한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2021. Vol. 26, No. 2, 369 - 390

취업준비생의 사회부과 완벽주의가 역기능적 분노표현 방식에 미치는 영향: 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과†

양 민 지
아주심리상담센터
임상심리 레지던트

김 종 남‡
서울여자대학교 교육심리학과
교수

본 연구에서는 취업준비생의 사회부과 완벽주의가 역기능적 분노표현 방식에 미치는 영향에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식이 이중매개하는지를 검증하였다. 이를 위해 전국의 취업준비생 455명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였고, 이 중 306부의 자료가 최종 분석에 사용되었다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식, 외적 통제소재, 회피중심 대처방식 간 유의한 정적 상관관계가 나타났다. 둘째, 사회부과 완벽주의와 분노억제의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식이 부분매개하는 것으로 나타났다. 셋째, 사회부과 완벽주의와 분노표출의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식이 완전매개하는 것으로 확인되었다. 본 연구결과는 취업준비생이 경험하는 다양한 심리적 부적응 요인들을 예방하고 치료할 수 있는 치료적 전략을 지속적으로 검토 및 개발하는 것에 주목할 필요가 있다는 것을 시사한다. 본 연구 결과를 바탕으로 하여 연구의 의의 및 제한점과 추후 연구에 대한 제언을 논의하였다.

주요어: 취업준비생, 사회부과 완벽주의, 역기능적 분노표현 방식, 외적 통제소재, 회피중심 대처방식

† 본 연구는 양민지(2020)의 석사학위 논문 중 일부를 수정 및 보완한 것이며, 2020년 한국임상심리학회 봄 온라인 학술대회에서 포스터로 발표되었음. 이 논문은 서울여자대학교 교내연구비의 지원을 받았음(2021-0072).
‡ 교신저자(Corresponding author): 김종남, (01797) 서울특별시 노원구 화랑로 621 서울여자대학교 교육심리학과 교수, Tel: 02-970-5569, E-mail: kimjn@swu.ac.kr

www.kci.go.kr

최근 우리나라 청년들의 체감실업률은 25.1%로, 이는 공식적인 통계 작성이 시작된 2015년 이래로 최고치를 기록하였다(통계청, 2019). 뿐만 아니라, 경제협력개발기구(Organization for Economic Cooperation and Development: OECD)에 따르면 대부분의 OECD 국가들에서 청년실업률이 꾸준히 하락하고 있지만, 한국의 청년층 실업률은 여전히 10%대를 유지하고 있다(OECD, 2018). 이와 같은 구직난 속에서 우리나라의 청년들은 학업, 취업 등 여러 가지 사회적 상황에서 남들보다 뒤처지면 안 된다는 압박과 두려움을 경험한다(서지윤, 2007). 뿐만 아니라 우리나라의 경우 부모가 자신의 자녀의 진학, 취업이나 결혼 문제까지 깊숙이 관여하고 있고, 자녀가 성인이 되어 부모로부터 독립되어야 할 시기임에도 여전히 지나친 통제나 간섭을 하는 현상이 만연해 있다(박성연, 이은경, 송주현, Bart Soenens, 2008). 실제로 청년층의 취업난 증가로 인해 부모로부터 독립하지 못하는 캥거루족이 지속적으로 증가하고 있으며(이동희, 2013), 이러한 헌신적인 부모와 의존적인 자녀의 관계는 자녀가 독립적인 성인으로 발달하는 것을 저해하는 요인이 된다(김유림, 강지현, 2014).

이와 같은 상황에서 취업을 준비하는 20-30대의 청년들은 기업에서 요구하는 채용기준을 맞추고, 높은 경쟁률 안에서 살아남기 위해 시험, 면접, 취업 스터디 등의 활동들을 하며 끊임없이 자신의 성과나 자기존재에 대한 가치를 평가받는 상황에 놓여 있다(서영숙, 김진숙, 2009). 즉, 취업준비생들은 타인의 시선과 평가에 보다 민감하게 반응할 수밖에 없고, 과정보다는 결과로 그 사람을 판단하는 주변 환경의 분위기는 개인으로 하여금 비교와 경쟁을 할 수밖에 없도록 유도하며, 이는 결국 개인에게 완벽주의 성향을 유발시킬 수 있다(김민선, 서영석, 2009).

여기서 완벽주의 성향은 높은 기준을 설정하고, 수행에 대한 과도한 평가와 비판을 하며, 그 기준에 도달하지 못했을 경우 좌절감과 패배감을 느끼는 성격적인 특성을 의미한다(Hewitt & Flett, 1991). Hewitt와 Flett(1991)는 이러한 완벽주의에도 대인관계적인 면이 있을 것이라 간주하고, 완벽주의를 지향하는 방향과 대상에 따라 자기지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회부과 완벽주의의 세 가지 차원으로 구분하였다. 사회부과 완벽주의(socially prescribed perfectionism)는 타인이 자신에게 비현실적으로 높은 기준과 기대를 부과한다고 지각하는 것으로, 타인에 대한 인정과 승인을 추구하며, 이들로부터 부정적 평가를 받는 것에 대한 두려움을 특징으로 한다(Flett, 1991). 또한 사회부과 완벽주의자들은 결과에 초점을 맞추어, 결과로써만 자신을 평가하려는 경향이 있다(Sherry, Sherry, Hewitt, Mushquash, & Flett, 2015). 특히 취업준비생들은 구직준비를 통한 평가적 상황과 부모와 같은 타인의 과도한 통제로 인하여 사회부과 완벽주의 성향을 가질 가능성이 크다(가수정, 2015). 만약 이러한 기준에 부합하지 못할 경우 그들에게 인정과 승인을 받지 못할 것이라 여기고 결국 이는 부적응적인 심리상태를 초래하게 된다. 사회부과 완벽주의는 여러 선행연구들을 통해 우울, 역기능적 분노표현, 사회불안 등과 같은 부적응적인 심리적 지표들과 높은 관련성이 있는 것으로 밝혀졌다(김현정, 손정락, 2006; 송은영, 하은혜, 2008; 이재연, 김광웅, 2007). 사회부과 완벽주의와 관련한 국내 연구를 살펴보면 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 불

www.kci.go.kr

확실성에 대한 인내력 부족 및 취업불안 수준이 높았고(김태정, 2018), 역기능적 분노표현 방식을 보이는 것으로 나타났다(조현익, 소영호, 2010).

분노 경험은 생리적 반응을 포함하는 정서 상태이나, 분노 표현은 분노를 경험한 개인이 이를 표현하는 것으로, 행동적인 차원이라고 볼 수 있다(고경희, 2000). Spielberger(1985)는 분노를 표현하는 방식을 분노조절(anger-control), 분노억제(anger-in), 분노표출(anger-out)의 세 가지 하위요인으로 분류하였다. 이 중 분노억제는 분노 감정을 겉으로 드러내지 않고 자신의 내부로 향하는 것으로, 자신의 분노 감정과 사고를 억제하거나 부정하는 것을 의미하며 분노표출은 분노감정을 유발시킨 타인에게 부적절한 신체적 행동이나 비난, 욕설 등의 언어적 표현 등을 통해 분노를 바깥으로 드러내는 것을 의미한다. 이러한 분노억제와 분노표출은 역기능적인 분노표현 방식에 해당한다(Bilodeau, 1992; Gottlieb, 1999). 현대사회에서 취업준비생은 구직을 준비하는 과정에서 겪어야 하는 타인과의 경쟁, 불합격에 대한 걱정, 실패경험 등으로 인하여 심리적인 압박감을 경험하게 되고 결국 이는 분노 정서를 부적절한 방식으로 표현할 가능성을 높일 수 있다.

사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식에 관한 선행연구를 살펴보았을 때 사회부과 완벽주의 성향이 높을수록 타인의 기대치에 부합하지 못하였을 때 그 기준을 부과했다고 지각한 대상에게 분노를 부적절한 방식으로 표출하는 경향이 있음을 알 수 있었다(양에스더, 2016; 조현익, 소영호, 2010). 또한 사회부과 완벽주의자는 타인이 자신에게 과도한 기준을 부과한다고 믿고, 그러한 기준을 충족시키지 못할 경우 타인으로부터 거절당할 것이라는 두려움을 가지기 때문에 결과적으로 화가 나도 이를 드러내지 않고 그러한 상황을 회피하는 것으로 나타났다(고희경, 현명호, 2009; 이혜민, 2015). 선행연구를 종합해보면 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 분노를 역기능적으로 억제하거나 표출한다는 것을 알 수 있다.

우리나라의 취업준비생들은 과열된 경쟁적 문화 안에서 사회부과 완벽주의 성향을 가지기 쉽고, 이는 결국 역기능적 분노표현 양상으로 이어질 수 있음에도 불구하고 취업준비생을 대상으로 한 연구는 부족하다. 이러한 분노정서를 적절하게 해소하지 못할 경우 개인의 내적인 문제뿐만 아니라 사회적인 문제로도 이어질 수 있다는 것을 감안한다면 취업준비생의 역기능적 분노표현 방식과 관련한 중요한 개입전략들을 고려해보는 것이 필요하다고 사료된다.

