

대학생을 대상으로 한 완벽주의와 우울 및 불안의 관계에서 학업도움추구와 은폐의 매개효과

정은선¹, 하정희^{2*}

¹한라대학교 교직과정부, ²한양사이버대학교 청소년상담학과

Mediating Effects of Help-Seeking and Concealment on the Relations between Perfectionism and Depression, Anxiety in University Students

Eun-Sun Jung¹, Jung-Hee Ha^{2*}

¹Division of Teaching Profession, Halla University,

²Department of Adolescent Counseling, Hanyang Cyber University

요약 본 연구는 완벽주의와 학업장면에서 도움추구 및 은폐가 부정적 정서에 어떠한 과정을 거쳐서 영향을 미치는지 변인들 간의 경로를 규명하여 경로모형을 검증하고, 이 과정에서 위험 예측과 이득 예측의 역할을 살펴보고자 하였다. 본 연구에서는 완벽주의를 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의로 구분하였고, 부정적 정서로는 우울과 불안을 상징하여 연구를 실시하였다. 이를 위해 300명의 대학생을 대상으로 설문을 실시하였으며 회수된 268부 중에서 불성실하게 응답한 13부를 제외하여 최종 252부를 가지고 SPSS 18.0과 Amos 8.0으로 분석하였다. 연구결과, 학업에서 도움추구는 자기지향 완벽주의와 우울 및 불안을 완전 매개하고, 은폐는 사회부과 완벽주의와 우울 및 불안을 부분 매개하는 것으로 하는 것으로 나타났다. 한편 자기지향 완벽주의는 도움추구를 통해 우울 및 불안에 부적으로 영향을 미치는 반면, 사회부과 완벽주의는 직접 또는 은폐를 거쳐 우울 및 불안에 부적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 같은 결과를 중심으로 자기지향 완벽주의의 긍정적 측면을 밝힘과 동시에 적극적인 도움을 청하고, 은폐를 줄임으로써 우울 및 불안을 낮추는 개입의 필요성을 제안하였고, 제한점과 후속 연구의 필요성을 제안하였다.

Abstract The purpose of this study is to investigate the role of help-seeking and concealment in the relationship between perfectionism, depression, and anxiety. The participants were 252 university students, and analyses were conducted using PASW 18.0 and Amos 8.0. Help-seeking was confirmed to be a mediating variable between self-oriented perfectionism, depression, and anxiety. That is, self-oriented perfectionism had an effect on depression and anxiety through help-seeking. Also, concealment was a partially mediating variable between socially prescribed perfectionism, depression, and anxiety. The need to develop counseling and education approaches as a special intervention is discussed. The approaches are meant to reduce socially prescribed perfectionism and concealment. Limitations and implications for further study are suggested.

Keywords : perfectionism, help-seeking, concealment, depression, anxiety

1. 서론

치열한 경쟁 속에서 대학입학시험을 통과한 대학생들

마저도 대학생활의 고민요소로 31.8%가 학업 및 성적을 꼽았다[1]. 주로 입시를 앞둔 청소년들이 겪을 것으로 짐작되는 것과는 달리 학업과 성적으로 인한 심적 부담은

본 논문은 2014년도 한라대학교 교비 학술 연구과제로 수행되었음.

*Corresponding Author : Jung-Hee Ha(Hanyang Cyber University)

Tel: +82-2-2290-0341 email: hajung366@hanmail.net

Received March 9, 2016

Revised March 21, 2016

Accepted April 7, 2016

Published April 30, 2016

대학생들에게도 여전히 주목해야 할 영역이다. 학업의 결과와 자신의 가치를 쉽게 연결 짓는 풍토 속에 놓인 우리나라 교육현실을 고려할 때, 완벽주의의 영향을 학업과 관련지어 살펴보는 것이 매우 중요해 보인다. 학업으로 인한 완벽을 추구하려는 노력은 과제 수행에 있어서 바람직한 성과를 낳기도 하지만, 우울이나 불안과 같은 부정 정서를 유발하기도 한다[2,3]. 완벽주의 성향이 높은 사람들은 주로 자기를 비난하거나 자신의 가치에 대해 확신이 부족하고 타인의 부정적 평가를 두려워하는 경향을 보이며, 그 결과 우울과 같은 부정 정서를 경험할 가능성이 높다[4-6]는 것이다. 그러나 완벽주의 개념을 지향하는 대상에 따라 세분화 한 연구[7] 이래로 완벽주의에 대한 이해는 보다 정교하고 면밀하게 살펴보아야 할 필요성이 제기된다. [7]에 따르면, 완벽주의는 스스로에게 엄격한 기준을 부여하고 완벽함을 추구하려는 성향을 나타내는 자기지향 완벽주의(Self-Oriented Perfectionism), 중요하다고 여기는 타인에게 완벽함을 기대하는 타인지향 완벽주의(Other-Oriented Perfectionism), 타인이 자신에게 부여한 사회부과 완벽주의(Socially Prescribed Perfectionism)의 세 차원으로 구분된다. 타인의 부정적 평가를 두려워하는 경향을 보이는 측면과는 달리 스스로가 설정한 기준에 도달하기 위해서 동기화하고 노력하는 과정과 외부로부터 부과된 기준이 달성하기 어렵다고 여기는 성향에 따라서 우울 및 불안 같은 심리적인 상태가 달라진다면, 완벽주의와 더불어 심리적 적응을 돕는데 기여할 수 있을 것이다.

이처럼 완벽주의가 심리적 상태에 영향을 미칠 때, 주변으로부터 도움을 구할 수 있다면 결과는 어떠할까? 스스로 혹은 외부에서 부여한 높은 기대 수준을 만족시키려고 하는 완벽주의적인 태도가 학업에서 어려움을 겪는 상황에서 도움을 청하는 적극적인 방식으로 나타날 수도 있고, 도움을 피하고 자신의 결점을 드러내려 하지 않을 수도 있을 것이다.

