



17C의 한 일화에 따르면, 한 성직 수련자가 학식과 경험이 많은 노성직자에게, ‘청중을 일깨워 변화시키기 위해 가장 유용하면서도 효과적인 주제가 무엇인지’를 묻자, 노성직자는 이에 “procrastination”이라 답했다고 한다. 지연행동(procrastination)은 시공간을 초월하여 오늘에 이르기까지 많은 사람들이 경험해 오고 있는 매우 보편적인 행동으로 여겨진다. 미국의 한 연구결과에 따르면, 성인의 약 15~20% 정도가 만성적인 지연행동을 보인다고 하며, 특별히 어떤 문제가 있는 학생이 아닌 보통학생들의 경우에도 그들이 매일 해야 할 일들의 약 1/3 정도에서 지연행동을 보인다고 한다 (Steel, 2003).

이러한 지연행동이 경우에 따라, 과제를 시작하는데 있어 남들보다 더 강한 자극이 필요한 사람들에게 있어 자기-동기화 전략으로 유용하게 사용되는 듯도 보이나, 많은 경우, 부적응적인 결과를 초래한다는 연구결과를 어렵지 않게 찾을 수 있다. Burka와 Yuen(1983)에 따르면, 지연행동을 많이 보이는 사람들이 내적으로는 비합리성, 후회, 절망, 자기비난 등에 시달리고, 외적으로는 학업성적이 낮거나 직장내에서의 기회를 잃는 등의 결과를 초래하는 것으로 나타난다. Solomon과 Rothblum (1984)의 대학생들을 대상으로 한 연구에서도 학업지연행동을 많이 보일수록 우울과 불안, 비합리적인 신념 수준이 높고 자존감이 낮은 것으로 보고되었다. 이외에도 사회적 불안을 야기하며, 만성적인 지연행동은 자존감, 자기-확신, 자기통제와 부적인 상관관계가 있고, 역기능적인 충동성, 우울, 불안과는 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다(Ferrari 1991; Ferrari 2000).

이처럼 다양한 심리적 부적응과 밀접한 관련을 보이는 지연행동과 그에 유의한 영향을

미치는 심리·사회적 요인들과의 관계를 밝히는 연구들은 지연행동을 보이는 사람들에 대한 이해 및 그들을 위한 심리적 개입에 있어 유용할 것으로 보인다.

이러한 지연행동에 대한 이론적 접근을 간단히 살펴보면, 정신분석적·정신역동적 이론에서는 억제된 무의식적 욕구에 대한 방어기제로서, 행동주의 이론은 강화된 행동, 인지-행동 이론에서는 비합리적인 인지도식으로 각각 지연행동을 설명하고 있다.

그 가운데, 인지-행동적 이론을 좀더 살펴보면, 간단하지만 설득력 있는 역사를 갖고 있는데, 여기에서는 주로 비합리적인 신념, 자기진술과 사적인 자의식, 통제소재와 학습된 무기력, 비합리적인 완벽성향과 같은 개념들이 주로 논의되며, 그 중에서 특히 비합리적인 신념과 완벽성향에 주목한다. Ellis와 Knaus (1977)는 가장 처음 인지-행동적으로 지연행동을 설명하였는데, 그들은 임상적 경험을 바탕으로 지연행동을 비합리적인 두려움, 자기비판과 관련지었다. 그들에 의하면, 지연행동자들은 과제를 완성하는데 필요한 그들의 능력에 대해 종종 확신하지 못하기 때문에 과제시작을 미룬다는 것이다. 지연행동에 있어 그러한 비합리적 두려움의 핵심은 무엇이 과제성취를 적절하게 만드는지에 대한 개념이 잘못되어 있다는 것에 있다. 즉, 그들의 기준이 너무 높아 실패가 필연적이라는 것이다. 이러한 실패에 대한 정서적 경험을 회피하기 위해 지연행동을 하는 사람들은 과제가 만족스럽게 완성될 수 없을 만큼의 시간이 남을 때까지 과제의 시작을 미루게 되는 것으로 설명하고 있다.

이러한 지연행동을 설명하기 위해 다양한 심리적 변인들이 연구되어 왔는데, Steel(2003)

의 상위분석(meta-analysis) 연구에 따르면, 비합리적인 신념, 자기약점화(self-handicapping), 우울, 감각추구, 충동성은 지연행동과 정적인 상관을 보이며, 자기효능감, 자기통제/자기훈련, 조직화, 성취동기는 강한 부적 상관을 보이는 것으로 나타났다.

앞서 인지-행동적 이론적 접근에서 언급했듯이 완벽주의 성향은 이러한 여러 변인들 가운데 지연행동을 설명하기 위한 변인으로서 많은 연구들에서 시도되어 왔으며, 이러한 완벽주의 성향과 지연행동의 관련성은 정신장애의 진단 및 통계 편람(Diagnostic AND Statistical Manual OF Mental Disorder: DSM-IV)의 한 진단 준거로 ‘일의 완수를 방해하는 완벽주의’가 명시되어 있는 부분이나 Pacht(1984)의 사례-지연행동으로 인해 박사학위를 취득하지 못한 한 남자-등 임상관찰로부터 어렵지 않게 찾아볼 수 있다.

