

사회부과 완벽주의와 우울 간의 관계: 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성의 매개효과[†]

이 태 영 송 미 경^{*}
서울여자대학교

본 연구는 사회부과 완벽주의, 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성이 우울에 미치는 영향을 검증하여 대학생들의 적응을 도울 수 있는 방안을 모색하고자 구조방정식 검증을 실시하였다. 이에 541명의 대학생들을 대상으로 다차원적 완벽주의 척도(MPS), 한국판 완벽주의적 자기제시 척도(PSPS-K), 정서표현 양가성 척도(AEQ-K), 우울성향척도(CES-D)로 구성된 설문조사를 실시하였다. 분석 결과 각 변인들은 모두 정적 상관을 보였고, 사회부과 완벽주의가 정서표현 양가성에 미치는 직접효과는 유의하지 않은 반면 사회부과 완벽주의가 완벽주의적 자기제시를 통해 정서표현 양가성에 영향을 미치는 간접효과는 유의하였다. 또한, 완벽주의적 자기제시가 우울에 미치는 직접효과는 유의하지 않았지만 완벽주의적 자기제시가 정서표현 양가성을 매개로하여 우울에 영향을 미치는 간접효과가 유의한 것으로 나타났다. 한편, 사회부과 완벽주의가 완벽주의적 자기제시 수준을 증가시키고 이는 다시 정서표현 양가성 수준을 증가시킴으로써 우울 수준을 높이는 이중 매개효과는 유의한 것으로 나타났다. 이와 같은 연구결과를 토대로 상담에서의 시사점 및 후속연구를 위한 제언을 제시하였다.

주요어: 사회부과 완벽주의, 우울, 완벽주의적 자기제시, 정서표현양가성, 구조방정식, 매개효과

[†] 본 연구는 이태영(2014)의 서울여자대학교 석사학위논문 '사회부과 완벽주의와 우울관계에서 완벽주의적 자기제시와 정서표현양가성의 매개효과'를 수정 보완한 것으로, 일부 내용은 2015년 한국임상심리학회 봄학술대회에서 포스터 발표되었음.

^{*} 교신저자(Corresponding author) : 송미경, (01797) 서울특별시 노원구 화랑로 621 서울여자대학교 교육심리학과, Tel: 02-970-5564, E-mail: songdouce@swu.ac.kr

한 철학자는 현대 사회를 무한정한 ‘할 수 있음’의 긍정 도식을 가지고 끊임없이 생산성을 추구하는 ‘성과사회’라고 이야기한다(한병철, 2012). 그의 통찰처럼 현대인들은 학업, 외모, 운동, 경제적 능력 등 모든 면에서 더 ‘완벽’해지기 위해 끊임없는 경쟁을 하고 있다. 이러한 시대적 분위기에 맞춰 자신만의 목표 혹은 사회의 기준에 맞게 높은 기준을 세우고 이에 도달하려고 하는 성향을 가리켜 ‘완벽주의(Perfectionism)’라 한다(오혜지, 2012). 완벽주의 성향은 과도하게 높은 기준을 설정하고 이를 추구하고 더불어 실패에 선택적으로 주의를 기울이거나 과일반화 하는 경향을 말한다. 또한, 전부 혹은 전무(all-or-none)의 이분법적 사고를 가지고 자신에 대해 엄격한 평가를 내리는 성격 특성을 의미한다(Hewitt & Flett, 1991). Hewitt과 Flett(1991)은 이러한 완벽주의를 다차원적 개념으로 소개하면서 개인의 적응에 중요한 타인 관계적 측면을 반영하여 완벽주의적 행동이 향하는 대상에 따라 세 가지 하위차원으로 구분하였다. 즉, 스스로의 완벽성을 추구하는 성향의 ‘자기지향 완벽주의(Self-Oriented Perfectionism)’, 중요한 타인에게 완벽성을 요구하는 ‘타인지향 완벽주의(Other-Oriented Perfectionism)’, 타인이 자신에게 높은 기준을 세운다고 지각하고 그들의 요구에 맞춰 완벽해지려고 행동하는 ‘사회부과 완벽주의(Socially Prescribed Perfectionism)’의 세 가지 차원이다. 완벽주의적 성향은 성공을 위해 필요한 미덕으로 여겨지기도 하고 개인의 성취와 같은 이익을 주기도 한다. 하지만 완벽주의자들은 비현실적인 기준에 대한 집착으로 지금 여기에서 일어나는 만족감을 누리지 못하고 자기비난이나 좌절감을 자주 경험하게 된다(김윤희, 서수균,

2008). 이로 인해 완벽주의 성향은 우울, 불안, 섭식장애(Flett, Besser, & Hewitt, 2014; Garcia, Dattilo, & DelPozo, 2012; Gnilka, Ashby, & Noble, 2012)와 같은 심리적 부적응과 관련되는 것으로 보고되었다.

완벽주의와 심리적 부적응과의 관련성은 완벽주의의 하위차원에 따라 다르게 나타난다. 일부 연구들에서는 자기지향 및 타인지향 완벽주의가 심리적 부적응과 관련이 있다는 결과를 보고했지만 건설적인 성취 추구에 대한 노력, 높은 업무 수행, 높은 자기효능감, 긍정적 정서 등과의 관련성을 보고한 결과도 있었다(김현정, 손정락, 2006; 이미화, 2001; 홍석인, 2007; Milyavskaya et al., 2014; Stoeber, 2014). 반면, 사회부과 완벽주의는 다른 완벽주의 하위차원과는 달리 다양한 심리적 부적응과 일관된 결과를 보이고 있다. 사회부과 완벽주의자들은 타인이 자신에게 비현실적으로 높은 기준을 부여하고 자신은 이를 통제할 수 없다고 지각한다. 이로 인해 부정적 평가에 대한 두려움이 많고 분노, 불안, 우울, 폭식행동 등을 경험하기 쉬운 것으로 나타났다. 또한 사회부과 완벽주의 성향 사람들은 자기 비난적이고 자이존중감이 낮으며 지각된 사회적 지지 수준이 낮아 개인 내적 문제 및 대인관계문제를 보인다고 보고되었다(손은정, 2013; 오혜지, 2012; 천영자, 2013; Flett, Blankstein, Hewitt, & Koledin, 1992). 종합해 보면, 완벽주의 성향과 심리적 부적응 및 병리의 관련성은 하위차원에 따라 다르게 나타나고, 사회부과 완벽주의 차원이 다른 하위차원들에 비해 심리적 부적응과 일관된 관련성을 보인다고 할 수 있다. 이렇게 심리적 부적응과 일관된 관련성을 보이는 사회부과 완벽주의는 심리적 부적응

중에서도 특히, 우울과 가장 연관이 높게 나타난다. 한 단기 종단 연구에서는 사회부과 완벽주의가 우울증을 예측하는 가장 유력한 요인이었고, 스트레스와 함께 우울에 영향을 미치며 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 스트레스 수준이 높아져 우울을 증가시키는 것으로 나타났다(Hewitt, Flett, & Ediger 1996). 또한, 사회부과 완벽주의 성향은 자아존중감을 감소시키고, 반추적 반응을 증가시켜 우울에 간접적인 영향을 준다는 결과도 있었다(김현정, 손정락, 2006; 이미화, 2001; 홍석인, 2007).

이와 같이 사회부과 완벽주의와 우울은 서로 밀접한 관련을 보이는데, 이는 대학생을 대상으로 한 연구에서도 동일한 결과를 보인다. 완벽주의로 인해 심리적 고통을 겪는 남자, 여자 대학생이 각각 21%, 26%에 이르고, 대학생의 완벽주의와 주관적 안녕감의 관계를 본 연구에서는 사회부과 완벽주의가 대학생의 우울에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 부적응적 완벽주의 성향이 높을수록 우울 수준이 높아지고 자살 사고가 증가한다는 연구 결과는 완벽주의와 우울이 대학생 자살에도 영향을 주는 요인임을 보여준다(김현정, 손정락, 2006; 여환홍, 백용매, 2010; 유상미, 2008; 최바울, 고은영, 이소연, 서영석, 2011; Ashby & Bruner, 2005; Flamenbaum & Hoklen, 2007). 대학생 시기에는 지속적인 과제와 시험을 통한 평가가 이루어지고 사회진출을 위한 준비를 하게 되면서 자신의 수행에 대해 타인의 평가를 받는 상황에 필연적으로 노출된다(정승아, 2013). 이에 더하여, 취업난이 심해지면서 이른바 ‘스펙 쌓기’ 과열 양상이 나타나 대학생들은 다른 사람들에게 뒤처지지 않기 위해 더 완벽해지려 하고,

도달할 수 없는 높은 기준을 세우고 달성하기 위해 스스로를 혹사시키게 되었다. Arnett(2000)에 의하면, 일반적으로 대학생 연령층에 해당하는 18~25세의 개인은 청소년기에서 성인기로 넘어가는 과도기 상태로 볼 수 있다. 이 시기에는 스스로에 대한 정체성이 불확실하고 심리적으로 불안정하다. 그렇기 때문에 대학생 시기는 사회적 요구, 타인의 지나친 기대 및 기준에 의해 좌우되기 쉬우며, 다른 인생 주기에 비해 사회부과 완벽주의 성향이 강화될 가능성이 높다(김소정, 2014). 따라서 대학생들의 적응과 심리적 안정을 향상시키는 방안 모색을 위해 대학생들을 대상으로 사회부과 완벽주의와 우울의 관계를 검증하는 연구가 필요할 것으로 보인다.