학업과 관련된 완벽주의의 연구는 학업지연이나[8], 학업소진[9]에 영향을 미친다는 결과가 보고된 바 있으며, 한 연구에 따르면 완벽주의가 심리적 부적응[10]에 영향을 미치는 과정에서 자기은폐가 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 타인의 부정적인 평가를 두려워하는 특성을 보이는 완벽주의적인 학생들은 자신을 은폐함으로써 부적절한 모습을 감추려하며, 그로 인해 심리적 부적응이 심화된다는 것을 말해주고 있다. 따라

서 완벽주의 성향이 강한 학생들에게 자신을 은폐하는 것의 의미나 자신을 개방하는 것의 어려움이 하나의 과정이 되어 심리적인 어려움을 야기시킬 수 있음을 깨닫도록 돕는 것은 완벽주의 관련 분야의 교육 및 치료 분야에서 중요한 시사점을 가진다. 이에 완벽주의 성향이 강한 학생이 학업에서 어려움을 겪게 될 경우, 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의 각각의 성향에 따라서 우울 및 불안과 같은 심리적 부적응에 어떠한 영향을 미치는지, 또한 어떠한 학업적 관련 요인의 과정을 거쳐서 부적응에 이르게 되는지를 살펴보는 것은 이루어지는지를 살펴보는 것은 매우 중요할 것이다. 특히 완벽주의 각각의 성향에 따라서 이러한 성향이 강한 학생이 학업에서 어려움을 겪을 때 도움을 추구하는지 어려움을 감추려하는지를 살펴보고, 이에 따른 심리적 부적응의 결과를 경험적으로 확인할 수 있다면 완벽주의 학생을 돕는 방법과 개입을 효율적으로 할 수 있게 된다는 점에서 매우 유용하다.

완벽주의를 다차원적으로 살펴 본 선행 연구에서 자기지향 완벽주의는 우울, 사회불안과 유의하지 않은[2] 반면, 사회부과 완벽주의는 우울 및 불안에 유의한 영향을 미쳤다[2,10]. 자기지향 완벽주의는 스스로가 설정한 기준에 부합하기 위해 노력하고 이 과정에서 자신의 실패를 허용할 뿐 아니라 자존감이 손상되지 않으므로써 [10] 불안에 직접적인 영향을 미치지 않지만, 사회부과 완벽주의는 타인의 높은 기대를 충족시키려는 과정이 실패했을 때 인정받지 못할 것이라는 생각이 우울과 불안을 야기하는 것으로 풀이된다. 이러한 선행연구 결과를 바탕으로 본 연구에서는 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의가 우울과 불안에 서로 다르게 영향을 미칠 것으로 예상하고 그 과정을 살펴보고자 하였다.

이렇게 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의, 학업도움추구와 은폐, 우울 및 불안에 대한 이론적 관련성을 바탕으로, 본 논문에서는 먼저 자기지향 완벽주의 및 사회부과 완벽주의와 우울 및 불안 간에 관련성을 나타낼 것으로 가정하고 그 과정에서 각각 도움추구와 은폐가 매개할 것으로 가정하여 이를 검증하고자 하였다. 즉, 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의가 우울 및 불안 간의 관계에서 학업 도움추구와 은폐가 각기 다른 과정으로 영향을 미칠 것으로 가정하여 전문적 도움을 제공하는 개입 전략을 찾고자 하였다. 학업에서 어려움을 겪을 때 완벽주의 차원에 따라 학생이 학부모나 교사, 전문

가에게 도움을 청하는가 오히려 감추려 하는가와 그에 따라 우울 및 불안에 미치는 영향에 차이가 있다면, 전문적인 도움 제공에 있어서 유용한 개입 방식을 계획함과 동시에 우울과 불안을 낮추는 실질적인 유용성을 얻을 수 있을 것이다. 이러한 가정에 근거하여 설정한 연구 문제는 다음과 같다.

첫째, 자기지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의는 학업도움추구 및 학업도움은폐에 어떻게 관련될 것인가?

둘째, 연구모형은 최적의 모형인가(Figure 1 참조)?

셋째, 학업도움추구(이하 도움추구) 및 학업도움은폐(이하 은폐), 우울 및 불안에 영향 미치는 예측변인들의 영향력은 어떠한가?

2. 이론적 배경

2.1 완벽주의

완벽주의(perfectionism)는 상황이 요구하는 것 이상의 높은 수준의 수행을 자신이나 타인에게 요구하는 것을 뜻하며[11], 한 개인이 완벽주의 성향을 가지고 있는 것은 부적응적이거나 신경증적인 성격 특성으로 여겨져 상담이나 심리치료의 대상으로 관심을 받아왔다[12]. 완벽주의에 대한 초기 연구가 주로 부적응적 관점에서 보아왔던 대해 비해, 1990년대 이후부터는 비교적 적응적이고 정상적인 특성을 포함하는 다차원적 개념으로 확장되었다[13-14]. 완벽주의를 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의로 구분하여 살펴본 연구 결과에 따르면, 적응적 완벽주의는 학업열의에 정적인 영향을 미치나[15] 우울과는 유의한 상관을 보이지 않았다[16]. 반면에 부적응적 완벽주의는 학업열의와 우울감[16]에 부적적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

완벽주의척도(Multidimensional Perfectionism Scale; MPS)를 세 개의 하위 차원으로 제안[7]한 이래 완벽주의에 대한 연구는 더욱 활발히 이루어졌다. 이에 따르면, 완벽주의의 개념은 크게 세 가지로 자기지향 완벽주의(self-oriented perfectionism; SOP)와 타인지향 완벽주의(other-oriented perfectionism; OOP)), 사회부과 완벽주의(socially prescribed perfectionism; SPP))가 그것이다. ‘자기지향 완벽주의’는 자기 스스로에게 엄격하고 높은 기준을 설정하는 것으로 성취동기가 높고 본인에게 엄격

한 평가를 하는 것을 특징으로 한다. ‘타인지향 완벽주의’는 자신에게 중요하고 의미 있는 타인에게 비현실적으로 높은 기준을 설정하며 이에 따라 타인의 수행을 엄격하게 평가하는 경향성을 말한다. ‘사회부과 완벽주의’는 자신에게 중요한 타인이 비현실적인 높은 기준을 부과하고, 자신에게 그것을 수행하도록 압박을 가한다고 생각하는 경향성을 뜻한다[7]. 사회부과 완벽주의는 완벽하고자 하는 동기가 외부로부터 발생하는 것으로 우울, 불안, 자살 생각 등과 같은 심리적 부적응과 밀접하게 관련되는 것으로 나타나[17-18], 주로 완벽주의의 부적응적 측면으로 설명된다. 본 연구에서는 완벽주의에 대한 세 하위차원 중 타인지향 완벽주의는 본 연구의 종속변인인 우울과의 상관이 미약하고, [19]의 연구에서도 타인지향 완벽주의는 유의한 상관이 없는 것으로 나타난 바, 타인지향 완벽주의를 제외한 사회부과 완벽주의와 자기지향 완벽주의를 중심으로 살펴보았다.

