석이란 유사한 특성을 가지는 사람끼리 묶어 군집으로 분류하는 분석방법으로, 실제로 관측한 데이터를 가지고 개별적인 하위군집을 나누어 각 집단을 구별하여 완벽주의의 집단 간 특성과 양상을 이해하는데 도움을 줄 수 있다. 집단적인 접근은 차원적인 접근이 가지고 있던 개념이 중첩되어 발생하는 혼란을 줄이고 완벽주의의 각 집단에 대한 세분화된 이해를 도울 수 있다. 또한 이를 통하여 각 집단의 유형에 맞춰 차별적으로 개입하고, 실질적이고 효과적인 상담목표와 전략을 세우는데 도움을 줄 수 있다(박현주, 정대용, 2010).

이러한 연구의 흐름은 국내연구에서도 볼 수 있다. 완벽주의의 적응적 측면에 관심을 가지며 이루어진 연구 초기에는 완벽주의 하위요인들에 대한 요인 분석을 통해 적응적/부적응적 완벽주의를 구분하려는 시도가 이루어져 왔다. 그러나 보다 최근에는 완벽주의라 하더라도 모두 동일한 양상을 보이지 않는다는 가정 하에 군집분석을 통하여 완벽주의의 하위 유형을 파악하고자 하는 집단적 접근의 연구들이 진행되고 있다. 박현주와 정대용(2010)은 대학생을 대상으로 군집분석을 실시하였는데, 이들은 Frost(1990)의 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)를 사용하여 ‘적응적 완벽주의’, ‘부적응적 완벽주의’, ‘비완벽주의’ 3개의 군집을 도출하였다. 그리고 이러한 집단들 간에 지연행동과 문제해결 평가, 대인관계 문제에서 어떠한 차이를 나타내는지 살펴본 결과, 적응적 완벽주의와 비완벽주의 군집보다 부적응적 완벽주의 군집에서 문제해결 능력을 낮게 평가하고 대인관계 문제가 높게 나타났다. 이는 부적응적 완벽주의자들이 자신을 비효율적인 문제해결자로 지각하고 있으며, 대인관계에서 더 많은 어려움을 보이는 것을 나타낸다. 그러나 지연행동에서는 세 집단 간에

유의미한 차이가 나타나지 않았다. 이 연구는 군집분석을 적용하여 완벽주의자들이 어떠한 이질적인 하위유형으로 구분되는지 살펴보고자 한 점에 있어서는 의의가 있으나, 한 가지의 완벽주의 척도를 사용하여 완벽주의의 다양한 요소를 고려하지 못하였다는 점, 도출된 군집이 결과적으로 부적응적/적응적 완벽주의로 제시됨으로써 기존의 요인 분석을 통해 제시되었던 연구결과들과 큰 차이가 없는 한계점을 지닌 것으로 보인다.

김현희와 김창대(2011)는 대학생을 대상으로 FMPS를 사용하여 완벽주의를 3개의 집단 ‘평가염려 완벽주의’, ‘개인기준 완벽주의’, ‘비완벽주의’으로 구분하였고, 이 집단들 간의 우울, 불안, 생활만족감, 자존감에 어떠한 차이가 있는지를 살펴보았다. 그 결과 개인기준 완벽주의 군집은 심리적인 적응을 의미하는 생활만족감과 자존감이 가장 높은 결과를 나타냈다. 이것은 개인기준 완벽주의가 적응적인 심리적 특성과 관련이 높다는 것을 나타낸다. 한편 평가염려 완벽주의 군집은 심리적인 부적응을 의미하는 불안과 우울에서 가장 높은 결과를 나타냈다. 이것은 평가염려 완벽주의가 부적응적인 심리적 특성과 관련이 높다는 것을 나타낸다. 이 연구 역시 군집분석을 적용하여 완벽주의자들이 어떠한 이질적인 하위유형으로 구분되는지 살펴보고자 한 점에서 의의가 있지만, 완벽주의의 개인적 특성만을 군집측정치로 사용함으로써 완벽주의의 다양한 요소를 고려하지 못하였다는 한계점을 지닌 것으로 보인다.

정상목과 이동귀(2013)는 대학생을 대상으로, 한국판 완벽성향 척도 개정판 (Almost Perfectionism Scale-Revised: APS-R, Slaney, Rice, Mobley, Trippi, & Ashby, 2001)을 사용하여 높은 기준과 불일치 점수를 기준으로 하여 ‘비완벽주의 집단’, ‘부적응적 완벽주의 집단’, ‘적응적 완벽주의 집단’으로 구분하였고, 이 집단들 간의 지연행동, 행복, 우울에서 어떠한 차이가 나타나는지 알아보았다. 그 결과 다른 두 집단에 비해 적응적 완벽주의 집단은 수동 지연행동, 우울에서 낮은 점수를 보였고, 부적응적 완벽주의 집단에 비해 행복하다

는 결과가 나타났다. 또한 이들은 부적응적 완벽주의 집단에 비하여 능동 지연행동의 하위유형인 압력선호, 마감능력에서 높은 수준을 보였다. 이에 비해 부적응적 완벽주의 집단은 높은 수동 지연행동 점수를 나타냈고, 다른 두 집단에 비해서 높은 수준의 우울을 보여주었다. 이 연구 역시 군집분석을 적용하여 완벽주의자들이 어떠한 이질적인 하위유형으로 구분되는지 살펴보고자 한 점에는 의의가 있으나, 완벽성향의 두 하위요인인 ‘높은 기준’, ‘불일치’만을 군집측정치로 사용하여 완벽주의의 다양한 요소를 고려하지 못하였고, 도출된 군집이 부적응적/적응적 완벽주의로 단순히 이분법적으로 제시되었고, 표본의 수가 적어 연구의 결과를 전체 대학생 집단에 적용하기 어려운 한계점을 지닌 것으로 보인다.

이아람과 이정윤(2015)는 대학생을 대상으로 FMPS, HMPS 두 가지의 척도의 8개 하위요인을 사용하여 총 5개의 하위군집 ‘자기 만족형 완벽주의’, ‘부모주도형 완벽주의’, ‘전형적/철저한 완벽주의’, ‘비완벽주의’, ‘타인지향 완벽주의’를 도출해냈다. 그리고 이 군집들 간의 열등감과 부정적인 평가에 대한 두려움에서 어떠한 차이가 나타나는지 알아보았다. 그 결과, 열등감의 수준은 부모의 영향을 받아 만들어진 부모주도형 완벽주의 군집에서 가장 높게 나타났고, 그 다음으로 전형적/철저한 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 비완벽주의, 자기 만족형 완벽주의 순으로 높게 나타났다. 부정적 평가에 대한 두려움은 전형적/철저한 완벽주의, 부모 주도형 완벽주의 군집에서 매우 높은 수준을 나타냈고, 그 다음으로 타인지향 완벽주의, 자기 만족형 완벽주의, 비완벽주의 군집 순으로 높게 나타났다. 이 연구는 FMPS, HMP 두 가지 완벽주의 척도의 다양한 하위요인을 사용하여 연구 참가자들 사이에 실질적으로 존재하고 있는 다양한 완벽주의 하위군집들을 도출해 내는데 의의가 있는 것으로 보인다. 그러나 HMPS 척도에서 상관관계가 높은 문항을 선별하여 척도의 일부를 축약해서 사용한 제한점이 있다.

심은정과 신선임(2018)도 대학생을 대상으로 HMPS를 사용하여 ‘강박적 완벽주의’, ‘자기충족 완벽주의’, ‘비완벽성향’, ‘일반수준 완벽성향’ 총 4개의 군집으로 구분하였다. 그리고 이 군집들 간에 부정정서인 불안, 우울과 자기패배적 행동인 폭식, 학업적 착수-지연 간의 차이가 어떻게 나타나는지 살펴보았다. 그 결과, 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의 점수가 모두 평균보다 높은 강박적 완벽주의 군집에서 불안이 가장 높은 수준으로 나타났고, 우울은 강박적 완벽주의와 일반수준 완벽성향 군집에서 비완벽성향 군집보다 유의미하게 높은 수준으로 나타났다. 이러한 결과는 타인으로부터 받는 기대의 정도가 높을수록 불안하고 우울하다는 것을 의미한다. 폭식의 경우에는 강박적 완벽주의와 일반수준 완벽성향 군집에서 비완벽성향 군집보다 유의미하게 높은 수준으로 나타났다. 학업적 지연은 착수지연, 완료지연으로 나누어서 살펴보았는데, 착수지연은 일반수준 완벽성향, 비완벽성향, 자기충족 완벽주의 군집 순으로 높게 나타났고, 일반수준 완벽성향 군집이 강박적 완벽주의 군집에 비해 유의미하게 높게 나타났다. 완수지연은 일반수준 완벽성향 군집에서 가장 높은 수준을 보였다. 이 연구는 군집분석을 적용하여 완벽주의자들이 4개의 이질적인 하위유형으로 구분하여 살펴본 점에는 의의가 있으나, 완벽주의의 대인관계적 특성만을 군집측정치로 사용하여 군집을 나누어 다양한 요소를 고려하지 못하였다는 한계를 지닌다.

기존 선행연구들의 제한점을 정리하면 첫째, 대부분의 선행연구들은 개인적 측면이나 관계적 측면만을 반영한 하나의 척도만을 사용하여 군집을 도출하였고(박현주, 정대용, 2010; 김현희, 김창대, 2011; 심은정, 신선임, 2018), 따라서 완벽주의의 포괄적이고 다양한 측면을 충분히 고려하지 못하였다. 둘째, 선행연구들의 대부분이 완벽주의의 군집을 지나치게 이분법적으로 적응적, 부적응적으로 단순히 구분하였다(김현희, 김창대, 2011; 박현주, 정대용, 2010; 정상목, 이동귀, 2013). 완벽주의가 다양한 하위요인으로 이루어져 있다는 것을 감

안할 때, 이와 같은 이분법적 구분은 완벽주의의 성향을 보이는 사람들의 특성을 상세하게 드러내지 못하고 있음을 보여준다.

이에 본 연구에서는 이러한 선행연구들의 제한점을 보완하여 완벽주의의 다양한 특성들을 이해하기 위하여 Frost(1990)가 개발한 개인적 특성을 측정하는 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)와 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 사회적/관계적 특성을 측정하는 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)를 모두 군집측정치로 사용하여, 완벽주의의 개인적이고 관계적인 특성들의 조합이 실제로 어떠한 이질적인 하위유형으로 나타나는지 살펴보고자 하였다. 또한 두 가지 다차원적 완벽주의 척도를 모두 사용하였으나 HMPS의 문항의 일부를 축약해서 사용한 이아람, 이정운(2015) 연구의 제안점을 바탕으로, 본 연구에서는 HMPS의 문항을 축약하지 않은 모든 문항을 사용하고, FMPS의 하위요인인 조직화 또한 적절한 타당도를 갖춘 것으로 보아 완벽주의 군집측정치에 포함시켜 연구하고자 하였다(Rice & Mirzadeh, 2000). 즉, FMPS의 6요인, ‘실수에 대한 염려’, ‘개인적 기준’, ‘부모의 기대’, ‘부모의 비난’, ‘수행에 대한 의심’, ‘조직화’ 그리고 HMPS에서 ‘자기지향 완벽주의’, ‘타인지향 완벽주의’, ‘사회적으로 부과된 완벽주의’의 3요인을 모두 군집측정치로 사용하여 실제 연구대상자들 사이에 존재하고 있는 다양한 완벽주의의 하위유형을 좀 더 세밀하게 파악하고자 하였다.

2. 자기결정성

1) 자기결정성의 정의와 개념

일반적으로 동기는 내재적 동기(intrinsic motivation)와 외재적 동기(extrinsic

motivation) 두 가지 유형으로 구분한다. 개인이 행동을 하고자 하는 힘이 개인 내부에서 발생하는 것을 내재적 동기라 하는데, 이는 과제를 수행하는 데서 오는 즐거움으로 인하여 행동을 하는 것을 예로 들 수 있다. 이에 비해 개인이 행동을 하고자 하는 힘이 외부의 자극에 있는 것을 외재적 동기라고 하는데, 이는 과제 자체의 즐거움이 아닌 과제 수행 후에 주어지는 보상으로 인하여 행동을 하는 것을 의미한다(김아영, 오순애, 2001; 진주은, 2015; Ryan, 1991). 이 두 가지 동기의 관계에 대한 의견으로는 내재적인 동기가 있는 상태에서 외재적인 동기가 가해진다면 동기가 증가하는 긍정적인 효과를 보인다는 상호 보완적인 견해(Harackiewicz, 1979; Kruglanski, Riter, Amitai, Margolin, Shabtai, & Zaksh, 1975)와 내적인 흥미가 있는 상태에서 외부에서 외적인 보상이 주어진다면 내적인 흥미가 줄어든다는 상호 대립적인 견해(Deci, 1971; Lepper, Greene, & Nisbett, 1973)가 서로 존재한다. 그러나 이러한 견해들은 내적인 흥미 또는 외적인 보상이 없는 상황에서도 과제를 수행하는 인간의 행동에 대하여 설명할 수 없다는 한계를 지니고 있다(진주은, 김은하, 2016).

Deci와 Ryan(1985)은 외재적, 내재적 동기와 같이 이분법적인 유형으로 동기를 구분하는 기존의 개념이 아니라, 동기를 하나의 연속 선상에 존재하는 속성으로 제안하였고, 외재적 동기에서 내재적 동기로 갈수록 자기결정적이라고 보았다. 이는 자기결정적일수록 내재적인 동기가 더욱 유발되고 자신의 행동을 스스로 통제하고 조절할 수 있다고 보는 것이다(Deci & Ryan, 2000). Deci와 Ryan은 개인의 행동의 동기에 대하여 내적인 근거들의 중요성을 강조한 자기결정성이론(Self-Determination Theory: SDT)을 제안하였다. 자기결정성이론에서는 자기결정성에 영향을 미치는 세 가지 기본 심리 욕구로 자율성, 유능성, 관계성을 이야기하며, 이 욕구가 충족된다면 내재적 동기를 촉진시킬 수 있다고 주장하였다(Deci & Ryan, 1985; Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000). 이러한 기본 심리 욕구는 배우거나 획득하는 것이 아니라 필수적으로

필요한 조건이며, 이러한 기본 심리 욕구들을 충족하는 것으로 사회성을 건설적으로 발달시킬 수 있고, 개인 내적인 주관적 안녕감과 같은 성장하고 통합하는 자연적 성향을 촉진 시킬 수 있다고 주장하였다(Deci & Ryan, 2002).

자기결정성에 영향을 미치는 기본 심리 욕구에 대해 살펴보면, 첫째, 자율성(autonomy)은 세 가지 욕구 중에 가장 핵심적인 요소로서, 행동의 원인이 자기에게 있다고 지각하고 자신의 관심과 통합된 가치에 따라 행동하며 자신이 행동의 주체이고 조절자라고 생각할 때 그 수준이 증가한다. 이러한 자율성이 제대로 보장되어야만 유능성이 발휘될 수 있다고 보았다(Ryan, 1982; Ryan, 1995). 자기결정성 이론에서는 타인으로부터 강요받거나 요구받은 행동이나 가치도 자율적으로 행해질 수 있다고 주장한다. 타인의 의견이나 지시에 따르는 것이 무조건 자율성이 없는 것이라고 보지 않으며(Ryan & Lynch, 1989; Ryan, 1993), 외재적인 동기도 개인이 지각하는 정도에 따라 상대적일 수 있으므로 동기의 유형이 다양할 수 있다고 제안하였다. 따라서 자율성의 정도에 따라 자율성이 전혀 없는 무동기에서부터 외적 조절, 내사된 조절, 확인된 조절, 통합된 조절, 내재적 조절로 구분이 가능하다(Deci & Ryan, 2000).

