

차원과 영역별 완벽주의가 행복감에 미치는 영향*

진 소 연

서 수 균[†]

부산대학교 심리학과

본 연구에서는 완벽주의를 보이는 삶의 영역과 차원이 행복감에 어떠한 영향을 미치는지 살펴 보았다. 이를 위해 부산 소재 남녀 대학생을 대상으로 다차원적 완벽주의 척도, 심리적 안녕감 척도, 주관적 안녕감 척도를 실시하였다. 총 827명의 자료가 분석되었고, 행복감에 영향을 주는 완벽주의 변인을 찾기 위해 중다회귀분석을 실시하였다. 먼저, 각 변인의 상관분석을 한 결과 완벽주의의 차원과 영역 간의 정적인 상관을 보였고, 그 중에서도 자기 지향 완벽주의가 행복감과 정적인 상관을 보였다. 완벽주의 영역과 차원에 따라 심리적 안녕감에 미치는 영향을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시한 결과, 학업 영역 완벽주의는 삶의 목적, 환경적 지배, 자율성을 유의미하게 설명하였고, 대인관계 영역 완벽주의는 개인적 성장, 긍정적인 대인관계를 유의미하게 설명하는 것으로 나타났다. 다음으로 주관적 안녕감에 미치는 영향을 알아본 결과, 대인관계 영역 자기 지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의는 주관적 안녕감을 유의미하게 설명하는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 바탕으로 본 연구의 시사점과 제한점을 논의하였다.

주요어 : 완벽주의 영역, 행복감, 심리적 안녕감, 주관적 안녕감

* 본 원고는 진소연(2012)의 석사학위논문을 요약·수정한 것임.

† 교신저자 : 서수균, 부산대학교 심리학과, 부산시 금정구 부산대학로 63번길 2

Tel : 051-510-2125, Fax : 051-581-1457, E-mail : sgseo@pusan.ac.kr

대개 완벽주의는 전반적인 성격특질이고, 그 성격특질로 인해 삶에서 심리적 고통이 유발되는 부적응적인 면들이 부각되어 단일 차원으로서 이해되어져 왔다(김지정, 2011; Flett & Hewitt, 2002). 이러한 단일 차원의 개념적 이해는 그에 부합하는 완벽주의 측정도구의 개발로 이어졌고, 이후 완벽주의를 다차원적인 개념으로 보고 확장시키는 흐름에서 그에 맞는 척도들이 개발되었다. 이후로도 완벽주의의 다차원적인 관점에서 적응적/부적응적 완벽주의의 이차원적 관점으로 완벽주의의 차원에 대한 다양한 관점들이 제기되며, 다차원적이었던 완벽주의의 여러 특성들을 통합시키려는 시도가 계속 되어져 왔다(김윤희, 서수균, 2008; 김지정, 2011).

하지만 현재까지는 주로 완벽주의를 개인적으로 요구되는 기준에 맞춰진 성향적 경향성으로서의 특질이라고 정의 내려서 연구되어왔다. 완벽주의 성향이 타고난 것(gifted)으로, 삶의 전반적인 영역에 걸쳐서 나타나는 성격특질이라는 기본 가정이 전제되는 것이다. 최근의 연구에서는 완벽주의 성향이 타고난 것인지 아닌지에 대한 서로 다른 연구결과들도 나타나고 있다. 또한, 완벽주의 성향이 성격특질이 아닌, 한 개나 두 개의 삶의 영역에 제한된 것이 아닐까하는 증거들이 제시되고 있다. McArdle(2010)는 개인이 특정한 활동이나 삶의 영역에 가치를 두고 있다면, 삶의 모든 영역이 아닌 가치와 관련된 활동들에서 자기 가치감을 느끼기 위해 고군분투할 것이라는 생각에서 출발하여 영역별 완벽주의에 대한 탐색을 시도하였으며, 계속해서 완벽주의 성향을 영역별로 나누어서 측정하는 연구들이 진행되었다(Dunn, Gotwals, & Causgrove Dunn, 2005; Stoeber & Stoeber, 2009). McArdle(2010)의 연구

결과, 운동영역에서의 완벽주의 경향성과 운동 활동에서 수반된 자기가치(contingent Self-Worth)는 정적관계를 나타냈다. 즉, 개인마다 다른 영역에서 자기 가치를 느끼는 것에 따라서 영역별 완벽주의적 경향성이 설명된다고 볼 수 있다. Dunn 등(2005)은 학생운동선수 241명을 대상으로 한 연구에서 학생운동선수의 운동과 학업 영역에서의 완벽주의 성향을 비교하였다. 학생운동선수는 학업 영역보다 운동 영역에서 완벽주의 추구 경향을 더 보였으며, 이는 모든 영역에서 완벽주의를 보이는 것이 아님을 보여주는 결과였다. Slaney와 Ashby(1996)는 완벽주의자들을 대상으로 한 면담 연구를 통해 완벽주의로 인해 가장 많은 영향을 받는 영역에 대해 알아보았다. 연구대상자인 완벽주의자 37명은 직업이나 학업(97%), 대인관계(57%), 가사활동 혹은 청소(38%), 양육(24%), 취미나 사회생활, 레크레이션(22%)에 대하여 복수 응답하였다. 또한, Micheloson과 Burns(1998)는 직장 여성들을 대상으로 한 연구에서 그들의 완벽주의 성향을 직업 영역과 가사 영역으로 나누어 완벽주의 성향을 측정, 비교하였다. 연구에 참여한 직장여성들은 가사 영역보다 직업 영역에서 완벽주의 성향을 보였으며, 직업영역에서 완벽주의 추구는 낮은 삶의 만족을, 가사 영역에서의 완벽주의 추구는 낮은 삶의 만족과 낮은 자기 만족을 보였다. Stoeber와 Stoeber(2009)의 연구에서는 완벽주의를 보이는 삶의 영역의 탐색하였는데, 그 결과 일과 신체위생, 학습, 신체적 외양, 사회관계의 순으로 나타났다. 또한, 자기 지향적 완벽주의가 일과 학업 영역, 사회적으로 부과된 완벽주의가 대인관계 영역에서의 완벽주의를 보이는 것으로 나타났다. 삶의 영역에서 완벽주의 차원을 다르게 평정하