한편 사회부과 완벽주의 성향이 높은 취업준비생은 구직에 성공하기 위하여 최대한 많은 스펙을 모두 충족시키려고 노력하며, 부모님이나 친구들, 친척, 기업 등 자신이 생각하는 중요한 타인에게 과도한 성취기준을 요구받는다고 생각한다(이수연, 2015). 이들은 관심의 초점이 자신의 정서를 인식하고 이해하는 것 보다는 타인이 자신을 어떻게 평가하고, 어떤 기준을 세우고 있는지에 기울어져 있다. 그렇기 때문에 문제 상황이 발생하게 된 원인은 외부에 있으며 이를 스스로 통제할 수 없다고 지각할 가능성이 높다. 이는 곧 문제상황에 대해 쉽게 좌절하게 되는 것과 같은 부정적인 정서를 경험하도록 하고 그것을 표현하는 방식에 있어 중요한 요인이 될 수 있다(Shafran & Mansell, 2001).

통제소재(locus of control)는 개인의 느낌, 성공

www.kci.go.kr

이나 실패 또는 행동결과를 설명하는 데 가장 많이 사용되는 인과적 기제로서, 자신의 행동이나 감정을 지배하는 원인을 자신의 내부 또는 외부에 두는지에 따라 외적 통제소재와 내적 통제소재로 나뉜다(Rotter, 1966). 이 중 외적 통제소재 수준이 높은 사람들은 결과에 대한 원인이 운, 타인의 압력 등과 같은 외적인 요소에 의해 결정된다고 지각한다. 즉, 성공 경험 혹은 실패 경험에 있어 자신은 통제할 수 없다고 지각하고 결과의 원인을 타인이나 운명, 행운으로 돌리는 경우 이 사람은 외적 통제소재 성향을 높게 지녔다고 할 수 있다(Rotter, 1966). 따라서 상황에 대해 무기력함을 보이거나 결과에 있어 낮은 성취를 나타낼 수 있으며 특정한 상황에 대한 원인을 타인의 책임으로 전가하여 적대적이고 공격적인 행동을 유발할 수도 있다(Phillips & Gully, 1997). Mor, Day와 Flett(1995)은 사회부과 완벽주의와 낮은 내적 통제소재가 유의미한 정적 상관이 있음을 밝혔다. 다른 선행연구에서는 부적응적 완벽주의자들이 적응적 완벽주의자들보다 외적 통제 점수가 유의미하게 높았다(Periasamy & Ashby, 2002; Suddarth & Slaney, 2001). 또한 최자연과 오경자(2015)의 연구에서는 분노억제가 외적 통제소재의 두 하위차원인 강력한 타인 및 우연성과 유의한 정적 상관을 보였으며, 외적 통제소재가 분노억제를 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 이외에도 통제소재와 공격성 사이의 관계를 검증한 여러 연구들도 발표되었다. 분노 정서는 파괴하려는 충동성을 함축하고 있기 때문에 공격성과 밀접한 연관성을 보인다(주지영, 2009). 공격성은 분노 정서를 처벌적이고 파괴적인 외부적 행동양상으로 표현된다는 점(Martin, Watson, & Wan, 2000)에서 분노표출과 유사성을 보인다(민규영, 송현주, 2010; 서수균, 권석만, 2002). 김교헌(2000)의 연구에서도 분노표출 변인은 언어적, 신체적 공격성을 포함하고 있는 것으로 나타났다. Schmidt 등(2014)의 연구에서는 외적 통제소재와 신체적 공격성 간에 정적 상관이 나타났으며, 회귀분석 결과 외적 통제소재가 신체적 공격성을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 따라서 통제소재와 공격성 간의 관계에 대한 선행연구 결과들을 통해서도 외적 통제소재와 역기능적 분노표현 방식 사이의 관계를 예측해 볼 수 있다. 이러한 선행연구들을 기반으로 하여 본 연구에서는 외적 통제소재 수준이 높을수록 역기능적 분노표현 방식을 사용할 가능성이 높을 것으로 가정하였다.

사회부과 완벽주의와 분노표현 방식 간의 관계를 매개하는 것으로 밝혀진 또 다른 변인에는 스트레스 대처방식이 있다(양미경, 2008). Amirkhan(1990)은 스트레스 대처방식에 관한 여러 학자들의 개념들을 정리하여 대처방식을 문제해결 중심(problem solving), 사회적 지지 추구(social support seeking), 회피중심(avoidance)의 3가지로 분류하였고 이 중 회피중심 대처방식은 스트레스 상황을 직면하기보다 거리를 두고 회피하려는 노력을 의미한다. 취업 준비 상황에 놓여 있는 청년들은 불확실한 미래와 반복되는 구직생활에 높은 스트레스를 경험할 수 있다. 만약 이를 적응적인 방식으로 해소하지 못하고 회피하게 될 경우, 부적절한 분노 표현 방식을 사용하게 되고 이는 결국 우울, 불안, 섭식장애와 같은 신체적, 심리적 장애를 발생시키게 한다(안가연, 김종운, 김미희, 2016). 이처럼 스트레스 대처방식은 완벽주의와 불안, 우울, 분노표현 등 다양한 변인들과

www.kci.go.kr

의 관계를 매개하는 주요한 변인으로 검증되어 왔다(김주연, 2011; 김지수, 2017). Dunkley 등(2003)은 사회부과 완벽주의자들이 다른 사람들에 의하여 자신에게 부과되었다고 믿는 기준이 비현실적이고 통제할 수 없다고 생각하기 때문에 문제중심 대처방식이 효과적이지 않다고 생각하고, 결국 문제 상황을 회피해버리거나 관련된 정서를 무시해버리는 결과를 발생시킨다고 하였다. Appleton, Hall과 Hill(2009)의 연구에서는 사회부과 완벽주의가 회피중심 대처방식과 정적 상관관계가 있음을 보여주었다. 또한 사회부과 완벽주의가 회피중심 대처방식을 예측하는 변인임을 검증하였다. 다른 선행연구에서도 타인에게 수용되지 못하고, 인정받지 못할 것이라는 두려움과 실수에 대한 염려와 같은 사회부과 완벽주의의 특성을 반영하는 부적응적 완벽주의가 높을수록 회피중심 대처방식을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다(Noble, Ashby, & Gnilka 2014). 스트레스 대처방식과 분노표현 방식 간의 관계에 대한 관심은 많지 않으나, 일부 선행연구들에서 대처방식과 분노표현 간의 관계를 밝힘으로써 개개인이 사용하는 대처방식의 유형에 따라 다양한 분노표현을 사용한다는 것이 증명되었다(고희경, 현명호, 2009). 이재연과 김광웅(2007)의 연구에서는 스트레스를 해소하는데 있어 부적응적이고 비효율적인 대처방식을 많이 사용할수록 분노를 억제하거나 표출하는 역기능적 분노표현방식을 사용한다고 밝혔다. 또한 안가연, 김종운과 김미희(2016)의 이공계 대학생을 대상으로 한 연구에서도 회피중심 대처방식이 분노표출 및 분노억제에 유의미한 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 선행연구들을 종합해보면 회피중심 대처방식은 역기능적인 분노표현과 분명한 관계가 있음을 확인 할 수 있다. 즉, 문제 상황이 발생하였을 때 그러한 상황을 적극적으로 해결하려고 노력하기 보다는 상황 자체를 외면하거나, 그와 관련된 정서들을 억압할 경우 스트레스는 적절히 해소되지 않을 수 있으며, 이렇게 해소되지 못한 스트레스는 분노를 경험하게 하고 결국 이를 부적절한 방식으로 표현하게 된다는 것을 시사한다.

외적 통제소재와 회피중심 대처방식 간의 관계에 대한 연구는 많지 않으나 몇몇 선행연구 결과에서 외적 통제소재가 회피중심 대처방식을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다(Brown, Mulhern, & Joseph, 2002; Scott et al., 2010). 또한 Amirkhan(1990)에 따르면 외적 통제소재는 스트레스 대처방식의 하위 유형 중 회피중심 대처방식과 관련이 있는 것으로 나타났다. 이는 외적 통제소재가 스트레스 요인을 적극적으로 해결하려는 행동적 노력을 감소시킬 뿐만 아니라 걱정의 수준을 증가시키며, 스트레스 요인을 회피하도록 만든다는 것을 시사한다. 이러한 선행 연구 결과를 통해 본 연구는 외적 통제소재가 회피중심 대처방식과 관련성이 있을 것이라고 예상하였다.

이상의 선행연구들을 종합해보았을 때, 사회부과 완벽주의가 역기능적 분노표현방식에 미치는 영향에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식이 순차적으로 매개할 것을 예상해 볼 수 있다. 이에 본 연구에서는 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현방식과의 관련성을 확인하고, 두 변인 간의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식이 매개하는지를 검증하고자 한다. 또한 현재 국내에서 진행된 취업준비생을 대상으로 한 선행연구들은 취업준비생의 취업 관련 스트레스와 취업 불

www.kci.go.kr

안의 유무 정도에만 주로 초점을 맞추고 있고 취업준비생들이 구직 상황에서 직접적으로 경험하는 심리적 부적응 문제에 대한 이해를 반영하는 변인들에 관한 경험적 연구는 미미하다. 따라서 본 연구에서는 취업을 준비하고 있는 청년들을 대상으로 연구하고자 한다. 이를 통해 본 연구는 우리 사회의 청년들이 삶에 대한 통제력을 증진시키고, 스트레스 상황에 대해 적응적인 방식으로 대처하여 심리적으로 건강하고 행복한 삶을 살아갈 수 있도록 도울 수 있는 기초자료를 제공하고자 한다. 본 연구의 연구문제 및 연구 가설은 다음과 같다.