1990년대 들어 Hewitt과 Flett(1989), Frost, Marten, Lahart와 Rosenblate(1990)에 의해 다차원적 완벽주의 척도가 개발된 이후, 지연행동과 완벽주의 성향간의 관계를 입증하는 연구들이 이어졌는데, Frost 등(1990)의 연구에 의하면, 사회적으로 부과된 완벽주의(Socially prescribed perfectionism)가 대체로 지연행동과 관련이 있는 것으로 나타났다. 특히, 사회적으로 부과된 완벽주의 성향은 일반적 지연행동, 학업적 지연행동의 빈도, 그리고 그것을 문제로 받아들이는 정도, 실패에 대한 두려움과 정적 상관관계를 보였으며, 남자의 경우, 더욱 분명히 나타났다. 그리고 자기지향적인 완벽주의(self-oriented perfectionism)의 경우, 다차원적 완벽주의 척도와 Burns의 단일 완벽주의 척도의 점수비교를 통해 지연행동의 본질에 대한 중요한 잠재적 통찰이 가능하였다. 이 연구에서

지연행동이 Burns의 완벽주의 척도와는 유의미한 정적 상관관계를 보인 반면, 다차원적 완벽주의 척도의 자기지향적 완벽주의와는 전혀 유의한 상관관계를 보이지 않는 것으로 나타났는데, Hewitt과 Flett(1990, 1991b)은 이러한 차이를 다차원적 완벽주의 척도가 Burns 척도에서 부족한 동기와 관련된 내용을 포함하기 때문이라고 보았다. 즉, 높은 기준을 가진 개인이 그러한 기준을 성취하기 위해 적극적으로 노력한다면 지연행동이 나타나지 않고, 완벽한 수행에 가치는 두면서 이러한 기준에 도달하기 위한 본질적인 동기와 자기결심이 부족한 개인에 의해서만 지연행동이 나타난다고 보았다.

또한 Martin과 Flett, Hewitt(1993)의 연구에서는 사회적으로 부과된 완벽주의는 더 높은 지연행동과, 자기지향적 완벽주의는 더 낮은 지연행동과 관련있는 것으로 나타났으며, 타인 지향적 완벽주의 성향은 지연행동과 유의한 상관관계를 보이지 않았다.

Frost(1990)는 다차원적 완벽주의 척도를 개발한 이후, Solomon과 Rothblum의 학업지연행동 척도를 사용한 연구에서 완벽주의 척도에 대한 요인분석을 통해 실수에 대한 염려, 조직화, 부모의 비판, 개인의 기준, 의심, 부모의 기대 요인을 추출하였다. 이러한 6개의 요인들 가운데 ‘개인의 기준’을 Hewitt 등(1989)의 완벽주의 차원 중 자기지향적 완벽주의와, 아울러 ‘부모의 비판’과 ‘부모의 기대’를 사회적으로 부과된 완벽주의와 유사개념으로 대응시켜, 각각 지연행동과 관련하여 어떤 양상을 나타내는지에 대해 살펴보았는데, 역시 자기 지향적 완벽주의와 유사개념으로 본 ‘개인의 기준’은 부적 상관관계를, 사회적으로 부과된 완벽주의와 유사한 개념으로 본 ‘부모의 비판

과 기대'는 지연행동과 정적 상관관계를 보였다.

아울러 Sadder(1993)는 Hewitt 등(1989)에 의해 개발된 다차원적인 완벽주의 척도와 Aitken Procrastination Inventory에 의해 개발된 대학생 생활 전반에 걸친 지연행동을 측정하는 척도를 함께 실시한 연구에서, 사회적으로 부과된 완벽주의만이 지연행동과 정적 상관관계가 있다는 결과를 보고하였다.

1990년대 후반부터는 국내에서도 지연행동과 관련해 이러한 다차원적 완벽주의 척도를 이용한 연구들이 이루어져왔다. 그 결과, 자기 지향적 완벽주의 성향은 대부분 지연행동과 부적 상관을 일관되게 보고하고 있으며(김연실, 2000; 박재우, 1998; 윤숙경, 1996; 이은정, 2002), 사회적으로 부과된 완벽주의 성향은 윤숙경(1996)과 박재우(1998)의 연구에서는 정적 상관을 보인 반면, 일부 연구에서 아무 상관 없다는 결과를 보고하고 있다(김연실, 2000; 이은정, 2002).

이상의 국내외의 연구결과들은 완벽주의에 대해 일차원적인 구성개념을 사용하든 다차원적인 구성개념을 사용하든, 앞서 이론적 접근이나 임상적 경험에서 완벽주의 성향이 지연행동에 정적 영향을 미칠 것이라는 예상과는 다소 다른 결과들을 보이고 있으며, 아울러 그 연구결과들 간에 서로 불일치하는 경향을 보이고 있다.

이에 본 연구에서는 완벽주의 성향이 지연행동에 미치는 영향에 대해 그 유의성과 방향성을 다시 한 번 확인하고자 하며, 이를 독립변인과 종속변인간의 맥락효과(자기보고식 질문지의 경우, 응답자들이 독립변인과 종속변인에 관한 질문지를 동시에 작성할 때 두 변인간의 관계를 유추하여 응답하는 성향)를 제거한 상태에서 살펴보고자 한다.

또한 이러한 비일관된 연구결과들이 또 다른 요인에 의한 영향은 아닌지 살펴볼 필요가 있어 보이는데, 앞서 Hewitt과 Flett(1990, 1991b)이 완벽주의 성향이 지연행동에 미치는 영향에 있어 동기수준과의 관련성을 언급한 바 있고, Steel(2003)의 상위분석(meta-analysis) 결과, 성취동기가 지연행동과 강한 부적 상관을 갖는다는 점에 착안하여 완벽주의 성향 외에 지연행동을 설명할 수 있는 변인으로서 학업동기를 함께 고려해 보고자 한다.

기본적으로 동기라는 것은 인간이나 동물로 하여금 어떤 목적을 향하여 특정한 행동을 취하도록 유도하는 상태(Morgan, 1976)를 말한다. 이러한 동기는 어떤 특정한 목표를 향해 에너지를 동원하는 것이며, 이러한 힘의 작용에는 반드시 역동적인 측면과 방향이 포함된다.