도록 한 송창호(2010)의 연구에서는 학업적 영역에서 보이는 완벽주의 성향과 사회 및 대인관계적 영역에서 보이는 완벽주의 성향이 자기 효능감과 대학생활 적응에 미치는 영향에 차이가 있었다. 학업적 자기 지향 완벽주의는 학업적 자기 효능감과 정적 상관을 보였고, 학업적 사회적으로 부과된 완벽주의는 학업적 적응, 학업적 자기 효능감과 부적 상관을 보였다. 사회 및 대인관계 자기 지향 완벽주의는 학업적 적응 및 학업성적과 유의한 차이가 없었고, 사회 및 대인관계적 사회적으로 부과된 완벽주의는 학업성적과 유의한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이러한 선행 연구 결과로 인해 안정적인 성격적 성향으로 간주되었던 완벽주의에 대한 새로운 조명을 하게 되었으며, 영역 특정한 완벽주의의 가능성을 설명하였다. 또한 대학생을 대상으로 한 선행연구결과에 따르면, 대학생들의 주요 관심사이자, 완벽주의를 추구하는 대표적인 영역은 학업과 대인관계 영역이었다. 박현주(1999)의 연구에서 여러 가지 삶의 영역 가운데 가장 완벽하고자 하는 영역은 대인관계(8.59%)이었으며, 공부(8.46%)와 시간 약속(8.10%), 발표(7.88%) 순으로 나타났다. 이에 따라, 본 연구에서도 대표적인 두 영역인 학업과 대인관계 영역에 대한 완벽주의 추구를 살펴보고자 한다.

완벽주의 성향에 대하여 적응적/부적응적인 부분으로 나누어 보려는 시도와 함께 이러한 완벽주의 성향이 행복감과 어떠한 관련이 있는지에 대한 연구들이 다수 있어왔다. 이미화(2001)의 연구에서 심리적 안녕감은 자기 지향적 완벽주의와 정적 상관, 사회적으로 부과된 완벽주의와 부적 상관을 보이는 것으로 나타났다. 자기 지향적 완벽주의는 자기 스스로의

기준에 도달하려는 성취동기가 높은 완벽주의 성향을 보이는데, 이러한 점이 심리적 안녕감에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 드러났다. 반면에, 사회적으로 부과된 완벽주의는 스스로 통제할 수 없고, 타인에 의해 부과된 기준에 다다랐다는 결과를 확인하기 어려운 점이 있다. 이러한 점에서 사회적으로 부과된 완벽주의가 부정적인 정서를 경험한다고 하였다.

완벽주의와 주관적 안녕감 등의 관계를 알아본 연구들(고은영, 최바울, 이소연, 이은지, 서영석, 2013; 김지윤, 이동귀, 2013; 성주희, 홍혜정, 2012; 허현정, 2004; Chang, Watkins, & Banks, 2004; Chow, 2002)에서 자기 지향 완벽주의는 긍정 정서, 삶의 만족, 자아탄력성과 성취동기와 정적인 관계가 있고, 사회적으로 부과된 완벽주의는 삶의 만족, 긍정 정서, 자기수용, 자기개념의 자기명확성과 부적 관계를 보이며, 부정 정서, 자살사고, 자기비난, 심리적 극통과는 정적 관계를 나타냈다. 또한 사회적 지지수혜를 매개로 자기 지향적 완벽주의에서는 주관적 안녕감이 높아지고, 사회 부과된 완벽주의에서는 주관적 안녕감이 낮아지며, 타인 지향 완벽주의는 유의한 관계가 없는 것으로 나타났다(하정희, 장유진, 2011). 또한, 완벽주의적 비합리적 신념을 가질수록 주관적 안녕감의 하위 요소인 부정 정서를 더 많이 느끼는 것으로 나타났으며, 완벽주의와 함께 수반되는 불안, 무력감, 열등감, 실패감 등의 감정들이 부정 정서와 직접 연결되는 것으로 나타났다(임소영, 2009). 완벽주의자들은 하찮은 결함에도 실패로 느끼고, 수행 결과로 자기의 가치를 평가하기 때문에 우울함에 특히 취약하다(Burns, 1980). 또한 한기연(1993)의 연구에서 자기 지향 완벽성이 주로 개인적인 차원에서 과업의 달성과 관련된 요인인 반면,

타인 및 사회 완벽성은 일 뿐 아니라 일과 관련된 사람, 사람의 기대, 평가, 가치 등을 복합적으로 포함하는 사회적 요인이어서 정서적 문제와 관련된 가능성이 크기 때문에, 개인의 정서적인 적응은 이와 같이 사회적인 측면의 완벽 성향에 더 민감한 영향을 받는 것으로 이해할 수 있다. 하지만, 이정숙(2010)의 연구에서는 완벽주의와 삶의 만족간의 유의미한 상관이 나타나지 않았고, 허현정(2004)의 연구에서 주관적 안녕감의 각 하위 차원에 대한 완벽주의 성향의 설명력이 그리 크지 않은 것으로 나타났다.

그렇다면 삶의 특정 영역에서 완벽주의 성향을 가지거나 다차원적 완벽주의 성향을 보이는 사람들은 행복감을 경험할까? 그들은 주로 어떤 때 행복하다고 느낄까? 완벽주의와 행복을 관련지어 보는 것은 완벽주의의 적응적 측면과 부적응적 측면을 통합적으로 이해하는데 도움이 될 것이라 생각되며(성주희, 2011, 재인용; 전명임, 2009), 완벽주의의 영역을 구분하여 보는 것이 영역별 완벽주의의 이해에 도움이 될 것이다.

사람이 어떻게 하면 잘 살 수 있는가에 초점을 맞추는 긍정심리학(Positive Psychology)이 대두되면서 행복이 주요한 이슈로 부각되고 있다. 긍정 심리학을 처음으로 주창한 미국의 심리학자 Seligman(1996)이 ‘행복’에 대해 주목하였다. 행복은 만족감에서 강렬한 기쁨에 이르는 모든 감정 상태를 특징짓는 안녕의 상태를 지칭하는 사전적 의미를 가지며, 다양한 가치가 존재하는 현대 사회에서 행복은 중요한 가치 중의 하나이다. 인간의 삶에서 행복하다는 것은 인간이 추구하고 있는 가장 이상적인 삶의 모습일 것이다. 많은 철학자들은 모든 인간 행위의 궁극적인 동기는 행복의 추

구라고 여겨왔다(김경민, 2011). 그럼에도 불구하고, 행복은 사람마다 각기 다른 관점에서 볼 수 있으며 다양한 의미를 함축하고 있기 때문에 절대적인 정의를 내리기 힘들다(Ryff & Keyes, 1995).