연구문제 1. 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식, 외적 통제소재, 회피중심 대처방식은 어떠한 관계성이 있는가?

가설 1. 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식, 외적 통제소재, 회피중심 대처방식은 정적 상관이 있을 것이다.

연구문제 2. 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과가 있는가?

가설 1-1. 사회부과 완벽주의와 분노억제의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 순차적인 이중매개효과가 있을 것이다.

가설 1-2. 사회부과 완벽주의와 분노표출의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 순차적인 이중매개효과가 있을 것이다.

방 법

연구참여자

공기업, 준정부기관, 지방공기업에서 청년을 고용하는 연령범위 기준은 만 15세~34세(청년고용촉진 특별법, 2013), 청년 취업 아카데미, 청년구직활동지원금 지원 연령범위 기준은 각각 만 34세 이하, 만 18세~34세이다(고용노동부, 2019). 본 연구에서는 국내 고용노동부(2019) 및 청년고용촉진 특별법(2013)에서 제시되어 있는 청년 연령 범위를 기준을 고려하여 취업준비생을 정의하였다. 첫째, 현재 취업의사가 있다는 전제 하에 최근 4주 동안 구직활동, 직업교육 등 취업을 위한 활동에 참여하거나, 공무원 및 임용시험을 준비하는 등 취업하기를 희망하고 구직을 준비하고 있는 자를 연구 참여자로 하였다. 둘째, 대학교 졸업 예정 및 대학교를 졸업한 만 18세~34세의 청년 실업자를 연구 참여자로 하였다. 셋째, 군 입대 예정자, 대학원 진학 예정자, 자영업(창업 포함)을 계획하는 자, 재취업을 준비하는 자, 기혼자는 본 연구에서 제외하여 연구 참여자 간의 동질성을 높이고자 하였다. 마지막으로 고졸자는 본 연구 참여자에서 제외하고, 대학 졸업(예정)자만을 연구 참여자에 포함하였다.

연구 참여자의 경우 주변의 지인을 이용한 편의표집뿐만 아니라 인터넷 취업 커뮤니티를 통해 본 온라인 설문조사 양식을 배포하여 모집하였으며, 총 455부의 온라인 설문지를 수거하였다. 설문방식과 관련하여, 이지영(2006)은 연구를 통해 온라인 조사 방법이 오프라인 조사 방법과 대등하고, 문항의 성격에 따라 오히려 더 우수한 데이터

www.kci.go.kr

품질을 나타낸다는 결과를 확인하였다. 다른 선행 연구들에서도 인터넷 설문 조사방법이 익명성을 보장하여 오프라인 조사방법보다 적극적인 응답을 이끌어내고, 두 조사 방법 간 신뢰도 차이가 없었다는 결과를 보여주었다(남궁상, 2008; 윤은성, 김영원 2002). 수거한 설문지 중 연구 참여자 조건에 해당하지 않거나, 참여자 조건에 부합했지만 오류로 인하여 다음 항목으로 넘어가지 않은 설문지 149부를 제외한 306부가 최종 분석에 사용되었다. 전체 응답자 중 남성은 65명(21.2%), 여성은 241명(78.8%)이었고, 연령은 만 19세에서 34세 이하로 평균 25.38세였다.

측정도구

다차원적 완벽주의 척도(HMPS). 사회부과 완벽주의를 측정하기 위하여 Hewitt와 Flett (1991a)가 개발한 다차원적 완벽주의 척도를 한기연(1993)이 번안한 항목들 중 사회부과 완벽주의의 15문항만을 사용하였다. 각 문항은 7점 Likert식 척도로 1점 '전혀 그렇지 않다.', 7점 '매우 그렇다.'로 구성되어 있다. 한기연(1993)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .76이었으며, 본 연구에서는 .86이었다.

통제소재 척도(IPC). 통제 능력에 대한 신념을 측정하기 위하여 Levenson(1981)이 개발한 통제소재 척도를 배준성(2007)이 번안한 것을 사용하였다. 본 척도는 1점 '전혀 그렇지 않다.', 7점 '매우 그렇다.'까지 7점 Likert식 척도로 평정되고, 이 중 외적 통제소재의 하위 유형인 강력한 타인 척도 8문항과 우연성 8문항을 하나의 범주로 묶어 분석에 사용하였다. 배준성(2007)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 강력한 타인 .74, 우연성 .61로 나타났다. 본 연구에서 강력한 타인 .78, 우연성 .78, 전체 외적 통제소재는 .82의 내적 합치도(Cronbach's α)를 보였다.

한국판 대처전략검사 척도(K-CSI). 스트레스 상황에 대한 회피중심 대처방식을 측정하기 위하여 Amirkhan(1990)이 개발한 대처전략검사 척도를 신혜진과 김창대(2002)가 번안하고 타당화한 항목 중 회피중심 대처방식 만을 사용하였다. 응답 방식은 다음과 같은 절차를 통해 이루어진다. 최근 6개월 간 경험했었던 취업과 관련된 스트레스 상황들 중 한 가지를 떠올린 다음, 그러한 스트레스 상황에서 각각의 문항들이 제시하는 대처 방식을 취했던 정도에 따라, 1점 '전혀 하지 않았다.', 2점 '조금 했다.', 3점 '많이 했다.'중 하나에 표시한다. 신혜진과 김창대(2002)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .67이었다. 본 연구에서는 회피중심 대처방식이 .75의 내적 합치도를 보였다.

상태-특성 분노표현 척도(STAXI-K). 역기능적 분노표현 방식을 측정하기 위해 Spielberger (1988)가 개발하고 전겸구, 한덕웅, 이장호, Spielberger(1997)가 한국판으로 개발한 한국판 상태-특성 분노표현 척도(STAXI-K)를 사용하였다. 본 연구에서는 역기능적 분노표현방식에 해당하는 분노억제와 분노표출의 16문항만을 사용하였다. 본 척도는 4점 Likert식 척도로 1점 '전혀 그렇지 않다.', 4점 '거의 항상 그렇다.'로 구성되어 있다. 전겸구, 한덕웅, 이장호, Spielberger(1997)의

www.kci.go.kr

연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 분노억제 .74, 분노표출 .75 였다. 본 연구에서는 분노억제 .81, 분노표출 .85, 전체 역기능적 분노표현 방식 .87의 내적 합치도를 보였다.

분석방법

본 연구는 취업준비생의 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과를 검증하기 위하여 SPSS 24.0과 SPSS Process Macro를 활용하여 자료의 통계분석을 실시하였다. 먼저, 연구 대상의 인구통계학적 특성을 알아보기 위하여 기술 통계분석을 실시하였다. 다음으로 신뢰도 검증을 위하여 내적합치도(Cronbach's α) 계수를 산출하였고, Pearson 상관분석을 통해 각 변인들 간의 상관관계 분석을 실시하였다. 마지막으로 취업준비생의 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과를 검증하기 위하여 Hayes(2016)의 SPSS PROCESS Macro 모형 6번을 이용해 분석을 실시하였다.

연구절차

본 연구는 서울여자대학교 생명윤리위원회(Institutional Review Board)에 인간 대상 연구 계획서를 제출하여 심사(IRB-2019A-6)를 통과한 뒤 진행하였다. 2019년 8월 1일부터 2019년 10월 30일까지 13주 간 온라인 설문조사를 진행하였다. 설문 진행 시 연구 참여자에게 연구에 대한 동의를 구한 뒤, 동의한 참여자에 한해 설문을 실시할 수 있도록 하였다.

결 과

주요 변인들 간의 상관분석

사회부과 완벽주의, 외적 통제소재, 회피중심 대처방식, 역기능적 분노표현 방식 간의 관계를 검증하기 위하여 Pearson 상관분석을 실시하였고, 그 결과는 다음과 같다. 먼저 사회부과 완벽주의는 외적 통제소재와 유의한 정적 상관($r = .59, p < .01$)을 보였고, 회피중심 대처방식과도 유의한 정적 상관($r = .46, p < .01$)을 보였다. 또한 종속변수인 분노억제 및 분노표출과도 유의한 정적 상관($r = .46, p < .01$; $r = .20$, $p < .01$)이 있는 것으로 나타났다. 외적 통제소재

표 1. 주요 변인들 간 상관계수

변인	*M*	*SD*	1	2	3	4	5
사회부과 완벽주의	62.74	12.85	1				
외적 통제소재	64.99	12.41	.59**	1			
회피중심 대처방식	24.20	4.57	.46**	.41**	1		
분노표출	17.93	5.30	.20**	.33**	.28**	1	
분노억제	20.25	5.18	.46**	.50**	.54**	.50**	1

** $p < .01$.

www.kci.go.kr

는 회피중심 대처방식과 유의한 정적 상관($r = .41, p < .01$)을 보였고, 분노억제 및 분노표출과도 각각 유의한 정적 상관($r = .50, p < .01$; $r = .33, p < .01$)이 있는 것으로 나타났다. 회피중심 대처방식도 분노억제 및 분노표출과 각각 유의한 정적 상관($r = .54, p < .01$; $r = .28, p < .01$)을 보였다.

사회부과 완벽주의가 분노억제에 미치는 영향에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과

사회부과 완벽주의와 분노억제의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과의 분석결과는 표 2에 제시하였고 모든 변인은 분노억제에 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

첫째, 사회부과 완벽주의는 분노억제에 유의한 정적 영향을 나타내었다($B = .186, p < .001$). 이에 따라 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 분노 억제 수준 역시 올라가는 것을 확인할 수 있었다. 사회부과 완벽주의가 분노억제에 미치는 설명력은 21%($F = 82.26, p < .001$)로 나타났다.