대학생 시기에는 의미 있는 대인관계 형성이 과업이기 때문에 자신의 모습을 긍정적으로 제시하려는 성향은 중요해진다(권석만, 2004). 하지만 사회부과 완벽주의 성향을 가진 대학생들은 타인의 평가에 의존하고 승인받으려 하기 때문에 자신을 완벽하게 제시하려는 동기가 극에 달해 완벽주의적 자기제시(Perfectionistic Self-Presentation) 성향을 보이게 될 수 있다(최상진, 김기범, 2000; 이동귀, 서해나, 2010에서 재인용). 완벽주의적 자기제시는 자신에 대한 인상을 통제하려는 동기가 지나치게 되어 다른 사람들에게 자신을 ‘완벽하게’ 보이려는 성향을 의미한다. 이러한 성향의 사람들은 타인의 칭찬이나 존경, 보살핌, 소속감 등을 얻기 위해 타인에게 완벽하게 보여 인정받으려 하고, 상대방이 자신을 싫어할 것을 두려워하여 스스로를 과도하게 보호하는 등 지나치게 통제적으로 행동한다. 이로 인해 완벽주의적 자기제시 성향 사람들은 사회적 기술이 부족하게 되고 대인관계에

서 어려움을 겪는 것으로 나타난다(Flett et al., 2014; Flett & Hewitt, 2013). 실제로, 대학생을 대상으로 한 연구들에서는 완벽주의적 자기제시 성향의 대학생들은 대인관계문제를 나타내고, 부적응적 방어기제를 사용함으로써 우울감을 높인다는 결과도 있었다(하정희, 2011a). 이러한 완벽주의적 자기제시는 사회부과 완벽주의와 관련성을 보인다. 사회부과 완벽주의 수준이 높은 사람들은 타인이 자신에게 비현실적으로 높은 기준을 세운다고 지각하며 이에 도달해야만 타인의 인정을 받을 수 있다고 생각하기 때문에 완벽주의적 자기제시 성향을 보일 수 있다. 또한, Mushquash와 Sherry (2012)는 사회부과 완벽주의가 완벽주의적 불일치(perfectionistic discrepancy)를 통해 완벽주의적 자기제시에 영향을 준다고 하면서 사회부과 완벽주의는 완벽주의적 자기제시를 통해 우울에도 영향을 주어 자기 파괴적 행동(self-defeating behavior)을 이끈다고 하였다. 선행 연구들을 종합해 볼 때, 사회부과 완벽주의자들은 타인이 자신에게 비현실적 기준을 세우고 요구한다고 지각하고 이에 부흥하기 위해 자신의 완벽성은 드러내고 그렇지 못한 측면은 합구하거나 숨기려는 완벽주의적 자기제시 성향을 보일 수 있을 것이다.

사회부과 완벽주의 성향을 가진 대학생들은 타인과의 관계에서 자신의 정서를 드러내고 싶은 욕구가 있지만 이를 억제 및 갈등하는 ‘정서표현 양가성(Ambivalence over Emotional Expressiveness)’을 보일 수 있다. 정서표현 양가성 수준이 높은 대학생들은 자신이 감정을 표현했을 때 부정적인 결과가 초래될 것을 두려워하거나 체면 유지 및 타인과의 관계를 고려하여 정서 표현 욕구를 억제하는 경향을 보인다(최해연, 민경환, 2007). 이들은

정서를 표현하고자 하는 욕구와 사회적 규준이 갈등을 일으키게 될 때 자신의 욕구를 억제하게 되어 심리적, 신체적 부적응을 겪는 것으로 보인다. 정서표현에 대한 억제 및 갈등이 습관화된 사람은 타인의 인정을 중요하게 여기기 때문에 다른 사람들이 자신에게 어떤 반응을 보이는지 민감하게 살피며 자신을 드러내는데 두려움을 느끼게 된다. 이로 인해 주위 사람들의 호감을 얻지 못하고 그들과의 관계에서 친밀감을 형성하지 못하는 것으로 밝혀졌다(Gross & John, 2003). 대학생을 대상으로 사회부과 완벽주의와 정서표현 양가성의 관련성을 연구한 결과, 사회부과 완벽주의 수준이 높은 집단에서는 낮은 집단에 비해 긍정적 정서 및 부정적 정서에 대한 정서표현 양가성이 높았고, 사회부과 완벽주의가 증가할수록 정서표현 양가성도 증가하는 것으로 나타났다(신자은, 2002). 또한, 완벽주의의 하위 차원들 중에서 사회부과 완벽주의만이 정서표현 양가성과 유의한 상관을 보인다는 결과도 있었다(윤하영, 2013). 이와 같은 연구들을 종합해 볼 때, 사회부과 완벽주의적 성향 사람들은 대인관계나 사회적 상황에서 부정적 결과가 초래될 것을 두려워하여 정서표현에 갈등을 겪는 정서표현 양가성을 가질 것으로 가정해 볼 수 있다.

한편, 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성은 우울과도 관련된다. 우울은 그 자체가 부정적인 대인관계 상호작용과 뚜렷한 관련성이 있기 때문에, 완벽주의적 자기제시 성향을 지닌 개인은 우울에 취약할 수 있다(박은혜, 2010; Flett & Hewitt, 2013). 또한, 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들은 자신 혹은 자신의 수행에 대해 비판적이고 확신이 없으며, 자신의 가치를 타인에게

서 확인받고 싶어 하기 때문에 공적 자의식이 높고 타인의 시선에 민감하며 다른 사람들의 인정을 추구하게 된다. 이로 인해 완벽주의적 자기제시자들에게 수치심이나 당혹감 등 부정적 정서를 피하고 타인에게 수용되기 위한 자신의 가치를 증명하는 것, 즉 자신을 완벽하게 보이려는 것은 매우 중요한 목표가 된다. 이렇게 완벽하게 보아야 한다는 생각은 완벽주의적 자기제시자들의 우울 수준을 증가시키게 되는데, 선행 연구 결과 완벽주의적 자기제시가 높을수록 인정 추구 및 거부민감성이 높아져 우울 수준이 증가하는 것으로 나타났다(Flett et al., 2014). 따라서 완벽주의적 자기제시 수준이 높은 사람들은 타인에게 수용되기 위해 자신을 완벽하게 보이려 하지만 이러한 노력이 결국 진솔한 자신의 모습을 보여주지 못하고 친밀감 형성을 방해하여 우울 수준을 높이는 부정적 결과를 초래할 수 있을 것이다.

정서표현 양가성 역시 우울과 밀접한 관련을 보이는데 정서표현 양가성 수준이 높은 사람들은 타인과의 관계에 있어 자신의 의견이나 감정을 잘 표현하지 못하고 자기 노출을 어려워한다. 이로 인해 대인관계에서 어려움을 겪고 타인들로부터 공감과 사회적 지지를 덜 받는다고 지각하게 되며 타인에게 자신의 정서를 표현했을 때 수용받지 못할 것이라고 생각하게 된다. 이는 결국 고립감이나 우울로 이어지게 된다(오충광, 정남운, 2007; Emmons & Colby, 1995). 실제로 대학생을 대상으로 한 경험적 연구 결과, 정서표현 양가성 수준이 높은 집단은 낮은 집단보다 사회적 지지에 대한 지각이 낮았고 정서표현 양가성이 높아질수록 사회적 지지에 대한 지각이 낮아져 우울 수준이 증가하는 것으로 나타났다(이민수, 2003).