둘째, 유능성(competence)은 개인이 사회 환경과 상호작용을 하는 과정에서 자신의 기술, 능력, 재능을 사용하는 경험을 하면서 충족이 된다. 이러한 유능성에 대한 욕구는 개인이 활동하는데 최적의 조건을 찾고, 활동들을 통해서 기술과 능력을 유지, 발전시키고자 하는 것에 도움을 준다(Ryan & Deci, 2000). 유능성은 기술이나 능력을 획득하여 얻는 것이라기보다는 행동을 통하여 자신감과 효율성을 느끼는 것을 말한다. 이러한 유능성을 지지하는 것은 동기를 내재화하는 것에 도움을 주고, 외적으로 동기화된 행동의 자기 조절을 도와준다. 즉, 유능성을 느끼지 못한다면 목표행동 수행을 하는데 있어서 자신의 행동을 조절하는 것에 어려움을 갖게 된다(Deci & Ryan, 2002).

마지막 욕구는 관계성(relatedness)으로, 관계성은 타인으로부터 관심을 받거

나 타인에게 관심을 주고 있다는 느낌을 말하며, 또한 다른 사람들과 사회에 연결되어 있다고 느끼는 것을 말한다(Ryan, 1995). 관계성은 연구 초기 애착이론으로 설명된다. 안정 애착된 유아는 내재적 동기 수준이 높는데, 주 양육자가 유아의 자율성을 얼마나 지지하는지가 유아의 탐색 활동을 하는 정도와 상관이 있고, 유아가 관계성 욕구에서 만족을 경험하는 경우에 내적인 동기로 인한 탐색 활동이 증가하는 것으로 나타났다(Frodi, Bridges, & Grolnick, 1985). 반면 아동이 자신을 무시하는 어른과 있는 경우, 아동이 활동을 보인다고 할지라도 아동의 내재적 동기의 수준은 낮게 나타났다(Anderson, Manoogian, & Reznick, 1976). 하지만 관계성에 비해 자율성과 유능감은 내재적인 동기와 더 밀접하게 연관이 있으며 관계성은 내재적인 동기를 증진시키는데 있어서 주변적인 역할을 한다고 보고된다. 그러나 혼자 수행하는 과제가 아닌 다른 사람들과의 관계를 통하여 수행하는 과제 경우에는 관계성의 만족이 내재적인 동기를 유지하는데 중요한 역할을 한다(Deci & Ryan, 2002). 이러한 세 가지의 기본 심리 욕구가 만족된다면 내재적인 동기가 유발되고, 탐색 행동을 비롯하여 창의적인 행동, 긍정적인 정서적 반응, 삶의 만족, 유연한 인지 처리, 자존감, 수행, 끈기, 노력 등이 촉진된다(김은영, 2007).

2) 완벽주의와 자기결정성

Burns(1980)는 스스로에게 높은 기준을 부여하는 사람은 그 목표에 도달하기 위하여 적극적으로 노력하지만, 타인에 의하여 높은 기준을 부여하는 사람은 자율성, 내적인 동기와 같은 자기결정성이 부족하다고 언급하였다. 즉 스스로 높은 기준을 가질 경우에는 내재적인 동기가 올라가나, 타인으로부터 부과된 기준을 지날 경우에는 외재적인 동기가 올라가고 내재적인 동기는 부족해진다는 것을 의미한다. 또한 Campbell과 Di Paula(2002)는 다차원적 완벽주의

의 하위요인에 따라 내적 동기를 유발하는 자기결정성에 차이를 보인다고 하였다.

자기결정성 연구는 주로 자기결정성이 미치는 효과(김은주, 2007; 김주환, 김은주, 홍세희, 2006; 배병훈, 신희천, 2009; 조한익, 권혜연, 2010; 조현철, 2011)나 매개효과와 관련한 연구들(김옥란, 김완일, 장동원, 2013; 이지혜, 이재신, 2009; 조한익, 이나영, 2010)로 이루어졌다. 자기결정성에 영향을 미치는 변인에 관한 연구들은 자기효능감(전성희, 신미, 유미숙, 2011), 사회적인 지원(김민성, 신태수, 2010; 김희정, 박관성, 2019; 전성희, 신미, 유미숙, 2011), 부모의 양육태도, 부모의 통제 및 내외향적 성격특성(장경문, 2007, 조한익, 황정은, 2012) 등과 관련하여 이루어졌으나, 아직까지 완벽주의와 자기결정성의 관계를 본 연구는 다소 미흡한 실정이다.

국내에서 이루어진 선행연구들을 살펴보면 유경이(2014)는 FMPS의 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심, HMPS의 사회적으로 부과된 완벽주의 요인으로 구성된 평가염려 완벽주의 성향이 높으면 자기결정성이 낮다고 보고하였다. 즉, 부적응적 완벽주의자들은 다른 사람의 평가나 비판에 대해 두려움을 느끼고, 과제 자체에 목표를 두는 것이 아닌 주변의 기대에 부응하기 위해서 동기화되므로, 과제에 대한 내적인 동기가 낮아진다고 볼 수 있다. 또한 진주은, 김은하(2016)는 사회적으로 부과된 완벽주의가 높을수록 자기결정성 수준이 낮아지는 경향이 있다고 하였다. 이명희와 김아영(2008)은 사회적으로 부과된 완벽주의의 집단에서 자기결정성이 낮게 나오는 이유를 타인에 의해 외재적으로 동기화된 행동은 그 자체로 흥미롭지 못하기 때문에 쉽게 행동화되지 않기 때문이라고 주장한다. 한편 임연옥과 하정희(2010)는 자기지향 완벽주의 성향이 클수록 자기결정성의 수준이 커진다고 보고하였다.

이러한 선행연구들은 완벽주의의 하위요인과 자기결정성의 관계에 대한 시사점을 제공한 점에 있어서 의의가 있으나, 실제로 완벽주의 성향을 보이는

여러 이질적인 하위 군집들 간에 자기결정성이 어떠한 차이를 보이는지에 대한 정보는 제공하고 있지 않다. 이에 본 연구는 실제 연구대상자들에게서 다양한 차원의 완벽주의가 어떠한 군집으로 나타나고 있는지 살펴보고, 각 군집들 간에 자기결정성 수준에서 어떠한 차이를 지니고 있는지 살펴보고자 하였다.

3. 지연행동

1) 지연행동의 정의와 개념

지연행동에 대해서는 학자들마다 다양한 개념으로 정의하고 있다. Solomon과 Rothblum(1984)은 주관적인 불편감이 느껴지는 수준까지 과제를 불필요하게 미루는 행위라고 정의내렸고, Lay(1986)는 어떠한 목표를 위한 과제를 완성하는 것을 불필요하게 미루는 경향으로 정의하였다. Tuckman(1991)은 지연행동을 스스로 책임지고 수행해야 하는 활동을 회피하거나 연기하는 성향으로 정의하였으며, Steel(2007)은 더 좋지 않은 결과를 초래한다는 것을 알면서도 해야 하는 일을 미루는 행동이라고 정의하였다. 위의 내용들을 종합해 보면, 지연행동이란 심리적으로 불편감을 느끼거나 이후 부정적인 결과가 발생할 수 있다는 것을 알면서도 자신이 수행해야 하는 것을 당장 수행하지 않고 연기하거나 미루는 행동이라고 할 수 있다.

이러한 지연행동은 높은 수준의 우울, 불안, 스트레스와 낮은 수준의 자존감을 가지는 것과 같은 심리적인 어려움과 밀접한 관련이 있고, 학업, 대인관계 그리고 건강 등에도 부정적인 영향을 미친다고 보고되고 있다(이지연, 조혜숙, 2011; 추상엽, 임성문, 2008; Ferrari & Tice, 2000; Howell, Watson, Powell, &

Buro, 2006; Schraw, Wadkins, & Olafson, 2007). 이렇듯 지연행동에 관한 대부분의 연구들은 지연행동의 부적응적인 측면에 초점을 맞추어 진행되었다.

2) 지연행동의 유형

지연행동에 대한 다양한 연구들이 이루어지면서 지연행동이 가지고 있는 다양한 기제와 하위 요인들에 주목하기 시작하였고, 이를 바탕으로 지연행동을 유형화하려는 연구들이 진행되었다(김희정, 2010).

먼저 Aitken(1982)은 지연행동을 안정적이며 쉽게 변하지 않는 특징을 지니는 성격특성으로 보아 특성 지연행동(trait procrastination)으로 분류하려는 시도를 하였고, 이와 연속선상에서 지속적이고 만성적인 특성을 지니고 광범위한 영역에서 발생하는 지연행동을 만성적 지연행동(chronic procrastination)으로 명명하였다(김희정, 2010). Lay(1988)는 지연행동을 상황에 따라 구분하였는데, 학업적인 영역에서만 나타나는 학업적 지연행동(academic procrastination)과 일상생활 전반에서 나타나는 일반적 지연행동(general procrastination)으로 나누어 제시하였다. Ferrari(1992)는 지연행동의 동기적인 측면에 주목하여 각성형(arousal procrastination)과 회피형(avoidance procrastination) 지연행동으로 구분하였다. 먼저 각성형 지연행동이란 시간 압력이 주어질 때 과제 수행이 제일 잘 이루어진다는 신념을 가지고, 압박한 마감 시간에서 일종의 스틸과 즐거움을 추구하는 것이다. 반면 회피형 지연행동은 스스로에 대한 자신감이 나 믿음이 낮기 때문에, 스스로 과제를 완료할 능력을 가지지 못하였다고 느껴 주어진 과제를 회피하는 것을 말한다(Ferrari, Barnes, & Steel, 2009). Ferrari와 그의 동료들은 각성형, 회피형 지연행동을 가지고 지속적으로 연구를 진행하였다. 그러나 두 지연행동을 분류하는데 사용한 일반적 지연행동 척도(General Procrastination: GP, Lay, 1986)와 성인 지연행동 척도(Adult

Inventory of Procrastination: AIP, McCown & Johnson, 1989) 사이의 상관이 높게 나타남으로써 각 유형을 타당하게 분류하는 것에는 한계점을 드러냈다(임성문, 2006).

이처럼 지연행동의 유형에 관한 대부분의 연구들은 지연행동의 부적응적 측면에 초점을 두었다. 그러나 최근에 지연행동을 부적응적인 측면으로만 보는 것이 아닌 적응적인 측면에 초점을 맞춘 능동적 지연행동(active procrastination)이라는 개념이 등장하였다(Chu & Choi, 2005). Chu와 Choi(2005)는 지연행동을 능동 지연행동(active procrastination)과 수동 지연행동(Passive procrastination)으로 나누어 설명한다. 수동 지연행동은 전통적으로 지연행동이라 여겨졌던 부적응적인 지연행동을 의미한다. 수동 지연행동자는 마감이 다가오면 정서적인 압박감을 느끼고, 자신에 대해 의심한다. 이러한 모습은 실패할 가능성을 증가시키고 죄책감을 느끼거나 우울을 경험하게 한다. 이들은 결국 주어진 과제를 완수하지 못하거나 포기할 가능성이 크다. 반면 능동 지연행동은 지연행동의 적응적인 측면으로 의도적으로 지연행동을 선택하는 것을 말한다. 능동 지연행동자는 시간의 압박 속에서 일하는 것을 선호하고 마감시간이 다가올수록 도전 정신을 느끼고 수행의 동기가 높아지는 모습을 보인다. 또한 이들은 마감까지 주어진 과제를 성공적으로 수행할 능력이 있으며, 만족할 만한 성과를 낸다.

이러한 능동 지연행동은 4가지의 하위요인으로 구성되어 있다. 첫 번째는 결과만족이다. 결과만족은 지연행동을 보이지만 시간을 적절하게 사용하여 만족할 만한 결과를 얻을 수 있다고 믿는 것을 의미한다. 두 번째는 압력선호로서, 이는 시간의 압력을 받을수록 성취동기, 도전하고자 하는 의욕이 고취되는 것을 의미한다. 세 번째는 의도적 지연결정으로, 이는 상황에 적절하게 행동을 의도적으로 미루는 것을 의미한다. 마지막으로 마감 능력은 주어진 과제를 마감 시간 안에 완료해 낼 수 있는 능력을 의미한다(Choi & Moran, 2009).

능동 지연행동은 지연행동을 보인다는 점에서 수동 지연행동과 공통점이 있으나, 지연행동으로 인한 고통과 스트레스를 부정적으로 받아드리거나 마감시간이 다가올수록 불편해하지 않고, 오히려 정서적으로 안정되어 있으며 동기화되는 모습을 보인다는 점에서 차이가 있다. 능동 지연행동자들은 시간을 유용적이고 유연하게 활용하는 능력과 대처 방식을 가지고 있으며, 학업 성과에서도 보다 적응적인 양상을 나타냈다(Choi & Moran, 2009; Chu & Choi, 2005).

이에 본 연구에서는 지연행동의 부적응적인 속성뿐 아니라 적응적이고 긍정적인 속성을 살펴보고자 Chu와 Choi가 제시하는 능동/수동 지연행동 개념을 사용하여 살펴보고자 하였다.

3) 완벽주의와 지연행동

부적응적 지연행동의 주요한 잠재 원인으로 완벽주의가 제안되고 연구되어져 왔다(이미라, 오경자, 2009; Ellis & Knaus, 1977). 그러나 완벽주의와 지연행동 간의 연구가 많이 진행되었음에도 불구하고 그 결과는 일관되게 나타나고 있지 않다. 먼저 Hewitt과 Flett의 다차원적 완벽주의(HMPS)와 지연행동 간의 연구들을 살펴보면, 하위요인들과 지연행동의 관계가 일관적이지 않게 보고되었다. 또한 대다수의 연구가 수동적인 개념의 지연행동에서의 차이를 보는 것에 주로 집중되어 있다. 다차원적 완벽주의 하위차원과 지연행동 간의 관계에 대한 연구를 살펴보면, 사회적으로 부과된 완벽주의는 지연행동과 정적인 상관을 보였다(Flett et al., 1992). 또한 사회적으로 부과된 완벽주의가 학업지연행동에 정적인 영향을 미쳤고(이수민, 양난미, 2011; 진주은, 김은하, 2016), 사회적으로 부과된 완벽주의자들이 수동 지연행동 뿐 아니라 능동 지연행동도 더 많이 보이는 것으로 나타났다(하주희, 2016). 이와 같이 대체로 사

회적으로 부과된 완벽주의와 지연행동은 정적인 상관을 나타냈으나, 사회적으로 부과된 완벽주의와 지연행동이 유의미한 상관을 보이지 않은 연구도 보고된 바 있다(김현정, 2003).

자기지향적 완벽주의와 지연행동 간의 관계를 살펴보면, 자기지향적 완벽주의는 학업지연행동에 부적인 영향을 미친다는 결과가 보고되었고(이미라, 오경자, 2009; 이수민, 양난미, 2011), 자기지향적 완벽주의가 능동지연 행동에는 정적인 영향을 미치고 수동 지연행동에는 부적인 영향을 미친다는 결과(하주희, 2016)가 보고되었다. 그러나 이와 달리 자기지향적 완벽주의와 지연행동 간에 유의한 상관관계가 없는 것으로 보고된 연구도 있다(Saddler & Sacks, 1993).

마지막으로 타인지향적 완벽주의는 지연행동과 유의미한 상관이 없다는 결과가 지배적이다(박재우, 1998; 이미라, 오경자, 2009; Saddler & Buley, 1999). 따라서 이러한 연구들을 종합해 볼 때, 혼재된 연구결과들이 일부 보고되고 있지만, 대체로 사회적으로 부과된 완벽주의는 지연행동에 정적인 영향을 미치고, 자기지향적 완벽주의는 부적인 영향을 미치며, 타인지향적 완벽주의는 지연행동과 유의한 상관이 없는 것으로 보인다.