둘째, 사회부과 완벽주의는 외적 통제소재에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다($B = .567, p < .001$). 즉, 사회부과 완벽주의가 높을수록 외적 통제소재 수준도 높아진다고 볼 수 있겠다. 사회부과 완벽주의가 외적 통제소재에 미

표 2. 사회부과 완벽주의와 분노억제의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과 검증

종속변인	독립변인	B	SE	t	하한값	상한값	F	R^2
분노억제	사회부과 완벽주의	.186	.021	9.07***	.1458	.2266	82.26***	.21
외적 통제소재	사회부과 완벽주의	.567	.045	12.64***	.4786	.6550	159.78***	.34
회피중심 대처방식	외적 통제소재	.082	.023	3.63***	.0376	.1270	49.27***	.25
	사회부과 완벽주의	.117	.022	5.35***	.0743	.1606		
분노억제	외적 통제소재	.110	.024	4.65***	.0632	.1560	65.92***	.40
	회피중심 대처방식	.422	.058	7.23***	.3072	.5370		
	사회부과 완벽주의	.055	.023	2.35*	.0089	.1007		

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

표 3. 외적 통제소재 및 회피중심 대처방식의 간접효과 검증

경로	효과 크기	SE	95% 신뢰구간 LLCI (하한값)	95% 신뢰구간 ULCI (상한값)
총 효과(C: 완벽→분노억제)	.186	.021	.1458	.2266
직접효과(C': 완벽→분노억제)	.055	.023	.0089	.1007
완벽→외적→분노억제	.062	.015	.0331	.0937
완벽→회피→분노억제	.050	.012	.0278	.0751
완벽→외적→회피→분노억제	.020	.006	.0080	.0320

www.kci.go.kr

치는 설명력은 34%($F = 159.78, p < .001$)였다.

셋째, 사회부과 완벽주의와 외적 통제소재를 동시에 투입하였을 때, 두 변인 모두 회피중심 대처방식에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다($B = .117, p < .001; B = .082, p < .001$). 즉, 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 외적 통제소재가 높아지고, 외적 통제소재 수준이 높아질수록 회피중심 대처방식을 많이 사용하는 것으로 볼 수 있다. 사회부과 완벽주의와 외적 통제소재가 회피중심 대처방식에 미치는 설명력은 25%($F = 49.27, p < .001$)이었다.

마지막으로 분노억제를 종속변인으로 설정한 다음 사회부과 완벽주의, 외적 통제소재, 회피중심 대처방식을 동시에 투입하였을 때, 세 변인 모두 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타나($B = .055, p < .05$; $B = .110, p < .001$; $B = .422, p < .001$) 이는 이중매개효과를 시사하는 것으로 확인되었다. 다시 말해, 사회부과 완벽주의가 높을수록 외적 통제소재 수준이 높을 수 있고, 외적 통제소재 수준이 높으면 회피중심 대처방식을 많이 사용하게 되어 분노억제 수준이 높아질 수 있음을 의미한다. 본 매개 모형의 총 설명력은 40%($F = 65.92, p < .001$)로 나타났다.

간접효과의 검증 결과는 다음의 표 3과 같다. 먼저, 사회부과 완벽주의와 분노억제 사이에서 외적 통제소재의 간접효과가 95% 신뢰구간에서 [.0331, .0937]로 유의한 것으로 나타났다. 이와 더불어 사회부과 완벽주의와 분노억제 사이에서 회피중심 대처방식을 매개로 하는 간접효과도 신뢰구간 95%에서 [.0278, .0751]로 유의한 것으로 나타났다. 더 나아가 사회부과 완벽주의가 외적 통제소재와 회피중심 대처방식을 순차적으로 매개하여 분노억제에 영향을 미치는 경로 또한 95% 신뢰구간에서 [.0080, .0320]으로 유의한 것으로 나타났고, 직접 경로 역시 [.0089, .1007]로 유의하여 부분매개 효과가 검증되었다. 마지막으로 총효과

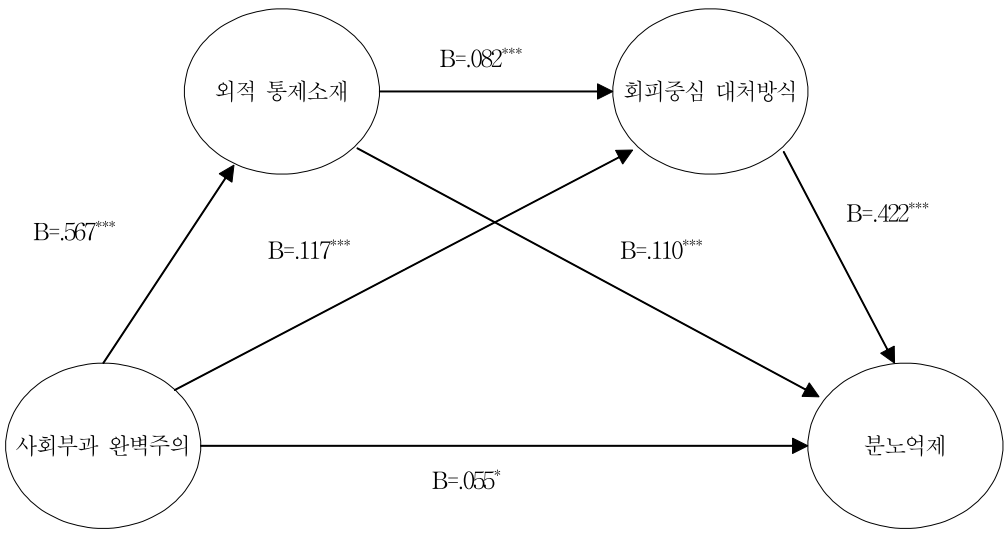

그림 1. 사회부과 완벽주의와 분노억제 간 관계에서
외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개모형

www.kci.go.kr

역시 95% 신뢰구간에서 [.1458, .2266]으로 0을 포함하지 않았기 때문에 유의한 것으로 나타났다. 이에 따라, 사회부과 완벽주의가 외적 통제소재, 회피중심 대처방식을 순차적으로 매개하여 분노억제에 미치는 이중매개효과를 확인하였다.

사회부과 완벽주의가 분노표출에 미치는 영향에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과

사회부과 완벽주의와 분노표출의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과의 분석결과는 표 4에 제시하였고 모든 변인은 분노표출에 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다.

첫째, 사회부과 완벽주의는 분노표출에 유의한 영향을 주는 것으로 나타났다 ($B = .079, p < .001$). 즉, 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 분노표출 수준 또한 높아짐을 확인할 수 있었다. 사회부과 완벽주의가 분노표출에 보이는 설명력은 4%($F = 11.55, p < .001$)였다.

둘째, 사회부과 완벽주의는 외적 통제소재에 유의한 정적 영향을 주는 것으로 나타났다 ($B = .567, p < .001$). 이에 따라 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 외적 통제소재 수준은 높아진다는 것을 알 수 있었다. 사회부과 완벽주의가 외적 통제소재에 보이는 설명력은 34% ($F = 159.78, p < .001$)였다.

셋째, 사회부과 완벽주의와 외적 통제소재를 동시에 투입하였을 때, 두 변인 모두 회피중심 대처방식에 유의한 정적 영향을 미쳤다 ($B = .117, p < .001$; $B = .082, p < .001$). 즉, 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 외적 통제소재 수준이 높아지고, 외적 통제소재 수준이 높을수록 회피중심 대처방식을 많이 사용하게 됨을 알 수 있었다. 사회부과 완벽주의와 외적 통제소재가 회피중심 대처방식에 보이는 설명력은 25% ($F = 49.27, p < .001$)였다.

마지막으로 종속변인을 분노표출로 설정한 다음 사회부과 완벽주의와 외적 통제소재, 회피중심 대처방식을 동시에 투입했을 때, 외적 통제소재와 회피중심 대처방식이 유의한 정적 영향을 미쳤으나 ($B = .123, p < .001$; $B = .223, p < .001$), 사회부과 완벽주의는 유의하지 않았다. 이에 따라 본 매개 모형은 완전매개효과를 시사함을 알 수 있었다. 이는 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록

표 4. 사회부과 완벽주의와 분노표출의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과 검증

종속변인	독립변인	B	SE	t	하한값	상한값	F	R^2
분노표출	사회부과 완벽주의	.079	.023	3.40***	.0332	.1246	11.55***	.04
외적 통제소재	사회부과 완벽주의	.567	.045	12.64***	.4786	.6550	159.78***	.34
회피중심 대처방식	외적 통제소재	.082	.023	3.63***	.0376	.1270	49.27***	.25
	사회부과 완벽주의	.117	.022	5.35***	.0743	.1606		
분노표출	외적 통제소재	.123	.029	4.28***	.0667	.1801	15.91***	.14
	회피중심 대처방식	.223	.071	3.12***	.0821	.3630		
	사회부과 완벽주의	-.028	.029	-.97	-.0836	.0286		

***$p < .001$.

www.kci.go.kr

외적 통제소재 수준이 높아지고, 외적 통제소재가 높으면 회피중심 대처방식을 많이 사용하게 되며, 회피중심 대처방식을 많이 사용하게 되면 분노표출이 증가하게 됨을 의미한다. 본 매개 모형의 총 설명력은 14%($F = 15.91, p < .001$)로 나타났다.