정서표현 양가성이 대학생 우울에 미치는 영향력은 정서표현 과정에 영향을 미치는 정서 강도, 정서주의, 정서 명료성을 통제한 후에도 나타났는데, 신체화, 강박증, 불안, 우울 등 여러 심리증상들과 높은 관련성을 나타내어 정서표현 양가성만의 고유한 영향력을 보여 주었다(최혜연, 이동귀, 민경환, 2008). 이를 통해 정서표현 양가성 수준이 높은 사람들은 대인관계 상황에서 자신의 감정을 불필요하게 억제하여 정서적 교류에 실패함으로써 우울을 겪게 될 것이라 예측해 볼 수 있다.

완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성 역시 관련이 있다. 완벽주의적 자기제시 성향 대학생들은 타인에게 완벽하게 보이려는 욕구 때문에 다른 사람들에게 어떻게 보이는 지에 주의를 기울이게 된다. 이들은 자신의 정서를 표현하는 것이 스스로의 완벽성을 드러내는데 방해가 된다고 생각하여 정서표현 양가성 성향을 보일 수 있다(백수현, 2012). 또한, 경험적 연구에 따르면, 완벽주의적 자기제시자들은 드러나는 정서 표현이 적고, 감정에 대한 표현을 억제하는 경향을 보였다(Hewitt et al., 2011). 이는 정서표현에 대한 억제 및 갈등이 습관화된 사람의 특징과 유사한데, 즉 이들 역시 타인의 인정이나 반응에 민감하여 자신의 의견이나 감정에 대한 노출을 두려워하게 되고 이로 인해 주위 사람들의 호감을 얻지 못하고 친밀감 형성에 실패하는 경향을 보인다(Gross & John, 2003). 연구 결과들을 종합해 보면, 완벽주의적 자기제시 수준이 높은 사람들은 수치심을 경험하기 쉽고 이를 자주 경험하게 되면 결국 자신의 감정을 표현하는 것에 대한 심리적 갈등으로 이어질 수 있을 것이라 예측해 볼 수 있다. 즉, 완벽주의적 자기제시 수준이 증가할수록 정서표

현 양가성 수준 역시 증가할 것이라 유추할 수 있을 것이다.

선행 연구들을 종합해 보면, 사회부과 완벽주의와 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 우울은 관련된다. 하지만 기존연구들은 이러한 완벽주의 성격이 갖는 특성과 각 병리들의 단순 관계를 검증하거나 단일 매개효과를 검증하는데 집중되어 있어(김병직, 이동귀, 이희경, 2012; 김빛나, 2014, 김소정, 2014, 김슬기, 2013; 이정숙, 2010), 완벽주의 성격을 포괄적으로 이해하는 데 한계를 가지고 있다. 기존 연구의 한계를 극복하기 위해 최근에 들어 각 변인들 간의 구조적 관계를 검증하기 위한 연구가 증가하고 있다(오지은, 2014; 이은진, 2014). 또한, 완벽주의 성격의 특성적 측면만으로는 정신병리의 발달 및 유지 과정을 이해하기 어렵기 때문에 완벽주의 성격이 대인관계에서 보일 수 있는 표현적 측면을 포함하여 연구를 진행할 필요가 있다(Wachtel, 1994). 본 연구에서는 완벽주의 성격의 포괄적인 이해를 얻고, 완벽주의적 성향 대학생의 심리적 적응에 효과적인 치료 개입 방안을 얻고자 하였다.

이와 같은 필요성 및 목적에 따라 본 연구에서는 기존 연구에서 일관된 관련성을 보이는 사회부과 완벽주의와 우울을 각각 독립변인과 종속변인으로 두고 완벽주의 성향이 대인관계에서 보일 수 있는 표현적 측면인 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성의 이중매개효과를 검증하였다. Flett 등(2014)에 따르면 완벽주의자들은 타인의 평가로 자신의 가치를 확인받길 원하기 때문에 자신의 실수나 결점을 숨기려는 욕구가 있다고 하였다(Frost et al., 1995). 따라서 사회부과 완벽주의자들은 자신의 완벽성을 드러내기 위해 완벽

주의적 자기제시 성향을 보일 것이라 예측해 볼 수 있다. 또한, 완벽주의적 자기제시 수준이 높은 사람들은 거절 민감성이 높아 대인 관계에서 부정적 정서를 피하는 등 자신의 솔직한 감정을 표현하지 못하고 타인과의 교류에 실패한다고 하였다(이동귀, 서해나, 2010; Larson & Chastain, 1990). 따라서 완벽주의적 자기제시 수준이 높아질수록 정서표현 양가성 높아질 것이라 예상해 볼 수 있다. 요약하면, 사회부과 완벽주의자들은 타인의 인정을 받기 위해 완벽하게 보이려 하기 때문에 완벽주의적 자기제시 수준이 증가할 것이고, 이는 다시 완벽함에 방해가 된다고 생각하는 정서표현 욕구에 대한 갈등수준을 증가시켜 결국 우울에 이를 것이라고 예측해 볼 수 있을 것이다. 특히 자아정체성이 확립되는 시기이면서 평가에 필연적으로 노출되고 민감해지는 대학생 시기에 사회부과 완벽주의 성향이 강화되어 심리적 고통을 겪을 가능성이 높아질 수 있다. 이에 본 연구에서는 사회부과 완벽주의와 우울의 관계에서 완벽주의적 자기제시를 선행변인으로 하여 정서표현 양가성을 거쳐 우울에 이르는 구조적 관계를 검증하고자 한다. 이를 통해 사회부과 완벽주의 성향 대학생들의 어려움을 심층적으로 이해하고 정신건강 증진에 필요한 정보를 제공할 수 있을 것으로 기대된다.

연구문제 1. 사회부과 완벽주의, 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 우울의 관계는 어떠한가?

연구문제 2. 사회부과 완벽주의와 우울의 관계에서 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가

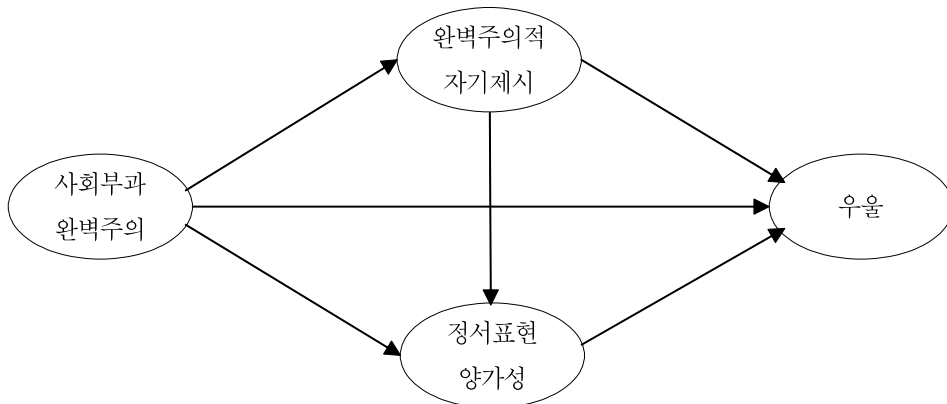


그림 1. 연구모형(부분매개 모형)

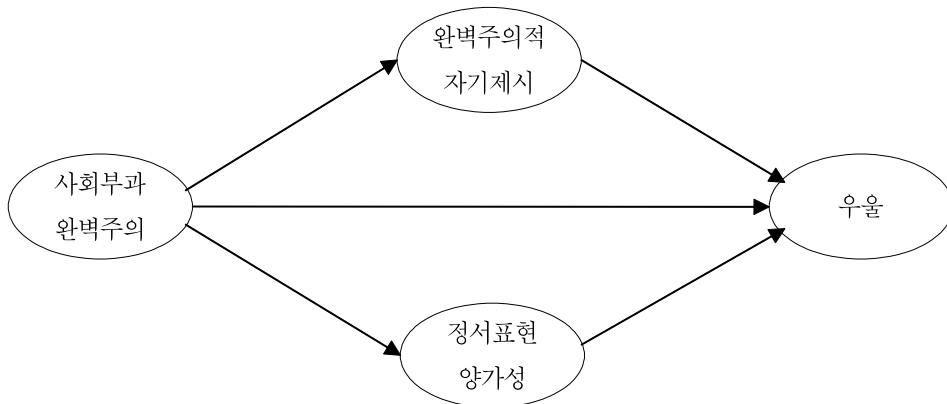


그림 2. 경쟁모형(완전매개 모형)

성의 매개효과가 있는가?

방 법

통하여 설문을 실시하였고 총 562부가 수거되어 분석에 사용되었다. 결측치가 있거나 불성실하게 답한 21부를 제외한 총 541명(남자 288명, 여자 253명, 평균연령 21.32세)의 자료가 분석되었다.