2.2 학업도움추구 및 은폐

학업장면에서 도움 추구(help-seeking)에 대한 초기 연구는 도움 추구를 타인에게 의존하는 형태로 여기고, 독립과 능력발달에 방해되는 것처럼 잠재적으로는 부적응적인 것으로 간주하였다[20]. 하지만 1980년대 중반부터 도움 추구에 대한 두 가지 관점이 나타났는데, 하나는 자기조절학습 모델과 관련된 것이었고, 다른 하나는 학생들의 문제 대처와 관련된 것이었다. 자기조절학습은 스스로 자신의 학습과 동기에 영향을 미치기 위하여 자신의 생각, 느낌, 행동을 계획하고 체계적으로 조정하는 것을 말한다[21]. 이 관점에서는 도움추구가 학생들이 스스로 해결하기 어려운 문제에 부딪혔을 때 잠재적으로 적응적인 전략이다[22-23]. 이 관점에서는 타인에게 도움, 조언, 지원을 청하는 것은 개인적 자원을 더 크게 요구할 때 적응적일 수 있다[24-25]. 도움 추구는 학생들이 어려움과 마주쳤을 때 학업활동에 다시 건설적으로 관여하기 때문에 적응적으로 본다. 그런 이유로 도움 추구는 교실에서 학생들의 참여의 질과 매우 밀접하게 관련되었다는 것을 예언한다[26]. 높은 동기를 가진 학생들은 도움을 요청하려고 하고, 도움을 요청하는 학생들은 도전적인 학습과제에 점점 더 관여하게 되는 것이다.

한편, 은폐는 일종의 문제 대처 방식으로서 학생들이 지속적으로 과제를 수행하는데 도움을 차단하게 하고, 오랫동안 학습 과제 참여를 약화시키기 때문에 학교에서

어려움을 겪는 학생들로 하여금 그들의 어려움을 더욱더 감추게 한다. 은폐가 불안에 의해 동기화된다면, 개인의 결점이 공개적으로 드러나는 것으로부터 보호하려는 욕구를 반영하는 것이다. 그러나 은폐는 권태로부터 동기화될 수도 있어서 더 많이 과제에 몰입하는데 필요한 도움을 피함으로써 단지 과제 참여를 덜 하려는 욕구를 반영하기도 한다[26]. 개인이 학업소진을 경험하는 경우에도, 전문적인 도움을 받는 것에 대해서 지나친 불편감이나 두려움을 갖지 않는다면 삶의 만족까지 확대되는 것을 막을 수 있음[27]을 시사하는 결과를 보더라도 학업에서 겪는 어려움을 개방하고 도움을 청함으로써 합리적인 문제해결 및 심리적 안정을 추구할 수 있을 것이다.

따라서 학생이 학업에서 겪게 되는 어려움을 학부모나 교사, 상담자에게 개방하고 도움을 청하는 것이 독립심을 해침으로써 우울이나 불안에 부정적인 영향을 미칠 것인지, 오히려 적극적인 문제해결을 위한 전략이 될 것인지 살펴보는 것은 매우 중요해 보인다. 또한 도움을 청하지 않고 어려움을 감추으로써 우울이나 불안에 어떠한 영향을 미칠 것인가를 함께 살펴봄으로써 도움추구와 은폐의 영향을 종합적으로 살펴볼 수 있을 것이다. 이러한 과정을 살펴보는 것은 학업에서 어려움을 겪는 학생들을 다각적으로 이해함과 아울러 상담 및 교육 장면에서 매우 유의한 개입전략을 제공할 수 있을 것이다.

2.3 완벽주의, 학업도움추구, 은폐, 우울 및 불안

자기지향 완벽주의는 우울과 서로 유의한 상관관계가 있다는 결과[7]가 나타나는 한편, 자신이 가진 기대와 실제 자기기간의 불일치로 인해 우울을 경험하기도[28] 하는 등 서로 상이한 결과가 보고되고 있다. 반면 사회부과 완벽주의는 타인이 자신에게 부과한 비현실적으로 높은 기준에 대한 생각과 그 기준을 만족시켜야 한다는 두려움을 반영하는 것으로서, 다양한 심리적 부적응과 관련되며[29], 특히 우울과 높은 상관관계를 보였고[30], 스트레스, 불안과도 유의한 정적 상관관계를 보였고[31].

또한 자기지향 완벽주의는 학업장면에서는 지연행동과 부적 상관관계를 보였고[8], 도움추구태도에는 유의한 영향을 미치지 않았다. 이에 비해, 사회부과 완벽주의는 학업지연행동과 정적인 상관관계를 보였고 도움추구에도 부적 상관관계를 보이는 것으로 나타났다[32]. 이는 자기지향 완벽주의 성향은 학업에 있어서도 자신이 설정한 기준에 도달하기 위해서 도움을 추구하여 어려운 문제를 해결하

고자 하는 적극적인 대처 전략을 취하는 반면에, 사회부과 완벽주의 성향은 타인이 부과한 높은 기준을 만족시켜야 한다는 부담으로 해결해야 할 문제 상황을 피하거나 숨기려는 방식을 취하는 것으로 보인다.

완벽주의자는 사회적 장면에서 타인이 자신의 결점을 알게 되면 타인으로부터 거절당할 것이라는 두려움을 느끼기 쉽고, 이로 인해 자신의 실수와 결점을 최대한 감추려 한다[33-34]. 이 과정에서 자기 은폐는 적절한 대처전략으로서 타인의 도움이나 피드백을 활용하는 방법을 배우는 과정을 방해하고 이는 결국 심리적 부적응으로 이어질 수 있다[35]. 고등학생을 대상으로 한 연구에서도 [10], 사회부과 완벽주의는 자기은폐 및 우울, 불안과 유의한 정적 상관관계를 보이는 것으로 나타나, 자신의 어려움을 감추려는 시도는 심리적 부적응으로 이어질 수 있음을 확인하였다. 자기은폐는 부적응적 완벽주의와 심리적 고통의 관계를 완전 매개하였고[36], 사회부과 완벽주의가 심리적 부적응에 미치는 영향을 부분 매개하는 등 [10]. 완벽주의와 심리적 고통 및 부적응의 관계에서 중요한 역할을 하고 있음을 알 수 있다.

3. 연구방법

3.1 연구대상

A 지역과 B 지역에 위치한 4년제 대학 두 곳에서 교양강좌를 수강중인 학부생 1학년부터 4학년까지의 300명을 대상으로 하여 2015년 11월에 설문조사를 실시하였다. 설문지는 총 268부가 회수되었으며, 이중 불성실하게 응답한 설문지 13부가 제외되어 최종적으로 252부를 분석에 사용하였다. 분석에 포함된 학생들 전체의 평균연령은 21.38(SD=1.84)로 나타났고, 이중 남학생은 153명으로 평균연령이 21.48(SD=2.11)세이었고, 여학생은 97명으로 평균연령은 21.25(SD=1.32)세로 나타났고, 결측치는 2명이었다.