이러한 동기수준이 지연행동에 미치는 영향과 관련한 연구 가운데, Schouwenburg(1992a)의 연구를 살펴보면, 이는 특히 학업과 관련하여 동기관련 학업문제가 학업적 지연행동에 미치는 영향에 대한 연구로, Herman(1977)에 의해 개발된 동기관련 학업문제 질문지(motivation-related Study Problems questionnaire)를 사용하였다. 동기관련 학업문제 척도에 대해 요인 분석을 실시하여 다음의 세 가지 요인을 추출하였고, 세 가지 요인에 대해 각각 학업에 대한 극기심(work discipline), 실패에 대한 두려움(fear of failure), 학업에 대한 흥미도(study interest)라 명명하였다. 일주일 동안에 학업지연행동(Academic Procrastination State Inventory: APSI)을 보인 정도와 일주일 동안의 평균 공부시간의 정도를 각각 세 단계로 나누어 연구하였다. 각각의 세 단계에서 위의 세 요인 수준이 높고 낮은 집단에 따라 어떤 차이를 보이는지에 대한 연구결과, 세 요인 가운데 학업에 대한

극기심이 지연행동과 유의미한 상관을 보였으며, 학업에 대한 극기심이 낮을 경우(low work discipline), 지연행동의 수준이 유의미하게 더 높고, 공부하는데 들인 시간의 양도 더 적게 나타나는 것으로 보고함으로써 학업에 대한 극기심이 지연행동을 설명하는 유용한 변수가 될 수 있음을 시사하였다.

이에 본 연구에서는 Herman(1977)의 동기관련 학업문제 질문지를 통해 학업동기를 간접적으로 측정하고, 이와 지연행동과의 관계를 살펴보고자 하며, 학업동기의 수준에 따라 완벽주의 성향이 지연행동에 미치는 영향이 어떻게 달라지는지를 알아보하고자 한다.

본 연구의 가설을 제시하기에 앞서, Ferrari, Johnson과 McCown(1995)은 아직까지 지연행동에 대한 표준적인 정의가 존재하지 않는 만큼 이와 관련한 연구에서는 ‘지연행동’에 대한 정의를 밝히는 것이 반드시 필요하다고 보았다. 본 연구에서는 개인의 주관적인 고통의 개념을 포함한 Solomon과 Rothblum(1984)의 ‘주관적인 불편함을 겪으면서까지 불필요하게 과제를 미루는 것’을 지연행동의 정의로 보고, 이들이 개발한 척도를 사용하여 학업적 지연행동을 측정하고자 한다. 더불어 우리가 흔히 말하는 완벽주의 성향에 가장 가까운 속성을 포함하는 개념이 자기지향적 완벽주의로 볼 수 있는 바, 본 연구에서는 다차원적인 완벽주의 성향 가운데 자기지향적 완벽주의 성향이 지연행동에 미치는 영향을 중심으로 살펴볼 것이다.

앞서 제시된 이론적 배경 및 보고되는 임상적 관찰 등을 배경으로, 본 연구에서의 가설은 다음과 같다.

**가설.** ‘완벽주의 성향이 높을수록 지연행동은 증가할 것이다. 학업동기수준이 낮으면 그

정도는 더욱 심할 것이다.’

## 방 법

### 연구대상

서울 Y대학교 심리학 교양과목 및 전공과목을 수강하는 학생들과 공과계열의 전공과목을 수강하는 대학생 600명이 참여하였다. 두 설문에 모두 참여한 최종 연구대상은 382명(남자=187명(49%), 여자=195명(51%), 연령범위: 만 18세~29세, 평균 연령=만 21세)이었다.

### 측정도구

#### 다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: MPS)

Hewitt과 Flett이 1991년에 개발한 것으로 7점 척도로 총 45문항으로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 완벽주의 성향이 더 높음을 의미한다. 본 연구에서는 한기연(1993)이 번역한 내용을 기초로 일부 수정하였으며, 원 척도에서 구성된 소척도를 사용하였다. 전체척도에 대한 신뢰도 계수(Cronbach  $\alpha$ )는 .91, 하위 차원별 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의 신뢰도 계수는 각각 .90, .80, .78로 나타났다.

#### 동기관련 학업문제 질문지(Motivation-related Study-Problems Questionnaire)

Herman(1977)이 개발한 학업-문제 질문지로 총 20문항의 5점 척도로 구성되어 있으며, 동기 관련 학업 문제점을 측정하기 위해 고안된

자기 보고식 질문지이다. 동기와 관련된 학업 문제가 많다는 것은 곧 학업에 대한 동기가 잘 형성되어 있지 못한 것이므로, 이 질문지의 전체 점수가 높을수록 학업동기수준이 낮고, 전체점수가 낮을수록 학업동기수준은 높은 것으로 볼 수 있다.

이 질문지는 본 연구자가 번역한 것을 한국어가 가능한 원어민과 해외 거주 7년의 경험이 있는 전문번역가 각각에게 역번역 과정을 거친 후 사용한 것으로 본 연구에서 .77의 신뢰도(Cronbach  $\alpha$ )를 보고하였다.

#### 지연행동 척도(Procrastination Assessment Scale-Students: PASS)

지연 특성을 평가하기 위해 Solomon과 Rothblum(1984)이 개발한 학생용 지연 특성 평가 척도이다. 5점 척도로 12문항으로 이루어져 있으며, 점수가 높을수록 지연특성이 높다는 것을 나타낸다. 본 연구에서는 윤숙경(1996)이 번역한 것을 사용하였으며, 문항 전체에 대한 신뢰도 계수(Cronbach  $\alpha$ )는 .86, 지연행동의 빈도와 원인에 대한 신뢰도 계수는 각각 .75, .85를 보고하였다.