심리학에서의 행복 연구는 특히 개인 내의 심리적 변인을 다루는데, 최근 개인 내적인 행복감을 보는 큰 두 가지 견해로는 쾌락주의적 관점에서 말하는 주관적 안녕감과 자기실현적 관점에서의 심리적 안녕감으로 나누어서 행복을 정의하고 있다(Steve & Marie, 2008). 웰빙에 대한 쾌락주의적 관점에서는 좋은 삶을 개인적 행복의 관점에서 정의하고 있다(Kahneman, Diener, & Schwarz, 1999; Ryan & Deci, 2001; Waterman, 1993). 쾌락주의 철학에서는 일반적으로 삶의 주요 목표를 행복과 즐거움을 추구하는 것이라고 말하고 있는데, 심리학에서는 이러한 견해가 주관적 안녕감에 대한 연구에서 나타났다(Diener, 1984; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). 주관적 안녕감은 행복을 폭넓은 관점에서 보고 삶에 대한 만족과 긍정적 정서가 있는 것, 그리고 상대적으로 부정적 정서가 없는 것으로 정의한다. 다시 말하면, 삶을 즐기고 삶의 방식에 만족하며, 좋은 일이 나쁜 일보다 많다고 믿는 것이 행복이라는 것이다(Steve & Marie, 2008).

이와는 대조적으로 행복에 대한 자기실현적인 관점은 고대 그리스의 철학자 아리스토텔레스의 행복론에서 찾을 수 있다(Keyes, 2005). 아리스토텔레스는 인간의 행복이 덕(virtue)있는 삶, 가치 있는 삶 또는 진정한 자아와 일치하는 삶을 통해 얻어진다고 보았다(김경민, 2011). 진정한 자기(true self)에 부합하게 사는 삶으로서, 행복은 자기실현을 위해 노력하는 과정에서 나오며, 자기실현은 자신의 재능, 요

구 및 가치가 우리가 살아가는 방식을 이끄는 과정을 말한다. 목표를 성취하고, 개개인의 특유한 잠재력을 개발할 때 행복하다고 말할 수 있는 것이다. 본 연구에서는 행복을 정의내릴 수 있는 큰 두 맥락으로서의 쾌락주의적 관점과 자기실현적 관점을 종합하여 행복을 설명하고자 한다. 쾌락주의적 관점을 반영하는 주관적 안녕감과 자기실현적 관점을 반영하는 심리적 안녕감을 각각 측정하여 완벽주의의 영역과 차원이 두 측면의 다른 행복감에 어떤 영향을 미치는지 알아보하고자 하였다. 완벽주의 성향이 각기 다른 관점에서의 행복감에 미치는 영향을 아는 것이 완벽주의자를 이해하고, 그들의 삶의 질을 향상하는 데 도움이 될 것이다. 아울러, 완벽주의에 대한 상담개입 시, 완벽주의가 추구하는 행복감에 대한 구체적인 탐색을 돕고 완벽주의자들의 자기 이해에 도움이 될 수 있을 것이다.

국내에서 완벽주의에 관한 연구들은 대개 완벽주의 연구의 주류였던 전반적인 성격특질로서의 완벽주의로서 정의되었고, 한 개인이 가지는 특정한 사회적 역할 및 영역에서 완벽주의 성향이 미치는 영향과 그와 관련된 적응 지표들의 관계들을 본 연구들이 대다수였다(이현주, 손원숙, 2013; 함경애, 김미옥, 최영옥, 천성문, 2012). 이에 본 연구에서는 완벽주의 전반적인 성격특질로서의 완벽주의의 차원과 새롭게 주목받고 있는 영역특정적인 완벽주의 성향을 비교하여, 완벽주의가 영향을 미치는 두 가지 이상의 삶의 영역과 완벽주의 차원에 따른 행복감의 차원을 구분하여 함께 연구하고자 한다. 본 연구에서는 선행연구에서 밝혀진 것과 같이 연구대상자인 대학생들의 삶에서 많은 시간을 할애하고, 발달적으로 중요한 영역인 대인관계 영역과 학업 영역에서의 완

벽주의 성향을 나누고, 완벽주의 차원 중에서도 다차원적 완벽주의 척도로 측정된 자기 지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의 차원으로 나누어서 삶의 특정 영역에서의 완벽주의와 완벽주의 차원이 각각의 행복감과 어떠한 상관관계가 있는지를 알아보고, 완벽주의의 영역과 차원이 행복감에 미치는 영향에 대하여 알아보하고자 하였다.

방 법

연구대상

본 연구에서는 부산 지역에 소재한 대학교에 재학 중인 남, 여학생을 대상으로 설문지를 실시하였다. 설문은 2011년 9월 중순부터 11월 초까지 실시되었으며 총 870부가 회수되었다. 그 중에서 문항 미응답이 많거나 불성실하게 작성된 설문지 총 43부를 제외하였고, 최종 분석 자료에는 827부(남: 392명(47.4%), 여: 435명(52.6%), 평균연령=22.58세, SD=3.54)가 사용되었다.

측정도구

다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale)

대학생의 영역별 완벽주의 성향을 측정하기 위해 Hewitt와 Flett(1991)가 개발한 다차원적 완벽주의 성향 척도(Multidimensional Perfectionism Scale; MPS)를 사용하였다. 이 척도는 자기 지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의로 구성되어 있고, 한기연(1993)에 의해 한국어로 번안되었다. 이

척도는 7점 Likert형 자기보고식 검사이며 45 문항으로 이루어져 있으며, 각각의 요인은 15 문항으로 구성되어 있다. Hewitt와 Flett(1991)의 연구에서 자기 지향 완벽주의 요인의 내적 합치도 계수(Cronbach's α)는 .89였으며, 타인지향 완벽주의는 .79, 사회적으로 부과된 완벽주의는 .86이었다. 척도를 번안한 한기연의 연구(1993)에서는 각각의 하위 척도들의 내적 합치도 계수는 .84, .73, .76이었다.

