

부모의 양육태도, 부적응적 완벽주의 및 심리적 부적응과의 관계에서 수치심과 대처방식의 매개효과 연구*

서 영 숙[†]

김 진 숙

경북대학교

본 연구는 대학생의 완벽주의에 영향을 미치는 부모의 양육태도를 파악하고 더 나아가 완벽주의가 심리적 부적응에 미치는 영향에 있어서 수치심과 대처방식의 매개효과를 알아보고자 하였다. 이러한 목적을 위해 대학생 278명(남: 99명, 여: 179명)을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 연구도구는 다차원적 완벽주의 척도, 자의식 척도, 문제초점대처방식 척도, SCL-90-R 척도를 사용하였다. 자료분석을 위해 상관분석 및 공변량구조분석을 실시하였다. 본 연구를 통해 나타난 결과는 다음과 같다. 먼저 병렬적 매개모형에서 심리적 부적응에 미치는 완벽주의의 직접효과는 통계적으로 유의하지 않았으며, 수치심과 대처방식의 간접효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타나 완전매개모형이 부분매개모형보다 더 적합한 것으로 나타났다. 둘째, 수치심이 대처방식을 선행하여 심리적 부적응으로 가는 순차적 매개모형의 분석 결과, 심리적 부적응에 미치는 완벽주의의 직접효과 역시 통계적으로 유의하지 않았으며, 수치심이 대처방식을 선행하여 심리적 부적응에 영향을 미치는 간접효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타나 완전매개모형이 부분매개모형보다 더 적합한 것으로 나타났다. 마지막으로 두 개의 매개모형 중 최종모형을 선정하기 위해 비교 분석한 결과, 수치심이 대처방식을 선행하는 매개경로가 더 우수한 모형으로 나타났다. 이러한 결과들을 토대로 본 연구의 시사점과 제한점 등을 논의하였다.

주요어 : 부모의 양육태도, 완벽주의, 수치심, 대처방식, 심리적 부적응

* 본 논문은 2008년도 서영숙의 경북대학교 박사학위논문 '대학생의 완벽주의가 심리적 부적응에 미치는 영향: 수치심과 대처방식의 매개효과'중에서 일부 발췌, 수정한 것임

† 교신저자 : 서영숙, 경북대학교 교육학과, (702-701), 대구시 북구 산격동 1370번지
Tel : 016-804-6739, E-mail : daffodil@knu.ac.kr

완벽하고자 하는 자체는 모든 인간이 갖고 있는 본성이다. 그러므로 목표를 설정하여 동기를 부여받고 지속적인 성장을 위해 끊임없이 노력하는 모습은 필요하며 건강한 것이라 볼 수 있다. 그러나 지나치게 높은 수행 기준에 따라 현실적으로 불가능한 목표를 설정하고 거기에 집착하게 되면 수행 과정이 고통스러울 수 있다. 뿐만 아니라 목표에 도달하지 못했을 경우, 학업이나 대인관계에서 자신의 가치를 목표달성 여부나 생산성을 기준으로 평가할 수밖에 없고 결과적으로 분노, 우울, 불안 등의 정서적 고통을 경험하게 된다 (Halgin & Leahy, 1989).

실제로 상담실을 찾는 대학생들의 호소문제 기저에 잘해야 한다는 압박감과 더 높은 목표 설정 및 실수에 대한 두려움, 타인의 비판에 매우 취약한 심리적 특성들이 나타나고 있다(Research Consortium of Counseling and Psychological Services to Higher Education, 1995, Ashby & Bruner, 2005, 재인용). 이 연구에 따르면 대학생 중 남자 21%, 여자 26%가 완벽주의로 인해 고통을 경험하고 있다고 한다. 또 다른 연구에 의하면 대학생 집단에서 상당한 수준의 심리적 고통과 부적응이 완벽주의와 관련되어 있다(Rice, Ashby & Slaney, 1998; Chang, 2002; 2006). 대학생의 경우, 그 이전까지와는 달리 개인의 자율성과 책임감이 어느 때보다 강조되고 취업이나 진로로 인해 높은 학업성취를 요구받는 시기이다. 남들보다 좀 더 앞서지 않으면 치열한 경쟁사회에 진입하기 조차 어려운 처지에 놓여있기 때문에 그 어느 때보다 완벽에 대한 스트레스와 다양한 고통에 직면해 있다. 이러한 관점에서 대학생들의 심리적, 사회적 적응의 기저에는 완벽주의적 성향이 내재되어 있다고 해도 과언이 아

니다.

이와 같이 심리적 부적응에 있어서 중요한 지표인 완벽주의는 다양한 경험적 연구에서 병리를 일으키는 성격특성으로 분류되어 왔다 (Pacht, 1984; Frost, Marten, Lahart & Rosenblate, 1990; Hewitt & Flett, 1991b). 대학생들에게 흔한 대표적인 병리인 우울과의 관계를 살펴보면, 완벽주의자들은 자신이 수행한 결과에서 발생한 작은 결함을 실패로 간주하고 그 결과로 자신의 가치를 평가하기 때문에 우울에 취약하게 된다(Burns, 1980). 연구에 의하면 대학생 집단의 부적응적 완벽주의는 우울과 정적 상관관계가 있으며, 자살사고와 관련성이 있을 보고하고 있다(Hewitt & Flett, 1991a; Hewitt & Flett, 1993). 임상집단의 경우도 대학생 집단과 마찬가지로 완벽주의와 우울 증상 간에 유의한 관련성이 있음이 보고되었다(Enn, Cox & Clara, 2002). 또한 부적응적 완벽주의와 불안과의 관련성이 보고되었고 더 나아가 특정 불안과 완벽주의, 불안의 다른 형태인 걱정, 공황, 외상 후 스트레스 장애, 사회불안 등과의 높은 관련성을 보고했다. 현진원(1992)은 완벽주의 성향과 불안 수준 간에 정적상관관계가 있으며, 이때 평가위험이 높은 과제일수록 불안 수준이 더 높아진다는 것을 발견하였다. 이러한 결과는 완벽주의자들이 보이는 수행에 대한 높은 기준과 타인의 평가에 대한 두려움, 자신감 부족 등으로 말미암은 것이며, 완벽주의가 특히 평가받는 상황에서 불안과 더욱 관련된다고 볼 수 있다. 완벽주의의 부적응성이 대인관계에서도 보고되었는데 Flett 등(1996)은 완벽주의와 심리사회적 부적응이 관련성이 있었으며 높은 외로움, 수줍음, 부정적 평가에 대한 두려움과 유의한 관련성이 있음을 보고했다. 이와 같은 결과는 완벽주의자들로 하여

금 비현실적인 기대를 갖고 있다고 여기는 타인으로부터 비난을 예견하고 스스로 고립되거나 관계에서 철수함으로써 그 상황에 반응하는 패턴을 나타낸다. 분노나 적대감과 관련하여, Frost 등(1990)은 완벽주의의 하위요인 중 실수에 대한 염려나 수행의심 등이 분노와 관련성이 높다고 보고했다. 한 개인이 설정한 목표를 달성하지 못했을 때 또는 바람직한 상태를 지속시키지 못했을 때 좌절을 결과로써 분노가 유발된다고 하였다(Saboonchi & Lundh, 2003). 즉 완벽주의자는 자신과 타인에게 많은 것을 기대하기 때문에 이는 짜증과 분노로 이어질 수밖에 없다.

어떤 심리적 속성에 대한 통찰을 얻기 위한 좋은 방법 중의 하나는 그 속성의 발달에 기여하는 요인을 탐색하는 것이다. 이와 관련하여 완벽주의가 발달한 원인에 대해 대부분의 학자들은 완벽주의가 양육자와의 상호작용에서 채택했던 일종의 대인방식에서 기인된 것임을 보고하고 있다(Hamachek, 1978; Blatt, 1995; Vieth & Trull, 1999). 이에 따라 완벽주의의 특성을 파악하기 위해서는 그 발달적 맥락을 이해할 필요가 있다. 구체적으로 살펴보면 완벽주의를 조장하는 부모의 양육태도로서 자녀에 대한 비판, 은근한 비난, 기대나 기준을 포함하는 암묵적 의사소통(Flett, Hewitt, Oliver & MacDonald, 2002)이나 과제수행 실패 시 지적하고 비난하는 태도 등이 자녀들로 하여금 실수에 대한 두려움을 갖고 완벽을 기하려고 강박적으로 노력하게 한다는 것이다(Burns, 1980). 실제 상담 장면에서 만난 청소년 내담자들은 과도한 부모의 기대로 인해 자신이 더욱 더 완벽해야 한다는 생각을 많이 하는 것으로 나타났다(하정희, 2006).

이처럼 완벽주의가 발생하게 된 원인이

아동기 경험, 특히 부모와 자녀와의 상호작용에서 비롯된다는 주장이 있고(Blatt, 1995; Sorotzkin, 1998), 또한 완벽주의는 현재의 부적응적 행동을 유지하는 강화요인뿐만 아니라 발달적인 선행요인도 함께 가지고 있는 다차원적인 임상문제이기(Halgin & Leahy, 1989) 때문에, 완벽주의 형성에 기여한 부모의 영향은 중요하게 다루어야 할 요인임에 틀림없다.