#### 절차

본 연구에 사용한 모든 설문은 학생과 교수의 동의하에 심리학과 교양과목 및 전공과목, 혹은 공과계열 전공과목 수업시간에 실시되었다. 연구자가 학생들에게 연구의 목적 및 설문지 작성 방법을 알려주고 직접 실시하였으며, 독립변인과 종속변인간의 맥락효과를 없애기 위해 독립변인에 해당하는 완벽주의 성향 및 학업동기관련 문제에 관한 질문지를 실시한 뒤 2주 후에 종속변인에 해당하는 지연

행동에 관한 질문지를 실시하였다.

#### 분석

응답자들의 전반적인 기술통계와 상관분석 및 회귀분석을 위해 SPSS 11.5를 사용하였다. 주요변인들간의 상관을 알아보기 위해 Pearson correlation을 사용하였고, 각 변인들의 학업적 지연행동에 대한 영향을 알아보기 위해 중다회귀 분석방법(multiple regression)을 사용하였다.

예측되는 두 변인간의 상호작용 및 각 변인들의 지연행동에 대한 유의성을 알아보기 위한 중다회귀 분석결과로부터 두 변인간의 다중공선성(multicollinearity)의 문제가 나타나(VIF >10) 종속변인을 제외한 나머지 변수들에 대해 평균중심화(mean centering) 작업 후, 재분석하였으며, 이 때, 상호작용항은 각각의 평균중심화된 변인들의 곱항으로 계산하였으며, 회귀모형의 회귀계수는 비표준화된 계수를 사용하여 해석하였다(이상의 회귀분석은 '08년 홍세희·이동귀 교수 공동통계 워크샵' 내용을 참조함).

#### 결 과

##### 주요 변인들간의 상관분석

자기지향적 완벽주의 및 동기관련 학업문제, 학업적 지연행동의 평균 및 표준편차와 각 변인들의 상관계수를 표 1에 제시하였다. 동기관련 학업문제는 학업적 지연행동과 통계적으로 유의한 정적 상관을,  $r = .380, p < 0.01$ , 자기지향적 완벽주의 성향과는 통계적으로 부적 상관을 보였으며,  $r = -.146, p < 0.01$ , 동기관

표 1. 주요 변인들의 평균 및 표준편차와 상관분석 결과

	1	2	3	4	5	6	7
1. 성별	1.00						
2. 학년	-.037	1.00					
3. 전공	-.006	-.083	1.00				
4. 연령	-.334**	.736**	-.064	1.00			
5. 자기지향적 완벽주의	.050	-.097	.041	-.081	1.00		
6. 동기관련 학업문제	-.096	-.026	.031	.001	-.137**	1.00	
7. 학업적 지연행동	.000	-.129**	.064	-.132**	-.146**	.380**	1.00
M	1.510	2.740	4.330	21.480	73.058	57.503	35.227
(SD)	(.501)	(.998)	(2.354)	(2.280)	(13.494)	(9.442)	(5.693)

\*\* $p < .01$

런 학업문제에 대해서는 자기지향적 완벽주의가 통계적으로 유의한 부적 상관을 보였다,  $r = -.137, p < 0.01$ . 이외 연령 및 학년은 모두 학업적 지연행동과 부적 상관을 보였다,  $r = -.129, p < 0.01, r = -.132, p < 0.01$ .

자기지향적 완벽주의 성향 및 동기관련 학업문제, 두 변인간의 상호작용이 학업적 지연행동에 미치는 영향을 알아보기 위해 각각의 변인들을 enter 방식으로 입력 후 위계적(hierarchical) 회귀분석한 결과가 표 2에 제시되었다.

분석결과, 학업적 지연행동에 대해 자기지향적 완벽주의와 동기관련 학업문제, 두 변인간의 상호작용이 각각 2.1%, 13.2%, 2.9%의 통계적으로 유의한 설명량을 보였다,  $F(1, 380) = 8.279, p < 0.01, F(2, 379) = 34.374, p < 0.001, F(3, 378) = 28.188, p < 0.001$ .

아울러 동기관련 학업문제는 학업적 지연행동에 통계적으로 유의한 정적 영향을 미치는 반면, 자기지향적 완벽주의 성향과 두 변인간의 상호작용은 각각 모두 통계적으로 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다,  $\beta$

표 2. 지연행동에 대한 자기지향적 완벽주의, 동기관련 학업문제, 자기지향적 완벽주의와 학업동기와의 상호작용의 위계적(hierarchical) 회귀분석 결과

예측변인	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F	$\beta$	t	
1. 자기지향적 완벽주의	.021	.021	8.279**	-.044	-2.205*	
학업적 지연행동	2. 동기관련 학업문제	.154	.132	34.374***	.225	7.930***
3. 자기지향적 완벽주의×동기 관련 학업문제	.183	.029	28.188***	-.007	-3.680***	

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

=.225,  $t=7.930$ ,  $p<0.001$ ,  $\beta=-.044$ ,  $t=-2.205$ ,  
 $p<0.05$ ,  $\beta=-.007$ ,  $t=-3.680$ ,  $p<0.001$ .