본 연구에서는 자기 지향 완벽주의 8문항과 사회적으로 부과된 완벽주의 8문항을 뽑아(Stoeber & Stoeber, 2009), 학업 영역과 대인관계 영역에서 각각 다르게 평정하도록 하였다(송창호, 2010). Stoeber와 Stoeber의 연구(2009)에서 8문항을 뽑은 기준은 정/부적 문항의 수를 맞추고, 많은 응답에 부담을 느낄 대상(노인, 문맹 등)을 고려하여 단축형 다차원적 완벽주의 척도로 사용하였다(개인적인 서신). 다차원적 완벽주의 척도로 측정 가능한 타인지향 완벽주의는 다차원적 완벽주의에 대한 선행연구에서 관련 변인들과 상관관계를 보이지 않거나, 연구마다 상이한 결과를 내놓는 변인이었다(김계주, 임태희, 2010; 김지훈, 2011; 심현경, 2011). 본 연구에서의 완벽주의의 영역과 차원의 조합으로 인해 오히려 결과를 복잡하게 할 가능성이 있어서 배제시키고자 한다. 2개의 하위 척도에서 각각 8문항으로 단축한 이 척도에서 본 연구에서는 자기 지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의 하위 요인만을 측정하였다. 각 문항은 '남이 내게 기대하는 것에 맞추기가 어렵다.', '나 자신이 완벽하기를 바란다.', '내 주위 사람들은 내가 실수를 할 경우에도 나를 여전히 유능하다고 생각한다.' 등으로 구성되어 있다. Stoeber와 Stoeber(2009)의 연구에서 내적 합치도 계수는

자기 지향 완벽주의가 .90, 사회적으로 부과된 완벽주의가 .79였다. 본 연구에서는 학업 영역과 대인관계 영역의 상황을 제시하여 같은 문항에 두 번 답하게 하였다. 각 하위요인의 내적 합치도 계수는 학업 영역에서의 자기지향 완벽주의 요인은 .88, 사회적으로 부과된 완벽주의 요인은 .89였으며, 대인관계 영역에서의 자기지향 완벽주의 요인은 .79, 사회적으로 부과된 완벽주의 요인은 .75로 나타났다.

심리적 안녕감 척도(Psychological Well-Being Scale)

자기실현적 측면의 행복감을 측정하기 위해, 본 연구에서는 Ryff(1989)가 개발한 심리적 안녕감 척도(Psychological Well-Being Scale: PWBS)를 김명소, 김혜원과 차경호(2001)가 한국어로 번안한 척도를 사용하였다. 심리적 안녕감 척도는 자아수용, 긍정적 대인관계, 자율성, 환경에 대한 지배력, 삶의 목적, 개인적 성장으로 6개 하위 요인, 총 46문항으로 구성되어 있다. Likert식 7점 척도로 되어 있으며, 점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높은 것을 의미한다. 각 문항은 '나에게 주어진 상황은 내게 책임이 있다고 생각한다.', '나는 무슨 일을 결정하는 데 있어 다른 사람들의 영향을 받지 않는 편이다.', '많은 면에서 내가 성취한 것에 대해 실망을 느낀다.', '나는 인생목표를 가지고 살아간다.' 등으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 하위 요인 내에서 상관이 낮은 문항을 제거하여 총 45문항을 분석하였다. 각 하위 요인의 내적 합치도 계수는 자아 수용 .85, 환경에 대한 지배력 .73, 개인적 성장 .73, 자율성 .65, 긍정적 대인관계 .86, 삶의 목적 .79로 나타났다.

주관적 안녕감 척도

쾌락주의적 측면의 행복감을 측정하기 위해, 본 연구에서는 서은국, 구재선, 이동귀, 정태연과 최인철(2010)이 개발 및 타당화를 한 행복지수를 사용하였다. 주관적 안녕감의 세 요소를 측정하기 위해 많이 사용하고 있는 척도는 삶의 만족 척도(Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985)와 Watson의 PANAS(Positive and Negative Affect Scale; Watson, Clark, & Tellegan, 1988)이다. 하지만 이 두 척도를 함께 사용하려면 총 25문항으로 부담스러운 분량이기때문에, 한국인 정서에 맞게 최종적인 행복 경험을 측정하기 위해 개발되었다. 전체 9문항의 척도이며, Likert식 7점 척도이다. 각 3문항으로 이루어진 삶의 만족, 긍정 정서, 부정 정서의 3개 하위 요인으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘나는 내 삶의 개인적 측면에 대해서 만족한다.’, ‘나는 내 삶의 관계적 측면에 대해서 만족한다.’ 등과 같은 문항, ‘즐거움’, ‘짜증나는’과 같은 감정단어에 척도로 답하도록 구성되어 있다. 행복 지수의 점수는(삶의 만족 + 긍정 정서 - 부정 정서)로, 점수가 높을수록 주관적 안녕감이 높다고 할 수 있다. 서은국 등(2010)의 연구에서는 각 요인의 내적합치도는 .89, .86, .82였다. 본 연구에서의 각 요인의 내적합치도는 .76, .81, .75로 나타났다.

결 과

완벽주의 영역과 차원 및 행복감 간 상관관계

완벽주의 영역과 차원, 심리적 안녕감, 주관적 안녕감 간의 관계를 알아보기 위해 각 변인 간의 상관 분석을 실시한 결과를 표 1에 제시하였다. 완벽주의는 각 영역과 차원별 완벽주의 성향 점수 간에 유의한 상관을 나타냈다. 자기 지향 완벽주의는 학업 영역과 대인관계 영역 완벽주의가 정적인 상관을 나타내었고($r=.671, p<.01$), 사회적으로 부과된 완벽주의 또한, 학업 영역과 대인관계 영역 완벽주의가 정적인 상관을 나타내었다($r=.746, p<.01$).

표 1. 주요 변인의 상관관계 분석

변인	1	2	3	4	5
학업 영역 자기 지향 완벽주의					
학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	.37**				
대인관계 영역 자기 지향 완벽주의	.67**	.32**			
대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	.27**	.75**	.34**		
심리적 안녕감	.21**	-.33**	.20**	-.35**	
주관적 안녕감	.04	-.24**	.09**	-.29**	.67**

** $p < .01$

반면, 자기 지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의는 영역에 걸쳐 서로 정적인 상관을 보였다. 학업 영역에서의 자기 지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의는 정적 상관을 나타냈다($r=.367, p<.01$). 대인관계 영역에서의 자기 지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의는 정적 상관을 나타냈다($r=.339, p<.01$). 학업 자기 지향 완벽주의와 대인관계 사회적으로 부과된 완벽주의($r=.269, p<.01$), 학업 영역에서의 사회적으로 부과된 완벽주의와 대인관계 자기 지향 완벽주의($r=.316, p<.01$) 모두 정적 상관을 나타냈다. 이는 완벽주의 차원이 완벽주의 영역에 무관하게 정적인 관계를 가진다는 것을 나타낸다.