간접효과 검증 결과는 표 5와 같다. 먼저, 사회부과 완벽주의와 분노표출에서 외적 통제소재의 간접효과가 95% 신뢰구간에서 [.0379, .0148]로 0을 포함하지 않아 유의한 것으로 나타났다. 또한 사회부과 완벽주의와 분노표출 사이에서 회피중심 대처방식을 매개로 하였을 때 간접적 영향을 미치는 경로는 95% 신뢰구간에서 [.0072, .0481]로 유의한 것으로 나타났다. 마지막으로 사회부과 완벽주의가 외적 통제소재와 회피중심 대처방식을 순차적으로 매개하여 분노표출에 미치는 경로는 95% 신뢰구간에서 [.0021, .0206]로 유의한 것으로 나타났다. 총 효과의 경우 [.0332. .1246]으로 유의하였으나, 외적 통제소재와 회피중심 대처방식과는 독립적으로 사회부과 완벽주의가 분노표출에

표 5. 외적 통제소재 및 회피중심 대처방식의 간접효과 검증

경로	효과 크기	*SE*	95% 신뢰구간	
			LLCI (하한값)	ULCI (상한값)
총 효과(C: 완벽→분노표출)	.079	.023	.0332	.1246
직접효과(C': 완벽→분노표출)	-.028	.029	-.0836	.0286
완벽→외적→분노표출	.070	.017	.0379	.0148
완벽→회피→분노표출	.026	.010	.0072	.0481
완벽→외적→회피→분노표출	.010	.005	.0021	.0206

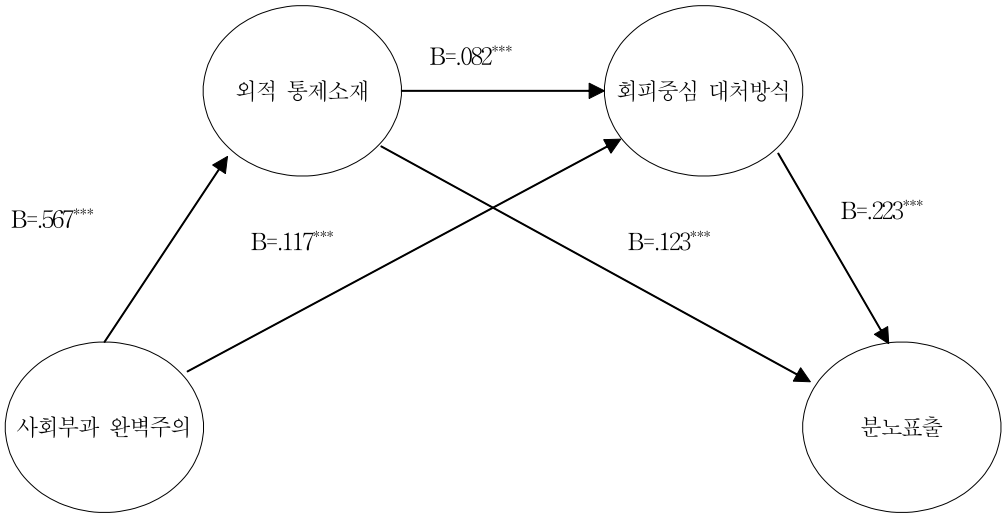

그림 2. 사회부과 완벽주의와 분노표출 간 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개모형

www.kci.go.kr

미치는 영향은 유의하지 않았다[-.0836, .0286]. 따라서 사회부과 완벽주의가 외적 통제소재, 회피중심 대처방식을 순차적으로 매개하여 분노표출에 영향을 미치게 되는 완전매개효과가 검증되었다.

논 의

본 연구는 전국의 취업준비생을 대상으로 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 총 306명의 자료를 통계 분석에 사용하였고, 본 연구 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

먼저, 사회부과 완벽주의와 외적 통제소재, 회피중심 대처방식, 분노억제, 분노표출의 상관관계를 확인하였다. 사회부과 완벽주의와 분노억제는 유의미한 정적 상관을 나타내었다. 이는 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 분노를 억제할 가능성이 높다는 것을 의미한다. 또한 사회부과 완벽주의는 분노표출과 유의한 정적 상관을 보였다. 즉, 취업준비생이 구직 준비과정에서 타인이 자신에게 높은 성취를 요구하고 경쟁에 대한 압력을 준다고 믿을수록, 이러한 완벽에 대한 부담감으로 인하여 분노를 경험하고, 이를 부적응적인 방식으로 표출할 수 있다는 것을 시사한다. 이와 더불어 사회부과 완벽주의와 외적 통제소재, 회피중심 대처방식은 정적 상관을 나타내었다. 외적 통제소재와 회피중심 대처방식은 정적인 상관이 있었다. 즉, 문제 상황에 있어 이를 자신이 통제할 수 없다고 지각하게 될 경우, 그러한 상황을 회피하거나 수동적으로 반응함으로써 적극적이고 적절한 행동을 수행하지 않게 된다는 것을 의미한다. 외적 통제소재와 분노억제는 정적인 상관관계를 나타내었다. 즉, 외적 통제소재 수준이 높을수록 분노를 억제할 가능성이 높다는 것을 뜻한다. 또한 외적 통제소재와 분노표출은 정적 상관관계를 나타내었다. 이는 자신이 경험하는 상황에 대한 통제력이 자신이 아닌 외적인 환경에 있다고 지각하게 될 경우 결과에 대한 책임과 통제능력이 감소하고 개인으로 하여금 역기능적으로 분노를 표출하게 만든다는 것을 의미한다. 회피중심 대처방식은 분노억제와 정적인 상관을 보였다. 이는 스트레스를 유발하는 상황을 직면하지 않고 외면할수록 분노 정서를 억제할 가능성이 높다는 것을 시사한다. 마지막으로 회피중심 대처방식은 분노표출과 정적인 상관관계를 나타내었다. 이는 문제상황에 대하여 회피중심 대처방식을 사용할수록 분노를 표출할 가능성이 높아짐을 의미한다. 이는 다양한 선행연구들과 맥을 같이하는 결과라고 볼 수 있다(오혜지, 2012; 정다운, 2018; 주은선, 이선화, 2015; 최자연, 오경자, 2015).

다음으로, 사회부과 완벽주의와 분노억제의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 순차적인 이중매개효과가 나타났다. 또한 사회부과 완벽주의와 분노억제의 직접효과도 유의미하여 부분매개효과가 확인되었다. 이러한 결과는 사회부과 완벽주의 수준이 높은 취업준비생들이 자신의 인정과 승인을 받기 위해 노력하게 되므로, 다양한 상황에 대한 결과가 자신의 노력으로 인한 것이 아닌 외적 요소에 있다고 판단하기 쉽다는 것을 보여준다(박소영, 안창일, 최승미, 2005). 하지만 이들은 타인에게 부정적인 평가를 받을 것을 두려워하기 때문에 긍정적인 면모만 보이기 위하여 분노와 같은 부정적인 정서를 외면하고

www.kci.go.kr

내적 세계에 억압하게 된다(양에스더, 2016). 즉, 사회부과 완벽주의 성향을 지닌 취업준비생이 대인 상황에 있어 긍정적인 관계를 유지하려는 경향성이 있고, 타인에게 항상 좋은 평가를 받아야 한다는 믿음을 가지고 있기 때문에 부정적인 정서를 억제하려는 경향성을 보일 수 있음을 시사한다. 하지만 부분적으로는 스스로 특정한 상황에 대한 결과를 통제할 수 없다고 느끼며, 이에 대해 직면하지 않으려는 대처방식을 사용하게 되고 결과적으로 분노 정서를 억압된 방식으로 나타낼 수 있다는 것을 의미한다. 본 연구 결과는 부적응적 완벽주의가 회피중심 대처방식에 미치는 정적인 영향을 밝힌 선행연구(Noble et al., 2014)와 문제 상황 자체를 외면함으로써 스트레스를 해소하지 못하게 되고 이는 결국 분노억제 수준을 증가시킬 수 있음을 제시한 연구(Arslan, 2010)와 유사하다고 볼 수 있다.

한편 사회부과 완벽주의와 분노표출의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 이중매개효과가 검증되었다. 이러한 결과는 타인이 부여한 높은 성취기준을 반드시 충족해내야 한다는 믿음을 가진 개인이 외적 통제소재를 유발하고(Periasamy & Ashby, 2002), 발생한 결과에 대한 책임이 외적 요소에 있다고 판단될 때 분노 정서를 야기한다는 선행연구 결과와 맥을 같이 한다고 볼 수 있다(김수미, 2009; 서수균, 2009). 또한 부정적인 정서를 적응적으로 조절하지 못한 개인이 일상생활에서 분노정서를 타인에게 역기능적인 방식으로 표출하게 된다는 선행연구 결과와도 일치한다. 이와 더불어 사회부과 완벽주의가 높을수록 적응적이지 못한 대처방식을 사용하게 되고(우주영, 2015), 문제 상황에 대하여 소극적으로 대처할수록 부정 정서가 증가하며(전미경, 2009), 이러한 정서를 적절하게 통제하지 못할 경우에 분노를 역기능적으로 표출하게 된다는 선행연구 결과와 일맥상통한다고 볼 수 있다. 다시 말해, 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 다양한 상황에 대하여 자신의 통제 능력을 낮게 지각하도록 하는 외적 통제소재 수준을 활성화시키고, 이러한 외적 통제소재는 회피중심 대처방식의 사용 경향성을 높이게 되어 분노 정서를 역기능적인 방식으로 표출할 수 있음을 시사한다. 이와 더불어 이중매개모형에서 사회부과 완벽주의가 분노표출로 가는 직접적인 경로는 유의하지 않았다. 이러한 결과는 사회부과 완벽주의 수준이 높은 개인이 보일 수 있는 분노표출 경향성이 외적 통제소재와 회피중심 대처방식을 통해서 나타난다는 것을 의미한다. 또한 사회부과 완벽주의가 분노표출에 미치는 직접적인 효과가 유의하지 않았으므로, 외적 통제소재와 회피중심 대처방식의 매개효과가 더 중요하게 해석될 가치가 있으며, 이 경우 매개변인을 중심으로 취업준비생에 대한 치료적 개입을 수립하는 것이 더 효과적일 것이다.

