

대학생의 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의에 미치는 영향

The Effect of Parents' Raising Attitudes, Mental Health on Multidimensional Perfectionism University Students

장성화*, 구승신**, 이주연**
공군사관학교*, 세계사이버대학교**

Sung-Hwa Jang(911149@af.mil)*, Seung-Shin Koo(sskoo0903@hanmail.net)**,
Ju-Yeon Lee(juyouns@hanmail.net)**

요약

본 연구에서는 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의에 미치는 영향에 대하여 살펴보았다. 연구대상은 대전과 서울 지역에 소재한 4개의 대학생 312명을 대상으로 변인들간의 상관관계와 중다회귀분석을 실시하였다. 연구결과는 첫째, 대학생의 자기지향적 완벽주의와 어머니의 애정, 사회적으로 부과된 완벽주의와 편집증만 상관관계가 나타났다. 둘째, 대상의 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의에 미치는 영향을 살펴본 결과 어머니의 거부, 애정 양육태도와 대학생의 적대감이 자기지향적 완벽주의에 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 즉 대학생이 지각한 어머니의 거부, 애정적 양육태도가 높을수록 대학생의 적대감 수준이 높을수록 자기지향적 완벽주의 성향이 높음을 알 수 있었다. 어머니의 거부, 애정태도, 대학생의 적대감과 편집증은 대학생의 다차원적 완벽주의 전체에 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 즉 대학생이 지각한 어머니의 거부적, 애정태도가 높을수록, 적대감, 편집증이 지각수준이 높을수록 대학생의 다차원적 완벽주의 성향이 높음을 알 수 있었다.

■ 중심어 : | 부모양육태도 | 정신건강 | 다차원적 완벽주의 |

Abstract

The purpose of the study is to examine the effect of parents' raising attitudes, mental health on multidimensional perfectionism of university students. 312 university students in Daejeon and Seoul province were participated in the survey thru convenient sampling and conducted by correlation analysis and multiple regression. The results are as follows: First, the relations of parents' raising attitudes, mental health and multidimensional perfectionism are as follows: subordinate variabies of multidimensional perfectionism, self-oriented perfectionism and father-refusal, father-overprotection, mother-refusal, mother-overprotection, compulsiveness, depression, paranoia, psychosis; socially-imposed perfectionism and father-love, phobia, somatic were found significant. Secondly, multiple regression are as follows: the influencing variable on multidimensional perfectionism are mother-refusal, mother-overprotection, compulsiveness and paranoia, but another variables excepting these variabies were not relevant variabies.

■ keyword : | Parents' Raising Attitudes | Mental Health | Multidimensional Perfectionism |

I. 서론

현대의 고도로 발달된 사회는 사회 구성원들이 한 치의 오차도 없는 정확하고 완벽하게 일을 처리하기를 요구한다. 이에 점차 성취 지향적이고 경쟁적인 현대 사회를 살아가고 있는 많은 사람들은 완벽을 추구하고, '완벽함'은 성공을 위해 반드시 갖추어야 할 조건이며 도달해야 하는 이상적인 모습이라고 생각한다[1]. 사람들은 자신에게 끊임없이 많은 것을 요구하게 되고 자신은 물론 다른 사람들에게도 성취 불가능한 기준과 이상을 설정하게 된다. 그 기대를 충족시키기 위하여 엄청난 시간과 노력을 투자하고 다른 사람들도 그러한 기준에 이르도록 자기와 똑같이 노력해 줄 것을 기대한다. 그러나 실제로 완벽함은 불가능한 것으로 사람들은 불가능한 완벽함을 추구하면서 심각한 심리적 문제나 갈등을 경험하고 있다[2].

완벽주의 성향의 발달에 영향을 주는 요인으로 가족 환경 특히 부모와의 관계라 할 수 있다. 인간은 사회적인 존재로 전 생애 동안 다양한 관계를 맺으며 생활해 나가게 된다. 특히 다양한 관계 중 가장 일차적이고 기본적인 관계가 부모와의 관계라 할 수 있다. 양육태도는 부모들의 자녀들과 관계 맺는 양식이며, 특히 자녀들을 사회화시키는 과정에서 자녀들과 관계를 맺는 양식으로 애정을 주고, 지도하며 가르치는 과정을 의미한다[21]. Collins와 Read(1990)는 자신의 부모와의 관계가 따뜻하고 수용적이었다고 지각하는 경우, 자신이 타인에게 의지할 수 있으며 거부당하거나 사랑 받지 못할 것에 대해 덜 불안해하는 경향이 있고, 자기 자신과 인간 행동에 대해 보다 긍정적인 시각을 가지게 된다고 하였다[22]. 반면, 자신의 부모가 비반응적이며 비일관적이었다고 지각하는 경우도 부정적인 자아상과 타인에 대한 부정적인 시각을 가지는 것으로 나타난다고 하였다. 이렇게 출생 후 최초로 접하는 가정환경, 특히 부모의 양육태도 및 역할수행을 통해 자녀는 지적, 인지적, 신체적, 행동적 발달에 많은 영향을 받게 된다.

Barrow와 Moore(1983)는 완벽한 부모를 가진 자녀는 일상생활에서의 부모의 수많은 행동을 통해 얼마나 완벽하게 행동해야하는지, 실수가 어떻게 반영되는지,

수행에 대한 평가가 자기존중감과 어떻게 부합되는지에 대한 분명한 모델을 제공받는다고 하였다[23]. Rice와 Mirzad(2000)는 부모와 안정적인 애착을 맺은 개인은 적응적 완벽주의를 가진다고 하였고[24], 장애경(2006)은 애착과 완벽주의의 관계를 연구하면서 특히 회피애착과 불안정애착이 부적응적 완벽주의에 영향을 준다고 보고하였다[26]. 안정적 애착으로 형성된 긍정적 자기평가는 청소년 이후 발달에 중요한 역할을 하고[27]. 특히 대학생들의 경우 가족과 물리적으로 떨어져 생활하고 부모의 도움을 구하는 전형적인 애착행동을 나타내고 있다고 하였다[17].