행복감을 측정하기 위한 심리적 안녕감과 주관적 안녕감의 두 변인간의 정적인 상관

($r=.673, p<.01$)이 있었다. 완벽주의 영역과 차원에 따라 심리적 안녕감과 주관적 안녕감에 유의한 차이를 보였다. 학업과 대인관계 영역에서 자기 지향 완벽주의는 심리적 안녕감과 주관적 안녕감과는 정적 상관(**심리적 안녕감**: 학업 영역 $r=.212, p<.01$; 대인관계 영역 $r=.201, p<.01$; **주관적 안녕감**: 대인관계 영역 $r=.090, p<.01$)을 나타냈고, 학업 영역 자기 지향 완벽주의는 유의한 상관을 나타내지 않았다($r=.037, p>.289$). 학업과 대인관계 영역에서 사회적으로 부과된 완벽주의는 모두 부적 상관(**심리적 안녕감**: 학업 영역 $r=-.327, p<.01$; 대인관계 영역 $r=-.346, p<.01$; **주관적 안녕감**: 학업 영역 $r=-.243, p<.01$; 대인관계 영역 $r=-.291, p<.01$)을 나타냈다. 완벽주의 차원 중에서 자기 지향 완벽주의가 사회적으로 부과

표 2. 완벽주의 영역과 차원이 심리적 안녕감과 주관적 안녕감에 미치는 영향

종속변인	예인변인	<i>b</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>
심리적 안녕감	학업 영역 자기 지향 완벽주의	.992	.171	.240	5.803***	.283	80.942***
	학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-1.324	.220	-.278	-6.018***		
	대인관계 영역 자기 지향 완벽주의	.927	.172	.222	5.404***		
	대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-1.432	.234	-.278	-6.122***		
주관적 안녕감	학업 영역 자기 지향 완벽주의	.004	.051	.004	.087	.129	30.422***
	학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.113	.066	-.088	-1.729		
	대인관계 영역 자기 지향 완벽주의	.247	.051	.219	4.829***		
	대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.419	.070	-.302	-5.983***		

*** $p < .001$ (양방검증)

된 완벽주의에 비하여 행복감과 정적 상관을 나타내고, 사회적으로 부과된 완벽주의가 자기 지향 완벽주의에 비하여 행복감과 부적 상관을 나타낸다는 것은 선행 연구의 결과와 일치하는 것이다.

완벽주의 영역과 차원에 따라 행복감에 미치는 영향을 알아보기 위해서 영역별 자기 지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의를 예언변인으로, 행복감을 심리적 안녕감과 주관적 안녕감으로 나누어 각각 종속변인으로 표준화 중다회귀분석(Multiple Regression)을 실시하였다(표 2). 심리적 안녕감에 대한 회귀 분석에서는 학업 영역 자기 지향 완벽주의와 학업영역 사회적으로 부과된 완벽주의, 대인관계 영역 자기 지향 완벽주의, 대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의 모두 심리적 안녕감을 설명하는 요인이었다. 심리적 안녕감은 네 가지 요인에 의해 28.3%가 설명된다 [$R(4,822)=80.942, p<.001$]. VIF는 10이하로 다중공선성은 존재하지 않는 것으로 나타났다.

주관적 안녕감에 대한 회귀분석에서는 대인관계 영역 자기 지향 완벽주의와 대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의가 유의미한 예측변인이었으며, 이들을 설명하는 변량은 주관적 안녕감의 전체 변량의 12.9%로 나타났다 [$R(4,819)=30.422, p<.001$]. VIF는 10이하로 다중공선성은 존재하지 않는 것으로 나타났다.

완벽주의 영역과 차원에 따른 영향을 세부적으로 알아보기 위하여 심리적 안녕감 하위 차원에 대한 회귀분석을 실시하였다(표 3).

자기 수용 차원에 대한 회귀분석에서는 학업 영역 자기 지향 완벽주의와 **학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의, 대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의**가 유의미한 예측변인이었으며 [$R(4,822)=35.933, p<.001$], 이들

을 설명하는 변량은 자기 수용 차원 전체 변량의 14.9%로 나타났다.

환경적 지배 차원에서는 **학업 영역 자기 지향 완벽주의**와 학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의, 대인관계 영역 자기 지향 완벽주의, 대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의 모두가 유의미한 예측변인이었으며 [$R(4,822)=53.212, p<.001$], 이들을 설명하는 변량은 환경적 지배 차원 전체 변량의 20.6%로 나타났다.

개인적 성장 차원 또한 학업 영역 자기 지향 완벽주의와 학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의, **대인관계 영역 자기 지향 완벽주의**, 대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의 모두가 유의미한 예측변인이었으며 [$R(4,822)=41.957, p<.001$], 이들을 설명하는 변량은 개인적 성장 차원 전체 변량의 17.0%로 나타났다.

자율성 차원에서는 학업 영역 자기 지향 완벽주의와 **학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의**, 대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의가 유의미한 예측변인이었으며 [$R(4,822)=17.798, p<.001$], 이들을 설명하는 변량은 자율성 차원 전체 변량의 8.0%로 나타났다.

긍정적 대인관계 차원에서는 학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의와 대인관계 영역 자기 지향 완벽주의, **대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의**가 유의미한 예측변인이었으며 [$R(4,822)=70.419, p<.001$], 이들을 설명하는 변량은 긍정적 대인관계 차원 전체 변량의 25.5%로 나타났다.

삶의 목적 차원에서는 **학업 영역 자기 지향 완벽주의**와 학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의, 대인관계 영역 자기 지향 완벽주의가 유의미한 예측변인이었으며

[$R(4,822)=66.022, p<.001$], 이들을 설명하는 변량은 삶의 목적 차원 전체 변량의 24.3%로 나타났다.