한편, 완벽주의는 그 자체로 호소문제로 드러나기보다는 증상 이면에 숨겨져 있으면서 심리적 고통을 야기한다(정승진, 1999). 따라서 완벽주의의 존재는 내담자의 심리적 증상을 효과적으로 치료하는 데 방해가 될 수 있으며 또한 겉으로 드러나는 증상만을 다루다 보면 핵심적인 역할을 하는 완벽주의 요소를 치료하기 어려울 수 있다(Blatt, Zuroff, Bondi, Sanislow & Pilkonis, 1998, Dunkley & Blankstein, 2000, 재인용). 이처럼 완벽주의 자체가 증상으로 드러나지 않고, 이뿐만 아니라 심리내적 과정은 다양하고 복잡하기 때문에 심리적 부적응의 직접적인 원인이 단순히 완벽주의라고 하기는 어렵다. 이와 같이 심리내적 과정이 복잡한 심리현상에서는 직접적인 원인 변수에 의해서 뿐만 아니라 또 다른 변수에 의해 설명력이 높아지기도 한다. 또 다른 변수의 확인은 상담적 개입에 있어서 문제해결 및 변화를 위한 전략 수립에 기초자료를 제공할 수 있다는 점에서 중요한 의미를 가진다. 즉, 심리적 문제를 설명하는 새로운 변수의 발견은 개인뿐만 아니라 상담자가 상담적 전략을 세우는 데 있어서 중요한 역할을 할 수 있다. 그러므로 최근 들어서는 완벽주의와 심리적 적응 및 부적응과의 관계에서 매개변인이나 중재변인을 확인하고 보다 정교한 방법을 통해 복잡한 심리내적 구조를 탐색하는 시도가

이루어지고 있다(Dunkley, Blankstein, Halsall, Williams, & Winkworth, 2000).

완벽주의와 심리적 적응 및 부적응을 매개하는 변인들 중에서도 수치심과 대처방식은 완벽주의의 부적응성을 악화시키는 취약요인으로서 심리적, 사회적 적응에서 중요한 역할을 하기 때문에(Chang, 2002; Jung, 2002), 최근에는 이에 대한 연구가 꾸준히 증가하고 있는 추세다. 수치심은 자아이상의 기대에 부응하는 데 실패함으로써 유발되는 부정적인 평가의 감정이기 때문에 다른 어떤 변인보다도 완벽주의와 밀접한 관련이 있다. 완벽주의의 부적응성은 이상적 자기와 실제 자기간의 불일치로 말미암아 발생한다(Tangney, 2002). 따라서 자기에 대한 기대와 완벽에 대한 기대가 크면 클수록 수치심의 고통은 더 커지게 된다(남기숙, 2008). 즉 수치심이 큰 사람은 행동의 결과가 잘못되었다고 보기보다는 자기(the self)가 잘못되었다고 생각하는 경향이 있기 때문에 자신의 존재 전체를 문제 삼을 수 있다(Tangney, 2002). 완벽주의자들은 목표를 비현실적으로 높게 설정하고 자신의 실수에 대해 매우 비판적이기 때문에 실패의 원인을 자기 탓으로 돌리기 쉬우며, 이러한 특성들로 인해 부정적 자기평가 감정인 수치심에 쉽게 노출되어 있다. 그러므로 완벽주의적 기준에 따라 생활하는 데에 따른 불가피한 실패는 심각한 수치심을 유발하고 결과적으로 심리적 부적응으로 연결된다(Tangney, 2002).

또 다른 매개변인으로 주목받고 있는 대처방식은 개인이 스트레스 상황에 직면했을 때 보이는 인지적, 정서적, 행동적 반응을 의미한다. 삶을 살아가면서 스트레스 사건이 많으면 많을수록 개인은 심리적인 고통을 경험하게 된다(Heppner, Witty & Dixon, 2004). 완벽주의

와 심리적 부적응과의 관계에서 매개요소로서의 대처방식은 부적응적인 반응양식을 보이는 완벽주의자들이 심리적 부적응을 경험할 가능성이 높다는 가정에 기초한다. 부적응적 완벽주의자들은 엄격한 자기평가 기준을 갖고 있고 일상생활의 작은 시행착오조차도 위협적인 스트레스 요인으로 해석할 정도로 사건의 부정적인 면을 확대시키기 때문에(Burns, 1980), 매우 높은 수준의 스트레스를 경험한다. 뿐만 아니라 이들은 타인으로부터 인정받지 못하거나 거부받는 것에 초점이 맞추어져 있어서 매순간이 스트레스가 되며 자신과 타인의 기준을 충족시켜야 한다고 느끼기 때문에 타인들에 대한 압력이 매우 크다. 결국 이들은 타인을 만족시킬 수 없을 것 같고 잘 대처할 수 없을 것이라는 생각에 압도되면서 어려운 상황을 회피하려고 한다. 이러한 회피행동은 타인과의 상호작용에서 부정적인 반응을 유발하는 방어적 대인특성으로 굳어질 수 있다(Dunkley, Sanislow, Grilo & McGlashan, 2006). 따라서 수행에 대한 실패 상황이나 스트레스 상황은 개인으로 하여금 부적응적인 방식의 대처를 하도록 하고 부적응적인 대처방식은 심리적 고통을 유발할 수도 있기 때문에 대처방식은 고려해야 할 또 하나의 중요한 변인이다.

이처럼 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계에서 수치심과 대처방식의 매개역할을 검토하는 동시에 이 두 매개변수들 간의 관계에서 수치심이 대처방식을 선행하여 대처방식에 영향을 주고 결과적으로 심리적 부적응에 영향을 주는지 또한 파악할 필요가 있다. 왜냐하면 수치심과 대처방식 역시 서로 밀접한 관련이 있기 때문이다(Potter-Efron, 1989; Endler & Parker, 1990; Loader, 1998; Oxlad, Miller-Lewis & Wade, 2004; Ashby, Rice &

Martin, 2006). 예컨대 수치심 경험이 직접적으로 심리적 부적응을 야기하기도 하지만 그 경험 자체가 매우 고통스럽기 때문에 타인에게 노출되는 것을 피하기 위해 스트레스 상황을 회피하거나 숨고자 하는 경향이 나타날 수 있다. 이렇게 회피하거나 숨고자 하는 부적절한 대처행동은 결과적으로 개인의 적응과 정신건강에 영향을 주게 된다. 이와 관련하여 남기숙(2008)은 수치심 경험이 심리증상에 영향을 미치는 과정에서 대처방식의 매개역할을 검증했다. 그 결과, 수치심을 유발하는 상황에서 수치심을 느끼지 않으려고 회피하거나 사회적으로 철수하는 행동이 우울, 편집 등 심리장애에 공통적으로 관여하는 것으로 나타났다. 이처럼 수치심에 대한 방어 혹은 대처전략이 중요한 측면으로 제안되에도 불구하고(Potter-Efron, 1989; Lewis, 1992; Nathanson, 1992), 이를 실증적으로 검증한 연구는 아직 부족한 실정이다. 따라서 수치심이 대처방식에 선행하여 대처방식에 영향을 주고 결과적으로 심리적 부적응에 영향을 주는지를 알아볼 필요가 있다.

이상에서 살펴본 문헌들을 토대로 본 연구에서는 완벽주의의 발달에 기여한 부모의 양육태도를 원인변수로 하고 수치심과 대처방식이 동일하게 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계를 매개할 것인지 혹은 수치심이 대처방식에 선행하여 심리적 부적응에 영향을 미치는지를 규명하기 위해 보다 포괄적인 관점에서 그 심리내적 경로를 파악하고자 한다.

연구문제

연구문제 1. 부모의 양육태도, 부적응적 완

벽주의, 수치심, 대처방식과 심리적 부적응간의 구조적 관계는 어떠한가?

1-1. 부모의 양육태도는 부적응적 완벽주의에 영향을 미칠 것인가?

1-2. 부적응적 완벽주의는 수치심과 대처방식을 매개로 하여 심리적 부적응에 영향을 미칠 것인가?

1-3. 부적응적 완벽주의는 심리적 부적응에 영향을 미칠 것인가?

1-4. 수치심은 부적응적 대처방식에 영향을 미칠 것인가?

1-5. 수치심은 대처방식을 매개로 하여 심리적 부적응에 영향을 미칠 것인가?

연구문제 2. 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계에서 수치심과 대처방식 매개모형 중 어떤 매개모형이 더 적합할 것인가?

방 법

연구대상

대구 및 경북지역에 소재하고 있는 4개 대학의 남녀대학생 300명(남: 99명, 여: 179명, 1학년: 8명, 2학년: 106명, 3학년: 125명, 4학년: 35명, 기타(대학원생): 4명, 평균연령: 21.7세)이 연구에 참여하였다. 회수된 자료 가운데 한 문항이라도 응답하지 않았거나 불성실하게 응답한 22명을 제외한 278명의 자료를 최종분석에 사용하였다.