이에 다음의 회귀식이 만들어졌다.

$$Y = -.004X + .225Z - .007XZ + 35.221$$

Y= 학업적 지연행동

X= 자가지향적 완벽주의

Z= 동기관련 학업문제

XZ= 자가지향적 완벽주의×동기관련 학업문제

아울러 자가지향적 완벽주의 성향이 동기관련 학업문제 수준에 따라 지연행동에 미치는 직접적인 효과가 어떻게 달라지는지를 알아보기 위해 다음의 세 경우에 대한 회귀식을 구하였으며, 결과는 그림 1에 제시되었다.

$$Z_H = \bar{Z} + 1s_Z: \hat{Y}_H = -0.110X + 37.346$$

$$Z_M = \bar{Z} : \hat{Y}_M = -0.044X + 35.221$$

$$Z_L = \bar{Z} - 1s_Z: \hat{Y}_L = 0.022X + 33.097$$

이에 따르면, 동기관련 학업문제가 평균보다 높을 때, 자가지향적 완벽주의 성향이 학업적 지연행동에 미치는 직접효과의 크기는 -0.110이며, 이를 공분산 행렬을 이용해 표준오차를 구한 뒤, 회귀계수와 표준오차의 비율을 통한 t검증을 실시한 결과, 유의도 .05 수준에서 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 반면, 동기관련 학업문제가 평균일 때와 그보다 낮을 때, 자가지향적 완벽주의 성향이 학업적 지연행동에 미치는 직접효과의 크기는 각각 -0.044, 0.022에 해당하나 통계적으로 유의한 수준은 아닌 것으로 나타났다.

### 논 의

본 연구에서는 학업동기를 통제하였을 때 완벽주의 성향이 지연행동에 미치는 영향을 살펴보고, 완벽주의 성향이 학업동기 수준에 따라 학업적 지연행동에 미치는 영향이 어떻게 달라지는지를 알아보고자 하였다.

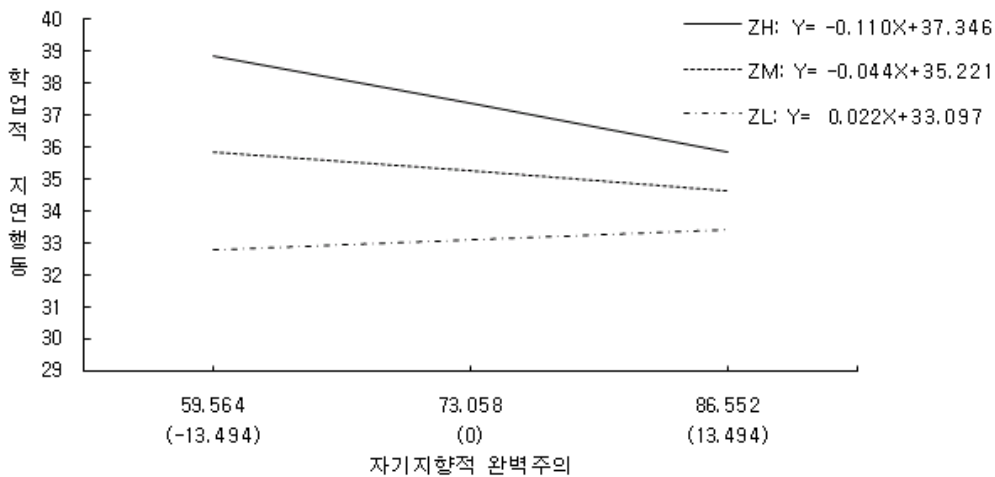


그림 1. 동기관련 학업문제 수준에 따라 자가지향적 완벽주의 성향이 학업적 지연행동에 미치는 영향



우선 상관분석을 통해 주요변인들 간의 상관관계를 살펴본 결과, 완벽주의 성향은 학업적 지연행동과 부적 상관을 보였으며, 동기관련 학업문제가 학업적 지연행동과 정적 상관을 보이는 바 학업동기는 지연행동과 부적 상관을 보이는 것으로 나타났다. 아울러 완벽주의 성향과 학업동기는 서로 정적 상관을 보였다. 이에 회귀분석시 다중공선성의 문제를 줄이기 위하여 독립변인들에 대한 평균중심화 과정이 이루어졌다. 또한 본 연구의 관심변인의 연령 및 학년이 학업적 지연행동과 부적 상관을 보였으나, 회귀분석시 학업적 지연행동에 대한 예측변인으로서는 유효하지 않은 것으로 나타나 제외하였다.

가설에 대한 검증 결과, 우선 학업동기를 통제된 상태에서 완벽주의 성향이 학업적 지연행동에 미치는 직접 효과는 부적 영향을 미침으로써 완벽주의 성향이 높을수록 학업적 지연행동은 줄어드는 것으로 나타났다. 또한 이러한 자기지향적 완벽주의 성향이 동기관련 학업문제수준에 따라 학업적 지연행동에 미치는 영향이 달라지는데, 동기관련 학업문제가 많을 때, 자기지향적 완벽주의 성향이 학업적 지연행동에 미치는 부적 효과의 크기가 큰 것으로 나타났다. 즉 학업동기가 낮더라도 자기지향적 완벽주의 성향이 높으면 학업적 지연행동이 줄어드는 경향을 보임으로써 자기지향적 완벽주의 성향의 긍정적 측면을 강하게 보이는 것으로 나타났다.

이는 본 연구의 가설과는 다른 결과이며, 완벽주의 성향이 지연행동과 정적 관계가 있을 것이라는 이론적 배경이나 임상적 관찰로부터 예측되는 바와는 달리, 부적 관계를 보고하는 일부 선행연구들과 일치하는 결과이다 (Frost, 1990; Busko, 1998; Saddler & Buley, 1999;

Mortin et al. 1993; 김연실, 2000; 박재우, 1998; 이은정, 2002). 완벽주의 성향과 지연행동과의 정적 관계를 완전히 무시하기에는 이론적 배경이나 Pacht 사례의 경험적 사실이 매우 설득력 있어 보임에도 불구하고, 본 연구를 비롯해 선행연구들에서 완벽주의 성향이 지연행동과 부적 상관을 보이게 되는 배경에는 현대 사회가 ‘시테크’라는 말이 생겨날 정도로 시간엄수와 시간관리가 매우 중요해진 사회임을 고려할 필요가 있어 보인다. 즉 완벽주의 성향이 높은 사람들의 경우, 완벽해지고자 하는 것에 일의 질적인 완성도 뿐 아니라 시간엄수까지 포함하고 있을 가능성이 있으며, 본 연구에서의 완벽주의 성향과 지연행동간에 부적 상관은 이러한 시대상의 반영으로도 생각해 볼 수 있을 것이다.