심리적 안녕감의 하위 차원에서는 영역 및

차원 완벽주의에 따라 다른 설명량을 보이고 있으나, 각 차원의 특성을 살펴보면 각 영역과 차원의 완벽주의자들이 추구하는 행복감과 각기 다른 정의를 가늠하는데 도움이 될 것이

표 3. 완벽주의 영역과 차원이 심리적 안녕감에 미치는 영향(하위 차원)

종속변인	예언변인	<i>b</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>
자기 수용	학업 영역 자기 지향 완벽주의	.119	.046	.116	2.575*	.149	35.933***
	학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.264	.060	-.222	-4.425***		
	대인관계 영역 자기 지향 완벽주의	.079	.046	.076	1.697		
	대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.284	.063	-.222	-4.488***		
	학업 영역 자기 지향 완벽주의	.231	.037	.272	6.259***		
	학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.252	.047	-.258	-5.309***		
환경적 지배	대인관계 영역 자기 지향 완벽주의	.122	.037	.142	3.291**	.206	53.212***
	대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.209	.050	-.199	-4.152***		
	학업 영역 자기 지향 완벽주의	.154	.041	.168	3.775***		
	학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.227	.052	-.215	-4.328***		
개인적 성장	대인관계 영역 자기 지향 완벽주의	.214	.041	.231	5.230***	.170	41.957***
	대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.210	.056	-.185	-3.771***		
	학업 영역 자기 지향 완벽주의	.097	.031	.147	3.152**		
	학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.133	.040	-.175	-3.356**		
자율성	대인관계 영역 자기 지향 완벽주의	.045	.031	.067	1.448	.080	17.798***
	대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.109	.042	-.133	-2.577*		

(계속)

종속변인	예언변인	<i>b</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>
긍정적 대인관계	학업 영역 자기 지향 완벽주의	.013	.043	.013	.299	.255	70.419***
	학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.126	.056	-.106	-2.252*		
	대인관계 영역 자기 지향 완벽주의	.347	.044	.333	7.961***		
	대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.548	.059	-.427	-9.218***		
	학업 영역 자기 지향 완벽주의	.366	.039	.402	9.464***		
	학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.309	.050	-.294	-6.208***		
삶의 목적	대인관계 영역 자기 지향 완벽주의	.129	.039	.141	3.334**	.243	66.022***
	대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의	-.074	.053	-.065	-1.402		

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$ (양방향검증)

다. 학업 영역 자기 지향 완벽주의는 삶의 목표와 방향 감각을 갖고 있고, 외적인 행동을 계획하고 통제하는 능력이 있을 때 심리적 안녕감을 경험한다(삶의 목적, 환경적 지배 차원). 학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의는 자신과 스스로의 수행에 대해 만족하지 못하고, 타인의 기대와 평가에 예민하여 타인의 판단에 의지하기 쉽다(자기 수용, 자율성 차원). 대인관계 영역 자기 지향 완벽주의는 자신이 성장하고 발전되어 감을 느끼며, 자신을 보다 잘 이해하고 활용하는 방향으로 변화되는 것에서 안녕감을 경험한다(개인적 성장 차원). 대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의는 학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의와 마찬가지로 수행에 대한 불만족과 함께 타인과의 밀접하고 신뢰로운 관계 경험에 대한

결핍감을 경험한다(자기 수용, 긍정적 대인관계 차원).

논 의

지금까지 완벽주의의 차원과 영역이 행복감에 미치는 영향을 알아보았다. 본 연구의 주요 결과를 요약하고 이와 관련된 논의사항 및 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다.

본 연구에서는 연구대상자인 대학생들의 삶에서 발달적으로 중요한 영역인 대인관계 영역과 학업 영역에서의 완벽주의 성향을 나누고(완벽주의 영역), 다차원적 완벽주의 척도로 측정된 자기 지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의 차원(완벽주의 차원)으로 나누

에서 각각의 완벽주의 영역과 차원이 행복감에 미치는 영향을 살펴보았다. 행복감은 자기 실현적 관점인 심리적 안녕감과 쾌락주의적 관점인 주관적 안녕감으로 나누어서 보았다.

두 관점의 행복감을 설명하는 완벽주의 영역과 차원의 설명력을 비교한 결과, 두 관점의 행복감의 결과가 다르게 나타났다. 주관적 안녕감에서는 대인관계 영역 완벽주의가 주관적 안녕감을 가장 많이 설명하였다. 대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의는 자신의 삶에서 만족감을 적게 느끼고, 긍정 정서를 적게 경험하며, 부정 정서를 많이 경험할 것이라 볼 수 있다. 그에 반해, 대인관계 영역 자기 지향 완벽주의는 자신의 삶에 대하여 만족감을 느끼고, 긍정 정서를 많이 경험하며, 부정 정서는 적게 경험할 것이다. 이는 영역 특정한 완벽주의에 대한 결과라기보다는, 사회적으로 부과된 완벽주의가 주관적 안녕감과 부적 상관을 보이고, 타인의 평가 등 정서적인 요인에 영향을 받고, 자기 지향 완벽주의가 주관적 안녕감과 정적 상관을 보이는 선행연구와 일치하는 결과이다(김계주, 임태희, 2010; 하정희, 장유진, 2011; 한기연, 1993).

하지만, 심리적 안녕감을 설명하는 예언변인으로 완벽주의의 영역 중 학업 영역이 포함된 반면, 주관적 안녕감을 설명하는 예언변인에는 완벽주의의 학업 영역이 포함되지 않았다는 점은 주목할 만하다. 이것은 완벽주의 성향이 긍정 정서가 많고, 부정 정서가 적은 '쾌'의 심리를 넘어서, 자기실현적인 관점의 행복으로서 목표를 성취하고, 개개인의 특유한 잠재력을 개발할 때 행복함을 더 느낀다고 가정해볼 수 있다.

심리적 안녕감의 하위 차원의 특성으로 살펴보면, 학업 영역 자기 지향 완벽주의는 삶

의 목표와 방향 감각을 갖고 있고, 외적인 행동을 계획하고 통제하는 능력이 있을 때 행복감을 경험하는 반면에, 학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의는 자신과 스스로의 수행에 대해 만족하지 못하고 삶의 목적을 찾는 데 어려움을 경험할 것이라고 예측할 수 있다. 이는 학업 영역에서 느낄 수 있는 업무에서의 능력, 성취감 등이 삶의 방향성을 정하고, 삶의 목적을 갖는데 중요한 요소이기 때문이라고 볼 수 있다. 대인관계 영역 자기 지향 완벽주의는 자신이 성장하고 발전되어 감을 느끼며, 자신을 보다 잘 이해하고 활용하는 방향으로 변화되는 것에서 안녕감을 경험하여, 자신의 긍정적인 면과 부정적인 면을 이해하여 받아들이고, 성장하는 원동력으로 삼을 수 있을 것이다. 이에 반해, 대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의는 학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의와 마찬가지로 수행에 대한 불만족과 함께 타인과의 밀접하고 신뢰로운 관계 경험에 대한 결핍감을 경험한다고 볼 수 있다.