현재 대학생들이 당면하는 사회는 보다 경쟁적이며, 다양성과 다원성의 사회이고 변화의 속도가 빠른 사회로서 성공에 대한 압력이 많은 사회이다. 이에 현대 대학생들은 좌절과 결핍, 슬픔과 고통에 대한 수용성이 상대적으로 낮아 작은 좌절에도 정서적으로 취약해지고 자해행동을 하기도 하는 등 정신건강의 위협을 받고 있는 대학생들이 증가하고 있다[28]. 정신건강이란 정신적 질병에 걸려 있지 않은 상태만이 아니라 만족스러운 인간관계와 그것을 유지해 나갈 수 있는 능력을 의미하며, 일상생활에서 인간의 정신건강에 영향을 미치는 스트레스는 매우 다양하며 이를 효과적으로 해소하지 못하여 누적되거나 부적절한 방향으로 반복 표출되면 심리적 부적응과 정신병리로 발전하게 된다[30]. 이런 관점에서 우리나라 대학생들의 경우 학업, 취업으로부터 오는 과도한 스트레스로 인해 부정적인 정신건강은 자신에게 끊임없이 많은 것을 요구하게 되고 높은 이상을 성취하는 방향으로 나아갈 수 있음을 예측해 볼 수 있다. 이처럼 대학생의 시기는 심리적인 불안정과 부적응을 보일 취약성이 높을 수 있기 때문에 대학생의 정신 건강에 대한 연구는 의미 있는 일이라고 할 수 있다. 하지만 대학생의 일상생활에서 중요한 정신건강과 완벽주의와의 관계를 살펴본 연구는 부족한 실정이라 하겠다. 이에 대학생들의 정신건강에 완벽주의에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보는 것이 대학생들의 정신건강 문제에 개입할 수 있는 중요한 요소라 사료된다. 이상의 선행연구 검토 결과 부모의 양육태도, 정신건강이 대학생의 완벽주의에 영향을 미칠 수 있는 중요한 요소

임을 알 수 있다. 따라서 본 연구에서는 대학생의 완벽주의에 부모의 양육태도와 정신건강이 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고, 대학생들의 자기성장에 도움이 되고자하는 기초자료로 제공하고자 한다.

본 연구의 목적을 달성하고자 설정한 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 부모양육태도, 정신건강, 다차원적 완벽주의와의 관계는 어떠한가? 둘째, 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의에 미치는 영향은 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. 부모양육태도

인간이 태어나서 처음 접하는 사회는 가정으로, 인간은 이 가정 안에서 부모와 깊은 정서적 유대를 맺고 살아가며 부모는 자녀가 접하게 되는 최초의 교육자이자 인간발달에 직·간접적으로 영향을 끼치는 매우 중요한 존재이다. 부모의 양육태도는 Symons(1939)가 최초로 체계화 하였으며, 거부-보호, 지배-복종의 2개 차원으로 구분하였다[33]. 부모의 양육태도가 지배적이고 수용적이면 자녀를 소중히 여기지만 자녀의 행동에 높은 기준을 설정하고 부모의 의도대로 간섭하려는 태도를 보인다고 하였다. 반대로 복종적이고 수용적인 양육태도는 자녀를 귀히 여기고 자녀의 의도대로 부모가 따르는 맹목적이고 익애적인 태도를 보인다고 하였다. 지배적이고 거부적인 양육태도는 자녀에게 필요한 애정을 거부하고 잔혹한 태도의 행동을 보인다고 했으며, 복종적이고 거부적인 양육태도는 무관심한 태도의 행동을 보인다고 하였다. Paker(1979)는 부모의 양육태도를 ‘돌봄’과 ‘과보호’ 두 개의 차원으로 구분하고, 낮은 애정과 낮은 과보호의 부재하거나 약한 유대, 높은 과보호와 낮은 통제의 애정없는 통제, 높은 돌봄과 높은 과보호의 애정있는 통제, 높은 애정과 낮은 통제의 최적의 유대 4가지 유형으로 구분하였다[19]. 이렇게 부모의 양육태도는 학자에 따라 다양하게 유형이 구분되어지고 있다.

부모의 양육태도가 자녀의 행동에 미치는 영향에 대

해서는 부모의 양육태도가 온정적이고 허용적일수록 자녀는 활동적, 창의적, 독립적, 규범을 잘 준수하고 적응력이 높다고 하였다[9][32]. 그러나 부모의 양육태도가 적대적이고 통제가 심할수록 자녀는 사회적으로 위축되거나 공격적이며, 내면적 갈등과 충동을 잘 조절하지 못하여 적응에 어려움을 겪는다고 지적하였다.

이상에서 부모의 양육태도는 자녀의 행동이나 정서에 영향을 미치며, 대인과의 관계에서나 집단생활에서도 중요한 영향을 미칠 수 있음을 예측할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 대학생들이 지각한 부모의 양육태도가 완벽주의 성향에 어떠한 영향을 미치는지 이해해 봄으로써 대학생의 과업발달을 이해하고 개입하는데 도움이 될 것이다.

2. 정신건강

미국정신위생위원회(NCMH)에 의하면 정신건강이란 정신적 질병에 걸려 있지 않은 상태만이 아니라 만족스러운 인간관계와 그것을 유지해 나갈 수 있는 능력을 의미하는 것으로, 이는 모든 종류의 개인적, 사회적 적응을 포함하여 어떠한 환경에도 대처해 나갈 수 있는 건전하고, 균형 있는 통합된 성격의 발달이라고 볼 수 있다. 또한 Keyes(2005)는 정신건강이란 정신 병리적인 증상이 없고, 더 나아가 정서적, 심리적, 사회적 안녕의 높은 수준인 성장(flourishing)의 완벽한 상태라고 하였다[32].