참여자

서울 및 경기 지역의 남녀 대학생 562명을 대상으로 설문을 실시하였으며, 서울과 경기 지역 남녀 대학생을 대상으로 본 연구자가 직접 설문을 배포한 후 수거하거나 지인 및 학과 사무실을

측정도구

다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale; MPS). 사회부과 완벽주의를 측정하기 위해 Hewitt과 Flett(1991)이 개발한

다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale; HMPS)를 한기연(1993)이 번안하고 이미화(2001)가 수정·보완한 것을 사용하였다. 척도는 총 45문항이고, 7점 Likert 척도로 평정하도록 되어 있으며, 세 가지 하위요인인 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회부과 완벽주의로 구성되어 있다. 각 하위차원의 점수가 높을수록 그 하위차원과 관련된 완벽주의 성향이 높다는 것을 의미한다. 본 연구는 사회부과 완벽주의를 측정하는 15문항만을 사용하였다. Hewitt과 Flett(1991)의 연구에서 사회부과 완벽주의의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .87이었으며, 이미화(2001)의 연구에서는 .71이었다. 본 연구의 신뢰도는 .81이었다.

완벽주의적 자기제시 척도(Perfectionistic Self-Presentation Scale-Korean; PSPS-K). 완벽주의적 자기제시를 측정하기 위해 본 연구에서는 Hewitt 등(2003)이 개발한 완벽주의적 자기제시 척도(Perfectionistic Self-Presentation Scale; PSPS)를 토대로 하정희(2011b)가 한국문화에 적합하게 개발한 한국판 완벽주의적 자기제시 척도(Perfectionistic Self-Presentation Scale-Korean; PSPS-K)를 사용하였다. 하정희(2011b) 연구 결과 미국판 완벽주의적 자기제시 척도와 동일한 3요인 모델이 적합한 것으로 나타났으며, 하위요인은 '완벽주의적 자기노력', '불완전함 은폐노력-행동적', '불완전함 은폐노력-언어적'으로 구성되었다(하정희, 2011a). 척도는 총 19문항으로 구성되었으며 7점 Likert 척도로 되어 있다. 각 영역의 점수가 높을수록 완벽주의적 자기제시 성향이 높음을 의미한다. 하정희(2011b)의 연구에서 전체 문

항에 대한 내적 일치도(Cronbach α)는 .85였으며, 하위차원의 내적 일치도는 .88, .75, .75로 적절하였다. 본 연구에서도 전체 척도는 .87, 하위차원은 .88, .80, .73로 적절한 수준이었다.

정서표현 양가성 척도(Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire; AEQ-K). 본 연구에서는 정서표현 양가성 측정을 위해 King과 Emmons(1990)가 개발한 정서표현 양가성 척도(Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire)를 최혜연, 민경환(2007)이 번안하고 최혜연(2008)이 한국적 맥락에 따라 타당화한 척도를 사용하였다. 척도는 두려움으로 인한 자기보호적 동기를 반영하는 '자기방어적 양가성' 요인과 타인과의 관계나 체면 유지를 위한 자신의 행동 통제를 반영하는 '관계관계적 양가성' 요인의 2요인 구조로 구성되어 있다. 총 21문항으로 구성되었으며, 5점 Likert 방식으로 평정된다. 각 영역의 점수가 높을수록 정서표현 양가성 성향이 높음을 의미한다. 최혜연(2008) 연구에서 전체 척도의 내적 합치도(Cronbach α)는 .89이고 '자기방어적 양가성'은 .88, '관계관계적 양가성'은 .80으로 나타났다. 본 연구에서는 .90, .88, .76으로 적절하였다.

우울 성향 척도(Korean Version of Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale; CES-D). CES-D는 미국 정신 보건 연구원에서 일반인들이 경험하는 우울 증상을 측정할 수 있도록 개발된 척도(Radloff, 1977: 전검구, 이민규, 1992에서 재인용)로, 본 연구에서는 이를 전검구, 이민규(1992)가 번안하고 한국 실정에 맞추어 신

되도 및 타당도를 검증한 ‘한국판 CES-D’를 사용하였다. 척도는 총 20문항이고, 4점 Likert 방식으로 ‘거의 드물게’를 0점으로, ‘거의 대부분’을 3점으로 하여 1주일 동안의 빈도를 나타내도록 되어 있다. 총점이 높을수록 우울의 수준이 높음을 의미한다. 전경구, 이민규(1992)의 연구에서는 내적합치도가 .90이었고, 본 연구에서의 내적합치도는 .91이었다.

분석방법

본 연구에서는 사회부와 완벽주의와 우울의 관계에서 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성의 영향을 알아보기 위해 SPSS 18.0과 AMOS 21.0을 이용하여 다음과 같은 통계분석을 실시하였다. 첫째, 주요 변인 간의 관계를 파악하기 위해, 상관관계 분석(Pearson’s Correlation Analysis)을 실시하였다. 둘째, 사회부와 완벽주의가 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성을 거쳐 우울에 이르는 경로를 검증하고자, 구조방정식모형 분석을 실시하였다. 구조방정식 모형분석에서 모형적합도 평가를 위하여 χ^2 값과 TLI(Tucker-Lewis Index),

CFI(Comparative Fit Index), RMSEA(Root-mean-square-error of approximation) 적합도 지수를 함께 고려하였다. TLI와 CFI는 .90이상이면 그리고 RMSEA는 .10이하이면 수용할만한 적합도로 해석한다(Kline, 2005). 다음으로 연구모형과 경쟁모형의 비교는 χ^2 차이검증을 통하여 실시하였다. 매개효과의 유의성을 알아보기 위하여 Bootstrapping 방법을 사용하였고, 간접경로의 개별 매개효과가 유의한지 알아보기 위하여 팬텀변수를 사용하여 분석을 실시하였다.

결 과

주요 변인들의 상관관계

사회부와 완벽주의, 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 우울 간의 상관관계 분석결과, 사회부와 완벽주의는 완벽주의적 자기제시($r=.59, p<.001$), 정서표현 양가성($r=.40, p<.001$), 우울($r=.40, p<.001$)과 모두 정적 상관을 보였고, 완벽주의적 자기제시도 정서표현 양가성($r=.49, p<.001$), 우울($r=.33, p<.001$)과 유의한 정적 상관

표 1. 주요 변인들의 상관관계 및 기술통계치

	사회부와 완벽주의	완벽주의적 자기제시	정서표현 양가성	우울
사회부와 완벽주의	-			
완벽주의적 자기제시	.59***	-		
정서표현 양가성	.40***	.49***	-	
우울	.40***	.33***	.42***	-
평균	3.81	4.29	3.15	.80
표준편차	.71	.73	.61	.49
왜도	-.15	.03	-.20	.90
침도	.04	.35	.29	.55

*** $p<.001$.

이 나타났으며, 정서표현 양가성 역시 우울($r=.42$, $p<.001$)과 정적 상관을 보였다. 왜도(Skewness)가 ± 2 미만, 첨도(Kurtosis)가 ± 7 미만으로 나타났으므로, 정규성 가정에는 문제가 없는 것으로 판단되었다(Curran, West, & Frinch, 1996).

측정 모형 검증

본 연구에서 사용된 연구변인인 사회부과 완벽주의, 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 우울의 각 측정지표들이 이론적으로 잠재변인의 개념을 잘 반영하고 있는지 알아보고자 측정모형 분석을 실시하였다. 사회부과 완벽주의의 경우 15개 문항으로 이루어진 1요인 척도로 측정하였기 때문에 문항꾸러미 방법을 사용하여 이를 3개 측정변수로 묶어 분석을 실시하였다. 측정모형의 적합도 지수는 $\chi^2(48)=196.794$, TLI=.914, CFI=.937, RMSEA=.076으로 측정모형이 자료를 잘 반영하고 있는 것으로 나타났다.