다음으로 Frost(1990)의 다차원적 완벽주의(FMPS)와 지연행동의 관계를 살펴보면, 다차원 완벽주의의 하위요인인 개인적 기준과 학업지연행동 간에는 부적인 상관관계가 있는 것으로 나타났고, 부모의 비난, 부모의 기대 하위요인과 학업지연행동은 정적 상관관계를 보이는 것으로 나타났다(Frost et al., 1990). 한편 Frost(1990)의 다차원적 완벽주의(FMPS)를 이용하여 군집으로 나누어 살펴본 연구에서는 부적응적, 적응적, 비완벽주의자 군집 간 지연행동에서 유의한 차이가 나타나지 않았다(박현주, 정대용, 2010).

그러므로 다양한 완벽주의 군집에 따라 지연행동이 달리 나타날 것이라는 가정 하에 본 연구에서는 FMPS와 HMPS의 9개의 하위요인을 군집측정치로 사

용하여 도출된 완벽주의 군집에 따라 수동 지연행동과 능동 지연행동의 양상이 어떻게 나타나는지를 살펴보았다.

IV. 연구방법

1. 연구대상 및 절차

본 연구의 자료 수집을 위해 전국 소재 대학교에 재학 중인 만 19세 이상 만 29세 미만 대학생 총 512명(남 167명, 여 345명)을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문은 온라인으로 대학생이 주로 사용하는 커뮤니티 어플리케이션, 커뮤니티 사이트 그리고 SNS를 통하여 온라인 배포하였다. 대학생을 대상으로 한 완벽주의 군집연구들을 살펴보면 연구참여자의 수는 최소 85명(정상목, 이동귀, 2013)에서 많게는 1036명(김현희, 김창대, 2011)까지 다양했으며, 평균적으로 약 450명의 연구참여자를 대상으로 진행되었다(박현주, 정대용, 2010; 이아람, 이정윤, 2015; 심은정, 신선임, 2018). 그러므로 본 연구에서는 선행연구를 참고하여 450명을 대상으로 선정하였다. 연구에 참여한 자들에게는 참여에 대한 답례로 2,000원 상당의 기프트콘을 제공하였다. 수거된 설문지는 총 512부였으며, 연구대상자에 해당하지 않거나 불성실하게 응답한 24명을 제외한 488명의 자료를 최종 분석하는데 사용하였다.

2. 측정도구

1) 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)

본 연구에서는 Frost, Marten, Lahart와 Rosenblate(1990)가 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Frost-Multidimensional Perfectionism Scale: FMPS)를 정승진(1999)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 35문항 6개의 하위차원으로

실수에 대한 염려(9문항), 개인적 기준(7문항), 부모의 기대(5문항), 부모의 비난(4문항), 수행에 대한 의심(4문항), 조직화(6문항)로 구성되어 있다. 각 문항은 전혀 그렇지 않다' (1점)에서 '매우 그렇다'(5점)의 5점 리커트 척도로 구성되어 있고, 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 실수에 대한 염려의 문항은 “나는 무슨 일에서든지 최고가 아니면 싫다”, 개인적 기준의 문항은 “나는 아주 높은 목표를 가지고 있다”, 부모의 기대의 문항은 “나의 부모님은 나에게 대해 매우 높은 기준을 가지고 계신다.”, 부모의 비난의 문항은 “나의 부모님은 나의 실수를 결코 이해하려 하지 않으신다.”, 수행에 대한 의심의 문항은 “무슨 일이든 내 마음에 들게 제대로 하려면 시간이 무척 오래 걸린다.”, 조직화의 문항은 “나는 깔끔하게 정돈하는 사람이다.” 등과 같이 이루어져 있다. Frost(1990)의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .90으로 나타났다. 박현주, 정대용(2010)의 연구에서 신뢰도계수(Cronbach's α)는 실수에 대한 염려 .85, 개인적 기준 .78, 부모의 기대 .80, 부모의 비난 .76, 수행에 대한 의심 .71, 조직화 .87 였으며, 본 연구에서 다차원적 완벽주의(FMPS)의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .92로 나타났다.

표 1 . 다차원적 완벽주의 척도(FMPS)의 문항 구성

구분	문항 수	문항번호	Cronbach's α
실수에 대한 염려	9	9.10.13.14.18.21.23.25.34	.87
개인적 기준	7	4.6.12.16.19.24.30	.79
부모의 기대	5	1.11.15.20.26	.83
부모의 비난	4	3.5.22.35	.80
수행에 대한 의심	4	17.28.32.33	.69
조직화	6	2.7.8.27.29.31	.84
전체	35		.92

2) 다차원적 완벽주의 척도(HMPS)

본 연구에서는 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한 다차원적 완벽주의 척도(Hewitt-Multidimensional Perfectionism Scale: HMPS)를 한기연(1993)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 45문항 3개의 하위차원으로, 자기지향 완벽주의(15문항), 타인지향 완벽주의(15문항), 사회적으로 부과된 완벽주의(15문항)으로 구성되어 있다. 각 문항은 전혀 그렇지 않다(1점)에서 '매우 그렇다'(7점)의 7점 리커트 척도로 구성되어 있고, 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 높음을 의미한다. 자기지향적 완벽주의의 문항은 “나는 가능한 한 완벽하려고 애쓴다”, 타인지향적 완벽주의의 문항은 “나와 가까운 사람들이 실수하는 것을 참을 수가 없다”, 사회적으로 부과된 완벽주의의 문항은 “주위 사람들은 내가 모든 일에서 성공하기를 기대한다” 등과 같이 이루어져 있다. 한기연(1993)의 연구에서 신뢰도계수(Cronbach's α)는 자기지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의 각각 .84, .73, .76로 나타났다. 본 연구에서 다차원적 완벽주의(HMPS)의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .91로 나타났다.

표 2 . 다차원적 완벽주의척도(HMPS)의 문항 구성

구분	문항 수	문항번호	Cronbach's α
자기지향적 완벽주의	15	1,6,8*,12*,14,15,17,20,23,28,32,34 *,36*,40,42	.89
타인지향적 완벽주의	15	2*,3*,4*,7,10*,16,19*,22,24*,26,27 ,29,38*,43*,45*	.77
사회적으로 부과된 완벽주의	15	5,9*,11,13,18,21*,25,30*,31,33,35, 37*,39,41,44*	.83
전체	45		.91

*역채점 문항

3) 기본심리욕구 척도

본 연구에서는 자기결정성을 측정하기 위하여 Deci와 Ryan(1992)이 제작한 기본심리욕구척도(Basic Psychological Need Scale: BPNS)를 이명희와 김아영(2008)이 한국어로 번안, 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 18문항 3개의 하위차원으로, 자율성(6문항), 유능성(6문항), 관계성(6문항)으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(6점)의 6점 리커트 척도로 구성되어 있으며, 역채점 문항 4문항을 포함하고 있다. 척도의 합산 점수가 높을수록 자기결정성이 높음을 의미한다. 자율성의 문항은 “나는 내가 내 인생을 어떻게 살아갈지 스스로 결정할 수 있다고 느낀다”, 유능성의 문항은 “나는 내 자신이 매우 효율적이라고 느낀다”, 관계성의 문항은 “내 주변 사람들과 나는 평소에 서로 도움을 주고 받는다” 등과 같이 이루어져 있다. 김아영과 이명희(2008)의 연구에서 신뢰도계수(Cronbach 's α)는 자율성, 유능성, 관계성 각각 .70, .75, .79로 나타났다. 본 연구에서 기본심리욕구의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .84로 나타났다.

표 3 . 기본심리욕구 척도의 문항 구성

구분	문항 수	문항번호	Cronbach' s α
자율성	6	1*,2*,3*,4,5,6	.52
유능성	6	7,8,9,10,11,12	.79
관계성	6	13,14*,15,16,17,18	.81
전체	18		.84

*역채점 문항

4) Tuckman 지연 척도

본 연구에서는 대학생들의 수동 지연성향을 측정하는 질문지로 Tuckman(1991)이 개발하고 이정아(2010)가 번안하고 타당화한 Tuckman 지연 행동 척도(Tuckman Procrastination scale: TPS)를 사용하였다. 이 척도는 총 16문항으로, 각 문항은 전혀 그렇지 않다' (1점)에서 '매우 그렇다'(5점)의 5점 리커트 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 수동 지연행동 성향이 높음을 의미한다. 이정아(2010)의 연구에서 신뢰도계수(Cronbach's α)는 .86으로 나타났다. 본 연구에서 Tuckman 지연행동의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .90로 나타났다.

5) 능동 지연 척도 (Active Procrastination Scale: APS)

본 연구에서는 Choi와 Moran(2009)이 개발하고 김희정(2010)이 번안한 능동적 지연행동 척도(Active Procrastination Scale: APS)를 사용하였다. 이 척도는 총 16문항 4개의 하위차원으로, 압력선호(4문항), 의도적 지연결정(4문항), 마감능력(4문항), 결과만족(4문항)으로 구성되어 있다. 각 문항은 전혀 그렇지 않다' (1점)에서 '매우 그렇다'(7점)의 7점 리커트 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 해당 요인의 성향이 강하며, 척도의 합산 점수가 높을수록 능동 지연행동 정도가 큰 것을 의미한다. 압력선호의 문항은 “마감시간이 가까워져 서둘러야 할 때 좌절하게 된다.”, 의도적 지연결정의 문항은 “나는 일에 대한 동기가 최대가 될 때까지 의도적으로 어떤 일들을 미룬다.”, 마감능력의 문항은 “어떤 일을 한번 시작하면 끝마치기가 어렵다.”, 결과만족의 문항은 “나는 급히 처리해야하는 일을 잘 할 수 없다.” 등과 같이 이루어져 있다. 김희정(2010)의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 압력선호, 의도적 지연결정, 마감능력, 결과만족 각각 .67, .81, .76, .74으로 나타났다. 본 연구에서 능동 지연행동의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .84로 나타났다.

표 4 . 능동 지연 척도의 문항 구성

구분	문항 수	문항번호	Cronbach' s α
압력선호	4	5*,6*,7*,8*	.82
의도적 지연결정	4	9,10,11,12	.80
마감능력	4	13*,14*,15*,16*	.78
결과만족	4	1*,2*,3*,4*	.71
전체	16		.80

*역채점 문항

3. 자료 분석

본 연구에서는 SPSS 25.0 프로그램을 사용하여 아래와 같은 분석을 실시하였다.

첫째, 연구 참가자들의 인구통계학적 변인 파악을 위해 빈도분석을 실시하였다. 또한 각 척도별 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 를 산출하였다.

둘째, 주요변인들의 평균과 표준편차를 산출하고, 각 변인들 간에 어떠한 관계가 있는지 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다.

셋째, 다차원적 완벽주의 하위요인에 따라서 몇 개의 하위집단이 존재하는지 알아보기 위해 Hair와 Black(2000)이 제안한 2단계 군집분석을 실시하였다. 먼저 Wards의 방법으로 계층적 군집분석을 실시하여 군집의 수를 정하고, K-평균 군집분석을 통해 최종 군집을 확정하였다.

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

다섯째, 군집분석을 통하여 나뉜 하위군집 간에 자기결정성, 수동 지연행동, 능동 지연행동에서의 차이를 검증하기 위하여 일원분산분석(one-way ANOVA)을 및 사후검증(Scheffe)을 실시하였다. 이때 독립변인은 도출된 각 군집이고, 종속변인은 자기결정성, 수동, 능동 지연행동이다.

V. 연구결과

1. 연구대상자의 인구통계학적 특성

본 연구 대상자들의 인구통계학적 특징은 아래의 표 5와 같다. 성별은 남자가 156명으로 32%, 여자가 332명으로 68%이었다. 나이는 19세에서 28세까지로 평균 나이는 21.96(SD=2.1)세이다. 지역으로는 서울 48.8%, 경기 36.5%, 충청 4.1%, 전라 3.1%, 경상 5.5%, 강원 1%, 기타 1%로 나타났다. 학교 유형으로는 남녀공학이 81.8%, 여자대학이 18.2%이고, 학년은 1학년이 20.1%, 2학년이 20.1%, 3학년이 26, 4학년이 33.4%, 기타가 0.4%로 나타났다.

표 5. 연구대상자의 인구통계학적 특성

(n=488)			
	구분	빈도수(명)	구성비율(%)
성별	남자	156	32.0
	여자	332	68.0
지역	서울	238	48.8
	경기	178	36.5
	충청	20	4.1
	전라	15	3.1
	경상	27	5.5
	강원	5	1
	기타	5	1
학교유형	남녀공학	399	81.8
	여자대학	89	18.2
학년	1학년	98	20.1
	2학년	98	20.1
	3학년	127	26
	4학년	163	33.4
	기타	2	0.4

2. 주요 변인들의 상관계수 및 평균과 표준편차

수집된 488명의 자료를 대상으로 본 연구의 주요 측정변인인 다차원적 완벽주의의 하위요인, 자기결정성, 수동, 능동 지연행동의 상관계수 및 평균, 표준편차를 표 6에 제시하였다.

완벽주의의 하위요인, 자기결정성의 하위요인, 수동 지연행동, 능동 지연행동의 하위요인 간의 관련성을 알아보기 위하여 Pearson의 상관분석을 실시한 결과, 완벽주의의 하위요인과 자기결정성의 하위요인, 수동 지연행동, 능동 지연행동의 하위요인이 통계적으로 유의한 상관을 보이는 것으로 나타났다. 먼저, 완벽주의와 자기결정성의 상관을 살펴보면 자기결정성은 사회적으로 부과된 완벽주의($r=-.41, p<.001$), 부모의 비난($r=-.41, p<.001$)과 높은 부적 상관을 보였다. 자기결정성의 하위요인을 구체적으로 살펴보면, 자율성은 부모의 비난($r=-.46, p<.001$), 사회적으로 부과된 완벽주의($r=-.46, p<.001$)와 비교적 높은 부적 상관을 보였다. 이것은 타인, 특히 부모와 같은 의미있는 타인으로부터의 기대나 비난으로 인하여 완벽하고자 하는 동기가 형성될수록 자신이 행동의 주체이고 조절자라는 자율성이 낮아짐을 의미한다. 유능성은 조직화($r=.29, p<.001$)와 유의한 정적 상관을 보이고, 수행에 대한 의심($r=-.21, p<.001$)과는 유의한 부적 상관을 보였다. 관계성은 실수에 대한 의심($r=-.38, p<.001$), 사회적으로 부과된 완벽주의($r=-.37, p<.001$)와 유의한 부적 상관을 보여주었다. 완벽주의와 수동지연 행동의 상관을 살펴보면, 수동지연행동은 수행에 대한 의심($r=.29, p<.001$)과 유의한 정적 상관을, 조직화($r=-.36, p<.001$), 자기지향적 완벽주의($r=-.20, p<.001$)와는 유의한 부적 상관을 보였다. 마지막으로 완벽주의와 능동 지연행동의 상관을 살펴보면, 실수에 대한 염려($r=-.36, p<.001$), 수행에 대한 의심($r=-.35, p<.001$)과 높은 부적 상관을 보여주었다. 능동 지연행동의 하위요인별로 살펴보면 압력선호는 실

수에 대한 염려($r=-.41, p<.001$), 수행에 대한 의심($r=-.38, p<.001$), 사회적으로 부과된 완벽주의($r=-.35, p<.001$)와 높은 부적 상관을 보여주었다. 의도적 지연결정은 부모의 비난($r=.18, p<.001$), 수행에 대한 의심($r=.17, p<.001$)과 유의한 정적 상관을 보였다. 마감능력은 실수에 대한 염려($r=-.33, p<.001$), 수행에 대한 의심($r=-.44, p<.001$)과 높은 부적 상관을 보여주었다. 마지막으로 결과만족은 실수에 대한 염려($r=-.27, p<.001$), 수행에 대한 의심($r=-.27, p<.001$), 사회적으로 부과된 완벽주의($r=-.26, p<.001$)와 유의한 부적인 상관을 나타냈다. 정리하면, 완벽주의의 하위요인인 실수에 대한 염려, 부모의 비난, 수행에 대한 의심 그리고 사회적으로 부과된 완벽주의가 높을수록 자기결정성과 능동 지연행동은 낮아지고, 수동 지연행동은 높아졌다. 반면 완벽주의의 하위요인인 개인적 기준과 조직화 그리고 자가지향적 완벽주의가 높을수록 수동 지연행동은 낮아졌다.