이처럼 정신건강이란 다양한 환경 속에서 긍정적으로 적응하는 개인의 통합된 성격발달이라 할 수 있으며, 신체적 건강과 정서적 안정감이 생활환경 속에서 여러 행동으로 나타나고 이러한 행동들이 개인의 성격 속에서 통합되어 건전한 정신 상태를 나타내게 된다. 그러므로 정신건강은 삶의 만족감, 긍정적 감정, 부정적 감정, 삶의 의미 등의 주관적 삶의 핵심이 된다[3]. 개인의 정신건강에 문제가 발생하면 정신적 질환과 신체적 질환도 유발될 수 있으며, 이는 개인과 조직 및 사회에도 영향을 미칠 수 있으므로 건강한 정신건강유지는 매우 중요하다.

정신건강에 대한 정의나 개념에 더하여 대학생은 청소년 말기와 성인기 초기에 해당하는 연령으로서 성인

으로서 자기자신을 확립하고 앞으로 삶의 방향을 계획하고 실천을 기울이는 노력이 필요한 때[25]이므로, 자신의 정체성을 정립하고 성인기를 준비해야 하기에 이러한 과제가 대학생들의 정신건강에 영향을 미치게 된다. 이들의 정신건강은 현재에도 문제이지만 졸업 후 사회인으로 살아가는데 있어서 큰 관련이 되므로 매우 중요하다[16]. 이러한 선행연구 결과 대학생의 정신건강이 중요한 요소이며, 정신건강이 완벽주의 성향에 영향을 미칠 수 있는 변인으로 예측해 볼 수 있겠다.

3. 완벽주의

완벽주의가 연구되기 시작한 1990년대에는 ‘도달할 수 없는 수준 이상의 불가능한 기준을 세우고, 그에 대해 강박적인 압박을 느끼며, 자신의 내재적 가치를 생산성과 업적에 전적으로 의존해 평가하는 단일차원의 부정적인 성향’이라고 정의되었다[29]. 하지만 다차원적 완벽주의에 대한 연구들이 보고되면서 완벽주의의 부정적인 심리적 결과를 연구하는 것 만큼이나 긍정적인 속성을 이해하는 것은 완벽주의를 이해하는데 중요한 것으로 보인다[18]. Hewitt와 Flett(1991)는 완벽주의적 행동이 누구에게 귀인 되는가에 따라 완벽주의를 자기-지향 완벽주의, 타인-지향 완벽주의 그리고 사회적으로 부과된 완벽주의로 분류하여 보았다[7][29][31]. 이렇게 완벽주의 성향이란 도달하기 어려운 높은 기대 수준을 가지고 이에 도달하기 위하여 애를 쓰며 인간의 가치를 생산성과 업적으로 판단하고, 남보다 탁월해야만 한다는 욕구로 인해 쉽게 자기 패배감을 느끼는 성격적 특성이라 할 수 있다. 완벽주의 성향이 높은 사람들은 하찮은 결함도 실패로 느끼고 수행 결과로 자신의 가치를 평가하기 때문에 우울에 특히 취약하다[1]. 이들은 자기 가치와 자기 비판에 중점을 두고 자신을 책망, 비판하여 무가치감과 절망감을 느낀다[8]. 그리고 완벽주의자들은 스트레스 사건에 민감히 반응하여 비완벽주의 자보다 더 쉽게 우울하게 된다. 즉 완벽주의 성향이 우울과 스트레스 간의 매개역할을 한다는 것이다. 완벽주의 성향을 가진 사람 중 모든 행동을 중요시 여기고 늘 완벽하게 수행하려는 동기가 강한 사람은 우울을 더 쉽게 경험한다고 한다[5].

완벽주의자들은 일에 대한 기준이 매우 높아 이를 달성하기 어렵지만, 이러한 사실을 고려하지 않고 목표 달성에 실패할 경우 모든 원인을 자신의 무능함에 돌리고 그에 따라 자신이 가치를 평가 절하한다[4]. 또한 완벽주의는 이렇게 개인의 정서 뿐 아니라 대인관계에도 영향을 미치게 된다. 완벽주의 성향을 가진 사람들은 타인에 대해서도 지나치게 높은 기준을 가지고 끊임없이 판단하며, 그들에게서 실수를 찾으려고 하고 또한 상대방에게 자신의 실망을 표현하기도 한다. Burns(1980)는 자신이 ‘완벽하지 않다’라고 판단되었을 때 타인으로부터 받을 거절을 예측하고 두려워하기 때문에 자신에 대한 비판에 대해 방어적으로 반응하는 경향을 갖게 된다고 한다[1]. 또한 대개 이러한 방어적인 반응은 다른 사람들을 좌절시키고 다른 사람들로부터 자신을 멀어지게 만든다[20]. 하지만 완벽주의는 부정적인 측면 뿐 아니라 최근에는 긍정적인 차원에서도 접근이 이루어지고 있는 실정이다. 타인지향적 완벽주의는 자신에게 의미 있는 타인에게 비현실적인 기준을 부과하고 타인이 그 기준을 완벽하게 해 내기를 기대하며 타인의 행동을 엄격하게 평가하는 경향을 갖는다. 그러나 타인이 그 요구에 미치지 못 할 경우에는 타인에 대해 적대감과 불신을 갖고 대인관계 좌절과 같은 정서적 고통을 경험하기 쉽다. 반면, 긍정적 측면으로 집단 안에서 리더십을 발휘하기도 하고 타인에 대한 관심이나 격려 등을 보이기도 한다[7]. 선행연구 검토결과 완벽주의는 인간의 정서, 대인관계 등에 영향을 미치는 중요한 요소이며 특히 사회구성원으로써 역할을 수행해 나가야 할 대학생들에게 매우 중요한 발달적 측면으로 완벽주의 성향에 영향을 미치는 요인을 살펴볼 필요성이 있겠다.