구조 모형 검증

사회부과 완벽주의와 우울의 관계에서 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성의 영향을 살펴보기 위하여 연구모형(부분매개모형)과 경쟁모형(완전매개모형)의 적합도 지수를 비교하였다. 연구모

형(부분매개모형)의 적합도 지수는 $\chi^2(48)=196.794$, TLI=.914, CFI=.937, RMSEA=.076이고, 경쟁모형(완전매개모형)의 적합도 지수는 $\chi^2(49)=203.050$, TLI=.913, CFI=.935, RMSEA=.076으로 두 모형 모두 기준을 충족하는 것으로 확인되었다. 내재된 관계에 있는 연구모형과 경쟁모형 간 우수성을 비교하기 위하여 χ^2 차이검증을 수행하였다. χ^2 차이 검증 결과, 자유도 차이 1에 대한 χ^2 차이가 6.256으로 임계값인 3.84($p<.05$)보다 크게 나타났다. 따라서 연구모형과 경쟁모형 간 적합도에 유의한 차이가 있으며, 자유도가 더 작은 연구모형의 적합도가 더 양호한 것으로 판단할 수 있다. 따라서 사회부과 완벽주의와 우울의 관계에서 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성이 부분매개효과를 가지는 연구모형을 채택하였다.

다음으로 채택된 연구 모형의 모수치를 추정하고 통계적 유의성을 검증하였다. 사회부과 완벽주의에서 완벽주의적 자기제시($\beta=.83$, $p<.001$)와 우울($\beta=.33$, $p<.001$)에 정적인 영향을 미쳤으며, 정서표현 양가성($\beta=-.02$, $p>.05$)에 대한 영향은 유의하지 않았다. 완벽주의적 자기제시는 정서표현 양가성($\beta=.64$, $p<.001$)에 대하여 정적인 영향을 미쳤으며, 우울($\beta=-.05$, $p>.05$)에 대해서는 유의한 영향을 가지지 않았다. 정서표현 양가성은 우울($\beta=.34$, $p<.001$)에 대하여 정적인 영향을 가지는 것으로 나타났다.

표 2. 구조모형의 적합도

	χ^2	df	$\Delta\chi^2/df$	TLI	CFI	RMSEA
연구모형(부분매개)	196.794	48		.914	.937	.076
경쟁모형(완전매개)	203.050	49	6.256/1	.913	.935	.076

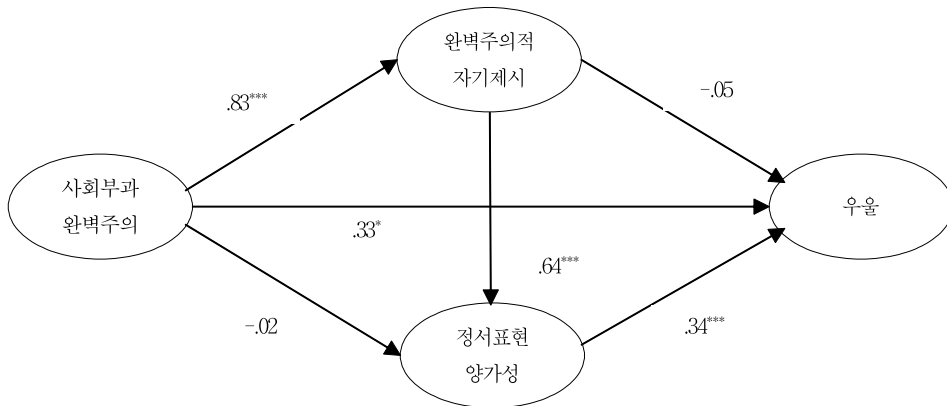


그림 3. 연구모형의 표준화 경로계수

표 3. 연구모형의 경로계수와 유의도

	경로	B	SE	β	C.R.
사회부과 완벽주의	→ 완벽주의적 자기제시	.12	.01	.83	8.96***
	→ 정서표현 양가성	.00	.02	-.02	-.16
	→ 우울	.04	.02	.33	2.57*
완벽주의적 자기제시	→ 정서표현 양가성	.65	.17	.64	3.80***
	→ 우울	-.04	.12	-.05	-.29
정서표현 양가성	→ 우울	.27	.06	.34	4.70***

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

매개효과 검증

모형 내 존재하는 간접효과 경로가 유의한지 확인하기 위해 직접효과와 간접효과, 총효과를 확인하였고, 간접효과가 포함된 경로는 부트스트랩(Bootstrap)을 통한 간접효과 유의성 검증을 실시하였다. 또한 개별 매개변인의 간접효과와 이중매개효과를 확인하기 위하여 팬텀변수를 사용하여 모형을 변환한 뒤 분석을 실시하였다. 그 결과는 표 4와 같다.

결과를 살펴보면, 사회부과 완벽주의와 우울 간

에 완벽주의적 자기제시가 매개하는 경로와 사회부과 완벽주의와 우울 간에 정서표현 양가성이 매개하는 경로는 유의한 간접효과가 나타나지 않았다($p > .05$). 그리고 사회부과 완벽주의와 우울 사이에 완벽주의적 자기제시에서 정서표현 양가성으로 이어지는 이중매개 경로에서는 간접효과가 유의한 것으로 나타났다($\beta = .03, p < .01$). 이러한 결과는 사회부과 완벽주의와 우울 간의 관계에서 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성이 병렬로 연결되는 이중매개효과를 가지는 것을 보여준다.

표 4. 연구모형의 총효과, 직접효과, 간접효과 및 유의도

	경로	총효과	직접효과	간접효과
사회부과 완벽주의	→ 완벽주의적 자기제시	.83*	.83*	
	→ 정서표현 양가성	.51*	-.02	.53**
	→ 우울	.47**	.33*	.14
완벽주의적 자기제시	→ 정서표현 양가성	.64**	.64**	
	→ 우울	.18	-.05	.22**
정서표현 양가성	→ 우울	.34*	.34*	

Bootstrapping: Bias-corrected percentile method

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

논 의

본 연구에서는 사회부과 완벽주의 성향 대학생들의 우울에 영향을 미치는 대인 관계적 요인들을 확인하고, 각 변인들 간의 구조적 관계를 검증하기 위해 사회부과적 완벽주의와 우울의 관계에서 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성의 영향을 검증하였다. 이를 통해 대학생들의 적응을 도울 수 있는 방안을 모색하고자 하였다. 결과를 토대로 본 연구에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 사회부과 완벽주의, 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 우울의 상관분석을 실시하여 각 변인들 간의 관계를 확인하였다. 사회부과 완벽주의는 완벽주의적 자기제시, 정서표현 양가성, 우울 모두와 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 사회부과 완벽주의가 높을수록 병리 및 부적응적 심리 요소들과 관련될 가능성이 높다는 여러 선행 연구(김현정, 손정락, 2006; 이은아, 2009; Flett et al., 2014)들과 일치한다. 즉, 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 타인에게 완벽한 모습만 보이려 하는 완벽주의적 자기제시 수준이 증가하고, 자신의 감정이나 의견을 솔직하게 이야기 하는데 어

려움을 겪는 정서표현 양가성 수준이 증가할 수 있다. 또한, 우울과 같은 심리적 고통을 더 쉽게 느낄 수 있을 것이다. 한편, 완벽주의적 자기제시는 정서표현 양가성, 우울과 정적 상관을 보였는데 완벽주의적 자기제시 성향이 강할수록 정서표현이 적고, 타인과의 대인관계에서 어려움을 자주 겪어 우울해질 수 있다는 기존 연구 결과들과 일치한다(백수현, 2012; Flett et al., 2014). 따라서 완벽주의적 자기제시 성향은 타인에게 맞춰 자신의 감정을 통제하고 억제하여 심리적 불편감을 느끼고, 대인관계에서 완벽함만 보이려 하면서 친밀감 형성에 실패하고 결국 우울에 이를 것이라 예상해 볼 수 있을 것이다. 정서표현 양가성 역시 우울과 정적 상관을 보였는데 이 역시도 정서표현 양가성 수준이 높은 사람들은 대인관계를 부정적으로 지각하고 부적응적 대처 방식을 사용하는 경향으로 우울해 질 수 있다는 선행 연구 결과들과 맥을 같이한다(오충광, 정남운, 2007; 하정, 1997). 이를 통해 정서표현 양가성 수준이 높은 사람들은 대인관계에서 불편감을 자주 느끼고 부적절한 행동을 함으로써 타인과 적절한 관계 맺기에 실패함으로써 우울 수준이 증가할 것으로

보인다.