표 6. 주요변인들의 상관계수 및 평균과 표준편차

(N=488)

	1	1a	1b	1c	1d	1e	1f	2	2a	2b	2c	3	3a	3b	3c	4	5	5a	5b	5c	5d	
1.	-																					
a	.83***	-																				
b	.78***	.55***	-																			
c	.69***	.42***	.44***	-																		
d	.67***	.55***	.31***	.63***	-																	
e	.67***	.57***	.44***	.29***	.42***	-																
f	.47***	.17***	.42***	.15**	-0.02	.22***	-															
2	.78***	.66***	.64***	.55***	.47***	.49***	.39***	-														
a	.67***	.52***	.74***	.35***	.19***	.40***	.50***	.80***	-													
b	.45***	.39***	.33***	.35***	.30***	.27***	.21***	.76***	.38***	-												
c	.73***	.66***	.43***	.62***	.65***	.50***	.18***	.82***	.48***	.51***	-											
3	-.25***	-.38***	0.04	-.12**	-.41***	-.34***	.17***	-.17***	0.09	-.11*	-.41***	-										
a	-.33***	-.35***	-0.05	-.28***	-.46***	-.34***	0.07	-.28***	-0.01	-.23***	-.46***	.77***	-									
b	0.01	-.19***	.22***	0.08	-.18***	-.21***	.29***	0.04	.21***	0.03	-.16***	.80***	.40***	-								
c	-.29***	-.38***	-0.09	-.12**	-.36***	-.28***	0.05	-.19***	0.00	-.10*	-.37***	.82***	.49***	.48***	-							
4	0.05	.21***	-.13**	0.01	.22***	.29***	-.36***	-0.04	-.20***	-0.01	.13**	-.37***	-.28***	-.37***	-.22***	-						
5	-.29***	-.36***	-0.07	-.12**	-.25***	-.35***	-0.04	-.24***	-.14**	-.15**	-.30***	.40***	.31***	.35***	.29***	-.20***	-					
a	-.37***	-.41***	-.16***	-.19***	-.27***	-.38***	-.13**	-.33***	-.23***	-.22***	-.35***	.29***	.27***	.23***	.20***	-.15**	.83***	-				
b	.12**	0.08	0.07	0.06	.18***	.17***	-0.01	0.03	-0.07	0.06	0.08	0.02	-0.06	0.08	0.01	.28***	.35***	0.04	-			
c	-.23***	-.33***	-0.01	-0.06	-.31***	-.44***	.18***	-.10*	0.07	-0.08	-.24***	.44***	.34***	.41***	.29***	-.64***	.60***	.43***	-.24***	-		
d	-.27***	-.27***	-0.08	-.13**	-.24***	-.27***	-.15**	-.22***	-.12**	-.15**	-.26***	.30***	.27***	.19***	.26***	-0.03	.79***	.64***	0.05	.37***	-	
평균	3.12	3.09	3.35	2.94	2.29	3.23	3.52	3.99	4.72	3.52	3.73	4.47	4.28	4.36	4.77	3.04	3.93	3.63	3.93	4.12	4.05	
표준편차	0.55	0.78	0.71	0.88	0.89	0.79	0.75	0.64	0.90	0.73	0.79	0.60	0.70	0.80	0.77	0.73	0.84	1.41	1.36	1.26	1.20	

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

주)1.원벽주의(FMPS)전체1a.실수에대한염려1b.개인적기준1c.부모의기대1d.부모의비난1e.수행에대한의심1f.조직화2.원벽주의(HMPS)전체2a.자기지향원벽주의2b.타인지향원벽주의2c.사회적으로부과된원벽주의3.자기결정성3a.자율성3b.유능성3c.관계성4.수동지연행동5.능동지연행동전체5a.압력선호5b.의도적지연결정5c.마감능력5d.결과만족

3. 완벽주의에 따른 군집 유형

완벽주의의 9개 하위요인들(실수에 대한 염려, 개인적 기준, 부모의 기대, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 조직화, 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의)을 군집측정치로 하여 동질적 성향을 가진 군집이 어떻게 자연발생적으로 형성되는지 파악하기 위해 총 488개의 자료로 Hair와 Black(2000)이 제안한 2단계 군집분석을 실시하였다. 1단계에서는 Wards의 방법을 표준화 점수를 사용하여 ‘계층적 군집분석’을 사용하여 군집의 수를 찾아내었고, 2단계는 ‘비계층적 군집분석’으로 K-평균 군집분석을 통하여 최종 군집을 확정하였다. 다음은 Wards의 방법으로 계층적 군집분석을 실시한 군집화 일정표는 표 7에 제시하였다.

표 7. 군집화 일정표

단계	군집화 계수	계수 차이
.	.	.
.	.	.
.	.	15.04
480	711.442	15.45
481	726.485	17.07
482	741.939	23.06
483	759.013	31.21
484	782.073	38.62
485	813.278	99.86
486	851.898	45.45
487	951.755	

1단계 군집분석을 통하여 4~5개의 군집이 제안되었고, 이 결과를 토대로 2단계 계층적 군집분석인 k-평균 군집분석을 실시하였다. 그 결과 5개의 군집으로 분류할 때, 각 군집에 할당된 개체 수가 고르고 군집별 유의한 차이를 가진다고 여겨지는 5개의 군집으로 최종 확정하였다. 최종적으로 나누어

진 각 군집의 특징을 파악하여 각 군집을 명명하기 위하여 각 군집별 표준화한 변인의 점수들을 표 8에 제시하였다. 또한 각 군집별 차이점을 한눈에 알아보기 위하여 그림 1로 나타내었다.

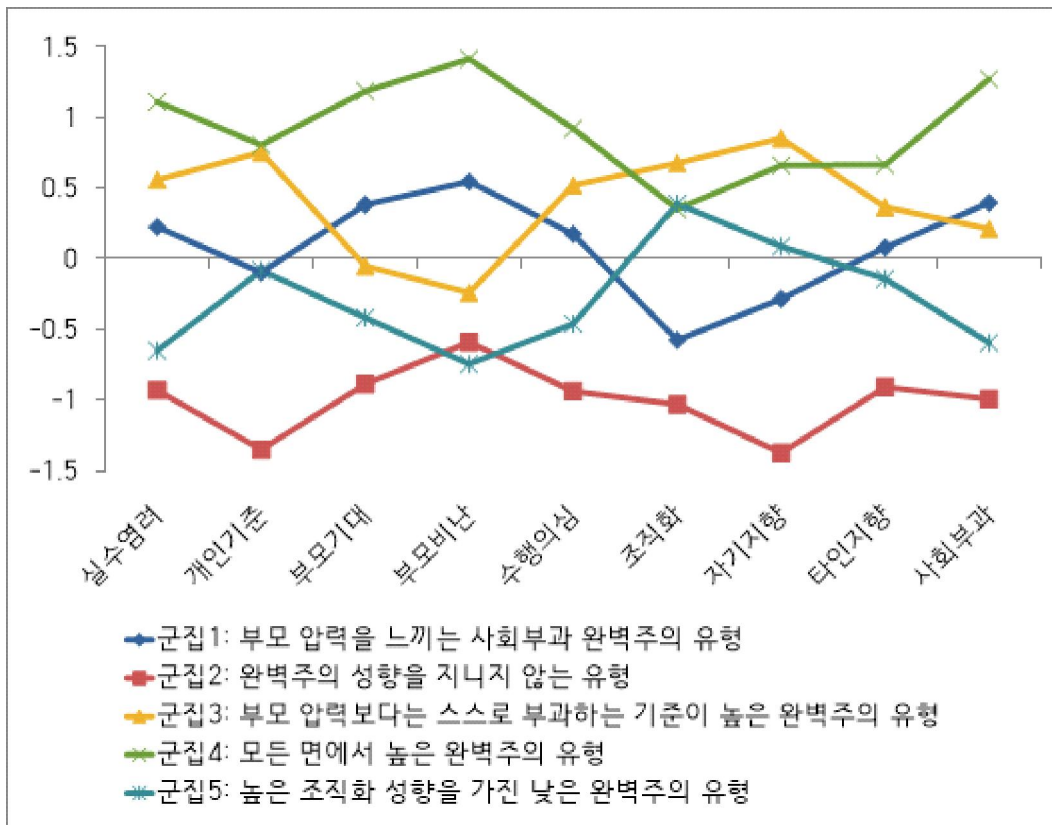
표 8. 최종 군집별 중심점

	군집1 (n=93)	군집2 (n=87)	군집3 (n=91)	군집4 (n=85)	군집5 (n=132)
실수에 대한 염려	0.227	-0.931	0.561	1.113	-0.650
개인적 기준	-0.097	-1.351	0.756	0.807	-0.082
부모의 기대	0.384	-0.886	-0.051	1.188	-0.416
부모의 비난	0.548	-0.590	-0.239	1.417	-0.745
수행에 대한 의심	0.176	-0.938	0.522	0.923	-0.460
조직화	-0.575	-1.031	0.679	0.353	0.390
자기지향적 완벽주의	-0.283	-1.375	0.855	0.664	0.089
타인지향적 완벽주의	0.081	-0.907	0.367	0.667	-0.141
사회적으로 부과된 완벽주의	0.398	-0.993	0.214	1.275	-0.594

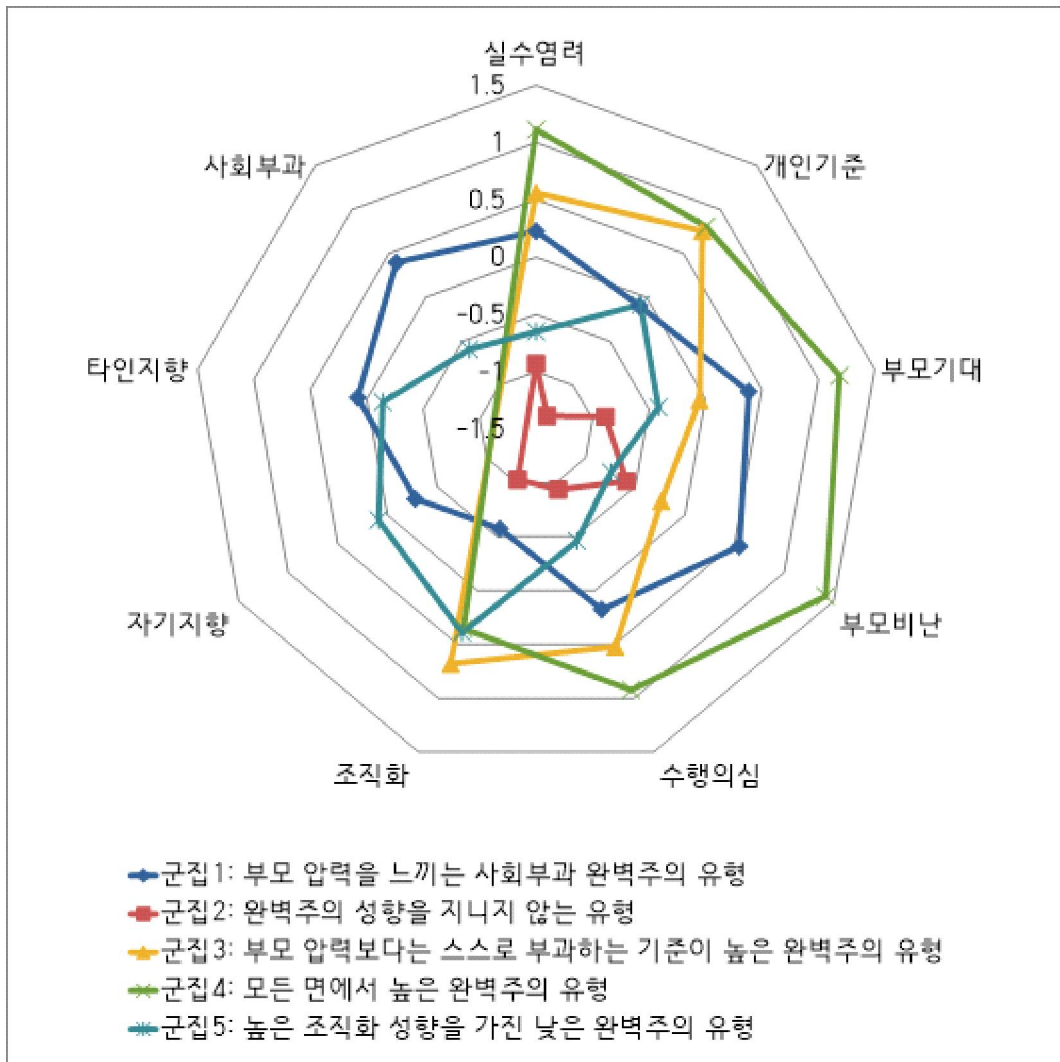
군집 1은 부모의 비난, 부모의 기대, 사회적으로 부과된 완벽주의 수행에 대한 의심, 실수에 대한 염려, 타인지향적 완벽주의 순으로 점수가 높고, 개인적 기준, 조직화 그리고 자기지향적 완벽주의는 점수가 낮은 편이다. 이는 자기 스스로 부여하는 완벽주의보다 타인에 의하여 완벽해야 한다는 부담을 가지는 것을 의미한다. 또한 부모로부터 기대를 많이 느끼고 부모의 비난을 염려하며 자신의 수행에 대해 의심하고 염려하는 모습을 가지고 있는 것으

로 보인다. 이에 군집 1을 ‘부모 압력을 느끼는 사회부과 완벽주의 유형’ 이라고 명명하였다. 군집 2는 완벽주의의 9가지 하위요인 모두에서 낮은 점수를 보인다. 실수에 대하여 염려하거나 자신의 수행에 대해 의심하지 않고 자기 스스로 완벽해야 한다는 기준을 강하게 부여하지 않는다. 또한 부모나 타인으로부터 과한 기대를 받고 있다고 지각하지 않고, 타인에게 완벽함을 요구하지 않는다. 따라서 군집 2는 완벽주의자들에게 나타나는 특성을 보이고 있지 않기 때문에 ‘완벽주의 성향을 지니지 않는 유형’ 이라고 명명하였다. 군집 3은 부모의 기대와 부모의 비난 점수가 낮고 그 이외의 요인들에서는 높은 점수를 보인다. 자기지향적 완벽주의와 개인적 기준에 비해서 타인지향적 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의의 점수가 낮게 나왔다. 이는 부모나 타인으로 인해 완벽주의를 지니게 된 군집 1과 달리, 자기 스스로가 세운 기준을 가지고 그것에 맞춰 자기 자신에게 완벽하기를 기대한다. 또한 이 군집은 조직화와 자기지향적 완벽주의 점수가 다른 군집보다 가장 높게 나타났다. 이에 군집 3을 ‘부모 압력보다는 스스로 부과하는 기준이 높은 완벽주의 유형’ 이라고 명명하였다. 군집 4는 완벽주의의 모든 하위 요인들에서 높은 점수를 나타내며, 조직화와 자기지향적 완벽주의를 제외한 모든 요인들이 다른 군집보다 높은 점수를 보여주고 있다. 특히 부모의 기대, 부모의 비난 점수가 가장 높으며, 그 뒤를 이어 사회적으로 부과된 완벽주의, 실수에 대한 염려 점수가 높다. 이들은 타인 중에도 특히 부모로 인하여 영향을 받고 동기화되는 완벽주의라는 것을 보여준다. 또한 부모의 높은 기대를 받고, 그 기대에 부응하지 못하고 제대로 된 결과를 내지 못한다면 부모의 비난을 받을 수 있어 실수에 대한 염려가 높게 나타난 것으로 보인다. 하지만 군집 1과는 달리 이들은 개인적 기준과 조직화, 자기지향적 완벽주의 점수 또한 높게 나왔다. 그러므로 군집 4를 ‘모든 면에서 높은 완벽주의 유형’ 이라고 명명하였다. 마지막으로 군집 5는 조직화와 자

기지향적 완벽주의는 높고 나머지 요인들은 낮은 점수를 보인다. 이는 부모의 기대나 부모의 비난에 영향을 받지 않고 부모 이외 타인의 기대에 맞춰 변화하지 않는다는 것을 시사한다. 오히려 정리 정돈하는 것을 좋아하고 중요시하는 조직화의 점수가 가장 높고 스스로에 대한 기준도 높은 것으로 보아 개인의 동기나 성취에 의해 완벽주의 성향을 지니게 된 것으로 보이며 이에 군집 5를 ‘높은 조직화 성향을 가진 낮은 완벽주의 유형’이라고 명명하였다.