또한, Flett, Hewitt, Blastein과 O'Brien(1991)은 자기지향적 완벽주의 성향이 부정적 측면 뿐 아니라 성취하고자 하는 내적 동기를 높이는 긍정적 측면도 있기 때문에 자기지향적 완벽주의 성향이 높으면, 목표와 관련된 과제를 미루지 않고 수행하게 되는데, 이에 대해 현재의 상태를 목표에 가깝게 변화시켜, 목표와 현상태간의 불일치를 가능한 빨리 줄일 가능성이 많기 때문이라고 설명하였다.

본 연구결과 역시 이러한 맥락에서 학업에 대한 동기수준이 낮을 때, 이로 인해 예상되는 실제자기(real self)와 이상적 자기(ideal self)간의 차이가 커 그 차이를 줄이기 위해 자기지향적 완벽주의 성향이 학업적 지연행동을 감소시키는 방향으로 그 영향이 커지는 것으로도 생각해 볼 수 있다.

반면, 동기관련 학업문제가 낮은 경우, 즉 학업동기가 높은 경우에는 통계적으로 그 효과의 크기가 유의한 수준은 아니었지만, 자기

지향적 완벽주의 성향이 높을수록 학업적 지연행동이 증가하는 경향을 보이고 있다. 이는 기본적으로 내적 성취동기가 높은 특성을 갖는 자기지향적 완벽주의 성향이 높은 사람이, 학업동기마저 높을 경우에는 오히려 지연행동이 증가하는 양상으로, 학업동기가 높을 때에는 그로 인해 예상되는 실제 자기(real self)와 이상적 자기(ideal self)간의 격차가 상대적으로 적어, 긍정적 요소로 작용하는 자기지향적 완벽주의 성향이 지연행동을 감소시키는데 그 영향을 덜 미치게 되는 것으로 생각해 볼 수 있다. 즉 자기지향적 완벽주의 성향이 높은 사람은 내적 성취동기가 높은 특성을 갖는데, 이러한 사람들이 학업에 대한 동기가 비교적 낮을 경우에는 수행에 대한 최종 동기수준이 조절되어 자기지향적 완벽주의 성향이 긍정적인 요소로서 학업적 지연행동을 줄이는 방향으로 영향을 미치는 반면, 내적 성취동기가 높은 특성을 갖는 자기지향적 완벽주의 성향이 높은 사람이 학업동기마저 높은 경우에는 자기지향적 완벽주의 성향이 긍정적 요소로 작용하지 못하여 학업적 지연행동을 줄이는 방향으로 영향을 미치지 못하는 것으로 생각해 볼 수 있다. 다시 말하면, 자기지향적 완벽주의 성향이 높을수록 학업적 지연행동은 감소하며, 학업동기 수준이 높아질수록 자기지향적 완벽주의 성향이 학업적 지연행동에 미치는 부적 영향은 점차 줄어드는 셈이다. 따라서 자기지향적 완벽주의 성향이 학업적 지연행동을 감소시키는 긍정적 요인으로서의 효과를 지속하기 위해서는 적절한 학업동기 수준을 유지하는 것이 필요하다 하겠다. 즉 이러한 완벽주의 성향이 긍정적인 요소로 작용할 수 있도록 하기 위해서는 학업동기 수준이 과도하게 높아지지 않도록 조절하는 것이 오

히려 학업적 지연행동을 줄이는 방법일 수도 있을 것이다.

본 연구의 의의는 맥락효과를 제거하고도 완벽주의 성향이 지연행동에 부적 영향을 미친다는 결과를 통해 완벽주의 성향의 적응적이고 긍정적인 측면을 밝혔다는 것이다.

아울러 완벽주의 성향이 학업적 지연행동에 영향을 미치는데 있어, 학업동기와의 상호작용을 밝힘으로써 완벽주의 성향이 지연행동에 미치는 영향을 이해하는데 여러 가지 요인들을 함께 고려하는 것이 필요하다는 것을 보였다는 점이다. 예를 들어 임상관찰에서 완벽주의 성향이 지연행동에 미치는 듯 보이는 정적인 영향이, 완벽주의의 직접효과가 아닌 완벽주의 성향에서 비롯되는 우울 및 불안과 같은 부정적 정서(최정임, 1998; 이은희, 1999; 홍혜영, 1995; Ferrari 1991; Ferrari 2000)를 매개로 하여 최종적으로 지연행동에 정적 영향을 미칠 가능성을 생각해 볼 수도 있을 것이다. 또한 완벽주의 성향이 병리적인 특성을 갖는데 있어, 이상적 자기와 실제 자기와의 불일치가 큰 상태에서 이 차이를 좁힐 수 있는 내적 잠재력의 정도와 관련이 있다면 이 역시도 완벽주의 성향이 지연행동에 미치는데 있어 그 영향을 조절하는 변인으로 생각해 볼 수 있을 것이다. 이는 완벽주의 성향과 지연행동의 관계를 이해하는데 있어 다양한 변인들에 대한 고려가 함께 이루어져야 할 필요가 있으며, 향후 이러한 복합적인 연구들이 지속적으로 이루어져야 필요가 있음을 의미하는 것으로 보인다. 이러한 점에서 본 연구는 지연행동에 대한 이해 및 개입에 있어 시사하는 바가 있을 것으로 여겨진다.