둘째, 사회부과 완벽주의와 우울 간의 구조적 관계를 확인한 결과, 사회부과 완벽주의와 우울의 관계에서 완벽주의적 자기제시가 정서표현 양가성을 초래하여 우울을 증가시키는 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과는 정서표현에 대한 양가적 감정을 갖는 사람들은 정서표현을 통제함과 동시에 정서경험을 유발하는 상황 자체를 회피하려는 성향을 갖는다고 한 최해연(2007)의 연구결과를 지지한다. 또한, 완벽주의적 자기제시 성향이 정서표현에 대한 욕구가 있으면서도 이를 억제하거나 표현에 대한 갈등을 유발하여 타인과의 유대감을 차단함으로써 우울을 자주 느끼게 된다는 연구와도 일치하는 결과이다(오지은, 2014). 사회부과 완벽주의 성향 사람들은 자신에 대한 평가를 내릴 때 타인의 인정을 중요한 기준으로 삼기 때문에 다른 사람들의 시선을 의식하게 되고 더욱 완벽해지려 한다고 하였다(Flett et al., 2014). 즉, 사회부과 완벽주의자들은 자신이 완벽해야만 인정을 받을 수 있다고 생각하여 자신의 완벽하지 못한 부분은 숨길 수 있다. 이로 인해 자신의 감정을 개방하면 다른 사람들로부터 인정받는 데 실패하고 거절당할 것이라고 생각하게 되어(백수현, 2012) 정서 표현을 억제하고 대인 관계에서 소외됨으로써 심리적 고통을 자주 경험하게 될 것으로 보인다. 종합해 보면, 사회부과 완벽주의 성향을 가진 사람들은 자신의 가치를 평가하는 기준이 타인에게 있다고 생각하는 인지적 신념에서 비롯되는 대인관계에서의 부적응적이고 방어적인 대처 행동으로 인해 우울을 경험하는 것으로 볼 수 있다. 박은실(2014)은 사회부과 완벽주의자들이 내부통제 수준이 낮고 결과에 대한 책임을 외부

에 귀인 하는 경향이 강하다고 하였는데 이러한 수동적 자세는 결국 개인의 심리적 부적응을 초래할 수 있을 것이다. 따라서 사회부과 완벽주의 성향을 가진 대학생들의 우울감을 완화시키기 위해서는 대인관계에서 보이는 역기능적 대처방식에 대한 치료적 개입 뿐만 아니라 타인이 부과한 비현실적으로 높은 기준에 대한 신념이나 결과에 대해 외부 귀인 하는 수동적 자세에 대한 알아차림과 수정이 필요할 것으로 보인다.

셋째, 사회부과 완벽주의가 정서표현 양가성에 미치는 직접효과가 유의하지 않고 두 변인 간의 관계에서 완벽주의적 자기제시의 간접효과가 유의한 것으로 나타났다. 이는 사회부과 완벽주의 성향 사람들이 보일 수 있는 대인관계문제를 연구한 결과에서 사회부과 완벽주의가 정서표현 양가성에 직접적인 영향을 미친다고 보고한 한경희(2012) 연구 결과와는 일치하지 않는 결과이다. 이는 사회부과 완벽주의 성향을 지닌 사람들이 정서표현 양가성을 느끼게 되는 원인에 제 3의 변인이 존재할 가능성을 보여주며 본 연구 결과에서는 두 변인 간의 관계를 완벽주의적 자기제시가 매개하여 이와 같은 결과가 나타난 것으로 볼 수 있다. 한정숙(2014)에서는 완벽주의적 성향이 높을수록 공적 자의식 수준이 높아져 이로 인해 정서표현에 대한 갈등을 겪는다고 하였다. 이러한 맥락에서 볼 때, 사회부과 완벽주의 성향의 사람들이 솔직한 감정을 타인에게 드러내기를 망설이는 데는 타인의 시선을 지나치게 의식하고 그들의 인정을 끌어내기 위해서는 완벽한 모습만 보여야 한다는 비현실적 목표를 실현시키려는 부적응적 행동이 영향을 준다고 볼 수 있을 것이다. 백수현(2012)은 완벽주의적 자기제시 성향 사람들

은 감정을 표현하게 되면 자신의 결점을 드러내는 것이고 이로 인해 타인으로부터 거절당할 것이라고 생각한다고 하였다. 즉, 감정을 표현하는 것이 대인관계에 부정적 영향을 미칠 것이라는 잘못된 신념에서 비롯된 것이라 볼 수 있다. 따라서 사회부과 완벽주의 성향을 보이는 대학생들이 정서표현에 대한 지나친 갈등을 보이거나 억제하는 경우 타인과의 관계에 대해 가지고 있는 역기능적 신념이 있는지 먼저 검토하여 개입하는 것이 보다 효과적일 수 있을 것이다.

넷째, 완벽주의적 자기제시가 우울에 미치는 직접효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 완벽주의적 자기제시가 우울에 영향을 미친다는 기존 선행 연구 결과들(Flett et al., 2014; Larson & Chastain, 1990)과 일치하지 않는 결과이다. 이는 완벽주의적 자기제시의 하위차원에 따라 우울감에 미치는 영향이 다르기 때문에 나타난 결과일 수 있다. 하정희(2011b)는 완벽주의적 자기노력 측면이 강한 사람은 자신의 완벽성을 드러내려는 욕구가 강해 사회적으로 인정받음으로써 우울과 같은 심리적 부적응과의 관련성이 적을 수 있다고 하였다. 또한, 불완전함 은폐-언어적 차원 특성이 강한 사람들은 자신의 문제를 개방하는 데 어려움을 겪기 때문에(하정희, 2011b) 자신의 심리적 상태에 대해 솔직하게 나타내지 못해 우울과의 관련성이 적게 보고될 가능성이 있다. 이러한 하위 차원들의 영향으로 완벽주의적 자기제시가 우울감에 미치는 전체적 영향력이 줄어들었을 가능성을 고려해 볼 수 있을 것이다.

또한, 완벽주의적 자기제시가 우울에 미치는 영향이 정서표현 양가성의 통제로 인해 유의하지 않은 것으로 나타났을 가능성도 있다. 본 연구 결

과에서는 완벽주의적 자기제시가 우울에 미치는 직접효과가 유의하지 않고 정서표현 양가성을 통한 간접효과가 유의하였는데, 이는 완벽주의적 자기제시가 우울에 영향을 미치는 데에 정서표현 양가성의 역할이 중요함을 시사한다. 선행연구에서는 완벽주의적 자기제시와 우울의 관계에 영향을 줄 수 있는 제 3의 변인이 존재할 수 있다고 제안하면서 완벽주의적 자기제시 수준이 높은 사람들은 심리적 갈등이나 부정적 감정을 의식적으로 차단하는 성향으로 인해 우울해질 수 있다고 하였다(하정희, 2011a). 이러한 가능성을 고려해 볼 때, 완벽주의적 자기제시 성향 사람들은 타인에게 자신의 완벽성을 보이기 위해 몰두하는 것 자체보다는 이로 인해 대인관계에서 솔직하게 자신을 표현하지 못하고 정서적 갈등을 겪으면서 우울을 경험하게 될 것으로 보인다. 김미진(2009)은 한 개인은 살아가면서 필연적으로 다른 사람들과 관계를 맺고, 어떤 사람들과는 친밀한 관계를 형성하면서 보다 깊은 위안 및 내적 성장을 얻을 수 있다고 하였다. 이렇게 타인에게 신뢰감을 갖고 친밀감을 형성하려면 자신의 정서를 표현하고 공유하는 것이 중요하다(이유정, 2011). 하지만 이에 대해 심리적 갈등을 겪고 부적응적으로 정서표현의 욕구를 억제한다면 자연스럽게 대인관계에서 실패감을 느끼고 우울해질 수 있을 것이라 예상해 볼 수 있다. 따라서 완벽주의적 자기제시 성향 대학생들이 자신의 결점을 숨기려는 욕구로 인해 스스로의 정서를 차단하고 억제하고 있는지를 파악하여 이러한 정서들을 표현하도록 도와주는 것이 중요할 것으로 보인다.

마지막으로, 완벽주의적 자기제시와 정서표현 양가성 수준의 증가에 따라 우울 수준이 높아지

는 본 연구 결과를 통해 사회부와 완벽주의 성향 사람들은 대인관계에서의 친밀감 형성 실패로 인해 우울 수준이 증가할 수 있을 것이라 예측된다. Flett, Hewitt, Garshowitz와 Martin(1997)은 사회부와 완벽주의 성향 사람들은 대인관계에서 비난, 배신, 인정해 주지 않음과 같은 부정적인 상호작용을 자주 경험한다고 하였다. 또한 사회부와 완벽주의 성향이 높은 사람들은 자신이 수용 받지 못할 것이라는 가정을 가지고 사회적 상황을 위협적으로 인지하며 스스로 이를 통제할 수 없다고 느낀다(Blankstein, Flett, Hewitt, & Eng, 1993; Flett & Hewitt, 2013; Flett, Hewitt, & DeRosa, 1996). 이로 인해 관계에서 친밀한 관계를 맺지 못하고 정서적 철회를 경험하며 우울과 같은 대인관계 문제와 관련된 심리적 부적응이 가중된다(Larson & Chastain, 1990). 특히, 사회적 요구에 적응하며 본격적으로 다양한 인간관계를 맺게 되는 대학생 시기(권석만, 2004)에 타인과 친밀한 관계를 형성하는 데 실패하게 되면 좌절감은 더욱 커질 수 있을 것이다. 따라서 대학생 시기에는 완벽주의적 성향으로 인해 나타나는 대인관계 방식이 우울감을 증가시키는데 더욱 취약할 수 있을 것으로 보이며 이에 대한 적절한 개입이 필요하다고 볼 수 있다.