[그림 1] 완벽주의 하위요인에 따른 대학생 집단의 군집 유형(꺾은선 형)



[그림 2] 완벽주의 하위요인에 따른 대학생 집단의 군집 유형(방사형)

4. 군집 유형에 따른 인구통계학적 특성의 차이

아래의 표 9과 같이, 군집 1은 93명(전체의 19%, 남 25명, 여 68명), 군집 2는 87명(전체의 18%, 남 18명, 여 69명), 군집 3은 91명(전체의 19%, 남 29

명, 여 62명), 군집 4는 85명(전체의 17%, 남 24명, 여 61명), 군집 5는 132명(전체의 27%, 남 60명, 여 72명)으로 나타났다. 모든 군집에서 여성이 남성보다 많이 나타난 것은 본 연구에서 표집된 여성의 수가 남성보다 2배 이상 많이 수집된 결과가 반영되었기 때문인 것으로 보인다.

각 군집 별로 성별과 학교 유형에 따라 유의한 차이를 나타내는지 알아보기 위하여 교차분석을 실시하였다. 그 결과, 학교 유형에서 군집들 간에 유의한 차이가 존재하지 않았으나, 성별에서는 유의한 차이가 발견되었다[성별: χ^2 (df=4, n=488)= 17.779, p =.001, 학교유형: χ^2 (df=4, n=488)= 8.317, p =.081]. 성별차이를 살펴보면 군집 1, 2, 3, 4에서 남성보다 여성의 비율이 2배 이상 높았던 것에 비해 군집 5 ‘높은 조직화 성향을 가진 낮은 완벽주의 유형’에서는 남성이 60명(45.5%), 여성이 72명(54.5%)로 남성과 여성의 비율이 비교적 비슷하게 나타났다. 즉, 각 남녀별로 군집에 속한 비율을 살펴보면, 여성의 경우 군집 1(20.5%), 군집 2(20.8%), 군집 3(18.7%), 군집 4(18.4%), 군집 5(21.7%)에 비교적 균일한 비율로 분포되었으나, 남성의 경우 군집 1(16.5%), 군집 2(11.5%), 군집 3(18.6%), 군집 4(15.4%), 군집 5(38.5%)로 다른 군집에 비해 군집 5에 2배가량 많은 인원이 분포되었다.

표 9. 군집유형에 따른 인구통계학적 차이

		군집1 (n=93)	군집2 (n=87)	군집3 (n=91)	군집4 (n=85)	군집5 (n=132)	χ^2 (df)
성별	남	25(26.9%)	18(20.7%)	29(31.9%)	24(28.2%)	60(45.5%)	17.779** (4)
	여	68(73.1%)	69(79.3%)	62(68.1%)	61(71.8%)	72(54.5%)	
학교 유형	남녀공학	76(81.7%)	69(79.3%)	72(79.1%)	64(75.3%)	118(89.4%)	8.317 (4)
	여자대학	17(18.3%)	18(20.7%)	19(20.9%)	21(24.7%)	14(10.6%)	

5. 군집유형에 따른 자기결정성 및 수동, 능동 지연행동의 차이

완벽주의 하위요인들에 따라 구성된 5개의 군집이 자기결정성, 수동, 능동 지연행동에서 유의한 차이를 나타내는지 알아보기 위해 일원분산분석(one-way ANOVA) 및 사후검증(Scheffe)을 실시하였다. 도출된 5개의 군집을 독립변인으로 두고, 자기결정성, 수동, 능동 지연행동을 종속변인으로 설정하여 분석한 결과, 군집 간 자기결정성, 수동, 능동 지연행동에서 유의한 차이를 보이는 것으로 나타나 가설 2-1, 2-2, 2-3이 지지되었다.

군집 유형에 따라 자기결정성, 수동, 능동 지연행동의 평균, 표준편차, F 값, 사후검증 결과는 표 10과 같다.

표 10. 군집유형별 자기결정성, 수동지연행동, 능동지연행동 차이 검증

종속변인	군집1 (n=93)	군집2 (n=87)	군집3 (n=91)	군집4 (n=85)	군집5 (n=132)	F	사후검증 (Scheffe)
	M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)	M(SD)		
자기결정성 전체	4.10 (0.47)	4.51 (0.70)	4.61 (0.52)	4.18 (0.50)	4.79 (0.51)	30.41***	1,4<2,3<5
자율성	3.92 (0.58)	4.48 (0.70)	4.41 (0.58)	3.80 (0.62)	4.62 (0.63)	33.64***	4,1<3,2,5
유능성	3.96 (0.72)	4.12 (0.85)	4.53 (0.83)	4.33 (0.72)	4.69 (0.66)	16.36***	1,2<4<3,5
관계성	4.41 (0.64)	4.94 (0.89)	4.88 (0.66)	4.40 (0.74)	5.06 (0.67)	18.56***	4,1<3,2,5
수동지연 행동전체	3.33 (0.58)	3.16 (0.71)	2.91 (0.74)	3.20 (0.76)	2.73 (0.68)	13.09***	5,3<2,4<1
능동지연 행동전체	3.67 (0.70)	4.22 (0.89)	3.86 (0.86)	3.59 (0.76)	4.20 (0.77)	13.07***	4,1,3<5,2
압력선호	3.28 (1.17)	4.29 (1.34)	3.35 (1.30)	2.89 (1.26)	4.12 (1.41)	19.73***	4,1,3<5,2
의도적 지연결정	4.04 (1.17)	3.75 (1.38)	3.91 (1.35)	4.38 (1.46)	3.71 (1.36)	3.81**	5,2,3,1<4
마감능력	3.57 (1.03)	4.28 (1.20)	4.23 (1.24)	3.53 (1.33)	4.69 (1.12)	18.64***	4,1,<3,2,5
결과만족	3.78 (1.18)	4.55 (1.18)	3.97 (1.19)	3.58 (1.33)	4.28 (0.97)	10.30***	4<1,3<5,2

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

어떤 군집 간에 유의한 차이가 나타났는지 알아보기 위해 사후검증(Scheffe)을 실시한 결과를 각 군집 별로 정리하면, 군집 1 ‘부모 압력을 느끼는 사회부과 완벽주의 유형’은 가장 높은 수동 지연행동 점수 보이고, 가장 낮은 자기결정성 점수를 보였으며, 능동 지연행동도 낮은 점수를 보였다. 자기결정성 하위요인을 자세히 살펴보면 이들은 모든 군집 중에서 가장 낮은 유능성 점수를 보였으며, 자율성과 관계성도 낮은 편이었다. 이들은 능동 지연행동의 점수도 낮았는데, 특히 압력선호, 마감능력에서 낮은 점수를 보였다. 이들은 스스로의 능력에 대한 자신감이 낮기 때문에 문제를 해결하는데 있어서 수동적으로 지연하는 모습을 보인다. 이러한 지연행동으로 인하여 제때 과제를 끝내는 것이 어려우며 그 결과가 잘 나올 것이라는 기대감 또한 낮을 것으로 보여진다. 이들은 자신보다는 타인의 기대로 인하여 완벽해야한다는 부담을 지니기 때문에 자율성이 낮고, 타인과의 건강한 상호작용을 하는데 어려움이 있을 것으로 보여진다. 또한 이들은 제때 과제를 끝내는 것이 어려우며 자신이 만들어낸 결과에 쉽게 만족하지 못하는 것으로 나타났다.

군집 2 ‘완벽주의 성향을 지니지 않는 유형’은 가장 높은 능동 지연행동 점수를 보인다. 능동 지연행동 중에서 특히 압력선호와 결과만족에서 가장 높은 점수를 나타내고 있으며, 마감능력에서 높은 점수를 보였고, 의도적 지연행동에서는 낮은 점수를 보였다. 이들의 자기결정성 점수는 중간정도이나, 하위요인을 구체적으로 살펴보면 자율성과 관계성에서 높은 점수를 보였고 유능성은 낮은 점수를 보였다. 이들은 자신의 결과에 대해 만족할 것이라 기대하며 스스로 행동을 조절할 수 있고, 그렇기에 굳이 의도적으로 지연행동을 선택하지 않는 것으로 보여진다. 그러나 이들은 스스로의 능력이나 기술에 대한 자신감은 낮을 것으로 보인다.

군집 3 ‘부모 압력보다는 스스로 부과하는 기준이 높은 완벽주의 유형’

은 낮은 수동 지연행동 점수를 보였다. 자기결정성은 중간 정도의 점수를 보이거나, 하위요인을 구체적으로 살펴보면 유능성에서 높은 점수를 보였다. 이들은 타인보다는 자기 스스로의 기준에 의해 완벽주의 성향을 지니는 것으로 보이는데, 조직화 점수도 높은 것으로 보아 여러 기준들을 잘 다루고 소화할 수 있을 것으로 보인다. 이들은 스스로의 능력에 대한 높은 자신감을 지니며 자신의 행동을 통하여 높은 유능감을 느낄 수 있다. 이들은 수동적 지연행동의 모습을 보이지 않으나, 적절한 수준의 능동적인 지연행동은 나타날 수 있을 것으로 보인다.

군집 4 ‘모든 면에서 높은 완벽주의 유형’은 가장 낮은 능동 지연행동 점수를 보였다. 능동지연행동의 하위요인을 살펴보면 능동지연의 압력선호, 마감능력과 결과만족에서 가장 낮은 점수를 보였고, 의도적 지연결정에서는 가장 높은 점수를 보였다. 또한 자기결정성도 낮은 점수를 보였는데, 구체적으로 자율성과 관계성에서 가장 낮은 점수를 나타냈다. 이는 자신이 가지고 있거나 받고 있는 기대에 비해 자신의 수행능력과 실수에 대한 염려로 인하여 의도적으로 일을 미루는 모습을 보일 수 있으며, 이러한 점이 마감을 제 때 이루어 내지 못하는 것으로 이어질 수 있음을 시사한다. 또한 기대치는 높으나 그에 비해 자신이 만족할 만한 결과를 낼 수 있을 것이라고 믿지 못하는 군집이다. 타인으로부터의 과한 기대나 비난으로 인해 외부로부터 압박을 받고 있으며, 본인에게 하는 것과 같이 타인에게도 높은 기준을 요구하며 완벽하기를 기대한다. 이것은 상호관계에 있어서 인격체로서의 진정한 만남이 이루어지기 어렵기 때문에 낮은 관계성으로 이어진 것으로 보인다.

군집 5 ‘높은 조직화 성향을 가진 낮은 완벽주의 유형’은 자기결정성에서 가장 높은 점수를 보였다. 또한 자기결정성의 모든 하위요인에서도 가장 높은 점수를 나타냈다. 반면 수동 지연행동은 가장 낮은 점수를 보였다. 이들은 능동 지연행동에서도 높은 점수를 보였는데, 특히 능동지연행동의 하

위요인 중 마감 능력에서 가장 높은 점수를 보였다. 압력선호와 결과만족에서도 높은 점수를 보였으며, 가장 낮은 의도적 지연결정 점수를 보였다. 이들은 부모에게 특별한 기대나 비난을 받지 않고, 타인에 기준에 맞춰 완벽하고자 하지 않으며, 타인에게 완벽을 요구하지 않는다. 이것은 타인이 아닌 자신이 자기의 행동을 조절하고 선택할 수 있고, 타인으로부터 또는 타인에게 요구하거나 강요당하는 것이 없기에 타인과 상호작용을 하는 것에 큰 어려움이 없을 것으로 보여진다. 더 나아가 자신에게 주어진 상황과 과제를 잘 수행해 나갈 수 있는 능력이 있고, 이것이 유능성과 결과 만족으로 이어지는 것으로 보인다.

VI. 논의

1. 결과에 대한 논의

본 연구에서는 대학생을 대상으로 완벽주의가 어떠한 군집으로 도출되는지를 확인하고, 각 군집 별로 자기결정성과 수동, 능동 지연행동의 차이를 알아봄으로써 완벽주의의 군집에 대한 이해를 넓히고, 완벽주의의 군집에 따른 개별적인 개입을 하는데 참고할 기초자료를 제공하고자 하였다.

본 연구의 주요 결과를 정리하고 논의하면 다음과 같다. 먼저 주요 변수들의 상관분석을 실시한 결과 실수에 대한 염려, 부모의 비난, 수행에 대한 의심, 사회적으로 부과된 완벽주의가 높을수록 자기결정성의 하위요인인 자율성, 유능성, 관계성은 낮아지는 결과를 보였는데, 이는 사회적으로 부과된 완벽주의와 자기결정성이 부적인 상관을 보이고, 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심과 자기결정성이 부적인 상관을 보인다는 기존의 선행연구들의 결과와 유사하다(김아영, 2008; 유경이, 2014; 이명희, 진주은, 김은하, 2016). 이는 자신이 과제를 수행할 수 있을지에 대한 의문을 품거나 실수하는 것을 걱정할수록 자신의 능력에 대한 자신감이 낮고, 타인으로부터 기대를 받거나 특히 수행의 결과에 대해 부모에게 비난을 받는다고 느끼는 경향이 클수록 자신감이나 스스로 행동의 주체라는 인식이 낮아지고 더 나아가 타인과 상호작용하는 것에 어려움을 느낀다고 볼 수 있다. 수동 지연행동은 타인이 자신에게 완벽함을 기대한다고 지각할수록 높아지는데, 이는 사회적으로 부과된 완벽주의와 지연행동이 정적인 상관을 보인다는 선행연구와 유사한 결과이다(이수민, 양난미, 2011; 진주은, 김은하, 2016; 하주희, 2016; Flett et al., 1992). 부모의 비난이 높을수록 수동 지연행동의 수준도 높아지는데, 이

는 부모의 비난과 학업지연이 정적인 상관을 보인다는 연구결과와 유사하다 (Frost et al., 1990). 반면 스스로에게 완벽해야 한다는 기준을 부과하는 자기지향적 완벽주의의 경우 수동 지연행동이 적게 나타나는데, 이는 자기지향적 완벽주의와 지연행동은 부적인 상관을 지닌다는 연구를 지지하는 결과이다(이미라, 오경자, 2009; 이수민, 양난미, 2011; 하주희, 2016). 또한 본 연구에서는 자신의 수행에 대해 자신이 없을수록, 또는 과제를 잘 수행하지 못하였을 때 부모에게 비난을 받았다고 지각하거나 실수에 대해 더 많은 염려를 할수록 수동 지연행동을 더 많이 하는 것으로 나타났다. 반면 부모에게 비난을 받았다고 지각을 하거나 자신의 수행에 대한 의심이 높을수록 능동 지연행동은 감소하였다. 능동 지연행동의 하위요인별로 살펴보면 시간의 압력을 받을수록 의욕이나 성취에 대한 동기가 고취되지 않고, 마감시간 안에 주어진 과제를 완수해내지 못하며, 스스로 만들어낸 결과에 만족할 수 없다고 생각하며, 의도적으로 행동을 미루려는 결정을 많이 하는 것으로 나타났다. 한편 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의는 능동 지연행동과 부적인 상관을 보였다. 하위요인별로 살펴보면 압력선호와 결과만족에서 부적인 상관을 나타냈는데, 이는 자기지향적 완벽주의가 능동지연행동에 정적인 영향을 미친다는 선행연구와는 상반되는 결과를 보여주었다(하주희, 2016).