본 연구가 갖는 의의는 다음과 같다. 첫째, 국내에서 완벽주의에 관한 연구들이 많이 이루어지고 있는데, 대개는 한 개인이 가지는 특정한 사회적 역할 또는 한 가지 삶의 영역에서 완벽주의 성향이 미치는 영향과 그와 관련된 적응 지표들의 관계들을 본 연구들이 대다수였다(이현주, 손원숙, 2013; 함경애 등, 2012). 이에 본 연구에서는 완벽주의가 영향을 미치는 두 가지 이상의 삶의 영역과 완벽주의 차원을 구분하고, 그에 따른 행복감의 차원을 심리적 안녕감과 주관적 안녕감으로 구분하여 함께 보았다. 본 연구에서는 완벽주의가 적응적인가, 부적응적인가의 물음에서 더 나아가 완벽주의를 보이는 삶의 영역들을 설정하고,

그에 따른 심리적 안녕감과 주관적 안녕감에 미치는 영향을 통하여 완벽주의에 대한 또 다른 관점을 제시하였다. 완벽주의에 대한 새로운 조망이 오히려 넓게 확장되어 수렴되지 않은 완벽주의의 정의에 혼란을 가중시킬 수 있는 점이 있을 수 있다. 하지만 이러한 시도로 완벽주의에 대한 새로운 전환점이 되어 완벽주의에 대한 체계적인 이해를 돕고자 하였다.

둘째, 본 연구에서는 행복을 두 관점으로 나누어서 살펴보고, 행복의 여러 차원 중에서도 완벽주의자가 경험하는 행복감의 차원을 탐색하였다. 이는 상담 장면에서 완벽주의 성향의 적응적인 부분을 탐색할 때에 유용하게 사용될 것으로 보인다. 완벽주의 대학생이 완벽주의 성향을 보이는 삶의 영역과 완벽주의 차원을 밝히고, 그에 따른 심리적 안녕감의 하위 차원들을 고려하여 상담 목표를 설정하고 개입한다면, 완벽주의에 대한 구체적이고 세부적인 사례개념화 및 개입방식에 도움이 될 것이다. 내담자가 학업 영역 자기 지향 완벽주의일 경우, 삶의 목표와 방향 감각을 가지고, 외적인 행동을 계획하고 통제하는 능력이 있을 때 심리적 안녕감을 경험할 것이다. 학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의라면 자신의 수행과 관련하여 수용하는 데 어려움을 느끼고 타인의 평가에 예민하여 평가 장면에서 취약한 모습을 드러낼 가능성이 높다. 대인관계 영역 자기 지향 완벽주의일 경우, 자기성장과 자기이해를 위한 노력을 할 때 안녕감을 경험할 수 있다. 대인관계 영역 사회적으로 부과된 완벽주의라면 학업 영역 사회적으로 부과된 완벽주의와 마찬가지로 수행에 대한 불만족을 드러내기는 하지만, 타인과의 밀접하고 신뢰로운 관계 경험에 대한 결핍감을 느낄 수 있다. 이에 상담자는 내담자가 완

벽주의를 추구하는 삶의 영역을 구체화하고, 완벽주의 성향 추구로 인해 경험할 수 있는 강점과 취약한 점을 확인할 수 있을 것이다. 내담자가 경험하는 개인의 수행 불만족과 대인관계로 인한 좌절, 평가불안 및 자기 수용의 어려움 등에 대하여 상담자는 선택적 주의를 두고 상담을 진행하는 것이 내담자에 대한 보다 깊은 차원의 공감을 가능하게 하고, 내담자의 삶의 질을 높이는데 도움이 될 것이다.

마지막으로 본 연구가 가지고 있는 제한점과 앞으로의 연구를 위한 과제는 다음과 같다. 첫째, 영역별 완벽주의를 측정하는 데 적절한 척도가 개발되지 않아, 기존 개발되었던 다차원적 완벽주의 척도를 사용하여 설문 응답자에게 삶의 영역을 제시하여 측정하였다. 그리하여, 측정하고자 하는 것을 정확히 측정하는 데 어려움이 있었다. 후속 연구에서는 본 연구에서 밝혀진 결과를 토대로 영역별 완벽주의를 측정할 수 있는 새로운 척도를 개발하고 그 타당성을 검증하는 과정이 필요할 것이다.

둘째, 연구 대상자가 대학생에 국한되어 있어 본 연구의 결과를 일반화시키는 데는 한계가 있다. 또한, 완벽주의 성향을 보이는 영역을 대인관계, 학업 영역 외의 다른 삶의 영역을 고려해보아야 할 것이다. 따라서 완벽주의로 심리적 문제를 경험하고 있는 임상적 집단을 포함하여 다양한 영역에서는 어떠한 양상을 보이는지 살펴보는 것이 필요할 것이다.