3.2 측정도구

3.2.1 다차원적 완벽주의 척도

(Multidimensional Perfectionism Scale: MPS)

다차원적 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: MPS)는 [7]이 개발한 것으로서, [37]이 번역한 질문지를 [38]가 재번역한 것을 본 연구에서 사용하였다.

이 척도는 완벽주의를 귀인 하는 방향성에 따라서 자기 지향 완벽주의, 타인지향 완벽주의, 사회부과 완벽주의의 세 차원으로 분류하는데, 이들 하위차원들은 15개의 문항으로서 전체 45문항으로 구성된다. 7점 Likert형 척도로서, 점수가 높을수록 완벽주의적 성향이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서는 이들 세 개의 하위차원들 가운데 완벽주의의 긍정적인 특성과 부정적인 특성을 가장 분명하게 나타내는 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의의 두 하위차원을 사용하였으며, 각 하위차원의 문항을 무선 할당하여 두 개의 측정변수(예: 자기지향 완벽주의 1, 자기지향 완벽주의 2)로 분석하였다. [7]의 연구에서 이 두 요인의 신뢰도계수(Cronbach α)는 각각 .82, .87이었고, 본 논문에서 이들 세 가지 요인의 신뢰도계수(Cronbach α)는 각각 .82, .74로 나타났다.

3.2.2 도움추구 및 은폐 척도

(Help-seeking and Concealment)

도움추구 및 은폐척도는 [26]이 개발한 척도를 본 연구자 2인과 관련 통번역 전공 연구원 1인이 번안하여 사용하였다. 이 척도는 학생들이 학업장면에서 도전 상황에 대한 반응으로(예: 학교에서 교과목 관련 문제가 있을 때 또는 학교에서 힘든 일이 생겼을 때 (시험을 잘 보지 못했거나 중요한 질문에 답하지 못하는 등)) 이루어진다. 4점 Likert형 척도로 학업도움추구(예: 나는 관련 자료를 이해하기 위해 도움을 청한다, 나는 선생님께 이해하지 못한 부분을 설명해 달라고 청한다)는 5문항, 은폐(예: 나는 누구도 만나고 싶지 않다, 나는 그 문제에 대해 누구에게도 얘기하지 않는다)는 9문항으로 총 14 문항으로 구성된다. [26]의 연구에서 보고된 신뢰도 계수(Cronbach α)는 학업도움추구 .79, 은폐.86이었고, 본 연구의 신뢰도 계수(Cronbach α)는 각각 .79, .91로 나타났다.

3.2.3 우울 척도(Center for Epidemiological Studies Depression Scale: CES-D)

본 연구에서는 우울감을 측정하고자 [39]가 번안한 한국판 CES-D를 사용하였다. CES-D는 일반인들이 경험하는 우울증상을 측정하고자 개발되었으며, 총 20개 문항, 4점 Likert형 척도로서, 점수의 합이 클수록 우울감이 더 크다는 것을 나타낸다. 본 연구에서는 이들 문항을 무선 할당하여 두 개의 측정변수(우울 1, 우울 2)로

분석하였다. [39]의 연구에서 신뢰도 계수(Cronbach α)는 .89로 나타났고, 본 연구에서의 신뢰도 계수(Cronbach α)는 .90으로 나타났다.

3.2.4 특성불안 척도

(State Trait Anxiety Inventory, STAI)

특성불안 척도는 [40]이 개발한 상태-특성 불안척도를 [41]이 번안한 것을 본 연구에서 사용하였다. 이 척도는 상태불안과 특성불안 문항 각각 20문항으로 구성되어 있으며, 본 연구에서는 성격적인 불안을 측정할 수 있는 특성불안 척도 20문항을 사용하였다. 4점 Likert형 척도로 이루어져 있으며, 점수의 합이 클수록 불안감이 더 높다고 해석할 수 있다. 본 연구에서는 이들 문항을 무선 할당하여 두 개의 측정변수(불안 1, 불안 2)로 분석하였다. [42]의 연구에서의 신뢰도계수(Cronbach α)는 .89로 나타났고, 본 연구에서의 신뢰도계수(Cronbach α)는 .87로 나타났다.

3.3 연구모형

본 연구에서는 완벽주의의 하위 변인인 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의가 우울 및 불안에 영향을 미치는가를 탐색하고 이 과정을 매개하는 변인을 확인하고자 하였다. 이를 위해 학업에서 도움추구와 은폐를 매개변인으로 상정함으로써 완벽주의와 우울 및 불안에 대한 이해를 보다 정교화 할 수 있을 것이다. 본 연구에서는 연구 모형을 그림 1과 같이 설정하고, 자기지향 완벽주의, 사회부과 완벽주의, 도움추구, 은폐가 우울 및 불안에 미치는 경로를 검증하고자 하였다.

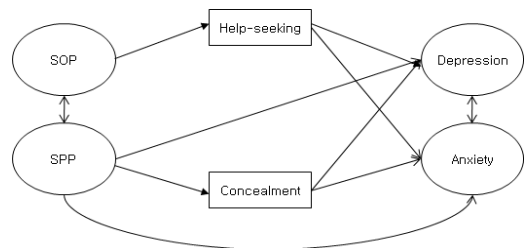


Fig. 1. Research Model

3.4 조사 및 분석방법

본 연구에서는 먼저 SPSS 18.0 통계 프로그램을 이용하여 각 변인의 신뢰도 검증, 변인들 간의 단순상관 분석

과 평균, 표준편차, 왜도와 첨도 분석을 실시하였다. 다음으로 소진과 위험예측, 이득예측, 삶의 만족 간의 구조적 관계를 살펴보고자 구조방정식 모형검증을 실시하였다.

먼저 전체변인들의 왜도와 첨도를 확인하였는데, 측정변수가 정규분포를 이루고 있음을 확인할 수 있었으며, 이어서 평균, 표준편차를 비롯하여 전체 변인들 간 상관분석을 실시하였다.

다음으로, 완벽주의 하위차원인 자기지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의, 학업도움추구, 학업도움은폐, 우울, 불안 간의 모형의 적합도를 살펴보고자 AMOS 7.0을 사용하여 구조방정식 모형 분석을 실시하였다. 모형의 적합도를 분석하기 위하여 절대적 적합지수로서 χ^2/p 와 RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation)를 절대적 적합지수의 지표로 사용하였으며, 기초모형에 대한 제안모형의 부합도 평가를 위하여 비표준 적합지수 TLI와 비교적합도 CFI를 사용하였다. χ^2 의 값이 통계적으로 유의하지 않을 때 매우 적합한 모형으로 간주하나, χ^2 값이 통계적으로 유의하더라도 TLI와 CFI가 .90 이상이고 RMSEA가 .08보다 작으면 모형을 양호한 것으로 해석한다는[43] 절차를 참고하였다.