다음으로 완벽주의의 9가지 하위요인을 통해 도출된 군집은 총 5개로, 각각 ‘부모 압력을 느끼는 사회부과 완벽주의 유형’, ‘완벽주의 성향을 지니지 않는 유형’, ‘부모 압력보다는 스스로 부과하는 기준이 높은 완벽주의 유형’, ‘모든 면에서 높은 완벽주의 유형’, ‘높은 조직화 성향을 가진 낮은 완벽주의 유형’으로 명명하였다. 이들의 군집유형별 특징을 살펴보면 다음과 같다.

첫 번째 군집인 ‘부모 압력을 느끼는 사회부과 완벽주의 유형’은 전체의

19%(남 5.1%, 여 13.9%)를 포함하는 유형으로, 이들은 이아람, 이정운(2015)의 군집 2인 ‘부모 주도형 완벽주의’와 비슷하다고 볼 수 있다. 이들은 타인의 기대를 만족시키지 못하는 현재의 자신에 만족하지 못하며 스스로가 부족하다고 느끼며 열등감을 가지며 타인의 인정을 받기 위한 노력을 끊임 없이 한다(설미향, 이윤형, 2011; Burns, 1980). 또한 이 유형은 FMPS의 실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심, HMPS의 사회적으로 부과된 완벽주의로 이루어져있는 Dunkley와 Blankstein(2000)의 평가염려 완벽주의와 비슷한 점이 있는데, 이들은 실수에 대한 염려로 인하여 부정적인 정서를 경험하고 일관되게 우울 증상을 경험한다고 하였다(장애경, 이지연, 2011; Dunkley & Blankstein, 2000; Enns & Cox, 1999; Frost et al, 1993; Slade & Owens, 1998). 김현희와 김창대(2011)의 연구에서도 평가염려 완벽주의자들의 우울, 불안 수준이 높게 나타났다. 따라서 이들에게는 먼저 이들이 수행을 하는데 느끼는 염려와 불안과 같은 부정적인 정서를 다뤄주며, 이들이 세운 높은 기준은 어디에서 오는 건지에 대한 탐색과 함께 과한 기대 또는 완벽을 요구하는 부모나 타인의 영향력에서 벗어날 수 있도록 지도해 주어야 한다. 또한 스스로의 발전이나 성장을 위하여 기준과 목표를 세울 수 있도록 함께 탐색하며 계획하고 더 나아가 이런 긍정적인 동기를 가지고 실천하고 성취하는 경험을 해보게 할 필요가 있다. 또한 자신에게보다 다른 사람에게 높은 기준을 부여하기 때문에 대인관계에서의 어려움을 보일 수 있으므로, 타인에 대한 기대치를 낮추고 자신의 기대로 인해 대인관계에서 발생할 수 있는 어려움에 대해 탐색할 필요가 있다.

두 번째 군집인 ‘완벽주의 성향을 지니지 않는 유형’은 전체의 18%(남 3.7%, 여 14.1%)인 군집으로, 이들은 특별히 완벽주의로 인한 상담적인 개입이 필요하지 않을 것으로 보이지만, 주의해서 보아야 할 점은 이들이 낮은 유능감을 보인다는 점이다. 이들이 유능감을 느끼지 못하는 상태가 지속된

다면 자신의 행동을 조절하는데 어려움을 느끼게 될 수 있다(Deci & Ryan, 2002). 또한 완벽주의 하위유형을 분류한 선행연구들에 의하며 비완벽주의자들은 부적응적인 완벽주의자에 비해서는 우울, 불안이 낮게 나오나, 적응적인 완벽주의자에 의하면 우울, 불안이 높게 나왔다(김현희, 김창대, 2011; 정상목, 이동귀, 2013; Grzegorek et al., 2004; Rice et al., 2002; Wang, 2012). 유능감은 행동을 통하여 자신감, 효율성을 느끼는 것이기 때문에 이들이 스스로 각자의 삶에서 작은 것부터 성취 경험을 얻을 수 있게 해주는 것이 필요할 것으로 보인다.

세 번째 군집인 ‘부모 압력보다는 스스로 부과하는 기준이 높은 완벽주의 유형’은 전체의 19%(남 5.9%, 여 12.7%)의 대학생으로 이루어진 군집이다. 이들은 완벽주의 성향으로 인해 특별히 큰 어려움을 느끼지 않을 것이라고 보여지나, 만약 이들이 자신의 능력이나 한계보다 스스로에게 부여하는 기대가 더 클 경우 이 또한 기대 수준과 현실의 괴리감을 느낄 수 있다. 이러한 어려움을 느낄 때 상담 장면에서 자신의 능력과 상황에 맞는 적절한 기대 수준으로 기준을 조절할 수 있도록 도와줄 수 있다.

네 번째 군집인 ‘모든 면에서 높은 완벽주의 유형’은 전체의 17%(남 4.9%, 여 12.5%)의 응답자가 해당하는 군집으로 완벽주의 모든 하위요인의 점수가 높다. 군집 3인 ‘부모 압력보다는 스스로 부과하는 기준이 높은 완벽주의 유형’과의 가장 큰 차이점은 ‘모든 면에서 높은 완벽주의 유형’의 경우는 부모의 기대와 비난의 수준이 높다는 것이다. 이는 부모의 요인에 영향을 받지 않았던 군집 3과 달리, 군집 4는 부모로 인한 영향을 받고 동기화된 완벽주의라는 것을 시사한다. 이는 이아람, 이정윤(2015)의 군집 3인 ‘전형적/철저한 완벽주의’, 심은정, 신선임(2018)의 군집 1인 ‘강박적 완벽주의 집단’과 비슷한데, 이들은 점점 더 완벽한 수행을 해야 한다고 자각하고 노력하면서 강박관념에 사로잡힐 수 있다고 한다. 따라서 이들을 상

담한다면 먼저 이들이 가지고 있을 수 있는 완벽한 수행에 대한 강박관념에서 벗어나 유연하게 사고할 수 있고 완벽과 실패라는 이분법적인 사고를 수정할 수 있게 도와주어야 한다. 또한 이들이 비현실적인 기준을 가지고 있지 않은지 살펴보는 것이 필요하다. 타인에 의해서 또는 본인 스스로 부과하는 높은 수준의 기대와 기준은 현실적으로 달성하기 힘들 수 있다. 이러한 비현실적인 기준은 자신이 가진 기준과 자신의 현실이나 능력의 불일치를 가져올 수 있고, 그만큼의 좌절을 경험할 수 있기 때문에 적절한 수준의 기대 수준을 설정하도록 도울 필요가 있다.

다섯 번째 군집인 ‘높은 조직화 성향을 가진 낮은 완벽주의 유형’은 전체의 27%(남 12.3%, 여 14.8%)로 조직화와 자기지향적인 기준만 높고 나머지 요인들은 낮은 군집이다. 군집 2인 ‘완벽주의 성향을 지니지 않는 유형’과는 다르게 조직화와 자기지향적 완벽주의가 높고, 개인적 기준의 경우는 절대적인 점수는 높지 않지만 군집 내에서 다른 요인들과 비교하면 상대적으로 높은 수준을 보인다. 이들 또한 완벽주의로 인하여 발생하는 특별한 어려움이 없을 것으로 보이며 적절히 잘 조절할 수 있을 것으로 보여진다.

흥미로운 점은 군집 3인 ‘부모 압력보다는 스스로 부과하는 기준이 높은 완벽주의 유형’과 군집 4인 ‘모든 면에서 높은 완벽주의 유형’은 비슷한 수준의 개인적 기준을 나타내나, 부모의 기대와 비난에서의 큰 차이점을 가지고 있고 그것과 더불어 타인지향적 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의에서 서로 반대의 양상을 보인다. 군집 1인 ‘부모 압력을 느끼는 사회부와 완벽주의 유형’과 군집 5인 ‘높은 조직화 성향을 가진 낮은 완벽주의 유형’도 부모의 기대와 비난에서의 큰 차이를 가지며, 타인지향적 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의가 서로 반대의 양상을 보인다. 이러한 결과는 부모의 기대와 비난이 우리나라의 대학생에게 많은 영향을 미치고 큰 부담으로 다가갈 수 있다는 것을 시사한다. 이에 상담 장면에서 내담자가

부모의 기대로 인하여 문제를 호소할 경우, 먼저 부모의 기대가 실제로 높은 것인지, 높다면 얼마나 높은 것인지, 또는 부모의 기대를 과도하게 지각하여 부담을 느끼는 것인지 살펴볼 필요가 있을 것이다. 그다음 실제 부모의 기대가 과하다면 부모 상담을 연계하여 부모의 기대 수준을 현실적으로 조정하는 것이 필요하고, 만약 내담자가 부모의 기대를 과도하게 지각하고 부담을 느끼는 거라면 실제로 부모가 가지는 기대감과 자신이 느끼는 기대감 간의 괴리감을 줄이고 내담자의 인지 왜곡을 바로잡는 것에 초점을 맞춰 상담을 진행할 필요가 있을 것이다.

2. 연구의 의의와 제한점 및 제언

본 연구결과를 바탕으로 연구의 의의를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 현재까지 활발하게 사용되고 있는 두 가지 다차원적 완벽주의 척도(FMPS, HMPS)를 사용하여 완벽주의 군집을 도출하였다. Frost(1990)의 다차원적 완벽주의 척도는 개인적 특성을 고려하였고, Hewitt(1991)의 다차원적 완벽주의 척도는 관계적, 사회적 특성을 고려한 척도인데, 이 두 가지 척도를 동시에 사용함으로써 완벽주의의 일부 특성만을 고려하여 군집을 살펴본 선행연구들에 비해 포괄적인 관점에서 완벽주의를 이해하고자 하였다. 기존의 연구들은 두 가지 척도 중 하나의 척도만을 사용하거나, 두 가지 척도의 하위요인을 전부 사용하지 않고 선별하여 사용하였다. 이에 본 연구는 두 가지 척도의 9가지 하위요인을 모두 사용하여 완벽주의의 군집을 도출함으로써 완벽주의에 대한 이해의 폭을 넓혔다고 할 수 있다.

둘째, 많은 대학생들이 현대 사회 속에서 완벽함을 요구받으며, 상담 장면에서 완벽주의에 대한 호소가 빈번하다. 본 연구에서는 완벽주의 군집을 살

펴봄으로써 실제 대학생들에게 완벽주의가 어떠한 모습으로 나타나는지 살펴 보았다. 또한 이들 군집 간에 자기결정성과 수동, 능동 두 가지 차원의 지연행동의 차이를 살펴봄으로써 완벽주의로 인해 나타나는 긍정적, 부정적 특성을 함께 살펴 보았고, 각 군집에 맞춰 좀 더 세분화되고 개별적인 접근을 할 수 있도록 상담개입에서의 시사점을 제시하였다. 5개의 완벽주의 군집을 토대로 내담자의 특성을 파악하여 상담에서 차별적으로 개입하고 전략을 세울 수 있도록 도움을 줄 수 있고, 각기 다른 완벽주의 성향을 띠는 대학생들에게 각 완벽주의 특성에 맞게 효과적으로 개입할 수 있는 상담 프로그램을 개발하는데 기초자료를 제공할 수 있을 것이다.

셋째, 본 연구에서는 부모 압력을 느끼는 완벽주의 군집이 하나의 독립된 군집으로 도출되었다. 이는 우리나라 문화에서 부모의 압력이 대학생에게 여전히 많은 영향을 미친다는 것을 시사하며, 이를 통하여 대학생 개인의 개입에서 나아가 필요시 부모의 개입도 이루어질 필요가 있음을 알 수 있다.

본 연구의 제한점 및 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 여학생에 비해 남학생의 수가 적어 남녀의 성비가 균등하지 않게 자료가 수집되었다. 이에 후속 연구에서는 남녀의 성비를 균등하게 자료를 수집하고 연구를 실시하여 본 연구결과의 군집유형이 반복적으로 동일하게 도출되는지 확인하는 연구가 수행될 필요가 있다.

둘째, 후속 연구에서는 본 연구에서 사용한 자기결정성, 수동, 능동 지연행동 이외에 완벽주의로 인한 다양한 행동 관련 변인들을 고려한 연구들이 진행될 필요가 있다. 이러한 연구들은 다양하게 정의되어지는 완벽주의를 통합하여 완벽주의를 파악하는데 도움을 주고 완벽주의에 대한 이해를 넓혀갈 수 있을 것이다. 또한 본 연구에서의 부모 압력은 개인의 지각에 의한 것으로 실제 부모의 압력이 개인의 지각한 정도와 같은지에 대해서는 알 수

가 없다. 이에 실제 부모의 압력이 어떠한지 측정할 수 있는 요인을 추가하여 연구를 진행할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 기존 선행연구들의 결과와는 다르게 자기결정성을 알아볼 수 있는 기본심리욕구 척도 중 자율성 척도의 경우 내적 신뢰도(Cronbach's α)가 낮게 나왔다. 이에 후속 연구를 통하여 자율성 척도의 신뢰도를 검증해 보는 것이 필요할 것으로 보인다.

넷째, 본 연구에서는 완벽주의의 군집연구의 대상으로 대학생 선정하여 진행하였다. 따라서 대학생 이외의 사람들에게 본 연구의 결과를 일반화하는 것에는 제한이 있을 것으로 보인다. 이에 후속 연구에서는 대학생 이외 직장인과 같은 성인 등 다양한 연령대에서 완벽주의 군집이 어떠한 모습으로 형성되는지를 연구하고 비교할 필요가 있을 것으로 사료된다.

다섯째, 본 연구의 결과를 상담 장면에 적용하는 것에 있어 내담자가 어떠한 군집에 속하는지 분별할 수 있는 방법이나 도구에 대한 연구가 진행될 필요가 있다. 상담 장면에서 본 연구에 사용된 척도를 사용하는 것이 가장 정확한 방법이라고 볼 수 있으나, 많은 문항 수로 이루어져 있는 척도 2가지를 사용하여 완벽주의 유형을 파악하는 것에는 무리가 있을 것으로 보인다. 그렇기 때문에 완벽주의를 호소하는 내담자와 상담을 진행할 때 상담자는 각 유형의 특징을 염두에 두고 관련 질문을 통하여 유형을 파악하고 확인하는 작업이 필요할 것으로 보이며, 보다 정확한 평가를 위해서는 완벽주의 군집별 특성을 객관적으로 분별할 수 있는 방법이나 도구에 대한 연구가 필요할 것으로 보인다.