현재 대부분의 취업준비생들은 치열한 입시 경쟁 안에서 스트레스를 효과적으로 대처하지 못할 뿐만 아니라, 상황에 대한 스스로의 통제능력의 부족으로 인해 분노와 같은 부정적인 정서뿐만 아니라 낮은 심리적 안녕감. 사회적 부적응을 경험할 가능성이 높다. 하지만 구직상황에서 취업준비생의 내적 통제소재 수준이 높아진다면 시험준비나 면접 상황에서 경험하게 되는 긴장감이나 두려움 등의 정서들을 적게 경험할 수 있고, 문제상황에 대하여 이를 적극적으로 대처하려는 자발적인 태도를 지닐 수 있다. 행복하고 건강한 삶을

www.kci.go.kr

살아가기 위해서 개인의 노력도 중요하지만 국가적 차원에서 이루어지는 다양한 프로그램들은 취업준비생의 비합리적인 인지구조와 스트레스 대처 능력을 길러줄 수 있다고 판단된다.

이를 위하여 취업준비생들이 구직 과정에서 쉽게 접근할 수 있는 고용센터나 청년센터에서는 취업준비생의 스트레스 관리와 심리적 안녕감의 증진을 위한 적극적인 정책적 방안을 마련하고, 이들이 쉽게 가질 수 있는 외적 통제소재 수준과 부적응적인 스트레스 대처방식을 개선할 수 있는 프로그램을 개발하고 실시 할 수 있어야 한다. 구직 준비를 위하여 참여하게 되는 청년 고용 지원 프로그램 내에서 비슷한 고민과 스트레스를 가진 취업준비생들이 서로의 고통을 나누고, 상담 및 치료 프로그램을 통해 도움을 받게 된다면 이들이 자신의 삶에 대한 통제감을 향상시키고, 구직 상황에서 빈번하게 발생하는 스트레스와 분노 정서를 효과적으로 다룰 수 있을 것이라 기대한다.

본 연구 결과 중 사회부과 완벽주의와 분노억제의 관계에서 외적 통제소재 및 회피중심 대처방식의 이중매개효과의 총 설명력은 39.57%, 사회부과 완벽주의와 분노표출의 관계에서 외적 통제소재 및 회피중심 대처방식의 이중매개효과의 총 설명력은 13.65%로 분노억제를 종속변인으로 한 매개모형의 설명력이 더 높은 것으로 나타났다. 이와 같은 결과는 사회부과 완벽주의 수준이 높을수록 대인관계에서 자신의 정서를 표현하는 것에 대한 갈등을 경험하기 쉽고, 분노 정서를 해결하기 위해 노력하는 것 보다는 이러한 정서를 표현하는 것을 회피하는 등의 부적응적인 행동으로 나타날 수 있다는 것을 시사한다. 특히 사회부과 완벽주의자는 타인의 인정을 중요시하기 때문에 (Flett, Hewitt, & DeRosa, 1996), 타인과 좋은 관계를 지속하기 위해서는 자신의 감정과 사고를 최대한 억압하려는 경향성을 가지고 있다(김소정, 이승연, 2014). 또한 부정적인 정서를 표현하는 것에 대해 허용적이지 않은 한국 사회의 특성상(이윤경, 2015), 취업준비생들은 분노를 크게 표출하기 보다는 억제하려는 경향성을 보이게 되었다고 볼 수 있다. 이는 박은실(2014)의 대학생을 대상으로 한 연구에서 사회적으로 부과된 완벽주의가 외적 통제소재를 매개로 하여 사회불안에 영향을 미쳤다는 연구 결과와 외적 통제소재가 분노억제에 중요한 예측 변인임을 밝힌 박정숙(2013)의 연구결과와도 맥을 같이 한다. 그렇기 때문에 다양한 문제 상황 속에서 경험하게 된 분노 정서를 바깥으로 표출하기 보다는 자신의 내부로 돌리고, 속으로만 타인을 비난하게 되는 것이다. 이와 더불어 취업준비생은 특히 구직을 준비하는 상황에서 구직 실패와 관련된 다양한 사건들을 경험하고 이와 관련된 분노 정서를 경험할 가능성이 높다. 하지만 주로 분노의 대상은 자신보다 권력이 있거나 높은 위치에 있는 대상일 가능성이 높기 때문에 분노를 감추고 억제하려는 경향성을 보일 것으로 추측해볼 수 있다. 마지막으로 분노를 표현하는 방식은 사회적 맥락과 학습의 영향을 받아 개인마다 다양하게 발달할 수 있기 때문에 연령과 성별에 따라 차이가 있다(채유경, 2001). 본 연구의 참여자는 여성이 상당수를 차지하였고, 남성보다 여성이 분노억제를 더 많이 하는 경향성이 있다는 선행 연구 결과로 볼 때(구연익, 2010), 취업준비생의 사회부과 완벽주의와 분노표출 모형, 사회부과 완벽주의와 분노억제 모형의 설명력 차이에 대해 구체적으로 밝혀줄 추가적인 연구가

www.kci.go.kr

필요하다는 것을 시사한다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 기존 선행연구와 비교하였을 때 연구대상이 차별화되었다는 점에서 의의가 있다. 만성적인 취업난으로 인해 장기화되고 있는 취업 기간 동안 국내의 취업준비생들은 상당히 다양한 심리적 어려움을 경험할 수 있음에도 불구하고, 취업준비생을 대상으로 한 연구는 미비한 실정이다. 특히 한국의 취업준비생은 어린 시절부터 주변 사람과 사회로부터 성공과 성취에 대한 압력을 지속적으로 받으며, 경쟁 사회에서 좋은 성적을 얻고 명문 대학, 좋은 직장에 들어가야 한다는 기대에 대한 부담감을 안고 살아간다. 이들은 끊임없이 사회로부터 부여받은 비현실적인 기준과 자신에 대한 기준과의 불일치로 인해 내적인 스트레스를 경험할 가능성이 높다(이서정, 하창순, 오민경, 박상표, 문인수, 2017). 이에 따라 본 연구는 취업준비생의 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식의 관계를 확인하고, 이를 매개하는 심리적인 기제가 무엇인지에 초점을 맞추어, 이들이 경험할 수 있는 다양한 심리적 부적응 요인들을 확인할 수 있었다는 점에 의의가 있다.

이와 더불어 사회부과 완벽주의자들이 더 쉽게 분노와 같은 부정적인 정서를 쉽게 경험한다는 선행연구들이 존재함에도 불구하고, 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식의 관계에 관한 연구는 부족한 실정이다. 최근 적절하게 분노를 조절하지 못하고 부적응적인 방식으로 표현하게 되는 분노 범죄가 증가하고 있는 사회적 현실로 보아, 분노를 적절하게 통제하고, 적응적인 방식으로 표현하지 못한다면 이는 개인의 문제뿐만 아니라 사회적인 문제로도 양산될 수 있다. 특히 취업준비생들은 반복적인 구직에 대한 좌절감과 성취에 대한 기대를 크게 지각할 가능성이 높다는 것을 감안할 때, 본 연구는 이들의 심리적 부적응을 해소하고, 이로 인해 발생할 수 있는 사회적 문제를 해결하기 위한 기초자료를 마련했다는 의미를 가진다.

둘째, 본 연구는 취업준비생을 대상으로 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식의 관계에서 외적 통제소재와 회피중심 대처방식이 매개하는 새로운 경로를 확인했다는 점에서 의의가 있다. 특히 완벽주의 성향은 변화하기 쉽지 않은 특성이며, 분노 또한 적절하게 다루기 어려운 정서 중 하나로 분노와 관련된 문제를 직접적으로 변화시키는 것은 내담자의 반발심을 불러일으킬 가능성이 높다(Digiuseppe, 1999). 이에 따라 사회부과 완벽주의 성향이 있는 취업준비생들이 역기능적 분노표현으로 인하여 생활상의 다양한 신체적, 정신적, 사회적 부적응을 경험할 때 이에 대한 치료적 개입을 수립하기 위하여 매개변인인 외적 통제소재와 회피중심 대처방식을 변화시켜 적절하게 자신의 정서를 통제할 수 있도록 도울 수 있을 것으로 기대한다. 이러한 외적 통제소재와 회피중심 대처방식을 적응적으로 변화시킬 수 있도록 도와줄 수 있는 치료에는 마음챙김이 있다. 마음챙김이란 알아차림과 자극에 대한 수용적인 자세를 통해 현재 자신이 지니고 있는 감정과 생각, 감각 등을 좀 더 넓은 조망으로 바라보게 함으로써 현재 경험하고 있는 정보처리 과정을 용이하게 한다(Bishop et al., 2004). 또한 마음챙김은 자신에 대한 조절 능력을 향상하고, 외적, 내적 경험으로부터 탈중심화되어 현재를 바라보기 때문에 자신이 느끼는 인지적인 왜곡이나 부정적인

www.kci.go.kr

정서에서 벗어날 수 있다(Hayes & Feldman, 2004). 이러한 마음챙김을 통해 사건에 대한 스스로의 조절 능력을 높이는 것과 더불어 부적응적인 대처방식에 해당하는 회피중심 대처방식을 적응적이고 적극적인 대처방식으로 변화시키는 것을 통해 사회부과 완벽주의 특성에서 역기능적인 분노표현 방식으로 이어지게 되는 경로를 차단시킬 수 있을 것으로 사료된다.