측정도구

부모의 양육태도

부적응적 완벽주의를 유발하는 부모의 양육태도는 지나치게 높은 기대와 부모의 비난적 태도로 정의하였다. 본 연구에서는 Frost 등(1990)이 개발하고, 정승진(1999)이 번안하여 타당화한 다차원적 완벽주의 척도 중 발달적 측면을 반영하는 부모의 기대와 부모의 비난 점수를 사용하였다. 반응양식은 5점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 부모의 기대와 부모의 비난적 태도가 강함을 의미한다. 본 연구의 조사 결과, 부모의 영향 척도의 각 하위요인별 신뢰도는 Cronbach의 α 계수 .78, .70이다.

부적응적 완벽주의

부적응적 완벽주의는 자신의 수행에 대해 지나치게 비판적인 경향성과 실수에 대한 부정적인 반응에 민감하며, 실수를 실패와 동등하게 해석하는 경향성과 과업에 대해 만족함을 느끼지 못하고 뭔가 부족한 것 같고 좀 더 채워야 할 것 같은 생각에 조바심을 내는 것과 관련된 수행에 대한 의심으로 정의하였다. 이를 측정하기 위해 Frost 등(1990)이 개발하고 정승진(1999)이 번안하여 타당화한 다차원적 완벽주의 척도 중 부적응적 완벽주의를 측정하는 실수에 대한 염려와 수행의심 점수를 사용하였다. 원척도의 문항수는 실수에 대한 염려 10문항과 수행의심 4문항이다. 본 연구에서 부적응적 완벽주의 각 요인별 신뢰도는 Cronbach의 α 계수 .87, .73이다.

수치심

수치심이란 자신의 부족함이 타인에게 노출되어 자신을 부적절하고 무가치하며 무력하게 느끼는 것으로 전체 자기를 부정적으로 평가함으로써 유발되는 고통스러운 정서로 정의하

였다. 이를 측정하기 위해 Tangney와 Wagner 및 Gramzow(1992)의 자의식 정서 척도(Test of Self-Conscious Affect: TOSCA)를 사용하였다. 하위요인 중 수치심의 정도를 측정하는 16문항을 선택하였으며, 국내에서 심중은(1999)이 번안하여 타당화한 척도를 사용하였다. 반응양식은 5점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 수치심이 높음을 의미한다. 여기에서 16개 문항은 요인분석을 통하여 보다 동질적인 것들로 하되, 요인계수가 높은 것과 낮은 것을 짝을 지어서 두 문항 군으로 만들어 사용하였다. 본 연구의 두 문항군에 대한 신뢰도는 Cronbach의 α 계수 .72, .73이다.

문제초점 대처방식

부적응적 대처방식은 문제를 해결하는 과정과 관련있는 개인의 문제초점 활동을 측정하는 것으로, 본 연구에서는 부적응적 대처방식과 관련있는 것으로 문제를 회피하고 문제를 부정하는 억압적 대처와 강한 정서적 반응, 왜곡, 충동, 인지적 혼란을 나타내는 반응적 대처로 구분하였다. 이를 측정하기 위해 Heppner, Cook, Wright 및 Johnson(1995)의 문제초점 대처방식 척도(The Problem-Focused Style of Coping: PF-SOC)를 사용하였다. 이 척도는 Lee와 Heppner 및 Park(2003)가 국내에서 한국 학생들을 대상으로 번안, 타당화하였다. 반응양식은 5점 척도이며 총 18문항이다. 하위요인은 반추적 유형(Reflective style), 억압적 유형(Suppressive style), 반응적 유형(Reactive style)으로 나뉜다. 세 가지 유형 중, 부적응적 대처방식을 의미하는 억압적 유형과 반응적 유형을 사용했다. 억압적 유형은 6문항, 반응적 유형은 5문항이다. 본 연구에서 얻어진 신뢰도는 억압적 대처방식이 Cronbach의 α 계수 .75, 반

응적 대처방식이 .66이다.

심리적 부적응

본 연구에서는 우울, 불안, 대인예민성, 적대감과 같은 증상적인 면을 심리적 부적응으로 정의하였다. 이를 측정하기 위해 김광일, 원호택, 김재환(1984)이 표준화한 간이정신진단검사(SCL-90-R)를 사용하였다. 본 연구에서는 부적응적 완벽주의와 직접적인 관련이 있다고 보고된 우울, 불안, 적대감, 대인예민성을 중심으로 심리적 부적응 관련 정서의 수준을 측정하고 분석대상으로 삼았다. 반응양식은 5점 리커트 척도이며, 본 연구의 신뢰도는 차레대로 Cronbach의 α 계수 .89, .89, .83, .72이다.

자료분석

변인간의 인과관계를 검토하기 위해 상관관계분석과 구조모형분석을 실시하였다. 1단계에서 SPSS 15.0을 사용하여 변인간 상관관계 분석을 실시하였다. 2단계에서는 부적응적 완벽주의의 설명변수가 되는 부모의 태도를 포함하여 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응의 관계에서 수치심과 대처방식이 갖는 매개효과를 분석하였다. 3단계에서 매개변수로 선정할 수치심과 대처방식 매개효과의 상대적 비중을 파악하기 위해 연구모형을 두 개로 구성하였다. 첫 번째 모형은 수치심과 대처방식이 동일한 수준에서 심리적 부적응에 미치는 매개효과를 검증하는 것이었고, 두 번째 모형은 매개변수 수치심과 대처방식간의 관계에서 수치심이 대처방식을 선행하여 심리적 부적응에 미치는 매개효과를 검증하는 것이었다. 이를 위해 Amos 7.0을 사용하여 구조모형 분석을 실시하였다. 4단계에서 모형의 적합성을 평가

하고 통계적 유의성을 검토한 후, 두 연구모형을 비교하여 최종모형을 채택하였다. 모형의 적합도는 χ^2 , GFI, AGFI, CFI, TLI, RMSEA를 이용하였다. 일반적으로 적합도 지수들이 .90 이상이면 합당한 모형이며, RMSEA는 .05 미만이면 좋은 모형, .08 보다 작으면 합당한 모형, .10 보다 크면 나쁜 모형으로 판정된다(Kline, 2005).

결 과

변인들 간의 관계

부모의 양육태도, 부적응적 완벽주의, 수치심, 대처방식 및 심리적 부적응 간의 상관분석 결과가 표 1에 제시되어 있다.

표 1에 의하면 부모의 기대를 나타내는 부모의 양육태도가 부적응적 완벽주의(실수염려, 수행의심)와 대처방식과 정적으로 유의한 상관관계를 나타내 보였으며, 그 외에는 유의한 상관은 나타나지 않았지만 부모의 비난을 나타내는 부모의 양육태도는 부적응적 완벽주의, 수치심, 심리적 부적응과 관련된 변인과 유의한 상관관계를 나타냈다. 부적응적 완벽주의는 수치심, 대처방식, 심리적 부적응과 유의한 상관관계를 나타냈으며, 수치심은 대처방식, 심리적 부적응과 유의한 상관관계를 나타냈다. 또한 대처방식 역시 심리적 부적응과 유의한 상관관계가 나타났다.

구조모형의 평가

병렬적 매개모형의 평가

병렬적 매개모형이 완전매개효과를 보이는

표 1. 측정변수의 상관계수

| 구성개념 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----|
| 부모의 기대 | 1 | | | | | | | | | | | |
| 부모의 비난 | .412** | 1 | | | | | | | | | | |
| 실수염려 | .221** | .468** | 1 | | | | | | | | | |
| 수행의심 | .120** | .337** | .653** | 1 | | | | | | | | |
| 억압대처 | .065 | .344** | .289** | .348** | 1 | | | | | | | |
| 반응대처 | .114 | .302** | .393** | .419** | .675** | 1 | | | | | | |
| 수치1 | .067 | .148* | .331** | .345** | .277** | .400** | 1 | | | | | |
| 수치2 | -.011 | .148* | .341** | .347** | .290** | .381** | .774** | 1 | | | | |
| 우울 | -.028 | .230** | .380** | .361** | .542** | .478** | .408** | .497** | 1 | | | |
| 불안 | .000 | .246** | .335** | .331** | .531** | .446** | .388** | .457** | .812** | 1 | | |
| 대인예민 | -.011 | .236** | .479** | .387** | .563** | .487** | .433** | .487** | .761** | .756** | 1 | |
| 분노 | -.010 | .184** | .243** | .216** | .462** | .301** | .244** | .328** | .674** | .664** | .643** | 1 |

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

지 부분매개효과를 보이는지 알아보기 위해 부분매개모형을 경쟁모형으로 하여 두 모형 간 χ^2 차이를 검증하였다.