참 고 문 헌

- 김민성, 신태수. (2010). 중학생이 지각한 학교의 심리적 환경과 자기결정성, 학습노력, 학업성취, 학교만족도의 인과관계 분석. **아시아교육연구**, 11(3), 43-70.
- 김아영, 오순애. (2001). 자기결정성 정도에 따른 동기유형의 분류. **教育心理研究**, 15(4), 97-119.
- 김옥란, 김완일, 장동원. (2013). 군 병사의 자기복잡성과 우울 간의 관계: 자기결정성의 매개효과. **상담학연구**, 14(5), 2715-2733.
- 김은영. (2007). 남녀 대학생의 자율성, 유능감, 관계성이 진로미결정에 미치는 영향. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 19(4), 1079-1100.
- 김은주. (2007). 부모자녀관계와 자기결정성 요인들이 대학신입생들의 학교생활 만족도에 미치는 영향. **교육심리연구**, 21(3), 539-555.
- 김주환, 김은주, 홍세희 (2006). 한국 남녀 중학생 집단에서 자기결정성이 학업성취도에 주는 영향. **한국교육심리학회**, 20(1), 243-264.
- 김현정. (2003). 완벽주의, 충동성, 자기효능감, 및 실패공포가 지연행동에 미치는 영향. 고려대학교 석사학위논문.
- 김현희, 김창대. (2011). 완벽주의자 하위 유형 분류 연구 - 평가염려, 개인기준 완벽주의자 중심으로. **상담학연구**, 12(1), 373-391.
- 김희정. (2010). 능동-수동 지연행동에 관련되는 심리적 특성 및 정서적 고통. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김희정, 박관성. (2019). 고등학생의 스마트폰중독과 학업무기력의 관계에서 자기결정성 기본심리욕구의 매개효과. **학습자중심교과교육연구**, 19(12), 211-229.

- 문경. (1998). 완벽주의 차원과 자기효능감이 우울에 미치는 영향. **학생생활상담**, 17(-), 82-102.
- 박병기, 이종욱, 홍슬표. (2005). 자기 결정성 이론이 제안한 학습동기 분류 형태의 재구성. **교육심리연구**, 19(3), 699-717
- 박재우. (1998). **과제의 자아 위협도와 완벽주의가 과제 지연행동에 미치는 영향**. 고려대학교 석사학위논문.
- 박현주, 정대용. (2010). 상담일반 : 완벽주의 하위집단의 특징: 지연행동, 문제 해결 평가, 대인관계 문제를 중심으로. **상담학연구**, 11(3), 975-991.
- 배병훈, 신희천 (2009). 자기결정성과 학업 꾸물거림이 학업 스트레스에 미치는 영향: 다변량 잠재성장모형을 이용한 종단분석. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 21(3), 747-764.
- 서문식, 노태석. (2013). 관계마케팅에서 지각된 자기결정성의 역할: 관계구축 및 유지단계에서의 종단적 접근. **마케팅관리연구**, 18(4), 45-86.
- 서영숙 (2008). **대학생의 완벽주의가 심리적 부적응에 미치는 영향: 수치심과 대처방식의 매개효과**. 경북대학교 박사학위논문.
- 설미향, 이윤형 (2011). 다차원적 완벽주의와 자기에가 열등감에 미치는 영향. **한국심리학회지: 건강**, 24(3), 1-17.
- 심은정, 신선임. (2018). 대학생의 완벽주의 유형에 따른 부정정서와 자기패배적 행동의 차이. **상담학연구**, 19(1), 289-308.
- 유경이. (2014). **평가염려 완벽주의와 학업지연행동의 관계에서 긍정적 평가에 대한 두려움과 자기결정성의 매개효과**. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 이명희, 김아영. (2008). 자기결정성이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 22(4), 157-174.

- 이미라, 오경자. (2009). 완벽주의 성향과 학업동기 수준이 학업적 지연행동에 미치는 영향. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 28(2), 363-377.
- 이수민, 양난미. (2011). 완벽주의가 학업지연행동에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 23(3), 717-738.
- 이아람, 이정윤. (2015). 대학생의 완벽주의 특성에 따른 군집유형. *상담학연구*, 16(3), 215-231.
- 이정아. (2010). **낙관 지연의 적응모형**. 중앙대학교 박사학위논문.
- 이지연, 조혜숙. (2011). 초등학생의 부적응적 완벽주의와 학업적 지연행동의 관계에서 실패공포의 매개효과 검증. *청소년시설환경*, 9(4), 35-48.
- 이지혜, 이재신 (2009). 영재들의 메타인지와 자기주도적 학습능력 간의 관계: 자기결정성 학습동기의 매개효과. *중등교육연구*, 57(1), 89-114.
- 임성문. (2006). 각성형과 회피형의 만성적 지연행동 측정. *한국심리학회지: 일반*, 25(2), 91-102.
- 임연옥, 하정희. (2010). e-learning 학습자의 학업지연에 영향을 미치는 개인성향 요인들: 완벽주의, 반추사고, 자기결정성의 구조적 관계모형 검증. *교육학연구*, 48(4), 21-49.
- 장경문 (2007). 아동이 지각하는 부모의 심리적 통제와 아동의 내외향적 성격 특성에 따른 자기결정성 및 학업성적의 차이. *초등교육연구*, 20(1), 165-179.
- 장애경, 이지연. (2011). 대학생의 평가염려 완벽주의와 우울, 불안간의 관계에서 타인에 의한 타당화 매개효과. *상담학연구*, 12(3), 881-896.
- 전성희, 신미, 유미숙 (2011). 청소년의 자기결정성에 영향을 주는 요인들. *청소년학 연구*, 18(1), 275-296.
- 정상목, 이동귀. (2013). 대학생의 완벽주의 성향에 따른 하위집단의 특징. *상담학연구*, 14(2), 857-875.

- 정승진. (1999). **완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담프로그램개발**. 연세대학교 박사학위논문.
- 조한익, 권혜연 (2010). 청소년의 자기결정성 학습동기와 학업성취의 관계. **청소년학 연구**, 17(11), 47-68.
- 조한익, 이나영 (2010). 청소년의 학업성취와 자아탄력성과의 관계: 자기결정성 동기의 매개효과를 중심으로. **청소년학연구**, 17(6), 1-20.
- 조한익, 황정은. (2012). 중학생이 지각한 부모의 양육태도와 자기결정성 학습 동기 간의 관계: 정서경험의 매개효과를 중심으로. **청소년학연구**, 19(4), 27-52.
- 조현철. (2011). 내외적 학습동기, 자기결정성, 목표지향, 자기지각, 지능관 및 자기조절학습전략 요인들의 학습태도, 학습행동 및 학업성취에 대한 효과. **교육심리연구**, 25(1), 33-60.
- 진주은. (2015). **고등학생의 사회적으로 부과된 완벽주의성향이 학업지연행동에 미치는 영향**. 단국대학교 석사학위논문.
- 진주은, 김은하. (2016). 고등학생의 사회적으로 부과된 완벽주의성향이 학업지연행동에 미치는 영향: 실패공포와 자기결정성의 매개효과. **상담학연구**, 17(2), 139-156.
- 최영민, 권혁기, Choi, Y., & Kwon, H. (2019). 소셜 커머스 관계હે택이 신뢰와 몰입 및 고객 충성도에 미치는 영향: 자기결정성을 중심으로. **한국산업정보학회논문지**, 24(3), 39-50.
- 추상엽, 임성문. (2008). 실패공포와 학업적 지연행동 간의 관계. **한국청소년연구**, 19(4), 169-198.
- 하주희. (2016). **대학생의 지연행동 유형에 따른 심리적 특성**. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 한기연. (1993). **다차원적 완벽성**. 고려대학교 박사학위논문.

- Aitken, M. E. (1982). A personality profile of the college student procrastinator (Doctoral dissertation, ProQuest Information & Learning).
- Anderson, R., Manoogian, S. T., & Reznick, J. S. (1976). The undermining and enhancing of intrinsic motivation in preschool children. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34(5), 915.
- Baard, P. P., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2004). Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and Well-Being in two work settings 1. *Journal of applied social psychology*, 34(10), 2045-2068.
- Brodav, S. F. (1988). Perfectionism and millon basic personality patterns. *Psychological Reports*, 63(3), 791-794.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist script for self-defeat. *Psychology today*, 14(6), 34-52.
- Campbell, J. D., & Paula, A. D. (2002). Perfectionistic self-beliefs: Their relation to personality and goal pursuit.
- Chang, E. C., Watkins, A., & Banks, K. H. (2004). How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 93.
- Choi, J. N., & Moran, S. V. (2009). Why not procrastinate? development and validation of a new active procrastination scale. *The Journal of Social Psychology*, 149(2), 195-212.
- Chu, A. H. C., & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and

- performance. *The Journal of Social Psychology*, 145(3), 245-264.
- Deci, E. L. (1971). Effects of externally mediated rewards on intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 18(1), 105.
- Deci, E. L., Koestner, R., & Ryan, R. M. (2001). Extrinsic rewards and intrinsic motivation in education: Reconsidered once again. *Review of Educational Research*, 71(1), 1-27.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19(2), 109-134.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1992). The initiation and regulation of intrinsically motivated learning and achievement. *Achievement and Motivation: A Social-Developmental Perspective*, 9-36.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. *Handbook of Self-Determination Research*, 3-33.
- Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagné, M., Leone, D. R., Usunov, J., & Kornazheva, B. P. (2001). Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former eastern bloc country: A cross-cultural study of self-determination. *Personality and social psychology bulletin*, 27(8), 930-942.
- 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(4), 437.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. New York, NY:

Institute for Rational Living.

- Ferrari, J. R. (1992). Psychometric validation of two procrastination inventories for adults: Arousal and avoidance measures. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 14(2), 97-110.
- Ferrari, J. R., & Tice, D. M. (2000). Procrastination as a self-handicap for men and women: A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of Research in Personality*, 34(1), 73-83.
- Ferrari, J. R., Barnes, K. L., & Steel, P. (2009). Life regrets by avoidant and arousal procrastinators: Why put off today what you will regret tomorrow?. *Journal of Individual Differences*, 30(3), 163-168.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 20(2), 85-94.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism: Theory, research, and treatment. American Psychological Association.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Koledin, S. (1991). Dimensions of perfectionism and irrational thinking. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 9(3), 185-201.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K., & O'Brien, S. (1991). Perfectionism and learned resourcefulness in depression and self-esteem. *Personality and individual differences*, 12(1), 61-68.
- Frodi, A., Bridges, L., & Grolnick, W. (1985). Correlates of mastery-related behavior: A short-term longitudinal study of infants in their second year. *Child Development*, , 1291-1298.
- 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., 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.
- Hair, J. H. Jr & Black, W. C. (2000). Cluster analysis. In Grimm, L. G. and Yarnold, P. R. (Ed.), *Reading and Understanding More Multivariate Statistics*. American Psychological Association, (pp.147-205). Washington DC.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.
- Harackiewicz, J. M. (1979). The effects of reward contingency and performance feedback on intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(8), 1352.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(1), 98-101.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress,

- and depression: A test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(1), 58.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103.
- Howell, A. J., Watson, D. C., Powell, R. A., & Buro, K. (2006). Academic procrastination: The pattern and correlates of behavioural postponement. *Personality and Individual Differences*, 40(8), 1519-1530.
- Kawamura, K. Y., Frost, R. O., & Harmatz, M. G. (2002). The relationship of perceived parenting styles to perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 32(2), 317-327.
- Kruglanski, A. W., Riter, A., Amitai, A., Margolin, B., Shabtai, L., & Zaksh, D. (1975). Can money enhance intrinsic motivation? A test of the content-consequence hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31(4), 744.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20(4), 474-495.
- Lay, C. H. (1988). The relationship of procrastination and optimism to judgments of time to complete an essay and anticipation of setbacks. *Journal of social behavior and personality*, 3(3), 201-214.
- Lepper, M. R., Greene, D., & Nisbett, R. E. (1973). Undermining children's intrinsic interest with extrinsic reward: A test of the "overjustification" hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 28(1), 129.
- McCown, W., Johnson, J., & Petzel, T. (1989). Procrastination, a principal

- components analysis. *Personality and Individual Differences*, 10(2), 197-202.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39(4), 386.
- McCown, W., & Johnson, J. (1989). Validation of an adult inventory of procrastination. Society for Personality Assessment, New York.
- 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(3), 304.
- Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment, and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 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.
- Ryan, R. M. (1982). Control and information in the intrapersonal sphere: An extension of cognitive evaluation theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(3), 450.
- Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In Edward L. Deci and Richard M. Ryan (Eds.), *Perspectives on motivation*, 38(237), 237-288.
- Ryan, R. M. (1993). Agency and organization: Intrinsic motivation, autonomy, and the self in psychological development.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality*, 63(3), 397-427.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being.

- American Psychologist, 55(1), 68.
- Ryan, R. M., & Lynch, J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, , 340-356.
- Saddler, C. D., & Buley, J. (1999). Predictors of academic procrastination in college students. *Psychological Reports*, 84(2), 686-688.
- Saddler, C. D., & Sacks, L. A. (1993). Multidimensional perfectionism and academic procrastination: Relationships with depression in university students. *Psychological Reports*,
- Schraw, G., Wadkins, T., & Olafson, L. (2007). Doing the things we do: A grounded theory of academic procrastination. *Journal of Educational Psychology*, 99(1), 12.
- Slade, P. D., & Owen, R. G. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 22, 372-390.
- Slaney, R. B., & Ashby, J. S. (1996). Perfectionists: Study of a criterion group. *Journal of Counseling & Development*, 74(4), 393-398.
- Slaney, R. B., Chadha, N., Mobley, M., & Kennedy, S. (2000). Perfectionism in asian indians: Exploring the meaning of the construct in india. *The Counseling Psychologist*, 28(1), 10-31.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised almost perfect scale. *Measurement and evaluation in counseling and development*, 34(3), 130.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503.

- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319.
- Stumpf, H., & Parker, W. D. (2000). A hierarchical structural analysis of perfectionism and its relation to other personality characteristics. *Personality and Individual Differences*, 28(5), 837-852.
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473-480.
- 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.

ABSTRACT

Differences in Self-determination, Passive and Active Procrastination Behavior by the Clusters of Perfectionism

Jung ah Lee

Department of Psychology

Graduate school of

Sungshin 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 perspectives toward perfectionism. The participants of this study were 516 college students and all scales used in the questionnaire were as follows: two Multidimensional Perfectionism Scales (FMPS, HMPS), Basic Psychological Need Scale, Passive Procrastination Scale and Active Procrastination Scale. Finally, for the right purpose of this study, only 488 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 differences in Self-determination, Passive and Active Procrastination within sub-types of perfectionism. Cluster 1 named as 'Social-prescribed perfectionism with parent pressure' showed the high parental expectation and criticism, concern over mistake, doubt of action and social-prescribed perfectionism. personal standard, parental expectation

and the low the others. Cluster 2 named as 'Non-Perfectionism' because cluster 2 didn't show any characteristics of perfectionism. Cluster 3 named 'high self-imposed standards perfectionism without parent pressure' showed high scores in every aspects of perfectionism except parental expectation and criticism. Cluster 4 named 'high perfectionism in every aspect' showed high scores in every aspects of perfectionism (concerns over mistake, personal standard, parental expectation, parental criticism, doubt about action, organization, self-oriented perfectionism, other-oriented perfectionism, social-prescribed perfectionism). The last, cluster 5 named as 'low perfectionism with organized tendencies' characterized the high organization and self-oriented perfectionism. Through one-way ANOVA, there're significant differences between three behavioral factors, Self-determination, Passive and Active Procrastination. Based on these results, the implications and limitations of this study were discussed.