4. 연구결과

4.1 측정변인들의 상관, 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도

완벽주의의 하위변인인 자기지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의, 학업도움추구, 학업도움은폐, 우울, 불안 간의 관계를 살펴보고자 변인들 간의 단순상관계수와 평균, 표준편차를 표 1을 통해 제시하였다.

표 1을 통해 살펴보면, 자기지향 완벽주의는 학업도움추구에, 사회적으로 부과된 완벽주의는 학업도움은폐와 유의한 상관을 나타내었음을 볼 수 있다. 아울러 자기지향 완벽주의는 우울 및 불안과 매우 약한 관련성을 나타내는 반면에, 사회적으로 부과된 완벽주의는 우울 및 불안과 높은 유의한 관련성을 나타낸다는 것을 발견할 수 있다. 한편, 학업도움추구와 학업도움은폐 모두가 우울 및 불안과 유의한 관련성을 나타내지만, 학업도움추구보다는 학업도움은폐가 우울 및 불안과 더 높은 관련성을 나타낸다는 것을 알 수 있다.

Table 1. Correlations of Variables, Descriptive Statistics, Skewness and Kurtosis (n=252)

V	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	-									
2.	.75**	-								
3.	.28**	.46**	-							
4.	.21**	.40**	.58**	-						
5.	.23**	.20**	-.06	-.03	-					
6.	.08	.16*	.33**	.22**	-.02	-				
7.	.05	.17**	.36**	.35**	-.11	.22**	-			
8.	.15	.22**	.31**	.33**	-.19**	.25**	.80**	-		
9.	.00	.15*	.41**	.34**	-.18**	.30**	.68**	.66**	-	
10.	.00	.14*	.46**	.34**	-.21**	.34**	.63**	.63**	.81**	-
M	3.31	3.16	2.78	2.88	2.79	2.01	1.95	1.85	2.27	2.20
SD	.69	.60	.42	.51	.50	.62	.57	.51	.48	.52
S	-.24	.01	.15	.23	.08	.24	.56	.15	.15	.15
K	.23	-.40	.38	.62	.57	-.09	-.25	-.23	-.09	-.25

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

Note. n=sample size, V=variables, S=skewness, K=kurtosis

1. SOP1; self-oriented perfectionism 1 2. SOP2; self-oriented perfectionism 2, 3. SPPI; socially prescribed perfectionism 1, 4. SPP2; socially prescribed perfectionism 2, 5. help-seeking, 6. concealment, 7. depression 1, 8. depression 2, 9. anxiety 1, 10. anxiety 2

표 1에서 보듯이 소진, 위험 예측, 이득 예측, 삶의 만족 간의 관계를 살펴보고자 상관분석을 실시하였다. 그 결과 소진의 하위요인들은 위험 예측과는 대체로 정적 상관을 나타내었고, 이득 예측과는 부적 상관을 나타내었다. 또한 소진의 하위요인들은 영성을 제외한 삶의 만족 하위 변인들과 유의한 부적 상관을 나타내었다. 한편, 위험 예측 및 이득 예측은 소진과 비슷한 양상으로 영성을 제외한 삶의 만족과 유의한 관련성을 나타내었다.

4.2 완벽주의와 우울 및 정서의 관계에서 도움추구와 은폐의 매개효과

4.2.1 측정 모형 검증

본 연구의 측정 변인들이 잠재 변인을 잘 설명하고 있는지에 대해 확인적 요인분석을 통하여 그 타당성을 살펴보고자 하였다[44]. 그 결과 $\chi^2(N=252, df=22)$ 는 43.64($p<.01$), CFI는 .99, TLI는 .96, RMSEA는 .07로 나타나, 본 연구의 측정 모형이 타당한 모형임이 증명되었다.

4.2.2 구조 모형 검증

자기지향 완벽주의, 사회적으로 부과된 완벽주의, 학업적 도움추구, 은폐, 우울, 불안 간의 경험적 자료들을 토대로 하여 연구모형을 설정하고 공분산분석을 실시하

였다. 그 결과, $\chi^2(N=252, df=27)$ 는 58.10($p<.001$)으로 나타났는데, p 값이 .001보다 작게 나타났을 경우 GFI, TLI, NFI 등의 다른 적합도를 평가해야 함이 제안된 바 있으므로[45], 이러한 근거에 따라 GFI, TLI, NFI, AGFI, RMSEA의 값을 살펴보았다. 그 결과, CFI는 .96, TLI는 .96, RMSEA(90%신뢰구간)는 .07(.04~.09)로서 적합도 지수 값이 양호한 것으로 나타났다.

따라서 연구모형을 최종모형으로 선정하였고, 이를 그림 2와 표 2를 통해 제시하였다.

Table 2. Parameter estimated, Standard error and Test statistics

path coefficient between variables	unstandardized-estimate	standardized estimates	standardized error	critical ratio
SOP → help-seeking	.17	.16**	.06	2.90
SOP → concealment	.63	.36***	.12	5.06
SPP → depression	.62	.43***	.12	5.30
SPP → anxiety	.57	.47***	.10	5.96
help-seeking → depression	-.16	-.15*	.06	-2.53
help-seeking → anxiety	-.18	-.20***	.05	-3.45
concealment → depression	.08	.10	.06	1.51
concealment → anxiety	.13	.18**	.05	2.82

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

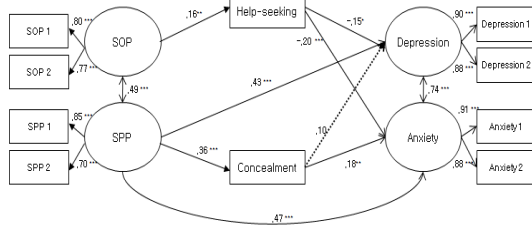


Fig. 2. Final path model with path estimates

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

그림 2와 표 2를 보면, 자기지향 완벽주의는 학업도움추구에 유의한 영향을 미치며(.16, $p<.01$), 학업도움추구는 우울(-.15, $p<.05$)과 불안(-.20, $p<.001$)에 유의한 영향을 미침을 알 수 있다. 한편, 사회적으로 부과된 완벽주의는 학업도움은폐(.36, $p<.001$)에 유의한 영향을 미치며, 학업도움은폐는 우울(.10, $n.s.$)에는 유의한 영향을 미치지 않고 불안(.18, $p<.01$)에 유의한 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있었다. 아울러, 사회적으로 부과된 완벽주의는 우울(.43, $p<.001$)과 불안(.47, $p<.001$)에 직접적으로 유의한 영향을 미친다는 것을 볼 수 있었다.