III. 연구 방법

1. 대상자 및 자료수집방법

본 연구의 대상은 대전과 서울에 소재한 4개의 대학교에서 심리학개론을 수강하는 대학생 312명을 대상으로 하였다. 초기에 346명을 대상으로 질문지를 배포하

였으나 회수된 질문지 중 문항에 끝까지 응답하지 않았거나, 불성실한 응답지 34부를 제외한 나머지 312명을 최종 자료 분석을 사용하였다. 연구대상자 중 남자 대학생은 117명, 그리고 여자 대학생은 195명으로 여자 대학생이 더 높은 비율을 차지하고 있다. 또한 학년은 2학년이 98명으로 가장 많았으며, 다음으로 3학년 93명 (29.8%), 1학년 65명(20.8%), 4학년(17.9%) 순으로 나타났다. 이들 연구 대상자의 현황은 [표 1]과 같다.

표 1. 연구대상자 현황

구분	1학년	2학년	3학년	4학년	전체
남자	26(22.2%)	25(21.4%)	45(38.5%)	21(17.9%)	117(37.5%)
여자	39(20.0%)	73(37.4%)	48(24.6%)	35(17.9%)	195(62.5%)
전체	65(20.8%)	98(31.4%)	93(29.8%)	56(17.9%)	312(100.0%)

2. 연구 도구

2.1 부모양육태도 척도

본 연구에서는 부모양육태도를 측정하기 위한 척도는 스웨덴에서 개발된 ‘양육에 대한 나의 기억 척도(My memories of upbringing)’의 동의어(Egna Minnen Beträffande Uppfostran: EMBU-short)를 조한익이 번안한 것을 우영숙이 재사용한 것을 이용하였다[9]. 이 척도는 전체 23문항이며, 애정(emotional warmth), 거부(rejection), 과보호(overprotection) 등의 3가지 하위 변인으로 구성되어 있다. 우영숙(2008)의 연구에서 신뢰도는 부애정 .85, 부거부 .82, 부과보호 .70, 모애정 .87, 모거부 .84, 모과보호 .72 그리고 전체 신뢰도 Cronbach $\alpha = .76$ 로 나타났고, 본 척도의 하위영역별(부애정, 부거부, 부과보호, 모애정, 모거부, 모과보호) 신뢰도는 각각 .86, .76, .72, .86, .86, .78이며, 부양육태도 전체 .75, 모양육태도 전체 .78로 나타났다.

2.2 정신건강 척도

본 연구에서는 김광일, 김재환, 원호택 등이 표준화한 간이정신검사지(Symptom Checklist-90-Revision)를 이훈기가 요인 분석한 척도를 구승신, 정옥희와 장성화(2011)이 재사용한 것을 이용하였다[6]. 이 척도는 총 47문항이며, 강박증, 적대감, 공포증, 대인예민증, 신체화, 우울증, 불안, 편집증, 정신증 등의 9가지 하위변인

으로 구성되어 있다. 장성화와 진석연(2009)의 연구에서 신뢰도는 신체화 .84, 강박증 .78, 공포증 .85, 우울증 .88, 불안 .82, 적대감 .88, 대인예민증 .82, 편집증 .88, 정신증 .78 그리고 전체 신뢰도 .88로 나타났고, 본 척도의 하위영역별(신체화, 강박증, 공포증, 우울증, 불안, 적대감, 대인예민증, 편집증, 정신증) 신뢰도는 각각 .82, .76, .82, .86, .83, .88, .80, .88, .79이며, 전체 신뢰도 .88로 나타났다.

2.3 다차원적 완벽주의 척도

본 연구에서는 다차원적 완벽주의(Multidimensional Perfectionism Scale: MPS)를 측정하기 위한 척도는 Hewitt와 Feltt(1991)가 개발한 것을 한기연(1993)이 번안하고 윤은주(2012)가 재사용한 것을 이용하였다 [7][9]. 이 척도는 총 45문항이며, 자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의 등의 3가지 하위변인으로 구성되어 있다. 최정임(1998)의 연구에서 신뢰도는 자기지향적 완벽주의 .81, 타인지향적 완벽주의 .78, 사회적으로 부과된 완벽주의 .67 그리고 전체 신뢰도는 .88로 나타났고, 본 척도의 하위영역별(자기지향적 완벽주의, 타인지향적 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의) 신뢰도는 각각 .88, .70, .72이며, 전체 신뢰도는 .85로 나타났다.

3. 자료 분석

본 연구에서는 수집된 자료를 SPSS WIN 18.0을 사용하여, 대학생의 부모의사소통, 정신건강, 다차원적 완벽주의 간의 상관계수를 검증하였고, 대학생의 부모의사소통, 정신건강이 다차원적 완벽주의에 미치는 영향을 알아보기 위해 입력방식 중다회귀분석을 실시하였다.