표 2에 제시된 바와 같이 두 모형은 모두 모형의 적합도가 양호한 것으로 나타났다. χ^2 차이 검증 결과 두 모형의 차이는 자유도 1에서 유의확률 .05 수준의 χ^2 분포 임계치 3.84

보다 작은 값을 나타내었으므로, 통계적으로 유의한 차이라고 해석할 수 없다. 두 모형의 적합도가 모두 양호하였고 두 모형이 통계적으로 유의한 차이가 없으므로, 병렬적 매개모형에서는 모수의 수가 적어서 더 간명한 모형인 완전매개모형을 선택하였다.

병렬적 매개모형을 그림으로 제시하면 다음

표 2. 병렬적 매개모형의 적합도 지수 비교

| | 모수 | χ^2 | χ^2/df | GFI | AGFI | TLI | CFI | RMSEA (90%신뢰구간) |
|-----------------------|------------------------------|------------------------|-------------------|------|------|------|------|---------------------|
| 완전 매개모형 | 29 | 107.236 ($df=49$) | 2.188 | .943 | .909 | .957 | .968 | .066 (.049~.082) |
| 부분 매개모형 | 30 | 106.328 ($df=48$) | 2.215 | .943 | .907 | .956 | .968 | .066 (.049~.083) |
| χ^2 차이 검증 A:B | $\chi^2_B - \chi^2_A = .908$ | | $df_B - df_A = 1$ | | | | | |

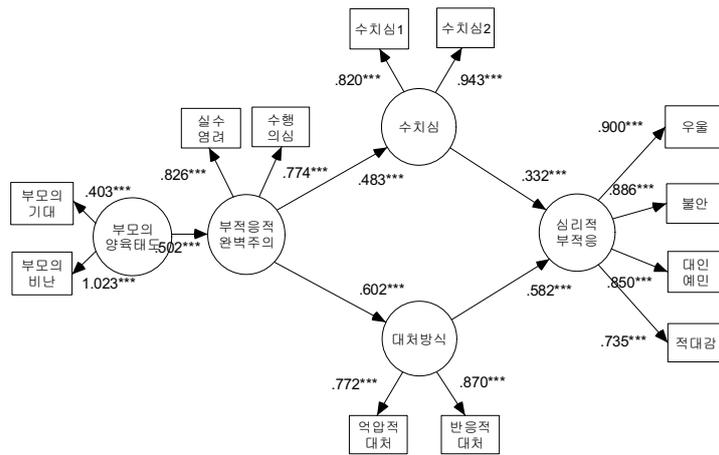


그림 1. 수치심과 대처방식에 의한 병렬적 완전매개모형 검증 결과

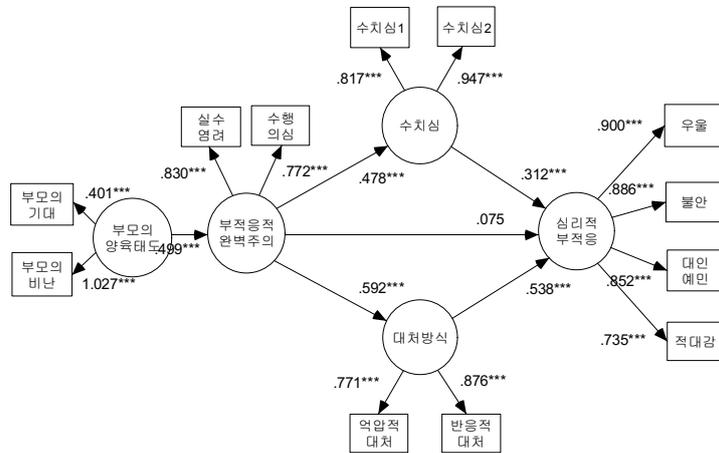


그림 2. 수치심과 대처방식에 의한 부분매개모형 검증 결과

과 같다.

순차적 매개모형 평가

수치심과 대처방식에 의한 순차적 매개모형이 완전매개효과를 보이는지 부분매개효과를 보이는지 알아보기 위해 부분매개모형을 경쟁모형으로 하여 두 모형 간 χ^2 차이를 검증하였다.

표 3에 제시된 바와 같이 두 모형은 모두

모형의 적합도가 좋은 것으로 나타났다. χ^2 차이 검증 결과 두 모형의 차이는 자유도 1에서 유의확률 .05 수준의 χ^2 분포 임계치 3.84보다 작은 값을 나타내었으므로, 통계적으로 유의한 차이라고 해석할 수 없다. 두 모형의 적합도가 모두 양호하였고 두 모형이 통계적으로 유의한 차이가 없으므로, 순차적 매개모형에서도 모수의 수가 적어서 더 간명한 모형인 완전매개모형을 선택하였다.

표 3. 수치심과 대처방식에 의한 순차적 매개모형의 적합도 지수 비교

| | 모수 | χ^2 | χ^2/df | GFI | AGFI | TLI | CFI | RMSEA (90%신뢰구간) |
|----------------------|----|---|-------------|------|------|------|------|-----------------------|
| 완전 매개모형 | 30 | 94.406 (df=48) | 1.967 | .948 | .916 | .965 | .974 | .059 (.041 ~ .077) |
| 부분 매개모형 | 31 | 92.594 (df=47) | 1.970 | .948 | .914 | .965 | .975 | .059 (.041 ~ .077) |
| χ^2 차이검증 A:B | | $\chi^2_B - \chi^2_A = 1.812$ $df_B - df_A = 1$ | | | | | | |

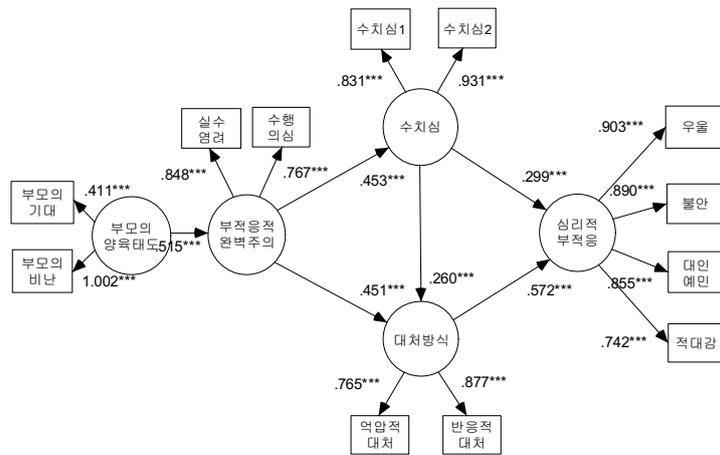


그림 3. 수치심과 대처방식에 의한 순차적 완전매개모형 검증 결과

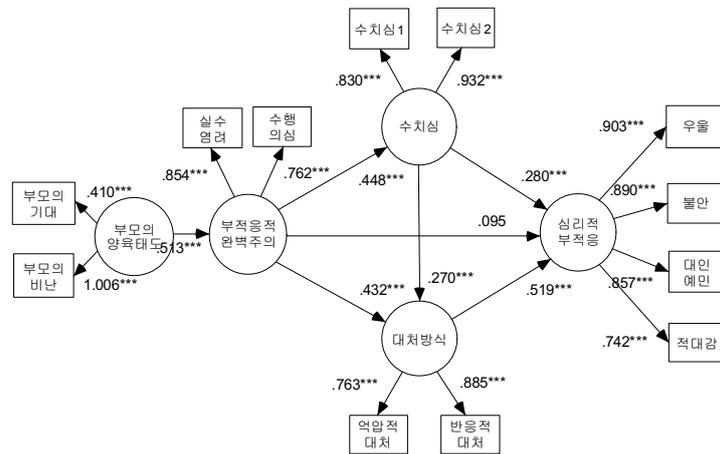


그림 4. 수치심과 대처방식에 의한 순차적 부분매개모형 검증 결과

순차적 매개모형 결과를 그림으로 제시하면 그림 3, 4와 같다.

병렬적 매개모형과 순차적 매개모형의 비교

본 연구는 대학생의 수치심과 대처방식이라는 매개변인의 개입 경로를 다르게 설정하여 두 개의 연구모형을 구성하였다. 그리고 이 매개변인들이 심리적 부적응에 대한 부적응적 완벽주의의 매개효과의 비중을 살펴보는 데 목적을 두었다. 결과, 병렬적 매개모형은 완전 매개효과를, 순차적 매개모형 역시 완전매개효과를 보였으며, 두 모형은 모두 양호한 적합도를 보여주었으므로 수용할 수 있는 타당한 모형임을 확인하였다. 그리하여 이 연구에서 설정한 두 연구모형이 서로 차이가 있는지 알아보고 최종적인 연구모형을 채택하고자 두 모형을 비교하였다.

표 4에서 보는 것처럼 χ^2 차이 검증 결과 두 모형의 차이는 자유도 1에서 유의확률 .05 수준의 χ^2 분포 임계치 3.84보다 큰 값을 나타내었으므로, 통계적으로 유의한 차이가 있음을 알 수 있다. 순차적 매개모형은 병렬적 매개모형에 비해 자유도가 1만큼 감소하였으나, χ^2 값의 감소폭이 자유도 감소를 상쇄시킬 만

큼 충분히 감소했으므로 병렬적 완전매개모형보다 우수한 것으로 나타났다. 적합도 지수들 중에서 χ^2 값은 모형을 자료에 적용시킬 때 그 모형이 얼마나 현실자료에 ‘부합하지 않은가’를 나타내며, 그 값이 작을수록 모형은 자료에 일치하고 좋은 모형에 해당한다.