지금까지 사회부와 완벽주의 성향을 가진 개인의 우울과 관련하여 완벽주의적 자기제시 및 정서표현 양가성의 영향을 살펴본 결과를 토대로 본 연구가 갖는 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 기존 선행 연구에서와 달리 완벽주의의 성격 특질과 병리의 단일 차원의 관계뿐만 아니라 대인관계적인 요인을 포함하여 보다 다각적 관점에서의 관계를 살펴보았다는 점

에서 의의가 있다. 완벽주의적 성격 특질을 지닌 개인이 병리적 문제를 보일 때 이러한 개인 내적 특성뿐만 아니라 대인관계에서 일어날 수 있는 여러 요인들을 함께 파악하는 것이 중요할 수 있다는 것을 확인하였다.

둘째, 사회부와 완벽주의가 우울에 이르는 구조적 관계를 확인했다는 데에 의의를 찾을 수 있다. 기존의 연구들은 사회부와 완벽주의와 우울의 관계를 매개하는 변인을 확인하는 데 그쳐 이러한 변인들이 어떠한 경로로 영향을 미치는 지 파악하지 못한다는 한계가 있었다. 하지만 본 연구에서는 구조방정식 검증을 통해 사회부와 완벽주의가 완벽주의적 자기제시를 선행변인으로 하여 정서표현 양가성을 거쳐 우울에 이르는 경로를 밝혔다.

셋째, 본 연구에서는 완벽주의 성향 중에서도 우울과 관련이 많은 사회부와 완벽주의 성향에 취약한 대학생들을 대상으로 연구를 실시함으로써 대학생들의 심리치료에 필요한 전략을 제시하였다는 데 의의를 둘 수 있다. 사회부와 완벽주의 성향 사람들은 완벽주의적 특성으로 인해 대인관계에서 부적응적인 양상이 나타날 수 있고 이러한 태도가 우울을 초래할 수 있다는 결과는 우울감을 호소하는 대학생들에게는 대인관계에서의 어려움에 초점을 맞추어 치료적 개입을 하는 것이 효과적일 수 있음을 보여주는 것이라 할 수 있을 것이다. 특히, 타인에게 완벽하게 보이기 위해 자신의 감정을 솔직히 표현하는 데 갈등하거나 억제하는 태도에 초점을 맞추는 것이 효율적일 수 있음을 밝혔다.

마지막으로 본 연구의 한계점과 후속 연구를 위한 제언을 살펴보면 첫째, 본 연구에서는 다차

원적 완벽주의에서 우울과 같은 심리적 부적응과 관련이 높고 보다 대인관계 상황에 취약할 것으로 예상되는 사회부와 완벽주의 차원만으로 연구를 진행하였는데 완벽주의의 모든 차원을 포함한 연구도 의미가 있을 것이다.

둘째, 본 연구에서 사용된 설문지는 자기보고식으로 표본의 주관적 판단으로 자료 수집을 했다는 한계가 있다. 본 연구의 대상인 사회부와 완벽주의적 성향을 지닌 대학생들의 평가에 대한 민감성을 배제할 수 없으며, 자기보고식 질문지의 특성상 방어적으로 응답했거나 사회적 바람직성에 따라 보고했을 수 있다. 따라서 추후 이를 보완하기 위해 임상적 면담과 같은 보다 객관적 측정 방법을 적용하여 완벽주의적 자기제시가 우울에 미치는 영향을 다시 검증할 필요가 있을 것으로 보인다.

셋째, 본 연구는 일반인을 대상으로 하여 우울 수준이 병리적 집단보다는 낮은 집단의 특성을 파악하는 데 그쳤다. 많은 연구들에서 임상적 진단을 받은 집단과 일반인 집단의 차이를 보고하고 있기 때문에 실제 우울 진단을 받은 사람들을 대상으로 연구의 폭을 넓힐 필요도 있을 것으로 보인다. 또한, 우울 유형에 의해 대인관계문제 특성이 다르게 나타났다는 연구들도 보고되는 만큼(윤현수, 오경자, 2004), 추후 연구에서는 임상적 우울 집단을 각 유형 별로 구분하여 연구해볼 필요가 있을 것이다.

넷째, 본 연구에서 완벽주의적 자기제시 성향이 우울에 유의한 영향을 주지 못한 것으로 나타났다. 완벽주의적 자기제시 성향을 가진 사람들은 타인의 평가에 민감하고 결점을 드러내기 꺼리는 경향을 가져 자신을 방어적으로 제시하거나 좋은

인상을 주기 위해 편향된 응답을 하여 결과에 영향을 주었을 가능성이 있다. 또한, 주요 변인들에서 남녀 간의 차이가 이러한 결과에 영향을 주었을 가능성도 있을 것이다. 따라서 방어적 특성을 고려하여 객관적 측정도구를 사용하고 주요 변인들의 남녀 차이 검증을 통해 보다 세밀한 치료적 개입 방안을 모색하는 연구를 제안하는 바이다.

참 고 문 헌

- 권석만 (2004). *젊은이를 위한 인간관계의 심리학*. 서울: 학지사.
- 김미진 (2009). 여대생의 자기침묵과 우울과의 관계에서 정서표현에 대한 양가성과 정서인식명확성의 매개효과. *이화여자대학교 대학원 석사학위청구논문*.
- 김병직, 이동귀, 이희경 (2012). 사회부와 완벽주의 및 자기지향 완벽주의와 우울간의 매개변인 탐색: 사회불안과 반추. *상담학연구*, 13(2), 417-436.
- 김빛나 (2014). 완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계 : 자기위로능력의 매개효과. *가톨릭대학교 대학원 석사학위청구논문*.
- 김소정 (2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 분노억압 간의 관계: 자기침묵의 매개효과. *이화여자대학교 대학원 석사학위청구논문*.
- 김슬기 (2013). 사회부와 완벽주의와 사회불안의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과. *전남대학교 대학원 석사학위청구논문*.
- 김윤희, 서수균 (2008). 완벽주의에 대한 고찰. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(3), 581-613.
- 김현정, 손정락 (2006). 대학생의 완벽주의와 자아존중감 및 우울, 주관적 안녕감 간의 관계. *한국심리학회지: 건강*, 11(2), 345-361.
- 박은실 (2014). 사회적으로 부고된 완벽주의와 사회불안의 관계 : 외부통제, 사회비교경향성, 자기의심의 매개효과. *서강대학교 대학원 석사학위청구논문*.