이어 본 연구의 제한점 및 후속 연구에 대한 제언점을 살펴보면, 집단특성과 관련하여,

본 연구가 특정 대학의 학생들을 대상으로 한 연구라는 점에서 본 연구의 결과를 일반화하기에는 제한이 따른다. 즉 본 연구에 참여한 집단이 실제 자기와 이상적 자기간의 격차를 줄일 수 있는 내적 잠재력이 큰 집단이라면, 지연행동에 정적 영향을 보이지 않을 수도 있을 것으로 여겨지는 바, 후속 연구에서는 모 집단을 더욱 잘 대표할 수 있는 집단을 선정하는 것이 필요할 것으로 보인다.

한편, 측정도구의 문제와 관련하여, 연속변인을 측정하는 측정도구의 신뢰도가 최소한 .80 이상은 되어야 한다는 것을 고려할 때, 자기지향적 완벽주의 성향 및 학업동기, 학업적 지연행동에 대한 신뢰도가 각각 .90, .77, .86으로 80에 가깝거나 그 이상의 수준을 보이는 바 본 연구에 사용된 측정도구는 비교적 신뢰로운 것으로 여겨진다. 그러나 본 연구에서 사용된 각 변인들에 대한 측정방법이 모두 자기-보고식 질문지에 의한 것이므로 객관적이고 정확한 측정값이 될 수는 없다는 한계가 있는 바, 향후 연구에서는 전문가들을 통한 면접이나 제 3자를 통한 보고 등 좀더 다양한 방법들을 통해 이를 보완할 필요가 있겠다. 아울러 앞으로, 완벽주의 성향을 측정하는데 있어 지연행동과 정적상관을 보일 것으로 예측되는 병리적인 수준의 개념까지 포함하여 그들의 인지적 특성이 충분히 반영된 측정도구의 개발이 지속적으로 이루어져야 할 필요가 있을 것이다.

Pacht(1984)는 ‘정상적인 완벽주의’라는 단어는 적절하지 않다고 보았다. 그러한 성향을 지닌 유능한 활동가에게는 오히려 ‘숙련된 예술가(skilled artists), 세심한 노력가(careful workers), 자기 분야에서의 대가(master of their craft)...’ 등의 직접적인 표현이 더욱 적당하다

고 보았으며, 완벽주의라는 단어는 부정적인 것으로 정의내리고 있다. 뇌기능을 밝히기 위해 주로 뇌손상 환자들을 통해 연구를 하듯, 향후 연구에서는 정상범주에 속할 수 있는 지연행동의 범주를 넘어서는 집단을 대상으로 지연행동과 완벽주의 성향에 대한 개념을 좀더 다각적인 측면에서 반영하여 연구하는 것이 필요할 것으로 보인다.

마지막으로 완벽주의 성향은 성격적인 특성으로 안정적인 경향을 보이는 바, 양육환경과의 관련성에 대한 연구도 완벽주의 성향과 지연행동과의 관계를 이해하는데 의미가 있을 것으로 여겨지며, 이외 다른 심리적 변인들과의 관련성을 밝히는 후속 연구들이 지속적으로 필요할 것으로 보인다.

## 참고문헌

- 김아영 (2002). 학업동기 척도 표준화 연구. *Journal of Educational Evaluation*, 15, 157-184.
- 김연실 (2000). 부모권위에 따른 완벽주의와 지연행동에 관한 연구. 연세대학교 석사학위논문.
- 김 환 (1999). 학업적 꾸물거림에서 실패공포가 과제 제출 행동 지연에 미치는 영향. 서울대학교 석사학위논문.
- 박재우 (1998). 과제의 자아 위협도와 완벽주의가 과제 지연행동에 미치는 영향. 고려대학교 석사학위논문.
- 심혜원 (1994). 완벽주의 성향이 정신건강에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 윤숙경 (1997). 완벽성향과 자기개념에 따른 대학생의 지연 특성의 차이. 연세대학교 석사학위논문.

- 이은정 (2002). 대학생의 학업적 지연행동과 완벽주의 및 통제소재와의 상관 연구. 연세대학교 석사학위 논문.
- 이은희 (1999). 지각된 부모-자녀관계에 따른 완벽주의와 우울학생의 학업적 지연행동. 연세대학교 석사학위 논문.
- 최정임 (1998). 완벽주의 성향, 시험불안, 학업 성취도의 관계: 고등학생을 중심으로. 연세대학교 석사학위논문.
- 최지연 (2000). 자기 효능감과 스트레스 대처방식이 지연행동에 미치는 영향. 연세대학교 석사학위논문.
- 한기연 (1993). 다차원적 완벽성-개념, 측정 및 부적응과의 관련성. 고려대학교 박사학위 논문.
- 홍혜영 (1995). 완벽주의 성향, 자기효능감, 우울과의 관계연구. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- Aitken, M. (1982). *A personality profile of the college student procrastinator*. Unpublished doctoral dissertation, University of Pittsburgh.
- Beswick, G., & Rothblum, E. D. & Mann, L. (1988). Psychological antecedents of student procrastination. *Australian Psychologist*, 23, 207-217.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36, 1373-1385.
- Blankstein, K. R., & Mills, J. S. (2000). Perfectionism, intrinsic vs extrinsic motivation, and motivated strategies for learning: a multidimensional analysis of university students. *Personality and Individual Differences*, 29, 1191-1204.
- Bridges, K. R., & Roig, M. (1997). Academic procrastination and irrational thinking: a re-examination with context controlled. *Personality Individual Difference*, 22, 941-944.
- Briody, R. (1980). An exploratory study of procrastination. *Dissertation abstracts International*, 41(2a), 590.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (1983). *Procrastination: Why you do it and what to do about it*. Reading, PA: Addison-Wesley.
- Council, J. R., (1993). Context effects in personality research. *Current Directions in Psychological Science*, 2, 31-33.
- Council, J. R., Kirsch, I. & Grant, D. L. (1996). Expectancy, imagination, and hypnotic susceptibility. In R. G. Kunzendorf, B. J. Wallace & N. P. Spanos(Eds), *Imagination and hypnosis*. Amityville, NY: Baywood.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. New York: Institute for Rational Living.
- Ferrari, J. R., (1992b). Procrastinators and perfect behavior: An exploratory factor analysis of self-presentation, self-awareness, and self-handicapping components. *Journal of Research in Personality*, 26, 75-84.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, J. R., (1994). Dysfunctional procrastination and its relationship with self-esteem, interpersonal dependency, and self-defeating behaviors. *Personality & Individual Differences*,