분석 결과, 수치심이 대처방식을 선행하여 심리적 부적응에 영향을 주는 순차적 매개모형이 병렬적 매개모형보다 더 우수한 모형으로 채택되었다. 이는 수치심과 대처방식이 동일한 수준에서 개입하면서 동시에 수치심이 대처방식에 선행하여 심리적 부적응에 영향을 미칠 때 그 효과가 더 크다는 것을 의미한다.

최종모형의 매개효과

본 연구의 중요한 목적중의 하나는 매개변수로 활용된 변수들의 매개효과가 통계적으로 유의한지를 알아보는 것이다. 즉, 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응 간에 수치심과 대처방식이 매개역할을 하는지, 또 수치심이 대처방식을 선행하여 심리적 부적응에 영향을 주는지를 알아보았다. Amos를 활용한 분석에서는 매개효과의 유의성을 판단하는 임계치가 제시되지 않으므로, Preacher와 Hayes(2004)가

표 4. 병렬적 매개모형과 순차적 매개모형의 전반적 적합도 지수 비교

| | 모수 | χ^2 | χ^2/df | GFI | AGFI | TLI | CFI | RMSEA (90%신뢰구간) |
|-------------------|----|-------------------------------|-------------------|------|------|------|------|---------------------|
| 병렬적 완전매개 | 29 | 107.136 (df=49) | 2.186 | .943 | .909 | .957 | .968 | .065 (.049~.082) |
| 순차적 완전매개 | 30 | 95.133 (df=48) | 1.982 | .948 | .916 | .964 | .974 | .060 (.042~.077) |
| χ^2 차이검증 A:B | | $\chi^2_B - \chi^2_A = 12.00$ | $df_B - df_A = 1$ | | | | | |

표 5. 최종매개모형의 직접효과, 간접효과와 전체효과

| 경로 | 직접효과 | 간접효과 | 전체효과 | t | 매개효과 |
|---------------------------|------------|------------|------------|----------|------|
| 부적응적 완벽주의 →수치심 →심리적 부적응 | - | .127(.135) | .127(.135) | 3.830*** | 완전매개 |
| 부적응적 완벽주의 → 대처방식 →심리적 부적응 | - | .243(.258) | .243(.258) | 4.606*** | 완전매개 |
| 수치심 → 대처방식 →심리적부적응 | .535(.299) | .267(.149) | .802(.448) | 3.298*** | 부분매개 |

***p<.001 모수추정치는 비표준화 계수이며, ()안의 값은 표준화 계수임

제시한 방법에 따라 수입력을 하여 매개효과의 유의성¹⁾을 표 5와 같이 알아보았다.

먼저, 수치심의 매개효과를 보면 다음과 같다. 대학생의 부적응적 완벽주의 → 수치심 → 심리적 부적응(t=3.830, p<.001)의 경로에서 매개변수인 수치심은 매개변수로서의 영향력이 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 이 경로에서 완벽주의와 심리적 부적응간의 직접경로는 유의하지 않았으므로 완전매개효과가 있는 것으로 볼 수 있다.

대학생의 부적응적 완벽주의 → 대처방식 → 심리적 부적응(t=4.606, p<.001)의 경로에서 대처방식은 매개변수로서의 영향력이 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 이 경로에서 완벽주의와 심리적 부적응간의 직접경로는 유의하지 않았으므로 완전매개효과가 있는 것으로

볼 수 있다.

마지막으로 수치심 → 대처방식 → 심리적 부적응(t=3.298, p<.001)의 경로에서 대처방식은 매개변수로서의 영향력이 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 이 경로에서 수치심과 심리적 부적응간의 직접경로는 유의하기 때문에, 대처방식은 수치심이 심리적 부적응에 미치는 영향에 대해 부분매개효과가 있는 것으로 볼 수 있다.

최종적으로 선택된 순차적 매개모형에서 수치심과 대처방식의 매개효과가 갖는 상대적 비중을 검토하면 심리적 부적응에 대한 매개요소들의 영향력 정도를 파악할 수 있다. 순차적 매개모형에서 심리적 부적응에 대한 전체효과는 두 매개변인이 보여주는 간접효과와 대처방식에 선행하여 수치심의 부분매개효과로만 이루어졌다. 그 총효과(.461)에서 각각의 매개변인이 차지하는 간접효과를 비교하면, 수치심은 약 29%(.135/.461)에 해당하고, 대처방식은 약 56%(.258/.461), 여기에 부적응적 완벽주의와 수치심, 수치심과 대처방식, 대처방식과 심리적 부적응의 경로가 약 15%(.067/.461)의 매개효과를 가진다. 이로써 대학생의 부적응적 대처방식이 56%, 수치심이 29%, 순차적인 매개과정이 15%임을 알 수 있다.

$$1) Z_{ab} = \frac{a \times b}{\sqrt{b^2 \times s_a^2 + a^2 \times s_b^2 + s_a^2 \times s_b^2}}$$

Sobel 검증 중 Aroian검증함. 여기서 a: 최초의 변수에서 매개변수로 가는 경로계수, b: 매개변수에서 최종 변수로 가는 경로계수, s_a: 최초 변수의 표준오차, s_b: 최후 변수의 표준오차. 검증결과 Z>1.96 혹은 Z<-1.96일 때 매개효과는 .05수준에서 유의함

논 의

본 연구의 모형 검증 결과를 연구문제를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 부모의 양육태도가 부적응적 완벽주의에 미치는 영향을 분석한 결과, 부모의 지나친 기대와 비난적 태도는 완벽주의의 부적응에 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 완벽주의가 발생하게 된 원인이 양육자와의 상호작용에 대한 반응으로 자녀들이 주로 채택했던 대인 양식이라는 여러 이론가들의 주장(Blatt, 1995; Vieth & Trull, 1999; Rice et al., 1996; 2000; 2005)을 뒷받침하는 것이다.

둘째, 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계에 있어서 수치심과 대처방식을 동시에 매개변수로 투입했을 때 미치는 영향을 분석한 결과, 부적응적 완벽주의가 수치심과 대처방식에 각각 직접적인 영향을 미치며, 수치심과 대처방식이 각각 심리적 부적응에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 각 경로계수에 대한 직접적인 효과에 대한 선행 연구들을 중심으로 살펴보면 다음과 같다.

부적응적 완벽주의는 수치심에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 실수에 대해 두려워하거나 수행 결과에 만족하지 못하고 조바심을 내는 완벽주의의 부적응적 특성이 수치심에 직접적으로 영향을 미친다는 결과는 완벽주의가 자아이상과 관련되어 있기 때문에 그 기준에 따라 사는 것에 대한 실패가 수치심을 가져온다는 이론(Hollender, 1965)에 부합한다. 또한 수치심이 실제 자기와 이상적 자기 간의 불일치에서 발생하기 때문에 자기에 대한 기대가 높으면 높을수록, 완벽에 대한 기대가 크면 클수록 그 차이에서 오는 갈등이

수치심을 유발시킨다는 주장(Wurmser, 1981, 남기숙, 2008, 재인용)과 완벽주의자들이 개인적 실패로 말미암아 쉽게 수치심에 노출된다는 보고(Sorotzkin, 1998)와도 맥을 같이 한다.

수치심이 심리적 부적응에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이런 결과는 사람들이 수치심을 경험할 때, 내적이면서도 전체적이고 안정적인 귀인을 하기 때문에 우울과 밀접한 관련성이 있다는 연구결과(Tangney, Wagner & Gramzow, 1992)와 부합한다. 또한 자신이 정한 기준에 미치지 못하는 결핍상태로 인해 타인에게 버림받지 않을까 하는 두려움이 수치심을 유발하게 된다는 연구 결과(Tangney, 2002)와도 일치한다. 그리고 완벽주의자들은 타인이 자신에게 완벽을 요구할 것이라는 지각으로 인해 타인의 평가에 대한 두려움으로 사회적인 관계에서 철수하고 타인의 반응에 민감해지는 경향성을 보이고, 타인이 자신에게 비현실적인 기준을 강요할 때 분노감이나 적대감이 일어날 수 있다는 연구 결과(Saboonchi & Lundh, 2003)와 맥을 같이 한다.

부적응적 완벽주의는 대처방식에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 부적응적 완벽주의자들은 신경증적인 방식으로 스트레스에 반응하고 적극적으로 문제를 해결하려고 하는 대신에 문제를 피하려는 경향이 있다는 Fedewa 등(2005)의 견해를 지지하는 결과이다.