Key word: Perfectionism, Self-determination, Passive Procrastinaion, Active Procrastinaion, Cluster analysis

부 록

- 부 록 1. 다차원적 완벽주의 척도 (Frost-Multidimensional Perfectionism Scale: FMPS)
- 부 록 2. 다차원적 완벽주의 척도 (Hewitt-Multidimensional Perfectionism Scale: HMPS)
- 부 록 3. Tuckman 지연 척도 (Tuckman Procrastination scale: TPS)
- 부 록 4. 능동 지연 척도 (Active Procrastination Scale: APS)
- 부 록 5. 기본심리욕구 척도(Basic Psychological Need Scale: BPNS)
- 부 록 6. 인구 통계학적 질문지

부 록 1. 다차원적 완벽주의 척도 (Frost-Multidimensional Perfectionism Scale: FMPS)

※ 다음 문항은 개인의 성격특징을 기술해 놓은 것입니다. 아래의 문항을 잘 읽고 평소 자신의 모습과 일치하는 번호를 골라 주십시오.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	나의 부모님은 나에게 매우 높은 기준을 가지고 계신다.	1	2	3	4	5
2	조직하고 체계화하는 일은 나에게 매우 중요하다.	1	2	3	4	5
3	어렸을 때, 일을 완벽하게 해내지 못해서 야단맞은 적이 있다.	1	2	3	4	5
4	스스로에게 상당히 높은 기준을 세우지 않으면 나는 시시한 사람이 되어버릴 것 같다.	1	2	3	4	5
5	나의 부모님은 나의 실수를 결코 이해하려 하지 않으신다.	1	2	3	4	5
6	모든 일을 완벽하게 잘 해내는 것은 내게 중요하다.	1	2	3	4	5
7	나는 깔끔하게 정돈하는 사람이다.	1	2	3	4	5
8	나는 조직적이고 체계적인 사람이 되려고 애쓴다.	1	2	3	4	5
9	만일 직장이나 학업에서 실패한다면, 나는 한 인간으로서 실패한 것이다.	1	2	3	4	5
10	실수를 한다면 속상할 것이 분명하다.	1	2	3	4	5
11	부모님은 내가 모든 면에서 최고이길 바라신다.	1	2	3	4	5
12	나는 다른 사람들보다 목표를 높게 잡는다.	1	2	3	4	5

13	다른 사람이 나보다 더 잘하는 것 같을 때 나는 그 일 모두를 실패한 것처럼 느낀다.	1	2	3	4	5
14	부분적으로 실패하는 경우도 내게는 완전히 실패하는 것과 다름이 없다.	1	2	3	4	5
15	우리 집은 무슨 일이든 뛰어나게 잘 해내야만 인정받을 수 있다.	1	2	3	4	5
16	목표를 달성하기 위해 집중해서 노력한다.	1	2	3	4	5
17	나는 신중하게 어떤 일을 했는데도 그 일이 제대로 되지 않았다고 느낄 때가 자주 있다.	1	2	3	4	5
18	나는 무슨 일에서든지 최고가 아니면 싫다.	1	2	3	4	5
19	나는 아주 높은 목표를 가지고 있다.	1	2	3	4	5
20	나의 부모님은 내가 뛰어나기를 기대하신다.	1	2	3	4	5
21	실수를 하면 다른 사람들이 나에게 대해 평가를 낮게 할 것 같다.	1	2	3	4	5
22	나는 결코 부모님의 기대를 만족시켜 드릴 수 없을 것 같다.	1	2	3	4	5
23	남들만큼 잘하지 못하면 뒤떨어진다고 느낀다.	1	2	3	4	5
24	남들은 나보다 낮은 기준도 만족하는 것 같다.	1	2	3	4	5
25	항상 잘하지 못하면 사람들이 나를 인정하지 않을 것이다.	1	2	3	4	5
26	나의 부모님은 네 장래에 대해 늘 나보다 높은 기대를 하신다.	1	2	3	4	5
27	나는 깔끔하게 정돈하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
28	일상적으로 하는 단순한 일에 대해서도 미심쩍은 생각이 든다.	1	2	3	4	5
29	깔끔하게 정돈하는 것이 중요하다.	1	2	3	4	5

30	매일 하는 과제에 대해서도 다른 사람들보다 더 잘해야 한다고 생각한다.	1	2	3	4	5
31	나는 조직적이고 체계적인 사람이다.	1	2	3	4	5
32	일을 자꾸 되풀이하기 때문에 일처리가 늦어지는 경향이 있다.	1	2	3	4	5
33	무슨 일이든 내 마음에 들게 제대로 하려면 시간이 무척 오래 걸린다.	1	2	3	4	5
34	실수를 적게 할수록 사람들이 나를 더 좋아할 것이다.	1	2	3	4	5
35	결코 부모의 기준을 만족시켜 드릴 수 없을 것 같다.	1	2	3	4	5

부 록 2. 다차원적 완벽주의 척도 (Hewitt-Multidimensional Perfectionism Scale: HMPS)

※ 다음 문항은 개인의 성격특징을 기술해 놓은 것입니다. 아래의 문항을 잘 읽고 자신에게 해당하는 정도의 번호를 골라 주십시오.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	아닌 편이다	보통이다	그런 편이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	일단 일을 시작하고 나면, 다 마칠 때 까지는 쉬지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
2	다른 사람이 일을 너무 쉽게 포기한다고 해서 비난하지는 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
3	나와 가까운 사람이 성공하느냐의 여부는 나에게 그리 중요한 일이 아니다.	1	2	3	4	5	6	7
4	친구가 최선이 아닌 선택을 해도 비난하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
5	다른 사람이 내게 기대하는 것을 만족시키기가 어렵다.	1	2	3	4	5	6	7
6	나의 목표는 모든 일에서 완벽해지는 것이다.	1	2	3	4	5	6	7
7	다른 사람이 하는 모든 일은 최고 수준이어야 한다고 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
8	나는 일을 하면서 완벽을 추구하지는 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
9	주위 사람들은 내가 실수를 할 수도 있다고 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
10	내 주위 사람들이 최선을 다하지 않는 것을 봐도 나는 별로 문제 삼지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7

11	내가 일을 잘할수록 사람들은 내가 더 잘할 것으로 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
12	나는 완벽해지고자 하는 욕구가 거의 없다.	1	2	3	4	5	6	7
13	내가 일을 훌륭하게 못해내면 사람들은 나를 형편없다고 생각할 것이다.	1	2	3	4	5	6	7
14	나는 가능한 한 완벽하려고 애쓴다.	1	2	3	4	5	6	7
15	모든 일을 완벽하게 하는 것이 나에게서 매우 중요한 일이다.	1	2	3	4	5	6	7
16	나는 나에게 중요한 사람들에게 높은 기대를 갖는다.	1	2	3	4	5	6	7
17	나는 내가 하는 모든 일에서 최선을 다한다	1	2	3	4	5	6	7
18	주위 사람들은 내가 모든 일에서 성공하기를 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
19	나는 내 주위 사람들에 대해 높은 기준을 가지고 있지 않다.	1	2	3	4	5	6	7
20	나 자신이 완벽하기를 바란다.	1	2	3	4	5	6	7
21	내가 모든 일을 다 잘하지 않더라도 사람들은 나를 좋아할 것이다.	1	2	3	4	5	6	7
22	스스로 더 나아지려고 노력하지 않는 사람들을 보면 나는 참을 수가 없다.	1	2	3	4	5	6	7
23	내가 한 일에서 실수를 발견하게 되면 마음이 불편하다.	1	2	3	4	5	6	7
24	나는 내 친구들에게 많은 기대를 하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
25	성공이란 내가 다른 사람들을 만족시키기 위해 더욱 열심히 일해야 한다는 것을 의미한다.	1	2	3	4	5	6	7
26	내가 누군가에게 일을 부탁한 경우, 그 일이 완벽하게 되어 있기를 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7

27	나와 가까운 사람들이 실수하는 것을 참을 수가 없다.	1	2	3	4	5	6	7
28	나는 목표를 완벽하게 세우려고 한다.	1	2	3	4	5	6	7
29	내게 중요한 사람들은 결코 나를 실망시켜서는 안 된다.	1	2	3	4	5	6	7
30	내가 성공하지 못하더라도 사람들은 나를 괜찮은 사람으로 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
31	나는 다른 사람들이 내게 너무 많은 요구를 한다고 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
32	나는 항상 최선을 다해 일해야 한다.	1	2	3	4	5	6	7
33	내가 실수했을 때, 사람들은 비록 드러내지는 않더라도 매우 실망할 것이다.	1	2	3	4	5	6	7
34	내가 하는 모든 일에서 최고일 필요는 없다.	1	2	3	4	5	6	7
35	나의 가족들은 내가 완벽하기를 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
36	나는 내 자신에게 매우 높은 목표를 세우지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
37	부모님께서서는 내가 하는 모든 일에서 뛰어나기를 기대하시지는 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
38	나는 평범한 사람을 존경한다.	1	2	3	4	5	6	7
39	사람들은 나에게 완벽함을 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
40	나는 나 자신에게 높은 기준을 부여한다.	1	2	3	4	5	6	7
41	사람들은 나에게 내가 할 수 있는 것보다 많은 것을 기대한다.	1	2	3	4	5	6	7
42	나는 학업에서나 일에서나 항상 성공해야 한다.	1	2	3	4	5	6	7
43	친한 친구가 최선을 다하지 않아도 내게는 그	1	2	3	4	5	6	7

	리 문제되지 않는다.							
44	내가 실수를 할 경우에도 내 주위사람들은 여전히 나를 유능하다고 생각한다.	1	2	3	4	5	6	7
45	나는 다른 사람들이 모든 일을 잘 해야 한다고 기대하지는 않는다.	1	2	3	4	5	6	7

부 록 3. 기본심리욕구 척도 (Basic Psychological Need Scale: BPNS)

※ 다음은 자기결정성에 대한 질문입니다. 귀하의 생각과 가장 가까운 번호를 골라 주십시오.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	아닌 편이다	그런 편이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 삶을 어떻게 살아가는지에 대해 스스로 자유롭게 결정하는 편이다.	1	2	3	4	5	6
2	내 일을 진행하는 방법을 스스로 결정할 기회가 많지는 않다.	1	2	3	4	5	6
3	일상생활에서 나는 자주 남이 시키는 대로 해야만 한다.	1	2	3	4	5	6
4	나는 대체로 내 생각과 의견을 자유롭게 표현할 수 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
5	나는 내가 내 인생을 어떻게 살아갈지 스스로 결정할 수 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
6	어떤 일을 할 때 내 생각대로 일을 처리하기보다는 다른 사람의 생각이나 처리 방식을 따를 때가 있다.	1	2	3	4	5	6
7	나는 내 자신이 매우 효율적이라고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
8	나는 대부분 내가 하는 일들로부터 성취감을 느낀다.	1	2	3	4	5	6
9	나는 가능한 한 완벽하려고 애쓴다.	1	2	3	4	5	6
10	내가 아는 사람은 내가 일을 잘 한다고 말한다.	1	2	3	4	5	6

11	나는 내가 아는 것을 다른 사람에게 가르칠 수 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
12	나는 다른 사람보다 잘 하는 것이 많다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
13	나는 내 주변 사람들로 부터 사랑과 관심을 받는 것을 느낀다.	1	2	3	4	5	6
14	나와 정기적으로 만나는 사람들은 나를 별로 좋아하지 않는 것 같다.	1	2	3	4	5	6
15	나는 내가 만나는 사람들과 잘 지낸다.	1	2	3	4	5	6
16	나는 내 주변 사람들을 정말 좋아한다.	1	2	3	4	5	6
17	내 주변 사람들과 나는 평소에 서로 도움을 주고 받는다.	1	2	3	4	5	6
18	내 주변 사람들은 평소에 나와 감정을 공유할 때가 많다.	1	2	3	4	5	6

부 록 4. Tuckman 지연 척도 (Tuckman Procrastination scale: TPS)

※ 다음은 일이나 과제를 미루는 상황에 대한 질문입니다. 마감시간까지 미루게 되는 일반적인 일, 과제 등에 대해 생각하시고 해당되는 번호를 골라 주십시오.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	중요한 일인데도 불필요하게 일의 완료를 미룬다.	1	2	3	4	5
2	좋아하지 않는 일의 시작을 미룬다.	1	2	3	4	5
3	마감 시한이 정해져 있을 때는 최종 순간까지 미루어둔다.	1	2	3	4	5
4	곤란한 결정을 내리는 것을 미룬다.	1	2	3	4	5
5	공부관과(작업 습관)을 향상시키는 것을 미룬다.	1	2	3	4	5
6	어떤 일을 하지 않는 것에 대한 핑계거리를 찾는다.	1	2	3	4	5
7	지루한 일(과제)에도 필요한 시간을 할당한다.	1	2	3	4	5
8	나는 고치기 힘든 시간 허비자이다.	1	2	3	4	5
9	나는 시간 허비자이지만, 이런 문제에 대해 아무것도 할 수 없을 것 같다.	1	2	3	4	5
10	문제를 다루기 너무 곤란할 때 미룬다.	1	2	3	4	5
11	어떤 일을 하겠다고 스스로 약속하고는, 미룬다.	1	2	3	4	5

12	실행계획을 세울 때 마다 그 계획에 따른다.	1	2	3	4	5
13	시작하지 않는 내 자신이 싫지만, 그런 나를 변화시키지는 않는다.	1	2	3	4	5
14	중요한 일은 항상 시간 여유를 가지고 완료한다.	1	2	3	4	5
15	그 일을 시작하는 것이 얼마나 중요한지를 알고 있을 때에도 다른 일에 전념한다.	1	2	3	4	5
16	일을 내일로 미루는 것은 내 생활방식이 아니다.	1	2	3	4	5

부 록 5. 능동 지연 척도 (Active Procrastination Scale: APS)

※ 다음은 능동 지연행동에 관련된 질문입니다. 아래의 문항을 잘 읽고 평소 자신의 모습과 일치하는 번호를 골라 주십시오.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	아닌 편이다	보통이다	그런 편이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	마감시간에 임박했을 때 일의 효율이 떨어지곤 한다.	1	2	3	4	5	6	7
2	나는 급히 처리해야 하는 일을 잘 할 수 없다.	1	2	3	4	5	6	7
3	마지막까지 미뤘던 일의 결과를 보면 만족스럽지 않다.	1	2	3	4	5	6	7
4	마감시간까지 여유 있게 일을 처리할 수 있다면, 나는 더 좋은 결과를 낼 수 있다.	1	2	3	4	5	6	7
5	마감시간이 임박한 상황에서 일하는 게 무척 괴롭다.	1	2	3	4	5	6	7
6	압박 속에서 일을 하도록 강요받을 때에는 의기소침해지고 일이 내키지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
7	지나친 시간적 압박을 받으면 긴장되고 집중이 되지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7
8	마감시간이 가까워져 서둘러야 할 때 좌절하게 된다.	1	2	3	4	5	6	7
9	나는 시간을 보다 효율적으로 사용하기 위해서 어떤 일들은 일부러 미뤄 놓는다.	1	2	3	4	5	6	7
10	나는 일에 대한 동기가 최대가 될 때까지 의도적으로 일을 미룬다.	1	2	3	4	5	6	7
11	나는 시간을 더욱 잘 활용하기 위해서, 고의적으로 어떤 일들을 미룬다.	1	2	3	4	5	6	7

12	나는 대부분 내게 할당된 일은 마감시간 바로 전에 끝내는데, 이는 내가 그렇게 하려고 했기 때문이다.	1	2	3	4	5	6	7
13	나는 종종 막판에 일을 시작하고서는, 제시간에 일을 마무리하지 못하곤 한다.	1	2	3	4	5	6	7
14	나는 때때로 내가 스스로 정한 목표를 달성하지 못한다.	1	2	3	4	5	6	7
15	나는 종종 일을 더디게 처리하곤 한다.	1	2	3	4	5	6	7
16	어떤 일을 한번 시작하면 끝마치기가 어렵다.	1	2	3	4	5	6	7

부 록 6. 인구통계학적 질문지

1. 귀하의 성별은 무엇입니까? ① 남성 ② 여성
2. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까? 만 세
3. 귀하가 사는 지역은 어떻게 되십니까?
①서울 ②경기 ③충청 ④전라 ⑤경상 ⑥기타:()
4. 귀하의 학교 유형은 어떻게 되십니까?
①남녀공학 ②여자대학
5. 귀하의 학년은 어떻게 되십니까?
①1학년 ②2학년 ③3학년 ④4학년 ⑤기타:()
6. 귀하의 전공은 어떻게 되십니까?
①인문사회계열 ②자연이공계열 ③생활과학계열 ④법학계열
⑤상경계열 ⑥사범계열 ⑦예체능계열 ⑧의료간호계열
⑨기타:()