IV. 연구 결과

1. 대학생의 부모양육태도, 정신건강, 다차원적 완벽주의 간의 상관관계

대학생의 부모양육태도, 정신건강, 다차원적 완벽주의 간의 상관관계를 알아보기 위해 상관계수(pearson)

를 살펴본 결과는 [표 2]와 같다. [표 2]에 제시된 결과에 따르면, 대학생의 부모양육태도, 정신건강의 하위변인에서 다차원적 완벽주의의 하위변인 간의 상관계수 ($r=-.127\sim.345$, $p<.05$)가 통계적으로 유의미한 상관이 있는 것으로 나타났다. 반면, 다차원적 완벽주의의 하위변인 중 자기지향적 완벽주의와 아버지 거부, 아버지 과보호, 어머니 거부, 어머니 과보호, 강박증, 우울증, 편집증, 정신증이, 사회적으로 부과된 완벽주의와 아버지 애정, 공포증, 신체화, 그리고 타인지향적 완벽주의의 모든 하위변인들은 통계적으로 유의미한 관계가 없는 것으로 나타났다($p>.05$). 다차원적 완벽주의의 하위변인별로 살펴보면, 자기지향적 완벽주의는 어머니 애정($r=.254$), 사회적으로 부과된 완벽주의는 편집증($r=.345$)이 가장 높은 상관이 있는 것으로 나타났다.

표 2. 대학생의 부모양육태도, 정신건강, 다차원적 완벽주의 간의 상관계수

구분	자기지향적 완벽주의	타인지향적 완벽주의	사회적으로 부과된 완벽주의
아버지 거부	-0.57	.002	.132*
아버지 애정	.128*	.050	-.093
아버지 과보호	.029	.019	.213***
어머니 거부	.002	.035	.246***
어머니 애정	.254***	.091	-.127*
어머니 과보호	.088	-.015	.248***
강박증	.043	.059	.327***
적대감	-.173**	-.023	.244***
공포증	-.160**	-.053	.086
대인예민증	-.134*	-.027	.228***
신체화	-.130*	-.068	.107
우울증	-.049	.008	.235***
불안	-.146**	-.007	.200***
편집증	-.042	.040	.345***
정신증	-.073	.029	.238***

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

2. 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의에 미치는 영향

부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의의 하위영역과 다차원적 완벽주의의 전체에 미치는 영향을 살펴보기 위해 입력방식 중다회귀분석을 실시한 결과는 [표 3]에서 [표 6]과 같다.

2.1 대학생의 자기지향적 완벽주의

대학생의 부모양육태도, 정신건강이 자기지향적 완벽주의에 미치는 영향을 살펴보기 위해 부모양육태도와 정신건강의 하위변인을 독립변인으로, 자기지향적 완벽주의를 종속변인으로 하여 입력방식 중다회귀분석을 실시한 결과는 [표 3]과 같다. [표 3]에 제시된 바와 같이 대학생의 부모양육태도, 정신건강의 하위변인들은 자기지향적 완벽주의 변인의 15.5%($R^2=.155$)의 설명력을 지니고 있다. 대학생의 부모양육태도 하위변인 중 어머니 거부($\beta=.236$, $p<.05$), 어머니 애정($\beta=.272$, $p<.05$)이 자기지향적 완벽주의에 유의미한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 또한 정신건강의 하위변인 중 적대감($\beta=-.189$, $p<.05$)이 자기지향적 완벽주의에 유의미한 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 이상에서 살펴본 바와 같이 부모양육태도 하위변인의 하나인 어머니 애정이 자기지향적 완벽주의에 미치는 영향이 가장 큰 것으로 나타났다.

표 3. 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 자기지향적 완벽주의에 미치는 영향

종속변인	독립변인	B	β	t	R^2	수정된 R^2	F
자기지향적 완벽주의	(상수)	3.453		7.939***			
	아버지 거부	-.051	-.025	-.331			
	아버지 애정	-.010	-.008	-.121			
	아버지과보호	-.071	-.038	-.528			
	어머니 거부	.396	.236	2.876**			
	어머니 애정	.369	.272	3.754***			
	어머니 과보호	.090	.060	.875			
	강박증	.171	.139	1.906	.394	.155	3.600***
	적대감	-.206	-.189	-2.435**			
	공포증	-.062	-.054	-.733			
	대인예민증	-.085	-.065	-.751			
	신체화	-.051	-.051	-.735			
	우울증	.060	.072	.753			
불안	-.166	-.182	-1.819				
편집증	.175	.172	1.810				
정신증	.030	.010	.307				

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

2.2 대학생의 타인지향적 완벽주의

대학생의 부모양육태도, 정신건강이 타인지향적 완벽주의에 미치는 영향을 살펴보기 위해 부모양육태도와 정신건강의 하위변인을 독립변인으로, 타인지향적 완벽주의를 종속변인으로 하여 입력방식 중다회귀분석

을 실시한 결과는 [표 4]와 같다. [표 4]에 제시된 바와 같이 대학생의 부모양육태도, 정신건강의 하위변인들은 타인지향적 완벽주의 변인의 4.1%($R^2=.041$)의 설명력을 지니고 있으나, 모든 하위변인에서는 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다.

표 4. 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 타인지향적 완벽주의에 미치는 영향

종속변인	독립변인	B	β	t	R^2	수정된 R^2	F
	(상수)	3.613		11.401***			
	아버지 거부	.011	.008	.102			
	아버지 애정	.006	.007	.103			
	아버지 과보호	.000	.000	.002			
	어머니 거부	.184	.160	1.829			
	어머니 애정	.115	.125	1.612			
	어머니 과보호	-.084	-.081	-1.118			
	자기지향적 완벽주의	강박증	.068	.081	1.043	.202	.041
	적대감	-.036	-.049	-.587			
	공포증	-.054	-.069	-.881			
	대인예민증	-.027	-.030	-.328			
	신체화	-.064	-.094	-1.265			
	우울증	-.010	-.018	-.180			
	불안	-.005	-.008	-.078			
	편집증	.083	.120	1.185			
	정신증	.019	.026	.272			