참고문헌

- 고은영, 최바울, 이소연, 이은지, 서영석 (2013). 사회부과적 완벽주의와 자살사고의 관계: 자기비난과 심리적 극통의 매개효과. 한국

- 심리학회지: 상담 및 심리치료, 25(1), 63-81.
- 김경민 (2011). 대학생의 낙관성과 행복추구경향이 심리적 안녕감에 미치는 영향. 고려대학교 석사학위논문.
- 김계주, 임태희 (2010). 경호무도 수련자의 다차원적 완벽주의 성향이 주관적 안녕감에 미치는 영향. 대한무도학회지, 12(3), 311-325.
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). 심리적 안녕감의 구성개념분석: 한국 성인 남녀를 대상으로. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 15(2), 19-39.
- 김윤희, 서수균 (2008). 완벽주의에 대한 고찰: 평가와 치료. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(3), 581-613.
- 김지운, 이동귀 (2013). 대학생의 사회부과 완벽주의와 주관적 안녕감의 관계에서 무조건적 자기수용과 자기개념 명확성의 매개효과 검증. 상담학연구, 14(1), 63-82.
- 김지정 (2011). 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의. 부산대학교 석사학위논문.
- 김지훈 (2011). 완벽주의 성향과 자기효능감이 대인관계기술에 미치는 영향. 대구가톨릭대학교 석사학위논문.
- 박현주 (1999). 기능적 완벽주의 집단과 역기능적 완벽주의 집단의 구분 및 특성 연구. 서울대학교 석사학위논문.
- 서은국, 구재선, 이동귀, 정태연, 최인철 (2010). 한국인의 행복 및 정신건강 지수: 한국인의 행복 지수와 그 의미. 한국심리학회 연차학술대회 논문집.
- 성주희 (2011). 대학생의 완벽주의 성향과 주관적 안녕감의 관계에서 자아탄력성과 성취동기의 매개효과검증. 명지대학교 석사학위논문.
- 성주희, 홍혜영 (2012). 대학생의 완벽주의 성향과 주관적 안녕감의 관계에서 자아탄력성과 성취동기의 매개효과 검증. 상담학연구, 13(1), 325-340.
- 송창호 (2010). 영역별 완벽주의 성향과 자기효능감 및 대학생활적응 간의 관계. 연세대학교 석사학위논문.
- 심현경 (2011). 부적응적 완벽주의와 책임귀인이 우울과 분노에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 이미화 (2001). 완벽주의 성향의 순기능과 역기능: 성취목표, 스트레스, 심리적 안녕감, 우울과 관련하여. 한양대학교 석사학위논문.
- 이정숙 (2010). 완벽주의가 삶의 만족도에 미치는 영향: 인정욕구, 자기강화, 성공-실패경험의 매개역할. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 이현주, 손원숙 (2013). 고등학생의 자기지향과 타인지향·사회부과 완벽주의가 자기조절 학습 및 시험불안에 미치는 효과. 한국심리학회지: 학교, 10(1), 219-239.
- 임소영 (2009). 대학생들의 완벽주의적 비합리적 신념, 학업적 지연행동과 주관적 안녕감과 관계. 국민대학교 석사학위논문.
- 전명임 (2009). 다차원적 완벽주의와 우울, 주관적 안녕감 감의 관계에서 사회적 유대감의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 하정희, 장유진 (2011). 대학생들의 완벽주의 성향과 주관적 행복감 및 사회적지지 제공의 관계: 사회적 지지수혜의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(2), 427-449.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성: 개념, 측정 및 부적응. 고려대학교 박사학위논문.
- 함경애, 김미옥, 최영옥, 천성문 (2012). 교사의 다차원적 완벽주의와 행복의 관계에서 사

- 회적 문제해결능력 및 직무스트레스의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 학교*, 9(1), 111-132.
- 허현정 (2004). 완벽주의 성향이 주관적 안녕감에 미치는 영향: 열등의식을 매개변인으로. 연세대학교 석사학위논문.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 34-51.
- Chang, E. C., Watkins, A. F., & Banks, K. H. (2004). How Adaptive and Maladaptive Perfectionism Related to Positive and Negative Psychological Functioning: Testing a Stress-Mediation Model in Black and White College Students. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 93-102.
- Chow, G. S-Y. (2002). The cultural context of perfectionism and psychological outcome: Investigating a stress-mediated model with asian american and european american students. *Doctoral Dissertation. The University of Michigan. Michigan, USA.*
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 545-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Dunn, J. G. H., Gotwals, J. K., & Causgrove Dunn, J. (2005). An examination of the domain-specificity of perfectionism among intercollegiate student-athletes. *Personality and Individual Differences*, 38, 1439-1448.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and Maladjustment: An Overview of Theoretical, Definitional, and Treatment Issues. In G. L. Flett & P. L. Hewitt(Eds.), *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment* (pp.5-32). Washington, DC: American Psychological Association.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). The multidimensional of perfectionism scale: reliability, validity and psychometric properties in psychiatric samples. *Psychological assessment, A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3.
- Kahneman, D., Diener, E., & Schwartz, N. (Eds). (1999). Well-being: The foundations of hedonic psychology. *New York: Russell Sage Foundation.*
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental Illness and/or Mental Health? Investigating Axioms of the Complete State Model of Health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539-548.
- McArdle, S. (2010). Exploring Domain-Specific Perfectionism. *Journal of Personality*, 78(2), 493-508.
- Michelson, J. K., & Burns, L. R. (1998). Career Mothers and Perfectionism: Stress at Work and at Home. *Personality and Individual Differences*, 25, 477-485.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it?: Explorations on the meaning of

- psychological wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revised. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Seligman, M. E. P. (1996). 낙관성 훈련(상, 하)[*Learned Optimistic New York: Knopf*]. (박노용, 김혜성 역). 서울: 오리진(원전은 1991년 편찬).
- Slaney, R. B., & Ashby, J. S. (1996). Perfectionists: Study of criterion group. *Journal of Counseling and Development*, 74, 393-398.
- Steve R. B., & Marie K. C. (2009). 긍정심리학 [*Positive Psychology*]. (안신호 등 역). 시그마프레스(원전은 2008년 편찬).
- Stoeber, J., & Stoeber, F. S. (2009). Domains of Perfectionism: Prevalence and Relationships with Perfectionism, Gender, Age, and Satisfaction with Life. *Personality and Individual Differences*, 46, 530-535.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrast of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678-691.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegan, A. (1988). Development and validation of brief measure of positive and negative affect: The PANAS Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.

원 고 접 수 일 : 2013. 10. 16

수정원고접수일 : 2014. 01. 10

게 재 결 정 일 : 2014. 02. 17

The Effects of Dimension and Domain-specific Perfectionism on the Happiness

So-Yeon Jin

Su-Gyun Seo

Pusan National University, Department of Psychology

This study was conducted to investigate the effects of perfectionism domains and dimensions on happiness. For this purpose, a sample of 827 college students was asked to complete Multidimensional Perfectionism Scale, Psychological Well-Being Scale(PWBS), and Happy Indicator. The data were analyzed by correlation and multiple regression. A correlation analysis showed significant correlations between Domain-specific Perfectionism and Dimension Perfectionism, and, in particular, the positive collection between self-forward perfectionism and happiness. Additionally, a multiple regression analysis exhibited that Academic Domain-specific Perfectionism predicted the levels of the Purpose of life, Environmental Controls, and Autonomy. Interpersonal Domain-specific Perfectionism forecasted the levels of the Personal Growth, and Positive Interpersonal Relationships. Finally, Interpersonal Domain-specific Perfectionism showed the high explanation regarding the Happy Indicator. Based on these results, the implications and limitations of this study are discussed.

Key words : *Domain-specific perfectionism, happiness, psychological well-being, happy*