부적응적 대처방식은 심리적 부적응에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 부적응적 완벽주의자들이 상황을 회피하거나 감정적, 충동적인 반응을 보임으로써 다양한 심리적 부적응을 경험하는 것으로 나타났다. 대처방식이 적응적 기능에 미치는 영향에 관한 연구들(Flett, Russo & Hewitt, 1994; Hewitt et al.,

1995; Stoeber & Rennert, 2008)에 의하면, 적극적이고 문제중심적 대처방식은 스트레스가 심리적 기능에 미치는 부정적인 영향을 조절하는 역할을 하는 반면 소극적이거나 회피적 대처방식은 스트레스를 효율적으로 다루지 못하고 심리적 부적응을 초래하는데 본 연구의 결과는 선행연구와 맥을 같이 한다. 즉, 완벽주의자들의 부적절한 대처방식은 스트레스 상황을 더욱 악화시켜 심리적 부적응을 경험하게 한다는 것이다.

수치심이 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 이는 완벽주의와 우울과의 관계에서 수치심이 두 변수사이에 완전매개하는 것으로 우울에 대한 완벽주의의 직접효과보다는 수치심에 의한 간접효과를 보고한 연구 결과(Blatt, 1995; Ashby, Rice & Martin, 2006; 김영석, 2008)와 같은 맥락으로 이해할 수 있다. 즉, 완벽주의가 우울에 직접적인 영향을 미치기보다는 자신을 부적절하게 느끼는 수치심과 같은 부정적 정서를 통해 우울에 영향을 주는 것으로 보고되었다.

대처방식은 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 자기비판적 완벽주의자들은 스트레스 상황에 정서적으로 반응하고 직접적으로 문제를 해결하기보다는 그 상황을 회피함으로써 심리적 부적응을 경험한다고 보고한 Dunkley와 Blankstein(2000)의 연구결과와 부합한다. 또한 평가염려 완벽주의자들이 스트레스 상황에서 강한 정서적인 충동적 반응이나 회피적 대처활동 그리고 문제를 부인하는 경향이 있고, 이런 경향성은 결과적으로 심리적 부적응이나 대인문제와 연결될 수 있음을 확인한 Park(2005)의 연구결과와도 같은 맥락이다. 이처럼

부적응적 완벽주의자들은 충동적이거나 소극적인 방향으로 스트레스 상황을 해결하려고 하고 부적응적 대처방식은 심리적 부적응의 원인으로 고려될 수 있 수 있다. 이러한 부적응적 대처방식의 후속적인 결과로 우울과 불안 등 다양한 심리적 증상을 호소하게 된다고 볼 수 있다.

셋째, 부적응적 완벽주의가 심리적 부적응에 미치는 영향을 분석한 결과, 부적응적 완벽주의는 심리적 부적응에 통계적으로 유의한 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다. 이런 결과는 부적응적 완벽주의가 심리적 부적응에 미치는 직접효과가 유의하지 않았기 때문에, 수치심과 대처방식에 의해 발생한 간접효과인 매개효과가 더욱 중요하게 해석될 수 있음을 시사한다. 또한 완벽주의의 부적응적 측면이 대학생의 심리적 부적응을 예언하는 직접적인 지표라는 기존의 연구 결과(Frost, Marten, Lahart & Rosenblate, 1990; Rice, Ashby & Slaney, 1998; Chang, 2002)와는 다른 결과이다. 다수의 연구들이 부적응적 완벽주의와 우울(Hewitt & Flett, 1991b), 불안(Hewitt & Flett, 1991a), 대인예민(Dunkley & Blankstein, 2000; Slaney, Pincus, Uliaszek & Wang, 2006), 적대감(Frost et al., 1990)간 과의 직접적인 관계를 보고했지만, 본 연구에서는 직접적인 영향력이 없는 것으로 나타났다. 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계를 살펴본 선행연구(Blatt, 1995; Dunkley & Blankstein, 2000; Ashby, Rice & Martin, 2006; 김영석, 2008)에서도 부적응적 완벽주의가 심리적 부적응이나 정서적 고통 등에 미치는 영향이 통계적으로 유의하지 않게 나타났다. 이러한 결과는 심리적 부적응에 대한 직접적인 설명변수로 완벽주의가 작용하기 보다는 다른 매개변수가 개입됨으로써 부적응

적 완벽주의가 심리적 부적응에 미치는 영향이 통계적으로 유의하지 않는 수준으로 감소될 수 있음을 의미한다. 물론 완전매개효과(간접효과)가 입증되었다고 해서 심리적 부적응에 대한 부적응적 완벽주의의 직접적인 영향력이 전혀 없다는 의미는 아니다. 직접적인 영향력이 줄었다는 것은 매개효과에 의해 간접적인 영향에 의해 설명력이 높아졌다는 것을 의미한다. 따라서 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응간의 관계를 파악할 때 다른 변인을 함께 고려할 필요성이 제기된다. 이는 심리내적 과정에 있어서 매개변수들이 개입되면 설명력이 훨씬 더 높아질 수 있음을 시사한다.

넷째, 수치심이 부적응적 대처방식에 미치는 영향을 분석한 결과, 수치심은 부적응적 대처방식에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 수치심 경험이 강렬할수록 전체 자기를 위협하기 때문에 강렬한 수치심을 피하기 위해 억압이나 부인, 회피, 투사 등의 방어기제를 사용하며(Lewis, 1971), 화를 내거나 울어버리는 등의 충동적인 감정표출을 하거나(남기숙, 2008), 잘못된 생각으로 수치스러운 상황을 왜곡하게 된다는 연구결과(Lutwak, Ferrari & Check, 1998)와 맥을 같이 한다고 할 수 있다. 또한 이러한 행동들은 수치심에 대한 강력한 방어기제라고 설명하는 Loader(1998)의 이론을 지지한다. 이처럼 부적응적 완벽주의자들은 수치심을 느끼면 그 고통을 직면하기 힘들어 그 감정을 억압하거나 충동적인 정서반응을 보이게 되며 행동적으로는 그 상황을 회피하려 한다는 것을 알 수 있다.

다섯째, 수치심이 대처방식에 선행하는 매개경로를 구성한 모형으로서 이 모형의 검증에서는 부적응적 완벽주의가 수치심과 대처방식에 각각 직접적인 영향을 미치고, 수치심과

대처방식이 각각 심리적 부적응에 직접적인 영향을 미치며, 수치심이 대처방식에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 부적응적 완벽주의의 심리적 부적응에 대한 직접효과가 통계적으로 유의하지 않았으므로, 수치심이 대처방식에 선행하여 심리적 부적응에 간접적인 영향을 미치는 완전매개효과가 나타났다. 병렬적 매개모형 뿐만 아니라 순차적 매개모형 결과에서도 심리적 부적응에 대한 부적응적 완벽주의의 직접효과보다는 간접효과가 보고되었는데, 이는 부적응적 완벽주의의 심리적 부적응에 대한 직접적인 영향력에 대한 연구결과와는 다른 결과이다. 그러므로 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계를 설명함에 있어서 다른 심리적 요인들, 특히 수치심이나 부적응적 대처방식이 심리적 부적응의 취약요소가 될 수 있다는 점은 상담적 개입에 있어서 이들이 의미 있게 다루어야 할 중요한 요인임을 시사한다.

부가적으로 수치심과 심리적 부적응과의 관계에 국한시켜 매개경로를 살펴보면, 순차적 매개모형의 간접효과는 통계적으로 유의하였으나 심리적 부적응에 대한 수치심의 직접효과가 간접효과보다 큰 것으로 나타나 심리적 부적응에 대한 수치심의 부정적 영향이 유의하게 남아있는 매개효과를 나타냈다. 즉, 직접 효과가 모두 나타나 부분매개하는 것으로 나타났다. 이 결과는 수치심이 다양한 심리적 부적응과 직접적으로 연결되어 있음을 보고한 연구 결과(Lutwak, Panish & Ferrari, 2003)와도 무관하지 않으며, 동시에 수치심으로 말미암아 부적응적 대처방식을 사용하게 되고 부적절한 대처는 심리적 증상을 가속화시킨다는 기존의 연구결과(Verbeke & Bagozzi, 2002; Miller & Mason, 2005; 송수민, 2007; 남기

숙, 2008)와도 일치하는 결과이다.

마지막으로 매개경로가 다른 두 연구모형에서 매개변인들의 상대적 비중을 살펴본 결과 순차적 매개모형이 병렬적 매개모형에 비해 더 우수한 모형으로 채택되었다. 최종모형의 매개변인별 상대적 영향력을 살펴보았을 때, 부적응적 대처방식이 56%, 수치심이 29%, 그 다음으로 순차적인 매개경로(부적응 완벽주의 → 수치심 → 대처방식 → 심리적 부적응)가 15%로 부적응적 대처방식의 간접효과가 가장 큰 것으로 나타났다. 이는 평가염려 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계에서 부적응적 대처방식에 의해 설명되는 변량이 총변량 중 50%를 차지한다는 Park(2005)의 연구결과와 맥을 같이 한다. 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계에서 대처방식이 수치심이나 다른 매개변인에 비해 상대적 기여도가 크다는 것은 부적응적 대처방식이 심리적 부적응에 미치는 영향이 더 크다는 것을 시사한다. 이는 상담적 개입에 있어서 대처방식에 관한 개입전략이 우선되어야 함을 시사한다.