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

2.3 대학생의 사회적으로 부과된 완벽주의

대학생의 부모양육태도, 정신건강이 사회적으로 부과된 완벽주의에 미치는 영향을 살펴보기 위해 부모양육태도와 정신건강의 하위변인을 독립변인으로, 사회적으로 부과된 완벽주의를 종속변인으로 하여 입력방식 중다회귀분석을 실시한 결과는 [표 5]와 같다. [표 5]에 제시된 바와 같이 대학생의 부모양육태도, 정신건강의 하위변인들은 사회적으로 부과된 완벽주의 변인의 22.8%($R^2=.228$)의 설명력이 있는 것으로 나타났다. 대학생의 정신건강 하위변인 중에서 강박증($\beta=.222$, $p<.05$), 편집증($\beta=.353$, $p<.05$)이 사회적으로 부과된 완벽주의에 유의미한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 반면, 부모양육태도의 모든 하위변인에서는 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 이상에서 살펴본 바와 같이 정신건강 하위변인 중 편집증이 사회적으로 부과된 완벽주의에 미치는 영향이 가장 큰 것으로 나타났다.

표 5. 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 사회적으로 부과된 완벽주의에 미치는 영향

종속변인	독립변인	B	β	t	R^2	수정된 R^2	F	
	(상수)	3.135		11.392***				
	아버지 거부	-.032	-.024	-.335				
	아버지 애정	-.037	-.043	-.687				
	아버지 과보호	.115	.092	1.337				
	어머니 거부	.144	.129	1.649				
	어머니 애정	-.037	-.041	-.590				
	어머니 과보호	.086	.087	1.326				
	자기지향적 완벽주의	강박증	.181	.222	3.183**	.477	.228	5.781***
		적대감	.035	.049	.658			
		공포증	-.103	-.136	-1.941			
	대인예민증	-.004	-.005	-.062				
	신체화	-.054	-.083	-1.238				
	우울증	.016	.029	.321				
	불안	-.079	-.132	-1.372				
	편집증	.237	.353	3.873***				
	정신증	-.047	-.068	-.780				

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

2.4 대학생의 다차원적 완벽주의 전체

대학생의 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의 전체에 미치는 영향을 살펴보기 위해 부모양육태도와 정신건강의 하위변인을 독립변인으로, 다차원적 완벽주의를 종속변인으로 하여 입력방식 중다회귀분석을 실시한 결과는 [표 6]과 같다. [표 6]에 제시된 바와 같이 대학생의 부모양육태도, 정신건강의 하위변인들은 다차원적 완벽주의 전체변인의 13.5%($R^2=.135$)의 설명

표 6. 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의 전체에 미치는 영향

종속변인	독립변인	B	β	t	R^2	수정된 R^2	F	
	(상수)	3.401		12.859***				
	아버지 거부	-.023	-.019	-.251				
	아버지 애정	-.014	-.018	-.264				
	아버지 과보호	.014	.012	.165				
	어머니 거부	.241	.238	2.876**				
	어머니 애정	.149	.183	2.498*				
	어머니 과보호	.031	.035	.501				
	자기지향적 완벽주의	강박증	.140	.189	2.562*	.367	.135	3.054***
		적대감	-.068	-.104	-1.326			
		공포증	-.073	-.105	-1.425			
	대인예민증	-.039	-.050	-.568				
	신체화	-.057	-.095	-1.346				
	우울증	.022	.044	.456				
	불안	-.084	-.153	-1.510				
	편집증	.165	.270	2.308**				
	정신증	-.016	-.025	-.272				

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

명력이 있는 것으로 나타났다. 대학생의 부모양육태도 하위변인 중에서 어머니 거부($\beta=.238, p<.05$), 어머니 애정($\beta=.183, p<.05$)이 다차원적 완벽주의 전체에 유의미한 영향을 미치고 있는 것으로 나타난 반면, 정신건강의 하위변인 중 강박증($\beta=.189, p<.05$), 편집증($\beta=.270, p<.05$)이 다차원적 완벽주의에 유의미한 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 이상에서 살펴본 바와 같이 정신건강 하위변인의 하나인 편집증이 다차원적 완벽주의에 미치는 영향이 가장 큰 것으로 나타났다.

V. 결론 및 논의

본 연구에서는 대학생의 완벽주의에 부모의 양육태도와 정신건강이 어떠한 영향을 미치는지 살펴보았다. 연구의 목적을 달성하기 위해 대학생의 부모양육태도, 정신건강, 다차원적 완벽주의와의 관계는 어떠한지, 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의에 미치는 영향은 어떠한지에 대한 연구문제를 설정하였다. 총 312명의 대학생을 대상으로 하여 진행된 본 연구에서 나타난 결과는 다음과 같다.

첫째, 대학생의 부모양육태도, 정신건강, 다차원적 완벽주의 간의 상관관계를 살펴본 결과 다차원적 완벽주의의 하위변인 중, 자기지향적 완벽주의는 어머니 애정, 사회적으로 부과된 완벽주의는 편집증과 가장 높은 상관성이 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기지향적 완벽주의는 긍정 정서, 삶 만족도와 정적 관계가 있었고, 사회적으로 부과된 완벽주의는 우울, 부정 정서와 정적 관계가 있었고 삶 만족도와는 부적 관계를 나타냈음을 밝혀낸 전명임, 이희경(2011)의 연구결과와 같은 결과를 보여준다[12]. 반면 타인으로부터 인정과 관심을 받고자 하는 욕구로 인해 강한 우울과 조절감을 경험한다고 보고한 이미화(2001)의 연구결과와 완벽주의의 자기제시가 우울감을 조성한다는 하정희(2011)의 연구결과와 상반된 결과를 보여주고 있다[10][11].