셋째, 본 연구의 결과를 통해 취업준비 과정에서 다양한 심리적 어려움을 경험하는 취업준비생을 대상으로 한 치료 과정에서 분노 정서를 반드시 다루어야 할 필요성을 확인했다는 점에서 의의가 있다. 구직 준비 상황에서 사회부과 완벽주의 경향성이 높은 취업준비생들은 항상 타인의 기준에 자신을 맞추려고 하기 때문에 지속적으로 무기력감을 경험할 수 있고, 대인관계 측면에서 자신의 분노 정서를 억압하려는 경향성을 나타낼 수 있다. 이로 인해 발생하는 스트레스와 경험한 분노 정서를 적응적인 방식으로 해소하지 못하게 된 취업준비생은 우울, 자살사고, 불안 등과 같은 이차적인 문제를 경험할 수 있게 된다. 따라서 취업준비생을 대상으로 치료적 전략을 수립할 때, 자신이 경험하는 분노 정서를 이해하고 수용할 수 있도록 하는 분노 조절 훈련 등의 프로그램을 활용하는 것이 더 큰 치료적 효과성을 가질 수 있을 것으로 기대한다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언 사항은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 경우 표집 대상의 한계가 존재한다. 연구 참여 대상의 경우 구직을 준비하는 남녀 취업준비생으로 설정하였으나, 결과적으로 자료 분석에 활용된 306명 중 남성 65명(21.2%), 여성 241명(78.8%)으로 여성이 상당수를 차지하였다. 그렇기 때문에 이 표본이 남녀 취업준비생을 대상으로 일반화하기에는 제약이 있을 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 취업준비생을 대표할 수 있도록 남성과 여성의 비율을 고르게 표집 하였을 때도 본 연구의 결과가 반복적으로 동일하게 검증되는지에 대해 확인해 볼 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 취업준비생의 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현 방식, 외적 통제소재, 회피중심 대처방식을 측정하기 위하여 자기보고식 검사를 사용하였다. 하지만 자기보고식 검사의 경우 대상자가 설문에 응답할 때 사회적으로 바람직하게 보이려는 경향성을 보이거나, 자신의 현재의 상태에 대해 왜곡할 수 있을 가능성이 있다. 특히 완벽주의 성향이 있는 사람들의 경우 자신의 본 모습을 실제로 드러내려고 하지 않을 수 있기 때문에 추후 연구에서는 자기보고식 검사의 한계를 극복할 수 있는 질적 접근을 통합적으로 활용할 필요가 있겠다.

셋째, 본 연구에서는 취업준비생의 사회부과 완벽주의와 역기능적 분노표현방식을 매개하는 변인들의 경로와 효과성에 대해서만 검증하였다. 그렇기 때문에 추후 연구에서는 외적 통제소재와 회피중심 대처방식을 긍정적으로 변화시킬 수 있는 치료적 개입 전략을 세우고, 이러한 개입 방식에 대한 효과성을 직접적으로 검증해볼 필요가 있다. 특히 국내 연구에서는 직업능력 개발, 취업 진로개발, 취업 훈련 등 취업과 관련된 능력 향상에 초점을 두고 있는 개입 전략이 중심을 이루고 있기 때문에, 취업준비생의 심리적 부적응을 예방하고 치료하기 위한 개입 전략에 대해 지속적으로 검토하고 개발하는 것이 필요하다고 사료된다.

www.kci.go.kr

넷째, 본 연구에서는 취업준비생의 사회부과 완벽주의가 역기능적 분노표현 방식에 미치는 영향에 대해 탐색해보았으나, 실제로 선행연구에 따르면 역기능적 분노표현 방식은 우울이나 공격성, 섭식장애 등과 관련이 있는 것으로 나타났다. 따라서 추후 연구에서는 완벽주의와 분노표현 방식의 관계에서 더 나아가 분노억제 및 분노표출로 인해 발생하는 우울이나 자살사고, 불안 등과의 관계를 검증하여 역기능적 분노표현 방식의 최종 결과까지 확인할 필요가 있다.

참 고 문 헌

가수정 (2015). 진로유형에 따른 완벽주의 성향과 취업 스트레스와의 관계분석. 교육연구, 23, 104-133.

고경희 (2000). 특성 분노, 분노 표현 양식과 비합리적 신념. 이화여자대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.

고용노동부 (2018). 청년고용촉진특별법. 국가법령정보센터. Retrieved from https://www.law.go.kr/LSW/lsInfoP.do?efYd=20181231&lsiSeq=206563#0000

고희경, 현명호 (2009). 완벽주의와 분노 표현양상 간 관계에서의 인지적 대처전략의 매개효과 검증. *Korean Journal of Clinical Psychology, 28*(1), 97-116.

구연익 (2010). 남녀 대학생의 완벽주의와 분노표현양식의 관계: 애착차원의 조절효과. 이화여자대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.

김교헌 (2000). 분노 억제와 고혈압. 한국심리학회지: 건강, 5(2), 181-192.

김민선, 서영석 (2009). 평가염려 완벽주의와 사회불안의 관계: 부정적 평가에 대한 두려움과 자기제시동기의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 일반, 28(3), 525-545.

김소정, 이승연 (2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 분노억압 간의 관계: 자기침묵의 매개효과. 상담학연구, 15(2), 729-751.

김수미 (2009). 수치심 경향성과 내외통제성이 분노경험에 미치는 영향. 가톨릭대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.

김유림, 강지현 (2014). 대학생의 사회적 문제해결력에 미치는 지각된 부모의 심리적 통제의 영향: 자아존중감의 매개효과를 중심으로. 교육종합연구, 12(4), 1-24.

김주연 (2011). 대학생의 완벽주의와 불안 간의 관계: 반추와 소극적 대처양식의 매개효과. 경북대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.

김지수 (2017). 위험회피 기질과 부모의 심리적 통제와 우울증상 간의 관계: 사회부과 완벽주의와 회피 중심 대처의 매개효과. 아주대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.

김태정 (2018). 취업준비 대학생의 사회부과 완벽주의와 취업불안의 관계에서 불확실성에 대한 인내력 부족과 사회비교 경향성의 매개효과. 광운대학교 상담복지정책대학원 석사학위 청구논문.

김현정, 손정락 (2006). 대학생의 완벽주의와 자아존중감 및 우울, 주관적 안녕감 간의 관계. 한국심리학회지: 건강, 11(2), 345-361.

민규영, 송현주. (2010). 공격성향, 분노표현, 지각된 부모양육태도의 관계에 대한 연구 고찰. *Journal of Psychotherapy, 10*(1), 35-52.

박성연, 이은경, 송주현, Bart Soenens (2008). 부모의 심리적 통제유형이 청소년의 의존심, 자아비난 및 우울에 미치는 영향, 兒童學會誌, 29(5), 65-78.

박소영, 안창일, 최승미 (2005). 기능적/역기능적 완벽주의와 정서의 매개효과. 인지행동치료, 5(2), 101-121.

박은실 (2014). 사회적으로 부과된 완벽주의와 사회불안의 관계: 외부통제, 사회비교경향성, 자기의심의 매개효과. 서강대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.