본 연구의 결과가 주는 시사점을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 부적응적 완벽주의가 타인과의 관계에서 발생하며, 특히 부모의 지나친 기대나 비난적 태도는 완벽주의의 부적응성에 영향을 준다는 결과는 상담적 개입과 적용을 위한 유용한 시사점을 제공한다. 부적응적 완벽주의는 타인과의 관계적 맥락에서 발생하였고, 상담은 관계적 맥락 안에서 이루어지기 때문에 상담자는 부적응적 완벽주의자들의 자기와 타인에 대한 기대 혹은 이미지가 상담관계에 미칠 영향을 고려할 필요가 있다. 즉, 이들은 상담자가 자신에게 완벽을 강요하고, 그렇게 하지 못했을 때 자기를 비난할 것이라는 가정을

갖고 상담에 임할 수 있기 때문에 상담자와 내담자간의 신뢰로운 상담관계를 수립하기가 어려울 수 있다. 내담자의 완벽주의 성향은 상담관계 수립뿐만 아니라 효과적인 상담개입도 방해할 수 있다. 완벽주의는 상담 장면에서 직접적인 호소문제로 드러나지는 않지만 완벽주의 특성상 완벽해야 한다는 태도는 내담자로 하여금 문제를 소유했다는 자책만으로도 스스로를 실패자로 생각하여 자기 노출을 어렵게 만든다(Hook & Andrews, 2005), 또한 완벽주의적 내담자들은 탐색이나 과제수행에 있어서도 부담을 갖게 되므로 완벽주의가 더 부적응적으로 유발될 수 있어 내담자를 위한 효과적인 상담개입에 있어서 완벽주의가 방해가 되는 중요한 변인임을 확인한 연구 결과(Dunkley et al., 2000)는 이런 우려를 뒷받침한다. 이에 상담자는 다양한 문제를 호소하는 내담자의 이면에 완벽주의적 특성이 내재되어 있는지를 확인할 필요가 있고 상담적 개입전략 선정과 적용 시점에서 이런 특성을 염두에 둘 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 부적응적 완벽주의와 심리적 부적응을 연결하는 중간변인으로 수치심과 대처방식의 매개효과를 검증하였는데, 이는 완벽주의의 부적응성 자체를 변화시키기 보다 수치심과 대처방식을 다루는 상담개입의 필요성을 시사한다. 특히 수치심은 전반적 자기에 대한 평가와 관련되어 있어 심각한 자기손상과 부적응을 가져오기 때문에 상담에서 반드시 고려해야 할 변인이 된다. 내담자는 상담을 통해 변화되기를 바라는 기대감과 동시에 자신의 실수나 결점이 드러날까봐 이를 숨기고 싶은 내재된 양가의 감정을 가지고 상담실을 찾아온다. 하지만 부적응적 완벽주의자들은 실수에 대한 두려움과 자신의 결점이

드러나는 것에 대한 두려움, 그리고 자신에 대한 부정적 평가에 대한 두려움 때문에 자기 노출을 주저하게 된다. 실제로 상담에서 자기 노출은 효과적인 치료적 상호작용에서 필수적이기 때문에 자기노출에 대한 두려움은 효과적인 상담개입과 변화에 있어서 장애가 될 수 있다. 이처럼 부적응적 완벽주의자들이 자기 평가적 감정인 수치심을 경험하고 자기를 드러내는 것에 대해 고통스러워 할 수 있다는 사실은 상담자의 태도가 어떠해야 함을 분명하게 시사해준다고 볼 수 있다. 더군다나 상담관계는 일종의 수직적 관계로 지각되기 쉽기 때문에 쉽게 수치심을 유발할 수 있는 장면이 될 수 있다. 부적응적 완벽주의자들이 엄격한 자기평가기준을 갖고 있어 부정적 타인지각과 자기지각이 바로 수치심을 유발한다는 점을 감안할 때(Dickerson, Gruenewald & Kemeny, 2004), 상담관계 자체가 수치심을 유발할 뿐 아니라 이를 강화할 가능성이 있다. 대부분의 내담자들은 문제를 소유하고 있다는 그 자체만으로도 정상적으로 보이는 상담자에 비해 수치심을 경험하며 그 문제를 상세하고 구체적으로 상담자에게 노출해야 하는 상황은 극도의 수치심을 유발하게 한다. 마치 옷을 입고 있는 상담자 앞에서 옷을 벗는 것과 같은 느낌을 가질 수 있다. 뿐만 아니라 상담자의 부적절한 개입은 내담자의 수치심을 직접적으로 유발시켜 수치심을 강화시키는 결과를 가져올 수 있다. 게다가 수치심이 높은 내담자들은 부정적인 자기이미지를 갖고 있기 때문에 매우 자기 처벌적이다. 수치심이 자기에 대한 부정적 이미지에 대한 평가로 발생하기 때문에 타인이 지지해주고 반영해주더라도 지속적으로 불행해하고 불만족스러워 한다. 그러므로 상담자는 내담자의 문제에 내재된 수

치심이라는 정서에 민감할 필요가 있다. 특히 내담자를 위해 적극적인 개입방식보다는 내담자의 반응을 타당화해주고 반영하며 공감해줌으로써 수치심을 해소할 수 있는 신뢰로운 환경을 만들어 주는 것이 우선되어야 할 것이다. 또한 부적응적 완벽주의가 심리적 부적응에 미치는 영향에 있어서 부적응적 대처방식의 간접효과가 검증된 바, 부적응적 완벽주의자들은 억압적 반응이나 충동적 감정 표출이나 인지 왜곡 등의 부적응적 대처로 인해 결과적으로 심리적 고통을 경험한다는 사실은 내담자의 부적응적 행동에 대해서도 상담적 개입이 필요함을 보여준다. 스트레스 상황에서 회피 행동을 하거나 문제를 축소하거나 감정적인 반응을 하는 것이 상황을 어렵게 만들 수 있다. 그런데 억압하거나 회피하는 대처방식들은 내담자가 변화하는 데 매우 큰 걸림돌이 될 수 있다. 회피는 변화를 어렵게 하기 때문에 부적응적 완벽주의와 부적응적 대처방식 그리고 결과적으로 심리적 부적응으로 이어지는 고리는 계속해서 악순환 될 수밖에 없다. 그러므로 상담자는 이와 같은 악순환의 고리를 깨트릴 수 있어야 하며 내담자로 하여금 자신의 부적절한 대처방식이 심리적 고통을 야기한다는 사실을 자각시키고 보다 문제해결적 접근을 시도할 수 있도록 개입해야 한다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 부적응적 완벽주의의 원인변수로 부모의 기대 혹은 부모의 비난으로 국한하였다는 제한점이 있다. 부적응적 완벽주의에 영향을 주는 선행변수로 부모의 다른 양육태도나 사회나 학교, 또래의 영향과 같은 외생변수가 존재할 수 있다. 추후연구에서는 이런 변수들을 포함시키고 또한 본 연구

에서처럼 부모의 태도로 통합하기보다는 아버지와 어머니의 태도로 구분해서 모형에 반영할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 구조방정식 모형을 통하여 변수들 간의 인과관계 모형을 설정하여 타당성을 입증하였으나 모형을 설정하는 과정으로만 그쳤다. 그러므로 향후 검증된 모형을 토대로 심리적 부적응을 경험하고 있는 완벽주의자들을 위한 상담적 개입 프로그램을 개발할 필요가 있다. 특히 완전매개효과가 검증된 만큼, 수치심과 대처방식을 중요하게 다루는 내용을 포함시킬 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서 최종 선정된 모형은 대학생에 한해서만 적용될 수 있다는 점이다. 대학생에 한해 검증된 모형이므로 아동, 청소년 혹은 일반 성인에 적용될 수 없기 때문에 추후 다른 대상자를 통해 적용가능성을 검증할 필요가 있다.

넷째, 본 연구에서 사용된 변인들이 부적응성을 측정하고 있어 부정적인 심리적 변인이 연구의 초점이 되었는데, 향후 긍정적인 매개요소들을 고려하여 심리적 안녕감에 영향을 미치는 변인을 확인하는 것도 유익할 것이다.

마지막으로 본 연구는 횡단적 자료를 사용하여 분석한 결과이기 때문에 본 연구에서 가정한 변인간의 인과관계를 설정하는 데는 한계가 있다. 또한 선행연구들을 토대로 하여 인과관계 설정을 하였으나, 사회과학 연구 특히 인간의 마음을 다루는 연구에서는 모든 변수들 간의 상관을 배제할 수 없고 모든 변수들이 서로 연결되어 있어 원인이 되는 변수가 다시 결과변수에 의해 영향을 받으면서 순환적 과정으로 반복될 수 있음을 감안할 때, 결론론적 해석을 하는데 신중을 기해야 할 것이다.