Table 3. Variables Effects on Help-seeking, Concealment, Depression and Anxiety

criteria variables	independent variables	direct effect	indirect effect	total effect	R ²
help-seeking	SOP	.16**	-	.16**	.075
	SPP	-	-	-	
concealment	SOP	-	-	-	.085
	SPP	.36***	-	.36***	
depression	SOP	-	-.03	-.03	.203
	SPP	.43***	.04	.47***	
	help-seeking	-.15*	-	-.15*	
	concealment	.10	-	.10	
anxiety	SOP	-	-.03	-.03	.266
	SPP	.46***	.07	.53***	
	help-seeking	-.20***	-	-.20***	
	concealment	.18*	-	.18*	

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

한편, 표 3을 통해 학업도움추구와 학업도움은폐, 우울, 불안에 대한 예측변인들의 영향력을 살펴보면, 먼저 학업도움추구에 대한 자기지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의의 설명량은 7.5%로 나타났으며, 학업도움은폐에 대한 자기지향 완벽주의와 사회적으로 부과된 완벽주의의 설명량은 8.5%로 나타났다. 우울에 대한 완벽주의 하위차원과 학업도움추구, 학업도움은폐의 설명량은 20.3%였는데, 이 가운데 사회적으로 부과된 완벽주의의 효과가 가장 크게 나타났으며, 학업도움추구나 학업도움은폐도 약간의 효과를 나타내었다. 아울러, 불안에 대한 완벽주의 하위차원과 학업도움추구, 학업도움은폐의 설명량은 26.6%였는데, 역시 사회적으로 부과된 완벽주의의 효과가 가장 크게 나타났으며, 그 다음 순으로 학업도움추구 및 학업도움은폐의 영향력을 확인할 수 있었다.

5. 결론 및 제언

본 연구는 대학생을 대상으로 하여 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의가 어떠한 경로를 통하여 우울 및 불안에 영향을 미치는지를 확인하고자 하였다. 아울러 이 과정에서 각각의 완벽주의 성향이 큰 학생들이 학업에서 어려움을 겪게 될 때 교사나 주변 사람들에게 알리고 도움을 청하는지, 혹은 어려움을 숨기려 하는지 그 과정을 살펴보고자 하였다.

본 연구의 결과와 시사점을 살펴보면, 먼저, 자기지향 완벽주의는 학업도움추구와, 사회부과 완벽주의는 학업

도움은폐와 유의한 정적상관을 보였다. 또한 자기지향 완벽주의는 우울 및 불안과 유의한 상관으로 나타났으나 낮은 관련성을 나타낸 반면, 사회부과 완벽주의는 우울 및 불안과 높은 유의한 상관을 보였다. 또한 학업도움추구와 학업도움은폐 모두 우울 및 불안과 유의한 관련성을 보였으나, 학업도움추구보다는 학업도움은폐가 우울 및 불안과 관련성이 더 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기지향 완벽주의가 높을 경우에는 스스로가 설정한 기준에 도달하기 위하여 학업에서 어려움을 겪을 때 도움을 청함으로써 우울 및 불안이 적어진다는 것을 의미한다. 반면, 사회부과 완벽주의가 높을 경우에는 어려움을 겪는 상황을 감추려함으로써 우울 및 불안을 더 많이 느낄 수 있다는 것이다. 이는 고등학생을 대상으로 하여 사회부과 완벽주의가 심리적 부적응에 영향을 미치는 과정에서 자기은폐가 매개역할을 한다는 선행연구 결과 [10]를 반복 검증하는 동시에 선행연구를 확장하여 자기지향 완벽주의를 함께 살펴보았다는 데에 의의가 있다. 이로써, 완벽주의의 차원적 개념을 재확인하였을 뿐만 아니라 학업에서 어려움을 겪을 때 도움을 청하는 것의 이점을 종합적으로 확인할 수 있었다. 이러한 결과를 통해 스스로 높은 기준을 설정하여 완벽함을 추구하는 사람들은 학업에서 적극적으로 도움을 요청하지만, 타인으로부터 완벽함을 강요받는다고 지각하여 완벽함의 기준이 타인에게 설정됨으로써 완벽함을 추구하는 사람들은 학업에서 어려움을 겪을 경우 이를 감추고 도움을 추구하지 않는다는 것을 발견할 수 있었다. 이러한 두 가지 차원의 완벽성과 도움추구 성향 간의 관련성을 통해 각각의 완벽주의 차원별로 학업적 측면에서 주의해야 할 사항을 사전에 준비하고 예측해볼 수 있을 것이며, 자신의 성향을 이해함으로써 학업적 도움요청의 필요성에 대해 점검해보도록 할 수 있을 것이다.

다음으로 자기지향 완벽주의, 사회부과 완벽주의와 우울 및 불안 간의 관계에서 학업도움추구와 은폐가 영향을 미치는 경로를 살펴보기 위해 연구모형을 검증하였다. 그 결과 자기지향 완벽주의는 우울 및 불안에 직접적으로 영향을 미치지 않고, 학업도움추구를 통해 우울 및 불안에 부적응으로 유의한 영향을 미친다는 점을 확인할 수 있었다. 즉 학업도움추구가 자기지향 완벽주의와 우울 및 불안의 관계에서 완전 매개하는 것을 의미한다. 그러나 사회부과 완벽주의는 우울 및 불안에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 은폐를 통하여 불안에 영향을 미

치는 것으로 나타났다. 즉, 스스로 높은 기준을 설정하기 보다는 타인으로부터 높은 기준을 부과 받았다고 지각한 사회부과 완벽주의는 이러한 성향 자체로 인해 우울과 불안을 야기하는 것이다. 이와 동시에 이들은 학업적 도움이 필요한 상황에서 도움을 요청하지 않고 이를 은폐함으로써 자신의 결함을 숨김으로써 결과적으로 우울 및 불안에 이르게 되는 것이다. 아울러 사회부과 완벽주의자들의 완벽하고자 하는 시도가 외부로부터 부여된 것이므로 우울이나 불안, 자살사고와 같은 심리적 부적응과 관련된다는 결과[20]과도 맥락을 같이 하고 있다.

본 연구에서의 이러한 결과는 많은 학업적 시사점을 나타내준다. 연구 결과를 통해서 학업 장면에서 어려움을 겪을 때 교사나 전문가로부터 도움을 청하는 것 못지않게 외부에서 부과한 높은 기준에 도달하기 위해서 자신의 수행을 엄격하게 평가하려는 태도를 줄일 수 있도록 돕는 것 또한 매우 중요하다는 것을 알 수 있었다. 따라서 학교 장면에서 교사나 상담자는 학업의 어려움을 겪는 학생들에게 적극적인 도움을 요청하도록 돕는 노력과 함께, 외부에서 부과한 기대 수준에 자신을 맞추려하기 보다 스스로가 목표를 설정하고 도달하기 위해 노력하는 것의 중요성과 의미를 깨달을 수 있도록 돕는 것이 매우 필요해 보인다. 특히 대학입시의 부담을 이겨 내 대학생활마저도 학업 및 성적은 여전히 스트레스 요인이며 [1], 이들이 겪는 어려움을 효과적으로 조력하는 것은 원만한 대학생활 적응에 핵심요소일 수 있겠다.