박정숙 (2013). 가족의 정서적 환경과 아동의 귀인성향이 분노표현방식에 미치는 영향. 충북대학교 일반

www.kci.go.kr

대학원 석사학위 청구논문.
배준성 (2007). IPC 통제소재 및 주체성·대상성·자율성 자기개념과 용서의 관계. 고려대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.
서수균 (2009). 비합리적 신념과 공격성 사이에서 일차적/이차적 분노사고의 매개역할. 한국심리학회지: 임상, 28(3), 695-708.
서수균, 권석만 (2002). 자존감 및 자기애 성향과 공격성의 관계. 한국임상심리학회지, 21(4), 809-826.
서영숙, 김진숙 (2009). 부모의 양육태도, 부적응적 완벽주의 및 심리적 부적응과의 관계에서 수치심과 대처방식의 매개효과 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 21(3), 661-682.
서지윤 (2007). 대학졸업예정자의 취업불안과 취업처 선정 기준 간의 관계 분석. 경기대학교 행정대학원 석사학위 청구논문.
송은영, 하은혜 (2008). 청소년의 외상경험, 완벽주의 성향 및 부정적 사고가 사회불안에 미치는 영향. 인지행동치료, 8, 41-56.
신혜진, 김창대 (2002). 스트레스 대처 전략 검사(Coping Strategy Indicator)의 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(4), 919-935.
안가연, 김종운, 김미희 (2016). 이공계 대학생의 대인관계 스트레스와 분노표현양식 및 대처전략 간의 관계. 학습자중심교과교육연구, 16(7), 481-498.
양미경 (2008). 초등학생의 완벽주의 성향 및 스트레스 대처행동이 분노표현에 미치는 영향. 연세대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
양에스더 (2016). 자기지향/사회부과 완벽주의와 주관적 안녕감의 관계에서 분노표현방식의 매개효과. 전남대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.
오혜지 (2012). 완벽주의적인 특성과 자기제시에 따른 분노 및 분노표현양식. 충북대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.
우주영 (2015). 사회부과 완벽주의와 가족건강성이 우울과 불안에 미치는 영향. 재활심리연구, 22(2), 305-322.
이동희 (2013. 04. 29). 캥거루 맘과 치사랑 실천. 동양일보. Retrieved from http://www.dynews.co.kr/news/articleView.html?idxno=179333
이서정, 하창순, 오민경, 박상표, 문인수 (2017). 대학생 완벽주의, 취업불안, 사회적 지지가 진로준비행동에 미치는 영향. 교정상담학연구, 2(2), 5-26.
이수연 (2015). 취업준비생의 완벽주의가 취업스트레스에 미치는 영향: 인지적 유연성의 매개효과를 중심으로. 명지대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.
이윤경 (2015). 아동의 분노정서가 우울과 공격성에 미치는 영향: 분노대처 방식과 자아존중감의 중재효과. 가톨릭대학교 일반대학원 박사학위 청구논문.
이재연, 김광웅 (2007). 아동의 완벽주의 성향 및 스트레스 대처행동과 분노표현과의 관계. 한국놀이치료학회지(놀이치료연구), 10(2), 17-31.
이혜민 (2015). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 분노억압의 관계: 정서표현 양가성과 분노반추의 매개효과. 광운대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.
전겸구, 한덕웅, 이장호, Spielberger C. D. (1997). 한국판 STAXI 척도 개발: 분노와 혈압. 한국심리학회지: 건강, 2(1), 60-78.
전미경 (2009). 완벽주의와 부정적 정서의 관계에서 대처방식의 매개효과. 부산대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.
정다운 (2018). 사회부과 완벽주의와 분노 억제의 관계: 자기비하와 이차적 분노사고의 매개효과. 가톨릭대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.
조현익, 소영호 (2010). 운동선수들의 완벽주의 성향과 스트레스 대처 및 분노표현 양식의 관계. 체육과학연구, 21(2), 1235-1247.
주은선, 이선화 (2015). 대학생의 스트레스 대처방식과 자아존중감이 분노에 미치는 영향에서 포커싱적(Focusing)태도의 매개효과. 청소년학연구, 22(3), 123-146.
주지영 (2005). 고등학생의 분노표현방식, 우울 및 공격성간의 관계 연구. 서울여자대학교 일반대학원 석사학위 청구논문.
채유경 (2001). 청소년 분노표현 방식의 모델 및 조절효과 검증. 전남대학교 일반대학원 박사학위 청구논문.

www.kci.go.kr

최자연, 오경자 (2015). 사회적으로 부과된 완벽주의가 분노억제에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 20(1), 161-173.

통계청 (2019). 경제활동인구조사: 고용보조지표(청년층, 15~29세). Retrieved from https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1DA7300AS&conn_path=I2

한기연 (1993). 다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 일반대학원 박사학위 청구논문.

Amirkhan, J. H. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(5), 1066-1074.

Appleton, P. R., Hall, H. K., & Hill, A. P. (2009). Relations between multidimensional perfectionism and burnout in junior-elite male athletes. *Psychology of Sport and Eexercise, 10*(4), 457-465.

Arslan, C. (2010). An Investigation of Anger and Anger Expression in Terms of Coping with Stress and Interpersonal Problem-Solving. *Educational Sciences: Theory and Practice, 10*(1), 25-43.

Bilodeau, L. (1992). The anger workbook. Hazelden Publishing.

Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., & Devins, G. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice, 11*(3), 230-241.

Brown, J., Mulhern, G., & Joseph, S. (2002). Incident-related stressors, locus of control, coping, and psychological distress among firefighters in Northern Ireland. *Journal of Traumatic Stress, 15*(2), 161-168.

Digiuseppe, R. (1999). End piece: Reflections on the treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology, 55*(3), 365-379.

Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Blankstein, K. R. (2003). Self-critical perfectionism and daily affect: Dispositional and situational influences on stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(1), 234-252.

Flett, G. L., Hewitt, P. L., & De Rosa, T. (1996). Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences, 20*(2), 143-150.

Gottlieb, M. M. (1999). The angry self: A comprehensive approach to anger management. Zeig Tucker & Theisen Publishers. Arizona: Pphoenix

Hayes, A. F. (2016). Process macro for SPSS and SAS (version 2.16.3) Retrieved October 10, 2017, from http://www.processmacro.org/download.html

Hayes, A. M., & Feldman, G. (2004). Clarifying the construct of mindfulness in the context of emotion regulation and the process of change in therapy. *Clinical Psychology: Science and Practice, 11*(3), 255-262.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 98-101.

Levenson, H. (1981). Differentiating among internality, powerful others, and chance. *Research with the Locus of Control Construct, 1*, 15-63.

Martin, R., Watson, D., & Wan, C. K. (2000). A three factor model of trait anger: Dimensions of affect, behavior, and cognition. *Journal of Personality, 68*(5), 869-897.

Mor, S., Day, H. I., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (1995). Perfectionism, control, and components of performance anxiety in professional artists. *Cognitive Therapy and Research, 19*(2), 207-225.

Noble, C. L., Ashby, J. S., & Gnilka, P. B. (2014). Multidimensional perfectionism, coping, and depression: Differential prediction of depression

www.kci.go.kr

symptoms by perfectionism type. *Journal of College Counseling, 17*(1), 80-94.

OECD (2018). Youth Unemployment Rate(unemployment 15-24 over labour force 15-24). Retrieved from https://data.oecd.org/unemp/youth-unemployment-rate.htm

Periasamy, S., & Ashby, J. S. (2002). Multidimensional perfectionism and locus of control: Adaptive vs. maladaptive perfectionism. *Journal of College Student Psychotherapy, 17*(2), 75-86.

Phillips, J. M., & Gully, S. M. (1997). Role of goal orientation, ability, need for achievement, and locus of control in the self-efficacy and goal--setting process. *Journal of Applied Psychology, 82*(5), 792-802.

Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied, 80*(1), 1-28.

Schmidt, M. R., Lisco, C. G., Parrott, D. J., & Tharp, A. T. (2016). Moderating effect of negative peer group climate on the relation between men's locus of control and aggression toward intimate partners. *Journal of Interpersonal Violence, 31*(5), 755-773.

Scott, S. L., Carper, T. M., Middleton, M., White, R., Renk, K., & Grills-Taquechel, A. (2010). Relationships among locus of control, coping behaviors, and levels of worry following exposure to hurricanes. *Journal of Loss and Trauma, 15*(2), 123-137.

Shafran, R., & Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment. *Clinical Psychology Review, 21*(6), 879-906.

Sherry, D. L., Sherry, S. B., Hewitt, P. L., Mushquash, A., & Flett, G. L. (2015). The existential model of perfectionism and depressive symptoms: Tests of incremental validity, gender differences, and moderated mediation. *Personality and Individual Differences, 76*, 104-110.

Spielberger, C. D. (1985). The experience and expression of anger: Construction and validation of an anger expression scale. *Anger and Hostility in Cardiovascular and Behavioral Disorders*, 5-30.

Spielberger, C. D. (1988). Manual for the state-trait anger expression scale (STAXI). *Odessa, FL: Psychological Assessment Resources*.

Suddarth, B. H., & Slaney, R. B. (2001). An investigation of the dimensions of perfectionism in college students. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 34*(3), 157-165.

원고접수일: 2020년 11월 11일
논문심사일: 2020년 11월 17일
게재결정일: 2020년 11월 27일

www.kci.go.kr

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2021. Vol. 26, No. 2, 369 - 390

The Effects of Socially-Prescribed Perfectionism of the Job Applicants on Dysfunctional Anger Expression: The Double Mediating Effects of External Locus of Control and Avoidance Coping

Min-Ji Yang
Ajou Psychological Counseling Center

Jong-Nam Kim
Department of Educational Psychology
Seoul Women's University

The purpose of this study is to examine the double mediating effect of external locus of control and avoidance coping on the job applicants' socially-prescribed perfectionism and dysfunctional anger expression, which was divided into the anger-in and anger-out emotions. To examine the relationship among these factors, an online survey questionnaire was given to 455 job applicants. A total of 306 data were used for the final analysis. The results of this study were as follows: First, all variables(socially-prescribed perfectionism, anger-in, anger-out, external locus of control and avoidance coping) had a significant positive correlation with each other. Second, the relationship between socially-prescribed perfectionism and anger-in was partially mediated by external locus of control and avoidance coping. Third, the relationship between socially-prescribed perfectionism and anger-out was completely mediated by external locus of control and avoidance coping. The results of this study suggest that it is necessary to continuously develop and review therapeutic strategies to treat various psychological maladjustment factors experienced by job applicants. Based on these results, implications, limitations of this study, and suggestions for future research were discussed.

Keywords: job applicants, socially-prescribed perfectionism, dysfunctional anger expression, external locus of control, avoidance coping

www.kci.go.kr