참고문헌

- 김광일, 원호택, 김재환 (1984). *간이정신진단검사 실시요강*. 서울: 중앙적성출판부.
- 김영석 (2008). *완벽주의, 수치심, 우울과의 관계*. 서강대학교 대학원 석사학위 논문.
- 남기숙 (2008). *수치심, 죄책감 경험과 대처가 심리증상에 미치는 영향*. 서울대학교 대학원 박사학위논문
- 송수민 (2007). *수치심 경향성과 죄책감 경향성의 비교: 심리적 특성과 상황적 변인에 따른 차이*. 박사학위논문, 한양대학교.
- 심중은 (1999). *수치심 경향성, 죄책감 경향성 및 사건귀인이 우울증상에 미치는 영향*. 석사학위논문, 카톨릭대학교.
- 정승진 (1999). *완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담 프로그램 개발*. 박사학위논문, 연세대학교.
- 하정희 (2006). *비합리적 사고와 완벽주의의 기능*. 박사학위논문, 한양대학교.
- Ashby, J. S., & Bruner, L. P. (2005). Multidimensional perfectionism and obsessive-compulsive behaviors. *Journal of College Counseling*, 8, 31-40.
- Ashby, J. S., Rice, K. G., & Martin, J. L. (2006). Perfectionism, shame, and depressive symptoms. *Journal of Counseling & Development*, 84, 148-156.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50, 1003-1020.
- Burns, D. (1980). The perfectionist's script of self-defeat. *Psychology Today*, 9, 34-52.
- Chang, E. C. (2002). Examining the link between

- perfectionism and psychological maladjustment: Social problem solving as a buffer. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 581-595.
- Chang, E. C. (2006). Perfectionism and dimensions of psychological well-being in a college student sample: A test of a stress-mediation model. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(9), 1001-1022.
- Dickerson, S. S., Gruenewald, T. L., & Kemeny, M. E. (2004). When the social self is threatened: Shame, physiology, health. *Journal of Personality*, 72(6), 1191-1216.
- Dunkley, D. M., & Blankstein, K. R. (2000). Self-critical perfectionism, coping, hassles, and current distress: A structural equation modeling approach. *Cognitive Therapy and Research*, 24(6), 713-730.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., & Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 437-453.
- Dunkley, D. M., Sanislow, C. A., Grilo, C. M., & McGlashan, T. H. (2006). Perfectionism and depressive symptoms 3 years later: Negative social interactions, avoidant coping, and perceived social support as mediators. *Comprehensive Psychiatry*, 47, 106-115.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844-854.
- Fedewa, B. A., Burns, L. R., & Gomez, A. A. (2005). Positive and negative perfectionism and the shame/guilt distinction: Adaptive and maladaptive characteristics. *Personality and Individual Differences*, 38, 1609-1619.
- Flett, G. L., Russo, F., & Hewitt, P. L. (1994). Dimensions of perfectionism and constructive thinking as a coping response. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavioral Therapy*, 12, 163-179.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Rosa, T. D. (1996). Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality and Individual Differences*, 20, 143-150.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Oliver, J. M., & MacDonald, S. (2002). Perfectionism in children and their parents: A developmental analysis. In G. L. Flett, & P. L. Hewitt(Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment*(pp. 89-132). Washington, DC: American Psychological Association.
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Halgin, R. P., & Leahy, P. M. (1989). Understanding and treating perfectionistic college students. *Journal of Counseling & Development*, 68, 222-225.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.
- Heppner, P. P., Cook, S. W., Wright, D. M., & Johnson, C. J. (1995). Progress in resolving problems: A problem-focused style of coping. *Journal of Counseling Psychology*, 42, 279-293.
- Heppner, P. P., Witty, T. E., & Dixon, W. A.

- (2004). Problem-solving appraisal and human adjustment: A review of 20 years of research using the problem solving inventory. *The Counseling Psychologist*, 32(3), 344-428.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 98-101.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991b). Perfectionism in the self and social contexts: Conception, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 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), 58-65.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Endler, N. S. (1995). Perfectionism, coping, and depression symptomatology in a clinical sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 2, 47-58.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94-103.
- Hook, A., & Andrews, B. (2005). The relationship of non-disclosure in therapy to shame and depression. *British Journal of Clinical Psychology*, 44, 425-438.
- Jung, H. (2002). *Shame as a mediator between parenting and psychological adjustment for Caucasian and Korean students: A structural equation modeling approach*. Unpublished doctoral dissertation, University of Biola.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*(2nd ed). New York: Guilford Press.
- Lee, D. G., Heppner, P. P., & Park, H. J. (2003). *Procrastination and coping styles among Korean college students: A validation study and cluster analysis*. Paper presented at the meeting of the American Psychological Association, Toronto, Canada.
- Lewis, H. B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. New York: International University Press.
- Lewis, M. (1992). *Shame: The exposed self*. New York: The Free Press.
- Loader, P. (1998). Such a shame: A consideration of shame and shaming mechanisms in families. *Child Abuse Review*, 7, 44-57.
- Lutwak, N., Ferrari, J. R., & Cheek, J. M. (1998). Shame, guilt, and identity in men and women: The role of identity orientation and processing style in moral affects. *Personality and Individual Differences*, 25, 1027-1036.
- Lutwak, N., Panish, J., & Ferrari, J. (2003). Shame and guilt: Characterological vs. behavioral self-blame and their relationship to fear of intimacy. *Personality and Individual Difference*, 35, 909-916.
- Miller, R., & Mason, S. E. (2005). Shame and guilt in first-episode schizophrenia and schizoaffective disorders. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 35(2), 211-221.
- Nathanson, D. L. (1992). *Shame and pride: Affect, sex, and the birth of the self*. New York: Norton & Company.
- Oxlad, M., Miller-Lewis, L., & Wade, T. D. (2004). The measurement of coping responses validity of the Billings and Moos Coping Checklist. *Journal of Psychosomatic Research*, 57, 477-484.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection.

- American Psychologist*, 39, 386-390.
- Park, H. J. (2005). *Mediators of perfectionism and distress in Korea*. Unpublished doctoral dissertation, University of Missouri-Columbia.
- Potter-Efron, R. T. (1989). *Shame, guilt and alcoholism: Treatment issues in clinical practice*. New York: The Haworth Press.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 36(4), 717-731.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Preusser, K. J. (1996). Perfectionism, relationships with parents, and self-esteem. *Individual Psychology*, 52, 246-260.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 304-314.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 238-250.
- Rice, K. G., Lopez, F. G., & Vergara, D. (2005). Parental/social influences on perfectionism and adult attachment orientations. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24, 580-605.
- Saboonchi, F., & Lundh, L. G. (2003). Perfectionism, anger, somatic health, and positive affect. *Personality and Individual Differences*, 35, 1585-1599.
- Slaney, R. B., Pincus, A. L., Uliaszek, A. A., & Wang, K. T. (2006). Conceptions of perfectionism and interpersonal problems. Evaluating groups using the structural summary method for circumplex data. *Assessment*, 13(2), 138-153.
- Sorotzkin, B. (1998). Understanding and treating perfectionism in religious adolescents. *Psychotherapy*, 35(1), 87-95.
- Stoeber, J., & Rennert, D. (2008). Perfectionism in school teachers: Relations with stress appraisals, coping styles, and burnout. *Anxiety, Stress & Coping*, 21(1), 37-53.
- Tangney, J. P. (2002). Perfectionism and the self-conscious emotions: Shame, proneness to guilt, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 469-478.
- Tangney, J. P., Wagner, P. E., & Gramzow, R. (1992). Proness to shame, proness to guilt, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 469-478.
- Verbeke, W., & Bagozzi, R. P. (2002). A situational analysis on how salespeople experience and cope with shame and embarrassment. *Psychology and Marketing*, 19(9), 713-741.
- Vieth, A. Z., & Trull, T. (1999). Family patterns of perfectionism: An examination of college students and their parents. *Journal of Personality Assessment*, 72(1), 49-67.

원고접수일 : 2009. 5. 11

수정원고접수일 : 2009. 7. 27

게재결정일 : 2009. 8. 19

The Mediating Effects of Shame and Coping Style on the Relationship between Parental Attitudes, Maladaptive Perfectionism and Psychological Maladjustment

So, Young sook

Kim Jin sook

Kyungpook National University

This study attempted to examine the effect of parental attitudes on perfectionism among college students(M:99, F:179) and to verify the mediating effects of shame and coping style on the relationship between perfectionism and psychological maladjustment. For data analysis, correlation analysis and structural equation modeling were employed. In Model 1, 2, the direct effect of perfectionism on psychological maladjustment was not statistically significant, while the indirect effects of shame and the maladaptive coping style were statistically significant, suggesting complete mediating effects. In comparing these two models the model 2 was determined to be more definitive. Finally, limitations of the present study and directions for future research, as well as the clinical implications of the study's findings, were discussed.

Key words : parental attitudes, perfectionism, shame, coping style, psychological maladjustment