- 박은혜 (2010). 우울취약성과 분노표현양식이 대인관계에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 백수현 (2012). 완벽주의적 자기제시와 사회적 불안과의 관계에서 정서자각 및 정서표현 양가성의 매개효과. 전북대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 손은정 (2013). 여대생의 사회적으로 부과된 완벽주의와 폭식행동 간의 관계에서 대인관계 불일치, 지각된 사회적 지지, 우울의 매개효과. 한국심리학회: 상담 및 심리치료, 25(2), 309-330.
- 신자은 (2002). 부모-자녀 간 의사소통과 완벽주의 및 정서표현성향간의 관계. 홍익대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 여환홍, 백용매 (2010). 경계선적 성격특성, 부적응적 완벽주의 및 우울이 자살관련행동에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 29(4), 1047-1066.
- 오지은 (2014). 완벽주의적 자기제시와 외로움의 관계: 사회적지지, 정서표현 양가성 및 관계육구 충족을 중심으로. 부산대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 오충광, 정남운 (2007). 정서표현갈등과 상담자 지각이 작업동맹에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회문제, 13(1), 115-136.
- 오혜지 (2012). 완벽주의적 특성과 자기제시에 따른 분노 및 분노표현 양식. 충북대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 우종필 (2012). 우종필 교수의 구조방정식모델 개념과 이해. 서울: 한나래.
- 유상미 (2008). 지각된 스트레스, 부적응적 완벽주의, 자살사고의 관계: 사회적 문제해결능력과 애착유형의 조절효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 윤하영 (2013). 완벽주의와 정서표현양가성이 대인관계 문제에 미치는 영향: 정서조절양식의 조절된 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 윤현수, 오경자 (2004). 우울의 유형에 따른 대인표상과 대인관계문제의 특성. 한국심리학회지: 임상, 23(3), 577-594.
- 이동귀, 서해나 (2010). 완벽주의적 자기제시성향이 높은 대학생과 낮은 대학생의 특성비교. 상담학연구, 11(1), 91-110.
- 이미화 (2001). 완벽주의 성향의 순기능과 역기능: 성취 목표, 스트레스, 심리적 안녕감, 우울과 관련하여. 한양대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이민수 (2003). 수줍음, 정서 명명화, 정서표현 갈등, 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이유정 (2011). 내면화된 수치심이 외로움에 미치는 영향: 정서표현양가성의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이은아 (2009). 청소년의 문화성향과 완벽주의 및 정서표현 양가성과의 관계. 청소년문화포럼, 22, 72-106.
- 이은진 (2014). 사회부와 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향: 자기 비난과 완벽주의적 자기제시의 매개효과. 이주대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이정숙 (2010). 완벽주의가 삶의 만족도에 미치는 영향: 인정육구, 자기강화, 성공-실패경험의 매개역할. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 전경구, 이민규 (1992). 한국판 CES-D 개발 연구. 한국심리학회지: 임상, 11(1), 65-76.
- 정승아 (2013). 대학생의 사회적으로 부과된 완벽주의와 자기구실 만들기 전략의 관계에서 수치심 및 부정적 인지대처의 매개효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 천영자 (2013). 완벽주의와 우울, 불안 간의 관계에서 수치심과 자아존중감이 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 최바울, 고은영, 이소연, 이은지, 서영석 (2011). 부적응적 완벽주의, 무망, 우울, 심리적 극통 및 자살사고의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(3), 693-716.
- 최해연 (2008). 정서표현에 대한 갈등과 억제 연구. 서울대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 최해연, 민경환 (2007). 한국판 정서표현에 대한 양가성 척도의 타당화 및 억제 개념들 간의 비교연구. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 21(4), 71-89.
- 최해연, 민경환, 이동귀 (2008). 정서표현신념과 심리적 관계에서 정서표현양가성의 역할. 상담학연구, 9(3),

- 1063-1080.
- 하정 (1997). 정서표현 성향과 스트레스 평가 및 대처가 우울에 미치는 영향 : 정서, 사고, 행동영역의 통합적 고찰. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 하정희 (2011a). 대학생들의 완벽주의적 자기제시, 방어 유형과 우울감과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(4), 921-941.
- 하정희 (2011b). 한국판 완벽주의적 자기제시 척도 (PSPS-K)의 개발과 타당화. 상담학연구, 12(4), 1211-1230.
- 한경희 (2012). 대학생의 사회부과적 완벽주의가 내면화된 수치심과 정서표현양가성을 통해 대인관계문제에 미치는 영향. 서강대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성 : 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 한병철 (2012). 피로사회. 서울: 문학과지성사.
- 한정숙 (2014). 완벽주의와 사회불안의 관계 : 자의식과 정서표현갈등의 매개효과. 덕성여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 홍석인 (2007). 완벽주의와 우울과의 관계에서 우울반응 양식의 효과검증. 중앙대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Ashby, J. S., & Bruner, L. P. (2005). Multidimensional Perfectionism and Obsessive-Compulsive Behaviors. *Journal of College Counseling*, 8(1), 31-40.
- Blankstein, K. R., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Eng, A. (1993). Dimensions of perfectionism and irrational fears: An examination with the fear survey schedule. *Personality and Individual Differences*, 15(3), 323-328.
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16-29.
- Emmons, R. A., & Colby, P. M. (1995). Emotional conflict and well-being: Relation to perceived availability, daily utilization, and observer reports of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 947-959.
- Flamenbaum, R., & Holden, R. R. (2007). Psychache as a mediator in the relationship between perfectionism and suicidality. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 51-61.
- Flett, G. L., Besser, A., & Hewitt, P. L. (2014). Perfectionism and interpersonal orientations in depression: An analysis of validation seeking and rejection sensitivity in a community sample of young adults. *Psychiatry: Interpersonal & Biological Processes*, 77(1), 67-85.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality*, 20(2), 85-94.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2013). 완벽주의 이론, 연구 및 치료[*Perfectionism : theory research and treatment*]. (박현주, 이동귀, 신지은, 차영은, 서해나 역). 서울: 학지사. (원전은 2002에 출판).
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & DeRosa, T. (1996). Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*, 20(2), 143-150.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Garshowitz, M., & Martin, T. R. (1997). Personality, negative social interactions, and depressive symptoms. *Journal of Behavioural Science*, 29(1), 28-37.
- Frost, R. O., Turcotte, T. A., Heimberg, R. G., Mattia, J. I., Holt, C. S., & Hope, D. A. (1995). Reactions to mistakes among subjects high and low in perfectionistic concern over mistakes. *Cognitive Therapy and Research*, 19(2), 195-205.
- Garcia, V. D., Dattilo, J., & DelPozo, A. (2012).

- Depressive Mood, Eating Disorder Symptoms, and Perfectionism in Female College Students: A Mediation Analysis. *Eating Disorders*, 20(1), 60-72.
- Gnilka, P. B., Ashby, J. S., & Noble, C. M. (2012). Multidimensional Perfectionism and Anxiety: Differences Among Individuals With Perfectionism and Tests of a Coping-Mediation Model. *Journal of Counseling & Development*, 90(4), 427-436.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 248-362.
- Hewitt, P. L., Blasberg, J. S., Flett, G. L., Besser, A., Sherry, S. B., Caelian, C., ... Brich, S. (2011). Perfectionistic self-presentation children and adolescents: Development and validation of the perfectionistic self-presentation scale-junior form. *Psychological Assessment*, 23(1), 125-142.
- 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. & Ediger, E. (1996). Perfectionism and depression : Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(2), 276-280.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M. P., Eidger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1303-1325.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of Personality & Social Psychology*, 58(5), 864-877.
- Larson, D. G., & Chastain, R. L. (1990). Self concealment: Conceptualization, measurement, and health implications. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(4), 439-455.
- Milyavskaya, M., Jarvey, B., Koestner, R., Powers, T., Rosenbaum, J., Ianakieva, I., & Prior, A. (2014). Affect Across the Year : How Perfectionism Influences the Pattern of University Students' Affect Across the Calendar Year. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(2), 124-142.
- Mushquash, A. R., & Sherry, S. B. (2012). Understanding the socially prescribed perfectionist's cycle of self-defeat: A 7-day, 14-occasion daily diary study. *Journal of Research in Personality*, 46(6), 700-709.
- Stoeber, J. (2014). How Other-Oriented Perfectionism Differs from Self-Oriented and Socially Prescribed Perfectionism. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 36(2), 329-338.
- Wachtel, P. L. (1994). Cyclical processes in personality and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(1), 51-54.

원고접수일: 2016년 9월 6일

논문심사일: 2016년 9월 15일

게재결정일: 2017년 3월 29일

Relation between Socially-prescribed Perfectionism and Depression: The Mediating Effect of Perfectionistic Self-presentation, and Ambivalence over Emotional Expressiveness

Tae-young Lee MI-kyoung Song
Seoul Women's University

The purpose of this study was to verify the effect of perfectionistic self-presentation and mbivalence over emotional expressiveness between ocially-prescribed perfectionism and depression to help the university . ata from 541 undergraduate students for analysis. ultidimensional perfectionism scale(MPS), perfectionistic self-presentation scale(PSPS-K), ambivalence over emotional expressiveness questionnaire(AEQ-K), center for epidemiologic studies-depression scale(CES-D) were used for measurements. all variables noticeable positive correlation. The direct effect of socially-prescribed perfectionism to ambivalence over emotional expressiveness was not significant, but the mediating effect of perfectionistic self-presentation between socially-prescribed perfectionism and ambivalence over emotional expressiveness was significant. Perfectionistic self-presentation has no direct effect to depression when there is a significant mediating effect of ambivalence over emotional expressiveness between perfectionistic self-presentation and depression. the path of socially-prescribed perfectionismthe leading variable of perfectionistic self-presentation ambivalence over emotional expressiveness and depression. Based on the result, discuss the meaning and limits of study and suggestfuture .

Keywords: *Socially-prescribed perfectionism, Perfectionistic self-presentation, Ambivalence over emotional expressiveness, Depression, Structural equation, Mediating effect*