둘째, 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의의 하위영역과 다차원적 완벽주의의 전체에 미치는 영향을 살펴본 결과, 대학생의 부모양육태도, 정신건강의

하위변인들은 자기지향적 완벽주의 변인에 영향을 미치는 요인으로 나타났다. 또한 대학생의 부모양육태도 하위변인 중에서 어머니 거부, 어머니 애정이 자기지향적 완벽주의에 유의미한 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 대학생이 지각한 부모의 적대감이 자기지향적 완벽주의에 유의미한 영향을 미치고 있음을 알 수 있었다. 이러한 연구결과는 부모의 양육방식을 애정적, 자율적, 합리적이라고 지각하는 대학생들의 자기지향적 완벽주의가 높게 나타났다고 보고한 우영지, 이기학(2007)의 연구결과와 일치함을 보인다[13].

셋째, 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 타인지향적 완벽주의에 미치는 영향을 살펴본 결과, 대학생의 부모양육태도, 정신건강의 하위변인들은 타인지향적 완벽주의 변인의 4.1%($R^2=.041$)의 설명력을 지니고 있으나, 모든 하위변인에서는 유의미한 차이가 없는 것으로 나타났다. 즉 대학생이 지각한 부모양육태도, 정신건강은 타인지향적 완벽주의에 영향을 미치지 않고 있는 것으로 나타났다.

넷째, 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 사회적으로 부과된 완벽주의에 미치는 영향을 살펴본 결과, 대학생의 부모양육태도, 정신건강의 하위변인들은 사회적으로 부과된 완벽주의 변인의 22.8%($R^2=.228$)의 설명력이 있고, 정신건강 하위변인 중 편집증이 사회적으로 부과된 완벽주의에 미치는 영향이 가장 큰 것으로 나타났다. 이는 아동의 사회부과 완벽주의가 우울, 불안 등 부적응적 성향을 띠는 것으로 보고한 정윤주(2012)의 연구결과와 일치한다[14].

다섯째, 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 다차원적 완벽주의 전체에 미치는 영향을 살펴본 결과, 대학생의 부모양육태도, 정신건강의 하위변인들은 다차원적 완벽주의 전체변인의 13.5%($R^2=.135$)의 설명력이 있고, 정신건강 하위변인의 하나인 편집증이 다차원적 완벽주의에 미치는 영향이 가장 큰 것으로 나타났다. 이는 자기 완벽성은 긍정감, 우울과 유의한 정적상관을 보였고, 타인완벽성은 긍정감과 유의한 정적상관을 보였으며, 사회완벽성은 부정감과 우울과는 정적상관, 긍정감과는 부적상관이 유의하게 나타났다는 이미화, 류진혜(2002)의 연구결과와 같은 맥락을 보이는 것으로

사료된다[15].

이상의 결과를 통해 대학생의 부모양육태도, 정신건강이 완벽주의에 미치는 영향력을 살펴볼 수 있었다. 이에 따라 대학생들의 다차원적 완벽주의에 도움을 줄 수 있는 다양한 방안을 고려해 보아야 할 것이다. 먼저 완벽주의 성향 자체가 긍정적 혹은 부정적 특성이라기 보다는 완벽주의의 부가기준이 어디에 있느냐에 따라 달라짐을 알 수 있다. 즉 본 연구는 자기지향적 완벽주의 성향은 적응적인 기능을 수행하고, 타인지향적 또는 사회적 완벽주의 성향은 부적응적인 기능을 한다는 것을 보여주었다. 그리고 완벽주의 성향과 정신건강과의 관계를 살펴본 결과는 편집증과 사회적으로 부과된 완벽주의의 상관관계가 가장 높았다. 사회완벽성이 높은 사람은 자기 자신보다는 타인의 기준에 도달하고자 하는데, 이는 스스로가 통제할 수도 없고, 결과의 확인도 가능하지 않기 때문에 그러한 과정에서 발생하는 자극이나 어려움을 스스로 극복하기 보다는 타인에 대한 의심 등 부정적 성향이 커짐을 보여주는 결과라고 볼 수 있다.

자기지향 완벽주의는 어머니 애정과 높은 상관관계를 보이는 것으로 나타났는데 이러한 것은 자기 자신이 정해 놓은 기준에 도달하고자 하는 완벽성은 성취감이나 보람감, 만족감 같은 긍정적인 정서를 경험하는 바 이는 어머니의 애정을 경험한 사람들은 긍정적인 성향을 가지게 되고 이는 자기지향 완벽주의를 가지게 되는 것으로 연결지어 생각해볼 수 있다. 한편, 생활에서 어려움을 겪는 대학생들의 근본적인 욕구의 공통점은 사랑받고 싶고, 인정받고 싶다는 것이다. 이러한 욕구는 주변 사람들의 평가나 인정에 민감하게 만들고 그로 인해 타인들의 기준에 맞추어야 한다는 타인지향 완벽주의나 사회완벽주의 등의 성향을 가지게 되고 거기에 도달하지 못하는 실제 자기와의 불일치로 인해 어려움을 겪게 된다. 따라서 부모교육 등으로 자녀와의 애착형성의 중요성을 강조하여 타인지향 완벽주의나 사회완벽주의보다는 자기지향 완벽주의의 성향을 가질 수 있도록 하여야 할 것이다. 이러한 결과 대학생들이 지각하는 부모의 양육태도, 정신건강이 완벽주의에 영향을 미치고, 완벽주의는 대인관계에 영향을 미칠 수 있음을