- 17, 673-679.
- Ferrari, J. R., & Emmons, R. A. (1994). Procrastination as revenge: Do people report using delays as a strategy for vengeance? *Personality & Individual Differences, 15*, 539-544.
- Ferrari, J. R. (2000). Procrastination as a self-handicap for man and woman: A task-avoidance strategy in a library setting. *Journal of Research in Personality, 34*, 72-83.
- Flett, G., Blankstein, K., Hewitt, P., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality, 10*, 85-94.
- Flett, G., Hewitt, P., Blankstein, K., & O'Brien, S. (1991). Perfectionism and learned resourcefulness in depression and self esteem. *Personality and Individual Differences, 12*, 61-68.
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy & Research, 14*, 449-468.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology, 15*, 27-33.
- Hermans, D. (1977) Analyse en validering van een studieproblemen vragenlijst [Analysis and validation of a study of a study problems questionnaire]. Unpublished manuscript, University of Nijmegen, Department IOWO, Nijmegen, The Netherlands.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1989). The Multidimensional Perfectionism Scale: Development and validation. *Canadian Psychology, 30*, 339.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1990). Perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of Social Behavior & Personality, 5*, 423-438.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1991b). Dimensional of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 98-101.
- Kanus, W. (1973). Overcoming procrastination. *Rational Living, 8*, 2-7.
- Martin, T. R., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (1993). Perfectionism, self-expectancies, and procrastination, Unpublished manuscript.
- Morgan, C. T. (1957). Physiological mechanism of motivation. *Nebraska Symposium on Motivation*, Lincoln, Nebraska: University of Nebraska Press.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist, 39*, 386-390.
- Rheaume, J., Freston, M. H., Dugas, M. J., Letarte, H., & Ladouceur, R. (1995). Perfectionism, responsibility and obsessive-compulsive symptoms. *Behaviour Research and Therapy, 33*, 785-794.
- Saddler, C. D., & Sacks, L. A. (1993). Multidimensional perfectionism and academic procrastination: Relationships with depression in university students. *Psychological Reports, 73*, 863-871.
- Saddler, C. D., & Buckland, R. L. (1995). The multidimensional perfectionism scale: Correlations with depression in college students with learning disabilities. *Psychological Reports, 77*, 483-490.
- Saddler, C. D., & Buley, J. (1999). Predictors of academic procrastination in college students.

- Psychological Reports*, 84, 686-688.
- Schouwenburg, H. C., & Groenewoud, J. T. (2001). Study motivation under social temptation: effects of trait procrastination. *Personality and Individual Differences*, 30, 229-240.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-509.
- Steel, P. (2003) The nature of procrastination. [On-line], Available E-mail: Piers.Steel@Haskayne.UCalgary.ca
- Stipek, D. (1999). 학습동기(전성연, 최병연 역.). 서울: 학지사. (원저 1998 출판).
- 원고접수일 : 2008. 12. 15.  
수정원고접수일 : 2009. 1. 23.  
게재결정일 : 2009. 1. 24.

## The Influence of Perfectionism and Academic Motivation on Academic Procrastination

Mi Ra Lee

Kyung Ja Oh

Department of Psychology, Yonsei University

The purpose of this study was to investigate the influence of perfectionism and the moderating effects of academic motivation on academic procrastination. A total of 600 university students completed a perfectionism scale (Multidimensional Perfectionism Scale: MPS) and an academic motivation scale (the motivation-related Study Problems Questionnaire: SPQ). Two weeks later they completed a measure of academic procrastination (Procrastination Assessment Scale for Students: PASS). The latter findings showed the necessity of controlling context effects. According to Council(1993; see also Council, Kirsch & Grant, 1996), when self-report measures are administered during the same testing session, respondents appear to infer a relationship between the measures and adjust their responses in the direction of the inferred relationship. To controlling context effects Council(1993; see also Council, Kirsch & Grant, 1996) proposed that the same self-report measures are administered at separate testing intervals(i.e. weeks apart), as different research projects that are carried out by different investigators. This study followed this way. The final group of participants used in this study comprised 382 students (187 males and 195 females). The data were analysed by correlation and multiple regression. The correlation analysis showed statistically significant negative correlations between perfectionism and academic procrastination and between academic motivation and academic procrastination. A positive correlation between perfectionism and academic motivation was also statistically significant. The multiple regression analysis showed that the interaction of perfectionism and academic motivation was significantly associated with academic procrastination. Taken together, perfectionism, academic motivation, and the interaction of perfectionism and academic motivation explained 18.3% of the variance of academic procrastination. Taken separately, academic motivation, the interaction of perfectionism and academic motivation, and perfectionism explained 13.2%, 2.9%, and 2.1% of the variance in academic procrastination, respectively. Academic motivation was found to have a mediating influence on the negative relationship between perfectionism and academic procrastination: the higher the level of academic motivation, the lower was the size of the negative relationship between perfectionism and procrastination. The implications and limitations of the study were discussed.

*Key words* : procrastination, perfectionism, academic motivation