마지막으로, 본 연구에서는 살펴본 각 변인들의 설명량은 학업도움추구에 대한 완벽주의의 설명량이 7.5%, 은폐에 대한 설명량이 8.5%로 나타났다. 또한 우울에 대한 완벽주의와 학업도움추구 및 은폐의 설명량은 20.3%, 불안에 대한 설명량은 26.6%로 나타났다. 특히 이 가운데 사회부과 완벽주의가 우울 및 불안에 미치는 영향력이 가장 큰 것으로 나타났다. 따라서 스스로가 정한 기준에 도달하려고 하는 자기지향 완벽주의는 어려움을 겪을 때조차 도움을 추구함으로써 우울 및 불안을 완화시키지 않는 반면, 사회부과 완벽주의는 우울이나 불안을 경험하는데서 매우 강력하게 작용하며 도움을 제공할 개입조차 차단함을 시사한다.

본 연구의 제한점과 후속 연구의 필요성을 제안하면 첫째, 본 연구는 대학생 집단을 대상으로 하였기 때문에 청소년이나 다른 대상에게 일반화하는데 제한이 있다. 학업에서 겪는 스트레스와 부담이 상당한 고등학생을 대

상으로 하였을 때나 학업 성취가 서로 다른 집단들을 대상으로 하였을 때도 동일한 결과가 나오는지, 교차 타당화를 할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서 살펴본 학업도움추구와 은폐는 대상에 따라서 달라질 가능성이 있다. 상담자에게 대학생 활에서 겪는 어려움을 개방하지 않는 경향은 부적응적 완벽주의와 관련이 없었으나 가족이나 가까운 친구에게 개방하지 않으려는 경향은 부적응적 완벽주의와 관련이 있었다[32]. 어려움을 있는 그대로 드러내도 타인에게 안전하게 수용될 수 있다고 느끼는 것은 애착과 관련될 수 있을 것이다. 따라서 도움추구와 은폐를 애착과 관련하여 살펴볼 수도 있겠다.

마지막으로 본 연구는 완벽주의와 우울 및 불안과의 관계를 중심으로 살펴보았으나, 자기지향 완벽주의가 우울 및 불안에 미치는 영향이 미미하였다. 추후 연구에서는 실제 학업성취나 자기가치감과 같은 변인들과의 관련성을 살펴봄으로써 자기지향 완벽주의의 속성을 보다 명료하게 밝힐 필요가 있을 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고, 본 연구는 자기지향 완벽주의와 사회부과 완벽주의가 우울 및 불안에 영향을 미치는 과정에서 학업도움추구와 은폐의 역할을 밝혔다는 점에서 매우 의의가 있다. 사회부과 완벽주의와 심리적 부적응의 관계에서 은폐의 역할을 밝혔던 연구[9]에 대한 이해를 확장하여 실질적으로 도움추구의 중요성을 강조할 수 있으며 자기지향 완벽주의의 대체로 긍정적 측면을 재확인하였다는 점에서도 의의를 찾을 수 있겠다.

References

- [1] Halla University Student Counseling Center. Student Counseling Center Annual Report in 2014. 1-94. Halla University. 2014.
- [2] B. J. Kim., D. G. Lee., & H. K. Lee. "Exploration of Mediators between Perfectionism(Socially-prescribed and Self-oriented) and Depression". Korean Journal Counseling. 13(2), 417-436. 2012. DOI: <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.13.2.201204.417>
- [3] J. H. Ha. "The Effects of Perfectionism and Self-handcapping and Depression". Korean Journal of Counseling. 13(2), 705-724. 2012. DOI: <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.13.2.201204.705>
- [4] M. S. Kim & Y. S. Seo. "The Relation between Evaluative Concern Perfectionism and Social Anxiety: Testing the Mediating Effects of Fear of Negative Evaluation and Self-Presentational Motivation". Korean Journal of Psychology: General. 28(3). 525-545. 2009.
- [5] Flett, G. L., Hewitt, P. L., & DeRosa T. "Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills". Personality and Individual Differences. 20. 143-150. 1996. DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00170-0](http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869(95)00170-0)
- [6] Blatt, S. J. "The destructiveness of perfectionism: Implications of the treatment of depression". American Psychologist, 12, 1003-1020. 1995. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.50.12.1003>
- [7] Hewitt, P. L., & Flett, G. L. "Perfectionism in the self and social context: Conceptualization, assessment and association with psychopathology". Journal of Personality and Social Psychology, 60, 456-470. 1991. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- [8] Y. S. Han. "The Effects of perfectionism, self-efficacy and fear of failure on procrastination". Korean Journal of Youth Studies. 18(4). 277-299. 2011.
- [9] J. Y. Lee. & H. R. Choi. "Relationship between perfectionism and academic burnout: Focus on the mediating effect of academic stress and academic procrastination". Journal of the Korea Academic-Industrial cooperation Society. 15(11). 6556-6564. 2014.
- [10] J. E. Shin. & D. G. Lee. "Socially-prescribed perfectionism and psychological maladjustment in high school students: the mediating effects of self-concealment". Studies on Korean Youth. 22(2). 55-79. 2011.
- [11] Hamachek, D. E. "Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism". Psychology. 15. 27-33. 1978.
- [12] Burns, D. Feeling good: The new mood therapy. New York: Avon Books. 1980.
- [13] Flett, G. L., & Hewitt, P. L. Perfectionism: theory, research, and treatment. Washington, DC.: American Psychological Association. 2002. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/10458-000>
- [14] Rice, K. G., Lopez, F. G., & Vergara D. "Parental/social influences on perfectionism and adult attachment orientations". Journal of Social and Clinical Psychology, 24, 580-605. 2005. DOI: <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2005.24.4.580>
- [15] H. A. Lee. "The effect of perfectionism on academic engagement and academic burnout: the mediating effects of coping flexibility". Hanyang University Graduate School. Doctoral Dissertation. 2011.
- [16] E. S. Jung. "The Effects of Parental Care and Overprotection on Subjective Well-being and Depression: The Roles of Hardiness and Perfectionism as Mediators". Hanyang University Graduate School. Doctoral Dissertation. 2008.
- [17] Enns, M. W., & Cox, B. J. The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis. In G. L. Flett., & P. L. Hewitt(Eds.), Perfectionism. 33-62. Washington, DC: APA. 2002. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/10458-002>
- [18] Hewitt, P. L., & Flett, G. L. "Dimensions of perfectionism and anxiety sensitivity". Journal of

- Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 23(1), 39-57. 2004.
- [19] Chow, G. S-Y. 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, USA. 2002.
- [20] Baltes, M. M. The many faces of dependency. New York: Cambridge University Press. 1997.
- [21] Schunk, D. H., & Ertmer, P. A. Self-regulation and academic learning: Self efficacy enhancing interventions. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), Handbook of self-regulation(pp.631-649). San Diego: Academic Press. 2000.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50048-2>
- [22] Karabenick, S. A. (Ed.). Strategic help-seeking: Implications for learning and teaching. Mahwah, NJ: Erlbaum. 1998.
- [23] Ryan, A. M., & Pintrich, P. R. Achievement and social motivational influences on help seeking in the classroom. In S. Karabenick(Ed.), Strategic help seeking: Implication for learning and teaching(pp.117-139). Mahwah, NJ: Erlbaum. 1998.
- [24] Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. "Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for the classifying ways of coping". Psychological Bulletin. 129, 216-269. 2003
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>
- [25] Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. "The development of coping". Annual Review of Psychology, 58, 119-144. 2007.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085705>
- [26] Marchand, G., & Skinner, E. "Motivational dynamics of children's academic help-seeking and concealment". Journal of Educational Psychology, 99(1), 65-82. 2007.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0663.99.1.65>
- [27] E. S. Jung. & J. H. Ha. "Mediating effects and Moreating effects of Anticipated Risks, Anticipated Benefits in the relationships between Academic Burnout and Life Satisfaction". Journal of Korea Academic-Industrial cooperation Society. 16(9). 6009-6018. 2015.
- [28] Higgins, E. T., Bond, R., Klein, R., & Strauman, T. J. "Self-discrepancies and emotional vulnerability: How magnitude, accessibility and type of discrepancy influence affect". Journal of Personality and Social Psychology, 41, 1-15. 1986.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.51.1.5>
- [29] Molnar, D. S., Reker, D. L., Culpa, N. A., Sadava, S. W., & DeCourville, N. H. "A mediated model of perfectionism, affect, and physical health". Journal of Research in Personality, 40(5), 482-500. 2006.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2005.04.002>
- [30] Hewitt, P. L., & Flett, G. L. "Dimensions of perfectionism in unipolar depression". Journal of Abnormal Psychology, 100, 98-101. 1991.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.100.1.98>
- [31] Einstein, D. A., Lovibond, P. F., & Gaston, J. E. "Relationship between perfectionism and emotional symptoms in an adolescent sample". Australian Journal of Psychology, 52. 89-93. 2000.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/00049530008255373>
- [32] K. J. Park. & H. I. Jo. "Suppression of Emotional Expression as a Mediator in the Relationship Between Perfectionism and Help Seeking Attitudes". Journal of Human Understanding and Counseling. 35(1). 19-34. 2014
- [33] Blankstein, K. R., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Eng, A.. "Dimensions of perfectionism and irrational fears: An examination with the fear". Personality and Individual Differences. 15. 323-328. 1993.
DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90223-P](http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869(93)90223-P)
- [34] Frost, R. O., Trepanier, K. L., Brown, E. J., Heimberg, R. G., Juster, H. R., & Makris, G. R. "Self-monitoring of mistakes among subjects high and low in perfectionistic concern over mistakes". Cognitive Therapy and Research. 21. 209-222. 1997.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1023/A:1021884713550>
- [35] Larson, D. G. & Chastain, R. L. "Self-concealment: Conceptualization, measurement, and health implications". Journal of Social and Clinical Psychology, 9. 439-455. 1990.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.1990.9.4.439>
- [36] Kawamura, K. Y., & Frost, R. O. "Self-concealment as a mediator in the relationship between perfectionism and psychological distress". Cognitive Therapy and Research, 28(2), 183-191. 2004.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1023/B:COTR.0000021539.48926.c1>
- [37] H. Y. Hong. Relationship of Perfectionism, Self-Efficacy and Depression. Master's thesis. Ehwa Women's University, Republic of Korea, 1995.
- [38] Y. S. Kim. The effects of perfectionism and self-esteem on immediate depressive reaction and enduring depressive reaction after experiencing achievement-related stress. Master's thesis. Catholic University. Republic of Korea, 1998.
- [39] K. K. Chon, & M. K. Rhee. "Preliminary development of Korean version of CES-D". Korean Journal of Clinical Psychology, 11(1), 65-76. 1992.
- [40] Spielberger, C, D. Gorsuch, R. L., & Lushene, R, E. (1970). STAI Manual for the State-Trait anxiety Inventory. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- [41] J. T. Kim. "The relation research of State-Trait anxiety and sociability: A riview with anxiety theory of Spielberger". Journal of Human Understanding and Counseling. 1. 16-26. 1979.
- [42] E. J. Oh. "Effect of Trait Anxiety on College Students' Career Preparation Behavior: The Mediating Effects of Career Decision Making Self - Efficacy". The Journal of Career Education Research. 27(2). 85-107. 2014.
- [43] MacCallum, R., Widaman, K., Preacher, K., & S. H. Hong. "Sample size in factor analysis: The role of model error". Multivariate Behavioral Research, 36(4), 611-637. 2001.
DOI: http://dx.doi.org/10.1207/S15327906MBR3604_06
- [44] H. S. Lee. & J. H. Lim. Structural equation modeling with AMOS 6.0. Bummunsa: Paju, 2007.
- [45] S. H. Hong. "The criteria for selecting appropriate fit indices in structural equation modeling and their rationales". Korean Journal of Clinical Psychology, 19(1), 161-177. 2000.

정 은 선(Eun-Sun Jung)

[정회원]



- 2008년 2월 : 한양대학교 일반대학원 교육학과 (교육학박사)
- 2008년 3월 ~ 2012년 7월 : 건국대학교 학생상담센터 전임상담원
- 2012년 9월 ~ 현재 : 한라대학교 교직과정부 교수

<관심분야>

상담자 교육, 영성, 삶의 의미, 학습상담

하 정 희(Jung-Hee Ha)

[정회원]



- 2006년 2월 : 한양대학교 일반대학원 교육학과 (교육학박사)
- 2006년 7월 ~ 2008년 2월 : 충북대학교 심리학과 BK 연구교수
- 2008년 3월 ~ 2009년 7월 : 한양대학교 안산 상담센터 교육전문책임연구원
- 2009년 8월 ~ 현재 : 한양사이버대학교 청소년상담학과 교수

<관심분야>

청소년상담, 완벽주의, 적응, 다문화