예측해 볼 수 있다. 따라서 예비부모인 대학생들에게 자녀양육과 관련된 예비부모교육의 프로그램을 제공하여 향후 부모자녀관계에까지 긍정적 영향을 미칠 있도록 하는 것도 필요할 것으로 본다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구에 대한 시사점으로, 이 연구는 대전과 서울에 소재하고 있는 4개 대학교에서 심리학개론을 수강하는 1학년, 2학년, 3학년, 4학년으로 한정하였기 때문에 본 연구결과를 우리나라 대학생들에게 일반화하기에는 한계가 존재한다. 즉 대학생들은 고등학교까지의 치열한 입시 체도를 거쳐 왔기 때문에 그렇지 않은 집단에 비해 이미 어느 정도의 성취지향성이 있고 그것이 완벽주의와 관련된 가능성이 있기 때문이다. 따라서 추후에 보다 다양한 집단을 통한 연구가 이루어져서 본 연구결과와의 비교가 이루어지는 것도 바람직할 것으로 사료된다. 또한 대학생들의 자기보고식 심리 검사를 사용하였기에 방어기제와 같은 다양한 문제점과 불성실한 오류를 완벽하게 해소하지 못한 한계점이 있다. 이런 단점을 극복하기 위해서 실제 사례를 가지고 심층 면접하는 질적 연구 등 다양한 경로를 통해 연구문제에 접근한다면 연구의 타당성을 높여줄 수 있을 것으로 사료된다.

참 고 문 헌

- [1] D. D. Burns, *The perfectionist's script for self-defeat*, Psychology today, Novem, 1980.
- [2] A. R. Pacht, "Reflections on perfection," *American Psychologist*, Vol.39, pp.386-390, 1984.
- [3] 안영미, *노인의 삶의 의미와 자아존중감 및 정신건강과의 관계 연구*, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 2003.
- [4] 김지현, *완벽주의 성향과 학교적응간의 관계*, 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문, 2001.
- [5] P. L. Hewitt and D. G. Dyck, "Perfectionism, stress, and vulnerability to depression," *Cognitive Therapy and Research*, Vol.10, pp.137-142, 1986.

- [6] 구승신, 정옥희, 장성화, “청소년의 자아정체감, 사회적지지와 정신건강과의 관계, 한국콘텐츠학회, 제11권, 제9호, pp.225-237, 2011.
- [7] P. L. Hewitt and G. L. Flett, “Dimensions of perfectionism in unipolar depression,” *Journal of Abnormal Psychology*, Vol.100, pp.98-101, 1991.
- [8] R. O. Frost, P. Marten, C. Lahart, and R. Rosenblate, “The dimensions of perfectionism,” *Cognitive Therapy and Research*, Vol.14, pp.449-468, 1990.
- [9] 윤은주, *대학생이 지각한 부모의 양육태도와 완벽주의 성향, 사회불안의 관계*, 건국대학교 교육대학원 석사학위논문, 2012.
- [10] 이미화, *완벽주의 성향의 순기능과 역기능*, 한양대학교 대학원 석사학위논문, 2001.
- [11] 하정희, “대학생들의 완벽주의적 자기제시, 방어 유형과 우울감과의 관계”, *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 제23권, 제4호, pp.921-941, 2011.
- [12] 전명임, 이희경, “다차원적 완벽주의와 우울, 주관적 안녕감 간의 관계: 사회적 유대감의 매개효과”, *인간이해*, 제32권, 제1호, pp.67-83, 2011.
- [13] 우영지, 이기학, “지각된 부모의 양육태도와 대학생의 진로태도성숙과의 관계: 사회적으로 부과된 완벽주의와 자기제시동기를 매개로”, *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 제19권, 제4호, pp.1023-1039, 2007.
- [14] 정윤주, “아동의 사회부과 완벽주의와 비판성 및 정서적 문제의 관계: 비판성의 매개효과를 중심으로”, *대한가정학회지*, 제50권, 제1호, pp.15-28, 2012.
- [15] 이미화, 류진혜, “완벽주의 성향의 순기능과 역기능: 성취목표, 스트레스, 심리적 안녕감, 우울과 관련하여”, *청소년학연구*, 제9권, 제3호, pp.293-316, 2002.
- [16] 박애선, “남녀 대학생의 정신건강과 상담의 적용성”, *학생생활연구*, 제19권, pp.27-36, 1996.
- [17] 이현주, “대학생의 성별 및 사회불안 수준에 따른 진로개방성, 진로탐색활동, 진로 정체감의 차이”, *교육학연구*, 제46권, 제1호, pp.79-99, 2008.
- [18] E. C. Chang and K. L. Rand, “Perfectionism as a predictor of subsequent adjustment: Evidence for a specific diathesis-stress mechanism among college students,” *Journal of Counseling Psychology*, Vol.47, pp.129-137, 2000.
- [19] T. Paker, *Family socialization and interaction process*. New York: Free Press of Glencoe, 1979.
- [20] 이은희, *지각된 부모-자녀관계에 따른 완벽주의와 우울*, 연세대학교 대학원 석사학위논문, 1999.
- [21] E. Atwater, *Adolescence*(3rd ed). Prentice Hall, 1992.
- [22] N. L. Collins and S. J. Read. “Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.58, No.4, pp.644-663, 1990.
- [23] J. C. Barrow and C. A. Moore, “Group interventions with perfectionistic thinking,” *Personnel and Guidance Journal*, Vol.61, pp.612-615, 1983.
- [24] K. G. Rice and S. A. Mirzadeh, “Perfectionism, attachment, and adjustment,” *Journal of Counseling Psychology*, Vol.47, pp.238-250, 2000.
- [25] 권성호, “한양대학교 학생들의 대학생활 적응 : 대인관계능력, 자아존중감, 정신건강과의 관계를 중심으로”, *대학생활연구*, 제15권, pp.91-121, 1997.
- [26] 장애경, *대학생의 성인애착과 우울수준에 대한 부적응적 완벽주의의 매개효과 검증*, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 2006.
- [27] 최은실, *애착과 일반적 자기효능감이 대학생활 적응에 미치는 영향*, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문, 2001.
- [28] 문원희, 정길수, 김미자, “대학생의 정신건강수준과 스트레스, 대처능력 및 대처방식”, *보건교육·건강*

